

NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



Numer 114 (luty 2024 r.)

www.gorska7.pl

CENA: 3 zł



Z okazji Dnia Babci i Dziadka życzymy Wam Kochani
Dziadkowie dużo zdrowia, wszelkiej pomyślności, pociechy
z wnuków i prawnuków, szczęścia, pieniędzy,
pogody ducha, każdego dnia słońca
i uśmiechów na twarzy!
Wszystkiego
Najlepszego!



*Naszym wspaniałym
solenizantom i jubilatom
życzymy dużo zdrowia, uśmiechu,
sukcesów w życiu, szczęścia w miłości
i spełnienia najskrytszych marzeń!*



U
R
O
D
Z
I
N
Y

ZESPÓŁ REDKACYJNY

- 1) Katarzyna Uszyńska
- 2) Ewa Marczevska
- 3) Krzysztof Kwaśniak
- 4) Rafał Musch
- 5) Andrzej Nowak
- 6) Wojciech Kwil
- 7) Mikołaj Scholz (red. sportowa)
- 8) Sylwia Kaczmarek (red. honorowy)

Opiekun wydania:

Katarzyna Zduńska
Małgorzata Kubera

Skład i druk:

Katarzyna Zduńska
Małgorzata Kubera



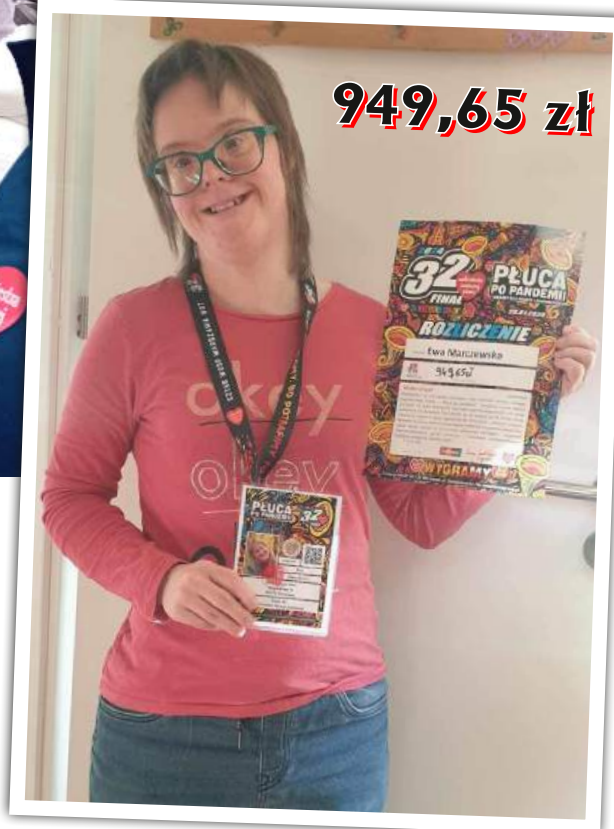
Archiwalne numery
gazetki dostępne
na www.gorska7.pl



Nasza wolontariuszka WOŚP



W tym roku ponownie graliśmy z Wielką Orkiestrą Świątecznej Pomocy. Naszą puszkę z zebranymi przez nas pieniędzmi przekazaliśmy naszej Wolontariuszce Ewie Marczewskiej. **W ośrodku udało nam się zebrać 112 zł.** Nasza Ewa ze swoją przyjaciółką Gosią dzielnie zbierała datki w niedzielę na Krakowskim Przedmieściu. Brawa dla naszej Wolontariuszki, która już od kilku lat aktywnie gra z WOŚPem.



Deklarowana kwota 32. Finału: 175 426 813 PLN
Na koncie mamy już:

1

6

1

6

8

3

1

9

5

PLN

12 stycznia



Tego dnia w ośrodku odbyło się pierwsze w tym roku Spotkanie z muzyką. Jego tematem była "Podróż przez cztery żywioły". Przy dźwiękach fletu, akordeonu, gitary i instrumentów

perkusyjnych razem z muzykami odwiedziliśmy Hiszpanię, Chiny, Japonię, Bornholm w Danii, Paryż. Słuchaliśmy muzykę ilustrującą 4 żywioły: ziemię, wodę, wiatr i ogień. Poznaliśmy też nowe fantastyczne instrumenty perkusyjne- ocean drum i cajon. Jak zwykle spotkanie z muzyką przygotowane przez artystów Filharmonii narodowej było bardzo ciekawe.





23 stycznia

W tym roku kończąc okres kolędowania cała nasza ośrodkowa społeczność przygotowała przedstawienie pt. "Jak trzej Królowie szli do Betlejem".

Na premierę zaproszeni zostali Goście - nasze Rodziny oraz przedstawiciele władz Urzędu Dzielnicy Mokotów - Pan Burmistrz Rafał Miastowski i Zastępca Burmistrza Pani Anna Lasocka.

Nasi Aktorzy ćwiczyli swoje role wiele dni z wielkim zaangażowaniem. Piękne dekoracje zostały wykonane w Pracowni Plastycznej pod kierunkiem Terapeutki Aleksandry Sroki. Stroje aktorów zostały przygotowane w Pracowni

Haftu i Szycia pod kierunkiem Terapeutki Katarzyny Zduńskiej przy wsparciu Terapeutki Małgorzaty Kubery i Asystentki ON Agnieszki Zaniewicz. Terapeuta Krzysztof Tkaczyk odpowiadał za oprawę muzyczną i przygotowanie chóru. Narratorem opowieści o wędrowce Trzech Króli był Terapeuta Adam Krauze. Pomysł na przedstawienie i nadzór nad całością przygotowań sprawowała Terapeutka Katarzyna Zduńska wspierana przez resztę Zespołu. Za przygotowanie poczęstunku i kontakty z rodzinami odpowiadała Pani Danuta Kaczmarek.



Chociaż trema była ogromna występ naszych Artystów był dużym sukcesem i bardzo podobał się zgromadzonej publiczności, która nagrodziła ich gromkimi brawami. Staraliśmy się, żeby w przedstawienie zaangażowani byli wszyscy uczestnicy zajęć i dla każdego znalazła się rola. Cieszymy się, że nasza wspólna wielodniowa praca okazała się sukcesem dając nam wszystkim wiele radości ze wspólnego działania.



A tak przedstawia się obsada naszego orszaku:

KRÓLOWIE

Melchior - Jan Kowalewski
Baltazar - Miłosz Lobert
Kacper - Andrzej Nowak

GWIAZDA

Katarzyna Uszyńska



KRÓLEWSKIE RUMAKI

Słoń - Marta Garbowska
Koń - Michał Piróg
Wielbłąd - Joanna Kulik



ANIOŁY

Urszula Sagan i Ewa Marczevska



HEROD

Rafał Musch



MUZYKANCY

Jakub Żelazo, Krzysztof Kwaśniak, Wojtek Kwil



ŚWIĘTA RODZINA

Maria - Agnieszka Szymańska
Józef - Mikołaj Scholz

PASTUSZKOWIE

Maciej Baszkiewicz, Paweł Wijatkowski, Przemek Goller



CHÓR

Małgorzata Stolarska
Marzena Zalewska
Marek Łżykowski

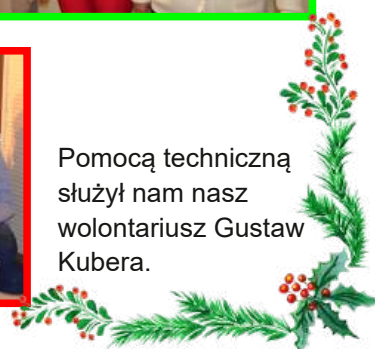


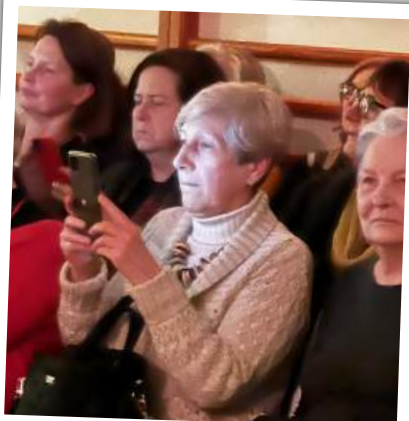
ZWIERZĘTA W SZOPCE

Agnieszka Makowska, Agnieszka Kłos, Mariola Wasiuk,
Ewa Fijałkowska, Sylwia Kaczmarek, Anna Gniadek



Pomocą techniczną
służył nam nasz
wolontariusz Gustaw
Kubera.





JAK TRZEJ KRÓLOWIE SZLI DO BETLEJEM

Oto trzech królowie- mędrcy ze wschodu: Kacper z Indii, Melchior z Persji i Baltazar z Arabii. Wyczytali w starożytnych księgach, że wkrótce w małej wiosce w Judei przyjdzie na świat mesjasz-zbawca świata. Wyczytali również, że zaprowadzi ich do niego jasna gwiazda, która pojawi się na wschodnim niebie. Studiują więc mędrcy mapy, liczą, przeliczają, wyliczają datę, kiedy urodzi się dziecko. Wreszcie, kiedy już wszystko wiedzą, wyruszają w drogę. Wzięli ze sobą dary, które mają dla Jezusa. Melchior niesie złoto symbol władzy królewskiej, Kacper kadzidło- symbol boskości, a Baltazar wonną mirrę- zapowiedź męczeńskiej śmierci. Kacper jedzie na słońcu, Melchior na wielbłądzie, a Baltazar na koniu. Jadą z oczami utkwionymi w niebo, wypatrują gwiazdy. Zajeżdżają na dwór króla Heroda i pytają czy wie coś o miejscu, gdzie narodzi się nowy król. Ale Herod- zły człowiek, zazdrosny o swoją władzę pokazał im fałszywą drogę. Na szczęście wtedy zobaczyli na niebie zapowiadaną w księgach gwiazdę i ruszyli za nią w drogę. Idą po górach i dolinach, a gwiazda pokazuje im drogę. Wtem spotykają pastuszków podążających w tym samym kierunku. Zapytali ich dokąd zmierzają. Pastuszkowie powiedzieli, że idą do Betlejem pokłonić się dzieciątku- zbawicielowi tam narodzonemu. Dołączyli więc pasterze do orszaku naszych króli i ruszyli razem za gwiazdą. Idąc dalej zobaczyli piękne anioły zmierzające w tym samym kierunku. Zaprosili je do swojego orszaku i dalej poszli razem. Wtem usłyszeli wesołą muzykę. Okazało się, że na ich drodze pojawili się muzycanci. Oni również dołączyli do orszaku trzech króli umilając wszystkim drogę wesołą muzyką. I poszli wszyscy barwnym orszakiem za piękną gwiazdą do Betlejem, gdzie w ubogiej stajence narodził się maleńki Jezusek. Gdy dotarli wreszcie na miejsce, gwiazda rozbłysła pięknym światłem i zobaczyli w stajence świętą rodzinę Marię, Józefa i maleńkie dzieciątko. Pokłonili się nisko małemu Jezusowi i jego rodzinie, a królowie ofiarowali dary, które przynieśli ze sobą małemu. I wszyscy razem radośnie zaśpiewali. I to już koniec naszej opowieści Jak trzech królowie szli do Betlejem.





30 stycznia

Wreszcie zaświeciło słońce, więc grupa rewalidacyjna wybrała się na spacer. Poszliśmy na ul. Chełmską do Wytwórni Filmów Dokumentalnych i Fabularnych, gdzie na ogrodzeniu oglądaliśmy zdjęcia z różnych starych filmów polskich. Potem zaszliśmy do Parku Sieleckiego, gdzie zażywaliśmy kąpieli słonecznej.





WSPOMNIENIA O BABCIACH I DZIADKACH

Krzysztof Kwaśniak



Dziadek Stasio rozpuszczał mnie bardzo. Dawał mi dużo kieszonkowych na słodycze i napoje słodkie. Jeździł ze mną autobusami, tramwajami i metrem. Chętnie jeździł ze mną na zakupy do supermarketów, chodził ze mną nad Wisłę na spacer. Śpiewał mi moją kołysankę do snu, którą specjalnie dla mnie napisał (W mieście Warszawie nad rzeką Wisłą), utulał mnie do snu czasami, także mi bajki opowiadał na dobranoc. Pozwalał mi często grać na pianinie w Starachowicach w jego domu. Pozwalał częściej jeździć sobie na rowerze i pokazał mi jak się prowadzi samochód.

Mikołaj Scholz



Z moim dziadkiem Stasiem, który mieszkał w Radomiu chodziłem często do kiosku po gazety i na spacer. Spędzaliśmy razem bardzo dużo czasu.

Rafał Musch



Moja ukochana babcia Zosia dawała mi mleko z masłem i miodem, razem ubieraliśmy i rozbieraliśmy choinkę. Bardzo lubiliśmy oglądać razem Kabaret Starszych Panów i serial „Niewolnica Isaura”. Bardzo tęsknię za moją babcią, jak tylko mogę, to odwiedzam ją na cmentarzu i zapalam jej świecę.

Katarzyna Uszyńska



Kochana babciu Asiu, bardzo cieszę się, że cię mam. Bardzo cię kocham, chociaż nie jesteś moją prawdziwą babcią. Życzę ci dużo zdrowia, słońca i uśmiechu na twarzy.



Ewa Marczeńska



Kochana babciu Jadziu, zawsze byłaś uśmiechnięta i kochana. Kocham cię z całego serca. Byłaś najwspanialszą babcią na świecie.

Sylwia Kaczmarek



Moja babcia Irenka była najlepszą babcią na świecie. Bardzo mnie kochała. Zawsze się mną opiekowała, dbała o mnie. Jak jeszcze miała siłę, chodziłyśmy razem na spacer. Najbardziej lubiłam, kiedy mnie przytulała i całowała. Nie mogłam się doczekać, kiedy wreszcie do mnie przyjedzie i ze mną na dłużej zostanie. Wtedy byłam najszczęśliwsza. Bardzo mi brakuje mojej babci Irenki.

Miłosz Lobert



Ja miałem babcię Stasię, babcię Lusię i dziadka Jurka. Byli wspaniali, bardzo ich kochałem. Często jeździłem do babci Stasi w odwiedziny. Była bardzo dobra. Teraz patrzy na mnie z nieba. Było mi smutno, kiedy odeszła.

Urszula Sagan



Mam jedną babcię, ma na imię Tereska i jest mamą mojego taty. Jest super babcią, bardzo ją kocham. Często ją odwiedzam. Kiedy jestem u niej pieczemy razem ciasto, chodzimy na zakupy, pomagam jej sprzątać. Bardzo kocham moją babcię Tereskę.





WYWIAD Z PSYCHOLOGIEM PAWŁEM ZALEWSKIM PRZEPROW

Andrzej Nowak: Jak to się stało, że zaczął Pan pracować w naszym Ośrodku?

Paweł Zalewski: To był przypadek. Pewnego razu wszedłem do Internetu i praca znalazła mnie. Przyszedłem na rozmowę do p. Dyrektora i już zostałem.

A.N.: Czym się Pan zajmował wcześniej?

P.Z.: Wcześniej pracowałem w Szpitalu Psychiatrycznym i w Zakładzie Aktywizacji Zawodowej dla Osób z Autyzmem.

A.N.: Jest Pan warszawiakiem, czy pochodzi Pan z innego miasta?

P.Z.: Trudne pytanie. Myślę, że mogę się już nazywać warszawiakiem, bo od 26 lat mieszkam w Warszawie.

A.N.: Czy ma Pan jakieś zwierzątko?

P.Z.: Mam psa, 8 miesięcznego owczarka białego. Ma na imię Gomezek.

A.N.: Jakiej muzyki lubi Pan słuchać?

P.Z.: Lubię kiedy muzyka odpowiada moim emocjom w danej chwili.

A.N.: Czy ma Pan jakieś hobby?

P.Z.: Tak. Lubię pływać, uczyć się nurkować, czytam książki, lubię gotować. Lubię też przeżywać przygody.

A.N.: Czy ma Pan w Warszawie jakieś ulubione miejsce?



P.Z.: Lubię Żoliborz i Pragę Północ- mają fajny klimat.

A.N.: Czy poznał Pan już wszystkich w naszym ośrodku?

P.Z.: Jeszcze nie, trochę za krótko tu pracuję. Myślę, że trochę mi to zajmie.

A.N.: Lubi Pan podróżować?

P.Z.: Tak, lubię podróżować.

A.N.: Jakie jest Pana największe marzenie?

P.Z.: Bardzo trudne pytanie. Nigdy się nad tym nie

zastanawiałem. Mam tylko małe marzenia.

A.N.: Czy ma Pan przyjaciela?

P.Z.: Mam, ma na imię Maciek. Moja żona też jest moim przyjacielem.

A.N.: Czy podoba się Panu w naszym Ośrodku?

P.Z.: Tak, jestem pod wrażeniem atmosfery tu panującej i tego, jak dużo się u tutaj dzieje.

A.N.: Czy jest Pan



ADZIŁ ANDRZEJ NOWAK

szczęśliwy?

P.Z.: Bywam szczęśliwy.

A.N.: **Czy do pracy jeździ Pan samochodem czy komunikacją miejską?**

P.Z.: Jeżdżę komunikacją miejską z wieloma przesiadkami.

A.N.: **Czy interesuje się Pan sportem?**

P.Z.: W przeszłości chodziłem na mecze na stadion Legii. Teraz wolę oglądać zawody lekkoatletyczne.

A.N.: **Woli Pan historię czy geografę?**

P.Z.: Chyba bardziej lubię geografę, ale historię szanuję. Szanuję też ludzi, którzy ją znają.

A.N.: **Co najbardziej lubi Pan robić w wolnym czasie?**

P.Z.: Lubię chodzić na spacer z żoną i psem, lubię gotować, surfować po internecie, sprzątać - taka proza życia.

A.N.: **Czy lubi Pan Łazienki Królewskie i koncerty chopinowskie?**

P.Z.: Łazienki są bardzo urokliwe, ale wolę spacerować po lesie. A Chopin gra w moim sercu.

A.N.: **Czy ma Pan rodzeństwo?**

P.Z.: Tak, mam rok starszego brata.

A.N.: **Czy lubi Pan jeździć na rowerze?**

P.Z.: Tak, jak już będzie ciepło zamierzam dojeżdżać rowerem do pracy.

A.N.: **Dziękujemy bardzo za udzielenie wywiadu.**

Wystawa samochodów

27 stycznia br. razem z Klubem Przyjaciół pojechaliśmy na Stadion Narodowy aby obejrzeć wystawę samochodową. Było wspaniale! Wystawa bardzo nam się podobała, było dużo eksponatów. W obydwie strony jechaliśmy tramwajem. Wracając do domu wstąpiliśmy do kawiarni "to_my". Wypiliśmy tam kawę i zjedliśmy ciastka. Wróciliśmy do mieszkania zmęczeni, ale bardzo zadowoleni.

Przygotował Andrzej Nowak



Dobrego życia,
Płyn przez życie pewnie,
Wykorzystuj fale,
Nie bój się odpływów,
Nieznany ocean uczyni swoim domem.

Paweł Zalewski



Krzyżówka karnawałowa

- 1) Człowiek, który prowadzi zabawę karnawałową
- 2) Napój alkoholowy z bąbelkami
- 3) Pora roku, kiedy trwa karnawał
- 4) Zimowa przejażdżka saniami
- 5) Święto kościelne kończące okres karnawału
- 6) Lutowe święto zakochanych
- 7) Miasto we Włoszech kojarzone z karnawałem
- 8) Taniec tańczony podczas karnawału w Brazylii
- 9) Zakładasz je, kiedy idziesz na bal karnawałowy
- 10) Ciastka zwane również chrustem
- 11) Jemy je w Tłusty Czwartek
- 12) Zakładamy je na twarz podczas balu
- 13) Zabawa taneczna w karnawale
- 14) Dmucha na dekorację na bal

