

NASZ ŚWIAT POD SIÓDMYM



POSTAW
NA NAS

Warszawska Fundacja
na rzecz Osób
z Niepełnosprawnością
Intelektualną

Numer 117 (maj 2024 r.)

www.gorska7.pl

CENA: 3 zł



**Kochane
Mamy!**

**Z okazji Waszego
święta życzymy Wam
dużo zdrowia, radości
miłości, szczęścia, spełnienia
wszelkich marzeń,
cierpliwości i uśmiechu
na twarzy
każdego dnia!**



**Konkurs
fotograficzny
dla Czytelników na stronie 11**



*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

I
M
I
E
N
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



4 kwietnia



W naszym ośrodku odbyły się warsztaty integracyjne. Zaprosiliśmy na nie naszych przyjaciół z OWIRON-U z Bemowa. Wspólnie robiliśmy makramowe liście. Był to fajnie spędzony czas w super towarzystwie.



10 kwietnia



W zeszłym roku braliśmy udział w konkursie plastycznym "Radość życia" organizowanym przez Stowarzyszenie "Otwarte drzwi". Praca naszej p. Ewy Marczewskiej bardzo spodobała się p. Dyrektora Agacie Błażejczyk Z-cy Dyrektora Wojewódzkiego Centrum Pomocy Rodzinie. Postanowiliśmy więc podarować ten obraz Pani Dyrektor, żeby ozdobił jej gabinet. W ramach niespodzianki p. Ewa wraz z terapeutką Aleksandrą Sroką pojechała do Stołecznego Centrum Osób Niepełnosprawnych, którym kieruje Pani Dyrektor, aby osobiście przekazać jej swoje dzieło. Było z tego wiele radości po obu stronach.



W naszym ogrodzie



12 kwietnia



Artyści z Filharmonii Narodowej przenieśli nas w baśniowy świat twórczości Jana Brzechwy i Andrzeja Korzyńskiego. Usłyszeliśmy dobrze nam znane piosenki z filmu Akademia Pana Kleksa w ciekawej, lekko jazzowej aranżacji. Nie mogliśmy się powstrzymać, żeby nie śpiewać razem z wokalistką śpiewającą te piosenki. To Spotkanie z muzyką dało nam wyjątkowo wiele radości.

17 kwietnia



Raz w miesiącu w naszym ośrodku organizujemy seanse kinowe. Jest kasa, są bilety i pieniądze, jest też już tradycyjny popcorn. Bileterzy sprawdzali bilety. Dzisiaj nasi kinomaniacy oglądali film pt. "Piękna i bestia" w reżyserii Billa Condon. Piękna musicalowa opowieść podobała się wszystkim widzom. Pojawiły się nawet łzy wzruszenia.



INTEGRACYJNE
SPOTKANIE
MUZYCZNE
Wiosna w moim
oknie

24 kwietnia



W naszym ośrodku gościliśmy grupy reprezentujące Ośrodek Wsparcia i Rehabilitacji dla Osób Niepełnosprawnych, Bielański Środowiskowy Dom Samopomocy, Środowiskowy Dom Samopomocy w Łubcu. Spotkaliśmy się z okazji II Integracyjnego Spotkania Muzycznego "Wiosna w moim oknie". Każda z drużyn przygotowała piękny występ o tematyce wiosennej. Były tańce i śpiewy, był słodki poczęstunek, wspólne śpiewanie, a przede wszystkim była cudowna zabawa i atmosfera. Bardzo dziękujemy naszym gościom za przybycie i wspólnie spędzony czas.





II Integracyjne Spotkanie Muzyczne

Śpiewaj razem z nami

Adela już zakłada suknię cienką,
Na wiosnę kwiatki rosną
I kwitnie miesiąc maj.
Gdy spytasz ją: dla kogo ta sukienka?
Dla kochasia, który odszedł w siną dal.

W siną dal, w siną dal,
Dla kochasia, który odszedł w siną dal.
W siną dal, w siną dal,
Dla kochasia, który odszedł w siną dal.

Czerwone ma podwiązki pod tą suknią
Na wiosnę kwiatki rosną
I kwitnie miesiąc maj.
Gdy spytasz ją: dla kogo taki luksus?
Dla kochasia, który odszedł w siną dal.

W siną dal, w siną dal,
Dla kochasia, który odszedł w siną dal.
W siną dal, w siną dal,
Dla kochasia, który odszedł w siną dal.

U drzwi u drzwi jej ojciec czyści spluwę,
Na wiosnę kwiatki rosną
I kwitnie miesiąc maj.
Gdy spytasz go: na czyją to jest zgubę?
Na kochasia, który odszedł w siną dal.

W siną dal, w siną dal,
Na kochasia, który odszedł w siną dal.
W siną dal, w siną dal,
na kochasia, który odszedł w siną dal.

Na ścianie ślub stwierdzony rejentalnie,
Na wiosnę kwiatki rosną
I kwitnie miesiąc maj.
Gdy spytasz ją: z kim żyła tak moralnie?
Z kochasiem, który odszedł w siną dal.

W siną dal, w siną dal,
Pomaszerował lewa prawa
W siną dal, w siną dal,
Pomaszerował lewa prawa
W siną dal, w siną dal

Fela Ci da
towar spod lady, dwie czekolady
Fela Ci da
ciasto dla gości, mięso bez kości
Fela Ci da
co zawsze chciałeś, ale nie miałeś
Fela Ci da

W sklepie znów dziś ja i Ty
towaru nie ma
nam nawet nie żal
nagle ktoś puka do drzwi
.....
to dostawa

Spotkałem Cię na Mokotowie
i zrozumiałem
i teraz powiem
Że w sercu mym zapłonął żar
Tyś najpiękniejszą ze wszystkich dam
Już wiem że nam nie będzie źle,
wierzę że Ty pokochasz mnie,
kupię Ci kwiatki,
może pierścionek,
tylko nic nie mów mojej żonie!

Tu mnie strzyka tu mnie boli
może to od coca coli
dziś mnie jakoś z nerwów nosi
ale mam to wszystko w nosie

Wszystkich strzyka wszystkich boli
może to od coca coli
wszystkich z nerwów dzisiaj nosi
ale mamy naszą Gosię.

REFREN

Tutaj tupie a tam boli
może doktor mi pomoże
a jak doktor nie da rady
do szpitala się położe

Tutaj tupie a tam boli
może doktor mi pomoże
a jak doktor nie da rady
do szpitala się położe

Tu mnie strzyka tu mnie boli
może to od coca coli
dziś mnie jakoś z nerwów nosi
ale mam to wszystko w nosie

Wszystkich strzyka wszystkich boli
może to od coca coli
wszystkich z nerwów dzisiaj nosi
ale mamy naszą Gosię.

REFREN

Tutaj tupie a tam boli
może doktor mi pomoże
a jak doktor nie da rady
do szpitala się położe

Tutaj BOLI a tam ŁUPIE
a ja mam to wszystkow
nosie



Wzięłam Cię na
oranżadę,
wypiliśmy niewiele,
tak po pół litra,
nie byłam chytra.
Potem były pączki,
ciepły dotyk rączki
i coś
wieczór już !

Wzięłam Cię na
oranżadę,
wypiliśmy niewiele,
tak po pół litra,
nie byłam chytra.
Potem były pączki,
ciepły dotyk rączki
i coś
wieczór już !

REF
Oranżada, oranżada

czy to tak wypada
iść i się napić oranżady
dziś.
Oranżada, oranżada
czy to tak wypada
Na oranżadę dziś
zaprosił Zdziś

Oranżada, oranżada
czy to tak wypada
iść i się napić oranżady
dziś.
Oranżada, oranżada
czy to tak wypada
Na oranżadę dziś
zaprosił Zdziś

Kiedy jadłam pączki
tulił moje rączki
potem nie wiem czemu
wrębał słoik dżemu !!!

Posłuchaj Siódmej Nuty
nie będziesz chodził struty
słuchajcie Siódmej Nuty
gramy, śpiewamy Wam.

Posłuchaj Siódmej Nuty
w tańcu pogubisz buty
słuchajcie Siódmej Nuty
śpiewamy Wam !!!

REF

Siódma Nuta
Siódma Nuta nie jest zła
Siódma Nuta
Siódma Nuta Ty i ja

Siódma Nuta
Siódma Nuta nie jest zła
Siódma Nuta
Pięknie dzisiaj gra !!!

Mam od rana myśli słodkie
czytam przepis na szarlotkę
więc do sklepu szybko marsz
bo zakupy zrobić czas
REFREN
mam ochotę na szarlotkę
na szarlotkę mam
ochotkę x 2
lubię wszystko co jest słodkie
a więc zrobię dziś szarlotkę

Kupię jajka mąkę cukier
torbę jabłek także kupię

cynamonu no i masło
żeby pyszne zrobić ciasto
REFREN

mam ochotę na szarlotkę
na szarlotkę mam ochotę
lubię wszystko co jest słodkie
a więc zrobię dziś szarlotkę

Lubię wszystko co jest słodkie,
więc Cię wysmaruję miodkiem.
Z przejedzenia ledwo zipię
jeszcze cukrem Cię posypię





Paluchy pizzowe

Składniki:

- ▶ gotowy płat ciasta francuskiego
- ▶ żółty ser
- ▶ papryka
- ▶ szczypiorek
- ▶ pomidorki
- ▶ szynka
- ▶ ulubione przyprawy
- ▶ jajko



Przepis:

Na rozwinięty płat ciasta do pizzy nakładamy przygotowane wcześniej dodatki i posypujemy ulubionymi ziołami. Następnie tnjemy blat z dodatkami na pasy, które składamy po dwa i skręcamy. Tak przygotowane paluchy smarujemy rozbełtanym jajkiem. Pieczemy w 200 st C. przez około 20 min (do zarumienienia).





Wieści z miasta

Od 14 maja wyruszyła **linia tramwajowa 11**, która jeździ z Bemowa na Sielce przy ul. Gagarina i tam ma swój przystanek końcowy.

Od 1 maja 2024 na swoją trasę wyjechał **autobus turystyczny linii 100** i jeździ od pętli Dw. Centralny, objeżdża całą trasę kursuje tylko w soboty i niedziele w święta. Także tramwaj turystyczny jeździ na **linii 36** - wyjeżdża z pętli Pl. Narutowicza i dowozi pasażerów do końcowej trasy na Metro Marymont.

Wisłą przepływają już **promy** i przewożą ludzi na drugi brzeg rzeki.

Przygotował Krzysztof Kwaśniak



foto: internet

Zapraszamy do udziału w naszym konkursie fotograficznym. **Gdzie zrobiono to zdjęcie?**

Na dołączonym kuponie napisz odpowiedź, podpisz się i wrzuć do skrzyneczki przy wejściu do Ośrodka, do dnia 15 czerwca. W następnym numerze ogłosimy zwycięzców. Czekamy na Wasze odpowiedzi i życzymy powodzenia!



Konkurs fotograficzny dla Czytelników



Kupon

Odpowiedź

Imię i nazwisko



WYTNIJ

Czy wiesz, że...

1. Restauracji w Nowym Jorku jest tak wiele, że wystarczy, by każdego wieczoru przez 54 lata jeść kolację w innej.



2. Szczury reprodukuja się tak szybko, że para po 18 miesiącach może mieć milion potomków.

3. Pilot i drugi pilot w samolocie nie jedzą nigdy tych samych posiłków. Ani przed lotem, ani na pokładzie.

Rozwiązanie konkursu z poprzedniego numeru:

Pałac Kultury i Nauki w Warszawie

Zwycięzcy konkursu:

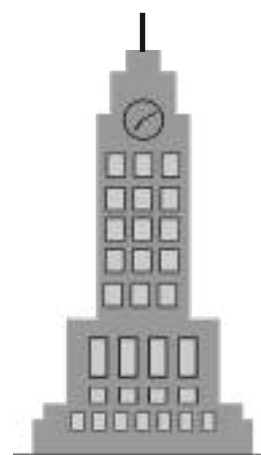
- * Agnieszka Makowska
- * Sylwia Kaczmarek
- * Miłosz Lobert
- * Agnieszka Szymańska
- * Ewa Marczeńska



KRZYŻÓWKA WARSZAWSKA



1. Pół kobieta, pół ryba - symbol Warszawy
2. Przedmieście warszawskie kojarzące się z dawną stolicą Polski
3. Centrum Nauki nad Wisłą nazwane nazwiskiem słynnego astronoma
4. Legendarny potwór, który zamieniał wzrokiem ludzi w kamień
5. Południowa dzielnica Warszawy z Pałacem Jana III Sobieskiego
6. III Waza stoi na kolumnie przed Zamkiem Królewskim
7. Rzeka przepływająca przez Warszawę
8. Jedna z głównych ulic w centrum Warszawy
9. Kompozytor, którego pomnik stoi w Łazienkach
10. Zbierają się tam posłowie i senatorowie
11. Park z Pałacem na Wodzie
12. Najsłynniejszy warszawski cmentarz
13. Wybuchło w Warszawie 1 sierpnia 1944
14. Ogród z egzotycznymi zwierzętami
15. Dzielnica Warszawy, gdzie produkowano traktory
16. Miejsce, gdzie znajdowała się Fabryka Samochodów Osobowych
17. Dzielnica, w której znajduje się nasz Ośrodek
18. Ulica, gdzie ma siedzibę Telewizja Polska
19. Kolejka podziemna znajdująca się tylko w Warszawie
20. Elektrociepłownia koło Trasy Siekierkowskiej



Kupon konkursowy