

grudzień 2015



Pismo redagowane przez Mieszkańców
Dому Pomocy Społecznej w Zatorze



**Życzenia z okazji Świąt
Bożego Narodzenia dla
Wszystkich Czytelników
naszej gazetki:**

**Zdrowych, radosnych
Świąt Narodzenia Pana,
pysznych potraw
wigilijnych jedzonych
z Bliskimi Ludźmi,
spokoju serca oraz
Szczęśliwego Nowego
Roku!**

W imieniu Zespołu Redakcyjnego
życzenia przygotowała **Stasia**

AKTUALNOŚCI

1. Możliwość uczestnictwa w Roratach i Godzinie Miłosierdzia.
2. Pierwszy Piątek Miesiąca - 4.12.2015 r. – uroczysta Msza Święta oraz adoracja Najświętszego Sakramentu – udział mieszkańców oraz pacjentów.
3. Spotkanie z Mikołajem – 5.12.2015 r.
4. Zajęcia świetlicowe dla mieszkańców DPS:
 - indywidualne;
 - dziewiarskie, plastyczne, stolarskie, muzyczne, aktywizujące;
 - choreoterapia;
 - komputerowe;
 - biblioterapia;
 - klub majsterkowicza.
5. Możliwość uczestnictwa w projekcjach filmowych.
6. Przygotowywanie świątecznych elementów do dekoracji Domu oraz świątecznych kartek z życzeniami.
7. Włączanie mieszkańców w dekorowanie Domu – dekoracja oddziałów, ubieranie choinek.
8. Szkolne Koło Caritas – zajęcia wolontariuszy z mieszkańcami i pacjentami.
9. Wspomnień czar – podsumowanie wydarzeń minionego roku – 31.12.2015 r.

Informacje zebrał **Ludwik** na podstawie planu sporządzonego przez Panią Anię

Solenizanci grudniowi...

Imieniny w grudniu obchodzą:

Barbara, Maria, Boguś, Adam, Ewa

Urodziny w grudniu obchodzą:

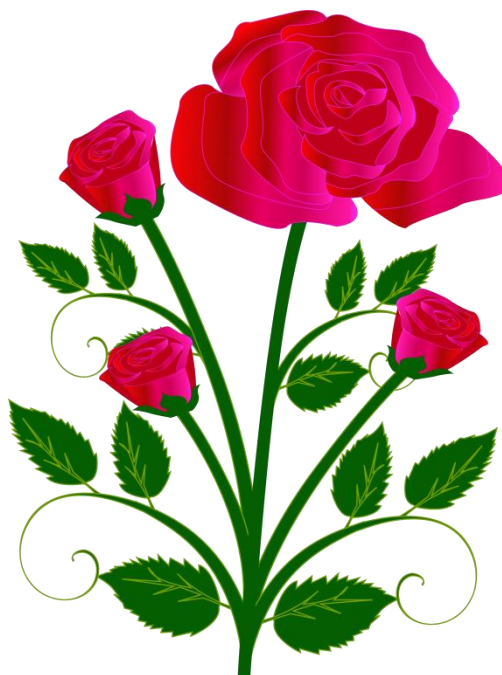
Maria, Mieczysława, Jacek, Ludwik

Informacje przygotowała **Wiesia**

Dla Wszystkich Solenizantów grudniowych w Gazetce wymienionych i niewymienionych serdeczne życzenia:

Dużo zdrowia, pomyślności i zdrowych, spokojnych Świąt oraz szczęśliwego nowego roku 2016!

Życzenia w imieniu Zespołu Redakcyjnego
przygotował **Michał**



Oficjalne otwarcie Kronikarni

W dniu 27 listopada 2015 r. nastąpiło oficjalne otwarcie Kronikarni – miejsca, w którym będziemy dokumentować zarówno te wyjątkowe, jak i codzienne wydarzenia z naszego Domu, świadczące o aktywności mieszkańców. To właśnie tam, oprócz zdjęć, będzie można podziwiać prace powstające podczas zajęć terapeutycznych oraz medale i dyplomy zdobywane podczas zawodów sportowych, przeglądów teatralnych, muzycznych oraz konkursów. Nieodłączną częścią Kronikarni jest Galeria. Cyklicznie będziemy w niej zamieszczać prace wykonane przez mieszkańca, który wyraził gotowość do zaprezentowania swojej twórczości, bez względu na technikę wykonania. Chcemy w ten sposób podkreślić indywidualność, pasje i zainteresowania osób przebywających w naszym Domu. Jako pierwsza swoje prace zdecydowała się zaprezentować Pani Klara. Są to litery jej imienia, ozdobione różnymi technikami plastycznymi. Powstawały one podczas wspólnie spędzonych chwil z Panią Renatą. Dzięki wzajemnej współpracy Pań możemy podziwiać niezwykle dzieło, które przypominam nam, że każdy może być twórcą, bez względu na ograniczenia, przy pomocy drugiego, życzliwego człowieka. Zapraszamy do oglądania Galerii Pani Klary oraz „zaglądania” do naszej Kronikarni.



Kilka słów o św. Mikołaju

Mikołaj przychodzi 6 grudnia i przynosi worek z prezentami. W swojej świcie ma aniołki i diabełki. Można podczas takiej wizyty nawet zrobić sobie zdjęcia z Mikołajem.

Pamiętam spotkanie z Mikołajem, dawno temu, jak byłam jeszcze dzieckiem. Było to u Sióstr w Krakowie. Szczególnie pamiętam, że byłam zadowolona z paczki, w której były słodczyce.

Św. Mikołaj był biskupem. Żył w dawnych czasach. Urodził się w rodzinie bogatych. Był

jedynym dzieckiem swoich rodziców. Był od dziecka pobożny i przez całe swoje życie wrażliwy na niedolę innych. Podrzucał często niezauważalnie pieniądze biednym. Uratował też np. rybaków od niechybnego zatonięcia, gorąco się za nich modląc. Mikołaj potrafił też wstawiać za innymi np. wstawił się u wtedy panującego cesarza za młodzieńcami, pochopnie skazanymi na śmierć i uratował ich od niechybnej śmierci.

Św. Mikołaj umarł 6 grudnia. Stało się to między rokiem 345 a 352.

Na pamiątkę życia św. Mikołaja, obchodzimy co roku dzień św. Mikołaja.

Św. Mikołaj uczy nas pobożności i wrażliwości na innych. Uczy nas, że w życiu warto być dobrym... stale, nie tylko 6 grudnia....

Małgorzata

Spotkanie z Mikołajem



Siedziałyśmy przy stole, malowałyśmy Mikołaja, mówiliśmy o tym, jak Mikołaj wygląda i tu nagle – dzwonki i dzwonięcie. Mikołaj przyjechał do nas także w tym roku.



Siostra Wiola z dużej kartki czytała kto ma podejść do Mikołaja i Mikołaj prosił, aby coś zaśpiewać lub powiedzieć. Mikołaj rozdawał wszystkim paczki. Na koniec oglądaliśmy co jest w paczkach. A były tam słodycze. Dzielił się potem między sobą słodyczkami.

Beata



Boże Narodzenie

Nazwa Wigilia Bożego Narodzenia pochodzi od łacińskich słów *vigiliare* – czuwać oraz *wigilia* – straż nocna, warta, czuwać. W Kościele wigilia obchodzona jest przed Bożym Narodzeniem – z obowiązującym postem i czuwaniem. Jest dzień przygotowań i rodzinnych ceremonii. W dniu wigilii nie można się kłócić i należy wybaczyć sobie wszystkie urazy. Stare przysłowie mówiło, że „jaka wigilia, taki cały rok”.

Wigilię, jak i Boże Narodzenie często nazywamy Gwiazdką – na pamiątkę gwiazdy, która pojawiła się nad Betlejem, w noc Narodzenia Chrystusa i prowadziła do stajenki pasterzy i mędrców ze Wschodu. Pierwsza, jasna gwiazda, w wigilię, o zmierzchu jest znakiem, by usiąść do wieczornej kolacji.

Dawniej, najbardziej znanym i charakterystycznym elementem wystroju świątecznego była słoma, lub snopy zbóż ustawione w kątach izb. Również na stole kładziono wiązki siana, na tym obrus, lub białą lnianą chustę i sypano na to ziarna zbóż. Wszystko to miało przypominać, że Jezus urodził się w stajni, na sianie. Obecnie kładzie się na stole już tylko symboliczną garstkę słomy lub siana.





W czasach, kiedy nie był znany jeszcze zwyczaj dekorowania choinek, w domach i obejściach zawieszano gałązki jodły, świerku, czy sosny. Przybijano je do ścian domów, wrót stodół, stajni obór, wtykano za ramy obrazów. Zielona gałązka była symbolem życia, wierzono również, że ma właściwości lecznicze. Obecnie we wszystkich domach staje pięknie przybrana i oświetlona choinka. Tradycja ta przysłała do Polski z Niemiec w połowie XIX wieku. Choinki najpierw pojawiły się w miastach, głównie w domach mieszczan niemieckiego pochodzenia. Na wsi, należały do rzadkości. Pierwsze choinki ubierano w jabłka, orzechy, pierniki. Z czasem przybywało innych ozdób. Najpierw były to własnoręcznie wykonane ozdoby z papieru, kolorowej bibułki, słomki, i wyduszek jaj.

Pierwsza gwiazda oznacza, że czas usiąść do wigilijnej wieczerzy postnej. W zależności od regionu uroczysta kolacja nazywana jest wilią, wigilią, kutią, pośnikiem lub postnikiem. Na stole, na honorowym miejscu, kładzie się opłatek, oraz

dotatkowy talerz. Jest on przeznaczony dla niespodziewanego gościa, który może zapukać do naszych drzwi i którego zgodnie z tradycją należy jak najlepiej ugościć. Wigilijną wieczerzę poprzedza ceremonia łamania i dzielenia się opłatkiem z najbliższymi na znak pojednania, pokoju i miłości. Jadłospis wigilijny składa się z wielu różnych potraw postnych. Ich ilość i rodzaj zależy od tradycji regionu i zwyczajów domowych. W niektórych domach wieczerza wigilijna składa się z dwunastu dań, nawiązując tym samym do liczby apostołów.

Typowe menu wigilijne składa się zazwyczaj z barszczu czerwonego lub zupy grzybowej, śledzia, kapusty z grzybami, pierogów z grzybami lub kapustą, klusek z makiem. Na deser podaje się ciasto makowe, pierniki, orzechy, kompot z suszonych owoców. Dawniej, po wieczerzy wigilijnej, wszyscy domownicy szli do stajni ze specjalnym opłatkiem przeznaczonym dla zwierząt i z jadłem domowym, które dzielono między bydło, by ono również wiedziało o wielkim święcie Bożego Narodzenia. Po tym obrzędzie wracano do izby, gdzie wróżono przyszłość z siana wyciągniętego spod obrusa, opowiadano o cudach, które dzieją się w tę noc i o zwierzętach, które mówią ludzkim głosem.

Czas Bożego Narodzenia to również śpiewanie kolęd – pieśni wywodzących się z hymnów łacińskich. W średniowieczu hymny takie śpiewane były wyłącznie w świątyniach rzymskich, by później rozprzestrzenić się w całej Europie. Typową polską kolędą jest pieśń „W żłobie leży”. Słowa do niej ułożył polski kaznodzieja Piotr Skarga, zaś kolędę „Bóg się rodzi” napisał z kolei Franciszek Karpiński. Obdarowywanie się prezentami jest momentem szczególnie radosnym dla dzieci. To jedna z najmłodszych tradycji Bożego Narodzenia. Niegdyś tylko królowie i księżęta mogli pozwolić sobie na taki gest. Zwyczaj ten w późniejszym okresie przyjął się na dworach szlacheckich, by dopiero w połowie XIX w., zagościć w domach mieszczan. Na wsi pojawił się w pierwszych dziesięcioleciach XX w., i praktykowany był wyłącznie w najbogatszych, chłopskich rodzinach. Dzieci otrzymywały jabłka, orzechy, pierniki. Na Kaszubach wręczał je Gwiazdor, w Polsce centralnej św. Mikołaj, zaś na Śląsku było to Dzieciątko Jezus, lub Aniołek.

Przygotował **Mieczysław**



O Bożym Narodzeniu - Jasia

Narodził się Pan Jezusek. Urodziła go Matka Boska, a opiekował się nim św. Józef. Maryja była bardzo ważna dla Pana Jezuska, narodziła Go w nędznej szopie, w której nic nie było. Było tam pusto, nie było ani zwierząt ani ludzi. Ale Pan Jezusek otrzymał Wielką łaskę od Boga, a było to Serce Maryi – Wielka Miłość.

Moje przemyślenia o Bożym Narodzeniu – Małgorzata

Boże Narodzenie kojarzy mi się w Wigilią, choinką, kolędami. Święta Bożego Narodzenia to też odwiedziny rodziny u mnie, telefon od Adama z życzeniami. Boże Narodzenie to też życzenia od Księdza Dyrektora i poświęcenie opłatków. Boże Narodzenie to też różne uroczystości w Kościele.

Wizyta św. Mikołaja u Nas ...

Karteczka z życzeniami od Bożeny.

Święta Bożego Narodzenia przypominają nam o tym, że dawno temu w Betlejem urodził się Pan Jezus, a wraz z nim urodziło się dobro i cierpliwość ...



Opowiadanie „Chusta Weroniki” autorstwa Pani Haliny, pacjentki Zakładu Opiekuńczo-Leczniczego w Zatorze.

Rozdział V

Minęło kilka dni od spotkania Klaudii i Zuzanny z Nauczycielem z Nazaretu. Przez te dni Klaudia pilnie uczyła się od Zuzanny języka aramejskiego przede wszystkim w mowie. Dzięki temu, że była zdolna do języków szło to bardzo szybko. Często też gdy była sama rozmyślała o dziwnych słowach Mistrza z Nazaretu. Co za wyjątkowy podarunek może dać nawet bardzo zdolny cieśla, jej bogatej Rzymiance pochodzącej z jednej z najszlachetniejszych rzymskich rodzin? Dlaczego nie może przywrócić życia mojemu dziecku? Może zabrania Mu tego Jego Ojciec Bóg Żydów? Jeśli tak, to i Jezus byłby Bogiem. No to rozumiem, przecież nasz Jowisz też ma dużo dzieci, które są bogami. A dlaczego Jego Ojciec tego Mu nie pozwoli? Ach już wiem. Widoczne te cuda może czynić tylko dla Żydów. Rozmyślając tak, bezwiednie skierowała wzrok na drzwi do swojego cubiculum i zobaczyła w nich drobną postać wyzwolénca swojego męża, który pełnił w domu rolę gońca.

- Szlachetna pani, twój małżonek Poncjusz Piłat pragnie cię dziś odwiedzić. Właśnie wrócił z podróży na Korsykę i Sycylię i po południowej Italii...

Klaudia oniemiała. Od śmierci dziecka mąż odwiedzał ją bardzo rzadko, a nawet jej unikał. Co ma znaczyć jego dzisiejsza wizyta? Drgnęła i rumieńce wystąpiły na jej policzkach... Czyżby zaczęła się spełniać ostatnia obietnica Nauczyciela... o tym, że tu na Ziemi dozna jeszcze miłości męża i radości z jej owocu?

Podeszła do zwierciadła, poprawiła włosy i fałdy peplum.

- Powiedz memu małżonkowi, że go oczekuję.

Wyzwoleniec zniknął za drzwiami, a po dłuższym czasie Klaudia usłyszała charakterystyczne kroki męża.

Poncjusz Piłat wszedł do cubiculum żony. Na ramieniu niósł zwój błyszczącej i świetlistej tkaniny, która mieniła się wszystkimi kolorami tęczy..

- Witaj moja Jutrzenko. Witaj droga moja Kornelio. Przynoszę ci niezwyklej dar z mojej podróży po południowej Italii, którą odbyłem w towarzystwie Cezara Tyberiusza i podałem jej szal z błyszczącej tkaniny.

Poncjusz nazywał swoją żonę Kornelią z drugiego jej imienia, ponieważ pochodziła z tej rodziny, co słynna Kornelia matka Grakchów, na której cześć otrzymała drugie imię. Piłatowi, który pochodził z innej zamożnej rodziny, bardzo pochlebiało, że jego żona jest z tak znakomitej rodziny i dlatego nazywał ją Kornelią.

Klaudia z radością patrzyła na lśniącą tkaninę... A więc jednak coś dla niego znaczę - pomyślała.

- Dziękuję ci mój panie i mężu za tak piękny dar i za pamięć o mnie. Delikatnie muskała palcami fałdy tkaniny. To dar godny królowych Wschodu.

- Tkanina ta, to bisior, najdroższa materia świata. Nici jej wyrabiane są z pancerzyków morskich ślimaków, dlatego tak lśni srebrzyście. Nie można na niej malować wzorów. Można ją jedynie farbować w całości. Specjalizują się w jej wyrabianiu warsztaty tkackie w Południowej Italii, na Sardynii i Korsyce. Mojej pani będzie w niej pięknie. I okrył błyszczącym szalem ramiona żony.

- Co słyszeć w Italii? - spytała Klaudia męża. Jak się ma Cezar? Podobno podróżowaliście razem z Tyberiuszem?

- Cezar Tyberiusz szalał i szaleje, ale wszyscy jego doradcy, to dopiero prawdziwi wariaci... Tu Piłat rozejrzał się po ścianach cubiculum - O czasy! O Obyczaje! Nie tak było za starych rzymskich czasów. Dziś brat boi się brata, mąż żony, syn ojca, ojciec syna. Sieć donosicielstwa kwitnie!

- Poncjuszu chyba nie dlatego odsunąłeś się ode mnie, że się boisz, żebym czegoś na ciebie nie doniosła Tyberiuszowi?

- Nie moja Kornelio, moja droga - delikatnie pieścił jej rękę. Śmierć naszego Marka była dla mnie wielkim wstrząsem... Do dziś nie mogę się z nią pogodzić, zawałił się dla mnie świat, który sobie zbudowałem... Ja już nie wierzę w naszych bogów Kornelio! Nie wiem już co jest dobrem, a co złem, nie wiem co to jest prawda, a co fałsz, co piękno, a co brzydota...

- Poncjuszu i ja zaczęłam wątpić w istnienie naszych bogów. Często gdy oddaję pokłon ich posązkom, zdarza mi się, że pomyślę "kłaniasz się terakocie".

- A więc Kornelio oboje zostaliśmy bezbożnikami i Piłat roześmiał się sarkastycznie - więc chodźmy do łóża pokochać się...

Gdy leżeli przytuleni do siebie, głaskał jej włosy i szukał ustami jej ust. Oddawała mu pocałunki, a w przerwie między nimi szeptała:

- Przepowiednia zaczyna się spełniać.

- Przepowiednia zaczyna się spełniać.

- Jaka przepowiednia? - spytał mąż.

- Że będę miała miłość męża.

- A jakże może być inaczej moja Kornelio!

Następnego dnia Klaudia pokazywała swój biało-srebrzysty szal, podarunek od męża, Zuzannie. Zuzanna przyjrzała się tkaninie.

- To bisior w jaki ubierała się królowa Saba, o którym pisał król Dawid w swoich psalmach.

- Taki tkają tylko w Południowej Italii. Mój ojciec był tkaczem, tak jak jego ojciec, a mój dziadek. W młodości mój ojciec chciał nauczyć się tkąć bisior, ale jego ojciec miał za mało pieniędzy, by

uczyć się od mistrzów z Korsyki i Sardynii. Nauka tkania bisioru bardzo drogo kosztuje i ojciec uczył się tkania namiotów od pewnego bogatego tkacza, obywatela rzymskiego w Tarsie. Ten tkacz miał wnuka Szawła, który też nauczył się tkania namiotów, a że był zdolny, wysłał go na naukę pisma do Jerozolimy, do szkoły Gamaliela. A teraz ten Szaweł jest znaczniejszy wśród faryzeuszów.

Klaudia, która była rozmarzona i szczęśliwa po nocy spędzonej z mężem cieszyła się, że znów rozkwitła ich miłość i nie bardzo chętnie słuchała wynurzeń Zuzanny na temat tkania bisioru, przerwała swojej wychowawicy.

- Zuzanno dla mnie szal ten jest cenny nie przez bogactwo jego tkania, ale przez to, że wraz z jego otrzymaniem wróciła miłość do mnie i do mojego męża. Ostatnia przepowiednia Waszego Proroka z Nazaretu sprawdziła się!

Przypisy do rozdziału V

Cubiculum – sypialnia w domu rzymskim.

Tyberiusz Cezar (ur. 42 r. p.n.e. – zm. 37 r. n.e.) – cesarz rzymski, syn Tyberiusza Klaudiusza, następca Oktawiana Augusta.

Kornelia (II w. p.n.e) – matka Grakchów, córka Scypiona Afrykańskiego Młodszego, wzór matrony rzymskiej, z 12 jej dzieci przy życiu pozostało 2 synów (Tyberiusz i Gajusz) oraz córka Sempronia.

Peplum – szata kobieca w starożytnej Grecji i starożytnym Rzymie.

Terakota – rodzaj gliny występującej w Italii, z której w starożytności wykonywano posąжки bóstw pogańskich.

Psalmy króla Dawida – żydowski król, z jego rodu pochodził Pan Jezus, był poetą, pisał pieśni wystawiające Boga Izraela.

Gamaliel – żydowski teolog, nauczyciel Szawła z Tarsu, późniejszego Pawła z Tarsu.

Halina

O kaplicy



W kaplicy można się modlić, można spowiadać się tam (tak jak czasem też i w pokoju). Do kaplicy idzie się, bo jest msza. W kaplicy bardzo ważna jest obecność księdza, który odprawia mszę świętą, rozdaje Komunię i przychodzi do wszystkich chorych osób. W kaplicy gra też pani Terenia na organach, a czasem pani Ania.

Jak są Święta Bożego Narodzenia, czyli niedługo, to w kaplicy jest choinka i jest też szopka, w której jest osiołek, bydlęta i przede wszystkim jest malutki Pan Jezus, a wraz z Nim

jest Matka Boża i Święty Józef.

Dla mnie bardzo ważna jest kaplica, bardzo ważne jest dla mnie brać udział we Mszy świętej.

Maria – Kościelna

O Świętych...

Św. Szczepan – diakon, męczennik

Nie wiemy gdzie, ani kiedy się urodził, nie znamy jego wcześniejszego życia. Dzieje Apostolskie wymieniają go

jako jednego z siedmiu diakonów wybranych do sprawowania opieki nad wdowami i ubogimi. Szczepan nie ograniczył się do tej postugi, ale gorliwie nauczał prawd wiary. Wypominając starszyźnie żydowskiej, że nie poznała Zbawiciela, naraził się na jej zemstę. Został ukamienowany za murami Jerozolimy jako pierwszy

z wyznawców Chrystusa. Jego relikwie są przechowywane w bazylice św. Wawrzyńca w Rzymie. Jest patronem woźniców.

Przygotował **Mieczysław** na podstawie – „Kalendarza Katolickiego 2004”

Z cyklu: miejsca znane i mniej znane

Wspomnień ciąg dalszy...

Jadąc w Bieszczady na kolejną wycieczkę zatrzymaliśmy się w Przemyślu, moim rodzinnym mieście. W Przemyślu jest piękny Rynek i wzgórze Królowej Jadwigi. Kilkanaście kilometrów od Przemyśla jest Kalwaria Pałacowska – tam nocowaliśmy. W Kalwarii pałacowskiej jest Sanktuarium Maryjne i Klasztor Franciszkanów. Zachęcam czytelników gazetki by pojechać do Kalwarii Pałacowskiej.

W Bieszczadach zwiedziliśmy Komańczę – miejsce uwięzienia Kardynała Wyszyńskiego. Liczne cerkwie prawosławne i greckokatolickie, też mieliśmy okazję je zobaczyć. Z cerkwi pamiętam przepych i złoto. Kolejne miejsce, które odwiedziliśmy podczas tej wycieczki to Dukla – miejsce zamieszkania pustelnika – św. Jana z Dukli.

Alina

Betlejem

W Betlejem urodził się Pan Jezus. Dziś to miasto nadal istnieje. Jest oddalone ok.

10 km od Jerozolimy (od red. Stolicy i największego miasta Izraela). Mieszka tam obecnie ok. 30000 tys. osób. Większość mieszkańców Betlejem to chrześcijanie. Żyją oni głównie z obróbki drewna oliwkowego, wyrobów z masy perłowej i turystyki.

Chciałbym kiedyś pojechać do Betlejem, lecz wiem, że może być to trudne. Do Betlejem jednak można dotrzeć przez oglądanie filmów o tym miejscu, przez oglądanie ilustracji i zdjęć lub słuchanie różnych opowieści o miejscu, gdzie narodził się Pan Jezus.

Jurek

Jaki był dla mnie rok 2015 i czego życzę sobie w nadchodzącym nowym roku... - relacje mieszkańców

Kornelia: Dla mnie ten rok był trochę smutny, trochę radosny. Życzyłabym sobie w nowym roku trochę więcej pieniędzy, zdrowia, i radości.

Ela: Dla mnie 2015 r. był dobry. Siostra mnie odwiedziła. Mam dobrą opiekę w Domu, cieszę się z tego. W nowym roku pragnęłabym, aby znowu odwiedziła mnie siostra, bym była zdrowa, by wszystkie problemy, sprawy się poukładały.

Boguś: Rok 2015 był dla mnie szalony. Zdarzały się sytuacje trudniejsze, ale



przychodziło też uspokojenie.

Beata: Rok 2015 był dla mnie trudny, bo bardziej tęskniłam za mamą. W nowym roku chciałabym by mnie mama odwiedziła, chciałabym zobaczyć brata, chciałabym więcej pieniędzy.

Wiesia: W nowym roku chciałabym być zdrowa. Myślę o okularach. Myślę też o spotkaniu z siostrą. Chciałabym być w nowym roku uśmiechnięta. W tym roku było mi smutno.

Gosia: Ten rok był dla mnie dobry, odkąd tutaj zamieszkałam zaprzyjaźniłam się z Beatką, pomagamy sobie nawzajem. W nowym roku chciałabym mieć dużo pieniędzy i by mnie rodzina odwiedziła.

Teresa: W 2015 roku myślałam bardziej o rodzinie, nie wiem co u nich, smutno mi było. W nowym roku chciałabym żeby było więcej pieniędzy.

Jasia: Mijający rok 2015 był dla mnie średni, raz dobry, raz niedobry. Cieszy mnie, jak przychodzi do mnie moja pani opiekunka. Miałam operację nogi, a po operacji zaczęła się rehabilitacja. W tej rehabilitacji biorę udział do dziś na Sali rehabilitacyjnej, a także chodzę po korytarzu. Stał się taki cud – zaczęłam chodzić.



Warto obejrzeć... „Moje 600 gramów szczęścia”

Ten serial pokrótce pokazuje to, jak wygląda życie wcześniaków od urodzenia do wyjścia do domu. Zachęcam do obejrzenia tego serialu dokumentalnego, aby móc m.in. zobaczyć, co może wywoływać porażenie mózgowe dziecięce i czym jest porażenie mózgowe dziecięce i dlaczego w ogóle występuje.

W tym serialu wystąpiła pani doktor, spokojna taka, z powołania pani doktor, która opowiedziała właśnie o porażeniu mózgowym dziecięcym i o wcześniakach. Takiego lekarza człowiek by sobie życzył.

Ten program pozwolił mi rozwikłać czym jest porażenie mózgowe. To rozwikłanie tego czym jest porażenie mózgowe dziecięce jakby podniosło mnie do góry – dało nawet radość, że wiem skąd się bierze ta choroba.

W ramach powtórek (bo serial niestety już się skończył w TVP) bądź w razie dalszego ciągu obejrzyjcie koniecznie.

Anonimowy Dziennikarz

Kącik o urodzie

Sylwestrowy make-up



Jeżeli decydujemy się na makijaż sylwestrowy, to bardzo ważne jest, aby wybrać takie kolory, w których będziemy się dobrze czuć i dobrze wyglądać. Oczywiście nie ma konieczności malowania się, jeżeli ktoś nie chce i nie lubi się malować.

Możemy pomalować oczy, rzęsy, usta. Makijaż musi być trwały, aby wyglądać pięknie i świeżo podczas całej zabawy sylwestrowej.

Bardzo modny jest w tym roku mocny makijaż. Przede wszystkim mocno podkreślone oczy – można użyć cieni w ciemnych kolorach, podkreślić rzęsy zalotką. Można też użyć błyszczącego brokatu na powieki. Taki makijaż zawsze robi wrażenie. Ważne jest, aby makijaż pasował do kreacji sylwestrowej. Nieodłącznym elementem jest także fryzura, która musi być nie tylko piękna, ale i trwała. Należy pamiętać, by włosy były

dokładnie upięte, uczesane, a gotowa fryzura utrwalona lakierem do włosów. Można włosy pokręcić, zafarbować. Fryzura także musi pasować do kreacji i makijażu – wszystko to spowoduje, że będziemy pięknie wyglądać i mieć dobry humor.

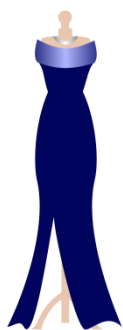
Aniela, Teresa, Jola, Kornelia



Kącik o modzie

Moda sylwestrowa

Przed każdym Sylwestrem pojawia się kłopotliwe pytanie: Jak się ubrać, aby pięknie wyglądać? Każdy w tę wyjątkową noc sylwestrową chce wyglądać dobrze i elegancko. Moda zmienia się co roku, trudno czasem za nią nadążyć. Wcale jednak nie trzeba bacznie śledzić najnowszych trendów, aby świetnie wyglądać. Najważniejsze, to odnaleźć swój własny, niepowtarzalny styl. Warto pamiętać słowa



słynnej projektantki mody Coco Chanel: „Mody przemija, styl pozostaje”. Jedną z ważniejszych zasad dobrego stylu jest zasada „mniej, znaczy więcej”. Liczy się też skromność, zadbane wygląd, dobry gust. Należy dbać o to, aby zawsze wyglądać schludnie – elegancko ułożone włosy, twarzowy, delikatny makijaż, wypielęgnowane paznokcie.



Strój jest ramą obrazu...

Ubrania, które nie wychodzą z mody sylwestrowej.

Klasyką gatunku, na każdą niemalże okazję, jest tzw. mała czarna sukienka. Jej ogromną zaletą jest możliwość doboru różnorodnych dodatków, które sprawią, że w tej samej sukience można wyglądać za każdym razem inaczej.

Natomiast jeżeli w Sylwestra chcemy wystąpić w czymś odważniejszym, warto wybrać czerwień, która przyciąga spojrzenia. W tym przypadku jednak trzeba uważać z doбором dodatków – stawiamy na skromność.

Dla tych, którzy preferują klasyczne rozwiązania, proponujemy zawsze aktualną czerń i biel, ale niekoniecznie w wersji szkolnej, lecz z lekką nutą fantazji i sylwestrowego

szaleństwa, choćby w formie ciekawego dodatku – złotej torebki, srebrnych butów czy czerwonej paska.

W noc sylwestrową chciałabym się przebrać za królowną, ubrać piękną suknię i maskę, żeby wyglądać jak królowna...

W Sylwestra trzeba się ładnie ubrać. Ubrać z gustem, żeby wyglądać elegancko i schludnie. Wybrać sukienkę skromną, za kolano, bez dużego dekoltu. W kolorze czerwonym, żółtym. Buty na średnim obcasie, żeby było elegancko i wygodnie. Torebka

musi pasować do sukienki, raczej mała, w kolorze np. srebrnym lub czarnym.



Nie może zabraknąć korali i kolczyków. Wskazany jest delikatny makijaż i ładna fryzura.

Aleksandra, Kornelia

Kącik o zwierzętach

ZWIERZĘTA Z SZOPKI ŚWIĄTECZNEJ

Szopka Bożonarodzeniowa przedstawia wyobrażenie tego, jak kiedyś wyglądało miejsce narodzin Jezusa Chrystusa. To, co pokazane jest w szopce, to chwile przybycia pasterzy i trzech króli. W każdej szopce znajduje się Maryja, Dzieciątko Jezus i Józef. W każdej szopce mieszkają też zwierzęta. Wśród zwierząt są owce, wół i osioł.

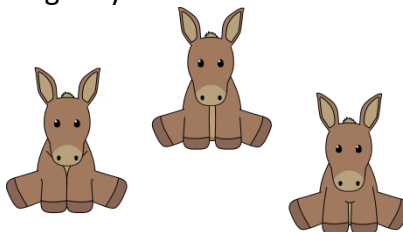
Ja napisze kilka słów o owcy i o osie.

Owce hoduje się dla ich wełny i dają rocznie od 3 do 15 kg wełny. Wydaje się że owce

w szopce bożonarodzeniowej dawały Świętej Rodzinie dużo ciepła.



U nas na Podhalu górale wyrabiają z mleka owczego bryndzę i oscypki. Myślę, że także dzięki owcom Rodzina Święta miała mleko i oscypki tzn. serki owcze. Może tak mogło być.



Teraz jeszcze kilka słów o osie. Osioł nie znosi wody. Gdy chce się go przeprowadzić przez

koryto rzeki prezentuje typowy osiły upór. Być może odpowiednie przygotowanie osiołka do drogi sprawia, że ten upór może być mniejszy. Dlatego osiołek z szopki pomagał Świętej Rodzinie w przewożeniu towarów, a także w przewożeniu Ich Samych, bo Józef odpowiednio się zajmował osiołkiem, był prawdopodobnie dla niego wyrozumiały, trenował go, starał się zrozumieć skąd bierze się ten upór.

Informacje pochodzą z Encyklopedycznego Atlasu Zwierząt

Boguś

Kącik o zdrowiu

O Przejedzeniu...

Gdy zdarzy się nam zjeść zbyt dużo, czujemy się źle. Wtedy może nas boleć brzuch (od red. co przytrafia się nam m.in. na spotkaniu pełnym pysznych potraw np. świątecznych. Pojawiają się wówczas kłopoty z trawieniem...), może pojawić się biegunka czy też inne bóle.

Sposoby na poprawę trawienia to:

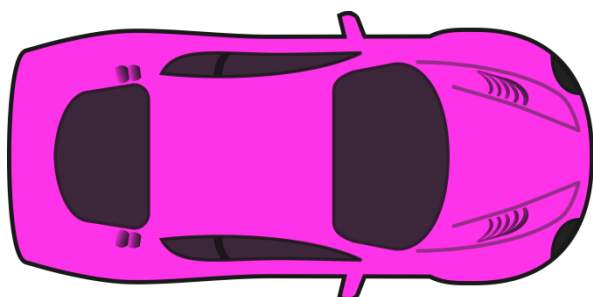
1. Filiżanka gorącej herbaty.
2. Herbata ziołowa na trawienie.
3. Kompot z suszonych owoców.
4. Ruch (od red. spacer) !!!!!
5. Lekka gimnastyka brzucha (od red. to ćwiczenie uaktywnia krążenie w układzie trawiennym i zapobiega zastojom pokarmu. Wstań, zrób wdech i wydech, a następnie na bezdechu próbuj wciągnąć na chwilę brzuch: przyciągaj okolice żołądka i brzuch jak najbliżej kręgosłupa. Puść, odetchnij i powtórz ćwiczenie kilka razy. Jeśli podczas wciągania brzucha czujesz, że pokarm podjeżdża Ci do przełyku, rób to ćwiczenie dopiero po spacerze).

6. Od red. Kochani Czytelnicy... jak we wszystkim, proponujemy zachować UMIAR!!!

Jola



Kącik o autach



Opel cz. 4

Przed II wojną światową fabryka Opla zaczęła produkcję samochodów wyścigowych, które osiągały rekordową wówczas prędkość 290 km/h. Dziś fabryka Opla produkuje auta w Niemczech i na całym świecie.

Krzysztof

Kulinaria



Potrawy wigilijne: Karp, ryba po grecku, śledzie, pierogi z kapustą i grzybami, uszka, kompot z suszek, makaron z makiem, zawijanka makowa, żur z ziemniakami, owoce, barszcz z grochem, krokiety, chałka.

Kluski z makiem

Składniki:

- 40 dag mąki
- 1 jajko
- 1 szklanka wody
- Proszek do pieczenia
- 1 łyżka stopionego masła
- Sól

Masa makowa:

- 25 dag maku
- 2,5 łyżki miodu
- Olejek migdałowy
- 1/2 szklanki orzechów włoskich
- 1/3 szklanki żurawiny
- 7 suszonych moreli
- 1/3 szklanki rodzynek
- 1/4 kostki masła

Przygotowanie:

- Do mąki należy dodać szczyptę soli i proszku do pieczenia, jajko oraz masło. Zagnieść ciasto dodając gorącej wody.

Rozwałkować, posypać mąką i zostawić na 1/2 godz. Do przeschnięcia.

- Ciasto podzielić na prostokąty o szerokości 6 cm, ułożyć jeden na drugim i pokroić w paseczki. Pozostawić na 1/2 godz. Następnie gotować 6 min. w osolonej wodzie z dodatkiem łyżki oleju i soli.
- Mak sparzyć, zemiać go dwa razy. Posiekać morele i orzechy. Dodać żurawinę i rodzynek. Roztopić masło, dodać miód, mak, bakalie, olejek. Podgrzewać 5 min. Dodać kluski i mieszać.

Schab ze śliwkami

Składniki:

- 1 kg schabu bez kości
- 250 g suszonych śliwek
- Mielona słodka papryka
- 3 łyżki oliwy z oliwek
- Sól i pieprz
- Cynamon i gwiazdki anyżu do dekoracji

Przygotowanie:

Naciąć schab w taki sposób, aby powstała kieszonka idąca przez całą długość mięsa. Kieszonkę wypełnić szczelnie śliwkami. Oliwę z oliwek wymieszać z solą, pieprzem i mieloną papryką - natrzeć schab z zewnątrz. Odstawić mięso na 12 godzin do lodówki, aby przeszło smakiem i aromatem dodatków. Następnie piec ok. godziny w piekarniku nagrzanym do 180 stopni. Na koniec udekorować cynamonem i gwiazdkami anyżu.



Przygotowała Ela

Smacznego



KONKURS!

KONKURS!

I tym razem zachęcamy Was Drodzy Czytelnicy do udziału w konkursie. Na odpowiedzi czekamy do 15.01 .2016. W formie pisemnej prosimy o złożenie ich w dyżurce DPS- u.

Wśród prawidłowych odpowiedzi rozlosujemy trzy nagrody główne i nagrody pocieszenia!

Pytania konkursowe

1. O czym przypominają nam Święta Bożego Narodzenia?
2. Kiedy jest Wigilia?
3. Co robimy w Wigilię?
4. Jakie potrawy jemy na kolację wigilijną (wymień minimum 4 potrawy)?
5. Czego uczy Nas św. Mikołaj?
6. Jaki typ samochodów przed II wojną światową zaczęła produkować fabryka Opla?

Zespół Redakcyjny – Kornelia, Anieli, Jola, Ludwik, Teresa, Michał, Boguś, Ela, Stasia, Gienia, Beata, Małgosia, Krzysztof, Jurek, Wiesia, Aleksandra, Mieczysław, Anonimowy Dziennikarz, Jasia, Maria, Kasia, Joasia

Redaktorzy współpracujący: Halina, Alina, Leszek