



Pismo redagowane przez Mieszkańców
Domu Pomocy Społecznej w Zatorze



Życzenia noworoczne

Dla wszystkich Czytelników Gazetki z okazji nowego roku 2016
wszystkiego dobrego, zdrowia, szczęścia i naprawdę wszystkiego,
wszystkiego dobrego!!!

W imieniu Zespołu Redakcyjnego życzenia przygotowała Maria - Kościelna

Kwiat Róża



LESZEKA
SYGURA

AKTUALNOŚCI

1. Możliwość uczestnictwa w codziennej Mszy Świętej, Godzinie Miłosierdzia.
2. Zajęcia świetlicowe dla mieszkańców DPS:
 - indywidualne;
 - dziewiarskie, plastyczne, stolarskie, muzyczne, aktywizujące;
 - gospodarstwa domowego;
 - komputerowe;
 - klub majsterkowicza.
3. Próby kolęd i wierszy do spotkania opłatkowego i wspólnego kolędowania.
4. Spotkanie opłatkowe dla zaprzyjaźnionych domów pomocy społecznej w Regionalnym Ośrodku Kultury w Zatorze – 13.01.2016 r.
5. Zajęcia gospodarstwa domowego – 28.01.2016 r.
6. Przygotowanie dekoracji, strojów, masek do zabawy karnawałowej.
7. Zabawa karnawałowa – 27.01.2016 r.
8. Zajęcia świetlicowe dla pacjentów ZOL.
9. Możliwość uczestnictwa w projekcjach filmowych.

Informacje zebrała **Teresa** na podstawie planu sporządzonego przez Panią Anię

Solenizanci styczniowi...

Imieniny w styczniu obchodzą:

Agnieszka, Mieczysława, Genowefa, Ludwik

Urodziny w styczniu obchodzi:

Maria

Informacje przygotował **Michał**

Dla Wszystkich Solenizantów styczniowych ...

Życzenia najlepsze ...

Zdrowia, szczęścia, pięknej pogody tj. słońca na zewnątrz oraz w sercu...

Przyjaciół Dobrych oraz by Dobro było w życiu
Każdego z Was ...

W imieniu Zespołu Redakcyjnego
życzenia przygotował **Ludwik**



Spotkanie opłatkowe w Regionalnym Ośrodku Kultury w Zatorze – relacja Aniela i Jerzego

Poszłam do Ośrodka Kultury z Przyjaciółmi z Domu i Opiekunami. Siedziałam przy stole. Oglądałam występ kolegów i koleżanek i słuchałam kolęd. Łamałam się opłatkiem, potem jadłam ciasto, rybę, sałatkę i kawę. Podobało mi się, podobały mi się kolędy.

Aniela



Podobało mi się na spotkaniu opłatkowym. Jedzenie było dobre. Podobał mi się występ kolegów i koleżanek z Domu. Śpiewali kolędy. Przyszli goście z innych Domów. Łamaliśmy się opłatkiem.

Jerzy



Święta Bożego Narodzenia... wspomnienie

Święta Bożego Narodzenia tutaj czyli w Domu Pomocy Społecznej.

Wigilię mieliśmy 24.12.15r. między godziną 16.30 a 17.00. Ksiądz Dyrektor pobłogosławił opłatki, złożył nam życzenia. My także między sobą składaliśmy sobie życzenia, śpiewaliśmy kolędy. Potem Ksiądz Dyrektor poszedł na górę, a myśmy poszli na jadalnię, na kolację wigilijną. Na kolacji wigilijnej były dwie zupy, grzybowa z fasolką i barszcz z uszkami. Na drugie była ryba z ziemniakami i z kapustą.

Na deser było ciasto makowe, kluski z makiem, piernik itp., kompot ze śliwek.

Śpiewaliśmy kolędy.

O godz. 22.00 była Pasterka, do 23.00.

W piątek 25.12.15r. było zakończenie rorat. Ksiądz wówczas rozdawał podarki dla tych osób, które chodziły na roraty.

Popołudniu była u nas żywa szopka. Siostry zakonne przebrały się za Matkę Bożą z Dzieciątkiem i za pastuszków, a dwie Siostry były przebrane za aniołki. Grały na gitarze i miały dzwoneczki w rękach. Śpiewaliśmy kolędy. W sobotę i w niedzielę była Msza Św. o godz. 11.00. Tak spędziłam święta. Było miło i przyjemnie.



Małgosia

Nowy Rok

Dzień Wigilii Nowego Roku, zwany jest również Sylwestrem. Nazwa ta pochodzi od legendy o prorocестве Sybilli, która przepowiedziała, że w 1000-nym roku będzie koniec świata. Pojawić się miał wówczas latający smok Lewiatan, potwór, który został uwięziony w lochach Watykanu, przez papieża Sylwestra I. Według przepowiedni smok ów, miał zbudzić się w nocy z 999/1000 rok, nastąpił skruszyć Pieczęć, którą był zakneblowany, i ziejąc ogniem i siarką spalić niebo i ziemię. Kiedy więc 999 rok, w całej Europie zapanowało przerażenie – nazwane później przez historyków kryzysem milenium. Jednakże o północy smok Lewiatan nie pokazał się, miasta stały tak jak stały, przerażenie przemieniło się w radość, zaś papież Sylwester II udzielił błogosławieństwa „urbi et orbi”. Dlatego ostatni dzień roku nazywamy Sylwestrem. W dawnej Polsce wieczór sylwestrowy przypominał wieczór wigilijny. Różnił się tylko tym, że na stołach pojawiała się mięso i nie dzielono się opłatkiem. Dzień Nowego Roku należy przeżyć w zgodzie i dobrym nastroju. Oczywiście stół musi być suto zastawiony, tak aby cały przyszły rok był pomyślny i dostatni. Nieodłącznym elementem jest składanie sobie życzeń. Jednym z nich jest staropolskie „Do siego Roku”, co oznacza życzenia dostatniego i szczęśliwego roku lub doczekania sędziwych lat. W dzień Nowego Roku wrócono o pogodzie i urodzaju. Gdy pierwszy dzień roku był mroźny i jasny oznaczało to, plony będą obfite. W Nowy Rok - tak jak w całym okresie świątecznym - przychodzą do domów kolędnicy. Dawniej na południu Polski w dniu Nowego Roku domy były odwiedzane przez młodych mężczyzn, ubranych w słomiane, wysokie czapy, pasy i kryzy ze słomy. Kiedy taka gromada weszła do domu, natychmiast pakowała do płóciennych toreb jedzenie. Potrafili również wywracać furtki i płoty, pozatykać kominy starymi szmatami, wypuścić bydło z obory, pochować narzędzia gospodarskie. Pokrzywdzeni gospodarze nie narzekali, ponieważ wierzone, że wizyty takie są zapowiedzią szczęśliwego i dostatniego roku.

Przygotował **Mieczysław** na podstawie – „Księgi życzeń i dedykacji”

„Wszyscy jesteśmy królami”

Szóstego stycznia świętowaliśmy Dzień Objawienia Pańskiego czyli w naszej zachodniej tradycji Święto Trzech Króli na pamiątkę Objawienia się Chrystusa tzn. poganom czyli nam, bo nasi przodkowie byli poganami tzn. nie znali wiary w Jedyne Boga.

W tym dniu w krajach Europy zachodniej przez duże miasta i mniejsze miejscowości ciągną orszaki Trzech Króli. Ludzie przebrani za Trzech Króli lub osoby z ich orszaku podążają przez ulice miast do kościołów, aby w kościele przy szopce złożyć Małemu Jezusowi pokłon i swoje dary. Od kilku lat, gdy znów w Polsce mamy Święto Trzech Króli, zwyczaj ten pojawił się w Polsce i warto go na stałe przyjąć, bo jest bardzo piękny. W końcu każdy z nas ma jakieś cechy pozytywne – zalety, zdolności, umiejętności, coś w czym dobrze wypada lub dobre uczynki, które spełnia. Wszystko to, tak jak Trzej Królowie możemy zanieść Małemu Jezusowi, jako nasze dary dla Niego. Zastanówmy się więc co możemy ofiarować Dzieciątku...

Pomyślmy też jak zrobić koronę (może i płaszcz?) – bo wszyscy jesteśmy królami, w tym sensie, że każdy z nas ma w sobie coś cennego, co można ofiarować Jezusowi. I chodźmy w uroczystym orszaku przez ulice naszych miejscowości do kościoła, do szopki...

Stara chrześcijańska legenda mówi o tym, że Królów szukających Jezusa było czterech. Ten czwarty był najmłodszy i miał na imię Absalon. W czasie wędrówki wielbłąd Absalona okulał i musiał przerwać podróż. A pozostali Trzej Królowie podążali szybko do Betlejem i oddawali pokłon Dzieciątku. Absalon spóźnił się o kilka dni i nie znalazł już Jezusa, bo Święta Rodzina uciekła przed Herodem do Egiptu. Bardzo to przeżył i odtąd całe swoje życie szukał Jezusa i jeździł po świecie,

poznał pisma żydowskich przodków mówiące o Zbawicielu. Cały swój majątek wydał na pomoc ludziom biednym. Aż wreszcie 33 lata po wyprawie z Trzema Królami trafił znów na wiosnę, w czasie Święta Paschy, do Jerozolimy. Całe miasto mówiło o ukrzyżowaniu Jezusa z Nazaretu za to, że uważał się za króla żydowskiego. Absalon przypomniał sobie, co mówiły o Jezusie Pisma przodków i uznał, że ukrzyżowany Jezus, jest poszukiwanym przez niego Królem. Bezradnie rozpłakał się z żalu, że nie zdążył poznać Jezusa. Gdy tak rozpaczał, ukazał mu się Jezus Zmartwychwstały i powiedział, że jest tym, kogo Absalon tak długo szukał. Absalon uradował się i jednocześnie zmartwił się, że nie ma żadnych darów dla odnalezionego Króla. Zmartwychwstały Jezus powiedział mu, że wszystko co podarował biednym, podarował Jemu.

Halina

Święto Trzech Króli

Szóstego stycznia obchodzimy to święto (Objawienie Pańskie). Święto to przypomina historię przybycia do Betlejem Trzech Króli. Byli to Kacper, Melchior, Baltazar. W darze przynieśli berło, kadzidło, mirrę. W tym dniu idziemy do kościoła.

Kornelia, Jolanta, Teresa

Zima

Zimą jest zimno, trzeba się ciepło ubrać, aby się nie przeziębic. Kiedy jednak przeziębienie się zdarzy, to czujemy się źle. Boli głowa, gardło, jest katar, jest nam zimno.

Kiedy przydarzy się nam przeziębienie można:

1. Iść do lekarza, by lekarz nas zbadał i przepisał, to co będzie potrzebne.
2. Można wtedy też wypić herbatę ciepłą z cytryną.
3. Trzeba ubrać się ciepło, żeby dodatkowo nie zmarznąć.
4. Czasem jeśli czujemy się źle, trzeba położyć się pod kocem, żeby się wygrzać i wyzdrowieć.

Stanisława

Zima to pora roku...

Zaczęła się 21 grudnia. Zimą jest zimno, w uszy szczypie mróz. Z nieba pada śnieg. Zimą trzeba ubrać się ciepło, aby nie zmarznąć. Jeśli jednak zmarzniemy, to proponuję gorącą herbatę, po to by się rozgrzać. Polecam herbatę z miodem i cytryną, lub malinową lub z imbirem.

Janina

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

Rozdział VI

Klaudia i Zuzanna spacerowały po ogrodach pałacu Piłata. Zuzanna sprawdzała znajomość aramejskich czasowników swej pani. Gdy skończyły lekcje, Klaudia spytała:

- Zuzanno, nic ostatnio nie mówisz mi o waszym Nauczycielu z Nazaretu...
- Myślałam, że pani przestała się Nim interesować, gdy małżeńskie szczęście powróciło do pani.

- Zuzanno! On jest takim Człowiekiem, którego nie można zapomnieć, gdy się z nim spotka choć raz. Jest w nim coś niezwykłego! Bardzo chętnie posłuchałabym jego nauk i porozmawiała z Nim o tym Królestwie Bożym, które On zapowiada. Przecież mówisz sama, że po aramejsku rozmawiam już nieźle.

- O tak. Pani ma zdolności do nauki języków. Jeśli tylko zechce nadal słuchać Jezusa z Nazaretu, to Jan i Jakub mówili, że Szymon z Cyreny, wielki Jego zwolennik i bardzo bogaty właściciel pięciu winnic, zaprosił nauczyciela do swojej winnicy, aby tam głosił swoje nauki. To spotkanie ma się odbyć w przyszły czwartek. Ma tam nie być tłumów, tylko sami blisko zaprzyjaźnieni z Jezusem.

- Zuzanno, zabierz mnie na to spotkanie, bo chyba sama się tam wybierasz. Zaraz, ale ja przecież nie jestem blisko zaprzyjaźniona z Mistrzem z Nazaretu... Niestety nie... Tak jeszcze nie...

- Pani, Jezus przygarnia do Siebie wszystkich. Nie będzie ci miał za złe, jak tam będziesz ze mną. Pani! tylko jest pewien problem... My Żydzi, mamy swoje prawo... a według niego, nie możemy spotykać się z poganami... Za Żyda nasi uczeni w piśmie uważają każdego urodzonego z matki Żydówki, pochodzenie ojca dla nich się nie liczy...

Klaudia uśmiechnęła się na to:

- Właściwie to wasi uczeni w piśmie mają rację. Tak naprawdę tylko matka jest pewna, ojciec nie. Rozumiem. W takim razie owa Berenika – moje alter ego – drugie ja, powinna mieć matkę Żydówkę, a ojca Greka. Zuzanno, jak miała na imię twoja siostra?

- Miała na imię Miriam. To bardzo częste imię wśród naszych kobiet. Nosi je również matka Mistrza z Nazaretu.

- A więc jako Berenika będę córką Żydówki Miriam i Greka z Azji Mniejszej. Wtedy chyba przyjmiecie mnie do swego grona... - powiedziała Klaudia.

- Pani, sam Jezus tak nie uważa! Powiedziałam przecież, że on przygarnia wszystkich – tłumaczyła Zuzanna.

- Zuzanno, a ja wcale się nie dziwię, że wasi uczeni w piśmie tak ściśle chcą izolować wasz lud. Przecież my Rzymianie też izolowaliśmy się z poczuciem własnej wyższości od innych ludów Italii... Według naszych kapłanów starorzymskich, Rzymianinem jest tylko ten, kto wykaże, że pochodzi od Eneasza – naszego przodka, bohatera wojny trojańskiej, któremu udało się ujść z płonącej Troi. Kapłani kazali nam wierzyć, że Eneasza był synem samej bogini miłości – Wenus. Ona obiecała mu, że jego pierwsza ojczyzna – Troja, była śmiertelna, ale da mu drugą ojczyznę – Rzym, który będzie nieśmiertelny i będzie na wieki panował nad innymi narodami...

- I ty pani, wierzysz w to? – spytała Zuzanna.

Klaudia uśmiechnęła się nieco ironicznie.

- Nie Zuzanno. Nie wierzę w to. Nikt nawet nie wie czy ten Eneasza istniał naprawdę...

- Widzę każdy naród znajduje prawdy, by się wywyższał nad innymi. Pani ja myślę, że Jezus z Nazaretu przyszedł do nas po to, aby wszyscy ludzie poczuli się braćmi – zakończyła rozważania Zuzanna.

- Tylko wiesz Zuzanno, tam będę jako twoja przyjaciółka – Greczynka Berenika i będę używała wyłącznie greckiego. No i powiem już parę słów po aramejsku... jeśli Nauczyciel mnie zauważy ...

Winnica należąca do Szymona z Cyreny rozłożona była na silnie nasłonecznionych stokach wzgórze. Od zachodu sąsiadował z nią niewielki gaj z rosnących kilku krzewów gorczycy. Przyjaciele Mistrza z Nazaretu rozsiedli się na skraju tego skupiska krzewów. Byli tam już wszyscy uczniowie Jezusa i kilku Jego przyjaciół, a także dwóch młodych chłopców – Benjamin i Samuel, których Mistrz uczył ciesielstwa. Z kobiet była Maryja – Matka Jezusa, Jej kuzynka Maria Klefasowa, Saloma matka Jakuba i Jana, Maria Magdalena, Joanna wdowa po Benjaminie przyjacielu Józefa męża Maryi i matka Beniamina, którego Jezus uczył zawodu cieśli i Zuzanna z Klaudią – na spotkaniach Bereniką Greczynką.

Jedno drzewo gorczycowe było dużo większe od pozostałych. U jego podnóża z prawej strony rozsiedli się na trawie mężczyźni, z lewej kobiety. Nauczyciel zajął miejsce pośrodku.

Przyszedł właściciel winnicy Szymon z Cyreny – mężczyzna ogromnego wzrostu z długą czarną brodą, w której prześwitywały srebrne nitki. Za nim przyszedli dwaj jego synowie – starszy Aleksander, który z wyglądu był kopią ojca, tylko włosy miał kruczoczarne bez siwizny i ogromne czarne oczy, dużo żywiej patrzące na świat niż oczy ojca.

Młodszy syn Szymona – Rufus, był podobno kopią żony Szymona, która już nie żyła. W niczym nie przypominał ojca i brata – był niższy od nich – jasnowłosa i oczy miał niebieskie. Z postaci jego ojca i brata biła powaga - z postaci Rufusa biła młodzieńcza radość życia i energia. Obaj bracia mieli też różne zainteresowania i różne sposoby na życie. Wszelką ambicją Szymona z Cyreny było wykształcenie obu synów, ale to mu się udało tylko ze starszym Aleksandrem. Od dzieciństwa chłopiec ten przejawiał duże zdolności do nauki języków. Interesował się poezją i literaturą. Szczególnie upodobał sobie Psalmy Króla Dawida, które umiał pięknie recytować przy dźwiękach harfy. Od pewnego Greka, który mieszkał w Jerozolimie, nauczył się greki i łaciny i tymi językami również biegle władał i rozczytywał się w literaturze greckiej i rzymskiej. Młodszy jego brat Rufus, tak inny w wyglądzie zewnętrznym od niego, miał również inny sposób na życie. Jak starszego Aleksandra ciągnęło do literatury, to Rufusa ciągnęło na wolne przestrzenie do pól, gajów i winnic, które stały się jego żywiołem. Nade wszystko kochał zieleni, słońce, wiatr i pracę w winnicy. Uważał, że przez pracę w winnicy sławi Najwyższego Boga Izraela oddaje Mu przez pracę cześć. Obaj synowie Cyrenejczyka nie założyli jeszcze swoich rodzin, co stało się przedmiotem troski ich ojca, który myślał o tym, aby majątek pozostawić swoim potomkom.

Szymon z Cyreny przedstawił gościom obu synów i nakazał im częstować wszystkich gości sokiem pomarańczowym, figami i winogronami, które obaj chłopcy roznosili na cynowych talerzach, a sok w kubkach, dbając, aby nikomu z gości nie zabrakło poczęstunku.

Mistrz siedzący pośrodku pod dużym krzewem gorczycowym zaczął swoją naukę.

- Chcecie wiedzieć, jak jest z Królestwem Bożym, którym wam opowiadałem. Patrzcie na krzew gorczycowy. Gdy się jego ziarenko wsiewa w ziemię, to jest to ziarno najmniejsze ze wszystkich jakie znamy, ale wyrasta z niego wielkie drzewo, które przerasta inne rośliny, ma wielkie gałęzie. Zobaczcie ile ptactwa ma gniazda w ich cieniu – tu Jezus wskazał ręką olbrzymie gałęzie krzewu gorczycowego i ptactwo, które siedziało na nich.

I mówił im dalej: Królestwo niebieskie podobne jest do gospodarza, który posiadał winnicę i przez cały dzień wynajmował robotników do pracy w swojej winnicy, a na koniec dnia zapłacił za pracę wszystkim jednakowo, od tych co pracowali najkrócej, aż do tych którzy pracowali przez cały dzień. Gdy ci pracowali cały dzień, szemrali, że to właściciel winnicy powiedział, że chce być dla wszystkich dobry i dla tych co przyszli do niego później też. Ostatni będą pierwszymi w Królestwie Bożym, a pierwsi ostatnimi – zakończył Jezus swoją przypowieść.

Klaudia rozmyślała o tym co mówił Nauczyciel „To Królestwo Boże, to panowanie wśród ludzi miłości i pokoju” – chyba o tym mówi Mistrz z Nazaretu – i o tym też, że wszyscy ludzie są równi wobec siebie i powinni siebie traktować jak bracia. Klaudia, która swoją służbę i niewolników traktowała jak rodzinę i każdemu z nich okazywała serce, była wyjątkiem w traktowaniu służby i ludzi niewolnych. Wyniosła to ze swojego domu rodzinnego. Ród Korneliuszy traktował zawsze swoich niewolników i służbę tak, jakby byli rodziną, a ci niewolnicy odpłacali swoim właścicielom i panom miłością i wiernością. Ale ta córka tak zacnego patrycjuszowskiego domu dobrze wiedziała, że inni Rzymianie nie tylko potrafią bardzo źle traktować swoich niewolników, stosując okrutne kary cielesne, ale w ogóle nie uważali niewolników za ludzi. „Nasz świat jest światem pełnym okrucieństwa. Chyba Zuzanna ma rację. Może ten Jezus to odmieni” – rozmyślała. On uważa się za Syna Boga Żydów. Niektórzy Mu nie wierzą, a dla mnie choć jestem Rzymianką, jest to możliwe. Mało to razy Jowisz zsyłał swoich synów – bogów na ziemię. Dlaczego tego nie mógłby zrobić Bóg Żydów? Przecież podobno jest sprawiedliwy, a jeśli tak jest, to nie może patrzeć na zło

na ziemi i może dlatego zesał Tego Jezusa, aby zło naprawił? – zagłębiała się dalej w rozmyślaniach.

Zuzanna dziś zupełnie mogła słuchać przypowieści Mistrza z Nazaretu. Od chwili, gdy Szymon z Cyreny przedstawił swoich synów, rozmyślała o Rufusie. Powracał do niej widok zgrabnego, krępego chłopca o złotych lokach i uśmiechniętej twarzy. W czasie spotkania w winnicy Rufus podając napój pomarańczowy i owoce często zatrzymywał się przy miejscu, gdzie obie z Klaudią siedziały i patrzył na nią takim wzrokiem, że Zuzanna była speszona, lecz jednocześnie sprawiało jej to przyjemność – „Co się ze mną dzieje? Dlaczego ciągle widzę spojrzenie jego niebieskich oczu?” – pytała siebie nie znajdując w tej chwili odpowiedzi na to pytanie.

Halina

Co to znaczy być dobrym

Aniela: „Być dobrym, to być uczciwym”.

Wiesława: „Być dobrym, to się uśmiechać, być miłym, to nie przezywać, to odwiedzać koleżanki”.

Aleksandra: „Być dobrym, to być tolerancyjnym, pomagać drugiemu człowiekowi”.

Teresa: „Być dobrym, to być kulturalnym, nie pyskować, być lubianym”.

Jerzy: „Być dobrym, to pomagać innym, zrobić coś dla innych np. smutnego - rozweselić”.

Krzysztof: „Być dobrym, to pomagać”.

Mieczysław: „Być dobrym, to znaczy czynić drugiemu miłosierdzie”.

Jolanta: Być dobrym, to pomagać”.

Ludwik: „Dobry człowiek pomaga innym np. zapina guziki, temu który nie może, buty zawiązuje”.



O Świętych...

Błogostawiona Regina Protmann

Regina Protmann urodziła się w 1552 r. w Braniewie, w bardzo wpływowej i zamożnej rodzinie kupieckiej. W tym czasie w środowisku braniewskiego patrycjatu swe wpływy rozszerzał luteranizm, ale Protmannowie pozostali nadal wierni Kościołowi katolickiemu. W 1571 r. na Warmii wybuchła epidemia dżumy. Regina opuszcza wtedy dom rodzinny, by oddać się na służbę chorym i umierającym. Stopniowo przyłączały się do

niej inne braniewskie dziewczyny, i tak się formowała nowa wspólnota zakonna pod patronatem św. Katarzyny Aleksandryjskiej (pod jej wezwaniem był kościół w Braniewie). Regina napisała dla niej regułę, którą w 1583 r. zatwierdził biskup warmiński Marcin Kromer. Warmia pozostała zresztą macierzyńską ziemią katarzynek, choć od końca 19 w. zakładają placówki w wielu krajach. Podstawą duchowości tej wspólnoty Regina uczyniła osobistą żywą więź z Chrystusem w Eucharystii, a jako właściwe jej powołanie widziała opiekę nad chorymi, wspomaganie duszpasterstwa, kształcenie

dziewcząt. Zmarła 18 stycznia 1613 r. w Braniewie. Pamięć o niej przetrwała przez wieki. W 1964 r. podjęto w diecezji warmińskiej proces informacyjny z myślą o beatyfikacji. Dokonał jej Jan Paweł II 13 czerwca 1999 r. w Warszawie.

Przygotował **Mieczysław** na podstawie książki Henryk Fros i Franciszek Sowa – „Księga imion i świętych”.

Św. Agnieszka z Rzymu

Z opowieści hagiograficznych wiemy, że ta mała Rzymianka z III w mając zaledwie dwanaście lat oparła się próbie

gwałtu, ale poniosła śmierć męczeńską jako chrześcijanka. O ile wiadomo prefekt kazał wystawić ją nagą na widok publiczny, aby ją upokorzyć i zmusić do porzucenia wiary. Ona jednak pozostała nieugięta. Wedle tradycji zginęła na stadionie

Domicjana. 21 stycznia, w bazylice jej imienia w Rzymie, błogosławi się owieczki, z których wełny benedyktyнки św. Cecylii tkają paliusze (które później błogosławi papież na grobie św. Piotra w dzień święta Apostoła). Legenda mówi, że

Agnieszka pojawiła się rodzicom osiem dni po śmierci w towarzystwie dwóch białych aniołków.

Przygotował **Mieczysław** na podstawie książki Rino Camilleri – „Wielka księga Świętych Patronów”.

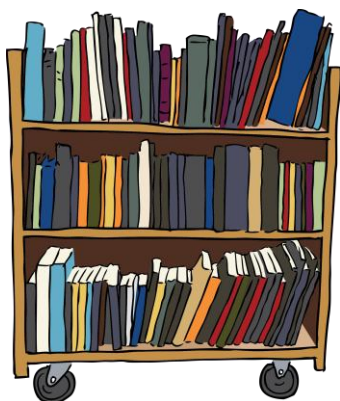
Jeśli masz na imię Agnieszka

Imię wywodzi się od greckiego agnós - „bez zmyy, czysty, prawy, świątobliwy”, lub łacińskiego agnus - „baranek”. Agnieszka to przede wszystkim indywidualistka. W życiu codziennym - uczuciowym i zawodowym – kieruje się głównie intuicją, zazwyczaj trafnie, choć zdarzają się fatalne pomyłki, które mogą

głęboko zaburzyć jej równowagę psychiczną. Uczuciowe podejście do świata sprawia, że często zachowuje się w sposób uznawane za herezję, choć z natury jest łagodna i przyjaźnie nastawiona do świata. Umiejętności podświadomego postrzegania rzeczywistości towarzyszą wybitne uzdolnienia artystyczne, zwłaszcza w dziedzinie sztuk plastycznych i muzyki. Główną

wadą Agnieszek jest brak cierpliwości i ustawiczna, często irracjonalna pogoń za czymś nowym. W uczuciach z reguły bywają namiętne, lecz rzadko kiedy stałe. Podatne na stres, z którym na szczęście pomaga im się uporać wrodzona pogoda ducha.

Przygotował **Mieczysław** na podstawie książki Marek Urbański – „Księga imion”.



Warto przeczytać

„Bajki Naszego dzieciństwa”

Autorką tej książki jest Anna Skoczek. Ilustracje do książki malowała Barbara Paluch.

Książka opowiada o różnych wydarzeniach, które przeżyli bohaterowie danego opowiadania lub wiersza.

Tytuł niektórych opowiadań: „Koci, koci łapci”, „Opowiem Ci bajkę”, „Tańcowały dwa Michały”, „O Księciu Popielu”.

Tę książkę można polecić wszystkim którzy lubią słuchać i czytać bajki. Druk jest wyrzysty, duży.

Małgosia

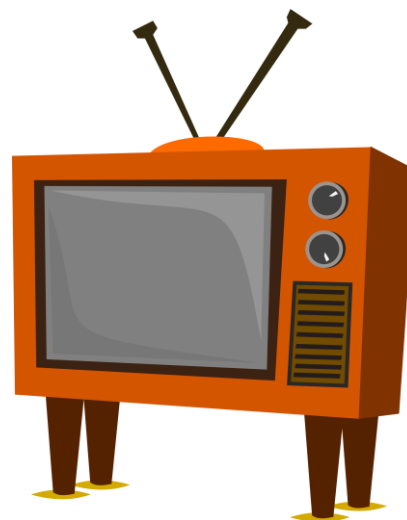
Warto obejrzeć...

„Młodzi lekarze”

Serial zaczyna się o 21.25 w programie I Polskiej Telewizji w niedzielę. Jest to serial dokumentalny opowiadający o pracy bardzo młodych lekarzy, pracujących na różnych oddziałach szpitalnych, a przeważnie na SORz-e. Serial sam w sobie jest ciekawy. Obejrzenie tego serialu może spowodować, że ktoś może spróbować studiów medycznych, po to by pomóc innym, leczyć innych

nawet w bardzo ciężkich i nagłych sytuacjach. Serial pokazuje wagę pracy lekarzy oraz to, że nie każdy lekarz jest wredny. Serial pokazuje też, że są lekarze otwarci i dobrzy.

W serialu są pokazane różne działania lecznicze, mające na celu np. naprawę zastawki sercowej. W serialu tym w sposób bardzo widoczny pokazany jest zabieg np. wymiany zastawki. Serial ten pokazał, jak zachowuje się np. młody człowiek po zażyciu dopalaczy. **Uwaga – niszczą one bardzo mózg.** Nawet po jednym zażyciu dopalaczy – doprowadzają do nieodwracalnych zmian w mózgu. Substancje te mają bardzo ładne, kolorowe opakowanie, jak pokazano w tym serialu. Odradzam sugerować się tym kolorowym opakowaniem. **Nie próbujcie tego nigdy w życiu robić. Nie przyjmujcie dopalaczy. To może zabić!!!**



Anonimowy Dziennikarz

Kącik o urodzie

Pielęgnacja suchej skóry w zimie

Zimą skóra się wysusza, zwłaszcza na twarzy, dłoniach, często pękają usta. Skóra wtedy robi się czerwona i szorstka. Brakuje jej wody. Trzeba dlatego dużo pić wody i zdrowo się odżywiać – jeść

dużo owoców i warzyw. Trzeba nawilżać skórę od zewnątrz – smarować kremem i balsamem. Trzeba też chronić się przed mrozem i wiatrem. Ubierać się ciepło, nosić rękawiczki, czapkę, szalik i grubą kurtkę.

Ja, codziennie jak się rano umyję, to potem smaruję ręce i twarz kremem, potem jak się wieczorem umyję też się

smaruję kremem.



Pamiętajmy, zwłaszcza w zimie, o właściwej pielęgnacji skóry!

Beata

Kącik o modzie

Trendy wiosna-lato 2016

Nadal modna jest biel od stóp do głów, zwłaszcza w lecie. Nawet akcesoria np. torebki, biżuteria – pozostają w jasnych odcieniach. Biel sprawdza się zarówno w wersji eleganckiej, jak i sportowej, codziennej.

Jeżeli ktoś nie lubi bieli, ma do wyboru czerń, też od stóp do głów. Modne są zarówno

matowe czernie, jak i połyskujące. W przypadku czerni stawiamy na szykowne wydanie.



Te dwie barwy – czerń i biel tworzą też idealny duet. To ponadczasowe połączenie. Hitem sezonu będą też odważne kolory – pomarańczowy i żółty, którym często towarzyszą róża i niebieskość.

Jeżeli chodzi o wzory i kroje to inspirujemy się stylem romantycznym, któremu towarzyszą kwiaty, koronki, falbany i warstwy. Możemy eksperymentować, byle efekt był lekki i zachwycający. Kwiaty pojawiły się w kolekcjach większości projektantów, możemy wybierać spośród róż,

kwitnących wiśni, goździków czy egzotycznych roślin. Takie motywy spotykamy zarówno w eleganckich kreacjach, jak i sportowych.

Najmodniejsze

w nadchodzącym sezonie:

- Odkryte ramiona np. opuszczone ramiona i wiązanie wokół szyi, projekty bez ramiączek – sukienki i topy;

- Dekolt w kształcie litery „V”;
- Rękawy XXL – poszerzone fasony, im większe, tym lepszy efekt;
- Wstążki i kokardy – jeden z najważniejszych detali pod postacią wąskich chustek, wstążek, krawatów;

- Inspiracje kulturą latynoską;
- Połyskujące tkaniny;
- Pasy w wielobarwnym bądź marynarskim wydaniu;
- Asymetrie, nieregularne kształty, mocne cięcia.

Aleksandra

Kącik o zwierzętach

Ankylozaur

Ok. 65 mln lat temu w okresie kredy żył na Ziemi największy z dinozaurów pancernych. Ponieważ miał krótkie nogi, nie potrafił szybko biegać, a zaatakowany kładł się na ziemi. Przed napastnikami chronił go gruby pancerz, na którym znajdowały się liczne kolce. Ankylozaur miał długi na trzy metry, masywny ogon zakończony maczugą. Dzięki

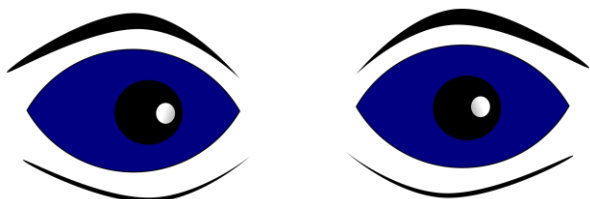
niemu gad mógł bronić się przed napastnikami i drapieżnikami. Jedno uderzenie takim obuchem umieszczonym na ogonie mogło spowodować śmierć przeciwnika. Ankylozaury były roślinożerne żywiły się paprociami, trawami i liśćmi drzew. Prowadziły samotnicze życie zamieszkując lasy oraz łąki. Najbardziej znanym ankylozaurem był euoplocefal, który miał pięć metrów długości. Nawet jego powieki były opancerzone. Odkryto niewiele okazów tego dinozaura, dlatego też nadal mało o nim wiemy.



Przygotował **Boguś** na podstawie książki „Atlas dinozaurów dla dzieci”

Kącik o zdrowiu

Dbaj o oczy – nie siadaj zbyt blisko telewizora



Jeśli siedzimy zbyt blisko włączonego telewizora bo np. coś oglądamy, to wtedy możemy się źle poczuć.

Mogą boleć nas: głowa, oczy, kark.

Nie należy siedzieć zbyt blisko telewizora, wtedy możemy uniknąć tych bóli.

Jeśli nie wiesz jak blisko telewizora możesz siedzieć, to zapytaj opiekuna lub okulistę

Wiesia

Dane orientacyjne dotyczące bezpiecznej odległości przy oglądaniu telewizora to dla TV 15 cali to ok. 0,6 m, 20 cali to ok.0,8 m, 32 cale to 1,3 m, 40 cali to 1,6 m (od redakcji).

Podjadanie ...

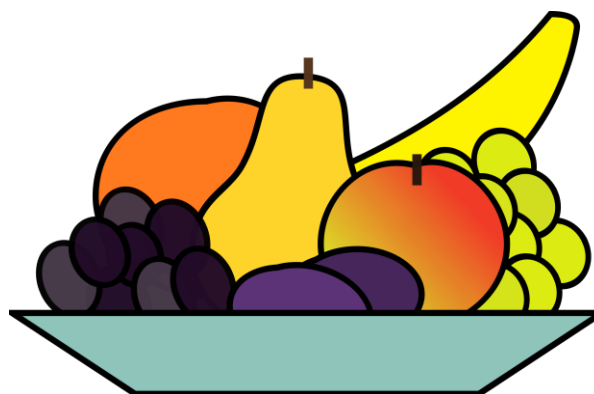


Podjadanie między posiłkami, to największe grzechy diety. Czasem nawet zupełnie nieświadomie sięgamy po słodczyce stojące w zasięgu ręki bądź wędrujemy wieczorem do lodówki.

1. Najlepszym sposobem na nie podjadanie niezdrowych słodczy i przekąsek jest ich nie kupowanie i nie trzymanie w domu.
2. Zadbaj byś miał zdrowe przekąski składające się przede wszystkim z surowych warzyw – marchewki, ogórka, papryki czy sałaty. Podjadać można też owoce, ale już nie tak bezkarnie bo zawierają więcej cukru.
3. Jeśli odczuwasz napad głodu w pierwszej kolejności napij się wody, która wypełni żołądek i oszuka głód.
4. Jedz powoli, kontrolując uczucie sytości lub po prostu pozbywaj się resztek ulubionych pokarmów, którym nie potrafisz się oprzeć.



Dla wielu z nas jedzenie jest sposobem na opanowanie złości czy stresu. Chociaż metoda ta umożliwia osiągnięcie szybkiej poprawy nastroju, na dłuższą metę okazuje się dla nas szkodliwa. **Następnym razem, gdy zdecydujesz się sięgnąć po coś do zjedzenia, coś słodkiego, zapytaj samego siebie: „czy naprawdę jestem głodny?”**. To proste pytanie pozwoli ci uniknąć uczucia przejedzenia następnym razem, gdy poczujesz smutek.



Zespół Redakcyjny

Kącik o autach

Syrenka cz. 1



Syrenka to mały, osobowy samochód produkowany w latach 50-tych. Pierwsze syrenki nie były zbyt dobre. Były hałaśliwe. Miały wysokie zużycie paliwa.

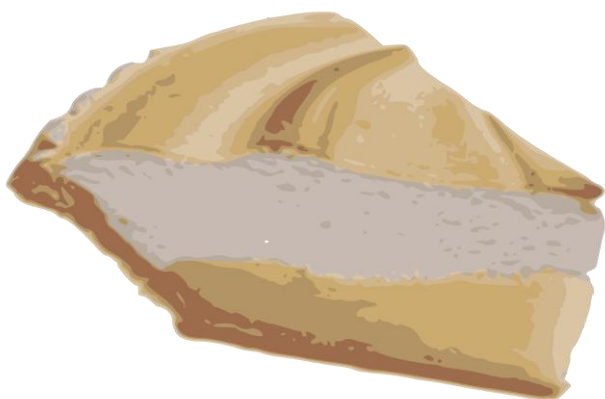
Krzysztof

Kulinaria

Serowiec z powidłami

Składniki:

1 proszek do pieczenia, 300 g mąki półgrubej, 3 jajka, 180 g drobnego cukru, 250 ml mleka, 120 ml oleju, tłuszcz i mąka krupczatka do formy. Masa twarogowa: 500 g mielonego twarogu lub serka homogenizowanego, 1 cukier waniliowy, 1 budyń waniliowy, 100 g drobnego cukru, 2 jajka, ok. 250 g powideł śliwkowych, cukier puder do posypania.



Przygotowanie:

Przesiej mąkę z proszkiem do pieczenia. Mleko roztrzep z olejem. Ubijaj i stopniowo dodawaj sypką mieszankę. Połącz z ubitą pianą z jajek i cukru. Twaróg utrzyj z cukrem, cukrem waniliowym, jajkami i proszkiem budyniowym. Blachę natłuść i wysyp bułką. Rozsmaruj połowę ciasta na dnie. Na cieście rozsmaruj masę twarogową i przykryj resztą ciasta. Nakładaj łyżeczką powidła. Wstaw ciasto do rozgrzanego piekarnika do 170 stopni C i piecz ok. 40 minut. Po upieczeniu posyp cukrem pudrem.

Salatka ziemniaczana z szynką

Składniki:

4 młode ziemniaki, 1 gruszka, 15 dag szynki gotowanej w plasterkach, pęczek szczypiorku, 2 łyżki oleju, sól, pieprz.



Przygotowanie:

Ugotowane ziemniaki pokrój w talarki, a szynkę pokrój na małe kawałki. Gruszkę pokrój w ćwiartki, potem w plasterki. Szczypiorek posiekaj. Wymieszaj przygotowane składniki salatkę. Przypraw ją solą i pieprzem, polej olejem.

Przygotowała **Ela**

Smacznego



KONKURS! KONKURS!

Zachęcamy Was Drodzy Czytelnicy do udziału w konkursie. Na odpowiedzi czekamy do 15.02.2016 r. W formie pisemnej prosimy o złożenie ich w dyżurce DPS- u.

Wśród prawidłowych odpowiedzi rozlosujemy trzy nagrody główne i nagrody pocieszenia!

Pytania konkursowe

1. Jak inaczej nazywany jest „Sylwester”?
2. Jakie święto obchodzimy 6 stycznia?
3. Jaki program telewizyjny polecamy w styczniowym wydaniu gazetki?
4. W jakich latach był produkowany samochód Syrenka?
5. Gdzie odbyło się spotkanie opłatkowe dla Mieszkańców Domów Pomocy Społecznej w dniu 13.01.2016 r. ?

Zespół Redakcyjny – Kornelia, Aniela, 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.