

Egzemplarz bezpłatny

Po przeczytaniu proszę **podać dalej!**

Nr 1

maj 2017 r.

Całkiem nowe

WIEŚCI



Gazetka mieszkańców DPS przy ul. Kluzeka 6 w Krakowie

Szanowni Państwo!

Z ogromną radością oddajemy w Państwa ręce pierwszy numer całkiem nowych Wieści ! W zmienionym składzie i z nowymi pomysłami rozpoczynamy ponownie działalność redakcyjną.

Niniejszy egzemplarz to owoc pracy wielu Osób, którym z całego serca dziękuję za trud i zaangażowanie. Ze swej strony pragnę podkreślić, że wszystkie chwile spędzone nad tworzeniem gazetki były dla mnie bardzo cennymi spotkaniami - zarówno z Państwem bezpośrednio jak i Waszą twórczością już podczas prac redakcyjnych i edytorskich. Jestem pełna podziwu dla Państwa wiedzy, doświadczeń, przeżyć. Dlatego tym bardziej cieszę się, że zostały one utrwalone i przekazane dalej. Jednocześnie gorąco zachęcam wszystkich do współpracy w tworzeniu naszych domowych „Wieści” i dzielenia się swoją wiedzą, przemyśleniami, wspomnieniami. Zapraszam na spotkania redakcyjne, których terminy podane są na ostatniej stronie.

Drodzy czytelnicy! *Na kolejnych stronach przeczytacie między innymi o spotkaniach naszych Mieszkańców z Janem Pawłem II. Opowiemy o tym, czym jest pamięć. Zaproponujemy lekturę na wiosenne dni oraz odrobinę poezji na wieczory. Fani piłki nożnej znajdą tutaj wyczerpującą relację z ostatnich wydarzeń sportowych, a wielbicielom przyrody zdradzimy, skąd się bierze miłość do kwiatów. Opowiemy Państwu także o naszej działalności w internecie oraz zabierzemy w podróż statkiem do Skandynawii... Nie zabraknie także wieści o wydarzeniach z naszego domu!*

Zapraszamy zatem do lektury !

Ewa Kamińska i Zespół Redakcyjny

WITAMY PONOWNIE !!!



Dzień dobry, witam Państwa serdecznie po dość długiej przerwie, bo to prawie trzy lata od zaprzestania tej naszej działalności w redagowaniu gazetki „Wieści”, po odejściu pana Piotra. A w tym czasie dużo się działo w naszym domu! Pozwolicie Państwo, że zacznę od tego, że do wieczności odeszło kilka osób z naszego grona redakcyjnego: **p. Irena Bełtowska, p. Krystyna Jakubik, p. Irena Ślusarczyk, p. Fryderyk Tabin**. Tyle wspomnień...

Mamy czas wiosny, ale wygląda na to, że tylko w kalendarzu! Bo już przecież początek maja, a pogoda nas nie rozpieszcza... w prognozach „zimno, szaro, przelotne opady śniegu i śniegu z deszczem”. A tu przecież maj – mówi się, że to najpiękniejszy miesiąc w roku. Wszyscy już chyba tęsknimy za tymi ciepłymi majowymi dniami...

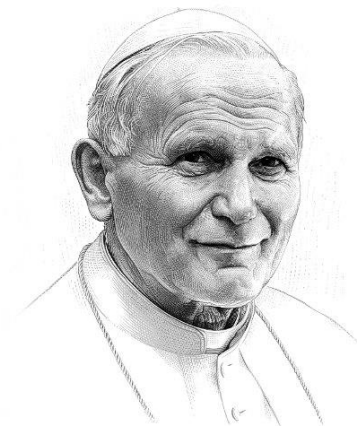
I pozwolicie Państwo, że zakończę słowami

piosenki Mieczysława Fogga:

*Kiedy znów zakwitną białe bzy,
bzów aleją parki będą szły.
Pojmą to najprościej,
że to czas miłości,
bo zakwitły przecież białe bzy!*

Marian Bucki





Jubilat miesiąca

św. Jan Paweł II

(Karol Wojtyła)

18 maja 1920 roku

Pierwszy od ponad 450 lat papież nie będący Włochem. Lubił wspinaczki górskie i pływanie kajakami, a także kremówki. Urodził się w Wadowicach. Studiował polonistykę na UJ. Jest patronem rodzin. Jego wspomnienie obchodzimy 22 października (w dzień inauguracji pontyfikatu). Oto jak spotkania z Papieżem Polakiem wspominają pani Teresa i pani Irena:

„Spotkałam papieża. Nie tak z bliska co prawda, ale przyjeżdżał przecież i ja chodziłam na każde spotkanie! To były trudne czasy, ludzie się bali jeździć, podróżować, a On przyjeżdżał. I dzięki niemu ludzie stawali się odważni, uczyli się od niego tej odwagi. Pamiętam te tłumy – ludzie krzyczeli, wiwatowali, cieszyli się! Bardzo ceniłam sobie zawsze takie spotkania i zachwyciałam się treścią wypowiedzi Papieża”.

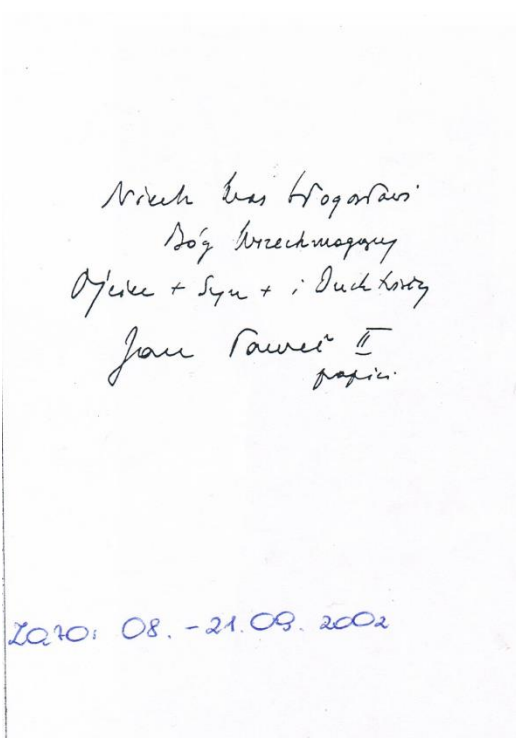
Teresa Bolak

„Spotkałam Ojca Świętego w Rzymie. Byliśmy tam na wycieczce. Pojechaliśmy autokarami. Dojechaliśmy tam zmęczeni! Ojciec Święty przyszedł do tego kościółka, to znaczy do Bazyliki. Ale już był

zdeenerwowany, bo tam było tyle ludzi! A każdy chciał Go dotknąć i pocałować. Ale ja jakoś w tej kolejce doczekałam się. I pocałowałam Go w pierścień. Ale to było bardzo szybkie spotkanie! Ja się w ogóle spodziewałam, że On coś się zapyta, coś powie, jakieś słowo, ale nie miał na to czasu”.

Irena Nowak

Panie z Naszego Domu napisały kiedyś list do Rzymu. W odpowiedzi otrzymały od Papieża niezwykle upominek - kartkę z podobizną Ojca świętego z własnoręcznie napisaną dedykacją i podpisem !



*(materiał udostępniony przez p. **Krystynę Sobczyk**)*

Czym jest pamięć ?

Pamięć to bardzo wyjątkowy magazyn, w którym zapisujemy zdobyte w ciągu życia doświadczenia. Ale nie jest to jeden worek, który przechowuje wszystkie wspomnienia. Wyróżnia się kilka rodzajów pamięci, a dwa najważniejsze to pamięć krótkotrwała i długotrwała.

Pamięć krótkotrwała przechowuje docierające do nas informacje na użytek danej chwili, a więc przez bardzo krótki czas (około 30 sekund). Później są one zapominane. Ten rodzaj pamięci wykorzystujemy na przykład wtedy, kiedy obliczamy, ile zapłacimy za zakupy. Po odejściu od kasy niemal natychmiast zapominamy, ile kosztowały poszczególne produkty, albo ile otrzymaliśmy reszty. Dzieje się tak dlatego, że informacje te po prostu przestają nam być potrzebne, więc nasz mózg „wyrzuca” je, aby zrobić miejsce na nowe.

W **pamięci długotrwałej** natomiast (jak sugeruje nazwa) informacje przechowywane są przez długi czas, a nawet przez całe życie. Nazywamy je wspomnieniami. Są to wydarzenia z naszego życia (np. wakacje w górach, ślub czy narodziny dziecka), wydarzenia ze świata, znaczenia słów i pojęć oraz sposoby wykonywania różnych czynności (np. jak się jeździ na rowerze lub jak usmażyć jajecznicę).

Dlaczego pamiętamy je długo? Przede wszystkim dlatego, że są dla nas ważne - związane z silnymi uczuciami i emocjami; również dlatego, że coś w naszym życiu zmieniły, na coś wpłynęły...

Częste wykonywanie czynności także utrwala je w pamięci. Zapamiętywaniu sprzyja również opowiadanie o minionych

doświadczeniach. W ten sposób przeżywamy ponownie to, co już się zdarzyło, a więc utrwalamy wspomnienie. Ma to jeszcze jedną bardzo ważną funkcję – pozwala nam spojrzeć na przeszłość z innej perspektywy. Kiedy opowiadamy o dawnych zdarzeniach często nabierają one dla nas nowego znaczenia. Inaczej je oceniamy, z dystansu dostrzegając w nich nowe wartości.

Cechą charakterystyczną wspomnień jest to, że z czasem stają się coraz mniej wyraźne, blakną. Jak fotografie w nieoglądanych albumach albo druk w dawno nieczytanych książkach. **Dlatego tak bardzo warto o nich opowiadać**, utrzymywać w pamięci, aby zachować je od zapomnienia, aby ciągle były żywe, dokładne i jak najbardziej szczegółowe! W końcu to one nas tworzą, bo wspomnienia to nasze życie, nasza historia. **Wspomnienia to my...**

Ewa Kamińska



W następnym numerze:
Dlaczego zapominamy ? Co zrobić, żeby pamiętać?

RECENZJA KSIĄŻKI

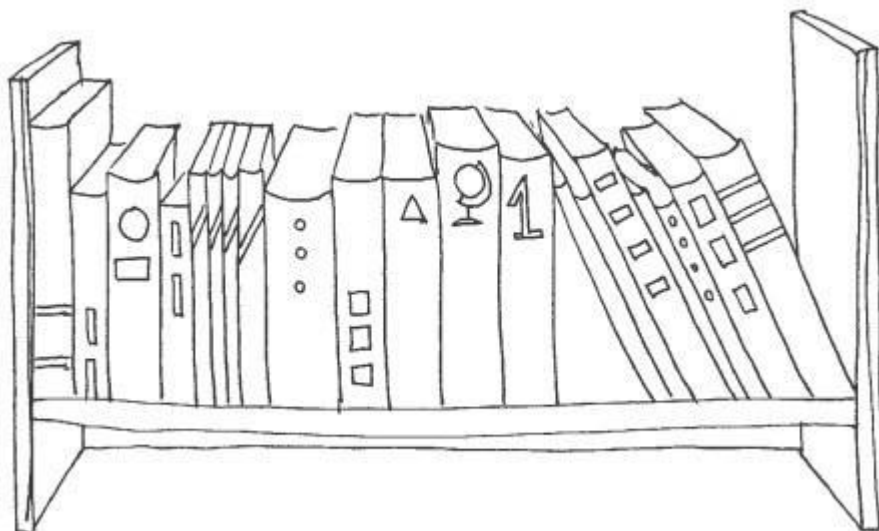


Cathy Glass „Skrzywdzona”

Skrzywdzona Jodie to dziecko bite i gwałcone przez własnych rodziców – pedofilów, co doprowadziło do poważnych schorzeń. Po nieudanych próbach opieki zastępczej trafia pod opiekę kobiety, która obdarza ją niezwykłym uczuciem. Ma ona nadzieję, że uda się jej pomóc, jednak natrafia na chorobliwy sprzeciw dziecka. Zderzenie tych dwóch postaci – to wspaniałe studium psychologiczne. I w tym miejscu przerywam relację, by zachęcić Czytelników do śledzenia dalszych losów Jodie.

Ewa Łowczyńska

ZAPRASZAMY DO NASZEJ BIBLIOTEKI !!!



Poezja

*Ten pożytek z poezji, że nam przypomina
jak trudno jest pozostać tą samą osobą,
bo dom nasz otwarty, we drzwiach nie ma klucza,
a niewidzialni goście wchodzi i wychodzą.*

(Cz. Miłosz „Ars poetica”)

WIOSENNE PORZĄDKI

Wiosna w kwietniu zbudziła się z rana,
Wyszła wprawdzie troszeczkę zaspana,
Lecz zajrzała we wszystkie zakątki:
- Zaczynamy wiosenne porządki.

Skoczył wietrzyk zamasyście,
pookurzał mchy i liście.
Z bocznych drózek, z polnych ścieżek
powymiatał brudny śnieżek.

Krasnoludki wiadra niosą,
myją ziemię ranną rosą.
chmury, płynąc po błękiecie,
urządziły wielkie mycie,
a obłoki miękką szmatką
polerują słońce gładko,
Aż się dziwią wszystkie dzieci,
Że tak w niebie ładnie świeci.
Bocian w górę poszybował,
Tęczę barwnie wymalował,
A żurawie i skowronki
Posypały kwieciami łąki,
Posypały klomby, grządki
i skończyły się porządki.

Jan Brzechwa



(wiersz wybrała p. Krystyna Sobczyk)

Pytanie do ...



Dzisiaj pytamy **Panią Alfredę Ślusarczyk** – naszą ogrodniczkę
i eksperta w sprawie kwiatów o to...

... jak zrodziła się u Pani miłość do kwiatów ???

Trudno mi dokładnie odpowiedzieć, bo odkąd pamiętam kochałam kwiaty! Od zawsze lubiłam się nimi zajmować, pielęgnować. Dawało mi to mnóstwo radości i szczęścia. Dlatego właśnie proponowałabym każdemu, żeby miał chociaż po jednym kwiatku na balkonie. A wtedy będzie tu u nas bardzo przyjemnie i wesoło, bo kwiaty to przecież sama radość! A o tym, jak odpowiednio je pielęgnować, to ja Wam opowiem w następnym numerze ...!

Kronika sportowa

Sprawozdanie z ostatniej 30. Kolejki Ekstra – Klasy Polskiej Ligii

W dniu 22.04.2017 r. o godz. 18.00 odbyło się **zakończenie rundy zasadniczej**, po której zostanie ustalony podział na grupy mistrzowską miejsca 1- 8 oraz spadkową 9 – 16. W tym dniu grają następujące pary:

Moje typy (<u>podkreślone</u>):	Wynik do przerwy	Ostateczny wynik
2 <u>Piast Gliwice – Jagiellonia Białystok</u>	0:1	0:1
2 <u>Cracovia-Kraków – Legia Warszawa</u>	1:1	1:2
1 <u>Pogoń Szczecin – Legia Gdańsk</u>	1:1	3:1
1 <u>Lech Poznań – Ruch Chorzów</u>	2:0	3:0
2 <u>Górnik Łęczna – Wisła Kraków</u>	1:0	3:1
1 <u>Korona Kielce – Bruk-Bet Nieciecza</u>	0:0	0:1
1 <u>Arka Gdynia – Wisła Płock</u>	1:0	1:1
1 <u>Zagłębie Lublin – Śląsk Wrocław</u>	1:1	1:1



W najlepszej sytuacji jest Wisła – Kraków, która ma zapewnioną lokatę w grupie mistrzowskiej i spotka się w rundzie finałowej z drużyną, która zajmie 2. Miejsce po ostatniej kolejce. Reszta drużyn musi walczyć o jak najlepsze miejsce i najlepszą pozycję w rozgrywce finałowej ligi.

Godzina „0” rozpoczęcie wszystkich zawodów. Śląsk Wrocław prowadzi w Lubinie z Zagłębiem 1:0 „niespodzianka”. W 11 minucie Pogoń Szczecin zdobywa prowadzenie z Lechią Gdańsk 1:0. W Poznaniu w 7 minucie gol samobójczy. 18 minuta w Krakowie Legia zdobyła bramkę i prowadzi z Cracovią 1:0. 18 minuta Lechia Gdańsk **wyrównuje stan meczu** na 1:1. Niespodziewany początek w Łęcznej – Górnik prowadzi z Wisłą 1:0. W Gliwicach pierwszy gol dla Jagielloni 0:1 w 25 minucie. Jagiellonia oddała jeden **celny strzał** na 30 minut gry i prowadzi nadal 1:0. W Lubinie Zagłębie wyrównuje na 1:1 w meczu ze Śląskiem Wrocław w 30 minucie meczu. W Kielcach remis 0:0, który ustawia obie drużyny w pierwszej ósemce ligi. W 41 minucie Arka prowadzi z Wisłą Płock. W 44 minucie Cracovia z rzutu karnego

wyrównuje na 1:1, strzela Dąbrowski. Lech podwyższa wynik na 2:0 w meczu z Ruchem Chorzów. **Zadziwia !**

Różne pory rozpoczęcia meczów w drugiej połowie. W Krakowie w 48 minucie Legia Warszawa zdobywa drugą bramkę i **wychodzi na prowadzenie** 2:1. W 57 minucie w Kielcach 0:1 Termalica strzela gola. W 62 minucie Pogoń Szczecin prowadzi ponownie z Lechią Gdańsk 2:1. Lech Poznań prowadzi już 3:0 z Ruchem i mecz wydaje się już ułożony na korzyść Lecha Poznań. 3 bramka w Szczecinie Pogoń – Lechia Gdańsk 3:1. Wynik raczej mało spodziewany – Lechia przecież walczy o tytuł mistrzowski. W łącznej w 72 minucie Wisła Kraków zdobywa wyrównanie na 1:1 (Arkadiusz Głowacki głową). W 79 minucie Górnik Łęczna zdobywa drugą bramkę i prowadzi z Wisłą Kraków 2:1. **A TO SENSACJA !** 5. w tabeli Wisła Kraków przegrywa w łącznej z ostatnim dotychczas Górnikiem aż 3:1 !!! Jest to największa niespodzianka tej ostatniej kolejki.

A oto ostateczna tabela:

MIEJSCE	DRUŻYNA	PUNKTY
1.	Jagiellonia	59
2.	Legia Warszawa	58
3.	Lech Poznań	55
4.	Lechia Gdańsk	53
5.	Wisła Kraków	44
6.	Pogoń Szczecin	42
7.	Bruk-Bet Nieciecza	42
8.	Korona Kielce	39
9.	Wisła Płock	39
10.	Zagłębie Lublin	39
11.	Śląsk Wrocław	34
12.	Arka Gdynia	31
13.	Cracovia	31
14.	Ruch Chorzów	30
15.	Piast Gliwice	30
16.	Górnik Łęczna	30



Mój komentarz po zakończeniu 30. kolejki Ekstra-Klasy:

W zasadzie wszystkie wyniki (poza Wisłą – Kraków) nie są zaskoczeniem. Wygrywali faworyci (Lech, Legia). Remisy też można było przewadze, czego dowodem są moje typy przed rozpoczęciem zawodów. Drugą niespodzianka jest zwycięstwo Termalicy Nieciecza w Kielcach z Koroną. Niespodziewanie łatwo wygrała Pogoń Szczecin z kandydatem o tytułu Lechią Gdańsk 3:1, a zwycięstwo Pogoni mogło być wyższe. Lechia rozczarowuje na wyjazdach i przeważnie przegrywa (7 z 8 meczów). Po zakończeniu ostatniej kolejki, według mnie **tytuł Mistrza Polski** zdobędą Legia Warszawa lub Lech Poznań. A o klasę niżej spadną Piast Gliwice i Górnik Łęczna. Moim zdaniem poziom kilku meczów był po prostu słaby.

Bogdan Kornecki (amator)



Istota wspomnień polega na tym, że nic nie przemija.

(Elias Canetti)

Wspomnień czar...

Podróże życia

Norwegia mnie najbardziej zachwyciła. Kraj dość biedny, bez jakichś nadzwyczajnych rynków czy miejsc na zakupy. Ale religia – zupełnie inna. Więc inne kościoły mogłam pozwiedzać, zupełnie inne niż nasze.

A statek, którym płynęłam miał 12 pięter. Wielki był ogromnie! I stał taki w tym porcie... Można się było na nim zgubić. I rzeczywiście zabłądziłam. Bo był cyrk. Tak, na statku był cyrk! I po obejrzeniu występu chciałam wrócić do swojego pokoju, ale okazało się, że poszłam nie tymi schodami i wyszłam w zupełnie innym miejscu. Nie mogłam się przecież nikogo dopytać, poprosić o pomoc, więc zeszłam jeszcze raz tam, gdzie była arena i poszłam drugimi schodami. I wtedy już po drodze poznałam, że to tutaj i jakoś dotarłam do siebie. Ale to nie jest przyjemne, takie uczucie zagubienia, dezorientacji.

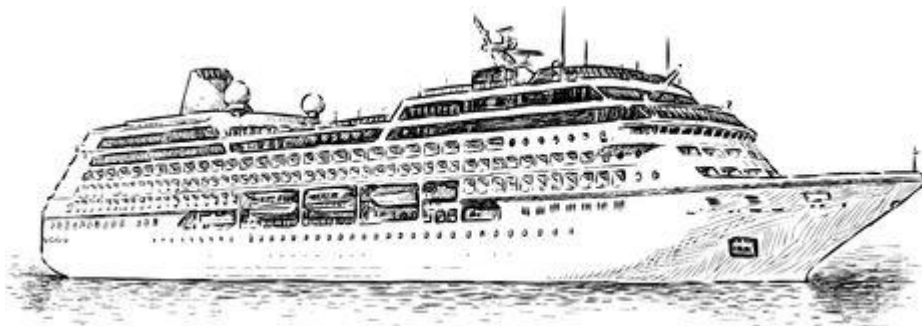
Szwecję wspominam bardzo ciepło. Mieszkaliśmy blisko morza, także jak wzięliśmy rowery, to pojechaliśmy nad morze. Bo to nie było otwarte morze, ale zatoka. Bo morze nie idzie tak równiutko, tylko ma zatoki. W zimie było bardzo zimne! Ale w lato znowu odwrotnie – bardzo ciepłe!

Ja byłam w Szwecji kilka razy pod rząd. Z dziesięć razy. Z początku nie samolotem, tylko statkiem. Podróż trwała 35 godzin! Strasznie długo to było! Musiałam przed godziną 11 wieczorem

wyjechać z Krakowa, żeby zajechać na rano nad morze. Nad morzem to tak: trzeba było poszukać miejsca, gdzie trzeba walizkę schować, gdzie pójść do toalety, coś tam ewentualnie zjeść i przeczekać. A przyjmowanie na prom dopiero było po południu. I całe to popołudnie trzeba było w jakiś sposób zagospodarować. I jeszcze potem zaczęły się kradzieże bagaży... no różne się po drodze zdarzały historie...

(...) Ciekawe, że za każdym razem powtarzałam sobie, że już więcej tam nie podjadę, a jednak tyle razy wracałam. I za każdym razem była wielka radość! Mój wnuk był dla mnie prawie jak syn. Przede wszystkim ważne było to, że mówił po polsku, to ja dzięki temu miałam tłumacza. Miałam dzięki niemu wygodnie – jak pojechaliśmy nad morze czy gdziekolwiek, to tłumaczył, pomagał mi. Razem zwiedziliśmy bardzo dużo...

Kazimiera Dyga



Blog Senior Móving czyli NASI w Internecie

Jak niektórym wiadomo w naszym domu Mieszkańcy prowadzą bloga **Senior Móving** (nazwa to zabawa językiem po przez połączenie słowa pol. *mówić* i ang. *moving* czyli poruszać się). Na blogu pojawiają się min.: artykuły, felietony, recenzje, sprawozdania, kawały, anegdoty. Dużą popularnością cieszy się dział modowy i rękodzielniczy. Na Senior Móving każdy ma możliwość zaprezentowania swoich talentów i pasji. Wydarzenia na blogu można śledzić w internecie za pomocą telefonów, tabletów lub komputerów. Z racji tego, że nie wszyscy mają możliwość korzystania z internetu, postanowiliśmy za pośrednictwem „Wieści” udostępniać Państwu część wpisów zamieszczonych na blogu. Miłego przeglądania!

Wpis z 5 kwietnia 2017 **Wiosna w ogrodzie**

Wiosna w pełni. Ludzie wylegli na wały wiślane i łapią promienie słońca. Kwiaty radują swą urodą i koją zmysły zapachem. Pani Alfreda bardzo lubi prace w ogrodzie. Cieszy się jak wszystkie jej kwiaty cieszą swymi kolorami. Zobaczcie jakie cudenka są w naszym ogrodzie!

Wpis z 9 kwietnia 2017 **Palma**

Rozpoczynamy Wielki Tydzień! Na pamiątkę przybycia Pana Jezusa do Jerozolimy dziś do kościoła udajemy się z palmą (znak odradzającego się życia). W naszej kaplicy stanęła palma wysoka na 175 cm wykonana przez Panią Józefę i Panią Alfredę. A wy jaką palmę weźmiecie do swojej świątyni? Wileńską, kurpiowską, współczesną czy jakąś inną?



Wpis z 12 kwietnia 2017

Świąteczne przygotowania

Klimat Świąt Wielkanocnych coraz mocniej widoczny jest w naszym domu. Troszkę zieleni, kwiatów, pisanek i stroik gotowy. A no i rzeżucha być musi!



Wpis z 20 kwietnia 2017 Dolina Kościeliska

Pogoda nie sprzyja, ale warto zaplanować najbliższy słoneczny weekend. Pan **Ryszard Dudek** proponuje udać się do Doliny Kościeliskiej. Trasa jest prosta i malownicza. Koszt nie duży, a przyjemność wycieczki bezcenna. Jeśli masz ochotę pojechać w góry na spacer polecamy przeczytać poniższe sprawozdanie z wyjazdu do Doliny Kościeliskiej będącą swoistego rodzaju drogowskazem:

W słoneczną sobotę 01.04.2017r. wybrałem się na wycieczkę do Doliny Kościeliskiej. Autobus z Krakowa do Zakopanego jechał 2,5 godziny (cena 12zł), a bus z Zakopanego do Kir (wylot Doliny Kościeliskiej) 20min. Wstęp do doliny kosztuje 2,50zł (ulgowy). Stamtąd szedłem dwie godziny do końca doliny na Halę Ornak. Na początku drogi jest duża polana. W oddali widać zaśnieżone jeszcze góry. Trasa wiedzie wzdłuż wartkiego, czystego potoku. Wokół rośnie dorodny las. Na kilkaset metrów przed końcem doliny, drogą zalegał śnieg. Na Hali Ornak znajduje się stylowe schronisko. Nieopodal roztacza się widok na góry. Wracałem tą samą trasą. Około 20-stej byłem w Krakowie.

Wpis z 22 kwietnia 2017 Projekt specjalny

Pracujemy obecnie nad specjalnym projektem. Powoli rodzi się i mamy nadzieję długo będzie cieszyć nasze oczy. Co to takiego jeszcze nie zdradzimy, ale powiemy Wam, że dobór kolorów i faktur ma znaczenie dla powodzenia tego projektu. Niedługo przedstawimy rezultaty naszej pracy.



Uśmiechnij się!

Na lekcji biologii pani pyta uczniów:

- Proszę wymienić pięć drapieżników.

Zgłasza się Jasio:

- Jeden lew i cztery tygrysy.



Mój mąż dziwnie się zachowuje, panie doktorze. Rano, po wypiciu kawy zjada filiżankę i zostawia uszko! Lekarz drapie się po głowie i mówi:

- Rzeczywiście dziwne... Przecież uszko jest najsmaczniejsze!

Redaktor naczelny pisma pyta swojego dziennikarza:

- Czy przeprowadził pan wywiad z prezydentem?

- Tak, panie redaktorze.

- I co powiedział?

- Nic, panie redaktorze.

- Świetnie. Proszę to streścić na trzech stronach maszynopisu.

Terminy najbliższych spotkań redakcyjnych:

data:	godzina:	miejsce:
15 maja	9.00	świetlica
29 maja	9.00	świetlica

Redaktorzy:

Teresa Bolak
Marian Bucki
Ryszard Dudek
Kazimiera Dyga
Bogdan Kornecki
Ewa Łowczyńska
Irena Nowak
Krystyna Sobczyk
Alfreda Ślusarczyk

Edycja i korekta: Ewa Kamińska