

Wydanie nr 82
Luty 2017r

Dom Pomocy Społecznej ul.
Księżnej Ogińskiej II
32-661-Bobrek

Głos Trójki



W tym numerze:

Walentynki

Trójkowe Ostatki

Rozrywka

Zamyślenia...

Z życia Naszego Domu:

Przysłowia i Święta Marcowe

Walentynki

Przygotowania do „Dnia Kobiet”

Tłusty Czwartek i Ostatki w DPS Bobrek

Zabawa Karnawałowa w Wadowicach

Marek Perepeczko

Metro podziemne i Port morski w Hamburgu

Moja wycieczka do zakopanego - opowiadanie

Zdrowe odżywianie

Kilka słów o Kamilu Stochu

Mistrzostwa DPS w Hokeju Integracyjnym
Bobrek 2017

Sprawozdanie z działalności klubu Spartakus
przy DPS Bobrek za rok 2016

Walentynki



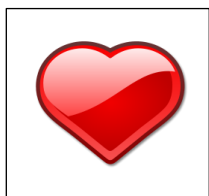
Walentynki to dla Polaków stosunkowo nowe święto. Popularność zdobyło sobie przede wszystkim w ciągu ostatnich 10 lat i to do tego stopnia, że dzisiaj wielu ludzi, niezależnie od wieku, czeka na ten dzień, by serdeczniej niż na co dzień wyrazić uczucia do najbliższej osoby. Istnieje zwyczaj rozsyłania specjalnych kartek, tzw. walentynek - zwykle anonimowych, których motywem przewodnim są amorki, serca, kwiaty, czułe wyznania miłości.

CO WIEMY O PATRONIE TEGO ŚWIĘTA

Św. Walenty, patron Dnia Zakochanych, to postać dość zagadkowa. Był biskupem Terni pod Rzymem. Za czasów cesarza Klaudiusza II Gota (ok. 269 r.) poniósł śmierć męczeńską. Legenda mówi, że św. Walenty zajął się popieraniem zakochanych jeszcze za swego życia, kiedy wystąpił przeciwko edyktowi cesarza, zakazującemu zawierania małżeństw. Cesarz Klaudiusz II Gocki z rozczarowaniem zauważył, że żonaci mężczyźni chętniej zostają w domach, zamiast ochoczo uczestniczyć w wojnach i dzielnie walczyć za Rzym. Św. Walenty zignorował ów zakaz i w tajemnicy udzielał ślubów młodym, zakochanym parom. Niestety, sekret się wydał, a Święty został pojmany, wtrącony do więzienia, a następnie stracony. Według drugiej wersji okoliczności śmierci św. Walentego były zgoła inne: jako człowiek świątobliwy Biskup Terni w III wieku został obdarzony przez Boga niezwykłą mocą uzdrawiania. Wieść o tym dotarła do rzymskiego filozofa Kratona, którego syn był ciężko chory na padaczkę i czekało go życie pełne cierpienia. Św. Walenty zgodził się pomóc rodzinie Kratona pod warunkiem, że ten się nawróci. I rzeczywiście, przekonany cudem dokonanym przez Świętego, filozof ochrzcił się. Kult Świętego rozwijał się dość szybko. W miejscu, w którym Męczennik został pochowany, już w IV wieku papież kazał

wznieść bazylikę. Ponieważ padaczka, a także wszelkiego rodzaju choroby nerwowe, były wówczas w Europie bardzo częste, Święty znalazł licznych czcicieli na całym kontynencie. Mało kto dziś pamięta, że św. Walenty, zanim zaczął patronować uczuciom, zanim stał się wzorcem dla wszystkich zakochanych był patronem chorych na epilepsję. I konografia przedstawia tego męczennika najczęściej w stroju kapłańskim, w momencie uzdrawiania chorego.

Mieszkańcy Trójki oczywiście, jak co roku wręczyli wszystkim własnoręcznie wykonane kartki walentynkowe.



Trójkowe „Ostatki”

Ostatki to według tradycji kilka ostatnich dni karnawału. Czas szaleństw i zabawy przed Wielkim Postem. Karnawałowe szaleństwo zaczyna się w Polsce w tłusty czwartek i trwa do wtorku przed Popielcem.

Tradycja na ostatki

Zabawy karnawałowe wywodzą się z obrzędów zimowych odprawianych w starożytności ku czci bogów urodzaju. W średniowieczu szczególnie hucznie obchodzono go w Hiszpanii i Portugalii, Francji, Niemczech i na Bałkanach.

Ostatki, zwane w różnych częściach Polski także **śledzikiem**, **zapustami** lub **podkoziołkiem**, zwyczajowo zaczynają się w tłusty czwartek, a kończą we wtorek przed rozpoczynającą Wielki Post Środą Popielcową

Ostatki z tradycją w Polsce

Do ostatkowych zwyczajów należało choćby przywoływanie wiosny. Po wsi chodziły tzw. maszkary zapustne, czyli głośno hałasujący przebierańcy, którzy próbowali pobudzić przyrodę do życia. Często taką maszką, utożsamianą z demonem zimy, był słomiany niedźwiedź, którego prowadził mężczyzna w przebraniu parobka. W takim orszaku podążał też diabeł, baba i dziad oraz Cyganka i Żyd. Przebierańcy chodzili po domach, odgrywając swoje role. Na przykład dziad obcałowywał młode panny, baba kradła, a Cyganka wróżyła. Na koniec urządzano zabawę dla wszystkich mieszkańców.

Na Warmii szczególnie restrykcyjnie przestrzegano początku Wielkiego Postu. **Ostatki**, które rozpoczynało obżarstwo w tłusty czwartek, kończyły się zawsze we wtorek o północy. Zwykle o tej porze wieszano w kominie dokładnie wymytą patelnię, co symbolicznie oznaczało koniec z wszelkim tłuszczem w diecie przez najbliższe 40 dni.

Zwyczaje ostatkowe na świecie

Do najbardziej znanych zwyczajów ostatkowych należy hucznie obchodzone zakończenie karnawału w brazylijskim **Rio de Janeiro**. Ostatki rozpoczynają się tam zawsze w piątek przed Środą Popielcową i trwają przez 5 kolejnych dni. Długą tradycję mają też **ostatki weneckie**, kończące karnawał wielkim balem maskowym na placu św. Marka, czy nicejskie - z barwnym korowodem przechodzącym przez całe miasto.

Co ciekawe większość zachodniego świata nie obchodzi tłustego czwartku, ale... tłusty wtorek (ten przed Środą Popielcową). Z kolei w krajach anglosaskich (głównie w Wielkiej Brytanii, Stanach Zjednoczonych i Australii) obchodzony jest wtorek naleśnikowy i jak sama nazwa wskazuje jest znakomitym pretekstem do objadania się naleśnikami.

Nasze „trójkowe ostatki” świętowaliśmy z pompą. Odbłyły się one w miejscowej restauracji „Magda”. Cóż powiedzieć - zabawa była przednia ! Wszyscy świetnie się bawili przy muzyce ,którą prezentował didżej Maciek .Zaserwowano nam dobry obiad ,pyszny deser i napoje, niektóre „wyskokowe”, bo wyskakaliśmy się za wszystkie czasy

Galeria







ZABAWA
KARNAWAŁOWA

Rozrywka

Bacę zaproszono w karnawale na bal przebierańców.

Pytają go znajomi, za co się przebrał.

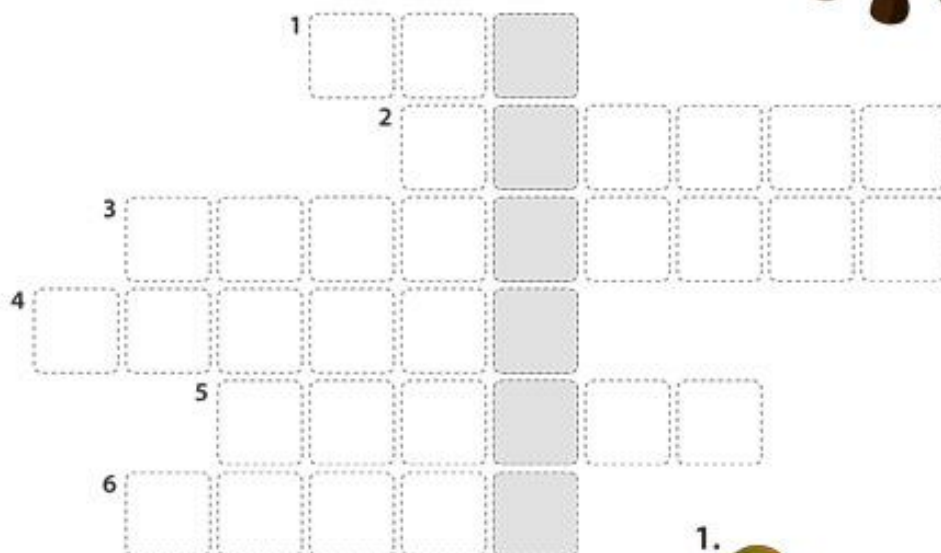
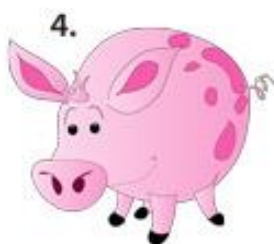
- A za łoscypka.
- A jak to, baco, za oscypka?
- A siadnę se w kąciku i będę śmierdział

W tańcu facet zwraca się do partnerki:

- Widzi pani tego starego bałwana, który tańczy z tą farbowaną blondyną? To mój szef. Nie znam większego kretyna.
- A czy pan mnie zna?
- Nie.
- Jestem żoną pańskiego szefa.
- A czy pani mnie zna?
- Nie.
- No to chwata Bogu



Wpisz do diagramu poziomo nazwy zwierząt widocznych na obrazkach i odczytaj pionowo rozwiązanie.



Zamyślenia...

Sposób na piękność

Wielu ludzi wydaje dużo pieniędzy, aby ładnie wyglądać. Z tego pragnienia, by pokazać się innym, atrakcyjniejszym niż się jest w istocie, prosperuje cała gałąź przemysłu. W dzisiejszych czasach pielgrzymuje się do instytutów piękności. Tam zewnętrzna powłoka człowieka zostaje przy pomocy wszelkich możliwych środków wypolerowana na najwyższy połysk. Drogie są te zabiegi, a ich efekty w rezultacie wcale nie trwają długo.

Spróbuj teraz nowej metody. Ona nic nie kosztuje, a mimo to jest skuteczna: uśmiech! Ta metoda zaczyna się w sercu człowieka. Nie chodzi tu bowiem o sztuczny uśmiech, który nakładamy, by zyskać sobie klientelę czy przypodobać komuś. Ważny jest uśmiech, który wypływa z wewnętrznego pokoju, z radości dobrego serca. Taki uśmiech czyni pięknym każdego człowieka.

Staraj się okazywać innym swoje dobre serce. Wtedy nie będzie ważna, że twój nos jest zbyt krótki albo za długi, spłaszczony lub zadarty. Nikt nie będzie zwracał uwagi na to, że masz zmarszczki albo piegi i że twoja głowa jest już osiwiata. Gdy uśmiech dobroci opromieni twoją twarz dla wszystkich będziesz piękny i atrakcyjny.

Phil Bosmans

Z życia Naszego Domu



*Albowiem trzeba, żeby każdy człowiek miał jakiegokolwiek miejsce dokąd mógłby pójść”
F.M. Dostojewski*



DPS Bobrek
Dom Pomocy Społecznej



Święta przypadające w Marcu 2017 roku

1 marca (Środa)	Światowy Dzień Świadomości Autoagresji, Międzynarodowy Dzień Walki Przeciw Zbrojeniom Atomowym, Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych, Popielec
2 marca (czwartek)	Międzynarodowy Dzień Obrony Cywilnej
3 marca (piątek)	Międzynarodowy Dzień Pisarzy
5 marca (niedziela)	Dzień Teściowej
8 marca (Środa)	Międzynarodowy Dzień Kobiet
10 marca (piątek)	Dzień Mężczyzn
12 marca (niedziela)	Światowy Dzień Drzemki w Pracy
14 marca (wtorek)	Światowy Dzień Liczby Pi
15 marca (Środa)	Międzynarodowy Dzień (Praw) Konsumenta
19 marca (niedziela)	Uroczystość św. Józefa
20 marca (poniedziałek)	Początek astronomicznej wiosny, Światowy Dzień Inwalidów i Ludzi Niepełnosprawnych
21 marca (wtorek)	Międzynarodowy Dzień Walki z Dyskryminacją Rasową, Międzynarodowy Dzień Poezji
22 marca (Środa)	Dzień Ochrony Bałtyku, Światowy Dzień Wody
23 marca (czwartek)	Dzień Przyjaźni Polsko-Węgierskiej, Międzynarodowy Dzień Meteorologii
24 marca (piątek)	Światowy Dzień Walki z Gruźlicą
25 marca (sobota)	Zwiastowanie Pańskie (Dzień Świętości Życia)
26 marca (niedziela)	Zmiana czasu z zimowego na letni
27 marca (poniedziałek)	Międzynarodowy Dzień Teatru



Przysłowia o Marcu

W marcu jak w garncu.

Co marzec wypieczę, to kwiecień wysieczę.

Czasami w marcu zetnie wodę w garncu.

Czasem marzec tak się podsadzi, że dwa kozuchy oblec nie zawadzi.

Ile w marcu dni mglistych, tyle w żniwa dni dżdżystych.

Kiedy w marcu deszczu wiele, nieurodzaj zboża ściele.

Gdy w marcu deszcz pada, wtedy rolnik biada, gdy słońce jaśnieje

Jaka pogoda czeka nas w Marcu



Pierwsza połowa marca w Polsce zapowiada się prawdziwie wiosennie. W drugiej połowie miesiąca na krótko wróci zima, ale już delikatna. Minusowe temperatury mogą pojawić się między 16 a 19 marca. - Zima może wtedy na chwilę powrócić.

Daniel Zięba

str. 13

Walentynki

Legend mówiących o święcie zakochanych jest wiele. Jedna z nich opowiada o czasach starożytnego Rzymu, wówczas kapłan Walenty pomagał parom potajemnie się pobierać. Został jednak przyłapany i skazany na śmierć.

14 LUTEGO TO FAJNA DATA WTEDY, GDY KAŻDY DOSTANIE BUZIAKA.



Rafał Wrona

Gazetka oddziału V – Czas Walentynek



Janusz Słowik

Marek Błaszczakiewicz



praca graficzna: Zbigniew Rożek



praca graficzna: Paweł Biela

Przygotowania do „Dnia Kobiet”

Dużymi krokami zbliża się dzień kobiet. Z tej okazji trwają przygotowania do tego uroczystego święta na zajęciach informatycznych, po to żeby sprawić radość wszystkim Panią pracującym w Naszym Domu.



Stanisław Radwański

Tłusty Czwartek

23 lutego przypada tłusty czwartek. Jest to ostatni czwartek przed wielkim postem, znany także jako zapusty. Tłusty czwartek rozpoczyna ostatni tydzień karnawału. W tym dniu dozwolone jest objadanie się do syta. Cukiernicy mają wtedy mnóstwo pracy, muszą przygotować wiele tysięcy pączków w czasie jednej nocy, aby rano pączki były już gotowe i czekały na pierwszych klientów.



Artur Danielczok

Ostatki w DPS Bobrek

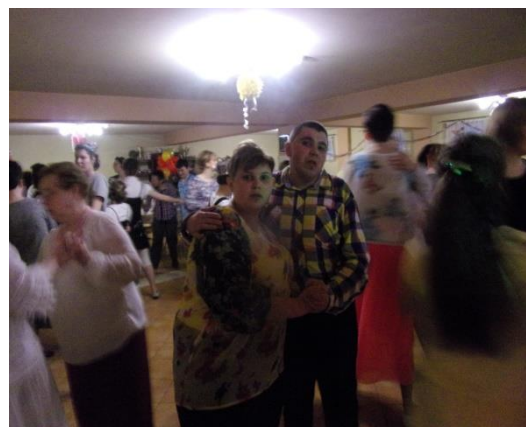
20 lutego 2017 roku w Hostelu II odbyła się zabawa karnawałowa, która dostarczyła Naszym mieszkańcom niezapomnianych wrażeń. Pięknie udekorowana sala i znakomita muzyka sprawiła, że udało się stworzyć wspaniałą karnawałową atmosferę. Wszyscy świetnie się bawili w rytmie znanych przebojów. Uczestnikom zabawy towarzyszył dobry humor.



Piotr Ziembka

Zabawa Karnawałowa w Wadowicach

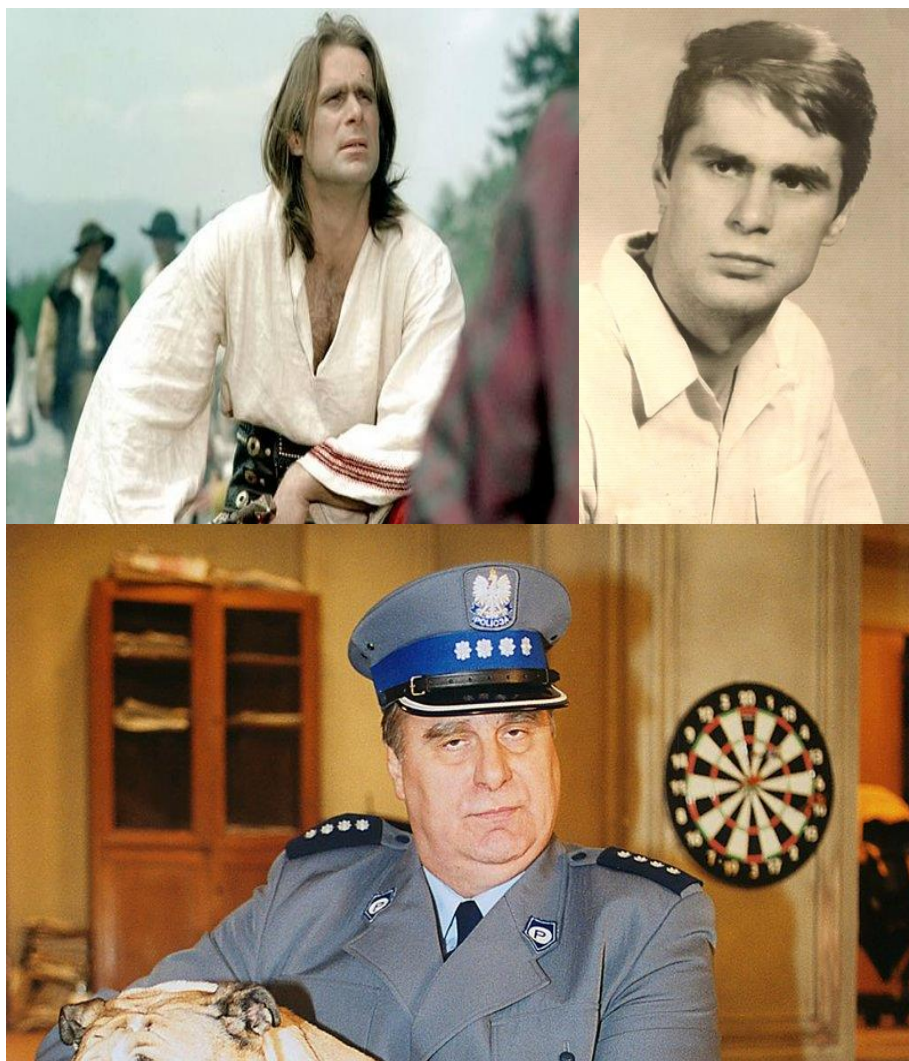
23 lutego 2017 roku mieszkańcy Hostelu II udali się na zabawę karnawałową do Domu Pomocy Społecznej w Wadowicach przy ulicy Lwowskiej 31. Zabawa była bardzo udana, miło było spotkać się z koleżankami, z którymi utrzymuję kontakt od dawna.



Rafał Wrona

Marek Perepeczko

Marek Perepeczko zagrał główną rolę w serial Janosik, zdobył wtedy bardzo dużą popularność w Polsce i na świecie. Posiadał bardzo dobre warunki fizyczne - był wysoki, muskularny i bardzo sprytny. Aktor grał różne role w filmach Andrzeja Wajdy i serialach, np. w 13 Posterunku jako komendant. Zmarł w 2005 roku, został pochowany na Warszawskim cmentarzu na Powązkach.



Krzysztof Figura

Metro podziemne i Port morski w Hamburgu

Dziś Hamburg to drugie największe miasto w Niemczech, zaraz po Berlinie. Jest to zarazem największy port w tym kraju. Jego dzisiejsza potęga nie narodziła się jednak z dnia na dzień. Z powodu swojego położenia, miasto zdobywało coraz większą renomę, jako port oraz ważny punkt handlowy. Przez wieki przechowywano w miejskich magazynach sprowadzane produkty, takie jak kawę czy kakao.

Budowę Metra rozpoczęto 1 października 1906. Pierwszy odcinek został oddany 15 lutego 1912. Metro posiada ponad 100 stacji rozmieszczonych na 4 liniach o łącznej długości 105 km. Sieć metra jest dobrze rozbudowana, składy przyjeżdżają punktualnie. W przyszłości metro w Hamburgu ma zostać rozbudowane o 30 km, mają zostać również dobudowane nowe stacje - to w sumie da możliwość przejazdu metrem dla 120 tys. Nowych mieszkańców Hamburga.



Opowiadanie

Moja wycieczka do Zakopanego

Pewnego dnia wybrałem się z koleżanką Anią do Zakopanego. Była wtedy piękna pogoda. Pojechaliśmy tam autobusem z Oświęcimia, po drodze były piękne widoki, zrobiłem dużo. Zdjęć aparatem. Jechaliśmy cztery godziny. Po dotarciu na miejsce zwiedzaliśmy Krupówki. Było bardzo miło. Następnie poprosiliśmy spotkane osoby aby nam robiły zdjęcia. Czekala na nas również fajna atrakcja - jazda konnym zaprzęgiem. Było wspaniale. Po kilku godzinach zwiedzania pojechaliśmy pod skocznię narciarską. Był wtedy konkurs skoków i był tam Kamil Stoch nasz ulubiony skoczek. Widzieliśmy jak skacze, wygrał wtedy zawody. Bardzo się cieszyłem z tego. Nadszedł wieczór i potem pojechaliśmy na kielbaski, trochę zimno się już zrobiło. Rozpaliliśmy ognisko w lesie i słuchaliśmy muzyki z telefonu. Nigdy nie zapomnę tej wycieczki. Obiecaliśmy sobie, że się spotkamy znów za rok.



Patryk Szpak

str. 22

Zdrowe odżywianie

W pierwszym etapie dieta powinna zawierać dwa warzywa dodawane do każdego posiłku. W drugim etapie należy wyeliminować napoje gazowane i słodkie (pączki, faworki, eklery) i chipsy. Trzeba pić wodę i zieloną herbatę oraz zioła. W kolejnym etapie zrezygnuj z fastfoodów, takich jak: hamburger, frytki, kebab, pizza, hot dog, chińszczyzna. Ważnym czynnikiem jest duża dawka słońca dostarczana dla organizmu. Należy uprawiać sport i jeździć na rowerze. Jeśli wprowadzisz te zmiany do swojego życia to będziesz o wiele zdrowszy i silniejszy.



Abraham Olczak

Kilka słów o Kamilu Stochu

Pierwsze pucharowe punkty zdobył 11 lutego 2005 w Pragelato po zajęciu 7 miejsca. Po raz pierwszy na podium PŚ stanął 23 stycznia 2011, zwyciężając w rodzinnym Zakopanem. W ramach PŚ zwyciężył w 21 konkursach i 42 razy stawał na podium.

Jest zdobywcą dwudziestu siedmiu medali na zimowych i letnich mistrzostwach Polski - dziesięciokrotnie zwyciężał. Od 21 marca 2015 samodzielny rekordzista Polski w długości skoku narciarskiego (238 m uzyskane w Planicy w serii próbnej przed konkursem drużynowym). Skacze na nartach marki Fischer.

Cechuje go wysoka estetyka przy ułożeniu ciała w trakcie lotu i lądowaniu, za które często otrzymuje najwyższe lokaty.



Tomasz Głuchaczka

Mistrzostwa DPS w Hokeju Integracyjnym Bobrek 2017

2 lutego 2017 r. odbyły się Mistrzostwa DPS w Hokeju Integracyjnym Bobrek 2017. Integracja była wielopłaszczyznowa, ponieważ pod względem składu zawody połączyły mieszkańców i pracowników, hokej kobiet i hokej mężczyzn, a z uwagi na porę roku i nawierzchnię - hokej zimowy i hokej na trawie. Rywalizacja była zażarta i emocjonująca. Uczestnicy dali z siebie wszystko, prezentując znakomitą formę podczas turnieju.

W Mistrzostwach brały udział 4 drużyny, które uzyskały następujące lokaty:

1. Koziółki 5 pkt;
2. Ptaszki 4 pkt;
3. Drewniaki 3 pkt;
4. Figuranci 0 pkt.

Najlepsi strzelcy bramek w Mistrzostwach:

1. Agata Filip 5 bramek;
2. Marta Dorczak 4 bramek;
3. Marek Błaszczakiewicz 4 bramek.

Następnie, przy dźwiękach „We are the champions” grupy Queen wszyscy hokeiści otrzymali dyplomy i miała miejsce koronacja Król Strzelców.

Mecze rozgrywane były pod bacznym okiem naszych specjalistów w zakresie rehabilitacji - panów Krzysztofa Adamskiego i Piotra Miodońskiego. Podziękowania należą się również pani Ewie Rudyk-Niemczyk - instruktorowi kulturalno-oświatowemu, terapeutom zajęciowym - pani Jolancie Rzymkowskiej i panu Piotrowi Ziembce, a także paniom pracującym w kuchni, które zadbały o ciepłe napoje dla zawodników i publiczności.

Mamy nadzieję, że przyszłoroczne Mistrzostwa rozegrane zostaną w poszerzonej formule, zarówno w zakresie pola gry i występujących na nim graczy, być może z udziałem innych domów pomocy społecznej.





Sprawozdanie z działalności klubu Spartakus przy DPS Bobrek za rok 2016

Zajęcia sportowo - rekreacyjne / treningi

W klubie Spartakus zarejestrowanych jest 44 zawodników. Czynnie w treningach udział brało 37 zawodników. Zawodnicy, mieszkańcy i pracownicy na imprezach integracyjnych uczestniczyli wspólnie w konkursach i zabawach sportowych.

Zawodnicy przygotowywali się do startów w zawodach na treningach prowadzonych przez Pana Piotra Miodońskiego i Krzysztofa Adamskiego. Trenowali m.in w: Zespole Szkół w Bobrku - badminton; DPS Bobrek - tenis stołowy, dwubój siłowy, bocce, lekkoatletyka; Pływalia „Pod Platanem” w Brzeszczach - pływanie; Kręgielnia „Hula Kula” w Oświęcimiu - bowling.

Zawody

Zawodnicy klubu startowali w zawodach lokalnych regionalnych. Mityngi i turnieje odbywały się bowlingu, pływaniu, tenisie stołowym, badmintonie, dwuboju siłowym. Zawodnicy klubu zdobyli 21 medali. 7 złotych, 5 srebrnych, 9 brązowych. Klub Spartakus w zawodach reprezentowało 16 zawodników.

Punktacja sezonu 2016

- 1 Krzysztof Figura - pływanie 28pkt. + bowling 8pkt. = 36pkt.
- 2 Jan Bryzik - tenis stołowy 16pkt. + badminton 19pkt. = 35pkt.
- 2 Sebastian Kozieł -tenis stołowy 14pkt. + badminton 21pkt. = 35pkt.
- 2 Michał Krcil -tenis stołowy 12pkt. + badminton 23pkt. = 35pkt.
- 5 Piotr Adamiec - bowling 8pkt. + dwubój siłowy 24pkt. = 32pkt.
- 5 Daniel Zięba - pływanie 12 pkt. + dwubój siłowy 20pkt. = 32pkt.
- 7 Marek Błaszczakiewicz - tenis stołowy 12pkt. + badminton 12pkt. = 24pkt.
- 8 Adrian Biernaś - badminton = 23pkt.
- 9 Adam Paluch - bowling = 16pkt.

9 Jan Biela - tenis stołowy = 16pkt.

9 Tomasz Głuchaczka - pływanie = 16pkt.

9 Tomasz Pilszak - bowling = 16pkt.

13 Roman Niemczyk - pływanie = 14pkt.

14 Sebastian Ferszt - bowling = 12pkt.

14 Marian Odrowąż - bowling = 12pkt.

16 Grzegorz Drewniak - bowling = 8 pkt.

Fotogaleria



Krzysztof Adamski

Piotr Ziembka

REDAKCJA GŁOSU TRÓJKI :



REDAKTORZY :

NIEDŹWIECKA LIDIA

ZIEMBKA PIOTR

PALUCH ADAM

ARTUR DANIELCZOK

ZIĘBA DANIEL



FOTOGRAF :

ZIEMBKA PIOTR

ZIĘBA DANIEL



KOLPORTER :

PALUCH ADAM

ADAMIEC PIOTR

WAŻNE NUMERY :

DYREKTOR DPS – MARIUSZ SAJAK – 33/846 13 49 wew. 133

Z-C DYREKTORA – ARKADIUSZ MAKULEC – 33/846 13 49 wew. 132

ODDZIAŁY :

ODDZIAŁ I – kierownik – Elżbieta Jagła 33/846 13 49 wew. 141

ODDZIAŁ III – kierownik – Tadeusz Jagła 33/846 13 49 wew. 143

ODDZIAŁ IV – kierownik – Barbara Bojdys 33/846 13 49 wew. 144

ODDZIAŁ V – kierownik – Edyta Kojdecka 33/846 13 49 wew. 145 /góra/ -
33/846 13 49 wew. 149

HOSTEL I - kierownik – Ewa Olejniczak 33/846 – 13 58

HOSTEL II – kierownik – Barbara Bojdys – 33/846 13 49 wew.142

GABINET PIEŁĘGNIAREK – 33/846 13 49 wew. 146

PRACOWNICY SOCJALNI – 33/846 13 49 wew. 155

GABINET PSYCHOLOGA – 33/846 13 49 wew. 152