

wtz  
wutezetka

Magazyn redagowany przez uczestników  
Warsztatu Terapii Zajęciowej  
Ośrodka Matka Boża Różańcowa w Pszczynie

Nr 28

LIPIEC 2012

# Wakacje...



Rysunek – Ola Herok

Magazyn wydawany przez  
uczestników Warsztatu Terapii  
Zajęciowej Ośrodka Matka Boża  
Różańcowa w Pszczynie

**wtz**  
wutezетка

REDAKTOR NACZELNY  
Magdalena Klimek

ZESPÓŁ REDAKCYJNY  
Dagmara Dyrda, Andrzej Czyłok,  
Krzysztof Oleś

WSPÓŁPRACA  
Ola Herok, Piotr Żbik, Sylwia Żupa,  
Danuta Wołkowycka

KONSULTACJA  
MERYTORYCZNA  
Zbigniew Krymkowski, Anna Bąk

ZDJĘCIA I GRAFIKA  
Ola Herok, archiwum

PRZEPISYWANIE TEKSTU  
Ola Herok, Andrzej Czyłok

NAKLAD  
30 egzemplarzy + dodruk

KONTAKT Z REDAKCJĄ  
Ośrodek Matka Boża Różańcowa  
ul. Św. Jadwigi 4  
43-200 Pszczyna  
tel. 32 449 08 94

**wutezетка@gmail.com**



W WAKACJE PAMIĘTAMY O MSZY ŚW. I MODLITWIE  
PRZYGOTOWANIE DO PODRÓŻY: Kiedy będzie trzeba wybrać się  
w podróż, Boże, pozwól mi się do niej przygotować jak  
najlepiej.

W PODRÓŻU: Ten tłok upał stanie na jednej nodze to okropne  
zmęczenie ofiaruję Ci Boże jako radość uczynienie za wszystkie  
wakacyjne grzechy.

W CISZY LEŚNEJ: Panie Ty przemawiasz w ciszy. Powiedz mi  
teraz to, czego nie umiem usłyszeć w rozgwarze miasta, a co  
jest mi najbardziej potrzebne.

NAD MORZEM: Patrzę w bezkres morza. Tak bezkresne jest  
miłosierdzie Twoje Panie. Chcę zatopić w nim wszystkie moje  
nieprawości.

W GÓRACH: Jak trudna i piękna jest droga na szczyt! Daj mi  
si Ty Panie wspinać się w codziennym trudzie ku Tobie.

W DZIEŃ DESZCZOWY: Denuncjuj mnie ten deszcz ale przecież on  
tak pochodzi od Ciebie i jest komuś potrzebny. Zawsze bądź  
wola Twoja

AMEN



# Warsztatowe Karaoke



Pewnego dnia o godz. 10.30 pani Ula z panią Basią zaproponowały nam wspólne śpiewanie przy dużym telebimie - tak zwane Karaoke. Razem z nami bawiły się Koleżanki i koledzy z Domu Samopomocy w Pszczynie i dzieciaki ze świetlicy.

Było śpiewanie, zabawa taneczna... wszyscy przy tym doskonale się bawili.

Przy okazji została zadedykowana piosenka pt. „Jesteś szalona” dla naszego pana Piotra, który obchodził w tym dniu swoje urodziny. Jeszcze raz życzymy mu Wszystkiego Najlepszego!

Miejmy nadzieję, że pani Ula i pani Basia powtórzą nam tak miłą zabawę.

Tekst przygotowały Dagmara Dyrda,  
Danuta Wołkowycka, Aleksandra Herok

# Czerwony Kapturek na Warsztatach



We wtorek o godz. 10.30 odbyło się krótkie przedstawienie pt. „Czerwony Kapturek” przygotowane przez dzieci ze Świetlicy naszego Ośrodka.

Była to prezentacja w wersji humorystycznej, połączona z tańcem oraz śmiesznymi tekstami.

Te przedstawienie było bardzo zabawne i wesołe na koniec nagrodziliśmy dzieci długimi brawami.

Tekst przygotowały Dagmara Dyrda,  
Magda Klimek, Aleksandra Herok

# Wycieczka do Świnoujścia



31 maja tj. w czwartek nad ranem, wynajętym autokarem, wyjechaliśmy na wycieczkę do Świnoujścia. Najpierw na dworcu PKS wsiadła grupa czechowicka, a nieco później grupa pszczyńska na parking przy ul. Wojska Polskiego.

W trakcie blisko trzynastogodzinnej podróży mieliśmy trzy postoje i jeden przymusowy w lesie. Na trzecim długim postoju udaliśmy się na kawę i ciepły posiłek.



Po przybyciu do Świnoujścia okazało się, że trzeba przeprawić się promem na wyspę

Uznam, gdzie mieliśmy wynajęty dom wczasowo - kolonijny „FALA”.

Po zakwaterowaniu, rozpakowaniu, a także krótkim odpoczynku, udaliśmy się na spacer nad morze, a następnie deptakiem udaliśmy się do ośrodka.



Następnego dnia było pogodnie, ale zimno. Mimo tego, po śniadaniu poszliśmy na długi spacer brzegiem morza w stronę latarni. W drodze powrotnej wracaliśmy promenadą i wstąpiliśmy do baru na pyszny deser i nie tylko, a po obiedzie poszliśmy do ośrodka i odpoczywaliśmy aż do kolacji.





Przez następne trzy dni między posiłkami chodziliśmy na długie spacery brzegiem morza, a także do portu, a gdy wracaliśmy długą promenadą to kupowaliśmy pyszne ryby, gofry czy lody.



Po obiedzie zwykle odpoczywaliśmy, a po kolacji także jeszcze chodziliśmy nad morze aż do zmroku. Ostatni dzień wycieczki przeznaczaliśmy na zakup pamiątek.



W trakcie pobytu mieliśmy trzy posiłki dziennie, na które chodziliśmy do domu Wczasowego „KARKONOSZE”. W sobotę po kolacji w świetlicy „naszego” domu bawiliśmy się na dyskotecę, a w niedzielę po śniadaniu udaliśmy do

kościół Garnizonowego Marynarki Wojennej na mszę, w której służbę liturgiczną przy ołtarzu pełnią marynarze.



W dzień wyjazdu przed zanieśieniem bagaży przy recepcji wypiliśmy pożegnalną kawę, a następnie, gdy przyjechał nasz kierowca p. Grzegorz, zapakowaliśmy w drogę powrotną. Każdy z uczestników wycieczki dostał suchy prowiant i wodę niegazowaną.

Każda grupa miała swojego opiekuna. Naszymi opiekunami byli: p. Basia Prządka, p. Joanna Czernik, p. Beata Doering, p. Katarzyna Krawczyk, p. Regina Krauz, p. Jolanta Kania, p. Sylwia Żelazo, p. Wiesława Folek, p. Małgorzata Wojciech, p. Szymon Gabryś, p. Jan Mazur, p. Teresa z ŚDS-u, także p. Zbyszek Krymkowski, który został także naszym kierownikiem.



Tekst napisał Andrzej Czyłok

# Zaloty



Rano 22 czerwca pojechaliśmy, jak co dzień do naszego ośrodka. O godz. 10.00 odbyła się nasza ostatnia próba przedstawienia „Zaloty”. Po próbie spakowaliśmy wszystkie potrzebne rekwizyty do naszego przedstawienia do busa i pojechaliśmy do Specjalnego Ośrodka Edukacyjnego - Leczniczo - Rehabilitacyjnego w Rudołtowicach.

Zaproszono nas tam z okazji dwudziestolecia ośrodka w Rudołtowicach. Gdy dojechaliśmy na miejsce zostaliśmy zaproszeni na poczęstunek. Jedliśmy ciastka, a kto chciał mógł napić się kawy, herbaty lub soków. Jedząc poczęstunek, czekaliśmy na chwilę naszego występu.

Po występnie dostaliśmy kosz słodczy i dyplom za uczestnictwo. Gdy zeszliliśmy ze sceny spakowaliśmy wszystkie nasze rekwizyty do busa i pojechaliśmy do domu. Na miejscu byliśmy około godz. 16.00.

Bardzo się nam podobało, że pan dyrektor Piotr Kowalski był z nami na dwudziestolecie ośrodka.

Tekst przygotowały Ola i Magda

## Wizyta Księdza

5 czerwca 2012 roku do naszego Ośrodka przyszedł ksiądz Zdzisław Tomziński. Od 10.00 kto chciał, mógł się u niego wyspowiadać. Po spowiedzi odbyła się Msza Św.

W czasie Mszy Marzena Gąsczyk śpiewała psalm, a Andrzej Czylok czytał czytanie. Pan

Szymon, pan Piotr i niektórzy podopieczni byli na tej mszy ministrantami. Po Mszy wróciliśmy do naszego Ośrodka, aby dalej pracować.

Tekst przygotowała Magda Klimek

## SALON SPA, MASAŻE, ĆWICZENIA



Przez cały lipiec w naszym ośrodku są organizowane przez panią Asię masaże,

ćwiczenia i salon SPA. Trwają one od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.15 do 13.00. Każdy podopieczny może sobie wybrać, co chce robić: czy chce iść ćwiczyć, tańczyć, iść na masaż albo iść do Spa. Na aerobik chodzą wszyscy podopieczni. Wszystkim zajmuje się pani Asia, a w prowadzeniu tańca pomaga jej pani Ula.

Tekst przygotowała Magda Klimek

**ST  
LAT!**

# Urodziny

*Dużo zdrowia i radości,  
szczęścia i miłości,  
Moc najpiękniejszych wrażeń,  
i spełnienia wszystkich marzeń.*

10.07 – Arkadiusz Mazurczyk  
19.07 – Roman Ziegler  
30.07 – Paweł Kucharski  
13.08 – Agnieszka Szczygieł  
20.08 – Danuta Wołkowycka



Życzenia przygotowała Sylwia Żupa

## Strefa dobrego humoru



Facet wyjeżdżając na wczasy zostawił swojemu przyjacielowi kota, żeby ten nim się opiekował. Wczasowicz dzwoni po tygodniu z wakacji i pyta przyjaciela jak tam jego kot.

- No stary. Niestety kot zdechł.  
- Ehh, musiałeś tak walić prosto z mostu? Przez ciebie będę miał zepsutą resztę urlopu. Mogłeś mi powiedzieć się kot siedzi na dachu i nie chce zejść. Później zadzwoniłbym za dwa dni i powiedziałbyś, że spadł z dachu i leży u weterynarza i dopiero potem, że zdechł...

Humor przygotowały  
Ola i Magda

No ale cóż, stało się, powiedz mi lepiej, co tam u mojej mamy?  
- No, więc widzisz Mama siedzi na dachu i nie chce zejść...

## Propozycja na wakacje - wycieczka do groty solnej

O grotach solnych usłyszałem, gdy tylko zaczęły się pojawiać i chciałem z nich skorzystać już dawno i gdy była okazja, od razu się zgodziłem.

W grocie były leżaki, na których można wygodnie się rozsiąść, a później gasło światło i można było uciąć sobie drzemkę. Powiem, że oprócz właściwości zdrowotnych, które zaraz wymienię, komnata solna działa odprężająco i relaksująco, także po seansie chyba każdy był wypoczęty. Co do wyglądu to komnata jest stylizowana na naturalne komnaty występujące w kopalniach soli. Jej podłoga i ściany są wyłożone solankami.

*Z komnat solnych powinny korzystać osoby, u których występują:*

- stany zapalne dróg oddechowych (zatok, płuc, oskrzeli)
  - schorzenia dermatologiczne (stany zapalne skóry, łuszczyca)
  - niedoczynność tarczycy
  - choroby układu krwionośnego (po stanach zawałowych, wyrównywania ciśnienia tętniczego)
  - schorzenia układu pokarmowego (wrzody żołądka i dwunastnicy)
  - otyłość (przyspiesza metabolizm komórkowy)
  - nerwica, depresja, spadek odporności na stres
  - i wszyscy, którzy dbają o zdrowie i chcą wypocząć
- Polecam.

Artykuł napisał Piotr Żbik



# Kącik Kulinaryny

## Śmietanowiec z wiśniami

### Składniki:

- szklanka śmietany kremówki
- trzy szklanki jogurtu greckiego
- 4 łyżki cukru pudru
- 2 łyżki żelatyny
- opakowanie herbatników
- pół szklanki wiśni
- galaretka wiśniowa



### Sposób przygotowania

Śmietankę ubij na sztywno, pod koniec dodaj 2 łyżki cukru pudru. Pozostały cukier zmiksuj z jogurtem, dodaj ubitej śmietanki i delikatnie wymieszaj.

Żelatynę rozpuść w 1/4 szklanki gorącej wody, przestudź, wlej do masy śmietanowej i wymieszaj mikserem.

Dno tortownicy wyłóż pokruszonymi herbatnikami, potem wylej na nie masę. Wstaw do lodówki na 2 godziny. Na gotowym cieście ułóż wiśnie, a potem polej je przestudzoną galaretką wiśniową.

## Granita malinowa



### Składniki:

- 1/2 kg maliny,
- 1 łyżka cukier waniliowy,
- 1 łyżka sok z cytryny,
- 4 łyżki cukier,
- 1/4 szklanka sok jabłkowy

### Sposób przygotowania

Maliny miksujemy, dodajemy pozostałe składniki. Przelewamy całość do płaskiego naczynia i wstawiamy na 4 godziny do lodówki. Mieszamy co godzinę powstające kryształki. Przekładamy kryształki malinowe do pucharków.

Przepisy przygotowały  
Magdalena Klimek i Ola Herok