

**Radośnie, odświętnie...
w takiej atmosferze odbyło się
SPOTKANIE WIELKANOCNE
relacja str. 4.**



**„Internet to wspaniały wynalazek,
ale niewłaściwie używany
może szkodzić”
- wywiad str.8-9**

W tym numerze:



Dzień Zakochanych świętowa-
liśmy w **Gościennych Progach**.
Była zabawa, tańce i wróżby.



Kultywowanie tradycji– spotkanie
przy świątecznym stole.



Integracja i wspólna praca. Warsztaty plastyczne w świetlicy ŚDS w Lubartowie.

WYDARZENIA

NIE TYLKO KULTURALNE...

Ostatni kwartał nie obfitował w wiele wydarzeń, ale te, które miały miejsce należały do bardzo ważnych w życiu Naszego Domu.

ZABAWA

WALENTYNKOWA

W dniu 9 lutego 2016 r. Nasi Uczestnicy wraz z zaproszonymi Gośćmi z zaprzyjaźnionych ośrodków bawili się na zabawie walentynkowej. Jak co roku wspólnie świętowaliśmy Dzień Zakochanych oraz zakończenie tegorocznego karnawału czyli tzw. "ostatki" :)

Była jak zwykle pyszna zabawa - tańce, śpiewy, walentynkowe wrózby oraz słodki poczęstunek.



Uczestnicy, goście i wolontariuszki z II LO w Lubartowie.

WYDARZENIA

BAL KARNAWAŁOWY

Kilka dni wcześniej wzięliśmy też udział w Balu karnawałowym zorganizowanym przez Dom Pomocy Społecznej z Ostrowa Lubelskiego oraz obchodziliśmy Jubileusz X-lecia Warsztatów Terapii Zajęciowej w Ostrowie Lubelskim.

Dziękujemy Gospodarzom obydwu imprez za zaproszenie i wyśmienitą zabawę.

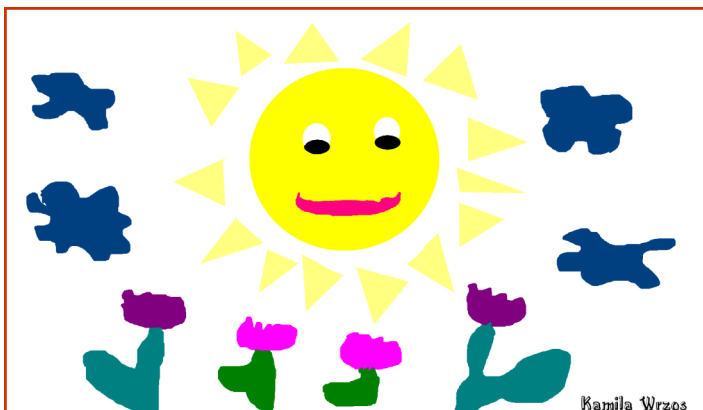


Występ artystyczny na 10-lecie WTZ w ostrowie Lubelskim.

MUZYKOWANIE

WIZYTA UCZNIÓW GIMNAZJUM W WOLI SERNICKIEJ

W tym czasie odwiedzili Nas także Uczniowie z Gimnazjum w Woli Sernickiej, z którymi bardzo miło spędziliśmy dzień na wspólnym kolędowaniu. Dziękujemy za odwiedziny i piękne śpiewanie:)



Wiosenne słońce. Wyk. Kamila Wrzos

21 marca
Pierwszy dzień
Wiosny

Powoli zbliżaliśmy się do I Dnia Wiosny, który ucziliśmy przyjemnym spacerem na łonie przyrody. W trakcie przechadzki obserwowaliśmy pierwsze oznaki wiosny. :)



Wiosna w obiektywie J. Czarnieckiego.

WYDARZENIA



SPOTKANIE WIELKNOCNE

Natomiast zbliżające się Święta Wielkanocne, to czas kiedy możemy usiąść do wspólnego stołu i poddać się świątecznemu nastrojowi. Z tej okazji w Naszym Domu odbyło się spotkanie wielkanocne, w którym wzięli udział Uczestnicy i Pracownicy placówki.

Na wstępie głos zabrała Anna Kuszner - Dyrektor Środowiskowego Domu Samopomocy w Lubartowie i złożyła zebranych najserdeczniejsze życzenia pogodnych Świąt Wielkanocnych pełnych nadziei, miłości i wiary.

„Gdyby nie
było zimy to
wiosna nie
byłaby taka
przyjemna.
Gdybyśmy nie
posmakowali
przeciwności,
to nie
docenilibyśmy
pomyślności”.
temyśli.pl



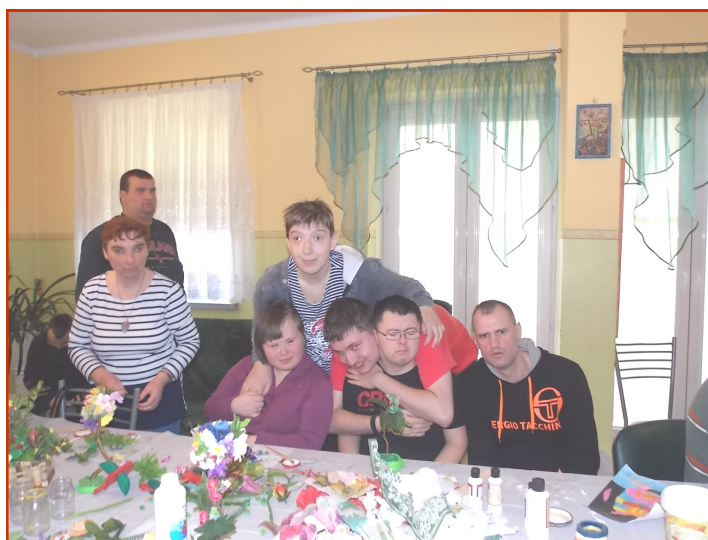
Nasza „Sds-owa” rodzina przy świątecznym stole.

Nie zabrakło również pokarmów, które symbolizują dostatek życia oraz miłej, rodzinnej atmosfery. Wiersze o tematyce wielkanocnej odczytane przez Uczestników ŚDS dodatkowo nadały Naszemu spotkaniu świątecznego charakteru.

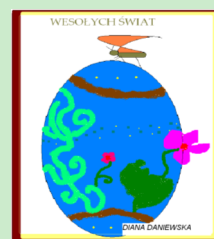
WYDARZENIA

WARSZTATY PLASTYCZNE

30 marca 2016r. w Naszym Domu odbyły się warsztaty plastyczne o tematyce świątecznej - wielkanocnej oraz wiosennej. **Swoją obecnością zaszczytili Nas mili Goście z Warsztatów Terapii Zajęciowej w Ostrowie Lubelskim.** Warsztaty przeprowadziła pani Renata Kuszyk - terapeuta z pracowni plastycznej w SDS w Lubartowie. Powstały piękne prace plastyczne ... wesołe, kolorowe i wiosenne :) Wszystkim dopisywały dobre humory, a zajęcia przebiegły w pozytywnej atmosferze. Dziękujemy Gościom za przybycie, a Wszystkim obecnym za wysiłek włożony w tworzenie prac oraz radosne uśmiechy na twarzy :)



Efektom warsztatów były zarówno piękne prace jak i odnowienie przyjaźni.



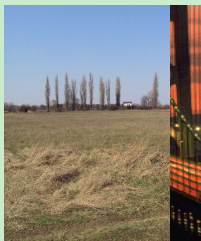
Wyk. D. Daniewska

zagadki

- Nazwa zespołu muzycznego znanego z piosenek "Baśka" i "Bohema".
- Nazwa olejku - aromatu dodawanego do ciast ukrytego w słowie amur.
- Duży , gęsty las.
- Stromy, idealny do jazdy na nartach.
- Duża ryba lub zdrowia.
- Owad, który lubi światło.
- Zdrowy owoc z sadu.
- Białe lub z dziurami.
- Zapora na rzece.
- Szybko w życiu ubywa.
- Kuzynka gazeli w biało-czarne pasy.
- Szlachetny koń.
- Drapieżny ptak
- Delikatny materiał
- Siatkówki, koszykówki lub piłki nożnej
- Inaczej drań, łobuz
- Może być karnawałowy , maskowy, studniówkowy.
- Opr. Damian Piłat

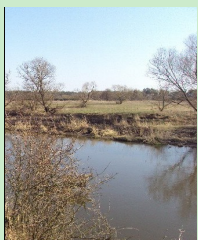
„Najwięcej czasu ma człowiek, który niczego nie odkłada na później”.
Przysłowie chłińskie





Widok na Aleję
Wiązową. Fot. J.
Czarnecki

„Czy sztuka
może być
rozumiała?
Tak, ale tylko
dla
adresatów”.
Stanisław
Jerzy Lec



Zakola Wieprza.
Fot. J. Czarnecki

próby literackie

Opowiadanie w odcinkach oparte na fabule gry komputerowej *Skajrim*

napisał Radosław Ozon

HELGEN wprowadzenie

Skajrim rozdarte jest wojną domową pomiędzy zwolennikami Ulfricka zwanego Gromowładnym a Generałem Legionu Cesarzkiego Tuljusem oraz jego zwolennikami Aldemerskiego Dominum na mocy podpisanego Konkordatu Złota i Bieleli w wyniku którego zakazano wiary Tallosa. Niegdyś był on założycielem Cesarstwa zwanym Timberem Septimem.

Mieszkańcy Skajrim myśleli że smoki istnieją tylko w legendach.

Przepowiednia z prastarego zwoju.

Smocze Dziecię ręcąc honorem swym, przysięgło zhu stawić czoło samo! Wrogowie zli pierzchają w mig, gdy słyszają twój tryumfalny krzyk. Smocze dziecię błogosławić chciej nam. Ludu śniegu, wysłuchaj opowieści, co ducha dawnych czasów wnet wokół roztoczy! O jednym wśród wieków i człków, które tyle, co słońce miało mocy. A gdy Tamariel nasz drogi stał w płomieniach pożogi, nagle głos ozwał się pośród krzyków! Wtem potężny Thuum wrogów rozgromił, gdy rozbrzmiał smoczego dziecięcia ryk! Zaś na zwojach spisana przepowiednia prastara wieszczy czas czarnych skrzydeł wśród chłodu! Przeciw bratu brat stanie i Alduin powstanie. Zguba królów, co chce pożreć świat z głodu! Lecz nadejdzie ta chwila, że mrocznego smoka siła zniknie precz i nastanie ten cud! Skajrim wolny będzie znów od złego Alduina kłów, Smocze Dziecię tak zbawi swój lud.

Atak Alduina

Właśnie miano stracić młodą buntowniczkę. Była to ładna Nordka o obciętych na chłopaka błąd włosach, oczach -jednym zielonym a drugim pokrytym bielmem, usta miała wykrzywione w drwiącym uśmiechu, a na policzku pod okiem z bielmem biegła pionowa blizna, ciało jej było wysportowane jak u wojowniczkki. Kobieta była bardzo piękna jak na wojowniczkę o bardzo twardych a zarazem pięknych rysach twarzy, której piękna nie mogła zniszczyć nawet blizna. Z tego powodu w jej oddziale zwano ją Piękną Łotrzycą.

Mimo że odziana tylko w łachmany kobieta zachowała swoją godność wojownika, gdy prowadzono ją pod katowski pieńek gdzie miano ją stracić. Miejsco-wość gdzie odbywała się egzekucja nosiła nazwę Helgen, wraz z nią miano stracić Ulfrika i kilku jego popleczników. Egzekucją nadzorował generał Tulius oraz troje przedstawicieli Aldmerskiego Dominum. Właśnie gdy kobieta położyła swą głowę na pieńku oczekując chwili gdy topór kata miał skrócić ją o głowę, nawet wtedy nie okazała ani cienia strachu mimo że śmierć zagładała jej w oczy...

CDN...



KLUB DOBREGO FILMU

Ze wszystkich sił

Reżyseria:

Nils Tavernier

Scenariusz: Nils Tavernier, Pierre Leysieux, Laurent Bertoni

Obsada: Jacques Gamblin, Alexandra Lamy, Fabien Héraud, Sophie de Fürst, Pablo Pauly, Xavier Mathieu

Gatunek: Dramat, Obyczajowy



Okolice Lubartowa.
Fot. J. Czarnecki

Film przedstawia historię Julięna, niepełnosprawnego chłopca który jak wszystkie nastolatki, marzy o przygodach i mocnych wrażeniach. To jest jednak trudne do zrealizowania dla kogoś na wózku inwalidzkim. By osiągnąć cel, Julien namawia swego ojca do wspólnego startu w zawodach Ironman w Nicei. To jedna z najtrudniejszych konkurencji sportowych.

Film jest oparty na autentycznej historii Ricka Hoyta niepełnosprawnego chłopca i ojca Dicka Hoyta, którzy pobiegli w zawodach sportowych, a później w najtrudniejszych zawodach na świecie Ironman. Historia ta zainspirowała reżysera do przeniesienia jej na ekran.

Julian to chłopiec, który jest niepełnosprawny od narodzin, jego ojciec Paul nie mógł pogodzić się z niepełnosprawnością syna i od lat unikał z nim kontaktu, właśnie traci pracę. Matka natomiast, po 17 latach zajmowania się w pojedynkę Julienem, znajduje się na skraju wyczerpania. Julian z kolei ma dosyć napięcia między rodzicami i ciągłego czekania, aż coś się wydarzy. Kiedy trafia w Internecie na znaną historię Hoytów, zaczyna namawiać ojca, by wziął z nim udział w zawodach Ironman. Ojciec początkowo sprzeciwia się synowi, ostatecznie zgadza się na udział w zawodach.

Najwięcej emocji wzbudziły we mnie sceny treningu Julięna z ojcem w których widać jak zbliżają się do siebie oraz odbudowują zerwaną więź. Ponadto ekscytujące są momenty przezwyciężania własnych trudności, barier, dążenie do niemal niemożliwego i pokazanie ciężkiej pracy i poświęcenia. Film podtrzymuje emocje, ciekawość bo do końca nie wiadomo czy uda się osiągnąć wymarzony cel czyli dobiec do mety. W filmie widać jak niepełnosprawność zostaje oswojona, własne ograniczenia pokonane. Film pokazuje jak niemożliwe stają się możliwe mimo przeszkód, trudności związanych z niepełnosprawnością oraz potwierdza, że warto mieć marzenia i nadzieję na ich spełnienie.

Według mnie film godny polecenia i obejrzenia fascynujący, ekscytujący o tematyce jak bliskiej naszym sercom.

Myślę, że możemy brać przykład z Julięna w realizowaniu własnych celów czerpać energię, motywację, wytrwałość i nigdy się nie poddawać.

ZAPRASZAM DO OGLADANIA INNYCH DOBRYCH FILMÓW W RAMACH KLUBU DOBREGO FILMU - CO TYDZIEŃ W ŚWIETLICY ŚDS...

Przygotował: Piotr Golak

„Nigdy się nie poddawaj bo może się okazać, że zrezygnowałeś w najmniej odpowiednim momencie”.
temysli.pl



Okolice Lubartowa.
Fot. J. Czarnecki



Fot. J. Czarnecki

„umiejętność pracy z ogromną ilością osób, odporność na stres oraz cały czas nauka, ponieważ ta dziedzina techniki rozwija się niespotykanie bardzo szybko „- to cechy niezbędne w zawodzie informatyka



Fot. J. Czarnecki

ROZMAWIAMY ...

informatyk - czyli kto?

wywiad z Panem Łukaszem Wąsikiem

Jakie były Pana pierwsze kroki jako informatyka?

Ł. W. Zawód informatyka jest pokrewny z moimi wcześniejszymi zainteresowaniami czyli elektroniką, wzięło się to na początku z ciekawości budowy komputerów stacjonarnych, później laptopów, naprawami a także ich konfiguracją.



Na czym polega zawód informatyka?

Ł. W. Zawód informatyka - przynajmniej w moim przypadku - (sieciowiec) polega głównie na towarzyszeniu osobom pracującym w firmie. Począwszy od codziennej pomocy obsługi systemów operacyjnych pakietów biurowych ms office, libre office oprogramowania specjalistycznego dedykowanego poszczególnym działom firmy, konfiguracji serwerów różnych usług a także dozorowaniu istniejącej sieci komputerowej oraz projektach i rozbudowie nowych, doboru urządzeń sieciowych, naprawie itp.

Jakie umiejętności, wiedzę, predyspozycje powinien posiadać dobry informatyk?

Ł. W. Najważniejszymi umiejętnościami chyba jest umiejętność pracy z ogromną ilością osób, odporność na stres oraz niestety, cały czas nauka, ponieważ ta dziedzina techniki rozwija się niespotykanie bardzo szybko

Czy praca informatyka może być atrakcyjna, ciekawa, pełna wyzwań i wrażeń?

Ł. W. Praca informatyka jest ciekawą pracą. Tak jak już mówiłem wcześniej trzeba poświęcać sporo cennego czasu czasami nawet poza godzinami pracy (częste szkolenia, wyjazdy) na zapoznawanie się z dokumentacją techniczną oprogramowania, rozwiązywać problemy, które powstają często w trakcie użytkowania oprogramowania.

Czy ma Pan jakiś ulubiony system komputerowy, programy, sprzęt?

Ł. W. Na co dzień w pracy posługuję się systemami operacyjnymi głównie rodziny. Microsoft .Windows7&10 na serwerach znajdują się znajdują się głównie systemy operacyjne serwerowe .Microsoft .Windows Serwer2008, kiedyś używałem sporą grupę systemów rodziny Unix typu linux Red Hat, Debian oraz Free BSD służyły one do przekierowywania ruchu internetowego na całą firmę oraz klientów VPN- Virtual Private Network.

Który z wielu dostępnych na rynku programów antywirusowych poleciłby Pan do użytku domowego?

Ł. W. Najlepszym programem jakiego używałem do tej pory, który działał w tle oraz w czasie rzeczywistym był ESET Endopint Antivirus. Natomiast do komputerów mocno zainfekowanych na których nie było zainstalowanego żadnego programu antywirusowego stosowałem plik wykonywalny. exe Dr WEB Cureit. Dla osób które mają więcej pojęcia jak działa system operacyjny mogą się pobawić programem Hi Jack This który, wycina z rejestru systemu poszczególne wpisy

Internet – Pańskim zdaniem jest dobrem czy raczej złem, skarbnicą wiedzy i rozrywki, czy miejscem demoralizacji (pornografia) i uzależniania się od gier i Internetu?

Ł. W. Internet jest ogromnym wynalazkiem można powiedzieć, że narzędziem które pomaga, edukuje ale także potrafi szkodzić jeżeli używa się go w niewłaściwy sposób, trzeba umieć z niego korzystać W dzisiejszej dobie mobilności urządzeń przenośnych często rodzice swoim pociechom zapewniają w ten sposób zabawę w postaci aplikacji YouTube oraz gier internetowych. Uważam, że jest to zły sposób zapewniania rozrywki potomstwu, które prowadzi do różnego rodzaju uzależnień.

Jakie ma Pan hobby, jak spędza Pan czas wolny?

Ł. W. Moje hobby nie jest związane w żaden sposób z dziedziną informatyki, uwielbiam jeździć na rowerze oraz spędzam wolny czas z rodziną na działce ogrodowej uprawiając warzywa oraz owoce.

Gdyby musiał Pan wyjechać na bezludną wyspę i mógł zabrać tylko jedną rzecz, to co by to było?

Ł. W. Zabrał bym na pewno jakąś ciekawą książkę, ponieważ nie mam zbyt dużo czasu na to żeby czytać

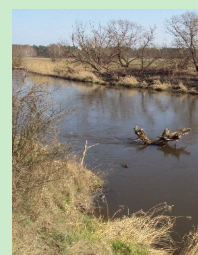
Panu Łukaszowi Wąsikowi bardzo dziękujemy z interesującą rozmowę.

Naszemu Uczestnikowi Mateuszowi- za przygotowanie pytań i przeprowadzenie wywiadu.



Przedwiośnie. Fot. J. Czarnecki

„Internet jest ogromnym wynalazkiem można powiedzieć, że narzędziem które pomaga, edukuje ale także potrafi szkodzić jeżeli używa się go w niewłaściwy sposób, trzeba umieć z niego korzystać „

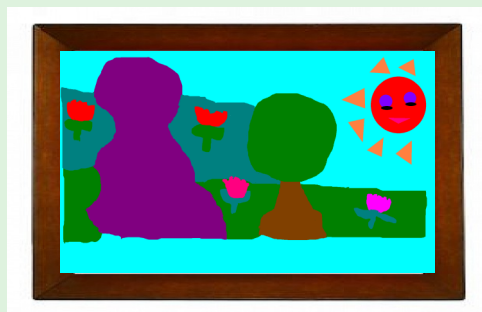
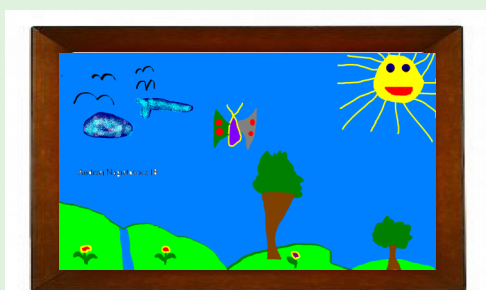
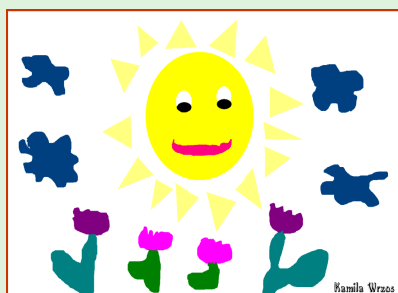
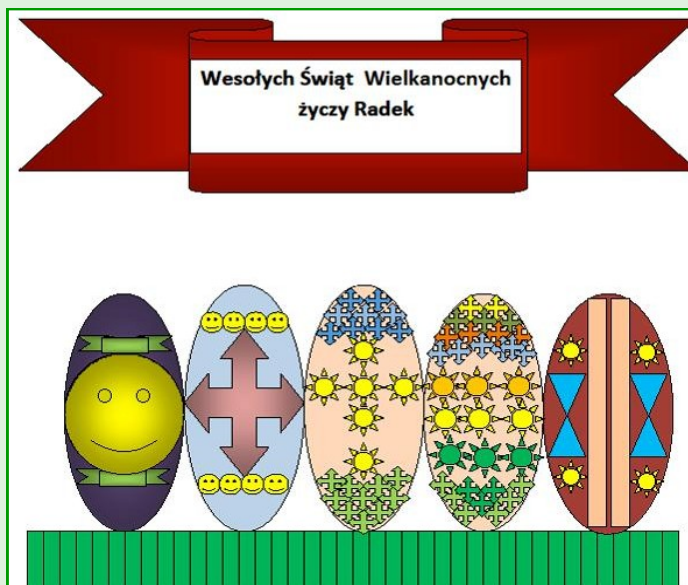


Fot. J. czarnecki

wiosenne inspiracje

Wiosna to dla większości z nas ulubiona roku. Najpiękniejszy czas, kiedy wszystko wydaje się proste, a szczęście zdaje się tkwić w najprostych gestach, takich jak skierowanie twarzy ku słońcu czy powąchanie kwiatów. Dlatego na przewodni temat naszych prac wybraliśmy właśnie wiosnę.

Poniżej prezentujemy Wam galerię prac naszych Uczestników, które powstały w pracowni komputerowej.



Autorzy prac: R. Ozon, J. Bednarska, K. Wrzos, J. Dądej, A. Nagientowicz

Kwartalnik „Jesteśmy” wydawany jest przez Środowiskowy Dom Samopomocy ul. Lubelska 119 21-100 Lubartów
tel./fax: 81 854 25 83 e-mail: sds.lubartow@wp.pl

Zespół redakcyjny: A. Zielińska, A. Budzyńska –opieka. Wydanie numeru gazetki przygotowali:

Damian Piłat, Radosław Ozon, Mateusz Wąsik, Jacek Dądej, Kamila Wrzos, J. Czarnecki, A. Nagientowicz, J. Bednarska.