

Głos Uczestników



W numerze :

- *Od redakcji słów kilka*
- *Wycieczka do Jarosławia – Szlakiem podziemi*
- *Tajemnice Pruskiego błękitu*
- *Energetyczny spacer w parku z „Dużym Misiem” i spółką*
- *Wesoła kuchenka.. czyli pyszny placek ze śliwkami Pani Gosi według przepisu Pani Teresy*
- *Kawały*
- *Ze smakiem na Ty. Czyli podróże kulinarne małe i duże*

Od redakcji słów kilka :

Drodzy Uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Nisku. Mamy nadzieję, że biorąc do rąk naszą gazetę znajdziecie w niej coś dla siebie ... Chcemy aby każdy z was mógł wyrazić swoje własne przemyślenia publikując własne artykuły. Pragniemy także zaprosić was do współpracy.

Życzymy wam miłego odbioru.

Z poważaniem redaktor naczelny Łukasz Mieszczek



Rysunek w wykonaniu naszej koleżanki Małgosi Sajdy przedstawiający Uczestników zebranych przed panoramą Jarosławską

Wycieczka do Jarosławia – szlakiem podziemi..

W dniu 5 września uczestnicy Środowiskowego Domu Samopomocy w Nisku wybrali się na wyjątkową wycieczkę do Jarosławia pełną niezapomnianych wrażeń i emocji. Wycieczka rozpoczęła się wyjazdem z Niska około siódmej rano. Do Jarosławia jechaliśmy półtorej godziny. Panowała gęsta mgła. Po przyjeździe uczestnicy zostali podzieleni na dwie grupy. Pierwszym punktem zwiedzania były podziemne przejście w piwnicach Orsettich Attavantich i Gruszewiczów, w których znajdowało się dziesięć sal tematycznych dotyczących np. ceramiki, kuchni, myślistwa, archeologii. Można było się dowiedzieć, że Jarosław założył w XI wieku Jarosław I Mądry. W XVII wieku Jarosław staje się ważnym Ośrodkiem Handlowym, gdzie na jarmarki jarosławskie przybywało około 30 tysięcy ludzi.

Kupcy przyjeżdżali nie tylko z zachodniej Europy ale także bliskiego wschodu. Następnym punktem zwiedzania była Kamienica Rydzikowska wraz z podziemną trasą im. Feliksa Zalewskiego, w którym znajdowały się magazyny kupieckie. Uczestnicy dowiedzieli się, że magazyny znajdują się 14 metrów pod ziemią na podłożu lessowym. Pani przewodnik mówiła także o katastrofie budowlanej. Trzecim miejscem był rynek, gdzie uczestnicy zrobili sobie zakupy i mieli chwilę przerwy i odpoczynku. I nastąpiła zmiana przewodnika. Na rynku znajduje się neorenesansowy Ratusz sprowadzony z Wiednia, a kamienice wokół rynku są zbudowane z podcienia, które służyły do wystawiania kramów i chronienia przed deszczem.

W XVI wieku na rynku znajdowało się miejsce straceń. Ponoć po zbitych złoczyńcach kości wywoziły dwa tiry. Czwartym miejscem zwiedzania była kamienica Orsettich. W 1633 roku Anna Ostrogska namówiła Wilhelma Orsettiego na kupno miejscowego budynku. Budynek dwu - kondygnacyjny zbudowany w architekturze renesansowej. Zawiera arkadowe podcienia, grzebienia attyk oraz bogate wystroje wnętrza. Pokoje zawierały meble wiedeńskie. Uczestnicy zobaczyli między innymi sekretarzyk, stół porcelanowy i stół do gry w karty oraz fortepian na którym Pan Czesław zagrał piosenkę. Piątym miejscem była kamienica Gruszewiczów, gdzie obecnie udzielane są śluby. Uczestnicy naszego domu też zawarli fikcyjny ślub. Pani Dorota z Panem Jackiem. Ślubu udzielała Pani Wiola. Gośćmi weselnymi byli zaś pozostali uczestnicy wraz z Panem Dyrektorem i Opiekunami. Było przy tym dużo śmiechu i zabawy. Szóstym miejscem była Cerkiew Przemienia Pańskiego. Cerkiew greko - katolicka powstała w XVIII wieku. Znajduje się w niej ikona Matki Boskiej Jarosławskiej zwanej Bramą Miłosierdzia. Siódmym miejscem zwiedzania była Szkoła Plastyczna, gdzie uczestnicy zrobili sobie zdjęcia. Ósmym punktem zwiedzania była Kolegiata pod wezwaniem Bożego Ciała - najstarszy budynek pojezuicki na ziemiach polskich. Ufundowała go Zofia Odrowąż - żona wojewody pomorskiego Jana Kostki. Kolegiatę zaprojektował Giuseppe Brizio. W XVIII wieku dodano rzeźby Tomasza Huttera. W 1773 roku dokonano kasaty i przekształcono na koszary wojskowe, a majątek sprzedano. W 1807 roku odkupił od rządu austriackiego książę Adam Czartoryski. Kolegiata w połowie XIX wieku niemal cała spłonęła. Po odbudowie przyjęła nazwę Bożego Ciała. Malowidła namalował Leonard Winterowski. Zawiera barokowe rzeźby, główny ołtarz oraz obraz Matki Boskiej Siewnej. Dziewiątym miejscem zwiedzania był Klasztor Benedyktynki i Kościół pod wezwaniem Mikołaja i Stanisława Biskupa zbudowany w XVII wieku z fundacji księżnej Anny Ostrogskiej.

Służył Siostrzom do 1782 roku, gdzie nastąpiła kasata i przekształcenie w koszary wojskowe. Podczas pierwszej Wojny Światowej został poważnie uszkodzony. Po odzyskaniu Niepodległości budynek odbudowało Wojsko Polskie. W czasie drugiej Wojny Światowej Niemcy urządzili więzienie. W 1944 podczas ucieczki Niemców klasztor został podpalony, a znajdujące się w jednym z pomieszczeń materiały chemiczne nie spowodowały wybuchu, ale wytworzyły temperaturę że strop i ściany zaczęły się topić. Po wojnie uporządkowano to miejsce pozostawiając nadpalony sufit tworząc czarną kaplicę. Wejście do Kościoła Świętego Mikołaja i Stanisława Biskupa jest ozdobione barokowym portalem w kształcie łuku triumfalnego wykonywanego z wapienia. Ostatnim punktem był obiad, po którym był wyjazd. Do Niska wróciliśmy na godzinę czwartą po południu. Następnie uczestnicy rozeszli się do domu.

Tajemnice Pruskiego błękitu

W dniu 22 sierpnia mieliśmy okazję zagłębić się w sztukę błękitnej fotografii jaką jest cyjanotypia. To niezwykła technika wykorzystująca światło słoneczne. Tak się składa że mieliśmy okazję stworzyć własne dzieła w klimacie Pruskiego błękitu . W trakcie warsztatów towarzyszyli nam Pani Marzena wraz z Panem Dyrektorem Rafałem Marchutem, który uchylił nam rąbka tajemnicy na temat Pruskiego błękitu za co serdecznie dziękujemy.





Energetyczny spacer z „Dużym Misiem” i spółką

W piątek 1 sierpnia korzystając ze słonecznej pogody uczestnicy naszego Domu wybrali się na spacer do parku. Razem z nami wybrali się nasi opiekunowie Pani Agata oraz Pan Rafał ps. „Duży Miś”. Podczas spaceru nie zabrakło atrakcji.. albowiem jedni się rozciągali drudzy wybrali wypoczynek bierny co nie znaczy, że taki rodzaj wypoczynku nic nie wnosi bo Ja Grzesiek Niuchaj i Pan Mirek

sprawdzaliśmy wytrzymałość ławek. Można powiedzieć, że to był dzień pełen wrażeń 😊



„Wesoła kuchenka”

- czyli pyszny placek ze śliwkami Pani Gosi według przepisu Pani Teresy

We wtorek 23 września w naszym Domu w ramach sprawdzania swoich umiejętności przez uczestników ten dzień był szczególny ponieważ tym razem Pani Gosia prezentowała nam swoje umiejętności kulinarne przedstawiając nam krok po kroku jak przygotować placek ze śliwkami. Poniżej przedstawiamy przepis na aromatyczny śliwkowy placek..

Sposób przygotowania :

1. Rozgrzej piekarnik do 180°C i przygotuj formę (np. najlepiej o średnicy ok. 24 cm). Wyłóż ją papierem do pieczenia.
2. Śliwki umyj, osusz i pokrój na półki.
3. W misce ubij jajka z cukrem i cukrem wanilinowym na puszystą masę. Następnie wlej olej i dalej miksuj na niskich obrotach.
4. Do masy dodaj przesianą mąkę z proszkiem do pieczenia oraz szczyptę soli. Wszystko delikatnie wymieszaj szpatułką.
5. Ciasto przelej do formy i równomiernie rozprowadź.
6. Na wierzch ułóż półki śliwek, lekko wciskając je w ciasto.
7. Piecz przez około 35-40 minut, aż ciasto się zarumieni (do suchego patyczka).
8. Po ostygnięciu można posypać cukrem pudrem.

Przepis na placek ze śliwkami – składniki :

1,5 szklanki mąki pszennej,
0,5 szklanki cukru,
0,5 szklanki oleju roślinnego (np. rzepakowego),
3 jajka,
1 łyżeczka proszku do pieczenia,
1 łyżeczka cukru wanilinowego,
250 g śliwek (pokrojonych na pół i pozbawionych pestek),
szczypta soli.



Kawały 😊😊😊

Pewnego dnia dwóch mężczyzn spotyka starszą kobietę która płacze jeden z nich podchodzi i pyta..

Dlaczego tak Pani płacze kobieta odpowiada Panie ! stodoła mnie się zawaliła.. następnego dnia faceci widzą kobietę która się śmieje jeden z nich pyta

-Dlaczego się pani tak śmieje kobieta odpowiada a wiesz pan dlaczego mnie się to stało?.. Bo mój stary puścił takiego bąka że aż się stodoła zawaliła

- Co jest najważniejsze w lesie?

- Papier toaletowy, zwłaszcza w iglastym...

Przychodzi Pierre Curie do Marii i mówi:

- Kochanie, ależ dziś promieniejesz!
- Jestem taka uradowana...

Żona prosiła mnie, żebym jej przyniósł szminkę. Przez pomyłkę podałem jej klej w sztyfcie. Chyba ciągle jest obrażona, bo nadal się nie odzywa...

Do domu bogatego małżeństwa wtargnęli rabusie.

– Złoto jest? – pytają.

– Jest – mówi mąż – 100 kg.

– To nie gadaj, tylko dawaj!

Mąż odwraca się w stronę sypialni i głośno woła:

– Jadzia, złotko moje, wstawaj!

Panowie przyszli po ciebie!

- Jak się nazywają żona i teściowa, siedzące razem w samochodzie?

- Zestaw głośnomówiący...

Po co blondynka sama idzie w nocy na cmentarz ?.. żeby ją strach przeleciał

Dlaczego nigdy nie można dyskutować z kobietą ??.. Bo ona ma zawsze rację.

Szkolna wycieczka pięciodniowa.

Nauczycielka wchodzi do pokoju skontrolować uczniów.

- Jakież narkotyki, alkohol, papierosy lub energetyki?

Zaspany Bartek:

- Dziękujemy. Wszystko mamy.

- Co robi pranie w japońskiej restauracji ?

- Sushi się.

Stare małżeństwo leży w łóżku

wieczorem i nagle babcia mówi:

- Kiedyś przed snem gryzłeś mnie w ucho na dobranoc.

Dziadek wstaje z łóżka i idzie do kuchni.

- Gdzie idziesz?!

- Po zęby.

„Ze smakiem na Ty.”- Czyli podróże kulinarne małe i duże

Restauracja Ordynata to unikatowe miejsce położone na rozwadowskim rynku. Restauracja ta słynie z tradycyjnych dań kuchni polskiej, które są przygotowywane w bardzo staranny i rzemieślniczy sposób. Możesz tu zjeść m.in. bardzo dobry gulasz myśliwski z pysznym pieczeniowym sosem ,dużymi kawałkami mięsa oraz czosnkiem niedźwiedzim dodającym daniu aromatu w smaku jak i zapachu, fileta z kurczaka z sosem czosnkowym czy wyśmienitą kaczkę ze śliwkami. Posiłkiem szczególnie zasługującym na uwagę są żeberka robione w glazurze BBQ. Sos BBQ szczególnie podkreśla smak żeberek nadając temu daniu lekkiej pikantności. Do żeberek polecam sobie zamówić zestaw surówek, które zrobione są ze świeżych warzyw i potrafią być urozmaicone oraz ćwiartki ziemniaczane z sosem Tzatziki , które to po zamoczeniu w tym sosie stają się jeszcze lepsze w smaku i bardziej kremowe. Jeśli chcesz zjeść coś bardziej fit możesz zamówić sałatkę Cezar z grillowanym kurczakiem .W tym miejscu jest możliwość zamówienia panierowanego kurczaka ,który może być lepszym zamiennikiem dla jego grillowanej wersji. Jeżeli chcesz poczuć trochę włoskich klimatów to koniecznie zamów sobie pizzę .Na pewno nie będziesz zawiedziony zamawiając ją ,ponieważ robią ją na miejscu i dodają do niej jakościowe składniki.



Środowiskowy Dom Samopomocy w Nisku

37-400 Nisko, Ul. Sandomierska 8

Tel: 158235063

Redakcja : Grzegorz Niuchaj

Korekta : Paweł Smaroń

Opracowanie graficzne : Rafał Bednarz

Redaktor Naczelny : Łukasz Mieszczek