



**im. Kardynała Stefana Wyszyńskiego  
Prymasa Tysiąclecia**

ul. Rolna 27, 07-410 OSTROŁĘKA  
tel.29 7602280/81 fax.29 7602285  
www.dps-ostroleka.pl  
email: dps@dpi-ostroleka.pl, sekretariat@dps-ostroleka.pl



# WASZA GAZETKA

**NUMER 1/2013**

**MARZEC 2013 r.**



**Dzień Babci i Dziadka w DPS  
w Ostrołęce**



**Bał karnawałowy w DPS**



**Kulig dla mieszkańców**

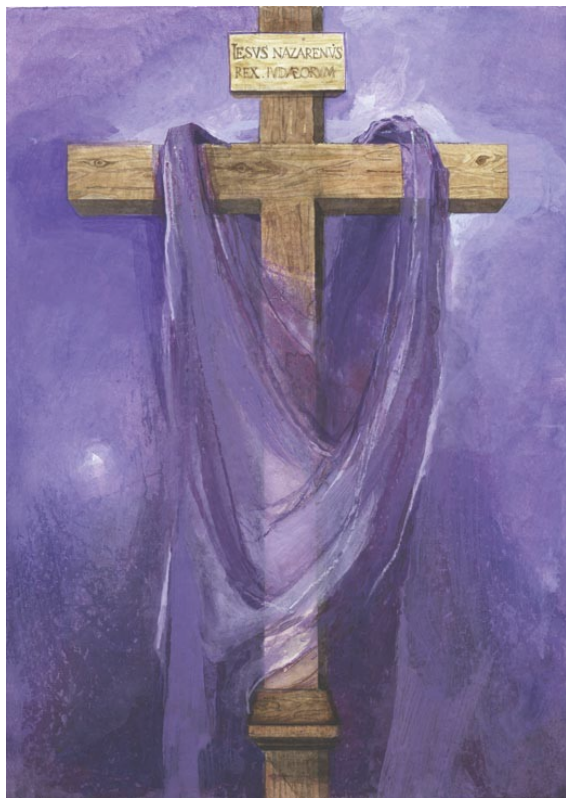


**WIELKANOC 2013**



## Wielki Post - czas duchowego przygotowania do świąt wielkanocnych

Środa Popielcowa, rozpoczyna w Kościele czterdziestodniowy czas Wielkiego Postu. Główne przesłanie tego okresu koncentruje się na duchowym przygotowaniu chrześcijan do godnego przeżywania świąt Zmartwychwstania Pańskiego, największych świąt chrześcijaństwa związanych z wydarzeniami męki śmierci i Zmartwychwstania (Paschy) Chrystusa; wydarzeniami, które stanowią fundament Kościoła i naszej wiary. Ponieważ są to najważniejsze święta (zwane też paschalnymi), dlatego domagają się specjalnego przygotowania, by móc je należycie przeżyć; stąd też ich nazwa -Wielkiego Postu.



### Historycznie biorąc

Historycznie rzecz biorąc, okres ten kształtował się powoli, przyjmując różne formy, by wreszcie osiągnąć znane nam dziś oblicze. W pierwszych wiekach Wielki Post obejmował tylko Wielki Piątek i Wielką Sobotę. W III w. poszczono już cały tydzień, zaś na początku IV w., na pamiątkę czterdziestodniowego postu Jezusa na pustyni oraz czterdziestu lat wędrówki Izraelitów po ucieczce z Egiptu, został on przedłużony do czterdziestu dni. W VII w. za początek postu przyjęto szóstą niedzielę przed Wielkanocą. Ponieważ niedziele były wyłączone z postu, aby zachować 40 dni pokutnych, ich początek przypadał na środę; stąd Środa Popielcowa. Od 1570 roku był to już zwyczaj powszechnie obowiązujący w Kościele. W tym dniu na znak pokuty posypywano głowy popiołem przypominając sobie o prawdziwej wartości życia przy Bogu. Po Soborze Watykańskim II (1962-1965) ujednolicono różne funkcjonujące nazwy niedziel Wielkiego Postu, tak że dziś nazywają się one: pierwsza, druga, trzecia, czwarta, piąta Wielkiego Postu, szósta natomiast nazywa się Niedzielą Palmową, czyli niedzielą Męki Pańskiej. Okres Wielkiego Postu trwa do liturgii Wielkiego Czwartku, która z kolei rozpoczyna właściwe jedno wielkie Święto Paschalne celebrowane w ramach trzech dni, tzw. Triduum Paschalne.

### Liturgicznie biorąc

W ciągu całego okresu, idąc śladem biblijnej zachęty: poszczenia, modlitwy i jałmużny, przyjmowano różne praktyki pokutne, aby uwydatnić wagę tego okresu i należycie przygotować się do

właściwych świąt. W związku z tym cała zewnętrzna oprawa liturgiczna przyjęła również odpowiednią formę: przez cały czas Wielkiego Postu na przykład nie śpiewa się Alleluja; w jego miejsce wykonuje się inny śpiew przed Ewangelią. Poleca się również używania szat liturgicznych koloru fioletowego.

W obecnych czasach, korzystając z bogactwa historycznego rozwoju tego okresu oraz śledząc biblijno-liturgiczne wskazówki Kościoła, mamy pełniejszy obraz tego, co ten czas rzeczywiście oznacza i jak się w nim najlepiej przygotować na święta wielkanocne. Jest to przede wszystkim okres duchowego przygotowania wnętrza (w języku biblijnym: serca) człowieka, któremu towarzyszą zewnętrznie przejawy i pewne gesty.

### Duchowość Wielkiego Postu

Co Kościół nazywa metanoją, czyli o trwalsze przyłgnięcie do Boga, o nawrócenie serca człowieka ku Niemu oraz pojednanie z bliźnimi, wyrażone w:

- większej wstrzeźliwości w jedzeniu i piciu,
- większym zasłuchaniu się w Słowie Bożym, w czym mają pomóc również organizowane rekolekcje parafialne,
- unikaniu zbytecznego rozproszenia w postaci hucznych zabaw,
- większym skupieniu się na modlitwie, zarówno tej prywatnej jak i wspólnotowej,
- wykazaniu większej wrażliwości na potrzeby innych,
- korzystaniu z sakramentu pokuty i pojednania,
- uczestnictwie w różnych ćwiczeniach wielkopostnych, na przykład w nabożeństwach wielkopostnych (gorzkie żale, droga krzyżowa), lub podejmowaniu pewnych szczególnych postanowień mających wykażać bezinteresowność, szlachetność serca, uśmiech i życzliwość w stosunku do innych.

### Odnajdywanie Boga

Wszystkie te zachęty zbiera tradycyjna praktyka wielkopostnego skupienia się na modlitwie, poście i jałmużnie. W rzeczywistości wszystkie one mają na celu wskazanie, że pierwszym działającym w naszym życiu jest Bóg, który jest w stanie skutecznie pokierować nasze życie, uleczyć nasze ewentualne zagubienie się w grzechu i pysze, czy zatrzymać choćby na chwilę nasze ciągłe zabieganie. Oczywiście, my ze swojej strony podejmujemy te działania mając na uwadze zbawcze posłanie Jezusa Chrystusa, a szczególnie Jego decyzję ofiarowania swego życia za nas, bo to jest główny motyw naszego nawrócenia (metanoi). Brak co jakiś czas obecności podobnego okresu w naszym życiu, brak tej świętej refleksji przynajmniej raz w roku wcześniej czy później jest w stanie wyjałowić nas z naszego człowieczeństwa i z naszej wrażliwości na słowo Boga i obecność innych ludzi.



## DROGA KRZYŻOWA

„Jezu mój, dziękuję Ci za tę księgę, którą otworzyłeś przed oczyma duszy mojej.

Tą księgą jest męka Twoja dla mnie z miłości podjęta. Z tej księgi nauczyłam się, jak kochać Boga i dusze. W tej księdze zawarte są dla nas skarby nieprzebrane. O Jezu, jak mało dusz Ciebie rozumie w Twoim męczeństwie miłość” (Dz. 304).

### STACJA I

#### PAN JEZUS NA ŚMIERĆ SKAZANY

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupić raczył.



„Wstydzę się, Panie, stanąć przed świętym obliczem Twoim, bo tak mało jestem do Ciebie podobny. Ty za mnie tyle wycierpiałeś przy biczowaniu, że sama ta męka zadałaby Ci śmierć, gdyby nie wola i wyrok Ojca Niebieskiego, że miałeś umrzeć na krzyżu. A dla mnie rzeczą trudną jest znosić małe uchybienia i ułomności domowników i bliźnich moich. Ty z miłosierdzia przelałeś tyle krwi dla mnie, a mnie każda ofiara i poświęcenie dla bliźnich wydaje się ciężkie. Ty z niewypowiedzianą cierpliwością i w milczeniu znosiłeś bóle biczowania, a ja narzekam i jęczę, gdy wypadnie znieść dla ciebie jakąś dolegliwość lub wzgardę ze strony bliźniego”.

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

### STACJA II

#### PAN JEZUS BIERZE KRZYŻ NA SWE RAMIONA

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupić raczył.



„Z głębokim współczuciem pójdę za Jezusem! Zniosę cierpliwie tę przykrość, która mnie dziś spotka, jakże małą dla uczczenia Jego drogi na Golgotę. Wszak za mnie idzie na śmierć! Za moje grzechy cierpi! Jakże mogę być obojętny na to? Nie żądasz ode mnie, Panie, bym niósł z Tobą Twój ciężki krzyż, lecz bym swoje małe krzyże codzienne cierpliwie znosił. Tymczasem dotąd tego nie czyniłem. Wstyd mi i żal tej małoduszności i niewdzięczności mojej. Postanawiam, wszystko co z miłosierdzia swego na mnie włożysz, z ufnością przyjąć i z miłością znosić”.

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

### STACJA III

#### PAN JEZUS UPADA POD KRZYŻEM

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupić raczył.



„Wzięłeś, Panie, straszliwe brzemię – grzechy całego świata wszystkich czasów na siebie. A wśród tej przerażającej masy grzechów wszystkich ludzi, moje niezliczone grzechy zaciężyły na Tobie brzemieniem przygniatającym i powaliły na ziemię. Dlatego ustają Twe siły. Dalej tego ciężaru unieść nie możesz i upadasz pod nim na ziemię. Baranku Boży, który z miłosierdzia swego gładzisz grzechy świata przez brzemię krzyża Twego, zdejmij ze mnie ciężkie brzemię grzechów moich i zapal ogień miłości Twojej, aby jej płomień nigdy nie ustał”.

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**



#### STACJA IV

##### PAN JEZUS SPOTYKA SWOJĄ MATKĘ

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupić raczył.



„Matko Najświętsza, Matko Dziewico, niech żałość Twej duszy i mnie się udzieli! Kocham Cię, Matko Boleściwa, która idziesz tą drogą, jaką kroczył Syn Twój najmilszy - drogą hańby i poniżenia, drogą wzgardy i przekleństwa, wyrwij mnie na swym Niepokalanym Sercu i jako Matka Miłosierdzia, wyjednaj mi łaskę, bym idąc za Jezusem i Tobą, nie załamał się na tej ciernistej drodze kalwaryjskiej, jaką i mnie miłosierdzie Boże wyznaczyło”.

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

#### STACJA V

##### SZYMON CYRENEJCZYK POMAGA PANU JEZUSOWI DŹWIGAĆ KRZYŻ

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupić raczył.



„Jak dla Szymona, tak i dla mnie krzyż jest rzeczą przykrą. Z natury wzdrygam się przed nim, wszelako okoliczności

zmuszają mnie do oswojenia się z nim. Będę się starał odtąd nieść krzyż swój z usposobieniem Chrystusa Pana. Będę dźwigał krzyż za swe grzechy, za grzechy innych ludzi, za dusze w czyśćcu cierpiące, naśladując najmiłosierniejszego Zbawiciela. Wówczas odbywać będę drogę królewską Chrystusa, a pójdę nią nawet wtedy, kiedy otoczy mnie tłum ludzi wrogich i szyszających”.

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

#### STACJA VI

##### WERONIKA OCIERA TWARZ PANU JEZUSOWI

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupić raczył.



„Pan Jezus nie cierpi już więcej, dlatego nie mogę podać mu chusty do otarcia potu i krwi. Ale cierpiący Zbawiciel żyje ciągle w swoim ciele mistycznym, w swoich współbraciach, obciążonych krzyżem, a więc w chorych, konających, ubogich i potrzebujących, którzy potrzebują chustki do otarcia potu. Wszak on powiedział: „Wszystko, co uczyniliście jednemu z tych braci moich najmniejszych, Mnie uczyniliście” (Mt 25,40). Stań u boku chorego i umierającego z prawdziwą miłością i cierpliwością, aby mu otrzeć pot, aby go wzmocnić i pocieszyć”.

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

#### STACJA VII

##### PAN JEZUS PO RAZ DRUGI UPADA POD KRZYŻEM

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupić raczył.



„Panie, (...) jak możesz tolerować jeszcze mnie grzesznego, który obrażam Cię grzechami codziennymi po niezliczone razy? Mogę to wytłumaczyć tylko wielkością miłosierdzia Twojego, że czekasz jeszcze mej poprawy. Oświeć mnie Panie, światłością łaski



swojej, bym mógł poznać wszelkie zdrożności i złe skłonności moje, które spowodowały Twój powtórny upadek pod krzyżem i bym odtąd systematycznie je tępił. Bez łaski Twojej nie potrafię ich się wyzbyć”.

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

#### STACJA VIII

##### PAN JEZUS POCIESZA PŁACZĄCE NIEWIASTY

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupił raczył.



„I dla mnie jest czas miłosierdzia Bożego, ale ograniczony. Po upływie tego czasu nastąpi wymiar sprawiedliwości, o którym Pan Jezus groźnie wspomina. (...) Na mnie ciążyą liczne winy, toteż wędnę i usycham z bojaźni, ale pójdę śladami Chrystusa, przejmę się skruchą i będę tu czynił zadość sprawiedliwości przez szczerą pokutę. (...) Do tej pokuty pobudza mnie nieskończone miłosierdzie Jezusa, który koronę chwały zamienił na cierniową i wyszedł mnie poszukiwać, a odnalazłszy przytulił do swego Serca”.

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

#### STACJA IX

##### PAN JEZUS UPADA POD KRZYŻEM PO RAZ TRZECI

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupił raczył.



„Za mnie cierpi Jezus i za mnie upada pod krzyżem! Gdzie

byłbym dziś bez tych cierpień Zbawiciela? (...) Dlatego wszystko, co dziś mamy i czym jesteśmy w znaczeniu nadprzyrodzonym, zawdzięczamy tylko męce Pana Jezusa. Nawet niesienie naszego krzyża nic nie znaczy bez łaski. Dopiero męka Zbawiciela czyni skruchę naszą zasługującą, a pokutę skuteczną. Dopiero miłosierdzie Jego, ujawnione w potrójnym upadku, jest rękojmą mojego zbawienia”.

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

#### STACJA X

##### PAN JEZUS Z SZAT OBNAŻONY

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupił raczył.



„Przy tej strasznej tajemnicy obecna była Matka Najświętsza, która wszystko widziała, słyszała i wszystkiemu się przypatrywała. Można sobie wyobrazić jakie przeżywała boleści wewnętrzne, widząc Syna swego głęboko zawstydzonego, w pokrwawionej nagości, kosztującego gorzki napój, do którego i ja dolewałem gorycze przez grzech nieumiarkowania w jedzeniu i piciu. Pragnę odtąd i postanawiam, przy pomocy łaski Bożej, praktykować rozumne umartwienie w tej materii, by nagość mej duszy nie obrażała oka Pana Jezusa ani jego Niepokalanej Matki”.

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

#### STACJA XI

##### PAN JEZUS PRZYBITY DO KRZYŻA

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupił raczył.



„Stańmy w myślach naszych na Golgocie pod krzyżem Pana Jezusa i rozważajmy straszną scenę. Pomiędzy niebem i ziemią wisi Zbawiciel za miastem, odtrącony od swego ludu, wisi jak zbrodniarz między dwoma zbrodniarzami, jako obraz

*najstraszliwszej nędzy, opuszczenia i bolesti. Ale jest On podobny do wodza, który podbija narody - nie mieczem i orężem, ale krzyżem - nie w celu ich zniszczenia, ale w celu ocalenia. Bo też krzyż Zbawiciela stanie się odtąd narzędziem chwały Bożej, sprawiedliwości i nieskończonego miłosierdzia”.*

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

#### **STACJA XII**

##### **PAN JEZUS UMIERA NA KRZYŻU**

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupił raczył.



*„Nikt nie towarzyszył tej czynności ofiarnej z tak cudownymi i odpowiednimi uczuciami i myślami jak Matka Miłosierdzia, jak przy poczęciu i narodzeniu zastępowała całą ludzkość, adorując i miłując gorąco Pana Zastępów, tak i przy śmierci swego Syna adoruje martwe ciało wiszące na krzyżu, boleje nad nim, ale zarazem pamięta i o swych dzieciach przybranych. Przedstawicielem ich jest Jan Apostoł i nowo nawrócony łotr umierający, za którym wstawiła się do Syna. Wstaw się i za mną, Matko Miłosierdzia, pomnij i na mnie, gdy w mej agonii będę polecał Ojcu swego ducha”.*

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

#### **STACJA XIII**

##### **ZDJĘCIE Z KRZYŻA CIAŁA PANA JEZUSA**

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupił raczył.



*„Najmiłosierniejszy Zbawicielu, czyje serce zdoła się oprzeć porywającej i kruszącej wymowie, z jaką przemawiasz do nas przez niezliczone rany Twego martwego ciała, spoczywającego na łonie Twojej Bolesnej Matki? (...) każdy czyn Twój wystarczyłby dla prześlągnięcia sprawiedliwości i zadośćuczynienia za zniewagi. Ale obrałeś ten rodzaj Odkupienia, aby pokazać wielką cenę duszy naszej i swoje bezgraniczne miłosierdzie, by nawet największy grzesznik mógł z ufnością i skrucą przystąpić do Ciebie i otrzymać odpuszczenie, jak otrzymał je łotr konający”.*

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**

#### **STACJA XIV**

##### **ZŁOŻENIE DO GROBU CIAŁA PANA JEZUSA**

Kłaniamy się Tobie, Chryste, i błogosławimy Ciebie, żeś przez Krzyż Twój święty świat odkupił raczył.



*„Matko Miłosierdzia, wybrałaś mnie za dziecko swoje, abym stał się bratem Jezusa, którego oplakujesz po złożeniu do grobu! (...) Nie zważaj na moją słabość, niestałość i niedbalstwo, które oplakuję bez przerwy, i wyrzekam się ich ustawicznie. Ale wspomnij na wolę Pana Jezusa, który mnie oddał pod Twoją opiekę. Spełnij tedy względem mnie niegodnego swe posłannictwo, dostosuj łaski Zbawiciela do mojej słabości i bądź dla mnie zawsze Matką Miłosierdzia!”.*

**PANIE, POMÓŻ MI Z UFNOŚCIĄ IŚĆ ZA TOBĄ**



## ZMARTWYCHWSTANIE PANA JEZUSA

„Zmartwychwstanie Pana Jezusa jest koroną życia i działalności Zbawiciela świata”.

„Co Zbawiciel zapoczątkował na górze Tabor, stało się teraz pełną rzeczywistością: przyodził swe ciało w blask i piękność, uduchowił je całkowicie, uczynił je subtelne i przenikliwe, zupełnie zależne od swej woli.

(...) My również tęsknimy do życia uwielbionego, do uduchowienia ciała, do uduchowienia form zewnętrznych. Pragniemy przeżywać Wielkanoc, chcemy wywalczyć dla duszy zwycięstwo nad niższymi popędami naszego ciała i osiągnąć nieśmiertelność szczęśliwą”.

„Czy zmartwychwstaniemy? Aby nabrać pewności tej prawdy, przypominajmy sobie, że to jest dogmat naszej wiary: „Ciała zmartwychwstanie”. Przede wszystkim winniśmy już w tym życiu zmartwychwstać duchowo.

(...) Są umarli duchowo, których można nazwać żywymi trupami. Pismo św. o nich mówi: „Masz imię, które mówi, że żyjesz, a jesteś umarły (...) bo nie znalazłem twych czynów doskonałych wobec mego Boga” (Ap 3,1–2). Umarłym jest każdy, kto tylko dla świata żyje, pracuje, tworzy i szuka ziemskiej chwały. Jest to tragedia życia ziemskiego, życia światowego, życia niedowiarków”.

„Z próżnego, czczego i pozbawionego ducha życia nie rozwinie się żywot wieczny, jak z pustej żołądki nie wyrasta dąb. Dlatego już teraz na ziemi powinienem wieść życie zakrojone na wieczność, czyli życie nadprzyrodzone. Muszę więc myśleć, chcieć, cierpieć, walczyć, cieszyć się i kochać według zasad wiary”.

„...wy świadectwo dawać będziecie” (J 15,27). **Te słowa skierowane do Apostołów, stosują się i do mnie. Mam dawać świadectwo o Chrystusie życiem i postępowaniem codziennym, ma być to świadectwo cnoty i świętości, świadectwo słowa i czynu, a może świadectwo krwi i męczeństwa, a przynajmniej świadectwo miłosierdzia względem duszy i ciała bliźnich. Wiem, że tego sam niezdolny jestem uczynić.**

Toteż Duchu Święty, wesprzyj mnie! Mam świadomość, że muszę świadczyć, ale bez Twego tchnienia nie potrafię. Stwórz więc we mnie ducha nowego! Promieniem rajskiej chwały oświeć błedną twarz moją! Daj mi skrzydła, bym się wzbił na szczyt wesela, bym swą łódź wywiódł na głębiny, bym nie zatonął u brzegu!”.

## Fakt zmartwychwstania Chrystusa

Nie było żadnych świadków tego wydarzenia, ale to nie znaczy, że zmartwychwstanie Chrystusa nie było faktem historycznym; wszystko stało się pod przykryciem nocy. Niewiasty, które przysły do grobu wczesnym rankiem zastały grób otwarty i zauważyły brak ciała Jezusa; wszystko stało się tak, jak sam Chrystus zapowiadał. Mimo braku świadków potwierdzających sam historyczny moment zmartwychwstania Chrystusa nie jesteśmy skazani na domysły. Jest kilka elementów, które mogą posłużyć jako argumenty przemawiające za tym zmartwychwstaniem; są to: wypełnienie prorocत्व Starego Testamentu, pusty grób Jezusa, ukazywanie się Chrystusa uwielbionego po Jego zmartwychwstaniu, powstanie pierwotnego Kościoła poświadczzonego męczeństwem uczniów Chrystusa, wreszcie, celebrowanie niedzieli jako dnia Pańskiego.

### Spełnienie się prorocत्व

Zapowiedź proroka Izajasza, jak również samego Jezusa, mówiących o haniebnej śmierci i zmartwychwstaniu Sługi Bożego Jahwe. Dla Żydów był to bardzo ważny argument religijny.

### Fakt pustego grobu

Fakt ten został odnotowany przez Ewangelistów w przypadku niewiast, które szły namaścić ciało Jezusa, dopełniając obrzęd pogrzebowy, który został pominięty z racji pośpiechu szabatonowego. Po przyjsciu do grobu niewiasty zastały kamień od

grobu odsunięty, a sam grób pozbawiony ciała ich Mistrza. Taką też informację zaniósł apostołom, którzy przekonali się o prawdziwości ich słów, kiedy sami przybyli na miejsce pochówku ich Nauczyciela.

### Chrystofanie Jezusa

Ukazywanie się Chrystusa po Jego zmartwychwstaniu, tzw. chrystofanie (fanei, po grecku znaczy ukazywanie się, a że dotyczy Chrystusa, stąd nazwa chrystofanie) w ciągu 40 następných dni. Chrystus zmartwychwstały ukazywał się niewiastom, Apostołom, ponad 500 mężom, o których wspomina św. Paweł w swoich listach. Jadł z nimi, rozmawiał, pozwalał się nawet dotykać, przekonując ich, że nie był zjawą lub duchem.

### Fakt powstania Kościoła i męczeństwo uczniów Chrystusa

Bardzo zastanawiająca jest zmiana postawy apostołów przed śmiercią i zmartwychwstaniem Chrystusa i po tych wydarzeniach, szczególnie po Zesłaniu Ducha Świętego na pierwotny Kościół. Okazuje się, że apostołowie po zabiciu ich Mistrza rozproszyli się, gromadząc się później w wieczerniku przy drzwiach zamkniętych w obawie o swoje życie. Otóż ci sami Apostołowie, po tych wydarzeniach nagle wychodzą na ulice miast i wsi i głoszą światu prawdę o zmartwychwstaniu Chrystusa, prawdę za którą potem każdy z nich (z wyjątkiem Jana Apostoła) odda swe życie. Sami wiemy z doświadczenia, że nie umiera się za jakąś wymyśloną baśń czy legendę; zawsze umiera się za prawdę. Skoro zdecydowali się umrzeć za tę informację, musiała być ona faktem prawdziwym wartym ich życia. Sam Jan Apostoł, jedyny, który nie zginął śmiercią męczeńską, z powodu prawdy o zmartwychwstaniu Jezusa został wygnany na wyspie Patmos, gdzie dokonał swych dni. Chrześcijanie pierwszych trzech wieków potwierdzali również tę prawdę swoim męczeństwem.

### Celebracja niedzieli

Dla papieża Benedykta XVI dodatkowym argumentem za zmartwychwstaniem Chrystusa jest sprawowanie niedzielnej Mszy św. przez pierwszych chrześcijan. Pierwsi chrześcijanie, a pamiętajmy, że wszyscy oni byli Żydami, zerwali z tradycją szabatu i zastąpili go pierwszym dniem tygodnia, czyli niedzielą. „Tylko wydarzenie, które z niezwykłą siłą odcisnęło się w duszach, mogło spowodować tak istotne przeobrażenie w religijnej kulturze tygodnia”, zauważa papież, w swojej ostatniej książce, pt. Jezus z Nazaretu, cz. 2. Fakt zaistnienia niedzieli jako dnia nowej celebracji świątecznej na pamiątkę zmartwychwstania Chrystusa jest ewenementem w historii kultury religijnej i jako taki przemawia dodatkowo za zmartwychwstaniem Chrystusa.

Owoce zmartwychwstania Chrystusa w świetle orędzi wielkanocnych JP II

„W dniu zmartwychwstania – początek nowej nadziei”, tak swoje rozważania wielkanocne rozpoczął Jan Paweł II inaugurując długi dwudziestosiedmioletni pontyfikat (1978 – 2005) podczas uroczystego orędzia wielkanocnego Urbi et orbi, w 1979 r. Na samym progu tego pontyfikatu, zgodnie ze swym pierwszym programowym zawołaniem zaraz po wyborze, by nie bać się otworzyć drzwi Chrystusowi, papież przypomniał podstawową prawdę, na której opiera się cała wiara chrześcijańska i to, co ona w praktyce oznacza: Resurrexit tertia die (Zmartwychwstał trzeciego dnia), Surrexit Christus, spes mea (Zmartwychwstał Chrystus, moja nadzieja). Najpierw papież omawia fakt zmartwychwstania Chrystusa trzeciego dnia po Jego śmierci, przypominając, że zrodziła się ona ze świadectwa pierwszych naocznych świadków tego wydarzenia: „Nasza wiara powstaje z ich świadectwa, a świadectwo zrodziło się z widzenia, ze słyszenia, z bezpośredniego spotkania, z dotknięcia rąk, nóg i ze stwierdzenia przebiccia”. Świadectwo tych pierwszych ludzi zrodziło się właśnie z tego faktu, że trzeciego dnia Chrystus zmartwychwstał. Słowa te pochodzą od ludzi prostych, którzy przekazali to, z czym się rzeczywiście zetknęli, Chrystus został ukrzyżowany za nas pod Ponckim Piłatem, umarł i został pogrzebany, lecz trzeciego dnia zmartwychwstał.

**„Kamień węgielny” naszej wiary i źródło radości**  
 Na prawdzie o zmartwychwstaniu Chrystusa opiera się cała budowla naszej wiary; jest ona jej „kamieniem węgielnym”. I to jest depozyt, z którym Kościół dzieli się dziś z każdym, kto chce słuchać; najpierw z samymi chrześcijanami, a potem z wszystkimi ludźmi dobrej woli, to jest tymi, którzy szukają pokoju i obiektywnej prawdy. Kościół dzieli się tą prawdą, bo jest ona dziedzictwem całej ludzkości; dobrą nowiną, której nie można zakopać w wierzeniach i praktykach, ale którą winien objawić światu. Prawda ta jest bowiem źródłem radości. „Dzielimy się nią z radością”, pisze papież. „Jak bowiem moglibyśmy nie cieszyć się ze zwycięstwa życia nad śmiercią? Jak nie radować się ze zwycięstwa tego Chrystusa, który został umęczony za świat, przez który przeszedł dobrze czyniąc wszystkim i głosząc Ewangelię Królestwa, w którym znalazła wyraz cała pełnia odkupieńczej dobroci Boga? W niej człowiek został powołany do najwyższej godności. Jak nie radować się ze zwycięstwa, które definitywnie odnosi dobro nad złem?” Dlatego winno się za Psalmem powtarzać: „Oto dzień, który Pan uczynił, radujmy się nim i weselmy”. Oto dzień powszechnej nadziei, w którym wokół Zmartwychwstałego skupiają się i łączą wszystkie ludzkie cierpienia, rozczarowania, krzyże, naruszona godność ludzka, jako źródło nowej nadziei dla lepszego świata.

### **Dar pokoju i nadzieja świata**

Pokój jest pierwszym darem Zmartwychwstałego Pana. Chrystus wchodząc do wieczernika przez zamknięte drzwi pozdrowia swoich uczniów słowami: Pokój wam. Są to pierwsze słowa Jego paschalnego orędzia. Chodzi tu o pokój, którego świat dać nie może; pokój wprowadzany przez przemianę ludzkich serc, ściśle związany z Jego przyjściem i misją; pokój sumień i serc, owoc Jego zbawiennej męki i śmierci zwieńczonej zmartwychwstaniem. Pokój ten jak widać jest cały czas wyzwaniem dla ludzkości wciąż opanowanej wielorakimi wojnami i nienawiścią. Papież wymienia miejsca konfliktów światowych niemal na całym świecie, wspominając szczególnie ludy Środkowego Wschodu, kraje Azji i Ameryki Południowej. Jak widać, wiele się tu do dziś nie zmieniło. „Tego pokoju nie będzie można osiągnąć, dopóki każdy z nas nie będzie miał świadomości, że czyni wszystko co w jego mocy, aby wszystkim

ludziom zapewnione było od pierwszej chwili ich egzystencji życie godne dzieci Bożych”. Dopiero na tym tle widać, kim jest naprawdę zmartwychwstały Chrystus: nową, prawdziwą nadzieją świata. „Jakże wymowny jest dla nas ten dzień, który mówi z całą prawdą o naszym początku. Kamieniem węgielnym całego naszego budowania jest sam Chrystus. Ten kamień, odrzucony przez budujących, który Bóg opromienił światłem zmartwychwstania, złożony jest w samym fundamencie naszej wiary, nadziei i miłości. On jest pierwszą racją naszego powołania i misji, którą każdy z nas otrzymuje już na chrzcie”. Dlatego trzeba się tą prawdą o zmartwychwstaniu dzielić z innymi.

### **„Zostań z nami, Panie!”**

„Zostań z nami Panie!”, to tytuł i motto ostatniego orędzia wielkanocnego schorowanego, umierającego już papieża, z 2005 roku. Jan Paweł II przeprowadził swoją refleksję wielkanocną w oparciu o Ewangelię św. Łukasza (Łk 24,29), kiedy to uczniowie w drodze do Emaus zapraszali tajemniczego wędrowca, by pozostał z nimi, bo słońce chyliło się już ku zachodowi, mówiąc: „Mane nobiscum, Domine” (Zostań z nami, Panie!). Chrystus zmartwychwstał, zgodnie z obietnicą, lecz oni jeszcze o tym nie wiedzieli. Jednakże słowa wędrowca wyjaśniającego Pisma i proroków tak rozpały ich serca, że prosili go, by pozostał z nimi. Dopiero podczas wieczerzy rozpoznali Go na łamaniu chleba. I choć Chrystus zniknął, pozostał im przełamany chleb, a w sercu słodycz Jego słów. „Słowo i chleb Eucharystii, tajemnica i dar paschalny, pozostają przez wieki jako nieustanna pamiątka męki, śmierci i zmartwychwstania Chrystusa!”, zauważa papież. Ten dar przechowujemy do dziś w Kościele dzieląc się z nim z każdym, kto jest otwarty w swym sumieniu na czynienie pokoju i dobra. Wezwaniem do wierności Jan Paweł II kończy swoje ostateczne orędzie wielkanocne. „Dzisiaj, w Święto Zmartwychwstania, my także powtarzamy z wszystkimi chrześcijanami na świecie: Zostań z nami, Jezusie, ukrzyżowany i zmartwychwstały! Zostań z nami, wierny przyjacielu i pewna ostoja dla ludzkości kroczącej drogami czasu. Ty, żywe Słowo Ojca, wlej ufność i nadzieję w tych, którzy szukają prawdziwego sensu swojej egzystencji. Ty chlebie życia wiecznego, nasyc człowieka głodnego prawdy, wolności, sprawiedliwości i pokoju”.



# ZAPROSZENIE

W dniach **11 i 12 marzec 2013 r.**  
 w Kaplicy Domu Pomocy Społecznej  
 będą się odbywać **Rekolekcje Wielkopostne**  
 na które zapraszamy mieszkańców i pracowników:

Poniedziałek (11 marzec) i wtorek (12 marzec)  
 Msza Święta – **godz. 10.00**

Spowiedź święta odbywać się będzie przed Mszą Świętą **od godz. 9.00**

Rekolekcje poprowadzi Kapelan Szpitala Ksiądz Artur Michalak





# ZAPROSZENIE

W dniu **27** marca **2013 r.**

zapraszamy

na

**spotkanie wielkanocne z mieszkańcami**

na Zespołach Mieszkalnych



**od godz. 11.00 – Zespół Mieszkalny Bloku A i B**

**od godz. 14.00 – Zespół Mieszkalny Bloku C i F**

# ZAPROSZENIE

28.03.2013 r. - Wielki Czwartek

29.03.2013 r. - Wielki Piątek

30.03.2013 r. - Wielka Sobota

**TRIDUUM PASCHALNE**

w Kaplicy DPS godz. **15.00**

Sobota 30.03.2013 r. o godzinie **17.00** w jadalni DPS  
**święcenie pokarmów wielkanocnych.**

31.03.2013 r. - Niedziela Wielkanocna

01.04.2013 r. - Poniedziałek Wielkanocny

Msza Święta w Kaplicy

DPS o godz. **10.00**



# Szykujemy święconkę

Już czas wyciągnąć koszyczek, włożyć do niego bielutką serwetkę i pokarmy, które będziemy święcić. Oto, co powinno się w nim znaleźć.

**Ś**więcone to stary słowiański zwyczaj praktykowany od początku XIV w. Dawniej święcono wszystkie pokarmy przygotowane na wielkanocne śniadanie. Dziś

wkładamy tylko niektóre, te najważniejsze. Spożycie pobłogosławionych potraw ma zapewnić domownikom szczęście, zdrowie i pokój na resztę roku.

## KIEŁBASA

Mięso i jego przetwory nawiązują do ofiary baranka paschalnego. Początkowo w VIII wieku święcono jedynie mięso – najczęściej baranię.

## CHRZAN

Przypisywano mu leczniczą moc. Wkłada się go na pamiątkę starego żydowskiego obrzędu jedzenia gorzkich ziół z mięsem baranin.

## SERWETKA

Powinna być biała. Biały kolor jest symbolem odnowy, czystości, niewinności. Oznacza zwycięstwo dobra nad złem i śmiercią.

## BARANEK

Symbol Chrystusa Zmartwychwstałego. Figurka nawiązuje też do baranka ofiarnego. Nie może jej zabraknąć w koszyczku.

## CHLEB

To symbol „chleba żywego, który zstąpił z nieba”. Według wierzeń ludowych ma on właściwości magiczne, oczyszczające, życiodajne.

## CIASTO

Do święconki można włożyć także inne pokarmy (np. ciasto) – owoce pracy rąk ludzkich. Są one symbolem uczty niebieskiej w Królestwie Odkupiciela.

## SÓL I PIEPRZ

To odpowiedniki biblijnych gorzkich ziół chroniących pokarmy przed zepsuciem. Zwłaszcza sól, podobnie jak chleb, uważana była za podstawę pożywienia.

## JAJKA

Jeden z ważniejszych symboli świąt Wielkiejnocy. Jajo to praźródło odradzającego się życia. Jest znakiem płodności, radości, siły i zdrowia.





## Dzień Babci i Dziadka w DPS w Ostrołęce



W piątek 25.01.2013 r. przyjechały do DPS dzieci z Przedszkola Nr 7 w Ostrołęce z przedstawieniem z okazji „Dnia Babci i Dziadka”. Frekwencja była rekordowa. Przygotowano wiele atrakcji, a mianowicie na tle pięknej scenografii prezentowane były wzruszające wiersze o babci i dziadku w wykonaniu dzieci z przedszkola. Bardzo ambitny repertuar, perfekcyjne opanowanie obszernych tekstów i miła gra aktorska, sprawiły, że po zakończeniu uroczystości Mieszkańcy nasi a szczególnie Babcie i Dziadkowie wychodzili w świetnych humorach zapowiadając, że gdy będzie sprzyjało zdrowie zaszczycą nas swoją obecnością za rok. Dzieci z wielkim przejęciem i natchnieniem zagrały swoje role. Podziękowaliśmy im za te spotkanie gromkimi oklaskami i symbolicznym подарunkiem.



## X Kabaretowe Obryckie Spotkania Artystyczne Domów Pomocy Społecznej „KOSA 2013”

Na zaproszenie Domu Pomocy Społecznej w Obrytem i Stowarzyszenia na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Pod Jednym Dachem” przy DPS w Obrytem nasi mieszkańcy wyjechali dnia 24.01.2013 r. do Obrytego i brali udział w „X Kabaretowych Obryckich Spotkaniach Artystycznych Domów Pomocy Społecznej KOSA 2013”. Tegoroczne Spotkania Artystyczne upływały pod znakiem bogatej kultury góralskiej. Jednocześnie nie zrezygnowano z akcentów kabaretowych, wystąpił kabaret „Nowaki”.



Zgodnie z charakterem Spotkania Artystycznego gości zabawiła również Kapela Górali z „Łącka”. Podczas zabawy zostali wybrani król i królowa balu, pod ocenę brane były kostiumy – pomysłowość, wykonanie, oryginalność, wkład pracy i humor. Nasi mieszkańcy wyjechali na spotkanie do Obrytego w regionalnych strojach kurpiowskich. Organizatorzy docenili naszą pomysłowość i pochwalili za krzewienie kultury regionalnej.



## Kulig dla mieszkańców



Dnia 30 stycznia 213 r. wyjechaliśmy na kulig do Dzbenina. Bawiliśmy się świetnie. Zgrane grono uczestników, wspaniała pogoda, lekko zmrożony śnieżek dookoła. Siedem lub więcej sań sunęło przez pola, a potem przez las wioząc upajających się zimowymi widokami słuchaczy. Zamiast konia karego, sanie przypięte były do traktora. Nam wcale to nie przeszkadzało i nie psuło zimowej atmosfery. Po skończonej przejażdżce głodni, trochę zmarznięci, rozgrzaliśmy się gorącą zupą grochową, kawą i herbatą, przy tym śpiewając, tańcząc.



Organizatorem tego zimowego wyjazdu byli pracownicy terapii zajęciowej kolega Wiesław Kuskowski przy pomocy dwóch koleżanek Edyty Ciuchta i Beaty Zaorskiej. Z tej udanej imprezy plenerowej odjeżdżaliśmy z pewnym niedosytem. Tak szybko minęła. Wszystkim podobała się impreza w plenerze.



## Bal Karnawałowy w DPS



Karnawał to fantastyczny i radosny czas dla wszystkich. Dla naszych mieszkańców bal karnawałowy to dzień niezwykły, często wyczekiwany przez wiele tygodni. Takim dniem był 31.01.2013 r. zorganizowaliśmy Bal Karnawałowy. Atrakcją zabawy był Zespół „Przytuły Boys”. Mieliśmy okazję przeżyć cudowne chwile, wspaniałą atmosferę, która roztaczała się już od progu, zapewniły ją uśmiechnięte, witające każdego gościa organizatorki balu. W rolę DJ-eja wcielił się Pan z zaprzyjaźnionego zespołu, który przygotował nagrania podobające się wszystkim uczestnikom balu, zachwyconych także wystrojem wnętrza, nawiązującego do tradycji karnawałowej. Oficjalnego otwarcia dokonała Pani Dyrektor Janina Brzozowska, która podziękowała organizatorom, życząc wszystkim udanej zabawy i szampańskich humorów. Jak tradycja nakazuje rozpoczęła bal tańcząc z Przewodniczącym Rady Mieszkańców.



Podczas trwania zabawy odbyły się różne quizy i konkursy. Wspaniała zabawa i cudowny nastrój towarzyszyły nam do późnych godzin wieczornych. Za to wszystko pragniemy podziękować. Taki bal jest naszą tradycją i za rok znów wszyscy się spotkamy. Tak trzymać!!!

## Tłusty czwartek i obchody „Dnia Walentego” w DPS



Tłusty czwartek i obchody „Dnia Św. Walentego” postanowiliśmy zorganizować w naszym Domu jednego dnia 07.02.2013r. Instruktorzy terapii zajęciowej zorganizowali zabawę taneczną, jedzenie pączków i czytanie życzeń walentynkowych, które odczytywane były podczas spotkania tanecznego. Św. Walenty,

patron zakochanych, był chrześcijańskim kapłanem, który, według legendy, za czasów cesarza rzymskiego Klaudiusza II udzielał potajemnie ślubów. Dzień św. Walentego obchodzony jest jako święto zakochanych od XIV wieku.



Zwyczaj łączenia tego święta z dniem zakochanych narodził się na Wyspach Brytyjskich. Stamtąd, wraz z osadnikami, trafił do Ameryki, gdzie stał się szczególnie popularny. Zwyczaj wysyłania kartek-walentynek sięga 1848 roku, gdy panna Esther Howland z Worcester w stanie Massachusetts założyła firmę produkującą specjalne kartki na dzień św. Walentego. Niezależnie od tego, czy wysyła się je dla żartu, czy daje upust swoim prawdziwym, skrywanym uczuciom - nadawca musi pozostać anonimowy. Atmosfera tego dnia była gorąca. Mieszkańcy z wielką chęcią ruszyli po obiedzie, aby dalej się bawić i cieszyć w ten zimowy dzień.

## 11 luty 2013 r. „Dzień Chorego w DPS”



Na uroczystą Mszę Świętą z okazji Światowego Dnia Chorego do naszego Domu przybyli zaproszeni goście a mianowicie Ksiądz Biskup Tadeusz Bronakowski, Ostrołęccy duszpasterze, władze miasta Ostrołęki na czele z Przewodniczącym Rady Miasta Dariuszem Maciakiem, Prezydentem Miasta Ostrołęki Januszem Kotowskim, Przewodniczącą Komisji Rodziny Zdrowia i Polityki Społecznej Rady Miasta Magdaleną Jaworowską oraz pracownicy MOPR na czele z Dyrektorem Elżbietą Mierzejewską-Nicewicz, emeryci i renciści naszego Domu, również zaproszone rodziny mieszkańców. Światowy Dzień Chorego został ustanowiony przez Jana Pawła II w 1993 r. Pierwsze główne obchody odbyły się w 1993 r. w Lourdes. W rok później 11 lutego 1994 roku Jan Paweł ogłosił list Apostolski „Salvifici doloris”, poświęcony wartości ludzkiego cierpienia.





„Prosimy Was wszystkich, którzy jesteście słabi, prosimy abyście nas wspierali. Właśnie was, którzy jesteście słabi, prosimy abyście stawali się źródłem mocy dla Kościoła i ludzkości w strasliwym zmaganiu się pomiędzy siłami dobra i zła, którego widownią jest nasz współczesny świat, niech Wasze cierpienie w jedności z Krzyżem Chrystusa przeważą” – mówił papież do chorych na całym świecie.

Tego dnia uroczystą Mszę Świętą celebrował Ksiądz Biskup Tadeusz Bronakowski podczas której został udzielony Sakrament Namaszczenia Chorych. Po Mszy Świętej Ksiądz Biskup odwiedzał chorych w Zespołach Mieszkalnych.

## **Miejskie obchody Narodowego Dnia Pamięci Żołnierzy Wyklętych**



Ostrołęczanie uczcili Narodowy Dzień Pamięci Żołnierzy Wyklętych. Uroczystości odbyły się na skwerze im. Lecha Kaczyńskiego. W obchodach uczestniczyli m.in. parlamentarzyści, władze miasta, duchowni, służby mundurowe, dyrektorzy, nauczyciele i uczniowie ostrołęckich szkół, przedstawiciele różnych instytucji z miasta Ostrołęki.

- Jestem przekonany, że są z nami młode osoby, które w swoich pragnieniach mają nie tylko codzienność, ale także najpiękniejsze pragnienia bycia dla drugiego człowieka i dla ojczyzny - mówił Janusz Kotowski, Prezydent Miasta. - Pamiętajmy, że Żołnierze Wyklęci byli takimi samymi ludźmi, jak my. Mieli wiele pragnień i planów na przyszłość. Wszystko to poświęcili dla swojego kraju. - Wielu partyzantów, którzy oddawali życie po II wojnie światowej marzyło o tym, aby wolna Polska nie tylko w sposób godny uczciła ich pamięć, ale i rozwijała się - powiedział poseł PiS Arkadiusz Czartoryski. - Żołnierze Wyklęci to nasze wielkie dziedzictwo i niezwykle wydarzenie historyczne. Młodzi ludzie mogą być dumni ze swoich przodków, prawdziwych bohaterów.



W uroczystościach wzięły również udział poczty sztandarowe związków, organizacje, stowarzyszeń i placówek oświatowych. Po krótkiej modlitwie, delegacje złożyły kwiaty i zapaliły znicze pod pomnikiem ofiar komunistycznego reżimu. Dom Pomocy Społecznej reprezentowała delegacja, w której

czynnie uczestniczył Przewodniczący Rady Mieszkańców. Na zakończenie uroczystości wysłuchaliśmy montażu słowno-muzycznego w wykonaniu młodzieży działającej przy ostrołęckim klubie "Oczko". Zgromadzeni na placu usłyszeli m.in. piosenki: "Biały krzyż", "Gdzie są kwiaty z tamtych lat?", czy "Wolność".



W Domu pomocy Społecznej ten Dzień obchodziliśmy oglądając filmy z archiwum IPN upamiętniające tamte dni m.in. „Łupaszka” dowódca „Hubala”, Kłamstwo PKWN, Ruch oporu Armii Krajowej, Konspiracyjne Wojsko Polskie, „Żołnierze wyklęci”.

## **8 Marca Dzień Kobiet i Mężczyzn**

Święto Kobiet obchodzone jest corocznie jako wyraz szacunku dla ofiar walki o równouprawnienie kobiet. Zostało ustanowione dla upamiętnienia strajku 15 tysięcy kobiet, pracownic fabryki tekstylnej, które **8 marca 1908 roku** w Nowym Jorku domagały się praw wyborczych i polepszenia warunków pracy. Właściciel fabryki zamknął strajkujące w pomieszczeniach fabrycznych z zamiarem uniknięcia rozgłosu. W wyniku nagłego pożaru zginęło 129 kobiet. Święto mężczyzn ma też w kalendarzu swoje miejsce. W naszym kraju obchodzone jest właśnie 10 marca.



W Polsce święto kobiet zaczęto obchodzić dopiero po drugiej wojnie światowej. Zwyczajowo w tym dniu mężczyźni wręczali kobietom upominki. W zakładach pracy składano im życzenia i wręczano prezenty (rajstopy, mydło, kawę) i pojedynczy tulipan lub goździk. Święto mężczyzn - tradycja obchodzenia tego święta została zapoczątkowana 10 lat temu, prawdopodobnie w odpowiedzi na Dzień Kobiet, który świętujemy dwa dni wcześniej. 19 listopada 1999 roku w Trynidadzie i Tobago przy wsparciu Organizacji Narodów Zjednoczonych oraz grupy ludzi z całego świata (Europy, Ameryki, Afryki, Azji) ustanowiono Międzynarodowy Dzień Mężczyzn i do obchodów tego święta zaproszono inne kraje. Centralne obchody Międzynarodowego Dnia Kobiet zostały w Polsce zlikwidowane w 1993 r., definitywnie zniósł je Pani Premier Hanna Suchocka. Obchody święta kobiet i mężczyzn postanowiliśmy zorganizować jednego dnia w naszym Domu 8 marca 2013 roku. Tego dnia ksiądz Kapelan odprawił Mszę Świętą w kaplicy modląc się za kobiety i mężczyzn mieszkających i pracujących w naszym Domu jak również wszystkich tych, którzy pozostali w domach.



Na świetlicy przygotowaliśmy wspólne spotkanie na którym mogliśmy wysłuchać wspaniałych piosenek, delektując się słodyczkami, popijając kawkę lub herbatkę. Wszystko przeplatane było wesołą muzyką, humory dopisywały wszystkim. Ogólnie biorąc było sympatycznie. Panie i Panowie wzajemnie obdarzali się uprzejmością i życzliwością. Świątujemy zatem wszyscy i okazujemy sobie przyjaźń – nie tylko w te dwa uznane jako święta dni, ale przez cały rok.



### **Eliminacje do turnieju warcabowego i symultany szachowej w Zakrzewie**

W dniu 19 marca 2013 r. wyjechaliśmy do Zakrzewa, gdzie odbywały się eliminacje do turnieju warcabowego i symultany szachowej. Nasi zawodnicy dzielnie walczyli w siedmiu rundach warcabowych. Około godziny 18.00 organizatorzy po zsumowaniu punktów wyłonili zwycięzców, którzy wyjadą do Płocka na rozgrywki w turnieju warcabowym i szachowych. Stanisław Pupecki zajął II miejsce, Mieczysław Tański III miejsce tym sposobem zakwalifikowali się na drugą turę rozgrywek do Płocka. Po raz pierwszy z nami wyjechał Stanisław Sutkowski zajmując bardzo dobre dziesiąte miejsce.



Nasz szachista Andrzej Bura dostał wyróżnienie i również wyjedzie do Płocka po odbiór nagrody. O terminie turnieju w Płocku powiadomią nas organizatorzy.

### **Dzień Niepodległości Republiki Węgierskiej**



We wtorek, 19 marca na placu gen. Józefa Bema odbyły się uroczyste obchody święta Republiki Węgierskiej. W uroczystościach udział wzięli przedstawiciele władz centralnych i samorządowych, delegacja z ambasady węgierskiej oraz z Węgier, przedstawiciele szkół, instytucji miejskich, służb mundurowych, stowarzyszenia oraz mieszkańcy miasta.



Punktualnie o godzinie 12 odegrano hymny obu państw – Polski i Węgier, po czym biorące udział w uroczystościach delegacje złożyły kwiaty pod pomnikiem gen. Bema. Prezydent Ostrołki Janusz Kotowski wraz z posłem Arkadiuszem Czartoryskim wręczyli przedstawicielowi węgierskiej ambasady pamiątkową szablę, symbolizującą wspólną walkę o wolność obu narodów.



Dom Pomocy Społecznej reprezentowała delegacja w której uczestniczył Przewodniczący Rady Mieszkańców wspólnie składając kwiaty pod pomnikiem Generała J. Bema.



## Koncert Andrzeja Kołakowskiego

# Serdecznie zapraszam

Mieszkańców i Pracowników

Domu Pomocy Społecznej

na koncert

**Andrzeja Kołakowskiego**

**barda, działacza opozycyjnego w okresie PRL-u**

który odbędzie się

**25 marca 2013 r. o godz. 11.00**

w Świetlicy Domu Pomocy Społecznej



Z gościnnym występem do Domu Pomocy Społecznej przyjechał w dniu 25 marca 2013 roku Andrzej Kołakowski – bard, wybitny artysta, wykonujący własne, literacko i muzycznie dopracowane utwory z towarzyszeniem instrumentu – gitary.

Od wielu lat koncertuje wykonując swoje piosenki o tematyce historyczno – religijno – społeczno – politycznej. Inspiracją dla twórczości Andrzeja Kołakowskiego są rzeczy które nie przemijają i są zawsze obecne w życiu człowieka a więc wiara, nadzieja i miłość. Wszystkie one znajdują odbicie w historii, stąd też ballady historyczne służą nie tylko upamiętnieniu osób i wydarzeń, ale ukazaniu znaczenia tych wielkich wartości w życiu ludzkim. W roku 2009 za wybitne zasługi dla niepodległości Rzeczypospolitej Polskiej, za działalność na rzecz przemian demokratycznych, za osiągnięcie w podejmowanej z pożytkiem dla kraju pracy zawodowej i społecznej został odznaczony przez prezydenta

Lecha Kaczyńskiego Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski.

Naszemu gościowi towarzyszyli Pan Poseł Arkadiusz Czartoryski oraz radni Miasta Ostrołęki: Jerzy Grabowski i Janusz Kołakowski. Koncert był lekcją historii, któremu towarzyszyły duże emocje.





**Do Naszego Domu od 31.12.2012 roku  
przybyli nowi mieszkańcy:**

**Zespół mieszkalny bloku „A”**

Pan Kołakowski Piotr 8.02.2013 r.

**Zespół mieszkalny bloku „B”**

Semik Marta 20.02.2013 r.

**Zespół mieszkalny bloku „C”**

Nożewski Józef 31.12.2012 r.

**Zespół mieszkalny bloku „F”**

Szablowska Lepak Izabela 13.03.2013 r.

**Kolumna Religijna**



**Zmarli w okresie od 31.12.2012 roku**

Śp. Ropiak Czesław 28.01.2013 r.

Śp. Krąbel Jan 12.01.2013 r.

Śp. Kurpiewska Zofia 01.03.2013 r.

Śp. Bączek Leokadia 22.03.2013 r.

**Pokój ich duszom ...**

**OGŁOSZENIA**

Wnioski, pomysły dotyczące pisma „NASZA GAZETKA”  
prosimy zgłaszać:

-osobiście w redakcji do Instruktorów terapii zajęciowej

Anny Cićkowskiej i Sebastiana Słomki

-pisemnie na adres redakcji:

Dom Pomocy Społecznej

Ul. Rolna 27

07-410 Ostrołęka

-pocztą elektroniczną na adres

e-mail: dps@dps-ostroleka.pl

„Nasza Gazetka” powstała we współpracy dwóch pracowni  
zajęciowych Informatycznej i Bibliotece i Czytelni.

**Dziękują Redakcja i Współpracownicy Redakcji  
Mieszkańcy i Pracownicy.**

**HOROSKOP KWIECIEŃ 2013**



#### **BARAN 21.03-20.04**

Miłość: Na początku miesiąc, pary z pod tego znaku będą miały małe problemy, ale już od połowy miesiąca otrzymają szansę, aby odnaleźć równowagę i zgodność.  
Praca: Przyjmij pomocną dłoń od osób, które współpracują z Tobą niekoniernie w zawodowym zespole. Nie spodziewasz się ile mogą wnieść one pozytywnych rozwiązań. Przełożeni zaakceptują takie podejście do sprawy.

Zdrowie: Może pojawić się pewna sprzeczność między twoim organizmem i środowiskiem. Przede wszystkim między 12 i 20 uważasz na to, aby się zanadto nie przemęczać.

#### **BYK 21.04-21.05**

Miłość: Jeśli jesteś wolny to nie będziesz narzekać na brak okazji i przygód, ale będziesz musiał uważać, aby nie przeoczyć okazji najważniejszych, które przedstawią się pod koniec miesiąca.

Praca: Niebo będzie nieść wiele nowości przede wszystkim w dziedzinie finansowej i zawodowej.

Zdrowie: Miesiąc będzie sprzyjać podejmowaniu nowych działań prozdrowotnych. Nie rezygnuj z nowej dyscypliny sportowej, nawet jeśli wydaje Ci się, że nie dasz sobie rady.

#### **BLIŹNIĘTA 22.05-22.06**

Miłość: Ten miesiąc będzie potrzebny, aby uniknąć krytykę i postarać się zrozumieć wymagania partnera, jeżeli nawet nie zbiegają się z twoimi. Pamiętaj, że jesteście parą.

Praca: Będziesz mieć ochotę na chwilę oderwać się od tego nad czym codziennie pracujesz. Przed Tobą zmiany pod koniec miesiąca.

Zdrowie: Gwiazdy zapowiadają tężyznę fizyczną, ale możliwe są też podrażnienia skóry. Możliwe bóle w kościach i nawroty chorób przewlekłych.

#### **RAK 23.06-22.07**

Miłość: Jeśli przebywasz w związku uważaj na nadużywanie swojej władzy i na nadmierny brak zaufania. Mimo to wszystko powinno się układać dobrze.

Praca: Ten miesiąc będzie dla ciebie miesiącem wypełnionym trudnościami, ponieważ będzie ci brakować okazji, aby ujawnić twoje zalety.

Zdrowie: Będziesz cierpieć na pewne fizyczne przypadłości, które mogą okazać się problemami ze stawami, wypadnięciem dysku bądź zerwaniem ścięgna. Staraj się odpocząć.

#### **LEW 23.07-23.08**

Miłość: Staraj się być bardziej obiektywny w ocenie działań, aby móc dostrzec popełniane przez siebie błędy. Unikniesz w ten sposób niepotrzebnych problemów i konfliktów.

Praca: Okres odpoczynku mógłby być bardzo powabny, ale mogłaby wymknąć ci się wspaniała okazja. Twoje wysiłki będą hojnie wynagrodzone.

Zdrowie: Rozpoczniesz miesiąc w postaci nie właściwej. Będziesz czuć zmęczony i osłabiony. Zastosuj lekką dietę i pij napary malwy, aby leczyć zapalenia.

#### **PANNA 24.08-23.09**

Miłość: Podczas pierwszej połowy miesiąca będziesz dążył do osiągnięcia większej niezależności. Zechcesz przewidzieć drogę Twojego życia, analizując ludzi, którzy Cię otaczają.

Praca: Będziesz musiał liczyć się z nieprzewidzianymi wcześniej wydatkami. Bądź cierpliwy, ponieważ po pewnym czasie nastąpią pozytywne dla Ciebie zmiany.

Zdrowie: Będziesz musiał zwrócić na swoje zdrowie znacznie większą uwagę niż dotychczas, ponieważ Gwiazdy mówią o jakiś niespodziewanych wypadkach losowych. Możliwe problemy z tarczycą.

#### **WAGA 24.09-23.10**

Miłość: Będziesz starać się wyeliminować powtarzające się sytuacje. Nareszcie uświadomisz sobie dlaczego Twoje stosunki uczuciowe i interpersonalne wyglądają w ten a nie inny sposób.

Praca: Bardzo dobry miesiąc dla akordów. Będziesz mógł rzeczywiście spotkać osoby ważne dla twojego zawodu, które pozwolą ci na powolne, ale ciągłe wspinanie się profesjonalne.

Zdrowie: Okres bardzo delikatny dla oczu, którym będziesz musiał udzielić szczególnej uwagi, ewentualnie zarezerwować kontrolę zapobiegawczą u okulisty.

#### **SKORPION 24.10-22.11**

Miłość: Osoby pozostające w stałych związkach mogą się spodziewać przejściowych trudności zwłaszcza na początku miesiąca. Wszystko przez Wasz upór.

Praca: Atmosfera w pracy wydaje ci się nieprzyjemna, stres uczyni cię bojowym w stosunku do kolegów i wszystko będzie wydawać się ciężkie. Od 16 nowina przewróci sytuację.

Zdrowie: Będzie chwila idealna, aby rozpocząć nową dietę, zwłaszcza taką, która zadba o Twoje nerki. Zwróć więcej uwagi na swój układ krążenia.

#### **STRZELEC 23.11-20.12**

Miłość: Koniec tego miesiąca będzie interesujący, ponieważ otrzymasz wesołe wiadomości z kręgu rodzinnego.

Praca: Jeśli uprawiasz wolny zawód będziesz bardzo szczęśliwy w połowie miesiąca, w tym okresie odniesiesz sukces i uda Ci się uzdrowić finanse i uregulować swoje długi.

Zdrowie: Będą dolegać ci częste bóle głowy, będziesz potrzebować większego odpoczynku i przede wszystkim nie przesadzać z alkoholem.

#### **KOZIOROŻEC 22.12-20.01**

Miłość: Rozpoczniesz miesiąc z wielką energią, łaskawości gwiazd, które będą wpływać pozytywnie na Twoje losy otrzymasz jasność umysłu i wyjątkową wyobraźnię.

Praca: Niebo pomoże Ci umocnić swoją pozycję zawodową. Jeśli Twoim marzeniem jest własna działalność i praca na własną rękę nadszedł czas by spróbować swoich sił.

Zdrowie: Mógłbyś być zmuszony przerwać aktywność fizyczną przez problemy dotyczące pracy, gwiazdy radzą ci na ponowne podjęcie aktywności fizycznej zaledwie będzie to możliwe, aby zapobiec przybraniu na wadze.

#### **WODNIK 21.01-19.02**

Miłość: Około 19 gwiazdy będą sprzyjać relacji waszego związku, wyjaśnisz niedawno zaistniałe sprzeczki i będziesz bardziej do dyspozycji w stosunku do partnera.

Praca: Jeśli szukasz innej pracy będziesz miał okazję znaleźć zajęcia zgodne z Twoimi oczekiwaniami finansowymi.

Zdrowie: Niedoślonoła kondycja i znużenie mogą przyczynić się do nadwrażliwości i zbędnych nerwów.

#### **RYBY 20.02-20.03**

Miłość: Jeśli jesteś singlem koniec miesiąca przyniesie Ci nieoczekiwane szczęście. Na horyzoncie pojawi się pełna entuzjazmu znajomość, która sprawi, że nareszcie staniesz się pogodnym człowiekiem.

Praca: W tym miesiącu będziesz na topie. Zdobędziesz szacunek kolegów i przełożonych, którzy powierzą Ci odpowiedzialne obowiązki.

Zdrowie: Będziesz odkrywać w sobie nowe pokłady energii, które jeszcze nigdy się nie ujawniły. Poznasz granice swojej wytrzymałości.