Powiatowy Dom Pomocy Społecznej w Niemojowicach

D o P i S z

- to i owo

Kwartalnik, numer 02/2025

NOC ŚWIĘTOJAŃSKA-
NOC KUPAŁY 2025 ROK

Tajemnice i zwyczaje naszych przodków

Od pokoleń Noc Świętojańska kojarzy się z ogniem, śpiewem, obrzędami nad wodą i aurą tajemnicy. Jej korzenie sięgają czasów przedchrześcijańskich, kiedy była ważnym elementem słowiańskiego kalendarza obrzędowego. Chociaż współczesne formy świętowania znacznie różnią się od dawnych rytuałów, noc ta nadal zachwyca swoją atmosferą i symboliką związaną z letnim przesileniem. Kiedy przypada w 2025 roku i ile będzie trwać?

Kiedy jest najkrótsza noc w roku 2025

Najkrótsza noc w roku rozpocznie się w Polsce około godz. 21. Godziny zachodu słońca będą jednak różnić się w zależności od regionu Polski. Dla przykładu, w Bydgoszczy, położonej w północno-zachodniej części kraju, słońce zajdzie o 21:18, co oznacza, że dzień potrwa aż 16 godzin, 56 minut i 56 sekund.
W centralnej Polsce, czyli w Łodzi, zachód słońca nastąpi o 21:03, a długość dnia wyniesie 16 godzin, 37 minut i 52 sekundy. Natomiast w Zakopanem, na południu kraju, najdłuższy dzień zakończy się o 20:50 i potrwa dokładnie 16 godzin, 14 minut i 6 sekund. Jak widać, im dalej na południe, tym dzień krótszy – nawet w czasie letniego przesilenia.
Z przesileniem letnim związane są ściśle dwa święta - Noc Kupały i Noc Świętojańska. W najkrótszą noc w roku obchodzimy Noc Kupały.

Noc Świętojańska - zwyczaj, tradycje, obrzędy

Noc Świętojańska, znana również jako wigilia św. Jana, to nieformalne święto o chrześcijańskim charakterze, powiązane z obchodami narodzin Jana Chrzciciela. Obchodzone jest z 23 na 24 czerwca. W tradycji ludowej mówiono, że "po Janie można się już kąpać", co nie było tylko przesądem. Wierzono, że do tego momentu wody w jeziorach i rzekach są zbyt zimne i nie nadają się do bezpiecznego pływania. Dopiero po święcie św. Jana słońce miało na tyle ogrzać wodę, by kąpiele stały się zdrowe i przyjemne. Dzień św. Jana traktowano jako początek pełni lata i czas, gdy przyroda osiąga swoją największą obfitość.

Święto to nie wywodzi się z samego chrześcijaństwa. Jego korzenie sięgają prasłowiańskich obrzędów, które z czasem zostały "ochrzczone" i włączone do kalendarza liturgicznego, nadając dawnym pogańskim zwyczajom religijną oprawę.

Noc Kupały to dawne słowiańskie święto związane z letnim przesileniem, przypadające w czasie najkrótszej nocy w roku – zazwyczaj między 21 a 22 czerwca. Uroczystości te były symbolicznym powitaniem lata oraz wyrazem szacunku wobec natury i jej żywiołów. To także czas miłości, dlatego uważano ją również za odpowiednik Walentynek.

Wraz z rozprzestrzenianiem się chrześcijaństwa w Europie Kościół podejmował próby wyparcia tego pogańskiego święta. Mimo to jego obrzędy i zwyczaje okazały się zbyt głęboko zakorzenione w ludowej tradycji. W efekcie wprowadzono obchodzoną w podobnym terminie – z 23 na 24 czerwca – Noc Świętojańską, mającą chrześcijańskie konotacje.

W wiekach X i XI Kościół próbował tłumaczyć nazwę "Kupała" jako pochodzącą od słowa "kąpać", nawiązując do postaci Jana Chrzciciela i praktyki chrztu przez zanurzenie. Jednak według językoznawców nazwa ta wywodzi się raczej z indoeuropejskiego rdzenia "kump", oznaczającego wspólnotę – co odzwierciedla fakt, że święto obchodzono zbiorowo, w gronie całych społeczności.

Noc Kupały - zwyczaje i obrzędy

Tradycje związane z Nocą Świętojańską mają swoje korzenie w obrzędach starosłowiańskich. W czasie obchodów rozpalano ogniska, wokół których młode kobiety tańczyły, a do płomieni wrzucano zioła – gest mający przynieść oczyszczenie i ochronę. Skoki przez ogień były również częstym elementem tych rytuałów i miały symbolicznie zapewniać zdrowie, płodność oraz ochronę przed negatywnymi siłami. Wraz z upowszechnieniem się chrześcijaństwa do tych zwyczajów dołączono nowy element – rytuał poświęcenia wody.

Wśród najbardziej rozpoznawalnych rytuałów Nocy Kupały wyróżniają się wianki. Choć dawniej decyzje o zawieraniu związków podejmowała zazwyczaj starszyzna, tej jednej nocy młodzi mieli więcej swobody, a uczucia mogły wyjść na pierwszy plan. Dziewczęta przygotowywały wianki, do których przymocowywały zapalone łuczywo, a następnie puszczały je z nurtem rzeki. Chłopcy, oczekując na brzegu, starali się je wyłowić. Jeśli któryś z nich złapał wianek, wracał z nim do wspólnoty i próbował odnaleźć jego właścicielkę. W ten sposób młodzi mogli dobrać się w pary bez udziału tradycyjnych swatów.

ROZRYWKOWO

Opowiadanie z życia wzięte

„Widziałam, że te historie zaczynają mieć dla niej znaczenie, a rozmowa, która początkowo była tylko wymianą zdań, stała się prawdziwym dialogiem. Dostrzegłam w jej oczach coś, czego wcześniej tam nie widziałam – prawdziwe zrozumienie”.

Zabrałam wnuczkę w sentymentalną podróż, fot. Adobe Stock, Leros

Gotowa na wycieczkę? – spytałam, uśmiechając się do mojego odbicia w lusterku wstecznym. Obok mnie na fotelu pasażera siedziała moja wnuczka, Karolina. Miałyśmy przed sobą długą drogę i wiele do opowiedzenia. Karolina dorastała w świecie technologii, gdzie wiadomości były szybsze niż rozmowy przy kuchennym stole, a ja byłam częścią innej epoki – epoki, w której historie opowiadało się przy filiżance herbaty. Ale czułam, że ta podróż, to odkrywanie śladów przeszłości, może nas zbliżyć. Karolina zerknęła na mnie z zaciekawieniem, gdy zaczęłam opowiadać o młodych latach, które wydawały się teraz niemal bajką. Były to czasy, kiedy listy pisane ręcznie były jedynym sposobem na wyznanie miłości, a spacery w parku były namiastką randki. Babciu, co chcesz mi pokazać w tej podróży? – zapytała, przerywając moje myśli. Chciałabym, żebyś zrozumiała nasze rodzinne korzenie, Karolinko – odpowiedziałam, zerkając na nią z uśmiechem. – To część twojej historii, część, której jeszcze nie odkryłaś. Poczułam, jak jej zainteresowanie rośnie, a ja zaczęłam snuć opowieści o dawnych czasach.

Z nadzieja, że poprzez te historie Karolina znajdzie coś więcej – może nawet coś, co odmieni naszą relację. Silnik samochodu cicho mruczał, a my mijałyśmy kolejne kilometry. Karolina zaczęła rozmowę, przerywając ciszę, która zdawała się nieco krępować obie strony. Babciu, nigdy nie słyszałam o tym, jak byłaś młoda. Jakie to było uczucie? – zapytała z ciekawością, która zdziwiła nawet mnie. To były inne czasy, kochanie – odpowiedziałam, spoglądając na drogę przed nami. – Ale miłość i przyjaźń... one zawsze są takie same. Karolina przytaknęła, a ja poczułam, że to dobry moment, by podzielić się moimi wspomnieniami. Opowiedziałam jej o swojej pierwszej miłości, Andrzeju, chłopaku z sąsiedztwa, który miał błysk w oku i uśmiech, który mógł rozjaśnić nawet najciemniejszy dzień. Były to dni pełne nadziei, marzeń i nieskrępowanej radości młodości. Karolina wydawała się autentycznie zainteresowana, zadając pytania, które coraz głębiej wnikały w moją przeszłość. Jej młode oczy patrzyły na mnie z takim samym zaciekawieniem, jak ja kiedyś patrzyłam na moją babcię, słuchając jej historii o dawnych czasach. I co się stało z Andrzejem? Zapytała, wyraźnie zaintrygowana losem mojej pierwszej miłości. Życie nas rozdzieliło – odpowiedziałam, starając się nie zdradzać zbyt wiele smutku, który od lat towarzyszył mi przy tej historii. – Każdy z nas poszedł swoją drogą, ale wspomnienia pozostały. Czułam, że Karolina nie tylko słucha, ale naprawdę próbuje zrozumieć, co dla mnie znaczyły te historie. Czy to była tylko młodzieńcza ciekawość, czy może początek głębszego zrozumienia? Sama nie byłam pewna. Po pewnym czasie jazdy zatrzymałyśmy się w starym parku, który był pełen moich wspomnień. Przypominał mi o wielu beztroskich dniach spędzonych z przyjaciółmi na łonie natury, o chwilach, które zdawały się nigdy nie kończyć. Tutaj często przychodziłam jako młoda dziewczyna – zaczęłam, wskazując na duże drzewo, pod którym zawsze siedziałyśmy z koleżankami. – Był pewien dzień, który naprawdę zmienił moje życie...Karolina patrzyła na mnie z ciekawością, więc kontynuowałam opowieść. Opisałam jej jedno z najważniejszych spotkań mojego życia, kiedy po raz pierwszy poczułam ciężar dorosłych decyzji. Przyjaciele wybrali różne ścieżki, a ja musiałam zdecydować, którą z nich chcę podążać. To był moment, kiedy zrozumiałam, że każdy wybór niesie ze sobą konsekwencje, które mogą zaważyć na całym życiu. Babciu, co byś zrobiła inaczej, gdybyś mogła? – zapytała Karolina, wpatrując się w dal, jakby próbowała zobaczyć te same wspomnienia co ja.Każdy wybór ma swoje konsekwencje – odpowiedziałam z namysłem. – Nie zawsze są one łatwe, ale uczą nas, kim jesteśmy. Widziałam, że te historie zaczynają mieć dla niej znaczenie, a rozmowa, która początkowo była tylko wymianą zdań, stała się prawdziwym dialogiem. Dostrzegłam w jej oczach coś, czego wcześniej tam nie widziałam – prawdziwe zrozumienie. Po długim spacerze w parku zdecydowałyśmy się na obiad w mojej ulubionej kawiarni, która przez lata stała się dla mnie drugim domem. Znałam tu każdą kelnerkę, a zapach świeżo mielonej kawy zawsze wprowadzał mnie w dobry nastrój. Karolina usiadła na przeciwko mnie przy małym, drewnianym stoliku, wyglądając jakby zamierzała powiedzieć coś ważnego. Babciu, zaczęła nieśmiało, bawiąc się bransoletką na nadgarstku – wiesz, czasami czuję, że nie wiem, jak pokierować swoim życiem. Mam tyle wątpliwości...Zaskoczyła mnie swoją szczerością. Czułam, jak rośnie między nami zaufanie. To była ta chwila, kiedy zdałam sobie sprawę, że mogę się podzielić z nią bardziej intymnymi historiami. Wiesz, Karolinko, ja też nie zawsze wiedziałam, co robić odpowiedziałam, ściskając delikatnie jej dłoń. Były czasy, kiedy relacje w mojej rodzinie były naprawdę

trudne. Nie zawsze było kolorowo... Podzieliłam się z nią historią konfliktów, które przez lata targały naszą rodziną, o nieporozumieniach i krzywdach, które z czasem udało mi się naprawić. Opowiedziałam jej o trudnych rozmowach i kompromisach, które musiałam podjąć, by odbudować więzi z najbliższymi. Babciu, nie wiedziałam, że miałaś takie trudne chwile, powiedziała Karolina, zaskoczona odkryciem podobieństw między naszymi przeżyciami. Każdy ma swoje buty, ale ważne jest, jak z nich wychodzimy – odparłam, widząc, jak wiele wspólnego mają nasze doświadczenia. Był to moment pełen zrozumienia i wzajemnego wsparcia. Karolina patrzyła na mnie z nowym szacunkiem, a ja poczułam, że ta podróż naprawdę nas zbliża. Dotarłyśmy do starego domu, w którym spędziłam dzieciństwo. Czułam, jak moje serce przyspiesza, gdy zbliżałyśmy się do wejścia. Dom, choć zmieniony przez czas, wciąż miał w sobie ducha przeszłości. Karolina szła obok mnie, rozglądając się z ciekawością. To tutaj się wychowałam, powiedziałam z dumą, wskazując na stare drzwi wejściowe. Każdy kąt tego domu opowiada swoją historię. Weszłyśmy do środka, a ja zaczęłam opowiadać o mojej rodzinie. Przy stole w jadalni zawsze gromadziliśmy się na wspólne posiłki, dzieląc się nie tylko jedzeniem, ale też naszymi dniami i przemyśleniami. Przedstawiłam jej swoich rodziców i ich wartości, które mi przekazali, szacunek, uczciwość, ciężką pracę. Karolina słuchała uważnie, a jej oczy błyszczały w półmroku starego domu. Nigdy nie zdawałam sobie sprawy, jak wiele dla mnie znaczy nasza rodzina, powiedziała cicho, jakby nie chcąc zburzyć spokoju tego miejsca. To nasze korzenie. One zawsze będą częścią nas – odparłam z uśmiechem. Widziałam, jak zaczyna dostrzegać znaczenie tych wspomnień i jak wpływają one na jej własne życie. Karolina wydawała się być wdzięczna za możliwość poznania tej części historii naszej rodziny. Zrozumiała, że te korzenie kształtują ją, nawet jeśli wcześniej tego nie dostrzegała. Była to dla mnie chwila triumfu i radości, gdyż poczułam, że wreszcie przekazałam jej coś, co zawsze chciałam, by zrozumiała. Po powrocie z naszej pełnej wspomnień podróży usiadłyśmy z Karoliną przy stole w kuchni. Obie czułyśmy, że ta podróż odmieniła nasze życie i naszą relację. Nagle Karolina z entuzjazmem rzuciła pomysł, który wprawił mnie w osłupienie. Babciu, myślę, że ten blog to świetny pomysł powiedziała, a jej oczy błyszczały podekscytowaniem. Możemy podzielić się tym, co odkryłyśmy. Poczułam, jak serce mi się raduje. Nigdy nie myślałam, że mogłabym w ten sposób dzielić się moją historią. Ale idea stworzenia przestrzeni, w której kobiety z mojego pokolenia mogłyby opowiadać o swoim życiu, wydawała się niezwykle inspirująca. Tak, chcę, żeby inni również zobaczyli wartość w naszej historii odpowiedziałam, czując się bardziej związana z Karoliną niż kiedykolwiek wcześniej. Wiedziałam, że poprzez ten blog możemy inspirować inne kobiety do odkrywania swoich korzeni i doceniania przeszłości. Karolina uśmiechnęła się szeroko, a ja czułam, jak między nami znikają wszelkie bariery. Ta podróż nie tylko zbliżyła nas do siebie, ale również nadała naszemu życiu nowy sens. Odzyskałam poczucie celu, a Karolina zyskała nową perspektywę na życie. I tak, siedząc przy kuchennym stole, zaczęłyśmy planować nasz wspólny projekt. Obie wiedziałyśmy, że przed nami wiele pracy, ale czułyśmy, że to, co stworzymy, będzie wartościowe i ważne.

Teresa, 68 lat.

https://polki.pl/z-życia-wzięte/zabrałam -wnuczkę-w-sentymentalną podróż/

ABC ZDROWIA

Co to jest udar mózgu?

Udar mózgu to nagłe, miejscowe zaburzenie krążenia krwi w mózgu. W Polsce co roku udar mózgu dosięga ok. 80 tys. osób, z czego aż 30 tys. umiera w ciągu miesiąca. Warto zaznaczyć, że ok. 5 proc. z tych 80 tys. jest w młodym wieku. Choć zdecydowana większość pacjentów, którzy mają udar mózgu, to osoby starsze (średnia wieku to 60 lat), to udary zdarzają się także u osób młodych (od 20 do 35 lat).
Spośród tych, którym udaje się przeżyć ostrą fazę udaru, 20 proc. wymaga stałej opieki, 30 proc. pomocy w niektórych codziennych czynnościach, zaś 50 proc. pacjentów po udarze mózgu odzyskuje niemal pełną sprawność, jest samodzielna, może wrócić do pracy. Ale powrót do zdrowia po udarze zależy od tego, jak szybko chorzy trafi pod specjalistyczną opiekę. Niedokrwione neurony obumierają w tempie 1,8 mln na minutę. Z każdą minutą obumiera więc część mózgu. A więc życie i zdrowie naszych bliskich często zależy od tego, czy w chwili zagrożenia pacjent, a przede wszystkim osoby w jego otoczeniu będą potrafiły właściwie i szybko zareagować.

Objawy udaru mózgu

- niedowład , porażenie lub zaburzenia czucia połowicze (występujące tylko po jednej stronie ciała),

- zaburzenia mowy (mowa niewyraźna, bełkotanie, utrata zdolności mówienia, trudności w zrozumieniu mowy),

- zaburzenia widzenia – charakterystyczne jest niedowidzenie na jedno oko lub niedostrzeganie połowy pola widzenia (prawej lub lewej). Może pojawić się także podwójne widzenie,

- zawroty głowy i bóle głowy z uczuciem wirowania otoczenia, z towarzyszącymi nudnościami, wymiotami,

- zaburzenia równowagi.

Udar mózgu - objawy ostrzegawcze

– utrudniona mowa. Poproś o powtórzenie prostej frazy. Czy mowa jest niewyraźna lub dziwna?

– dłoń opadnięta. Poproś osobę, aby podniosła obie ręce. Czy jedna ręka opada w dół? A może nie może podnieść jednej ręki?

– asymetria ust. Poproś tę osobę, aby się uśmiechnęła. Czy opadnie jedna strona twarzy?

– rozmazane widzenie. Spytaj, czy widzi wyraźnie.

Rehabilitacja po udarze

Rehabilitacja poudarowa powinna zostać wdrożona jak najwcześniej – jak tylko stan pacjenta ustabilizuje się. Fizjoterapia po udarze wyróżnia trzy okresy. Pierwszy z nich jest to czas profilaktyki funkcjonalnej. W trakcie tzw. okresu ostrego, pacjent pozostaje w szpitalu na oddziale neurologicznym. Czas jego trwania to od 1. do 14. lub nawet 21. dnia od udaru.

Następny etap rekonwalescencji to okres rehabilitacji funkcjonalnej. Może trwać od 2–3 tygodni do nawet 12–24 miesięcy. Jest to okres powolnego powrotu funkcji, stopniowej poprawy. Na oddział rehabilitacji neurologicznej pacjent trafia zwykle w ciągu 30 dni i przebywa tam od 12–16 tygodni.

Ostatnim etapem rehabilitacji po udarze mózgu jest okres tzw. adaptacji. Trwa on od 12–24 miesięcy do nawet 5 lat. W tym czasie pacjent korzysta z rehabilitacji środowiskowej, a okres ten nazywany jest przewlekłym.

to co było już nie wróci

TO JUŻ ZA NAMI...

Targi Pracy i Edukacji

W dniu 08.04. 2025r. mieliśmy okazję uczestniczyć w Targach Pracy i Edukacji, które odbyły się w Opocznie już po raz dziesiąty. To wydarzenie zgromadziło wielu pracodawców, instytucje edukacyjne oraz uczniów i osoby poszukujące swojej ścieżki zawodowej. Podczas targów mieliśmy możliwość zaprezentowania naszego Domu, opowiedzenia o możliwościach zatrudnienia, rozwoju i praktyk. Bardzo cieszy nas zainteresowanie oraz liczne rozmowy dotyczące naszej placówki. Pokazuje to, że młodzi ludzie są otwarci na nowe wyzwania i aktywnie myślą o swojej przyszłości. Dziękujemy wszystkim, którzy odwiedzili nasze stoisko! Mamy nadzieję, że z niektórymi z Was spotkamy się jeszcze przy okazji procesów rekrutacyjnych lub innych wydarzeń.

Konkurs na najpiękniejszy stroik wielkanocny

11 kwietnia 2025r.

Wielkanoc 🐣🐰🥚to czas radości i pięknych tradycji. Aby nadać świąteczny wyjątkowy charakter wnętrzom Naszego Domu, przez szereg dni, podczas warsztatów rękodzieła tworzyliśmy dekoracje wielkanocne. Takie zajęcia to doskonała okazja, aby spędzić czas w kreatywnej atmosferze i przygotować unikalne ozdoby, które zachwycą domowników i gości. Zwieńczeniem tych twórczych warsztatów był konkurs na najpiękniejszy stroik wielkanocny, podczas, którego wyłoniliśmy trzy prace, a sama wystawa wszystkich ozdób była doskonałą ucztą dla oczu. Życzymy Wesołego Alleluja!!!

Hortiterapia w Powiatowym DPS w Niemojowicach

16 kwietnia 2025r.

Przedświąteczny wiosenny tydzień z piękną pogodą pozwolił w przerwie przygotowań do świąt zaczerpnąć energii jaką daje słońce. Wyjście w plener to doskonała okazja do bliskiego kontaktu z naturą, gdzie śpiew ptaków i budząca się do życia przyroda dodają sił . Spacer miał wymiar rehabilitacyjno – terapeutyczny. Dla naszych podopiecznych był doskonałą okazją do ćwiczenia sprawności fizycznej w przyjemnych okolicznościach. Ruch na świeżym powietrzu poprawia kondycję, krążenie i wzmacnia siły witalne całego organizmu, a znajdująca się w pobliżu siłownia to doskonałe miejsce do spędzania przyjemnie i pożytecznie czasu.

Droga Krzyżowa

18 kwietnia 2025r.

Wielki Piątek ❤️❤️❤️przypomina o miłości, która prowadzi do krzyża – i o nadziei, która z niego wypływa. Pan Jezus, przyszedł na świat, aby dać nam wzór życia. Na drodze krzyżowej uczy nas przeżywać czas choroby, umierania i śmierci. Chcemy się od Niego uczyć, dlatego podczas Drogi Krzyżowej jako „Pielgrzymi nadziei" powierzyliśmy Jezusowi wszystkie nasze drogi życiowe, intencje i sprawy przeżywając Mękę Chrystusową, jako cała wspólnota Naszego Domu🚴‍♂️💒❤️💗💜.
Po zakończeniu Drogi Krzyżowej na wszystkich uczestników czekała miła niespodzianka 🐰🐣🐄🐇– słodkie czekoladowe zajączki, które sprawiły wiele radości i uśmiechu.

18 kwietnia 2025r.

Dzień Ziemi- międzynarodowe święto ekologiczne

22 kwietnia 2025r.

Dzień Ziemi🌍🌍🌍 to największe międzynarodowe święto ekologiczne uświadamiające, jak ważną kwestią jest ochrona środowiska i podnoszenie świadomości w dobie pogłębiającego się kryzysu ekologicznego. Co można zrobić dla Ziemi, jak dbać o naszą planetę? Mieszkańcy i pracownicy Powiatowego DPS w Niemojowicach codziennie wspierają naszą planetę, chociażby poprzez segregację odpadów♻️♻️♻️. W Dniu Ziemi, aktywnie przystąpiliśmy do sprzątania🧹🧹🧹, dbający o otaczający nas las. Ponieważ troska o nasze najbliższe otoczenie i naszą planetę powinna być priorytetem każdego człowieka.

Ruch to zdrowie

29 kwietnia 2025r.

Ten dzień w naszym Domu upłynął pod znakiem słońca, ruchu i dobrej zabawy!
Korzystając z pięknej pogody, nasze fizjoterapeutki zorganizowały aktywizację na świeżym powietrzu. Było naprawdę radośnie i energetycznie! Graliśmy w badmintona, rzucaliśmy do kosza, rozegraliśmy mini mecze siatkówki i koszykówki, a nawet rywalizowaliśmy w klasycznym „kółko i krzyżyk".
Nie zabrakło też ulubionej zabawy z kołem fortuny, które wywołało wiele śmiechu i zaskakujących wyznań. Co jednak najcenniejsze – pojawiło się mnóstwo ćwiczeń zaproponowanych przez samych mieszkańców.
Ruch na świeżym powietrzu to nie tylko korzyści dla zdrowia, ale świetna okazja do spędzania czasu, rozmów i budowania pozytywnych relacji!

Znaczenie imienia Zofia

15 maj 2025r.

W Powiatowym DPS w Niemojowicach, zorganizowaliśmy wyjątkową prezentację poświęconą imieniu Zofia – jego historii, znaczeniu oraz znanym i wyjątkowym kobietom, które je nosiły. To piękne imię, które oznacza „mądrość”, stało się inspiracją do rozmów o życiowych doświadczeniach.
Nie zabrakło ciekawostek, wspomnień i wspólnego świętowania.
Była to doskonała okazja, by nie tylko uczcić imieniny naszych Zofii, ale wspólnie spędzić czas i porozmawiać o wartościach, jakie niesie to piękne imię.
Wszystkim Zofiom życzymy dużo zdrowia, uśmiechu i pogody ducha🌷💐🌹

Terapia ogrodowa jako metoda terapeutyczna

20 maj 2025r.

Maj w tym roku nie rozpieszczał nas ciepłem. Nadrabiając zaległości ogrodnicze, mieszkańcy podczas zajęć z hortiterapii, uzupełniali skrzynie nowymi kwiatami.
Terapia ogrodnicza to metoda terapeutyczna, która wykorzystuje zadania ogrodnicze i kontakt z naturą, jako narzędzia wspierające zdrowie psychiczne i emocjonalne. To nie tylko sposób na piękny ogród, ale przede wszystkim na spędzenie aktywnie czasu.

Wycieczka do ZOO

21 maja mieszkańcy i pracownicy Powiatowego DPS w Niemojowicach wybrali się na wycieczkę do łódzkiego zoo, gdzie pierwszym punktem wycieczki były odwiedziny orientarium. Zachwyciły nas nowoczesne aranżacje przestrzeni, podwodne życie oceanów, które oglądaliśmy w tunelowych akwariach i oczywiście egzotyczne zwierzęta. Spotkanie oko w oko z rekinem podniosło poziom adrenaliny. Po dawce wrażeń z orientarium ruszyliśmy na spacer po ogrodzie zoologicznym. Pogoda była jak na zamówienie- słońce, lekki wiatr i mnóstwo uśmiechów. Rozmowy, zdjęcia ze zwierzętami – takich chwil się nie zapomina. Po tak wyczerpującym spacerze pyszny obiad zniknął z talerzy w mgnieniu oka. Teraz wszyscy z utęsknieniem czekamy na kolejne wyjazdy.

IV Diecezjalny Dzień osób z Niepełnosprawnością

22 maj 2025r.

IV Diecezjalny Dzień Osób z Niepełnosprawnością za nami. Przeżyliśmy go wspólnie słuchając Słowa Bożego w kościele Podwyższenia Krzyża Świętego w Opocznie. Mszy Św. Przewodniczył ks. biskup Marek Solarczyk. Słowo Boże kierował do wszystkich osób z niepełnosprawnościami i ich opiekunów.
Troska o potrzebujących, pomocy to najcenniejszy dar jaki możemy im ofiarować. Organizatorami tego święta jak co roku był Powiat Opoczyński wraz z Caritas Diecezji Radomskiej. Tytuł „Człowiek o Godnym Sercu” ❤️❤️ został wręczony sześciu osobom wśród utytułowanych był Burmistrz Miasta i Gminy Żarnów dr Krzysztof Nawrocki. Wszystkim serdecznie gratulujemy.👏👏Po uroczystości w świątyni korowód uczestników przeszedł do Zespołu Szkół Powiatowych im. Stanisława Staszica, gdzie miało miejsca spotkanie integracyjne. Wspólna zabawa, posiłek oraz spotkanie osób poznanych rok wcześniej sprawiły wiele radości i uśmiechu na twarzach podopiecznych.😄💃🚶 Dziękujemy za wspólnie spędzony czas.

Dzień Matki i Dzień Ojca

28.05.2025r.

To rodzina jest najważniejszą wartością w życiu człowieka…. W naszym Domu uczciliśmy dwa szczególne święta – Dzień Matki i Dzień Ojca – spoiwa rodziny. Rozpoczęliśmy od pełnego wzruszeń występu grupy teatralnej „Czarno to widzę", która zaprezentowała program słowno – muzyczny. Następnym punktem imprezy było wspólne biesiadowanie.
Spotkanie jest kolejnym dowodem na to, że czas jest – nieodwracalny. Jedynym na to lekarstwem jest pielęgnowanie wspomnień, bo przecież pamięć serca nazywa się wiecznością❤️❤️❤️.

Cześć i chwała bohaterom

29 maj 2025r.

Na zaproszenie Starosty Opoczyńskiego pana Marcina Baranowskiego mieszkańcy Powiatowego DPS w Niemojowicach wraz z opiekunami uczcili pamięć Polaków bohaterów walk z niemieckim okupantem, uczestnicząc we Mszy św. w kościele św. Jana Chrzciciela w Białaczowie. Po uroczystości w kościele zostały złożone kwiaty i zapalone znicze pod pomnikiem, który jest miejscem pamięci poległych żołnierzy i wielu innych bohaterów walk z niemieckim i sowieckim okupantem. Pomnik w leśnictwie Kowalów upamiętnia też walkę i męczeństwo ludności cywilnej w latach 1939-1945, o czym przypomnieliśmy sobie słuchając o tych tragicznych wydarzeniach historii, którą przedstawił Starosta Opoczyński.
Cześć i chwała bohaterom!

Majówka w plenerze

30 maj 2025r.

Zakończenie majowego czasu ku czci Matki Bożej 🌸
Dobiegł końca piękny, wyjątkowy czas poświęcony Matce Bożej. Z tej okazji nasi mieszkańcy i pracownicy wspólnie uczestniczyli w tradycyjnej majówce, oddając cześć Maryi – Matce wszystkich ludzi.
Podtrzymując tę wyjątkową, majową tradycję, wyruszyliśmy na wędrówkę do pobliskich kapliczek i figurek Maryjnych, znajdujących się w okolicy naszego Domu. W otoczeniu natury, wśród zapachu kwitnących kwiatów i śpiewu ptaków, wybrzmiały pieśni maryjne oraz Litania Loretańska.
To był czas pełen refleksji, wspólnej modlitwy, duchowego skupienia i bliskości – z sobą nawzajem i z Maryją. Dziękujemy wszystkim uczestnikom za obecność i zaangażowanie w tę piękną modlitewną tradycję.
Niech opieka Matki Bożej towarzyszy nam każdego dnia! 💙

Aktywność na świeżym powietrzu

12 czerwca 2025r.

Po wielu dniach niepogody 🌧️💦nareszcie wyszło słońce🌞🌞🌞! Takiej okazji nie mogliśmy zmarnować. Mieszkańcy i pracownicy Naszego Domu postanowili oddać się aktywnością na świeżym powietrzu🎾🏀🚴. Zorganizowaliśmy gry i zabawy integracyjne, które przyniosły mnóstwo uśmiechu. Całość dopełniły ćwiczenia ogólnousprawniające🤸‍♀️🤸‍♂️🚴 przy muzyce 🎼🥁– pełne energii ruchy w rytm znanych melodii, a do tego… bańki mydlane unoszące się w powietrzu!

Desery lodowe

18 czerwca 2025r.

Lody 🍦🍦🍦to prawdziwie letni deser, który uwielbiają wszyscy. Na zajęciach kulinarnych mieszkańcy z pomocą opiekunów przygotowali ten właśnie deser. Odmierzanie i ważenie składników potrzebnych do przygotowania lodów, blendowanie owoców i miksowanie śmietanki to czynności, które z zapałem wykonywali podopieczni. Przygotowana masa musiała jednak spędzić trochę czasu w zamrażalniku co dla niecierpliwych nie było łatwe. Po zamrożeniu i pięknym podaniu lodów odbyła się degustacja.
Lody były tak pyszne, że wszyscy pytają, kiedy kolejne lodowe 🧁🧁🧁spotkanie kulinarne. Lato dopiero przed nami więc do kolejnej porcji lodów długo czekać nie będziemy! Było pysznie!!!

Łączymy pokolenia

25.06.2025r.

Powiatowym Domu Pomocy Społecznej w Niemojowicach, już po raz kolejny, odbyło się spotkanie z cyklu „Łączymy pokolenia”. Tradycyjnie, jak co roku, dzień ten spędziliśmy z wychowankami i pracownikami z zaprzyjaźnionych Placówek Opiekuńczo – Wychowawczych „Przystań” w Żarnowie oraz „Pałacyk” w Mroczkowie Gościnnym. Wśród zaproszonych gości znaleźli się: w imieniu Starosty Opoczyńskiego pana Marcina Baranowskiego, Wicestarosty pani Marii Barbary Chomicz, a także Dyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Opocznie pani Katarzyny Szymczyk - pan Mariusz Chałubek zastępca Dyrektora Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Opocznie, Dyrektor Powiatowej Placówki Opiekuńczo – Wychowawczej „Pałacyk” w Mroczkowie Gościnnym pan Arkadiusz Nita, Dyrektor Powiatowej Placówki Opiekuńczo – Wychowawczej „Przystań” w Żarnowie pan Michał Smak oraz pani Monika Wiktorowicz główny specjalista ds. domów pomocy społecznej w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Opocznie.
Po przywitaniu przybyłych gości przez Dyrektor Powiatowego Domu Pomocy Społecznej w Niemojowicach panią Renatę Konecką nadszedł czas na występy, które rozpoczęła grupa teatralna Naszego Domu pn. „Czarno to widzę”. Obejrzeliśmy spektakl o motywie przewodnim zawartym w haśle „Kiedy zakwita kwiat paproci…”. Następnie, swoje występy zaprezentowali wychowankowie z Powiatowej Placówki Opiekuńczo – Wychowawczej „Pałacyk” w Mroczkowie Gościnnym oraz Powiatowej Placówki Opiekuńczo – Wychowawczej „Przystań” w Żarnowie. Po obejrzeniu przygotowanych występów nadszedł czas na tradycyjny wspólny taniec integracyjny, biesiadowanie przy grillu, wicie wianków, gry, zabawy i zawody sportowe.
Dzień obfitował w wiele wrażeń, a radości i śmiechom nie było końca. Dziękujemy wszystkim za wspaniałą zabawę!

„Cuda wianki”- spotkanie integracyjne w Łochyńsku

26.06.2025r.

Tradycyjnie od kilku lat mieszkańcy Naszego Domu uczestniczą w spotkaniach integracyjnych organizowanych przez Dom Pomocy Społecznej w Łochyńsku. W tym roku 26 czerwca 2025r. wspólnie z kilkoma Domami obchodziliśmy czas nocy świętojańskiej🥰🥰. Impreza plenerowa pn. „Cuda wianki” przypomniała tradycje i zwyczaje kultywowane podczas nocy świętojańskiej. Legenda o kwiecie paproci🍀🌈🌿🍀🌾, plecenie wianków🌹🌷🌺🌺, skoki przez ognisko🏃‍♀️🏃‍♂️ i oczywiście taniec, a wszystko to dopełnione bogatym poczęstunkiem🍉🍇🍟🥖🍪. Dziękujemy zaprzyjaźnionej placówce DPS w Łochyńsku za zaproszenie i świetną zabawę💕.

Czerwcowe spotkanie modlitewne

30.06.2025r.

Czerwcowe spotkanie modlitewne miało niecodzienny charakter. Mieszkańcy, z pomocą pracowników, miesiąc czerwiec zakończyli litanią do Serca Pana Jezusa, modląc się przy przydrożnym krzyżu, który znajduje się w sąsiedztwie Naszego Domu. Oddając cześć sercu Pana Jezusa przez cały miesiąc upraszaliśmy łask Bożych, tak jak najlepiej potrafimy.
Serce Jezusa jest dla nas źródłem pociechy, siły i pokoju. W zabieganej codzienności takie chwile stają się prawdziwym odpoczynkiem dla duszy.

KRZYŻÓWKOWY ZAWRÓT GŁOWY

LIVEWORKSHEETS

WAŻNE INFORMACJE

W związku z panującymi upałami, przypominamy o nakryciu głowy podczas spacerów i spożywaniu dużej ilości płynów. Należy powstrzymywać się przed wychodzeniem na dwór w upalny dzień, szczególnie w godzinach od 12-16 kiedy upał doskwiera najmocniej.

Wakacje 2025

Udanego, pełnego słońca i wrażeń

Wypoczynku wakacyjnego

Wszystkim pracownikom

oraz mieszkańcom

składa

Dyrektor Domu pomocy Społecznej

W Niemojowicach