

Nr 4

Kwiecień
Maj
2010

Więści z... Zielonego Wzgórza

Gazetka Warsztatów Terapii Zajęciowej PSOUU Olsztyn

W ramach Warsztatów Terapii Zajęciowej mamy wiele okazji do uczestniczenia w miłych i radosnych wydarzeniach. Niestety życie nie składa się tylko z dobrych chwil. 10 kwietnia nasz kraj dotknęła wielka tragedia. Polska straciła Prezydenta oraz wielu innych wspaniałych ludzi.

Olsztynianie złożyli hołd tragicznie zmarłym pod pomnikiem na Placu Solidarności, gdzie stał portret prezydenta Lecha Kaczyńskiego i jego małżonki. My także bardzo chcieliśmy połączyć się z naszymi rodakami w żałobie narodowej. Dlatego delegacja Warsztatów Terapii Zajęciowej PSOUU złożyła w tym miejscu kwiaty i zapaliła znicze.

„Bardzo mnie to wydarzenie dotknęło i współczuję... Zwłaszcza żał mi Pary Prezydenckiej. Miało być inaczej, a wyszło tak... Myć może los tak chciał...” - Emilia Madejczyk

„Smutno mi, że tak się stało i że wszyscy zginęli, również Aleksander Szczygło, poseł z Olsztyna.” - Małgorzata Hyciek

„Jest kiepsko, zginął Prezydent Polak. Okazało się, że ludzie docenili Go dopiero po śmierci.” - Paweł Najdzion



Z życia Pracowni Plastycznej

Co tu dużo kryć, nie każdemu jest dane artystą być. U nas wszyscy pracują sami lecz nie tylko dla siebie. Pomocą chętnie służymy; gdy trzeba kartki zdobimy, siebie i innych na różne okazje stroimy. Każdy uczestnik inny talent ma, dzięki temu wszechstronna jest z nas grupa. Więc gdy problem ze stroną artystyczną masz, pod numer 209 uderzasz! Oto imiona alarmowe i ich zdolności "usługowe" ;)

Wiesia - chętnie na różowo koloruje



Justynka - porozrzucane elementy do siebie dopasuje

Anetka - najdrobniejszy szczegół dokładnie zakropkuje

Piotr - atmosferę rozładuje, bo w grach rozmaitych

przoduje

Sylwia - piękne obrazy maluje

Krzysztof - sacrum buduje

Emilka - kwiaty i motyle nitkuje

Ewa - czego reszta nie zrobi, swoimi umiejętnościami nadrobi

Tak więc, ZAPRASZAMY!!! My nigdy nie odmawiamy :)

O zajęciach rehabilitacyjnych

Do WTZ w końcu dotarła wiosna! Korzystamy z jej uroków również na zajęciach rehabilitacyjnych. Organizujemy spacery do pobliskiego lasu i po osiedlu Dajtki, aby zrzucić troszkę zimowego tłuszczu. Korzystając z pięknej pogody ćwiczymy rzuty do kosza i biegi. Ostatnio zaczęliśmy również grać w ping-ponga. W naszą grę wkrada się czasami odrobina rywalizacji, ale przede wszystkim

jest to dla nas dobra zabawa! Myślimy już o tym, gdzie wybieremy się na wycieczkę rowerową... Planujemy również majowe pikniki nad jeziorem. Z niecierpliwością czekamy na jeszcze cieplejsze dni.

Tymczasem cieszymy się z wiosennej pogody i wierzymy, że niedługo nasze krótkie spacery przerodzą się w długie marsze.



Wiosenne SPA

Po długo nieustępującej zimie wreszcie zawitała u nas wiosna. Nie tylko cieszymy się zrzucając z siebie grube palta i buty z miśkiem, ale radości przysparza nam również fakt, że możemy w różny sposób pokazać, co nam na wiosnę w duszy gra. A w tym, żeby nam "dobrze grało" z pewnością pomogli uczniowie Szkoły Policealnej rząc nas wspaniałymi zabiegami kosmetycznymi. W zależności od upodobań poszczególnym podopiecznym wykonano masaż twarzy, manicure lub masaż klasyczny. Po tej bogatej w doznania wizycie, która miała miejsce 14 kwietnia, wszyscy czuli się jak nowonarodzeni! Oby ten stan towarzyszył nam jak najdłużej...



Dzień Chopina

23 kwietnia 2010 r. z okazji 200 rocznicy urodzin Fryderyka Chopina organizujemy dzień poświęcony temu kompozytorowi.

Przewidujemy:

- Prezentację utworów muzycznych oraz zdjęć związanych z Chopinem
- Konkurs wiedzy o tym wielkim kompozytorze

Ogłaszamy również konkurs plastyczny pt. "Fryderyk Chopin".

Czekamy na prace wykonane dowolną techniką (obraz, rzeźba, haft, ceramika, itp.)

Ogłoszenie wyników konkursu 23 kwietnia.



Przepis Miesiąca - Spaghetti ze szpinakiem

Składniki:

- 1/2 paczki rozdrobnionego szpinaku z mrożonki
- 1/3 kostki fety lub twarogu białego
- ser brie
- 3 duże ząbki czosnku
- 2 łyżki masła
- paczka makaronu spaghetti
- parmezan
- sól i pieprz

Szpinak rozmrozić na patelni, lekko odparować. Dodać masło, wcisnąć czosnek, przyprawić solą i pieprzem. Dodać pokrojone sery (pleśniowy i fetę). Ugotować makaron uważając by nie był zbyt miękki. Dodać do makaronu odrobinę masła lub oleju, żeby się nie sklejał, następnie wymieszać ze szpinakiem.



Ciekawostki

2 kwietnia 2005 r.- w 9666 dniu swojego pontyfikatu zmarł Papież Jan Paweł II

3 kwietnia 1973 r.- powstał pierwszy prototyp telefonu komórkowego

6 kwietnia 1970 r. - ukazało się pierwsze wydanie „Gazety Olsztyńskiej”, wcześniej wydawana była pod nazwą „Głos Olsztyński”

12 kwietnia 1992 - otwarto Disneyland pod Paryżem

14 kwietnia - Dzień Ludzi Bezdolnych

5 maja - Dzień Godności Osoby z Niepełnosprawnością Intelektualną

26 maja - Dzień Matki

31 maja 1911 r. - zbudowano Titanika

Poznajmy się lepiej

Wywiad z Sylwią Kurowską (lat 37)

Co lubisz najbardziej?

Zażywać kąpiele, oglądać filmy (aktualnie ulubiony serial „Majka”)

Plany na wiosnę?

Zakup okularów słonecznych, sukienki mini, dużo pić wody, dużo się ruszać żeby zrzucić brzuch. Będę jeździć na rowerze, spacerować, pływać.

Ulubione danie?

Schabowy z frytkami, wszystkie słodczyce

Gdybyś wygrała 1 milion zł, to co byś za to kupiła?

Dałabym biednym ludziom. Dla siebie: bluzeczkę, czarny kabriolet (odwoziłabym nim Ewelinę do domu), wyjechałabym do Danii

Cechy charakterystyczne?

Dobra, kochana, złota dziewczyna, udana jestem... ;)

Co byś zabrała na bezludną wyspę?

Komórkę, szczoteczkę do zębów, bieliznę, okulary słoneczne, buty do pływania, telewizor, bo nudzić się tam będę...

Ideał mężczyzny?

Niski brunet, muskularny i silny, żeby mnie na rękach na weselu nosił, mający dużo kasy, noszący beżowe garnitury.



*„Dobra,
kochana, złota
dziewczyna,
udana jestem...”*

Konkurs z nagrodami

W naszym ostatnim konkursie mogliście znaleźć 5 różnic między obrazkami. Otrzymaliśmy sporo prawidłowych odpowiedzi. Dlatego zwycięzca został wyłoniony w drodze losowania. Laureatem konkursu jest Agnieszka Podlewska z Pracowni Życia Codziennego. Gratulujemy!



Mamy również nowy konkurs! Pytanie brzmi: Jakie cztery zwierzęta możemy zobaczyć na rysunkach powyżej? Odpowiedzi prosimy nadsyłać do 4 maja. Powodzenia!

Pogoda według Jasia

Kwiecień będzie słoneczny, ale chłodny, 10-15 stopni w dzień. W maju zrobi się cieplej, jednak popada. Pojawia się nawet pierwsze upalne dni. Trudno powiedzieć czy pogoda w długi majowy weekend dopisze. Jedno jest pewne, śniegi nie wrócą...

Sekcja Fotograficzna WTZ

Pod koniec ubiegłego miesiąca odbyły się pierwsze warsztaty fotograficzne na WTZ. Zaczynamy tworzyć sekcję dla zainteresowanych fotografowaniem. Fotografowanie to świetny sposób na zatrzymanie piękna chwili. Każdy uczestnik WTZ, który chce uczyć się robić coraz lepsze zdjęcia, może brać udział w tych warsztatach. Na pierwszym spotkaniu nauczyliśmy się tego, jak w najprostszy sposób używać aparatu cyfrowego. Mieliśmy też pierwszą sesję zdjęciową, podczas której nauczyliśmy się jak wykonywać portrety.

W najbliższym czasie odbędą się kolejne spotkania fotografów. Wiosna przynosi nam nowy temat do fotografowania – piękno przyrody. Oprócz krajobrazów będziemy fotografować również architekturę, martwą naturę, wykonamy fotoreportaż i fotografię sportową. Kiedy tylko uzbieramy już nieco ciekawych fotografii, na pewno zrobimy pokaz tych prac na WTZ, a może nawet w jakiejś galerii...



Fot. Zbyszek Bojarski



Fot. Ewa Zawadzka



Fot. Marcin Pawłowski



Fot. Marcin Walczak

Serdeczne życzenia

Paweł Najdzion – 2 kwietnia

Elżbieta Bogdańska – 5 kwietnia

Anna Korzeb – 8 kwietnia

Jan Antochów - 7 kwietnia

Mariola Piekarska – 7 kwietnia

Jolanta Kojtek – 1 maja

Małgorzata Hyciek – 2 maja

Aneta Neuman – 6 maja

Bożena Ferenz - 11 maja

Marcin Pawliński – 17 maja

Tomasz Górnik – 17 maja



Warsztaty Terapii
Zajęciowej
Ul. Traktorowa 35,
10-828 Olsztyn

Tel.: (089) 527 80 62
redakcja.wzw@gmail.com

Redakcja:

Pracownia Komputerowa WTZ

*Dziękujemy innym pracownikom za
współpracę!*



POLSKIE STOWARZYSZENIE
NA RZECZ OSÓB
Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM