

DLA JUBILATÓW...

SERDECZNE ŻYCZENIA

LUKASZ KROPIŃNICKI - 4 CZERWCA

GRZEGORZ DROZDEK - 5 CZERWCA

ZBIGNIEW FRACKIEWICZ - 7 CZERWCA

EMILIA MADEJCZYK - 13 CZERWCA

KRZYSZTOF WIKTORZAK - 18 CZERWCA

SYLWIA KUROWSKA - 4 LIPCA

JANUSZ PYC - 5 LIPCA

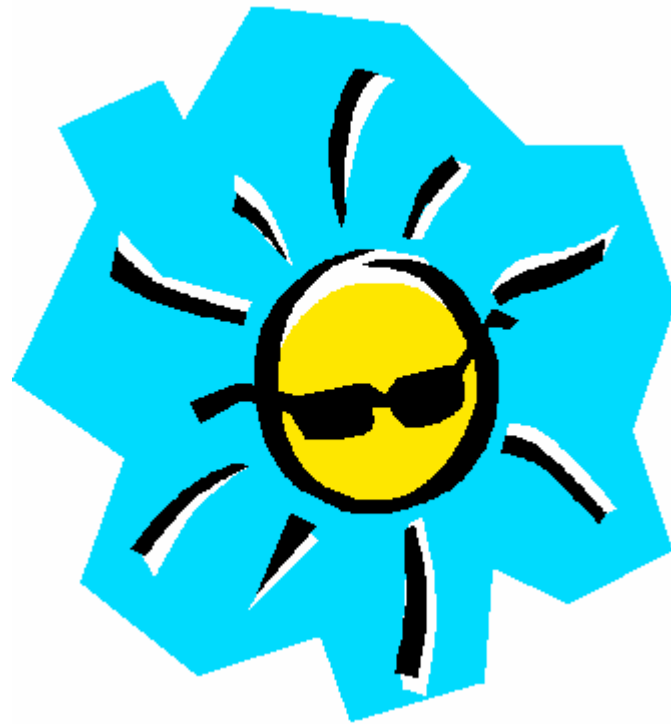
JAN PRUD - 7 LIPCA

ARTUR GADALIŃSKI - 15 LIPCA

AGNIESZKA GARNEK - 17 LIPCA

ADAM TRZESZCZKOWSKI - 24 LIPCA

MARIUSZ KOZUCHOWSKI - 28 LIPCA



Gazetka dostępna również na naszej stronie internetowej

www.psouu.olsztyn.pl/wtz

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

Tel.: (089) 527 80 62
redakcja.wzw@gmail.com
www.psouu.olsztyn.pl/wtz

Redakcja:

Pracownia Komputerowa WTZ

Dziękujemy innym pracownikom za współpracę!



POLSKIE STOWARZYSZENIE
NA RZECZ OSÓB
Z UPOŚLEDZENIEM UMYŚLOWYM

Nr 11

Czerwiec
Lipiec
2011

Więści
z...
**Zielonego
Wzgórza**
Gazetka Warsztatów Terapii Zajęciowej PSOUU Olsztyn



Od jakiegoś czasu czuć w powietrzu ogólne rozprężenie. Nasze myśli, bardziej niż na pracy, skupione są na wyobrażeniach dotyczących sposobów spędzania nadchodzących wakacji. Ale jeszcze chwila! W trosce o naszych Warsztatowiczów, a raczej o to, by po okresie urlopowym w komplecie wrócili do pracy, mamy kilka cennych rad:

Zawsze korzystaj z kąpielisk w miejscach oznakowanych i strzeżonych przez ratownika;

Unikaj słońca w godz. 11.00 – 15.00, to wtedy jego promienie są najniebezpieczniejsze dla zdrowia;

Okolo 30 min. przed wystawieniem ciała na słońce zabezpiecz je kremami z filtrem (im większy filtr, tym lepsza ochrona);

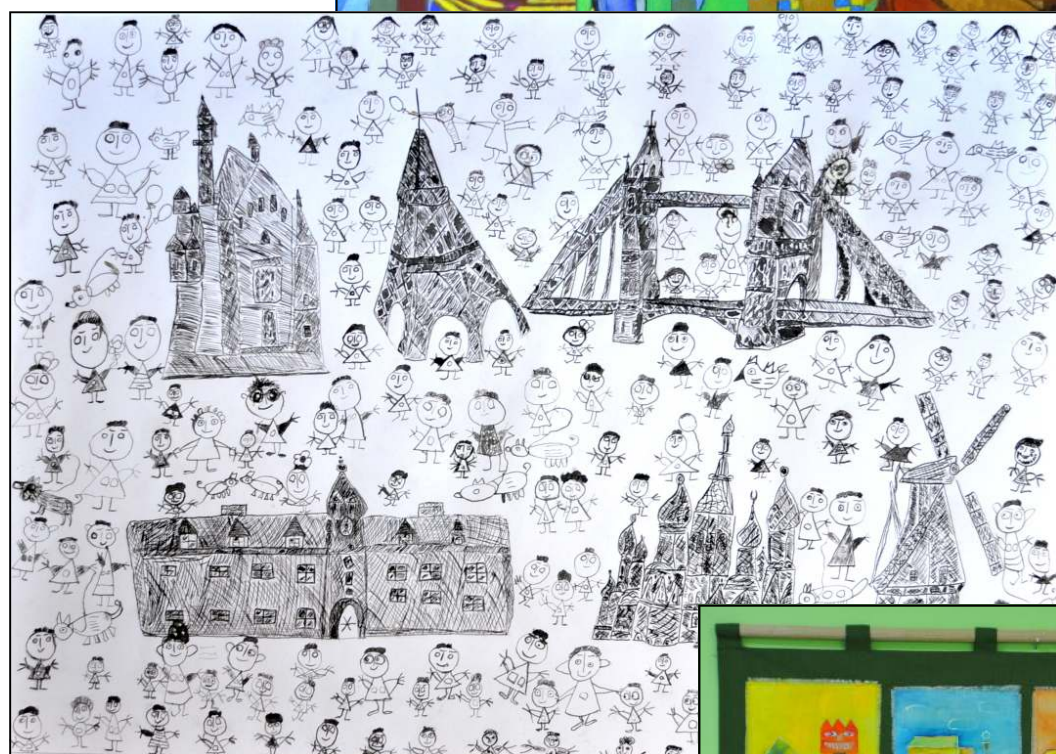
Chroń głowę (różnego rodzaju nakrycia głowy są w modzie);

Pamiętaj, by przebywając na plaży uzupełniać płyny, pij dużo wody;

Jeśli cierpisz na chorobę lokomocyjną, w podróży wybieraj miejsca przodem do kierunku jazdy; warto wiedzieć, że oprócz leków w takich dolegliwościach pomaga też imbir;

Mamy nadzieję, że stosując się do tych i wielu innych rad 25 lipca wrócicie z głowami pełnymi świeżych pomysłów i z nową energią do pracy! Czekamy :)

IX Ogólnopolski Konkurs Plastyczny „Sztuka Osób Niepełnosprawnych” - MARZENIA O EUROPIE



Oto wybrane prace uczestników naszych warsztatów, które zostały zgłoszone do konkursu. Wiemy już, że trzy prace przeszły do etapu ogólnopolskiego. Gratulujemy autorom i życzymy powodzenia!



Festyn integracyjny „Jesteśmy razem”



28 maja 2011 roku na olsztyńskiej Starówce odbył się Festyn Integracyjny „Jesteśmy Razem”. Oprócz prezentacji dorobku artystycznego, można było zaznaczyć swoją obecność przez wystawienie na sprzedaż pracy swoich rąk, co też z dumą uczyniliśmy.

W przygotowania do udziału w tym przedsięwzięciu zaangażowani byli wszyscy uczestnicy i terapeuci WTZ. Jedni brali udział w próbach przed występem na staromiejskiej scenie, inni natomiast skrzętnie przygotowywali towary przeznaczone na sprzedaż podczas kiermaszu.

Nasze wysiłki opłaciły się! Były gromkie brawa, uśmiechy; był też popyt na nasze wyroby, przez co serca nam rosły i rosła też nasza sakiewka. A nam w to graj, bo zarobione tego dnia pieniądze przeznaczone zostaną na integrację społeczną wszystkich uczestników WTZ.

Odniesiony tego dnia sukces jeszcze bardziej rozniecił w nas żar pracy i chęci dzielenia się jej efektami z innymi. Zdecydowano więc o kontynuacji naszej działalności kiermaszowej, która przeniosła się na lokalny grunt placówki WTZ. Wykorzystując sprzyjającą nam aurę, codziennie od poniedziałku do piątku w godz. 9.00 – 14.30 na straganie usytuowanym na terenie „Zielonego Wzgórza” gościmy wiele osób zainteresowanych naszą twórczością.



Jest to dla nas ogromna lekcja, ponieważ pełniąc dyżury nie tylko zarabiamy, ale też zdobywamy nowe umiejętności, uczymy się odpowiedzialności i poczucia obowiązku, co niewątpliwie przydaje się nam w życiu codziennym.

Konkurs fotograficzny - „Wspomnienia z wakacji”



Prawidłowe rozwiązanie ostatniego konkursu to : Pracownia Plastyczna, Ceramiczna, Muzykoterapii i Życia codziennego. Zwycięzcą konkursu została Ewa Zawadzka.

Dzis ogłaszamy nowy konkurs na wakacyjną fotografię. Temat fotografii to: WSPOMNIENIE Z WA-

KACJI. Najciekawsze zdjęcie lub seria zdjęć wykonane przez was podczas wakacji zostanie nagrodzone już na początku września. Prace proszę dostarczać do pracowni komputerowej do 9 września 2011 r. w formie elektronicznej, czyli na dysku przenośnym, płycie CD lub drogą mailową. Ponadto wyróżnione prace zostaną wystawione na gazetce ściennej WTZ przy wejściu głównym.

Pogoda według Jasia

Słonecznie i upalnie. W czerwcu przez większość czasu temperatury utrzymują się między 22-30 stopni. W lipcu także do 30 stopni, czyli upały nas oszczędzą. Będzie dobry czas na grzyby. Znajdziemy dużo koźlaków, maślaków i borowików.



Dorsz z grilla

Składniki:

- 8 filetów z dorsza,
- 10 dag masła,
- 2 posiekane cebule,
- 2 roztarte ząbki czosnku,
- sok z dwóch limonek,
- 3 łyżki musztardy,
- sól i pieprz do smaku.



Dziś proponujemy południowoamerykański pomysł na grilowanie. Czyli smaczna i zdrowa odmiana na ruszcie ;)

SPOSÓB WYKONANIA: Na rozpuszczonym maśle podsmażyć cebulę, dodać czosnek, sok z limonki, musztardę, sól i pieprz. Sosem posmarować filety i grilować. Można użyć zamiast dorsza również innej ryby. Smacznego!

Ciekawostki

2 czerwca – Dzień Sąsiada, Dzień bez Krawata

6 czerwca – Dzień bez samochodu, Światowy dzień pocałunku

13 czerwca – Święto Dobrych Rad

23 czerwca - Dzień Ojca

1 lipca – Dzień Psa

2 lipca – Międzynarodowy Dzień UFO

4 lipca – Święto Hot-doga, Światowy Dzień Mleka

12 lipca – Światowy Dzień Imprezy

15 lipca – Dzień bez Telefonu Komórkowego

Poznajmy się lepiej

Wywiad z Emilką Madejczyk (lat 25)

Co lubisz?

Śpiewać, układać puzzle np. 500 albo 1000 elementów, wyklejać włóczką obrazy.

Jakie są twoje największe sukcesy?

Wygrałam konkurs Albertiana 2011, również koncertuję z zespołem Korzenie w różnych miastach.

Ulubione danie

Zupa buraczkowa, schabowe z ziemniaczkami i koperkiem.

Jak spędzasz wolny czas?

Słucham muzyki, gram na komputerze, gram z rodzicami w grę planszową Othello.

Twoja wymarzona podróż

Do Niemiec, odwiedzić zespół Modern Talking

Jakbyś wygrała 1 milion złotych, to co byś kupiła?

Część oddałabym biednym ludziom, kupiłabym nowy komputer, jakieś bluzeczki...

Ideał mężczyzny?

Przykładowo Chudy Jasiek ;)

Emilka o sobie...

Bardzo wrażliwa, punktualna, czasami niegrzeczna...

Nie lubię...

Niewyrozumiałości, pośpiechu, nie lubię metalowej muzyki...

Czego sobie życzysz na zbliżające się urodziny?

Zdrówka, jak najczęstszego uśmiechu, mniej nerwów i więcej radości.



Przykładowo Chudy Jasiek ;)