



# Nowinki Środowiskowej Rodzinki

Maj 2014

Wydanie specjalne

— Środowiskowy Dom Samopomocy w Gostyniu

## Nasz dzień w krainie Ćwierćlandu

Ćwierćland to zabawa a jednocześnie trening umiejętności zgodnego współdziałania w grupie, zespołowego pokonywania trudności, uwolnienie wyobraźni, pomysłowości i myślenia twórczego.



## Najważniejsze wydarzenia minionego półrocza

### Wycieczka do Szczawnicy.

Najpiękniejszego zakątka w Pieniach, który zwiedziliśmy we wrześniu ubiegłego roku. Cztery dni wystarczyły, byśmy zachłysnęli się tym niezwykłym miejscem słynącym ze sływu Przełomem Dunajca, tradycją wód leczniczych i pięknymi górkimi krajobrazami. Mimo, że plany wycieczki trochę zmieniła pogoda, każdy dzień wypełniony był po brzegi poznawaniem nieznaney nam dotychczas części kraju.



Jesteśmy na Facebooku i  
[www.sds.mgopsgostyn.pl](http://www.sds.mgopsgostyn.pl)



## Andrzejkowy Bal Maskowy.

Andrzejki to tradycja, którą kultywujemy z niezwykłą przyjemnością i dreszczykiem emocji. Ten jedyny dzień pozwala przenieść się w niezwykły, tajemniczy świat marzeń, magii i wróżb. Do wspólnej zabawy zapraszamy również osoby z zaprzyjaźnionych placówek.



## Dzień Piękności.

Dzień, w którym pracowanie terapeutyczne zmieniły się w salon fryzjerski i kosmetyczny a panie chętnie poddawały się zabiegom upiększającym.



## Nasz dom w nowej osłonie

Przełom roku 2013/2014 to kolejne zmiany w wyglądzie naszego domu: barwne ściany, odnowione podłogi, klatka schodowa i elewacja. I najważniejsza z niecierpliwością wyczekiwana - platforma do przewozu osób.



**Spotkanie wigilijne** – uroczystość, która jednoczy nas w szczególny sposób. Razem z rodzicami, zaproszonymi gośćmi i sympatykami domu uczestnicy oraz kadra spotykają się w świątecznym nastroju przy wigilijnym stole i wspólnym śpiewaniu kolęd. Spotkanie uświetniają jasełka przygotowane przez wszystkich uczestników. Zeszłoroczne nosiły tytuł "Noc w Betlejem"



### Powiedzieli o sobie.

**Beata W—uczestniczka :** *Strasznie boję się burzy. Mam bzika na punkcie psów i kotów. Nie wytrzymam długo bez bezów. Najgorsza rzecz to choroba . Zdarza mi się czasami na kogoś krzyknąć.*

**Anna R—instruktor terapii:** *Najbardziej w pracy podoba mi się, że każdy dzień przynosi coś nowego. Cecha , której w sobie nie lubię to brak stanowczości i konsekwencji w walce z nikotynowym nałogiem.*

*Złoszczę się, kiedy mimo starań nie mogę czegoś "przeskoczyć". Nie lubię, kiedy pada deszcz i jest zimno, bo jestem ciepłolubna. Gdybym mogła pojechać gdzie zachcę wybrałabym wędrowkę po górach, najlepiej w Bieszczadach.*



### Treningi



### Aktywizacja zawodowa i poradnictwo psychologiczne



### Zajęcia edukacyjne



### Rekreacja





## Wiosenne podchody po mieście

W tym roku pierwszych oznak wiosny szukaliśmy bawiąc się, jak co roku w podchody. Tym razem grupa uciekająca zostawiała zadania do wykonania w różnych częściach miasta. Podczas biwaku rozegramy rewanż.



## Zwykła wystawa, niezwykłych ludzi

6 maja odbyło się otwarcie „Zwykłej wystawy niezwykłych ludzi”, której celem jest promocja twórczości oraz ukazanie jak szerokiego gronu odbiorców twórczości osób z niepełnosprawnością. Na wystawie dominują prace malowane farbami akrylowymi, ale można zobaczyć też rękodzieło: masę solną, decoupage, witraż, rysunek i inne. Oprócz ŚDS w Gostyniu, na ekspozycji prezentowane są dzieła uczestników, ŚDS w Chwałkowie, Domu Dziennego Pobytu w Gostyniu, WTZ w Piaskach oraz uczniów z ZSS w Brzeziu.

## Integracja

- jest bardzo ważna dlatego chętnie korzystamy z zaproszeń innych placówek o podobnym profilu działalności na różnotematyczne imprezy oraz zapraszamy reprezentantów innych ośrodków skupiających osoby niepełnosprawne do nas. W ostatnim półroczu bawiliśmy się na zabawach tanecznych andrzejkowych i

karnawałowych w ŚDS Kościanie, Włoszakowicach, Lesznie oraz WTZ w Piaskach. Występowaliśmy na Przeglądzie Teatralnym w ŚDS w Krzywiniu oraz Tanecznym w ŚDS Kąkolewie. Rywalizowaliśmy w ŚDS w Chwałkowie na imprezie sportowej pod hasłem „Walentynki na sportowo” oraz na „Turnieju Kręglarskim”, który



odbył się z naszej inicjatywy w Kręgielni w Gostyniu

## Ośrodkowe współzawodnictwo.

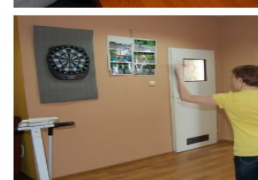
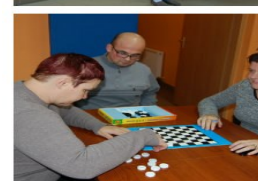
**Konkurs kanapkowy** zorganizowany w pracowni kulinarnej. W finałowej konkurencji kanapkowej zmierzyło się 7 półfinalistów. Zwyciężyli równolegle Magda i Radek.

**Konkurs Kolęd** odbył się z inicjatywy pracowni muzycznej. Wszyscy chętni uczestnicy sprawdzili się w znajomości pieśni bożonarodzeniowych. Na zwycięzców jury wyłoniło męskie grono: Macieja, Radka i Tomasza.

**Konkurs recytatorski** - to co roczne zadanie pracowni teatralnej. Głosami jury zwyciężczynią została Justyna Antoniewicz i reprezentowała nasz ośrodek na Powiatowym Konkursie recytatorskim im Kaspra Miaskowskiego w Piaskach.

**Turniej darta** – odbył się w ramach w naszych zajęć z rehabilitacji. Umiejętnością celnego rzucania wykazali się wszyscy uczestnicy. Najwięcej punktów zdobyli Patryk, Radek i Mariusz.

**Turniej warcabowy** – inicjatywa biblioterapii – po dwutygodniowych rozgrywkach w warcaby, na zwyciężczynie wyłoniły się Paulina, Justyna i Iza.



## Rada Domu 2014

Z początkiem każdego roku w demokratycznych wyborach wybieramy nowych rządzących. W styczniu 2014 w skład Rady Domu weszli: Izabela Kotus, Justyna Janowicz i Mariusz Idkowiak. Opiekunem RD została Pani Ania Tomaszewska.



## Powiedzieli o sobie...

**Beata—uczestniczka:** *Strasznie boję się burzy. Mam bzika na punkcie piesków i kotków. Nie wytrzymam długo bez bezów. Najgorsza rzecz to choroba. Zdarza mi się czasami na kogoś krzyknąć.*

**Ania—instruktor terapii:** *Najbardziej w pracy podoba mi się, że każdy dzień przynosi coś nowego i "nic dwa razy się nie zdarza". Cecha, której w sobie nie lubię to brak stanowczości i konsekwencji w walce z nałogiem. Złoszczę się, kiedy mimo starań nie mogę "czegoś" przeskoczyć.*

**Nie lubię,** *kiedy pada deszcz i jest zimno, jestem ciepłolubna-niechętnie wtedy wychodzę z domu. Gdybym mogła pojechać gdzie zechcę wybrałabym wędrowkę po górach- najlepiej w Bieszczadach*



**Stawiamy na aktywność fizyczną !**  
 Codzienna gimnastyka, cotygodniowe zajęcia w kręgielni, nordic walking, ćwiczenia na siłowni zewnętrznej, gra plenerowa w bule, częste spacery, gry zespołowe w parku



**Nasza praca na co dzień, czyli ...**

**Terapia zajęciowa**







**Dzień Kobiet**- panowie, jak co roku zadbali o wyjątkową oprawę tego dnia oraz zaserwowali dużą dawkę humoru w inscenizacji "Baśń o współczesnej o śpiącej królewnie". Szczególny przebieg tego dnia to wynik współpracy pracowni teatralnej, muzycznej, kulinarnej i ogólnoużytkowej, która przygotowała dla wszystkich pań upominki.

**Szansa na sukces** - teleturniej z wiedzy ogólnej. Rozgrywamy go raz do roku. Cztery zespoły zmagają się z różnotematycznymi konkurencjami. Tym razem były to: **Aerobik** - ułożenie choreografii do muzyki. **Czyj to głos**—rozpoznawanie z nagrania zmodyfikowanych głosów terapeutów. **Łamańce językowe** wymagały od zawodników giętkiego języka. Zespoły wykazywały się kreatywnością przy **tworzeniu kreacji ekologicznej**. Kolejne zadania to **rozpoznanie instrumentu**, **quiz z wiedzy ogólnej**, **Dokończenie zdań z rymem**, **Co lub kto?**- interpretacja rysunku i **Krzyżówka o tematyce wiosennej**.



### Powiedzieli o sobie...

**Waldek—opiekun:** *Strasznie boję się o przyszłość swoich dzieci i wnuków. Mam bzika na punkcie porządku. Nie wytrzymam długo bez papierosa. Najgorsza rzecz to brak zajęcia, nuda. Zdarza mi się, że jestem zapomniany.*

**Ania - terapeuta:** *Nie lubię kiedy ktoś jest zarozumiały. Gdy patrzę w lustro to uśmiecham się do siebie.*

*Czasem zastanawiam się co by było gdybym była kimś innym. Najlepsza moja cecha to Nie wiem. Dużo ich jest. Kiedy jestem sam, lubię poczytać.*

**Szymon—uczestnik:** *Najbardziej w ŚDS podobają mi się zajęcia plastyczne. Cecha, której w sobie nie lubię to złościć się.*

*Złoszczę się, kiedy ktoś zajmuje mi WC. Nie lubię, kiedy ktoś mnie denerwuje. Gdybym mógł pojechać gdzie zechcę, wybrałbym góry.*

### Mariusza wspomnienia: *Moje życie w końcu się zmieniło.*

*Latem, rok temu z powodu mojego stanu zdrowia miałem wizytę u lekarza specjalisty, który podczas rozmowy poinformował mnie o Środowiskowym Domu Samopomocy. Mimo, że mieszkam od Gostynia niedaleko, nie słyszałem wcześniej o placówce. Bardzo ucieszyłem się z tej informacji, gdyż ostatnich kilkanaście lat spędziłem w domu i doskwierał mi brak kontaktu z ludźmi spoza rodziny. Już od pierwszego dnia pobytu wszystko bardzo pozytywnie mnie zaskoczyło. Poznałem wiele nowych osób i możliwości na spędzenie pożytecznie czasu. Teraz każdy dzień jest inny, wypełniony po brzegi ciekawymi zajęciami i wciąż uczę się czegoś nowego.*

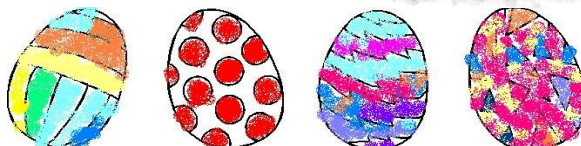
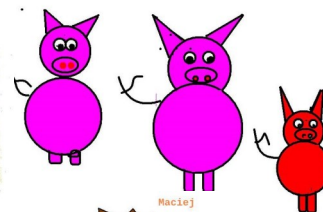
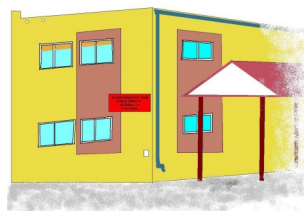
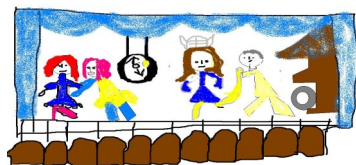
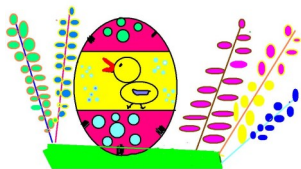
### Powiedzieli o sobie....

**Beata - rehabilitant:** *Strasznie boję się przebywać w zamkniętym pomieszczeniu. Mam bzika na punkcie: nie mam bzika. Nie wytrzymam długo bez ruchu. Najgorsza rzecz to bezczynność. Zdarza mi się płakać i śpiewać.*

**Iza - uczestniczka:** *Nie lubię kiedy ktoś przezywa mnie Zuzia. Gdy patrzę w lustro to dziwię się, że jestem taka ładna. Czasem zastanawiam się co by było gdybym przyszła w mini. Najlepsza moja cecha to punktualność. Kiedy jestem sama, lubię grać na komputerze.*

**Andrzej- kierowca/opiekun:** *Nie lubię kiedy ktoś jest upierdliwy. Gdy patrzę w lustro to widzę Andrzeja. Czasem zastanawiam się co by było gdybym wygrał w lotto. Najlepsza moja cecha to punktualność. Kiedy jestem sam, lubię pośpiewać.*

### Nasza twórczość w programie MS PAINT



### Redagowali:

Paulina Poznańska, Rafał Grabias, Radosław Więckowski, Mariusz Idkowiak, Agnieszka Wojtkowiak