

Z ŻYCIA ARKI

Kwartalnik WTZ "Arka" w Głogowie NR 1(lipiec - wrzesień 2017)



W numerze:

- *Wspomnienia z wakacji*
- *Powitanie jesieni*
- *Kącik Czytelnika*
- *Na wesoło*
- *Książka kucharska*
- *To MY!*

Słowem wstępu...

Drodzy Czytelnicy!

Witamy Was serdecznie na łamach nowego pisma, które będzie wydawane dla Was cyklicznie - co 3 miesiące.

Będziemy tu opisywać i omawiać wszystkie wydarzenia i ciekawostki dotyczące naszych Warsztatów.

Będzie to nasza wspólna praca i każdy z Was może się również włączyć do współtworzenia kolejnych numerów.

Być może któreś z Was chciałoby dołączyć do zespołu redaktorów - zapraszamy do zgłaszania swoich pomysłów albo gotowych tekstów czy zdjęć, które chcielibyście tu zobaczyć.

Będzie to pismo o nas i dla nas.

Pierwszy numer gazetki wydajemy po sezonie urlopowym

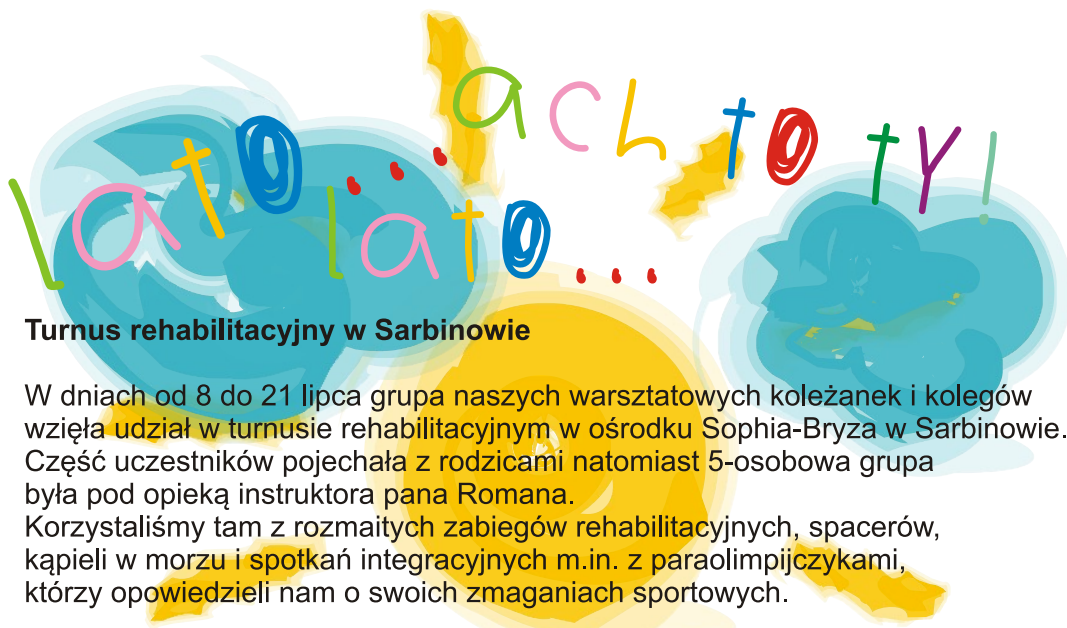
stąd dużo wspomnień i miłych wrażeń z wakacyjnych wyjazdów.

Tytuł gazetki wybrano spośród kilku propozycji poprzez głosowanie.

Gotowi? Startujemy!

- życzymy miłej lektury i czekamy na Wasz odzew.

Zespół redakcyjny



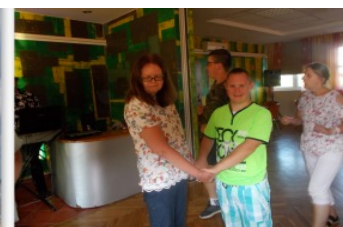
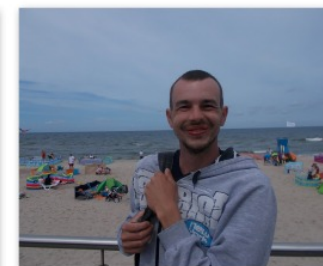
Turnus rehabilitacyjny w Sarbinowie

W dniach od 8 do 21 lipca grupa naszych warsztatowych koleżanek i kolegów wzięła udział w turnusie rehabilitacyjnym w ośrodku Sophia-Bryza w Sarbinowie. Część uczestników pojechała z rodzicami natomiast 5-osobowa grupa była pod opieką instruktora pana Romana. Korzystaliśmy tam z rozmaitych zabiegów rehabilitacyjnych, spacerów, kąpeli w morzu i spotkań integracyjnych m.in. z paraolimpijczykami, którzy opowiedzieli nam o swoich zmaganiach sportowych.

Wszystkim się bardzo podobało...

Janusz chwalił szwedzki stół a także masaże na specjalnych fotelach. Rafał natomiast mówił, że na turnusie było fajnie, były wycieczki ciuchcią, spacer i wypad na plażę. Krzysiośi podobały się pokoje 1 i 2 osobowe, ładnie wyposażone oraz dobre jedzenie. Paweł z kolei dobrze wspomina to, że plaża znajdowała się blisko i można się było często kąpać. Na Ewelinie największe wrażenie wywarła duża ilość sklepów z pamiątkami, bliskość kościoła oraz możliwość moczenia stóp w morzu.

Klaudiusz Studziński



Wakacyjnie i sportowo w Serbach

W dniach 8-11 sierpnia br. dziesięcioro uczestników WTZ „Arka” bawiło się w zorganizowanym przez gminę wiejską Głogów projekcie integracyjnym „Sportowo-wakacyjnie” w Serbach.

Uczestniczyli oni w różnego rodzaju zajęciach jak:

rzuty do kosza, zumba, mecz piłki nożnej, rysowanie na chodniku wspomnień z wakacji i wiele innych. Wszyscy dobrze się bawili.

Dorotce najbardziej podobał się taniec zumba i rysowanie wspomnień z wakacji, gdzie narysowała jak gra w piłkę, Krzysiu natomiast przedstawił swoje wspomnienia z nad morza.

Mateusz bardzo miło wspomina tę zabawę ponieważ zajął I-sze miejsce w konkurencji odbijania piłeczki rakietą i w nagrodę otrzymał piłkę do koszykówki. Za to dla Rafała najmielszym wspomnieniem był poczęstunek, a zwłaszcza pizza.

Jan Serafin



Rejs po Odrze

9 sierpnia wybraliśmy się z opiekunami na rejs po Odrze statkiem wycieczkowym „Laguna”.

- Było bardzo fajnie, płynęliśmy długo i podziwialiśmy widoki, kolegiatę i tabędzie

- mówi Marta Kulpa, a Rafał Janukowicz dodaje:

- Jacyś panowie łowili ryby.

- Ciekawe czy coś złowili? - wtrąca przysłuchujący się rozmowie Michał Zając.

- Mi to się najbardziej podobało jak przepływaliśmy pod mostem - dodaje Janek Serafin, na co Ewa Przybylska dopowiada:

- Statek był bardzo ładny i zrelaksowałam się...

Jednym słowem wycieczka była udana i wszyscy wróciliśmy zadowoleni.

Klaudiusz Studziński



Powitanie jesieni

W sobotę, 23 września pożegnaliśmy lato a przywitaliśmy jesień podczas pikniku z tej okazji.

Odbył się on w tym roku w Skansenie, gdzie szliśmy dużą grupą na kijkach spod naszych Warsztatów.

W ramach zabawy odbywały się zajęcia sportowe, można było sobie zrobić jesienną kompozycję lub pachnące woreczki z ziołami.

Pomimo nienajlepszej pogody było jak zawsze wesoło i ciekawie.

Pod koniec imprezy zaczęło padać ale zdążyliśmy zjeść kiełbaski i kaszanki z grilla. Były również pyszne pieczone ziemniaczki oraz smalec własnej roboty

Ewa Przybylska



Piknik w Skansenie.



Kącik czytelnika

Jako pierwszą pozycję proponujemy Wam przepiękną opowieść o małym księciu, z którą się już Wcześniej spotkaliśmy - wystawialiśmy jako sztukę, oglądaliśmy film w kinie.

Antoine de SaintExupery:

Mały Książę

LEONOWI WERTH

Przepraszam wszystkie dzieci za poświęcenie tej książki dorosłemu.

Mam własne ku temu powody: ten dorosły jest moim najlepszym przyjacielem na świecie. Drugi powód: ten dorosły potrafi zrozumieć wszystko, nawet książki dla dzieci.

Mam też trzeci powód: ten dorosły znajduje się we Francji, gdzie cierpi głód i chłód. I trzeba go pocieszyć.

Jeśli te powody nie wystarczą chętnie poświęcę tę książkę dziecku, jakim był kiedyś ten dorosły. Wszyscy dorośli byli kiedyś dziećmi. Choć niewielu z nich o tym pamięta. Zmieniam więc moją dedykację: LEONOWI WERTH, gdy był małym chłopcem.

I

Gdy miałem sześć lat, zobaczyłem pewnego razu wspaniały obrazek w książce opisującej puszcze dziewiczą. Książka nazywała się "Historie prawdziwe".

Obrazek przedstawiał węża boa, połykającego drapieżne zwierzę.

Oto kopia rysunku:



W książce było napisane: "Wężę boa połykają w całości schwyte zwierzęta. Następnie nie mogą się ruszać i śpią przez sześć miesięcy, dopóki zdobycz nie zostanie strawiona".

Po obejrzeniu obrazka wiele myślałem o Życiu dżungli.

Pod wpływem tych myśli udało mi się przy pomocy kredki stworzyć mój pierwszy rysunek. Rysunek numer 1.

Wyglądał on tak:



Pokazałem moje dzieło dorosłym i spytałem, czy ich przeraża. Dlaczego kapelusz miałby przerażać? - odpowiedzieli dorośli. Mój obrazek nie przedstawiał kapelusza. To był wąż boa, który trawił słońia.

Narysowałem następnie przekrój węża, aby dorośli mogli zrozumieć.

Im zawsze trzeba tłumaczyć.

Mój rysunek numer 2 wyglądał następująco:



Dorośli poradzili mi, abym porzucił rysowanie węży zamkniętych oraz otwartych i abym się raczej zajął geografią, historią, arytmetyką i gramatyką.

W ten sposób mając lat sześć, porzuciłem wspaniałą karierę malarską.

Zraziłem się niepowodzeniem rysunku numer 1 i numer 2.

Dorośli nigdy nie potrafili sami zrozumieć.

A dzieci bardzo męczą konieczność stałego objaśniania.

Musiałem wybrać sobie inny zawód: zostałem pilotem.

Latałem po całym świecie i muszę przyznać, że znajomość geografii bardzo mi się przydała. Potrafiłem jednym rzutem oka odróżnić Chiny od Arizony.

Ta wiedza oddaje duże usługi, szczególnie wówczas, gdy się błędzi nocą.

Zawód pilota dał mi okazję do licznych spotkań z wieloma poważnymi ludźmi.

Wiele czasu spędziłem z dorosłymi. Obserwowałem ich z bliska.

Lecz to nie zmieniło mej opinii o nich.

Gdy spotykałem dorosłą osobę, która wydawała mi się trochę mądrzejsza, robiłem na niej doświadczenie z moim rysunkiem numer 1, który stale nosiłem przy sobie. Chciałem wiedzieć, czy mam do czynienia z osobą rzeczywiście pojętną. Lecz za każdym razem odpowiadano mi: To jest kapelusz.

Wobec tego nie rozmawiałem ani o węzach boa, ani o lasach dziewiczych,

ani o gwiazdach. Starałem się być na poziomie mego rozmówcy.

Rozmawiałem o brydżu, golfie, polityce i krawatach.

A dorosły był zadowolony, że poznał tak rozsądnego człowieka...

C.D.N...

NASZA AKTYWIZACJA ZAWODOWA

W ramach aktywizacji zawodowej bierzemy udział w zajęciach indywidualnych i grupowych z doradcą zawodowym. W czasie zajęć poznajemy nowe zawody i czynności zawodowe. Dokonujemy samooceny preferencji zawodowych.

Bierzemy udział w wycieczkach zawodoznawczych, podczas których mamy okazję poznać obowiązki zawodowe pracowników różnych zawodów.

Doradca zawodowy uczy nas jak poruszać się na rynku pracy, gdzie i jak szukać ofert.

W czasie zajęć poznajemy zasady autoprezentacji, zachowania się w trakcie rozmów kwalifikacyjnych z pracodawcą, uczymy zasad pisania CV i podań o pracę itp.

Doradca zawodowy przygotowuje nas do zmian w naszym życiu, uczy nas jak radzić sobie w nowych otoczeniu, jak opanować stres i emocje w trudnych sytuacjach, jak nawiązywać właściwe relacje z obcymi osobami.

Aktywizacja zawodowa w naszych Warsztatach odbywa się również w formie zajęć praktycznych tj. próbek pracy i krótkich praktyk.

Wykonujemy wówczas różne prace np. Składanie podpałek ekologicznych, drobne prace biurowe, prace porządkowe w budynku warsztatów i w terenie.

Odbyliśmy także dłuższe praktyki w kilku zakładach na terenie Głogowa jak: Landskroon Sp.zoo.o., Przedszkole Publicznym nr 1, w Starostwo Powiatowe, DPS-y przy ul. Neptuna i ul. Norwida oraz w SM „Nadoodrze”.



PRZEPISNIK



Mamy nadzieję, że mimo nadchodzącej jesieni zdarzy się jeszcze kilka ciepłych dni i dlatego przedstawiamy dziś przepis pani Ani na:

Cytrusowy koktajl z miętą

2 soczyste pomarańcze
1 biały lub czerwony grejpfrut
sok z połowy cytryny
liście mięty
1 łyżka cukru

Owoce sparz gorącą wodą i dobrze wyszoruj.
Grejpfruta obierz odkładnie
- najpierw ze skóry a potem z białych błonek.
Pomarańcze obierz jedynie ze skóry, białą warstwę zostaw.
Podziel owoce na mniejsze części i, wrzuć do blendera, dodaj sok cytrynowy i liście mięty. Zmiksuj.
Pij zaraz po przyrządzeniu.



Z tej ilości składników wyjdzie Ci około 2 kubki koktajlu.

UWAGA: Prosimy Was o zgłaszanie propozycji kolejnych pyszności, które będziemy mogli umieścić w następnych numerach.

Czy wiesz, że?

CIEKAWOSTKI, WYDARZENIA I PLOTKI

- Nasza koleżanka Gosia wróciła po długim pobycie w sanatorium - czuje się lepiej.
- 2 sierpnia mieliśmy w Arce grilla - był smaczny i syty...
- W sierpniu jedliśmy małosolne ogórki z naszego ogrodu i ciasto z rabarbarem, które serwowała kuchnia ;)
- Nadal dostajemy kurczaki z KFC. Smacznego!
- Panowie Michał i Roman nadal nie gołą zarostu ;)
- Pani Ania z poligrafii pomalowała włosy na czerwono!!!
- Pani Wioletka po raz pierwszy została babcią. Gratulujemy wnuka!

Największą żyjącą na Ziemi rybą jest **rekin wielorybi**.

Osiąga długość do 18 m i wagę ponad 15 ton!
Dla porównania słoń afrykański osiąga wagę do 6 ton.

Miód to jedyny produkt spożywczy, który się nie psuje.
Archeolodzy znaleźli baryłkę miodu w grobowcu faraona...
- ponoć był wyborny ;)

Budowa ciała świni uniemożliwia jej spojrzenie w niebo?

Niemożliwe jest polizanie własnego łokcia? A ponad 75% osób, które to w tej chwili czyta będzie tego próbować :D
To jest naprawdę niemożliwe!

Mieszkańcy Wielkiej Brytanii jedzą więcej fasoli z puszki niż reszta świata razem wzięta.

Uśmiechnij się ;)

Trwa lekcja, pani pyta dzieci:

- Co daje nam krowka?

Dzieci: - Mleczko!

Pani: - Dobrze. A kurka?

Dzieci: - Jajko

Pani: - No pięknie! A świnia?

Dzieci: - Zadania domowe!

Blondynka startuje w teleturnieju.

Prowadzący zadaje pytanie:

- Myli się tylko raz.

Dziewczyna myśli, myśli i odpowiada:

- Brudasy!

- Tato, czy to prawda, że znaleźli mnie w kapuscie?

- Tak, a wczoraj za garażami, a przedwczoraj na przystanku.

Musisz przestać pić synku...

- Jak się nazywają dwa takie same drzewa?

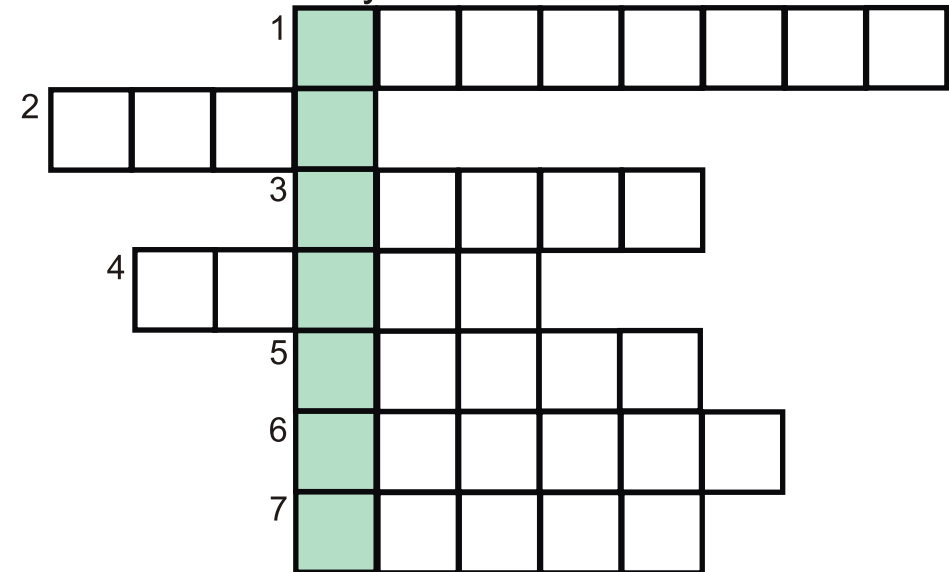
- Klony ;)

Przychodzi pacjent do dentysty i mówi:

- Mam takie żółte zęby. Co mi pan doradzi?

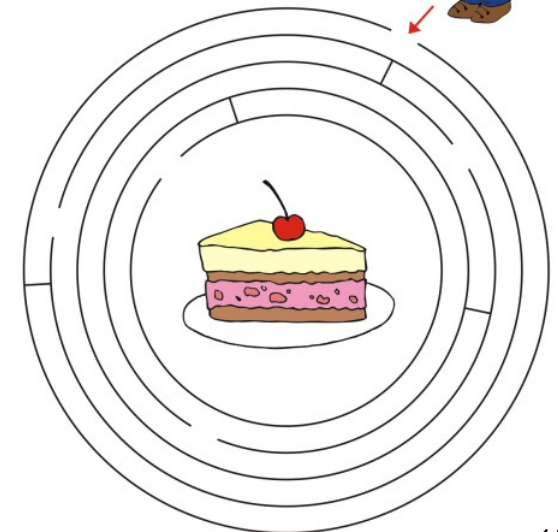
- Brązowy krawat.

Krzyżówka



- Co robimy na kuchence?
- Nazwa naszych Warsztatów.
- Zwierzę w biało-czarne paski.
- Daje je krowa.
- Do noszenia zakupów.
- Na niej się rysuje.
- Do wklejania zdjęć.

Labirynt



OTO MY!



Mateusz Burnos

Niezwykle pogodny, miły i wesoły.
Lubi dobrze wyglądać, sport oraz psy.



Mariusz Fefczak

Można na nim polegać, jest nieco nieśmiały lecz bardzo lubiany. Świetnie sobie radzi w każdej pracy i kocha zakupy, zwłaszcza na targu.



Paweł Łabarewicz zwany „Józkiem”

Wesoły gaduła któremu zawsze zimno ;)
Lubi jeździć na rowerze
i opowiadać o ładnych dziewczynach...



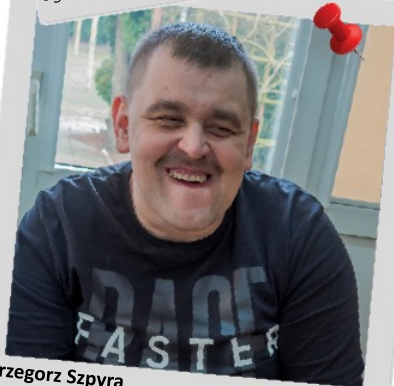
Krzysztof Skrzęta

Jest bardzo uczynny, spokojny, lubi prace ogrodnicze i kotlety schabowe.



Michał Zajac

Bardzo sympatyczny i zawsze
Uśmiechnięty. Lubi pracę przy komputerze
i jeździć na rowerze.



Grzegorz Szpyra

Jest bardzo towarzyski, wesoły
i lubiany. Jego pasją są śmieciarki i typowo
męskie zajęcia.