

**OTO MY!**



**Klaudiusz Studziński**  
Dziennikarz, znawca muzyki i filmu.  
Utalentowany wokalista - chętnie bierze udział w prawie wszystkich występach...



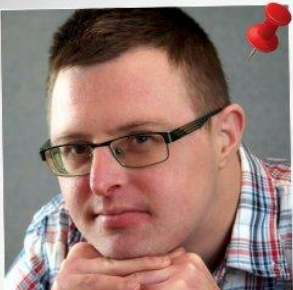
**Robert Lechwar**  
Miły i grzeczny dla każdego.  
Perfekcjonista we wszystkim co robi.  
Ma sprecyzowane plany zawodowe...



**Marcin Kramek**  
Zawsze pozytywnie nastawiony i dobrze poinformowany, „wszędzie go pełno”.  
„Elatowy” dostarczyli najświeższych gazet reklamowych ;)



**Jan Serafin**  
Lubiany przez kolegów i koleżanki.  
Typ - „filozofa” - lubi mieć swoje zdanie na każdy temat...



**Maciej Gruchała**  
- uczuciowy i wrażliwy.  
Zawsze elegancki i szarmancki w stosunku do kobiet. Zapalony kibic...



**Jacek Sznabel**  
Miły, sympatyczny i pomocny.  
Chętnie dzieli się z innymi...

# Z ŻYCIA ARKI

Kwartalnik WTZ „Arka” w Głogowie NR 4 ( kwiecień - lipiec )



**W numerze:**

- A tymczasem w WTZ...

- Turnus w Sarbinowie

- Obchody Dni Godności

- Kącik Czytelnika

- Na wesole

- Książka kucharska

- To MY!

## **Słowem wstępu...**

*Drodzy Czytelnicy!*

*Witamy serdecznie w kolejnym numerze naszego pisma.*

*Za nami kolejne już obchody Dni Godności Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną. W tym roku obchodziliśmy je w nieco innej formie niż zwykle - ale o tym obszerny wpis wewnątrz gazетки.*

*Jak co roku od maja organizowane były różnego rodzaju pikniki i spotkania integracyjne, w których chętnie braliśmy udział - relacje z tych imprez również znajdziecie w tym numerze.*

*Ponadto zamieściliśmy wspomnienia z pięknych i wyjątkowo upalnych w tym roku wakacji!*

*A teraz, wypoczęci po urloпах zapraszamy do radosnego i aktywnego uczestnictwa w naszych Warsztatach.*

*Miłej lektury!*



Redakcja: ul. Perseusza 9, 67-200 Głogów tel. 76 834 65 17, e-mail: poligrafiarka@gmail.com

Redaktor naczelny: Krystian Kadecki

Zespół redakcyjny: Krzysztof Skrzęta, Marcin Kamiński, Paweł Laskowski, Ania Lechwar, Ewa Przybylska przy współudziale instruktorów.

## Dni Godności 2018

Mszą św. 06.05.2018 w głogowskiej Kolegiacie rozpoczęły się tegoroczne obchody Dni Godności Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną. Po pełnym wzruszeń nabożeństwie, w którym czynny udział brali podopieczni naszego stowarzyszenia w auli Domu Uzdrawienia Chorych odbyła się dyskoteka.

We wtorek 8.05.2018 w Hali Widowiskowo – Sportowej przy ul. Wita Stwosza w Głogowie odbyła się druga część obchodów.

Uroczystość rozpoczęła happening przed budynkiem Hali, mający na celu budowanie świadomości, że każdy z nas zasługuje na życie w poczuciu godności. Każdy z nas – dziecko, dorosły, senior, osoba niepełnosprawna posiada te same cechy, odczuwa to samo, robi to samo...

Nasze poczucie godności warunkuje to w jaki sposób traktujemy siebie samych, innych i w jaki sposób traktują nas inni. Codziennie podejmujemy decyzje, które kształtują rzeczywistość.

Mamy możliwość zadbania nie tylko o własną godność, ale także o godność innych poprzez to jak myślimy i działamy. Podejmując świadome decyzje możemy przyczynić się do zmiany świata na lepsze tak, aby ludzie wokół nas czuli i wierzyli w to, że ich życie to wartość sama w sobie...

Jak co roku nasi podopieczni wraz z rodzinami oraz zaproszonymi gośćmi mogli skorzystać z wielu atrakcji – tym razem w nowej, zupełnie odmienionej formule bawili się sprawdzając swe siły w rozmaitych sportowych konkurencjach, wspomagani zdrowymi przekąskami.

Najwytrwalsi zostali nagrodzeni drobnymi upominkami...

Dzień swymi występami uświetnili Kasia Pitoń z zespołem Be4U oraz grupa cheerleaderek z WTZ „Arka”.

Na przygotowanym stoisku wystawienniczym tradycyjnie można było podziwiać prace podopiecznych naszych warsztatów, a przy stole tuż obok wziąć udział w warsztatach tworzenia biżuterii.

Tegoroczne Dni Godności Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną zakończyły się piknikiem dla uczestników naszych warsztatów, który odbył się na terenie zielonym przy WTZ „Arka”.

Były tańce, zabawa z chustą Klanzy, ścieżka sensoryczna i pyszny poczęstunek na łonie natury.

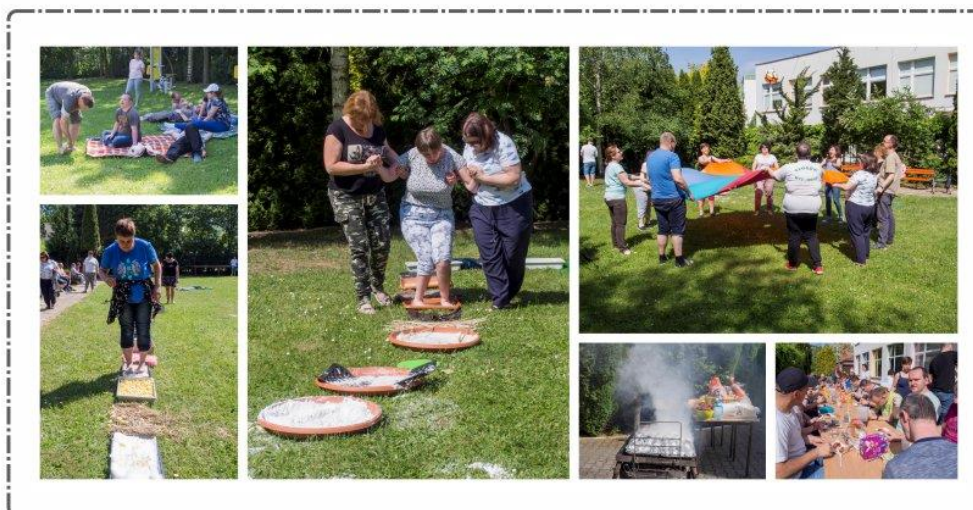


Dni Godności rozpoczęły się mszą świętą w Kolegiacie.

Były czytania, modlitwa wiernych a na końcu były wystawiony najświętszy sakrament.

Było bardzo uroczyste. Drugiego dnia był poczęstunek i zabawa, na której wszyscy się ładnie bawili na stadionie gdzie były zawody, ciasta, kawa i nagrody.

Ania Lechwar



## Pikniki

Maj i czerwiec obfitował w zaproszenia na różnego rodzaju pikniki i spotkania integracyjne, z których to zaproszeń nie omieszkaliśmy oczywiście skorzystać.

Zacząło się od Wielkiej Majówki, która odbyła się w czwartek (24.05.2018) Zespole Placówek Szkolno Wychowawczych przy ul. Sportowej w Głogowie.

Następny (2 czerwca 2018) był Festyn Integracyjny zorganizowany przez Dom Kultury „Jowisz” w Gaworzycach gdzie bawiliśmy się razem z naszymi rodzinami.

Festyn ten połączony był z Festiwalem Piosenki Osób Niepełnosprawnych „Śpiewaj z nami”, na którym nasi koledzy i koleżanki z WTZ „Arka” zdobyli miejsca na podium.

I miejsce w kategorii solistów zajęła Madzia Szymanowicz a II-gie Klaudiusz Studziński.

14 czerwca bawiliśmy się na Wielkim Festynie Integracyjnym w SP 12, który w tym roku przygotowany został w pirackiej konwencji.

2 dni później, w wiankach na głowach pojechaliliśmy do Nowej Soli aby jak co roku wziąć udział w Cepeliadzie organizowanej przez tamtejsze WTZ oraz Fundację Twórczości Ludowej.

17 czerwca zaproszeni przez księdza Piotra z Jaczewa wzięliśmy udział w Festynie Integracyjnym w Smardzowie. Spotkanie jak co roku rozpoczęło się Mszą Świętą, odbył się także Przegląd Piosenki, na motto którego wybrany został tym razem przebój Zbigniewa Wodeckiego

„Zaczynj od Bacha...” i w którym nasz kolega Klaudiusz zdobył jedną z głównych nagród.

Na każdym z tych spotkań bawiliśmy się świetnie i w doskonałych humorach wracaliśmy do domów.

*Ewa Przybylska*

2 czerwca w Gaworzycach odbył się festyn integracyjny - były występy artystyczne i poczęstunek ,wioska indiańska i przejażdżki bryczką.

Zdobyliśmy pierwsze i drugie miejsce, dostaliśmy nagrody a pogoda nam dopisała.

Była też wystawa naszych prac. Podobało mi się wszystko ,było fajnie.

*Paweł Laskowski*



# Kącik czytelnika

Antoine de Saint-Exupéry:

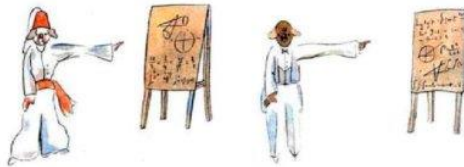
**Mały Książę**

**Rozdział 4**

W ten sposób dowiedziałem się drugiej ważnej rzeczy: że planeta, z której pochodził, niewiele była większa od zwykłego domu. Ta wiadomość nie zdziwiła mnie. Wiedziałem dobrze, że oprócz dużych planet, takich jak Ziemia, Jowisz, Mars, Wenus, którym nadano imiona, są setki innych, tak małych, że z wielkim trudem można je zobaczyć przy pomocy teleskopu. Kiedy astronom odkrywa którąś z nich, daje jej zamiast imienia numer. Nazywają na przykład gwiazdą 3251.



Miałem pewne podstawy, aby sądzić, że planeta, z której przybył Mały Książę, jest gwiazdą B-612. Ta gwiazda była widziana raz tylko, w 1909 roku, przez tureckiego astronoma, który swoje odkrycie ogłosił na Międzynarodowym Kongresie Astronomów. Nikt jednak nie chciał mu uwierzyć, ponieważ miał bardzo dziwne ubranie. Tacy bowiem są dorośli ludzie.



Na szczęście dla planety B-612 turecki dyktator kazał pod karą śmierci zmienić swojemu ludowi ubiór na europejski. Astronom ogłosił po raz wtóry swoje odkrycie w roku 1920 - i tym razem był ubrany w elegancki frak. Cały świat mu uwierzył. Opowiedziałem wam te szczegóły o planecie B-612 i podałem numer ze względu na dorosłych. Dorośli są zakochani w cyfrach. Jeżeli opowiadacie im o nowym przyjacielu, nigdy nie pytają o rzeczy najważniejsze. Nigdy nie usłyszycie: „Jaki jest dźwięk jego głosu? W co lubi się bawić? Czy zbiera motyle?”

Oni pytają was: „Ile ma lat? Ilu ma braci? Ile waży? Ile zarabia jego ojciec?” Wówczas dopiero sądzą, że coś wiedzą o waszym przyjacielu. Jeżeli mówicie dorosłym: „Widziałem piękny dom z czerwonej cegły, z geranium w oknach i gołębiami na dachu” - nie potrafią sobie wyobrazić tego domu. Trzeba im powiedzieć: „Widziałem dom za sto tysięcy złotych”. Wtedy krzykną: „Jaki to piękny dom!”

Jeżeli powiecie dorosłym: „Dowodem istnienia Małego Księcia jest to, że był śliczny, że śmiał się i że chciał mieć baranka, a jeżeli chce się mieć baranka, to dowód, że się istnieje” - wówczas wzruszą ramionami i potraktują was jak dzieci. Lecz jeżeli im powiecie, że przybył z planety B-612, uwierzą i nie będą zadawać niemądrych pytań. Oni są właśnie tacy.

My jednak, którzy dobrze rozumiemy życie, kpimy sobie z cyfr. Chciałbym zacząć tę historię, jak zaczyna się baśń.

Wolałbym powiedzieć: „Był pewnego razu Mały Książę, który mieszkał na planecie troszeczkę większej od niego i który bardzo chciał mieć przyjaciela ...”

Dla tych, którzy znają życie, wyglądałoby to o wiele prawdziwiej. Byłoby mi przykro, gdyby moją książkę traktowano niepoważnie. Z wielkim bólem opowiadałem te wspomnienia. Sześć lat minęło już od chwili, kiedy mój przyjaciel odszedł ze swoim barankiem. Próbuję opisać go po to, aby nie zapomnieć. To bardzo przykre zapomnieć przyjaciela.

A przecież nie każdy dorosły ma przyjaciela. I mógłbym stać się podobny do dorosłych, którzy interesują się tylko cyframi.

Dlatego też kupiłem sobie pudełko z farbami i ołówki.

Bardzo trudno zabrać się do rysowania w moim wieku, tym bardziej, że jedyne próby w tym kierunku, to były rysunki węża boa zamkniętego i otwartego, rysunki, które robiłem mając sześć lat.

Postaram się jednak, aby portrety były jak najwierniejsze.

Sam nie jestem pewien, czy mi się to uda. Jeden rysunek jest dobry, drugi gorszy. Myli mi się trochę wzrost Małego Księcia. Tutaj jest za duży, tam znów za mały. Waham się, malując kolory jego stroju. Błądzą w ciemnościach wspomnień i w rezultacie myślę się w rzeczach bardzo zasadniczych. Ale trzeba mi to wybaczyć. Mój przyjaciel nigdy mi nic nie objaśniał. Uważał pewnie, że jestem podobny do niego. Ja jednak nie potrafię, niestety, widzieć baranka przez ściany skrzynki. Możliwe więc, że jestem trochę podobny do dorosłych. Już się prawdopodobnie zestarzałem.

C.D.N.

## Turnus w Sarbinowie

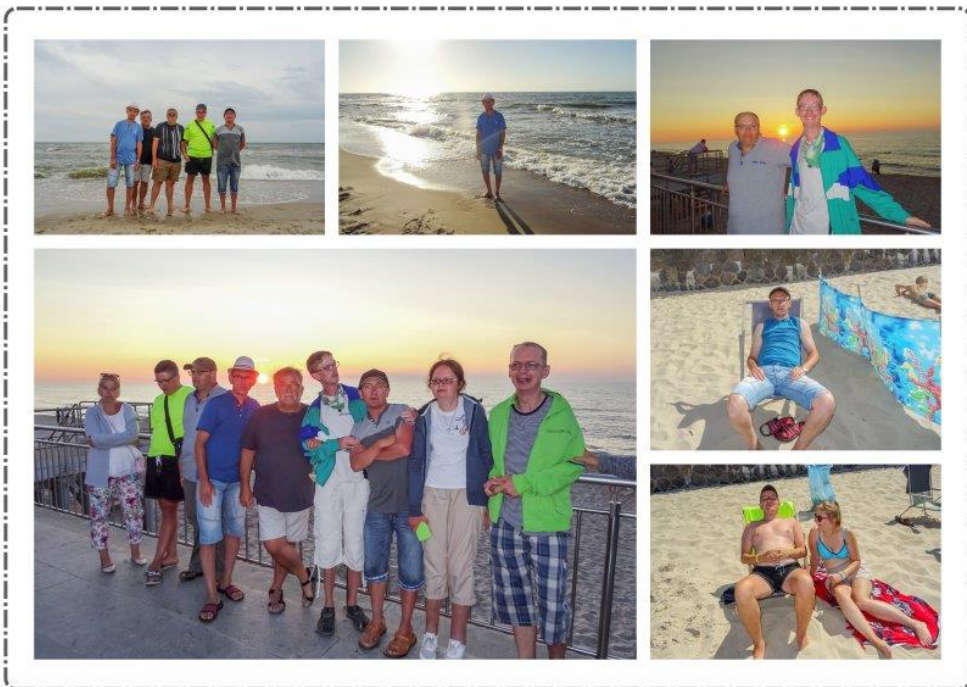
W lipcu razem z rodzicami byliśmy na turnusie rehabilitacyjnym w Ośrodku Adhara w Sarbinowie. Pierwszego dnia był wieczorek zapoznawczy i tort oraz tańce.

Podczas pobytu mieliśmy rehabilitację i spacery oraz wycieczki.

Pogoda była wymarzona, chodziliśmy na plażę, codziennie podziwialiśmy piękne wschody i zachody słońca.

Pod koniec turnusu był wieczorek pożegnalny oraz tort, ognisko z kiełbaskami i konkursy, kawa i ciasto - wszyscy bawiliśmy się świetnie.

Ania Lechwar



# NASZA AKTYWIZACJA ZAWODOWA

Od kwietnia Paweł Łabarewicz i Ania Szymanik są na stażu.  
Paweł pracuje w tartaku „Sebanet” w Wilkowie a Ania w P.H.UT „MEMO”.  
Oboje są zadowoleni z prac, które wykonują, czują się tam dobrze.  
Atmosfera i współpraca z osobami tam pracującymi jest bardzo dobra.

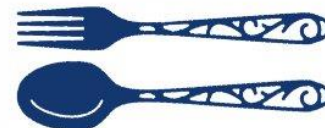
*Krzysztof Skrzęta*

Również w kwietniu podjęliśmy współpracę na rzecz aktywizacji uczestników warsztatów ze Szkółką Drzew i Krzewów Płoch Józef w Głogowie.  
Podczas warsztatów umiejętności praktycznych mieliśmy okazję zapoznać się ze specyfiką prac wykonywanych w szkółce, nauczyliśmy się przesadzania i rozstawiania roślin, pielęgnacji terenów zielonych. Byliśmy zadowoleni z możliwości wzięcia udziału w pracach ogrodniczych.

*Marcin Kamiński*



# PRZEPISIŚNIK



Lato a skoro lato to sezon ogórkowi i przepis na:

## Kiszone ogórki

- ogórki (im więcej, tym lepiej)
- sól do przetworów (niejodowana)
- czosnek
- korzeń i liście chrzanu
- kwiatostany kopru
- liście dębu
- woda



*Wodę przegotować i dodając sól w proporcji ok. 2 łyżki na litr wody przygotować solankę, wystudzić.*

*Ogórki, koper i liście dokładnie umyć, czosnek i chrzan obrać. Słoiki (0,9 l i większe) oraz pokrywki do nich wyparzyć wrzątkiem. Ogórki układać w słoikach dość ciasno, do każdego wcisnąć po liściu chrzanu, dębu, 1-2 ząbki czosnku, koper i kawałek chrzanu w korzeniu. Ułożone w słojach ogórki zalać solanką tak aby były dobrze przykryte, lekko zakręcić i odstawić w spokojne miejsce na ok. 7 dni. Po upływie tygodnia dokręcić słoiki i wynieść w chłodne, ciemne miejsce (piwnica).*

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

# Czy wiesz, że ?

## CIEKAWOSTKI, WYDARZENIA I PLOTKI

- W kwietniu nasza koleżanka Ania rozpoczęła staż - wszyscy trzymamy kciuki za jej powodzenie w pracy, w PoloMarkecie.
- Jest ciepło więc coraz częściej spędzamy przerwy na świeżym powietrzu.
- Panowie: Roman i Michał ciężko pracują przy remoncie szatni przy sali gimnastycznej.
- Lipiec był bardzo upalny, wszyscy wrócili po wakacyjnej przerwie: zdrowi, opaleni i wypoczęci...
- Urodziny obchodzili: *Maciuś Walczyk, Ania Lechwar, Ania Siembab, Mariusz Fefczak, Gosia Kamińska, Kasia Skiba, Irek Adamczyk, Mirek Bagiński, Jacek Sznabel, Robert Lechwar, Artur Szypra, Agatka Naumiuk, Ania Dreszerska, Rafał Danielewski, Iza Leśniak, Ewelinka Filipiak i Michał Zajac.* Jeszcze raz życzymy im wszystkiego najlepszego i 100 lat!!!



Słowo „lato” pochodzi od prasłowiańskiego lěto, które można przetłumaczyć, jako „najcieplejsza pora roku”.

Astronomiczne lato rozpoczęło się 21 czerwca podczas przesilenia letniego.

Jest to najdłuższy dzień w krajach, które leżą na półkuli północnej. Dla równowagi na półkuli południowej jest to najkrótszy dzień w ciągu wszystkich 365 dni.

W stolicy Islandii – Reykjavíku, 21-go czerwca dzień trwa ponad 21 godzin.

Letni upał powoduje, że żelazo, z którego skonstruowana jest słynna Wieża Eiffla znajdująca się w stolicy Francji, rozszerza się, dzięki czemu atrakcja jest wyższa latem o około 10 centymetrów.

## Uśmiechnij się ;)

Rozmawiają dwie pchły:  
- gdzie byłaś na wakacjach?  
- na krecie

Żona mówi do męża:  
- Kochanie, marzy mi się,  
zeby założyć na plażę coś takiego,  
co sprawiłoby, że wszyscy by osłupieli.  
- Łyżwy załóż.

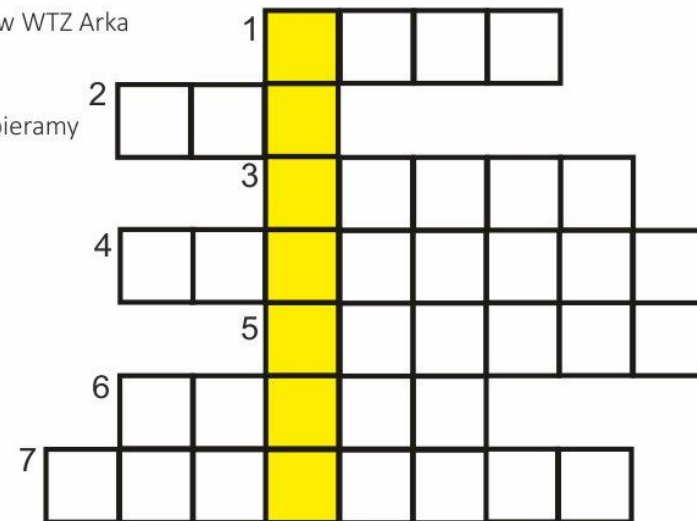
Mąż: Chciałbym te wakacje spędzić tam,  
gdzie jeszcze nigdy nie byłem...  
Żona: Świetnie...Co powiesz na kuchnię?

Uczeń wraca z wakacji do szkoły i mówi do kolegi:  
- Szkoda, że tego nie widziałeś, jechałem na słoniu,  
a obok mnie dwa lwy...  
- I co dalej, i co dalej?...  
- Musiałem zejść z karuzeli...

- Jak nazywa się żona kucharza  
po siedmiu rozwodach?  
- Usmażona :D

## Krzyżówka letnia

1. Do picia
2. Pani prowadząca zajęcia manualne w WTZ Arka
3. Daje mleko
4. Do skakania
5. Płaczymy gdy ją obieramy
6. Znosi je kura
7. Na głowie koguta



## Doprowadź pszczołkę do kwiatów

