

OCHOT week

MAJ 2019 | NR 9

Biuletyn Ośrodka Dziennego Pobytu i Rehabilitacji Społecznej Osób z Niepełnosprawnością

Kucharze doskonali

Nadszedł maj, a wraz z nim finał XIII edycji Ogólnowarszawskiego Konkursu Umiejętności Kulinarnych dla Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną „Kucharz Doskonały”. Nasza drużyna przygotowywała się do udziału od dłuższego czasu. Dania przygotowane przez Agatę i Natalię były wspaniałe pod względem zarówno smaku, jak i wyglądu. Gwiazdą, która wspierała nasze panie była Małgorzata Lipmann. Dziękujemy za mile spędzony czas i gratulujemy wszystkim drużynom!



Budki dla ptaków

W pracowni rękodzielniczej powstały dwie nowe budki lęgowe dla ptaków, które zawiesiliśmy na drzewach na skwerze. Przy okazji dowiedzieliśmy się, że należy dobrać kształt i wielkość budki do poszczególnych gatunków, jedna ze ścianek powinna być otwierana, aby po zakończonym okresie lęgowym budkę wyczyścić oraz że nie wolno przy otworze wlotowym umieszczać patyka, bo mógłby on pomóc drapieżnikom dostać się do środka. Teraz nie pozostaje nic innego jak czekać na pierwszych ptasich lokatorów.





Przystanek Historia

Majowe święta do dobry pretekst, by porozmawiać o naszych symbolach narodowych. Dobrym do tego miejscem okazało się być Centrum Edukacyjne IPN. W ramach zajęć powtórzyliśmy nie tylko wiedzę, ale zostaliśmy poddani testowi znajomości hymnu.

Zdaliśmy śpiewająco!

Wycieczka do ZUS

Z okazji Dnia Osób z Niepełnosprawnością zostaliśmy zaproszeni do pobliskiego oddziału ZUS. Wycieczka była okazją do przypomnienia sobie podstawowych informacji dotyczących ubezpieczeń społecznych. W czasie pobytu w ZUS dowiedzieliśmy się jakie sprawy i w jaki sposób można tu załatwić, gdzie kierować się po informację, gdzie pobrać numerek. Zostaliśmy obdarowani upominkami z logo ZUS, a osoby które wyróżniły się wiedzą na temat ubezpieczeń społecznych zostały dodatkowo nagrodzone.



Czasami bywa trudno

Na warsztatach psycho-edukacyjnych rozmawiamy o ważnych tematach dotyczących nas bezpośrednio. Ostatnio dyskutowaliśmy o sytuacjach, gdy jest nam trudno i czujemy się bezradni. Wiemy, że każdy tak czasem ma. Najważniejsze jest w takich sytuacjach umieć poprosić o pomoc właściwą osobę. Okazało się że takich osób, do których możemy się zwrócić jest bardzo wiele. W czasie zajęć poznaliśmy sposób na dodanie sobie otuchy, woli walki i siły. Zajęcia zakończyliśmy radośni i pełni energii!



ul. Majewskiego 34

tel. 22 823 65 61

ochota@otwartedrzwi.pl