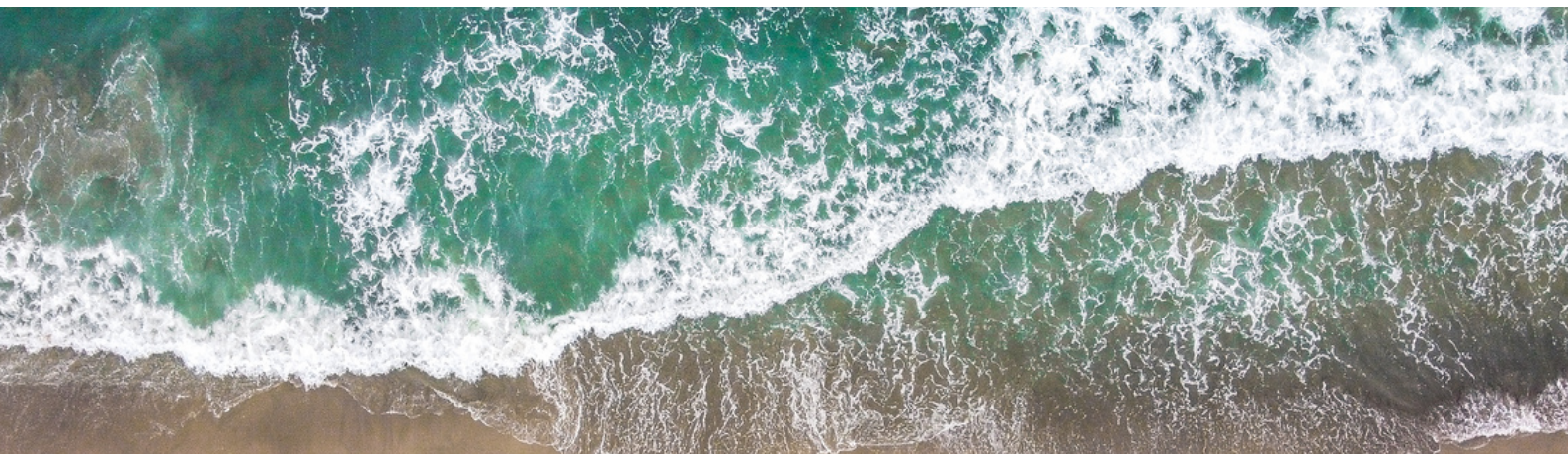


# OCHOTweek

SIERPIEŃ 2022 | NR 8

**Ośrodek Wsparcia Ochota**



## ZDROWE KANAPKI



Jak dbać o swoje zdrowie? -To częsty temat zajęć w naszym Ośrodku. Tym razem uczestnicy zapoznawali się z piramidą żywienia i własnoręcznie przygotowywali kanapki ze zdrowych składników.



# WIZYTA W VERSABOX



W lipcu odwiedziliśmy VersaBox, producenta inteligentnych robotów. Poznaliśmy zasady BHP w fabryce.

Wzięliśmy udział w ciekawym pokazie. Dowiedzieliśmy się: z czego składa się robot, do czego służy, ile waży, na jakiej zasadzie działa.

Mieliśmy okazję sterować robotem.

To była niezapomniana wycieczka!



ul. Majewskiego 34

tel. 22 823 65 61

[ochota@otwartedrzwi.pl](mailto:ochota@otwartedrzwi.pl)

# TURNIEJ PIŁKI NOŻNEJ

Co za dzień,  
co za emocje!  
19.07 w CRS Bielany  
odbył się II Turnieju Piłki  
Nożnej Stowarzyszenia  
Otwarte Drzwi!



W rywalizacji wzięły udział  
drużyny z:  
Ośrodek Wsparcia "Ochota"  
Ośrodek Wsparcia  
"Partnerzy"  
WTZ Stowarzyszenia  
Otwarte Drzwi  
Świetlica Opiekuńcza  
"Mały Książę"



ul. Majewskiego 34

tel. 22 823 65 61

[ochota@otwartedrzwi.pl](mailto:ochota@otwartedrzwi.pl)

Szczególne podziękowania kierujemy do osób, dzięki którym te zdarzenie mogło się odbyć:

Organizatorowi z poziomu obiektu - Robertowi Banasiukowi, organizatorce ze strony Stowarzyszenia - Katarzynie Sobczyk i naszemu nieocenionemu sędziemu - Michałowi Piotrowskiemu.

Do zobaczenia za rok!



ul. Majewskiego 34

tel. 22 823 65 61

[ochota@otwartedrzwi.pl](mailto:ochota@otwartedrzwi.pl)

# MUZEUM SPORTU I REKREACJI



Podczas wakacji udaliśmy się do Muzeum Sportu i Turystyki w Warszawie. Pani przewodniczka niezwykle ciekawie opowiedziała nam o historii polskiego sportu.

Polecamy to miejsce! Znajduje się tam wiele interesujących eksponatów takich jak: sprzęty sportowe, medale, stroje i wiele innych!



ul. Majewskiego 34

tel. 22 823 65 61

[ochota@otwartedrzwi.pl](mailto:ochota@otwartedrzwi.pl)



## **Bezpłatna pomoc na Ogródkach Działkowych Zelmot**

---

**Grupa wolontariuszy Ośrodka Wsparcia  
Ochota przy wsparciu opiekuna pomoże  
w drobnych pracach ogrodowych  
(grabienie, plewienie, podlewanie).**

---

**Zapraszamy do kontaktu:**

**tel. 451 168 398**

**22 823 65 61**

**Projekt "EKOsystem - działania  
o charakterze aktywizującym i integracyjnym  
na rzecz osób z niepełnosprawnościami**

Projekt finansuje m.st. Warszawa



 **STOWARZYSZENIE  
OTWARTE DRZWI**



ul. Majewskiego 34

tel. 22 823 65 61

[ochota@otwartedrzwi.pl](mailto:ochota@otwartedrzwi.pl)