

OCHOTweek

LISTOPAD 2024 | NR 11

**Ośrodek Wsparcia Ochota
Stowarzyszenia Otwarte Drzwi**



„Nowa Nadzieja”

Zbiórka na ratowanie ośrodka dla osób z niepełnosprawnościami



Naszą akcję nazwaliśmy „Nowa nadzieja” - tak jak pierwszy film z serii „Star Wars”, który wszedł na ekrany kin w 1977 roku. Zbiórkę promują zdjęcia uczestników, instruktorów i przyjaciół ŚDS-u - znanych artystów i influencerów w strojach bohaterów znanych z „Gwiezdných Wojen”. W kultowej sadze dobro zwyciężyło ze złem, Darth Vader został pokonany, bo moc w Luke'u Skywalkerze była silna!

Jesteśmy przekonani, że i my zwyciężymy - z Waszą pomocą!

Niech moc będzie z każdym, kto wesprze naszą zbiórkę!



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



projekt współfinansuje
miasto stołeczne
Warszawa

WARSZTATY PSYCHOEDUKACYJNE

Na zajęciach z psychologiem rozmawialiśmy o tym, jak ważne jest rozpoznawanie i wyrażanie swoich uczuć. Wspólnie odkrywaliśmy, jakie emocje towarzyszą nam na co dzień i jak możemy lepiej sobie z nimi radzić. Wspólne dzielenie się doświadczeniami było nie tylko pouczające, ale także bardzo wzmacniające. Pamiętajmy, że emocje to naturalna część naszego życia i warto umieć je zrozumieć i akceptować!



NAUKA JĘZYKA MIGOWEGO

W naszym ośrodku prowadzone są zajęcia z języka migowego. To doskonała okazja, by poznać podstawy tego pięknego, wizualnego języka, nauczyć się podstawowych znaków i zwrotów oraz wyrażenia emocji i potrzeb za pomocą gestów. Nauka każdego języka, w tym języka migowego, angażuje do pracy różne obszary mózgu, co sprzyja stymulacji zdolności poznawczych takich jak pamięć i koncentracja. To prawdziwy fitness dla umysłu!



TURNIEJ BOWLINGOWY

Mieliśmy przyjemność wziąć udział w turnieju bowlingowym dla osób z niepełnosprawnościami, inicjatywie finansowanej ze środków Dzielnicy Ochota m. st. Warszawy! To było niesamowite wydarzenie, pełne radości, emocji i wspólnego ducha rywalizacji. Osoby z niepełnosprawnościami, które na co dzień są odbiorcami dziennego wsparcia ochockich placówek, mogły poczuć się pełnoprawnymi uczestnikami sportowego wydarzenia i na równych zasadach rywalizować w grze. To nie tylko sport, ale również integracja, radość i budowanie wspólnoty. Dziękujemy wszystkim organizatorom, uczestnikom i kibicom za stworzenie niezapomnianej atmosfery!



PRACOWNIA RĘKODZIELNICZA

Pracownia rękodzielnicza wybrała się na zakupy, by zaopatrzyć się w niezbędne materiały do dalszych, twórczych działań! Robienie przemyślanych zakupów uczy jak zarządzać pieniędzmi, porównywać ceny, wybierać produkty w odpowiednich przedziałach cenowych i nie przekroczyć zaplanowanego budżetu.



A JUŻ W NASTĘPNYM MIESIĄCU...



**...PRZYGOTOWANIA DO ŚWIĄT
BOŻEGO NARODZENIA!**

Stowarzyszenie Otwarte Drzwi
ul. Równa 10/3
03-418 Warszawa
stowarzyszenie@otwartedrzwi.pl



Ośrodek Wsparcia Ochota
ul. Skorochód - Majewskiego 34
tel. 451 168 398
ochota@otwartedrzwi.pl