

Vilties ziburėlis



TELŠIŲ
CENTRAS
Viltis

2023 m. birželis Nr. 23

LAIKRAŠTUKAS

Gerbiama Centro bendruomene,

Liaudies išmintis sako, kad pavieniui mes galime nuveikti nemažai, tačiau būrys žmonių gali ir kalnus nuversti. Ne pirmą kartą įsitikinau, kad tai tikra tiesa. Mūsų centro pastatas pagaliau sulaukė renovacijos pradžios. Su šia džiugia žinia užklupo ir įvairūs rūpesčiai, susiję su tolimesne Telšių centro „Viltis“ veikla: paslaugų teikimu, kitų patalpų paruošimu mūsų bendruomenei įsikurti. Tariu nuoširdų AČIŲ mūsų draugams, kurie prisidėjo savo darbu ir, aukodami savo laiką bei lėšas, padėjo greičiau įsikurti. Dėkoju Telšių moterų ir vyrų Lions klubui, VšĮ Telšių regioninio profesinio mokymo centrui, Žemaitijos verslo centrui, bendruomenei iš Ukrainos bei kitoms įstaigoms už operatyvų darbą.

Labiausiai džiaugiuosi savo komanda, kuri negailėdama savo jėgų ir laiko, ne tik rūpinosi mūsų lankytojais, bet ir vykdė persikraustymo, patalpų paruošimo, aplinkos tvarkymo darbus.

Taip pat dėkoju mūsų paslaugų gavėjų artimiesiems, globėjams už kantrybę ir supratingumą.

Noriu patikinti, jog bet kokie iškilę nepatogumai yra laikini ir įveikiami. Tikiu mūsų visų susivienijimu siekiant geresnio rytojaus mūsų bendruomenei.



Pagarbiai, direktorė Irmina Dobilienė



Pastato rekonstrukcijos darbai įsibėgėja



Telšių centro „Viltis“ pastato projektas

Renginys „Aš ir tu – mes šeima“

*„Nupirk man spalvotų pieštukų –
Aš piešiu spalvotus namus,
Spalvotą sesutę, spalvotą broliuką,
Senelį, močiutę, mamytę, tėtuką
Ir viską, kas man brangu...“*



Gegužės mėnuo ne be priežasties yra paskelbtas šeimos mėnesiu: pačiomis pirmosiomis dienomis sveikiname mamas, mėnesiui pasibaigus – tėčius, o pačiame mėnesio viduryje, gegužės 15 dieną –

Tarptautinę Šeimos dieną. Kaip įprasta, visa Lietuva

prisipildė gražių iniciatyvų ir mini šią dieną susiburdami bendrystėje, praleisdami laiką kartu.

Gegužės 18 dieną Telšių centre „Viltis“ vyko renginys „Aš ir tu – mes šeima“, skirtas paminėti tarptautinę Šeimos dieną. Renginį pradėjo Centro direktorė Irmina Dobilienė, kartu su užimtumo specialiste Jolanta, N. Malūnavičiūtės daina „Šalia“. Po dainos Centro direktorė pasveikino visus susirinkusius su Šeimos švente ir kvietė pasižiūrėti organizatorių paruoštą programą.

Renginyje buvo tariami gražūs žodžiai apie Šeimą, parodytas užimtumo specialistų režisuotas spektaklis „Kupriukas muzikantas“. Renginį papuošė Centre dirbančios ukrainietės Natalijos sudainuota S. Rotaru daina „Odn Kalina“ ir tuo pat metu paminėta „Višivankos“ tradicinė ukrainiečių šventė. Gražūs Centro lankytojų piešiniai papuošė Centro kiemą, kurie buvo įvertinti simbolinėmis dovanėlėmis. Šventė užbaigta „Naktinių personų“ daina „Pasaulis toks yra“.

Po šventės tėvų/globėjų laukė susitikimas su Centro direktore, o Centro lankytojai su geromis emocijomis praleido laiką diskotekoje.

Renginio organizatorės Zita Vilkienė ir Laura Bikniūtė

Išvyka į Lietuvos jūrų muziejų bei delfinariumą

Mes gyvename nuostabiame pasaulyje, pilname grožio, žavesio ir nuotykių. Nuotykiai, kuriuos galime patirti, niekada nesibaigia, jei mes jų ieškome su plačiai atmerktomis akimis (Jawaharil Nehru).

Telšių centro „Viltis“ klientai labiausiai laukia švenčių, įvairių renginių bei išvykų. Gegužės 25 d. visa Centro bendruomenė susiruošė į pavasarinę metų ekskursiją. Nuspręsta aplankyti atsinaujinusį Lietuvos jūrų muziejų bei delfinariumą.

Pirmiausia apsilankėme delfinariume, kuriame stebėjome pasirodymą „Nešantys vėją“. Tai buvo pažintis su delfinais ir juos supančia aplinka mažo delfinuko akimis. Pasirodymas atskleidė natūralią gyvūnų elgseną, parodė šių žinduolių plastiką, jėgą, žaismingumą ir norą bendrauti tarpusavyje bei ryšį su žmogumi. Buvo atkreipiamas dėmesys ir į pasaulio ekologinę situaciją. Pasirodymas buvo papildytas išpūdingomis vaizdo projekcijomis, kuriose atsispindėjo jūrų platybės ir gelmės. Žinoma labiausiai sužavėjo tikrų delfinų bei jūrų liūtų pasirodymas, jų šuoliai, gebėjimai, žaismingumas, santykis su žmogumi.

Po delfinų pasirodymo vyko į Lietuvos jūrų muziejų. Muziejuje visus baugino tamsa, bet žavėjo išpūdingos ekspozicijos, šviesos. Didžiausią išpūdį paliko akvariumas, po kuriuo visi galėjome pasivaikščioti, bei pasigrožėti išpūdingo dydžio žuvimis. Užbaigiant ekskursiją nuvykome prie Smiltynės paplūdimio, papietavome, aplankėme didingąją mūsų Baltijos jūrą ir kupini išpūdžių bei puikios nuotaikos, grįžome į namus.



Pavaduotoja socialiniam darbui Aušra Motuzaitė

Sveika, vasarėle!

O ta vasara, vasara... Ji išskirtinė savo grožiu, savo skoniu, savo aromatu, savo stiliumi, nuotykiiais, potyriais, linksmybėmis, pramogomis.

Birželio pirmąją Telšių centro „Viltis“ kiemelyje linksmai pasitikome vasarą. Saulė šildė ir glostė visus savo spinduliais, o mes smagiai laiką leidome dalindamiesi įsimintiniausiais vasaros nuotykiiais, kelionėmis, žaisdami žaidimus, ragaudami, uosdami vasaros skonius ir kvapus, demonstruodami madas, dainuodami ir šokdami. Pašurmuliavę gaivinomės gaiviu gėrimu, ledais ir toliau linksminomės vasaros diskotekoje.

Vasara tik prasidėjo, tad mėgaukimės ja, ragaukime, užuoskime, pajuskime vasaros teikiamus malonumus. Ilsėkimės, keliaukime, pramogaukime, nes vasara neatsiejama nuo pačių geriausių emocijų ir įspūdžių.

Socialinės darbuotojos Jovita Petrikienė ir Julė Kikilienė



Išvyka į auksinio elnio dvarą

Dauguma garsių poetų, rašytojų vasarą, jos grožį, kelionių potyrius apibūdina, kaip „stebuklą“ ir neįkainojamą patirtą įspūdį. Centro „Viltis“ 3 grupės lankytojams ir juos lydintiems darbuotojams paliko neišdildomą, malonų įspūdį „Auksinio elnio“ dvaras.

Šis dvaras unikalus įvairias statiniais, mediniais pasivaikščiojimo takais, skulptūromis, įkurtu senovinių motociklų muziejumi. Labai maloniai buvome nustebinti įvairiais gamtos vaizdais: augmenija, medžiais, vandens telkiniais. Gėrėjomės alpakomis Debesėliu, Valentinu ir avinu. Kelionę užbaigėme skanaudami sodybos kavinės darbuotojos paruoštais ledais.

Socialinė darbuotoja Zita Vilkienė



Išvyka į putpelių ūkį

Artėjant Šv. Velykoms aplankėme E. ir Z. Nevardauskų putpelių ūkį. Pamatėme, kur gyvena putpelės, kaip atrodo jų narveliai ir be abejo - jų kiaušinėliai. Taip pat pasiklausėme pasakojimo apie šiuos paukščius bei turėjome galimybę juos pačiupinėti.

Didelis Ačiū šeimininkams už šiltą priėmimą bei gražias dovanas.

Socialinė darbuotoja Aušra Vangaitė



Visus apjungiantis „Žvejyba 2023“ renginys



Telšių centras „Viltis“ turi išskirtinę šventę, kurios laukia visa Centro bendruomenė nuo pat pavasario. Žinoma tai mūsų Žvejybos renginys, kuris 2023 m. birželio 8 d. buvo organizuojamas jau 21-ąją kartą. Šiais metais mus lepino nuostabus, vasariškas oras, džiugino bendrystė, laikas drauge. Į renginį „Žvejyba 2023“ atvyko draugai iš Mažeikių VŠĮ „Vilties erdvė“, Dūseikių socialinės globos namų bei VŠĮ „Gyvenk kartu“. Iš viso renginyje dalyvavo apie 130 šventės dalyvių. Renginio atidarymo metu sveikinimo bei padėkos žodį tarė Centro direktorė Irmina Dobilienė. Direktorė dėkojo visiems už bendrystę, džiaugėsi, kad tęsiama tokia graži tradicija ir jau 21-ąją kartą galime susitikti renginyje „Žvejyba 2023“, kuris suvienija įvairias organizacijas, teikiančias socialines paslaugas, asmenims su negalia.

Renginio atidarymo metu padėkota „Sodybos prie tvenkinio“ savininkei Staselei Abelkytei, kuri jau trečią kartą neatlygintinai, geranoriškai, įsileidžia mus prie savo tvenkinio. Atsidėkodami padovanojome užimtumo specialisto Rimo Jonušo sukurtą ir pagamintą meninę skulptūrą „Gervę“.

Sveikinimo žodis buvo suteiktas Telšių rajono savivaldybės merui Tomui Katkui, Telšių rajono savivaldybės administracijos Socialinės paramos ir rūpybos skyriaus vedėjai Lendrai Bukauskieni, kurie vėliau, drauge su klientais išbandė savo sėkmę žvejyboje. Už kvietimą dalyvauti renginyje „Žvejyba 2023“ dėkojo VŠĮ „Vilties erdvė“ direktorius Ramūnas Bertulis, bei VŠĮ „Gyvenk kartu“ direktorė Audronė Rusteikienė.

Renginio dalyviai žvejojo, vaišinosi čia pat ant laužo virta žuviene. O po to visų laukė po atviru dangumi vykęs koncertas, diskoteka bei padėkos klientams už pagautą didžiausią žuvį, daugiausiai žuvų pagavusiam, kantriausiam, draugiškiausiam žvejui, pagavusiam pirmąją žuvelę ir kt.

Telšių centro „Viltis“ bendruomenė dėkoja visiems renginio iniciatoriams, rėmėjams - AB „Žemaitijos pienas“, Žvejų būreliui „Tausalas“, Vygantui Alseikai, partneriams – Telšių kultūros centrui, Tryškių kultūros centro direktoriui Egidijui Einikiui, dainų autoriui ir atlikėjui Gediminui Jokubauskui už nuoširdų bendravimą, aktyvų įsitraukimą, prisidėjimą, organizuojant kasmetinį renginį „Žvejyba“, skirtą asmenims su negalia. Taip pat esame labai dėkingi visiems Centro darbuotojams, kurie prisidėjo prie renginio įgyvendinimo (žuvies paruošėjoms, žuvynės virėjoms) bei užimtumo specialistui Rimui Jonušui už viso renginio koordinavimą bei įgyvendinimą.

Pavaduotoja socialiniam darbui Aušra Motuzaitė



Rūšiukime atliekas, taip prisidedami prie žemės išsaugojimo



Balandžio 6 dieną Telšių centre „Viltis“ lankėsi UAB „Telšių regiono atliekų tvarkymo centras“ su tarptautiniu projektu „Žiedinis atliekų tvarkymas“.

Projekto atstovė pravedė paskaitą apie atliekų rūšiavimą ir jo naudą. Apsilankymas skirtas susipažinti su tikslingu šiukšlių rūšiavimu ir panaudojimu.

Balandžio mėnuo – Žemės Motinos mėnuo. Tikslas – išsaugoti gamtą, gamtos išteklius.

Paskaitoje buvo pasakojama legenda apie fejus ir nykštukus, kurių misija išsaugoti gamtą ir tikslingai rūšiuoti atliekas. Papasakota, kad tokios medžiagos kaip tekstilė, stiklas, plastmasė yra perdirbama ir būtina dėti, nereikalingas iš minėtų atliekų, į atitinkamus konteinerius pagal spalvas: mėlyna, žalia, geltona.

Centro lankytojai dalyvavo žaidime kaip atrūšiuoti atliekas pagal spalvas.

Mums patiko projekto iniciatorės išsamūs pasakojimai, patarimai, išgirsta daug naudingos informacijos.

Individualios priežiūros darbuotojos Vida Bagdonaitė ir Gintarė Lazdauskienė

Mūsų šėlionės per Jonines...

Jau tapo tradicija Jonines paminėti darbuotojų Rimo ir Rūtos Jonušių sodyboje. Telšių centro „Viltis“ bendruomenė iškylauti į sodybą vyko ne tik Centro, bet ir visuomeniniu transportu. Kiekvienas buvo sutiktas prie ažuolo lapų vainiko vartų, vandeniu suvilgytos rankos, nusiplaunant vargus bei negandas. Klientai žvejojo, žaidė įvairius judrius žaidimus, piešė, pynė gėlių vainikus. Savo dainomis linksmino užimtumo specialistė Jolanta su dukromis Paulina ir Tija. Rimas pasirūpino Joninių laužu, kuris degė išdidžiai, bet saugiai. Geras oras, gera nuotaika, puiki proga ir šventė. Ačiū visiems buvusiems ir prisidėjusiems.

Užimtumo specialistai, Individualios priežiūros darbuotoja Rūta Jonušienė



Ir toliau ugdome socialinius įgūdžius

Prieš prasidedant vasarai, individualios priežiūros darbuotojos Aušra, Jūratė bei Centro vairuotojas Remigijus pakvietė klientus įsitraukti į autobuso valymo procesą, o užbaigus darbus, primintos elgesio taisyklės, vykstant autobusu. Visiems linkime saugios vasaros ...



Atvelykio šventė mūsų kieme...

Saulėtą balandžio 12 d. rytą mūsų įstaigos kieme aidėjo linksmos liaudiškos dainos ir mūsų juokas - šventėme Atvelykį. Atvelykis yra vaikų šventė, dar vadinamas mažosiomis Velykėlėmis. Per Atvelykį reikia bendrauti, pabūti kartu, pasidžiaugti atgimstančia gamta, šokti ir dainuoti, žaisti žaidimus, ridenti kiaušinius. Tai mes linksminomės iš širdies. Netrūko žaidimų - žaidėm gaidžių peštynes, nešėm margučius šaukštuose, ridenom gigantiškus kiaušinius, spalvotomis kreidelėmis marginom didelius kiaušinius, šokom šokius, minėm mėsles, ėjom ratelius. Ieškojom išsiblaškusios Velykų bobutės pamestų margučių. Po šventės neskubėjome skirstytis - vaišinomės arbata ir sausainiais, džiaugėmės gražia pavasario diena.

Užimtumo specialistai



Smagi pavasarinė popietė

Pasibaigus pavasariams aplinkos tvarkymo ir puošimo darbams, saulės kupiną gegužės popietę, Centro bendruomenė susirinko smagiai praleisti laiko Centro kieme. Palydint pavasarį ir besidžiaugiant artėjančia vasara, popietės metu visi gardžiai skanavo garuojančią žirnių košę, o pasistiprinę, žaidė



linksms žaidimus, kuriuos lydėjo garsus juokas, džiaugsmingi šūkiai ir smagūs prizai. Nuotaikingą popietę pabaigėme linksimų šokių ritmu.

*Socialinė darbuotoja
Alina Vagadarienė*

Sveikatingumo paskaitėlės



Pavasari bendrosios praktikos slaugytoja Regina pravedė grupių klientams paskaitas apie sveiką mitybą.

Labai susidomėję klausėsi klientai, uždavinėjo daug klausimų, ką geriau valgyti ir ko verčiau atsisakyti. Paskaitos visiems patiko.

Taip pat prie arbatos puodelio buvo pravesta paskaita apie erkes, jų poveikį organizmui ir skiepų nuo erkių reikalingumą.

Vandens galia

Po saulėtai karštos ir aktyviai praleistos dienos norisi ramaus vakaro. Vakarinis pasibuvimas lauke su puodeliu gaivaus apelsinų gėrimo. Vakarų pokalbio tema: Vandens nauda žmogaus organizmui. Užsiėmimą vedė individualios priežiūros darbuotoja Asta Juškėnienė.



Pavasario mėnesiai

Individualios priežiūros darbuotoja Jūratė pakvietė 4 grupės klientus prisiminti, kas yra pavasaris, kokie mėnesiai jį sudaro ir kaip atbunda gamta. Visi drauge piešė, ką jiems simbolizuoja pavasario mėnesiai.



Darbuotojų įgyvendintos idėjos, stiprinančios komandiškumą

Protų mūšis

Gegužės 5 d. Telšių centro „Viltis“ darbuotojai dalyvavo „Protų mūšyje“, šią smagią popietę mums mielai sutiko padovanoti Telšių Vincento Borisevičiaus gimnazijos geografijos mokytoja Laima Uosytė. Gausus būrys darbuotojų pasiskirstė net į keturias komandas, kurioms sukūrė šmaikščius pavadinimus ir šūkius. Sveikiname puikiai pasirodžiusią ir nugalėjusią „(NE)ŽINIUKŲ“ komandą! Dėkojame visiems dalyvavusiems, tikimės, ne tik šauniai praleidome laiką, bet ir papildėme savo žinių bagažą.

Socialinė darbuotoja Vilma Varpiotienė



Natūrali kosmetika virtuvėje

Telšių Centro „Viltis“ kolektyvo darbuotojai dalyvavo edukacijoje „Natūrali kosmetika virtuvėje“, kurią vedė Diana Šimkuvienė. Užsiėmimo metu klausėmės bei stebėjome, kaip namų sąlygomis galima pasigaminti kremą, lūpų balzamą. Išsirinkusios patikusį eterinį aliejų pačios susimaišėme po kremo indelį. Laiką praleidome puikiai, sužinojome apie natūralią kosmetiką bei patyrėme teigiamų emocijų.

Socialinė darbuotoja Aušra Vanagaitė



Stresas ir moteriškumo paslaptys



Taip norisi prisidėti prie kolektyvo bendros atmosferos formavimo, kad moterys jaustųsi kažkiek laisviau, labiau pasitikinčios, atviresnės sau, šalia esančiam, pokyčiams... Mano pažintis su Gintare dar labiau tą norą sustiprino. Taip gimė mintis Gintarę – emocijų paleidimo trenerę, kvėpavimo terapijos specialistę, pasikviesti pas mus, sukviesti moteris į užsiėmimą - praktinę paskaitėlę su bendravimu apie moteriškumą ir kas sukelia stresą, kaip tai atpažinti, atsipalaiduoti. Vieno penktadienio popietę būrys moterų susirinkome, susėdome ratu ir įtempėme klausą, ką mums naujo pasakys. Tačiau Gintarė ne iš tų paskaitų vedėjų, kur viskas teoriška, ji tuoj pat įtraukia žmones į pokalbį, pamažu pereinant prie diskusijų ir praktinių užduotėlių. Tos porą valandų praskriejo greit, atsipalaidavome, tikiuosi kiekviena kažką naujo ir šilto išsinešėme iš susitikimo. Juk mums reikia gyvo bendravimo, žinių ne tik darbo klausimais, bet ir kaip pažinti save ir sau visų pirma padėti, būti ramesniam, pakantesniam, tiesiog būti savimi ir jaustis gerai.

Sekretorė Rovena Ribinskienė

Darbuotojų piknikas miesto šventėje

Socialinė darbuotoja Jovita Petrikienė pakvietė kolegas sudalyvauti miesto šventės piknike.



Grožio procedūros

Pavasaris, tai metas, kai norisi šypstotis ir puoštis. Individualios priežiūros darbuotojos Astos iniciatyva, mūsų merginas ap-lankė samariečių bendrijos savanorė Irma. Merginos ne tik turėjo galimybę klausytis grožio pamokėlių ir pasi-gražinti nagučius, bet ir smagiai leido laiką, besivaišindamos Irmos keptais pyragėliais. Atsidėkodamos įtei-kėme Centro jaunuolių kurtą darbėlį.

Ačiū už nuostabų laiką kartu.



Ekskursija po Telšių miestą

Birželio 9 d. Telšių centro „Viltis“ klientai, dalyvavo miesto šventės „Telšiai LinGOun“ proga organizuotoje ekskursijoje „Mano mies-tas“ su gide Laura.



Sveikatingumo maratonas



Birželio mėnesį 5 narių komanda su komandos vadove Vilma Varpiotiene dalyvavo asociacijos „Telšių bičiulių ratas“ su partneriais organizuotame sveikatingumo projekte „Sveikatingumo maratonas 2023“. Komanda intensyviai ir su dideliu užsidegimu ruošėsi varžytuvėms:

- ♦ Rengėme standinę pranešimą apie vykdomas sveikatingumo veiklas;
- ♦ Dalyvavome piešinių konkurse žmogaus saugos tema;
- ♦ Parengėme savo komandos prisistatymą. Prisistatymo metu šokome šokį „Vienintelis toks“, taip prisijungdami prie šaunios iniciatyvos „Matau Tave 2022“;

♦ Dalyvavome viktorinoje, kurios metu atsakinėjome į klausimus žmogaus saugos, žalingų įpročių prevencijos ir saugaus eismo temomis;

♦ Gaminome bei ragavome sveiką maistą „Avokadų ledai su bananais ir kokosais“. Recepto idėją pasiūlė individualios priežiūros darbuotoja Jūratė Šeputienė. Dėkojame už idėją bei pagalbą, ruošiant gardžius, o svarbiausia sveikus ledus.

Mūsų Centro komanda „Viltis“, dalyvaudama „Sveikatingumo maratonas 2023“ projekte iškovojo Telšių rajono savivaldybės mero pereinamąją taurę. Kuri mūsų komandai buvo įteikta dalyvaujant Žemaitijos krašto NVO sąsaugoje Germanto landšaftiniame draustinyje.

*Socialinė darbuotoja
Vilma Varpiotienė*



„Judėk kartu“ – vasaros žaidynės Telšių centre „Viltis“



Birželio 12-15 dienomis Telšių centras „Viltis“ judėjo kiek greitesniu nei įprastu ritmu. „Judėk“ savaitė, jau tapusi tradicija, šiemet startavo trečią kartą. Visą savaitę aktyviai judėjome, sportavome kaskart išbandydami savo galimybių ribas. Juk niekas nepaneigs, kad sportas ne tik teikia naudą kūnui ir sveikatai, bet ir gerina nuotaiką, reikšmingai sustiprina pasitikėjimą savimi.

Pirmoji „Judėk“ savaitės diena leido mums pasitikrinti vikrumą, lankstumą, reakcijos greitį. Įvairios estafetės ne tik suteikė sportinio azarto, bet padėjo suformuoti mūsų Centro komandos sudėtį baigiamajam renginiui.

Antroji diena buvo itin judri, nes „Ateities“ progimnazijos stadione karaliavo futbolas. Jau antrus metus tęsiasi draugystė su futbolo treneriu A. Kveiniu, kuris paruošia daug judrių ir smagių veiklų. Visa Centro bendruomenė gavo galimybę jėgas išbandyti futbolo mače, po kurio garbingai buvome apdovanoti medaliais. Tą dieną džiugios emocijos liejosi per kraštus, o medaliai dar ilgai džiugino širdis.

Trečiąją dieną Laura ir Morta visus pakvietė į žygi vaizdingu Germano ežero pažintiniu taku. Žygiuodami mišku gėrėjomės kraštovaizdžiu, klausėmės gamtos garsų, įveikinėjome kliūtis, ėjome lauko akmenų energetiniu labirintu. Galinėje stotelėje susitikome visi - ir tie kurie pražygiavo visą suplanuotą atstumą, ir tie, kurie tiesiog pasibuvo gamtoje, miško apsuptyje prie ežero. Papietavę ir prisipildę gamtos ramybės grįžome į Centrą.

Ketvirtoji diena - baigiamasis „Judėk“ savaitės renginys - „Judėk kartu“ - vasaros žaidynės. Į atnaujintą krepšinio aikštelę, priešais „Vilties“ centrą, sugūžėjo ne tik mūsų Centro bendruomenė, bet ir gausus būrys kitų neįgaliųjų organizacijų komandų. Svečiavosi ir buvęs profesionalus krepšininkas, dabar krepšinio treneris Darius Pakamanis, kuris pravedė apšilimo treniruotę, paskui teisėjo krepšinio varžyboms tarp komandų. O kiek gerų emocijų suteikė gauti patarimai, pamokymai, paprastas rankos paspaudimas, sportinė kova prie šaškių lentų.

Komandos jėgas išbandė ir estafetėse, baudų metimo rungtyje, žaidė kiek kitokį futbolą, o pabaigoje šoko bendrą draugystės šokį „Matau tave“. Šis šokis primena, kad visi esame skirtingi, bet galime puikiai sutarti, ištieti vieni kitiems pagalbos ranką ir gerai laiką leisti bendrystėje. Pas mus pralaimėjusių nebuvo - visos komandos buvo apdovanotos medaliais ir padėkomis, o po žaidynių kartu leido laiką bendraudami ir vaišindamiesi.

Labai džiaugiamės, kad iš nedidelio „Judėk“ sumanymo užaugome ir išėjome į platesnę

bendruomenę. Dėkojame mūsų draugams iš - VšĮ „Gyvenk kartu“, Telšių „Atžalyno“ progimnazijos Naujamiesčio skyriaus, Dūseikių socialinės globos grupinio gyvenimo namų. Taip pat nuoširdus Ačiū treneriui A. Kveiniui, už bendradarbiavimą jau antrus metus, treneriui Dariui Pakamaniui už naujai užsimezgusią ir tikimės toliau besitęsiančią draugystę.

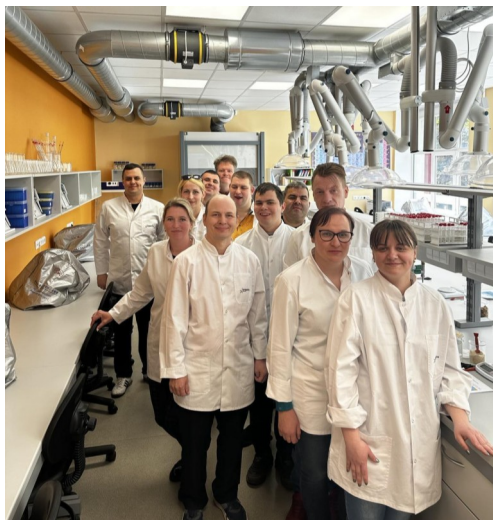
*Soc. darbuotojos
Jovita Petrikienė ir Vilma Varpiotienė*



Apsilankymai STEAM centre

Gegužės-birželio mėnesiais Centro „Viltis“ klientai drauge su darbuotojais vyko į STEAM atviros prieigos centrą – tai modernių technologijų centras, kuriame, bendradarbiaujant mokslininkams, savivaldybėms, verslininkams, sudaromos sąlygos ne tik mokiniams pamokų metu ar po jų, bet ir asmenims su negalia atlikti tyrimus, konstruoti, modeliuoti ir susipažinti su mokslo inovacijomis.

Atvykus į STEAM centrą, visus pasitiko vadovė Rita ir metodininkas Juozas, kuris mus ir supažindino su centre įsikūrusiomis laboratorijomis, jose vykdomomis veiklomis. Klientai stebėjo, metodininko Juozo eksperimentus, įdėmiai klausėsi pasakojimų, susipažino su naujomis technologijomis leidžiančiomis lazeriu išpjaustyti norimą simbolį, bei patys pabandė paeksperimentuoti.



Telšių centro „Viltis“ klientai taip pat pabuvo laborantais edukacijoje „Vandens tarša“, kurios metu iš vandens mokinosi ištraukti naftą, purvą bei kitas medžiagas. Apsilankymas STEAM atviros prieigos centre tiek klientams, tiek darbuotojams suteikė naujų potyrių, žinių ir įnešė naujovių kasdienybėje. Lauksime kitų apsilankymų rudenį.

*Socialinės darbuotojos
Julė Kikilienė ir Daiva Klovienė*

Gegužė- sporto ir sveikatingumo mėnuo

Jau antrus metus gegužės mėnesį organizuojame sportinių užsiėmimų ciklą „Gegužė sporto ir sveikatos mėnuo“. Mėnesis buvo intensyvus ir aktyvus. Rytą pradėdavome mankšta gryname ore, aktyviai leidome visas dienas. Klausėmės paskaitėlių apie vitaminų naudą, žaidėm krepšinį, futbolą, dalyvavome estafetėse, lankėme zumbos užsiėmimus.

Mėnesį užbaigėme orientacinėmis varžybomis. Tai sportas kūnui ir smegenims. Įstaigos bendruomenė buvo suskirstyta į tris komandas, kurios turėjo užšifruotomis užduotimis rasti sekančias korteles. Visi su dideliu užsidegimu aplankė net 16 stotelių ir sėkmingai pasiekė finišą. Visa įstaigos bendruomenė buvo įtrauktą į fizinės veiklas visą mėnesį, todėl puikiai esam pasiruošę pasitikti aktyvią vasarą.

Kineziterapeutė Laura Bikniūtė ir masažuotoja Morta Každailienė





TELŠIŲ
CENTRAS
Viltis

Bendradarbiauja su :



TELŠIŲ KRIZIŲ CENTRAS



MALTOS ORDINAS

LIETUVA

MALTOS ORDINO PAGALBOS TARNYBA



Telšių
Karolinos
Praniauskaitės
viešoji biblioteka



Telšių švietimo
centras



TELŠIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS



TELŠIŲ KULTŪROS CENTRAS



Telšių kunigų seminarija

TELŠIŲ MENO MOKYKLA



ŽEMAITĖS DRAMOS TEATRAS



TELŠIŲ „ATŽALYNO“
PROGIMNAZIJA



TELŠIŲ ATJAUTA



VšĮ Telšių
regioninis profesinio mokymo
centras



„TELŠIŲ BIČIULIŲ RATAS“



Jaunieji
Maltiečiai

Laikraštuko išleidimo iniciatyvinė grupė:

Irmina Dobilienė, Aušra Motuzaitė, Roven Ribinskienė ir Centro socialiniai darbuotojai

TELŠIŲ CENTRAS „VILTIS“

Įm. kodas 180703499. Kauno g. 9^a, LT-87148 Telšiai. Tel. : 8 444 78501; 8 444 78502

El.p. vsnc.telsiai@gmail.com Internetinės svetainės adresas: <http://www.vsncentras.lt/>

Atsiskaitomoji sąskaita LT834010042800060058

AB DNB bankas Telšių sk. b/k 40100

Jūs galite paremti mūsų Centro veiklą. Centras turi paramos gavėjo statusą LT674010042800090028