

Vilties žiburėlis



TELŠIŲ
CENTRAS
Viltis

2024 m. birželis Nr. 27

LAIKRAŠTUKAS

Akimirkos...



*Pro savo langą aš matau,
Kaip žydi obelys ir vyšnios.
Berželis žalias prie tvoros
Šakom siūbuoja lyg įniršęs.*



*Ir tie kaštonai išdidūs - gražūs
Tiek daug žiedų visi panašūs.
O tos šakelės neapsakytos
Tarytum žvakės joms įstatytos.*



*Melsva padangė, laukai žaliuoja,
Geltonos pienės visus vilioja.
Neužmirštuolių aš prisiskinsiu
Sau margą, gražų vainiką pinsiu.*

*(Agnė Kieraitė
„Pavasaris“)*



Šeimos šventė

Gegužės 14 dienos popietę, Centro bendruomenė drauge su klientų šeimos nariais paminėjome Šeimos dieną Žemaičių kaimo muziejuje, kur dalyvavome edukacijoje „Mažasis piemenėlis turi botagėlį“. Edukacijos metu, paslaugų gavėjai ir jų šeimos nariai, pabuvojome autentiškoje aplinkoje – neturtingo valstiečio sodyboje. Vaikstant piemenėlio takais, visi susipažinome su anuometine aplinka, piemenėlio darbu, gyvenimo sąlygomis. Visi išbandėme vaikščiojimą su klumpėmis, naščiais nešėme kibirus, lankėmės tuometiniuose statiniuose. Vaikstant po „Žemaičių kaimo muziejų“, susipažinome ir su vietos gyventojais, pamaitinome arkliukus žemaitukus bei gražiuosius triušelius. Ši edukacija subūrė Centro bendruomenę turiningai praleisti popietę visiems kartu. Dėkojame edukatorėms už puikiai praleistą popietę.

Šventės organizatoriai D. Klovienė ir R. Jonušienė



Šventė „Sveika, vasarėle“

Vasara – tai metas, kai gamta atgyja visu savo grožiu ir saulės spinduliai švelniai glosto mūsų skruostus. Tai metas, kai džiaugiamės ilgais saulėtais vakarais ir nuostabiais saulėlydžiais, gaivina ledais ir mėgaujamės kvapniu gėlių aromatu. Pilni juoko ir naujų patirčių, pasitikome vasarą renginyje „Sveika, Vasarėle“, kurio metu pasitikrinome žinias viktorinoje „Ar pažįsti gėlės?“, demonstravome taiklumą žaidime „Gėlių pieva“, o skambant smagiems muzikos akordams, šokome bei dainavome vasariškus kūrinius. Ačiū už smagų pasibuvimą kartu. Tegu kiekviena diena būna spalvinga kaip vasaros žiedai, o širdyse dega ugnelė karštesnė už saulę.

Su Vasara!

Socialinės darbuotojos A. Vagdarienė ir Z. Vilkienė



Dalyvaujame tarptautiniame projekte



Džiugi žinia mūsų bendruomenei. Telšių centras „Viltis“ įsitraukė į tarptautinį projektą CUPID (Cancer – Understanding Prevention in Intellectual Disabilities). Šio projekto metu bus sutelkta keliasdešimt EU šalių, kurių mokslininkai, NVO, tėvai/globėjai, įstaigos, teikiančios socialines paslaugas ir žmonės su intelekto negalia dirbs kartu ir sieks tobulinti vėžio prevenciją sutrikusio intelekto asmenų populiacijose. Mūsų organizacija yra vieni iš daugelio, atstovaujantys Lietuvą.

Mes dalyvausime: moksliniuose mainuose, seminaruose, dalinsimės patirtimi ir informacija, skaitysim pranešimus tarptautinėse konferencijose. Tai dar vienas stiprus žingsnis intelekto negalią turinčių žmonių gerovės link. Dėkojame Klaipėdos universitetui už pakvietimą bei bendradarbiavimą.

Direktorė Irmėna Dobilienė

Pramogos Porto boulinge



Pavasariį pasitikome draugų būryje, nuotaikingai, energingai, žaidžiant boulingą. Dėkojame konferencijų ir laisvalaikio centrui „Porto“ už suteiktas galimybes nemokamai mūsų paslaugų gavėjams apsilankyti jų centre.

O koks boulingas be skanių picų, naminės giros, ledų ar kokteilių.



Žvejyba „2024“

Birželio 6 dieną įvyko 22-asis Žvejybos renginys, kurio visus metus laukia ne tik mūsų Centro paslaugų gavėjai, bet ir mūsų draugai iš kitų socialinių įstaigų. Šiais metais sugužėjo gausus būrys dalyvių iš Mažeikių VŠĮ „Vilties erdvė“, Dūseikių socialinės globos namų, jų Grupinio gyvenimo namų gyventojai, VŠĮ „Gyvenk kartu“, Telšių „Atžalyno“ progimnazijos Naujamiesčio skyriaus mokiniai. Pirmą kartą renginyje dalyvavo mūsų nauji partneriai iš Palangos socialinių paslaugų centro. Iš viso renginyje dalyvavo apie 130 šventės dalyvių, o gal net ir daugiau.

Renginį pradėjo šios šventės pradininkas Raimondas Šilanskas. Sveikinimo bei padėkos žodį tarė Centro direktorė Irminda Dobilienė. Direktorė dėkojo visiems už bendrystę, džiaugėsi, kad tęsiama tokia graži tradicija ir jau 22-ąją kartą galime susitikti renginyje „Žvejyba 2024“, kuris suvienija įvairias organizacijas, teikiančias socialines paslaugas asmenims su negalia.

Vėliau sveikinimo žodis buvo suteiktas Telšių rajono savivaldybės vicemerui Almantui Lukavičiui. Renginyje taip pat dalyvavo Telšių rajono savivaldybės administracijos Socialinės paramos ir rūpybos skyriaus darbuotojai. Už kvietimą dalyvauti renginyje „Žvejyba 2024“ dėkojo partneriai iš kitų socialinių įstaigų.

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. Šventėje dalyvavo ir nepažįstamasis, mažasis žvejys, kuris mėgsta žvejoti nuo pat vaikystės, kuris užuot vykęs į ekskursiją su klasės draugais, pasirinko dalyvauti mūsų „Žvejybos“ renginyje.



Šiais metais su didžiuliu noru prie mūsų renginio prisijungė Rūdūpių kaimo bendruomenė, kuri visus šventės dalyvius vaišina čia pat, ant laužo virtu žemaitišku šiupinium, naminiu sūriu, obuolių pyragu, saldžiais grybais bei namine gira. Džiaugiamės galėdami pritraukti į šventę naujų bendruomenės narių, kurie gali prisiliesti prie žmonių, turinčių negalią. Išeidami, savo aplinkoje, jie toliau gali nešti žinią apie mūsų organizaciją, paslaugų gavėjus, mūsų įstaigos įgyvendinamas veiklas.

Renginio pabaigoje padėkota „Sodybos prie tvenkinio“, savininkei Staselei Abelkytei, kuri jau ketvirtą kartą neatlygintinai, geranoriškai, išileidžia mus prie savo tvenkinio. Atsidėkodami padovanojome užimtumo specialisto Rimo Jonušo sukurtą ir pagamintą meninę skulptūrą „Drugelis“. Taip pat padėkota Rūdūpių kaimo bendruomenei ir jų pirmininkei Rimai Kačinskienei už nuoširdų bendravimą, aktyvų įsitraukimą, organizuojant mūsų įstaigos tradicinį renginį.

Telšių centro „Viltis“ bendruomenė dėkoja visiems renginio iniciatoriams, rėmėjams – Žvejų būreliui „Tausalas“, Vygantui Alseikai, partneriams – Telšių kultūros centrui, dainių autoriui ir atlikėjui Juventui Radziui už nuoširdų bendravimą, aktyvų įsitraukimą, prisidėjimą, organizuojant kasmetinį renginį „Žvejyba“, skirtą asmenims su negalia. Prisijungusiam jaunimui su šokiais ir dainomis: Paulinai, Svajai ir Kamilei.

Taip pat esame labai dėkingi visiems Centro darbuotojams, kurie prisidėjo prie renginio įgyvendinimo (žuvies paruošėjams, žuvynės virėjams, meškerių paruošėjams ir kt.). Galima sukurti nuostabų renginį, tik visų mūsų pastangų dėka. Ačiū.



Pavaduotoja socialiniam darbui Aušra Motuzaitė

Pažintis su Telšių regioninio profesinio mokymo centro veikla

Gegužės 21 dieną su Centro bendruomene vyko į profesinio rengimo centrą. Telšių Regioninio profesinio mokymo centro mokytojai supažindino paslaugų gavėjus su įvairiomis profesijų programomis. Praktinių užsiėmimų metu plačiau susipažinome su apdailininkų ir tinkuotojų profesijomis. Visi labai džiaugėmės, galėdami kurti plytelių mozaikas.



Socialinė darbuotoja D. Klovienė



Pažintis su naujais namais

Telšių centras „Viltis“, įgyvendindamas projektą „Bendruomeninių apgyvendinimo bei užimtumo paslaugų su proto ir psichikos negalia plėtra Telšių rajone“, šiais metais pradės teikti ilgalaikės socialinės globos paslaugas padalinyje Grupinio gyvenimo namuose (toliau – GGN), asmenims su intelekto ar psichosocialine negalia. Namuose gyvens 10 gyventojų, dalis jų atvyks iš Dūseikių socialinės globos namų, dalis iš Telšių miesto bendruomenės. GGN dirbs vyr. socialinis darbuotojas, socialinis darbuotojas bei šeši individualios priežiūros darbuotojai.

GGN paslaugų tikslas – sudaryti sąlygas suaugusiems asmenims, turintiems psichikos ar proto negalią, gyventi bendruomenėje ir siekti asmens optimalaus savarankiško funkcionavimo visuomenėje, teikiant paramą.



Iš projekto lėšų įsigytas namas, jis rekonstruotas, pritaikytas Grupinio gyvenimo namų veiklai, pagal Higienos ir Socialinės globos normas, įsigyti visi reikalingi baldai bei įranga.



Gegužės 22 d. GGN lankėsi būsimi namų gyventojai, iš Dūseikių socialinės globos namų. Centro direktorė I. Dobilienė, apibendrinama susitikimą sakė, kad „Svarbu yra „pasimatuoti“ patalpas, o ypač tas, kurias žmogus vadins savo namais. Tik taip galime pamatyti tobulintinus dalykus. Ir kas svarbiausia, reikia išklausti žmogaus lūkesčius ir į juos atsižvelgti. Tik taip būsime vieninga bendruomenė“.

Visi su nekantrumu laukiame Grupinio gyvenimo namų atidarymo ir būsimų gyventojų.

Pavaduotoja socialiniam darbui A. Motuzaitė

Išvyka į „Vinetu“ kaimą ir karinę bazę

Telšių centro „Viltis“ paslaugų gavėjai visada su nekantrumu laukia kasmetinės išvykos, kad galėtų pasidžiaugti vienas kito draugija, aplankyti dar nematytas vietas ir patirti naujų išpūdžių. Šį kartą visa Centro bendruomenė nusprendė apsilankyti Klaipėdoje, nes sulaukėme netikėto ir itin malonaus vieno iš paslaugų gavėjų tėvelio pakvietimo atvykti į Lietuvos didžiojo kunigaikščio Butigeidžio dragūnų batalioną.



Mūsų kelionė prasidėjo nuo smagaus apsilankymo „Vinetu“ kaime. Tai gyvosios indėnų istorijos muziejus po atviru dangumi, kuris puoselėja Šiaurės Amerikos indėnų tradicijas. Čia dunda indėnų būgnai, į dangų stiebiasi mistiniai toteminiai stulpai, akmenų labirintai veda link atsakymų į svarbiausius gyvenimo klausimus. Mistinių galių turinčiame energetiniame labirinte visi galėjome įgalinti savo slaptas svajones ir norus, labiau pažinti save. „Vinetu“ kaime įkurtame indėnų muziejuje matėme įvairiausių rankdarbių, meno ir juvelyrinių dirbinių, toteminių stulpų, muzikos instrumentų, aprangos ir puošybos detalių, senovinių nuotraukų ir paveikslų. Indėnų apeiginėje palapinėje tipi dalyvavome rituale, sužinojome įvairių amuletų, toteminių stulpų, taikos pypkės bei kitų šventų talismanų reikšmę bei svarbą indėnų kultūroje. Taip pat mūsų laukė indėnų kliūčių ruožas, žaidimai ir rungtys lauke. Gyvūnų mėgėjai turėjo galimybę susipažinti su avelėmis, ožkomis, vištytėmis, antytėmis ir spalvingais kalakutais.

Susipažinę su indėnų kultūra ir puikiai praleidę laiką, išsiruošėme į Dragūnų batalioną. Dragūnas – tai karys, pasižymintis savo jėga, drąsa, universalumu, ištverme bei sumanumu. Bataliono simbolis yra trigalvis drakonas. Tai grėsmingas padaras, pasirengęs sutikti priešą ugnimi ir kalaviu, kaip patys dragūnai, nešiojantys šį ženklą ant uniformų. Trys drakono galvos simbolizuoja dragūnų kovą su sausumos, jūrų ir oro priešais. Lietuvos didžiojo kunigaikščio Butigeidžio dragūnų batalione mums buvo pristatyta Lietuvos kariuomenės ginkluotė ir karinė technika bei leista išbandyti kario ekipuotę. Taip pat pamatėme, kokiomis sąlygomis gyvena jaunieji kariai.

Savo kelionę užbaigėme aplankydami mūsų nuostabųjį pajūrį, kur atsigaiviname, linksmai pabraidėme ir pasitaškėme šaltoje Baltijoje.

Socialinė darbuotoja V. Varpiotienė



Plaukimas „Drakonų“ valtimis

Birželio 8 dieną Telšių centro „Viltis“ komanda dalyvavo „Drakonų“ valčių lenktynėse. Nors ežeras bangavo, valtys skendo, tačiau mūsų komanda sėkmingai atsilaikė ir pasiekė lenktynių finišą. Viens, du, try – priekyje Viltis!



Dalyvavome miesto bendruomenių piknike

Telšių centro „Viltis“ bendruomenė dalyvavo Masčio ežero pakrantėje vykusiame Telšių miesto bendruomenių piknike. Mėgavomės laiku, gamtos ir muzikos apsuptyje, būdami bendrystėje su kitų organizacijų nariais, kolektyvais.



Savanorių išlydėjimas

Šiltą gegužės popietę su dainomis ir šokiais, besivaišindami namine gira, išlydėjome mūsų savanorius iš Telšių Vyskupo Vincento Borisevičiaus kunigų seminarijos parengiamojo kurso, kurie savo bendrystę mus džiugino beveik visus metus. Linkime jiems šviesaus, palaimingo kelio, einant link pasirinkto tikslo.



Judėk kartu“ – vasaros žaidynės 2024



Įsibėgėjusi vasara vėl mus sukvieta į jau tradicine tapusią „Judėk“ savaitę, kuri Telšių centre „Viltis“ vyko jau ketvirtus metus. Nepaisant to, kad gamta mus šiomis dienomis lepino itin dideliu karščiu, tačiau šios „Judėk“ savaitės metu tikrai daug judėjome ir nemažai nuveikėme.

Džiaugiamės jau sukurtais tvirtais bendruomeniniais santykiais su Telšių sporto bendruomene ir vis dar atrandamomis naujomis sporto šakomis. Pirmą „Judėk“ savaitės dieną vėl žaidėme futbolą su treneriu A. Kveiniu, kuris visuomet mus nustebina įvairiomis veiklomis, bei pradžiuginančiais medaliais ir vaišėmis. Antrą dieną išbandėme jėgas sportinėse rungtyse. Trečią

dieną susipažinome su mums dar nepažįstama sporto šaka – tenisu. Apsilankėme teniso klube

„Smešas“, kur išbandėme savo taiklumą ir smūgių stiprumą. Ketvirtą dieną vyko į Telšių centrinį stadioną, kur lengvosios atletikos trenerė L. Kaveckienė leido „žvilgtelėti“ į lengvaatlečių treniruočių kasdienybę ir alinantį darbą ruošiantis varžyboms. Galėjome ir patys išbandyti lengvosios atletikos pratimus ir inventorių. Penktą dieną – didelė šventė ne tik Telšių centro „Viltis“ bendruomenei, bet ir puiki proga susitikti ir pasivaržyti su draugais iš kitų žmonių su negalia bendruomenių. Žaidynėse dalyvavo VŠĮ „Gyvenk kartu“, Dūseikių grupinio gyvenimo namų, Dūseikių socialinės globos namų, bei Telšių centro „Viltis“ komandos. Po visus išjudinusio apšilimo, kurį pravedė Telšių šokių, mados ir grožio studijos „Lokė“ vadovė, Zumba Fitnes instruktorė Daina Tamulionienė, prasidėjo sportinės varžytuvės, su daug emocijų ir palaikymo šūkinių. Pasivaržę ir apdovanoti dar pasibuvome, dalijomės įspūdžiais, bendravome, vaišinomės.

„Judėk kartu“ - vasaros žaidynės, ne tik skatina judėjimą, bei populiarina socialinį darbą, bet ir kuria tvirtus ryšius su kitomis socialinėmis įstaigomis, vietos sporto bendruomene.



Socialinės darbuotojos J. Petrikienė ir V. Varpiotienė

Dalinimasis gerąja patirtimi su Mažeikių nakvynės namų darbuotojais

Gegužės 7 d. Centre lankėsi Mažeikių nakvynės namų darbuotojai su įstaigos vadovu K. Gusaravu. Susitikimo metu darbuotojai pasidalijo savo džiaugsmiais, aptarė darbe pasitaikančius didžiausius iššūkius.



Džiugu, kad tokių susitikimų metu galime įvertinti savo profesinę veiklą, pasisemti naujų žinių. Labai svarbu, kad kiekvienas, socialinių paslaugų srityje dirbantis specialistas, atrastų sau tinkamą darbo vietą, kurioje galėtų realizuoti save bei suteiktų pagalbą žmogui, kuriam jos reikia.

*Pavaduotoja socialiniam darbui
A. Motuzaitė*

Edukacija STEAM Centre

Edukacijoje „Gintaro savybių nustatymas“ STEAM centre, metodininkė Rima supažindino net su 7 gintaro savybėmis, papasakojo, kur galima rasti, kokio dydžio bei iš ko sudarytas gintaras.

Palinkėjome vieni kitiems gražios vasaros ir iki susitikimo rudenį naujose veiklose.



Pažintis su profesionalių gelbėtojų darbu

Gegužės 9 d. vyko į Telšių priešgaisrinę ir gelbėjimo tarnybą. Susipažino su gelbėjimo įranga, darbo specifika. Sužinojo, kaip pasiruošiama ekstriniams iškvietimams, kokią įrangą paruošti, kokius įrankius ir kam naudoti. Paslaugų gavėjai įgijo daug žinių apie ugniagesių gelbėtojų darbą.



Mokymai paslaugų gavėjams, jų tėvams/ globėjams

Gegužės 28 d. mūsų Centre vyko seminaras, finansuojamas Asmens su negalia teisių apsaugos agentūros lėšomis „Neapykantos kalba, smurtas prieš asmenis su negalia ar/ir jų tėvus, globėjus“.

Seminarą vedė Kauno apskrities moterų krizių centro psichologė ir Kauno apskrities moterų krizių centro vadovė Naura Daukšienė. Mokymų metu susipažinome su įvairiomis smurto formomis, su kuriomis žmonės su intelekto ir elgesio, kompleksiniais sutrikimais, gali susidurti ne tik šeimoje, bet ir viešųjų paslaugų įstaigose – sveikatos sistemos, savivaldybėse, policijos nuovadose, socialinio draudimo įstaigose, mokyklose, užimtumo tarnybose, negalios NVO.

Seminaro metu buvo kalbama, kaip atpažinti ir mažinti smurto apraiškas, kaip mažinti neapykantos kalbą bei organizuojama diskusija, įtraukiant žmones su negalia, jų tėvus ir/ar globėjus.

Dėkojame Lietuvos sutrikusio intelekto žmonių globos bendrijai „Viltis“ už organizuotus mokymus mūsų įstaigoje bei metodinę medžiagą „Ką daryti, kai prasideda ekstremali situacija?“, kurios tekstai parašyti lengvai suprantama kalba mūsų paslaugų gavėjams.

Pavaduotoja socialiniam darbui A. Motuzaitė



Telšių meškučių beieškant...

Sudalyvavome Telšių Turizmo centro organizuotoje ekskursijoje – ieškojome Meškučių Telšių mieste. Suskaičiavome – 23, nors jų mieste yra virš 50. Taip pat pasižvalgėme meškučių muziejuje.

Dėkojame gidei Jurgitai už šiltą bendravimą ir dovanėles.



Išvyka į Energetinių labirintų ir geometrinių figūrų parką

Labirintai, tai pabuvimas su savimi, ieškojimas savęs. 3 grupės paslaugų gavėjai pabuvojo gamtos apsuptyje, nuostabioje vietoje Plungės raj. Likšų 5, Energetinių labirintų ir geometrinių figūrų parke. Kiekvienas atsipalaidavome, grožėjosi gamta, vaikščiojo labirintais.

Parsivežė gerą nuotaiką ir puikias emocijas.



Pasivaikščiojimai Degaičių parke...

6 grupės paslaugų gavėjai su darbuotojais lankėsi Degaičių dvaro sodybos parke. Pasivaikščiojo vingiuotais takeliais, pasigrožėjo įvairia parko augmenija. Ir žinoma, išiamžino prie pagrindinio eksponato – net 1800 kg. sveriančio dviračio.



Biržuvėnų dvaro unikalumas

Biržuvėnų dvaras garsėja unikaliais pastatais, gražia supančia gamta. Šis dvaras žymus, išlikusia architektūra, amatiniais dirbiniais ir Gorskių giminės palikimu, atrastu po gaisro (lobiu) – 300 porceliano indų ir 4 buteliais vyno. Ši išvyka labai patiko ir suteikė daug džiaugsmo paslaugų gavėjams.



Svečiuose miškininkai ...

Vieną gražią, pavasario dieną pas mus svečiavosi miškininkai ir papasakojo apie paukščių namelius, kokie jie turėtų būti, kokių klaidų nedaryti juos kalant, taip pat kokie paukšteliai juose gyvena. Dėkojame miškininkams už bendrystę ir draugystę bei naujus namelius paukšteliams.

Taip pat pasipuošėme savo gamintais kiaušiniais Velykų medelį ir žaidėme linksmą judrų žaidimą „Nešu, nešu kiaušį“. Tokia graži ir prasminga pavasario pradžia.

Socialinė darbuotoja J. Kikilienė



Atvelykio šventė

Pavasaris – vienas iš džiaugsmingiausių metų laikų, kai mus džiugina vis šilčiau šviečianti saulutė, sužaliuojantys medžiai bei ilgėjančios dienos.

Atvelykis yra švenčiamas pirmąjį sekmadienį po Velykų. Kaip ir kiekvienais metais, Centro užimtumo specialistai Asta, Jolanta, Rūta ir Rimas, sukvietė visus į Atvelykio šventę Centro kieme. Ten žaidėme įvairius judrius žaidimus, ridenome margučius, ieškojome Velykų bobutės lobio, vaišinomės čia pat kepama kiaušiniene.

Atgimstanti gamta dažniausiai ir žmonėse atgaivina gyvenimo džiaugsmą, kai norisi kuo daugiau laiko praleisti lauke, sugerti visus saulės spindulius.

Užimtumo specialistai



Išvyka į spektaklį „Marti“



Trumpalaikės socialinės globos iki 5 parų per savaitę paslaugų gavėjai kartu su individualios priežiūros darbuotojomis lankėsi legendiniame spektaklyje „Marti“. Spektaklis nepaliko abejingų, visi parsivežėme daug teigiamų emocijų.

Sveikatingumo paskaitėlės



Bendrosios praktikos slaugytoja Regina lankėsi visose grupėse ir vedė paskaitas paslaugų gavėjams apie asmens higieną, sveiką mitybą, ausų higieną ir priežiūrą, apsaugą nuo erkių ir kt.



Apsilankymas parodoje

Birželio 11 d. 3 grupės paslaugų gavėjai vyko į Telšių kultūros centrą, kuriame buvo eksponuojama medinių žaislų ir lėlių paroda.

Išvykos metu pabuvojo ir Telšių miesto žinomose vietose.



Išvyka į spektaklį „Svečias“

Balandžio 26 dieną Telšių centro „Viltis“ bendruomenė buvo pakviesta į spektaklio „Svečias“ peržiūrą Telšių Žemaitės dramos teatre. Spektaklyje buvo vaizduojamas poros ir tarno gyvenimas, kurį netikėtai sudrumstė į namus įlindęs keistas padaras. Tai istorija apie tai, kaip ši ketveriukė tarpusavyje kovoja, bando derėtis ir vienas kitą ignoruoja, bando susitaikyti, bet ir nenusileisti. Jiems drauge – blogai, atskirai – dar blogiau. Nors spektaklis yra skirtas jaunajai auditorijai, tačiau yra įdomus visiems. Visa bendruomenė ne tik smagiai praleido popietę, bet ir praplėtė savo akiratį.

*Socialinės darbuotojos V. Varpiotienė
ir D. Klovienė*



Spalvų muzika ir Katinų muziejus

Spalvų muzika – kas tai? Pagrindinė spalvų muzikos idėja – muzikinių garsų aukščio žymėjimas skirtingomis spalvomis. Tai muzikos mokymo metodas – paprastas ir efektyvus.

Pramoginė kelionė į Šiaulių miestą, kurios metu aplankėme Katinų muziejų, likome sužavėti ne tik katinų statulėlėmis, paveikslais, bet ir gyvų katinų meilumu – katiniskumu. Ten pat matėme ir iguanų, triušių, gyvačių. Labiausiai džiugino kalbanti papūga. Taip pat prasiėjome Šiaulių bulvaru – išskirtine Šiaulių vieta, kur susipina istorinių akcentų, architektūrinių sprendimų, miesto simboliškos atributų ir šiuolaikinio gyvenimo aktualijų elementai.

Mūsų Cento paslaugų gavėjai turėjo puikią progą pabuvoti neeiliniame koncerte, paganyti akis, pasidžiaugti garsiais atlikėjais, išgirsti įvairių improvizacijų. Šiauliuose vyko Lietuvos specialiosios kūrybos draugijos Gubojų suorganizuotas „Spalvų muzikos“ orkestro koncertas. Renginį vedė Lietuvos dainininkas, džiazo atlikėjas, kolektyvo „Jazz Island“ narys – Jurgis Brūzga. Kartu su Spalvų orkestru grojo Petras Vyšniauskas, džiazo muzikantas, saksofonistas, klarnetistas, Lietuvos muzikos ir teatro akademijos Instrumentinės ir chorinės muzikos fakulteto Džiazo katedros docentas, pianistė Aleksandra Žvirblytė – Lietuvos muzikos akademijos Fortepijono katedros profesorė ir akordeonistas Vytenis Danielius.

Grįžome pilni išpūdžių, pavargę, bet laimingi.

Užimtumo specialistė A. Veselienė



Joninių šventė

Tradiciškai, artėjant kalendorinėms Joninių šventėms, Centro užimtumo specialistai subūrė mūsų paslaugų gavėjus ir darbuotojus į Rūtos ir Rimo Jonušų sodybą, švęsti Joninių šventę. Pynėme Joninių vainikus, žaidėme žaidimus, mus linksmينو animatorė Jovidė, o Džiugo gimnazijos abiturientai Kamilė, Paulina, Svaja ir Elėjus dovanojo dainas ir šokius. Skanavome cukraus vatos, stiprinomės šaltibarščiais. Nors oras mums nebuvo palankus ir mūsų negailėjo, bet šventėms blogo oro nebūna.

Užimtumo specialistai



Gegužė ir vėl pas mus sveikatingumo mėnuo...

Gegužės mėnesį susitelkėme į sveikatingumo skatinimą ir aktyvų gyvenimo būdą. Nuo rytinių mankštų iki įdomių Xbox žaidimų, šis mėnuo buvo pilnas energijos ir veiksmo.

Vienas iš sveikatingumo mėnesio tradicijų tapo rytinės mankštos gryname ore, kurios suteikė galimybę pradėti dieną pilniems energijos. Kiekvieną rytą rinkomės į kiemą, kad susivienytume prie šio sveiko rytinio ritualo. Be to, nepraleidome progos pašokti zumbą. Puikiai išsiaiškinome, kad Xbox



žaidimai gali būti ne tik pramoginiai, bet ir naudingi sveikatai. Entuziastingai žaidėme įvairių judesių reikalaujančius žaidimus, tokius kaip Kinect sporto judesio žaidimai, kurių metu galima ne tik linksmai praleisti laiką, bet ir išlieti prakaitėlį.

Taip pat neįmanoma nepaminėti estafečių. Dalyviai mielai dalyvavo šiose komandinėse varžybose, kurių metu ne tik buvo lavinama fizinė ištvermė, bet ir skatinama komandinė dvasia.

Be fizinio aktyvumo, buvo svarbi ir teisinga mityba. Todėl daug dėmesio buvo skiriama sveikos mitybos piramidei, kuri padeda suvokti, kokios maisto produktų grupės yra svarbios mūsų organizmui ir kiekvieną dieną turėtų būti įtrauktos į mūsų mitybą.

Gegužės mėnesį įvyko susipažinimas su baseinu. Ketvirtadieniais ir penktadieniais mėgavomės plaukiojimu baseine ir sukurine vonia. Praleistos akimirkos atnešė džiaugsmo ir atgaivos. Tai padėjo palaikyti aktyvų ir sveiką gyvenimo būdą.

Galime teigti, kad gegužės mėnuo buvo įkūnijęs aktyvumo ir sveikatingumo dvasią, padėjo pajusti energijos bangą, kuri ne tik padėjo išlaikyti gerą savijautą, bet ir skatino tobulinti savo fizinę sveikatą.

Masažuotoja Morta ir kineziterapeutė Laura

LABAS!
HEI! HI!

EI, JAUNUOLI!

TURI LAISVO LAIKO? O GAL REIKIA SOCIALINIŲ VALANDŲ?

DRAUGĖ GALIME:

ŽAISTI STALO ŽAIDIMUS **PIEŠTI**
DAINUOTI **ŠOKTI**
BENDRAUTI

ATEIK Į CENTRĄ
TELŠIŲ CENTRAS
Viltis

Kauno g. 9 A, Telšiai
Tel. 8 444 78501

Turi savo idėjų? Realizuok jas kartu su manimi



TELŠIŲ
CENTRAS
Viltis

Bendradarbiauja su :



MALTOS ORDINAS
LIETUVA

MALTOS ORDINO PAGALBOS TARNYBA



TELŠIŲ KRIZIŲ CENTRAS



Telšių
Karolinos
Pranaiuskaitės
viešoji biblioteka



Telšių švietimo
centras



TELŠIŲ RAJONO SAVIVALDYBĖS
VISOUMENĖS SVEIKATOS BIURAS



TELŠIŲ KULTŪROS CENTRAS



Telšių kunigų seminarija

TELŠIŲ MENO MOKYKLA



ŽEMAITĖS DRAMOS TEATRAS



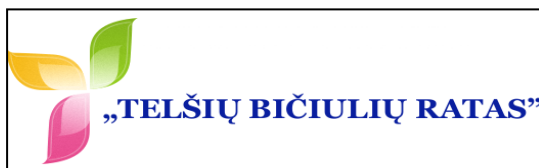
TELŠIŲ „ATŽALYNO“
PROGIMNAZIJA



TELŠIŲ ATJAUTA



VšĮ Telšių
regioninis profesinio mokymo
Centras



„TELŠIŲ BIČIULIŲ RATAS“



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. : 0 444 78501; 0 444 78502

El.p. viltis@tcv.lt Internetinės svetainės adresas: <https://tcv.lt/>

Atsiskaitomoji sąskaita LT834010042800060058

AB Luminor bankas Telšių sk. b/k 40100

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