

# PRO RAKTO SKYLUTĘ

(Negali nepaskaityti)

2022 m. balandis - birželis  
NR. 34

## Skyrelis „NAUJIENAI“

### MĖLYNI LIETAUS LAŠELIAI...

Kovo 31 d. paminėjome Pasaulinę Autizmo supratimo dieną. Visą savaitę ruošėmės: piešėm solidarumo medį, spalvinom medį, rankas išsidažėm, kūrėm su dažais (mėlyna, geltona - Ukrainos vėliavos spalvos; geltona, žalia, raudona - Lietuvos vėliavos spalvos). Taip norėjom padėti, parodyti pagarbą, toleranciją, palaikymą, o balandžiai medyje neša taiką. Mūsų delnų anspaudai - medžio žiedai. Visi linksmi fotografavomės, buvome mėlynai apsirengę. Mėlyna spalva - Autizmo dienos simbolinė spalva, kviečianti pasaulį matyti kitaip.

Mantas G.



### PRAMOGAUJAM IR POKŠTAUJAM

Balandžio 1 d. minima Tarptautinė juokų, pokštų ir melagių diena. Juokas - RIMTAS DALYKAS... Juoktis sveika... Juokas prailgina gyvenimą..., todėl dienos centre trankiai ir smagiai nuaidėjo juokų diena apie kurią PASKAITYKITE plačiau.

**Ingrida** - „Man patiko juoko diena, kad galėjom juokauti. Balionai buvo su kojomis, su tokiom kaip maudymosi šlepetės iš popieriaus. Pripūsti, gražūs, su šypsenom. Prikabinti prie lubų. Sigutė mane buvo apgavusi. Reikėjo paduot balioną draugams rate.“

*Kas iškrito, reikėjo atsisėsti tam. Nespėdavo paduoti baliono. Klausėmės muzikos."*

Ingrida K.



## **SVEIKAS ŽMOGUS - LAIMINGAS ŽMOGUS**

Balandžio 7 d. yra Pasaulinė sveikatos diena, todėl dienos centre Šiaulių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro specialistė Viktorija Strazdinienė, vykdanči visuomenės sveikatos stiprinimą mums papasakojo apie vandens naudą, sveiką mitybą ir kita. PASKAITYKITE, ką lankytojai žino apie sveikatą.

**Vitalija**

*SVEIKATA - „gera nuotaika. Sveikatos dieną vadinčiau švente. Viktorija apie vaisius papasakojo. Reikia dėti į lėkštutes, susipjaustyti mažais gabaliukais. Jei žmonės suserga, reikia išgerti vaistus. Jei nesingtume, viskas būtų gerai“.*

**Ingrida**

*SVEIKATA - „geras imunitetas. Sveikas žmogus - AŠ. Bananų, morkų, apelsinų daug valgyt reik, vandens reik gert“.*

**Irina**

*SVEIKATA - „kai niekas neseraga. Tai turtas mano. Apie obuolius šnekėjo. Reik valgyt daug obuolių - bus gera nuotaika, valgyti apelsinus - pagerės sveikata“.*

*SVEIKATA - „gyvent sveikai, mankštintis, daug sportuoti. SVEIKAS ŽMOGUS - laimingas žmogus. Reik valgyt vaisius ir daržoves, vandens daug gert (5 litrus) ir būsim sveiki. Visko gaunam iš maisto: energijos, stiprybės, protingų, šviesių minčių“.*

**Kastytis**

Neringa

„Kalbėjom apie SVEIKATĄ. Reikia valgyti daržoves, valyt dantis, kad švarūs būtų, košių valgyti. Nesveika gerti kokakolą. Juoktis reikia, kad šypsena būtų.“

SVEIKATA - „sveikai valgyti, įvairų, skanų maistą. Mankštintis reikia, sportuoti reikia. Kamuoļj nuo tetos gražų... Mėtau į žemę.“

Gintarė



### KOMANDŲ ŠURMULYS

Kiekvieną mėnesį lankytojai „Idėjos kelionės“ metu siūlo savo idėjas, kurias užrašomos ant lapo, o darbuotojų pagalba jos smagiai įgyvendinamos. Bronius džiaugėsi suorganizavęs linksmą žaidimą draugams. Kaip jam sekėsi, PASKAITYKITE plačiau.

**BRONIUS - „ŽAIDIMO „ALIAS“ TURNYRAS“:** „Pristačiau žaidimą „Alias“. Žaidėjai pasiskirstė į dvi komandas: „Pasiutėliai“ ir „Išdykėliai“. Aš rašiau balus ir žiūrėjau laiką, kada „Stop“ sakyti. Reikėjo suvaidinti iš kortelės, žodžiais sakydavo. Vieni su rankom rodė į viršų, kiti - į šonus skleidė, kiti - atkartodavo tą patį žodį, veiksma, garsą. Darbuotojai padėdavo lankytojams. Man buvo linksmu. Linksmi pasakojo, džiaugsmingai. Visų komandų šurmuly. Kova tarp komandų, nes norėjo laimėti taškais. Laimėjo draugystė. Sėkmingas žaidimas. Garsiai šūkavo komandos. Pakilo azartas. Man linksmu, kad įvykdžiau idėją.“



## SPALVOTŲ MARGUČIŲ LIETUS

Lietingą ir niūrią pavasario dieną atėjo į mūsų dienos centrą kiaušinių žaidynės linksmos. Pirmiausia, pasiklausėm istorijų apie Velykų tradicijas bei kaip kiti žmonės dažo kiaušinius su vašku, su lapais. Renčiukas kartu su darbuotoja skaitė gražius žodžius apie Velykas. Po istorijų atsirado stebuklingi žaidimai. Bronius metė kamuoli višiams, o išgirdus žodį reikėjo pasakyti, ar įvardintas gyvūnas deda kiaušinį ar ne. Ridenom kiaušinius ir ant žemės pasipylė daug margučių lyg spalvotų margučių lietus. Paleistas kiaušinis linksmi ridenosi ir ieškojo sau draugo, o atsitrenkę susitikdavo. Ridenom, o numušę kiaušinį - pasiimdavom, tačiau nebuvo vieno laimėtojo - laimėjo draugystė. Kiaušiniai buvo spalvoti, su lipdukais, su raštais įvairiais. Velykos - nuostabi šventė, nes galima dažyti margučius, ridenti, daužyti, valgyti. Visi kėlėm didelį šurmulį ir saugojom, kad nesudaužytume. Mūsų šventė - DŽIAUGSMINGA IR LAIMINGA.

Kastytis V.



## VELYKŲ STEBUKLAS

Balandžio 20 d. Įstaigos bendruomenės nariai aplankė Šiaulių rajono savivaldybės kultūros centro amfiteatre įsikūrusį Velykinį kiemelį, kuriame netrūko muzikos, dainų, šokių bei smagių žaidimų. Viena šventėje dalyvavusi lankytoja noriai dalinasi išpūdžiais, PASKAITYKITE:

**Vitalija** - „*Ėjom į šventę. Sėdėjom ant suoliukų. Vėjuota, bet graži diena, saulėta. Kiaušinius ridenau. Nuo kalniuko ridenau kiaušinius velykinius. Kaip atrodo? Gražūs, margi,*

*su vašku dažyti. Buvo suskilę, kai ridenom. Pasibučiuoj su kiaušiniu. Ridenom dūžtančius kiaušinius per lentą kiaušiniams ridenti. Ridenom kiaušinius ant žolės. Reikėjo nuridenti į namučius. Raudoni, mėlyni, stori ir dideli. Piešėm ant didelio kiaušinio. Dariau tatuiruotę ant rankos - drugelį skraidantį. Plasnoja drugelis. Kai darė drugelį, jutau švelnumą. Parodysiu mamai drugelį, tetei."*



### **PICA KVEPIANTI DIENA**

Pica - tai vienas populiariausių patiekalų pasaulyje, neveltui Įstaigoje nuaidėjo picos šventė, kuri prasidėjo judriu žaidimu: „Picos kepimas“. Vėliau lankytojai kartu su darbuotojais kepė picą: kočiojo tešlą ir formavo picos pagrindą ant kurio tepė sumaišytą majonezą su pomidorų padažu bei dėjo kitus ingredientus: dešrą, agurkus, tarkuotą sūrį, picos prieskonius ir visa tai kišo į karštą orkaitę. Kol vieni kepė picas, kiti jas spalvino ant popieriaus ir kabino ant sienos parodai. Taip pat, vyko degustacija, kuomet užmerktomis akimis ragaujant įvairius maisto ingredientus, reikėjo pasakyti, ar tai dedama ant picos ar ne. Šventės pabaigoje visi kartu skanavo savo ruoštas gardžias picas.

Įstaigos bendruomenės nariai



## MES - EQUASS ŠEIMOS DALIS

VšĮ „Dienos centras sutrikusio intelekto asmenims“ 2020-2021 metais įgyvendino projektą „Socialinių paslaugų kokybės gerinimas, taikant EQUASS kokybės sistemą“. EQUASS - tai Europos socialinių paslaugų kokybės užtikrinimo sistema, kuri yra Europos reabilitacijos platformos iniciatyva.

Vasario 7 d. Įstaigos bendruomenei džiugi diena, nes European Platform for Rehabilitation - EQUASS projektų ir renginių vadovė Benedetta Pesce informavo, kad Įstaigoje teikiamos paslaugos atitinka visus EQUASS Assurance kriterijus ir bus įteiktas EQUASS Assurance kokybės sertifikatas.

Gegužės 20 d., EQUASS konferencijos „Socialinių Paslaugų kokybės kultūrą keičiančios patirtys“ metu, Įstaigos atstovams oficialų EQUASS socialinių paslaugų kokybės sertifikatą įteikė Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministrė Monika Navickienė.

Mes drąsiai galime sakyti, jog Įstaigoje teikiamos europietiškos, aukštos kokybės socialinės paslaugos, grįstos lankytojų įtraukimu, įgalinimo ir socialiniu dalyvavimu. Tik nuostabaus kolektyvo dėka buvo pasiektas šis rezultatas. O dabar PASKAITYKITE plačiau, kaip lankytojai vertina EQUASS sistemą.



*„Simboliai padeda įsisavinti, aiškiau. Žinau, kas bus. Nereik darbuotojų klausinėti, kas bus. Įsigalint. Aptariam veiklas, planuojam. Išklaudyti. Galiu pasakyt savo nuomonę. Paslaugų gavėjų taryba - aptariam idėjas, ko reik, ko nereik. Planuojam idėjas, šventę, kad būtų geriau, kaip smagiau.“*

**Deivydas**

*„Su darbuotoju išsikeliame tikslą.“*

**Arūnas**

*„Laimėjome projektą, atsirado veiklą, kad mokėtumėm elgtis gražiai. Susirinkimai idėjų. Siūlom idėjas. Jaučiamės reikalingi. Patobulėjome.“*

*„Ką pasakom, tą nusprendžiam, o tada ir veiksmas vyksta. Jeigu išrinko į tarybą, vadinasi pasitiki. Atsirado pasirinkimas.“*

**Bronius**

*„Yra „Pareigūnai“. „Meniu“ pareigūnas deda maisto korteles, kas bus valgyt nuo pirmadienio iki penktadienio. Balsavimas (rankos kėlimas) tarybos narių.“*

**Kastytis**

*„Aiškiau, kokios yra mūsų taisyklės, ko negalima daryti. Patink tie simboliai. Išklauso darbuotojai. Kiek jau daug esam pasiekę.“*

**Renata**

**Mantas G.**



### MES - SCENOS ŠVIESOJE

Panevėžys - teatrų miestas, todėl Panevėžio Jaunuolių dienos centras puoselėdamas teatro dvasią, kaip ir kiekvieną pavasarį organizavo neįgaliųjų teatrų festivalį „Širdys vilčiai plaka“, kuriame Įstaigos bendruomenė dalyvavo kaip dalyviai, parodydami savo sukurtą spektaklį „YPATINGO MEDŽIO GYVENIMAS“. Paklauskime lankytojų, kaip jiems sekėsi teatrų festivalyje.

**Mantas G.** - „Patiko, kur 3 savaites reikėjo keliauti, kur Afrikoj. Ten buvo visokių pavojų. Anie buvo išsidažę, muzika. Vaidinau. Sėkla buvau. Pasėjo mane ir pradėjau augti ir tapau dideliu medžiu. Linksmas, pasisekė vaidinti.“

**Bronius** - „Paskutinis, kur indėnai vaidino. Jie ten keistai darė, šoko. Mes aktoriai. Metų laikai keitės - vasara, žiema, rudenio. Patink būt aktorium - gali vaidinti draugams. Girdėjau, kai plojo.“

**Vitalija** - „Panevėžy buvau. Gėriau sultis. Kažką dirbau. Važiuom pasižiūrėt kaip vaidin - aš, žmonės. Vitalija aktorė - gėlyte buvau.“

**Renata** - „Viskas gražu. Gražiai pavaidino draugai. Patiko. Išimčių nėra. Aš saulę vaidinau. Jei reik vaidinti ir vaidinu. Man baimės nėra. Man tik striokas yra, pasiimti, kad viskas būtų šalia.“



## LAUKO GĖLIŲ ŠOKIS

Birželio 23 dieną šventėm Jonines. Šventės pradžioje Renata kartu su darbuotoja papasakojo, kokie yra Joninių papročiai, pavyzdžiui: galima vainikus paleist į vandenį. Paskui pynėm vainikus iš gražių lauko gėlių: ramunių, jazminų, rugiagėlių, paparčio, ažuolo lapų ir kita. Gėlės buvo baltos, mėlynos, geltonos, violetinės, žalios. Vainikus sukome su siūlu. Biški draugai ir darbuotojai padėjo pinti. Buvo dideli ir maži, įdomūs vainikai. Juos galima visai padaryt. Buvom užsidėję ant galvos. Paveikslavomės. Vėliau vyko ledų paleidimas. Valgėm. Atgaivino.

Gintarė K., Mantas G.



## JAIKUS SUSITIKIMAS

Birželio 28 d. vyko tėvų/globėjų susirinkimas, kurio metu plepėjome, klausėmės. Deividas perjunginėjo skaidres, o aš (Renata) ir Berta skaitėm. Pristatėm, ką mes veikėm, ką darėm, kur važiavo ir draugai, ir kiti - visa kompanija. Prie nuotraukų buvo draugų mintys. Paskui buvo dainavimas, grojimas, muzika, žaidimai, vaišės. Žaidimus vedžiau aš (Renata) ir Bronius. Patink su Bronium būti žaidimo vedėjais. Su Bronium lengva, o dar darbuotojai padėjo. Šventė prasidėjo nuo eilėraščio skaitymo ir baigėsi vaišėmis „niam niam“.

Renata V.



## ŠĖLIOJAM, KVATOJAM - DRAUGIŠKAI KOVOJAM...

Įsibėgėjus vasarai ir atšilus orams, kuo daugiau laiko norisi praleisti lauke, todėl turiningai praleidžiama kiekviena akimirka, o tuo pačiu aktyviai įgyvendinamos lankytojų „IDĖJOS KELIONĖS“ susirinkimų metu pasiūlytos idėjos. Bronius su linksma nuotaika prisimena ir pasakoja įspūdžius apie Luko idėją, o Ingrida - apie Broniaus idėją.

Broniaus įspūdžiai apie **LUKO IDĖJĄ** - „**KAMUOLIŲ/BUMBULŲ SUKIMO VARŽYBAS**“: „Čia reikėjo, kas greičiau kamuoliukus susuks iš siūlų - bumbulus. Čia buvo Luko idėja. Gera idėja. Linksmi. Jutau kovą tarp priešininkų - draugų. Visi norėjo laimėti - susukti bumbulo siūlus pirmam, greitai. Sukom iš mėlynų siūlų kaip dangus. Buvo siūlų matavimas, paskui dar ilgėjo su kiekvienu raundu. Buvo 4 raundai. Paskutiniame raunde buvo įtampa, azartas. Pradėjome sukuti nuo 1 metro ilgio siūlo, paskui 2 metrai, 3 metrai, o finale - 4 metrai. Įdomi veikla. Palaikymo komanda buvo. Šaukė vardus, skatino greičiau, plojo. Aš laimėjau pirmą vietą. Man įgūdis siūlus sukt, dar nebuvo pamiršęs.“



Ingridos įspūdžiai apie **BRONIAUS IDĖJĄ** - „**VANDENS ŠAUTUVŲ TURNYRA**“: „Broniaus idėja - „ikėja“, kad gyventume visi gerai, linksmi, džiaugsmingai, laimingai, šypsena veide. Linksmas buvo žaidimas. Šaudyti su šautuvu dideliu. Reikėjo pripilti vandens iš kibiro. Pompuot šautuvą, kad šaudyti ir mygtuką spaust. Visi - mergaitės ir berniukai šaudė į bambalius. Kad nuriedėtų, „atsigultų“. Vieni nukrent, kiti atsiguln, kiti - atsistoję į katruos nepataikydavo. Mariukas bijojo vandens, kad neaptaškytų, bet jis sušlapo, kaip iš po lietaus. Bambalius ant stalo sudėliodavo, kad reikėdavo kitam šaudyti. Skaičiai ant bambalių - taškai. Mažai taškų man tik buvo. Bronius ir Žilvinas laimėjo. Dar mėgino Bronius su Žilvinu taškyti, taškyti. Tai buvo nugalėtojai. Džiaugės. Nufotografavo juos abu susikibusius.“



## **„KAŠNIUKS“ bei „ORAI IR IŠMINTIS“ skyreliai“**

### **RECEPČIUKAS**

#### **„Nekeptas varškės tortas“**

**Jums reikės:** 500 g. varškės, 200 g. sviesto, 2-3 kiaušinių trynių, 250 g. cukraus, 400 g. sausainių „Gaidelis“, 200 g. razinų, 50 g. riešutų.

**Kaip pagaminti:** Sutrupinkite sausainius, susmulkinkite vaisius, riešutus. Ištrinkite varškę, sviestą, cukrų iki purios masės. Į šią masę sudėkite supjaustytus vaisius, riešutus. Viską gerai išmaišykite. Gautą masę sudėkite į torto formą. Laikykite keletą valandų paslėgus. Nuėmus formą, kraštus apibarstykite trupiniais, viršų galite papuošti vaisiais. SKANAUS!



### **IŠMINTINGI ŽODŽIAI**

**Svarbu ne tai, ką turi, o tai, - ką jauti...**

### **LANKYTOJŲ KALBOS „PERLIUKAI“**

**Kastytis linksmi šnekučiuojasi su Toma:**

- *Ką daryt, šilta pasidarė?, - pasakė Kastytis.*

- *Ledą suvalgyk. Ledą suvalgai ir gerai pasidaro, - atsakė Toma.*

### **BRONIUKO ORŲ PROGNOZĖ**

Orai bus šilti liepos mėnesį, o mėnesio pradžia karšta. Temperatūra kils iki 30 laipsnių karščio. Kartais bus vėsiau ir biški palis. Toks lietutis atgaivins nuo karščių. Mus aplankys ir vėsus vėjas nuo šiaurės, bet ir iš pietų. Vėjas keitinėsis. Bus ir perkūnija, ir žaibai, todėl nestovėkite prie medžių, būkite kambary ir uždarykite langus, kad žaibo kamuolys nejeitų. Vasaros naktys bus vėsios, o vakarai šiltesni, geresni, bus galima atsivėsinti po karščių, pailsėti po darbų sėdint lauke.

VšĮ „Dienos centras sutrikusio intelekto asmenims“. Adresas: Durpynų g. 10, tel/faks: (8-41) 580 778, el. paštas: [dienoscentras.kursenai@gmail.com](mailto:dienoscentras.kursenai@gmail.com), internetinis puslapis: [www.dienoscentraskursenai.lt](http://www.dienoscentraskursenai.lt)

Laikraštuko redakcija (kas ketvirtį): Dienos centro lankytojai, vyresn. socialinė darbuotoja Berta. Laikraštis leidžiamas nuo 2013 m. birželio 1d.