

Mūsų laikraštukas žengia penktą žingsnį.....

Aplinkos tvarkymas Gamta - mūsų namai, saugokime ją!

Kiekvieną dieną mes susiduriame su gamta. Kur tik beeitumėme - į mokyklą, į darbą, namo, į miestą. Gamtą galėtume apibūdinti turbūt šitaip - tai visa pasaulio materija, kuri nėra paliesta žmogaus. Bet tų nepaliestų žmogaus vietų pasaulyje kasmet vis mažėja, dėl infrastruktūros plėtros ir ne tik. Bet turbūt opiausia problema Lietuvoje, yra šiukšlinimas. Visos problemos prasideda nuo elementarių dalykų: kažkas galvojame, kad išmesti šiukšlę – nieko tokio. Taip pat mąsto ir kiti. Užuot klaidingai mąstę, geriau paimtume ir išmestume į šiukšlių dėžę, pradėtume rūšiuoti atliekas. Padarytumėte gerą darbą ir širdis būtų rami.



Pats žalingiausias žmonių įprotis - besaikis gamtos teršimas. Tokia mus supanti aplinka gali pakenkti mūsų sveikatai ir kelti pavojų gyvybei. Nuo tokių žalingų įpročių - kenkti sau, aplinkai ir gyvūnams - vaistų nėra išrasta. Kiekvienas turime stengtis, kad ateinančios kartos gyventų kuo saugesnį gyvenimą, kuris nekeltų rūpesčių nei tėvams, nei vaikams.

Kiekvieną pavasarį vyksta jau tradicija tapusi akcija „Darom“, kuri skatina tą dieną rinkti šiukšles gamtoje. Bet kodėl nerinkti šiukšlių kiekvieną mėnesį, savaitę ar net dieną? Tada nereikėtų vargti tą dieną, kai vyksta „Darom“ akcija ir nereikėtų rinkti tiek daug šiukšlių, juk ir aplinka

būtų mums malonesnė gyventi.

Šiukšlių suirimo gamtoje statistika, kuri galbūt privers jus susimąstyti:

Stiklo butelis - suyra per 500 metų, ar net 1 milijono metų. Plastikinis maišelis - suyra per 400 metų. Plastikinis butelis - suyra per 400-500 metų. Metalinė (plieno, alavo) pakuotė - suyra per 50-70 metų.

Šiais metais ir mūsų centro lankytojai bei darbuotojai prisijungė prie akcijos „Darom“ tvarkydami aplinką, kuri mus supa. Grėbliojome, rinkome šiukšles, šlavėme. Tai buvo puiki galimybė ne tik sutvarkyti aplinką, bet ir pabūti drauge.

Mus supančią aplinką reikia globoti ir saugoti. Ir atminkite niekindami gamtą - kenkiame sau!

VELYKINIS TURNYRAS MARIJAMPOLĖJE

2016 balandžio 1 dieną NSK „Siekis“ klubas organizavo „Velykinį“ turnyrą 2016. Turnyre dalyvavo sportininkai iš Marijampolės, Kauno ir Trakų. Varžėmės šiose rungtyse:

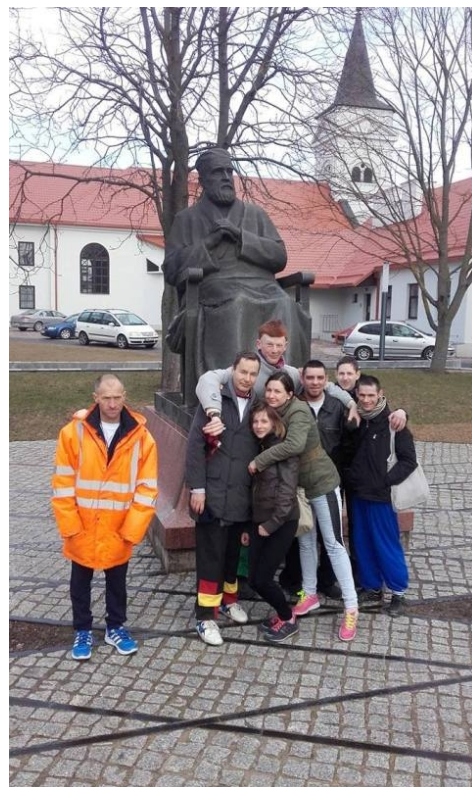
- Bočia;
- Smiginis (moterų ir vyrų klasės);
- Biliardas;
- Biliardo spec., rungtis;
- Stalo tenisas;
- Šachmatai;
- Svorio laikymas (moterų ir vyrų klasės);
- Žiedų mėtymas.

Mūsų komandos laimėjimai:

- Smiginis - III vieta;
- Svorio laikymas - II vieta.

Buvo įteiktos dvi padėkos ir medalis už aktyvų dalyvavimą.

VšĮ Trakų neįgaliųjų užimtumo centre balandžio 1 d. startavo „Socialinės integracijos per kūno kultūrą ir sportą“ programa, todėl šis turnyras mums buvo labai svarbus kaip pirmas žingsnis į sportą, siekti rezultatų, nugalėti nepasitikėjimą savimi. Komandos laimėjimai įrodė, kad neatsisžvelgiant į negalią, turint ryžto ir noro, galima įveikti sunkumus ir įrodyti sau ir kitiems, kad tu gali!



ŠAŠKIŲ IR ŠACHMATŲ TURNYRAS ŠIAULIUOSE



2016 balandžio 13 dieną Aukštelkės socialinės globos namuose vyko tradicinis respublikinis šaškių ir šachmatų čempionatas. Jau 13 kartą organizuojamas čempionatas sulaukė 47 dalyvių iš 12 Lietuvos įstaigų.

Čempionate dalyvavo: Jurdaičių socialinės globos namai (Joniškio r.), Linkuvos SGN (Pakruojo r.), Didvyžių SGN (Vilkaviškio r.), Kėdainių SGN (Kėdainių r.), Jotainių SGN (Panevėžio r.), Macikų SGN (Šilutės r.), Šiaulių

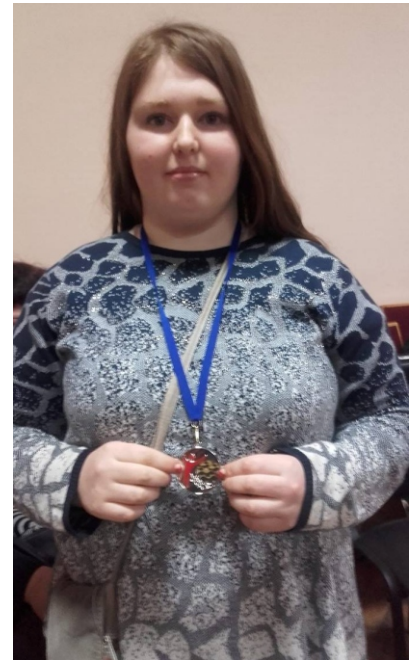
SGN, Žagarės socialinių paslaugų centras (Joniškio r.), Kauno neįgaliojo jaunimo užimtumo centras, Panevėžio jaunuolių dienos centras, Trakų neįgaliųjų užimtumo centras bei šeiminių Aukštelkės (Šiaulių r.) socialinės globos namų komanda.

Dalyviai buvo suskirstyti į 4 grupes: šachmatų, kurioje varžėsi tiek moterys, tiek vyrai, šaškių moterų bei šaškių vyrų A ir B grupės. Čempionato prizininkai ir nugalėtojai buvo apdovanoti medaliais, taurėmis bei saldžiais prizais.

Šaškės – labai įdomus žaidimas. O kada laimi, jis tampa dar įdomesnis ir netikėta pergalė – dar saldesnė. Kai važiauvau į respublikinį Šachmatų ir šaškių čempionatą daugelis juokėsi, kad užimsiu antrą vietą nuo galo. Bet užėmiau antrą vietą nuo pradžios.

Nustebau, kiek daug buvo neįgalių žmonių iš visos Lietuvos. Tiek daug žmonių atvažiavo tik tam, kad įveiktų savo negalę ir padarytų dar vieną žingsnį į priekį ...

Aleksandra



APSILANKYMAS TAPYBOS PARODOJE „TRYS KARTOS“

Trakų Neįgaliųjų Užimtumo Centro lankytojai bei darbuotojai balandžio 20 d. aplankė Leono Tamulio (senelio), Leonidos Tamulytės (mamos) ir Editos Tamulytės (dukros) tapybos parodą „Trys Kartos“ bei piešė Editos Dailės Studijoje Trakų kultūros rūmuose.

Tikimės, kad greitai laiku galėsime džiaugtis mūsų lankytojų kūrybos darbų paroda.



PAGRINDINĖS EISMO TAISYKLĖS, KURIAS PRIVALOMA PRISIMINTI



Norėdamas pereiti kelią (gatvę), privalai:

1. Susirasti perėjimui skirtą vietą – pėsčiųjų perėją ar sankryžą. Jeigu jų nėra, tokią vietą, kur kelias gerai matomas į abi puses (nėra kliūčių, pvz., kelio vingis, krūmokšniai, pastatytos transporto priemonės).
2. Priėjęs prie perėjos, atsistoti toliau nuo šaligatvio (ar kelkraščio krašto).
3. Apsidairyti į abi puses: pasižiūrėti į kairę, į dešinę, įsiklausyti (t. y. klausytis, kas vyksta aplink).
4. Praleisti važiuojančias transporto priemones. Vėl apsidairyti ir klausytis.
5. Jei transporto priemonės nevažiuoja, dar kartą pasižiūrėti į kairę ir, įsitikinus savo saugumu, eiti.

6. Per kelią eiti statmenai (ne įstrižai).

7. Einant stebėti kelią ir klausytis.

8. Į automobilį (autobusą, troleibusą) įlipti (ir iš jo išlipti) tik jam visiškai sustojus.

Atkreiptinas dėmesys:

1. Kelyje niekada neskubėti – elgtis ramiai, būti atidžiam (nežiopsoti).

2. Jei nespėjai pereiti kelio (gatvės), nebėgti. Sustoti saugumo salelėje ir palaukti kol pravažiuos transporto priemonės.

3. Užmiestyje kelkraščiu arba važiuojamosios dalies pakraščiu eiti tik prieš transporto priemonių važiavimo kryptį (t. y. kairiąją pusę).

4. Nebėgti į kelią (gatvę) iš už stovinčios transporto priemonės priekio (ar galo), kitos kliūties, kuri užstoja matymo zoną – gali pakliūti po kitos važiuojančios transporto priemonės ratais!!!

5. Niekada kelyje ar arti kelio nežaisti – tai pavojinga!!!

6. Jei dega raudonas šviesoforo signalas – eiti ir važiuoti draudžiama.

7. Visada įsitikinti savo saugumu pačiam. Nesukti aklai kitais. Daugiau pasitikėti savimi ir galvoti savo galva.

Tėvams, suaugusiems:

1. Einant per kelią vaiką laikyti už rankos.

2. Nepalikti vaikų be priežiūros arti kelio (gatvės).

3. Tamsiuoju paros metu naudoti atšvaitus ar kitą šviesą atspindintį elementą (vaikui atšvaitą tinkamai prisegti prie drabužių, kuprinės).

4. Sėdus į automobilį (ir vairuotojui, ir keleiviams), užsisegti saugos diržą.

5. Žemesni kaip 135 cm ūgio vaikai lengvuju ar krovininiu automobiliu vežami tik specialiose jų ūgiui ir svoriui pritaikytose atitinkamos grupės sėdynėse.

6. Vyresni kaip 3 metų autobusų keleiviai privalo naudotis įrengtomis prisegimo sistemomis.

MŪSŲ AUGINTINIAI

Katinas vardu Čipsas. Jam jau 5 metai. Mums padovanojo mano krikšto mama. Pas ją buvo katė, kuri atsivedė kačiukų. Jis mėgsta valgyti dešreles, konservus. Čipsas kartais būna kaip žadintuvas, nori žadina dieną, nori žadina vakare ar netgi naktį. Jis kartais pridaro įvairių aibių: kur nors pridergia, kartais būna, kad drasko sofą vienam



kambary, paskui kitam kambary. Kai užsimano valgyti, jis apsimeta mirusiu.



Dar turiu papūgą, vardu Markušą. Papūgai 3 metai. Markušą mėgsta šiukšlinti, valgyti, daryti tvarką su plaukais ir rėkti. Jeigu atidarai jam narvą, tai jis skrenda kur tik tai gali. Čipsas su Markušą draugauja tik tada, kai Markušą būna narve.

Romas

PROFESINĖS REABILITACIJOS DALYVIŲ MINTYS

Sveiki,

Su nuostabiu pavasariu jus visus mielieji! Aš atvažiavau iš labai toli, t.y. iš Ukmergės, mokytis į Trakų neįgaliųjų užimtumo centrą. Pasirodo atvažiavau į savo svajonių mokyklą. Čia labai gera, nuostabu, labai geri žmonės, visi nuoširdūs. Priėmė mane labai šiltai, jaučiuosi lyg čia būtų mano antri namai. Išvažiuoti nebenoriu, nes per daug gera čia, visi draugiški ir labai mieli, o neįgaliųjų užimtumo centras nuostabus. Mano svajonė čia pasilikti visam laikui, daugiau nieko nenoriu. Greit man egzaminas, tikiuosi išlaikyti jį ir įsidarbinti centre ir likti čia amžinai. Namuose liūdna ir nėra ką veikti, o čia turiu daug geros veiklos, bendravimo, ko labai trūko man namie. Tad linkiu jums visiems siekti savo svajonių, jas įgyvendinti ir linkiu jums visiems daug saulės spindulių ir daug šiltų dienų.

Rasa



MOKOMĖS DIRBTI SAVARANKIŠKAI IR KŪRIBINGAI



Gelenos



Alos



Arūno

DAILĖS DARBAI



Laimutės



Aleksandros



Alos



MŪSŲ GIMTADIENIAI BALANDŽIO MĖNESĮ

Česlovas 3 d.

Aleksandra 4 d.



Yra gyvenime ir praeitis, ir ateitis,
Ir dideli darbai, ir didelės svajonės.
Laimingas tas, kas moka atvira širdim
Gyvenimą praeit, mylėti žmones.

**Mes dėkojame, kad prisidėjo prie mūsų
leidinio „Žingsnis po žingsnio“**

Romui Olchovik

Gintarei Aleksaitei

Aleksandarai Korytčenko

Mantui Sodeikai

Malonai laukiame Jūsų idėjų ir minčių. Prisijunkite prie mūsų