



Mūsų laikraštukas žengia penkioliką žingsnį.....

SAVANORYSTĖS ISTORIJA

Sveiki, aš esu Nika. Aš esu iš Gruzijos ir jau beveik du mėnesius aš gyvenu Lietuvoje,



savaniauju Trakų neįgaliųjų užimtumo centre. Norėjau patirti kažką naujo ir įdomaus, todėl aš nusprendžiau dalyvauti šiame projekte ir dabar manau, kad padariau teisingą sprendimą. Lietuva yra graži šalis, pilna gražių žmonių ir Trakai yra tarsi svajonių miestas. Visi žmonės iš centro man padėjo lengvai adaptuotis prie naujos šalies ir naujo darbo; jie yra unikalūs ir malonūs, ir yra tikrai nuostabu, kaip jie rūpinasi vieni kitais.

Aš niekada nepamiršiu savo pirmosios darbo dienos - tai šiltas sutikimas ir trumpa kelionė į mišką, tai buvo vasario 15, viena dieną prieš Nepriklausomybės dienos Lietuvoje minėjimą, todėl mes nuvykome į mišką, į iškylą ir klausėmės istorijų apie šią ypatingą dieną. Kiekviena diena centre yra skirtinga ir įdomi, žmonės dažnai švenčia įvairias tradicines šventes, vieną dieną mes padarėme medinį ožį ir sudeginom jį lauke, mes tokiu būdu atsisveikinom su žiema... Aš buvau tikrai nustebęs.

Aš myliu šiuos žmones ir Lietuvą vis labiau ir labiau ir tikiuosi, kad vis daugiau gruzinų aplankys Lietuvą, o taip pat, kad kuo daugiau lietuvių aplankys Gruziją. Mes turime išsaugoti mūsų draugystę, nes manau, kad



turime kažką panašaus, kažką kas yra vadinama gyvenimo meile.

Nika

MANO GIMTASIS MIESTELIS – AUKŠTADVARIS



Aukštadvaris – viena ryškiausių Lietuvos vietovių, išsiskirianti unikaliais gamtos paminklais, garsia istorine praeitimi. Tai ryškus ežerų krašto perlas (patį miestelį supa 4 ežerai). Žmonės Aukštadvario



teritorijoje gyveno jau 3-1 tūkst. Prieš Kristų. 10-14 a. ant piliakalnio šalia Pilaitės ežero stovėjo medinė pilis. Jos papėdėje gyventa iki 15 a., o pati gyvenvietė vadinta Navininkais. 16-17 a. – didžiųjų kunigaikščių dvaras – nuo to ir pasikeitė gyvenvietės pavadinimas – Navininkai tapo Aukštadvariu. Ir ne tik pavadinimas – 1569 m. Aukštadvariui suteikiama miestelio privilegija.

Apylinkės lankomos turistų, nes gausu istorinių-archeologinių paminklų. Vienas garsiausių – į š. Vakarus nuo Aukštadvario (apie 4 km) valstybinės reikšmės gamtos paminklas – garsioji Velnio duobė. Yra išlikęs

Mongirdų dvaras, kurio tvenkiniuose auginti vaivorykštiniai upėtakiai seniau pasiekdavo Rusijos carų virtuvę. Tvenkinių teritorijoje ir dabar tebeaugantis ąžuolas mena poetą Adomą Mickevičių, kurio paunksmę jis labai mėgo. Prie Pilaitės ežero stūkso istorinės-archeologinės reikšmės piliakalnis, o miestelio prieigose – Kartuvių kalnas, menantis tragišką Lietuvos istorijos etapą.

Aukštadvaryje stovi Kristaus Atsimainymo ir Šv. Dominyko bažnyčios, išlikęs ir restauruotas Šv. Dominyko vienuolynas, kur yra senelių namai. Yra Aukštadvario gimnazija bei žemės ūkio mokykla, mokykla-darželis „Gandriukas“. Moderniuose bendruomenės namuose įsikūrusi biblioteka, veikia Trakų meno mokyklos skyriai. Taip pat yra modernus



Aukštadvario regioninio parko centro pastatas, priimančias lankytojus ir organizuojantis turistines bei pažintines ekskursijas po apylinkes.

Dėl gamtos grožio ir gausos ežerų pailsėti į Aukštadvarį atvyksta žmonės ne tik iš Lietuvos, bet ir iš užsienio. Pačiame Aukštadvaryje yra įsikūrusios net 4 kaimo turizmo sodybos.

Jūratė



UŽGAVĖNĖS

Užgavėnės – sena šventė, žinoma visose Europos šalyse. Jos paskirtis – išvyti žiemą, paskatinti greičiau ateiti pavasarį. Šventė švenčiama likus 7 savaitėms (46 dienoms) iki Velykų. Šis laikotarpis būna nuo vasario 3 iki kovo 9 dienos. Lietuvoje Užgavėnės tradiciškai švenčiamos centrinėse miestų aikštėse, liaudies buities muziejuje Rumšiškėse (savaitgalį prieš Užgavėnes).



Šventės ištakos pagoniškos, tačiau dabar glaudžiai susietos su krikščionyste. Per Užgavėnes leidžiama paskutinį kartą gausiai ir riebiai pavalgyti, o jau kitą dieną prasideda Gavėnia, trunkanti iki Velykų (Kristaus prisikėlimo). Šiuo laikotarpiu skatinama pasninkauti, nevalgyti mėsos, gedėti iki Kristaus prisikėlimo šventės.

Užgavėnes mes šventėm ir centre. Vyko įvairios varžybos: kiaušinio nešimo su šaukštu, baliono tarp kojų nešimo, virvės traukimo, žodžių spėjimo. Norėdami atsisveikinti su žiema mes deginom ožką, o vėliau visi vaišinomės blynais.



BOČIOS VARŽYBOS

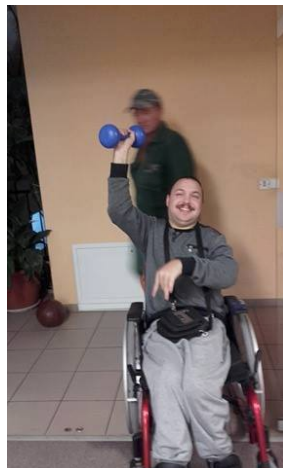
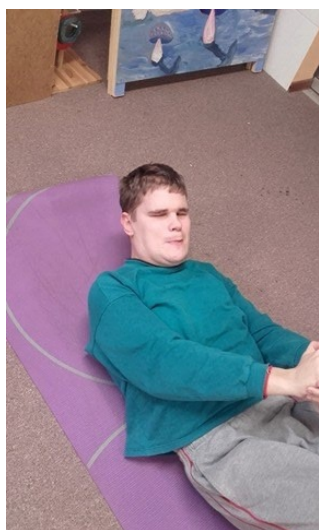
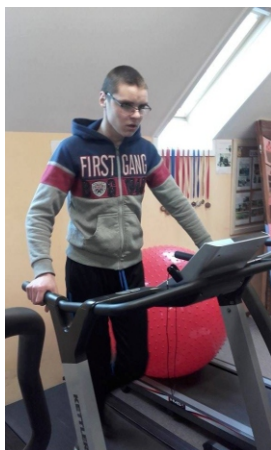
Vasario 16 d. mes vykome į bočios neįgaliųjų čempionatą Vilniuje. Turnyre dalyvavo dvi komandos iš mūsų centro. Mūsų komandos varžėsi skirtingose grupėse. Komanda su vežimėliais turnyre užėmė 4 vietą, o merginų komanda 8 vietą savo grupėje.

Visi labai džiaugiamės pasiektais rezultatais, tuo labiau, kad praeitais metais tik paskutiniai buvome. Prieš čempionatą mes visi intensyviai treniravomės, tad ir tikėjomės gerų rezultatų.



MANKŠTOS NAUDA

Noriu trumpai papasakoti apie rytinę mankštą, kurią visi mėgsta. Trenerė Joana žino daug pratimų visiems raumenims mankštinti. Man asmeniškai labiausiai patinka atsispaudimai nuo žemės. Nuolatiniai mankštos dalyviai irgi turi savo mėgstamus pratimus, kuriuos parodo kitiems. Algis mėgsta pratimus rankų raumenims mankštinti. Rima mėgsta visus pratimus, kuriuos parodo kiti mankštos dalyviai. Gera nuotaiką sukuria Joana, todėl visi noriai mankština ir pasikrauna geros energijos ir gerų emocijų. Manau ateityje atsiras daugiau lankytojų ir visi aktyviai treniruosis ir bus sveikesni ir linksmesni.



Stasys



MANO ŠUO DZEUSAS

Sveiki, esu Dzeusas. Anksčiau mano vardas buvo kitoks, bet kai patekau pas dabartinius šeimininkus gavau tokį. Gyvenu kartu su šeima. Kas rytą mane pabučiuoja ir pasisveikina. Mane labai myli, nors aš ir nejaunas ir kartais būnu labai aptingęs ką nors veikti.

Esu išrankus dėl maisto, tad su manim reikia kantrybės. Nemėgstu likti namie vienas. O jei dar užuolaidos būna užtrauktos, aš greitai jas nutraukiu. Jas uždeda, o aš vėl nuimu. Moku ir šviesą įsijungti jei šeima grįžta vėlai. Aš labai nemėgstu būti vienas. Man liūdna kai savo kiemo nematau, o jis tikrai didelis. Turiu namie ir draugę vardu Lūna, ji labai maža, bet su ja smagu dūkti.

Dabar pavasaris, tai mane reikia labai dažnai šukuoti. Aš labai myliu savo šeimą. Esu dėkingas kad mane priėmė. Labai svarbu turėti saugius namus ir mylimą šeimą.

Kristina



APSILANKYMAS VILNIAUS PAVEIKSLŲ GALERIJOJE

Vasario 8 d. mes, TNUC lankytojai, aplankėme Vilniaus Paveikslų galeriją ir parodą „Nikolajus Rerichas ir Latvija“ bei tyrinėjome japoniškos dailės kūrinius.

Parodą sudaro keturios dalys: tai paties dailininko ir jo sūnaus Sviatoslavo paveiksai, eksponatai iš Latvijos Rericho draugijos, Liepojos muziejaus medžiaga apie N. Rericho sąsajas su Latvija ir latvių dailininkų, N. Rericho bendramokslių iš Dailės akademijos bei jo mokinių latvių Sankt Peterburge kūriniai.

Kadangi man patinka piešti, tai labai džiaugiuosi, kad aplankiau šią parodą. Pamačiau įvairių dailininkų paveikslų, pasisėmiau naujų idėjų, kurias grįžęs iš parodos įgyvendinau savo paveikluose. Paroda suteikė daug naujų įspūdžių.



Aleksandr

SPEKTAKLIS „SNIEGUOLĖ IR SEPTYNI NYKŠTUKAI“

Vasario mėnesį buvome nuvykę į neįgaliųjų vaikų socialinės globos skyrių. Ten susipažinome su šio skyriaus veikla ir vėliau mes suvaidinome teatriuko spektaklį „Snieguolė ir septyni nykštukai“, kurį mes buvome pastatę per karnavalą centre.

Spektaklio metu neįgalūs vaikai labai šiltai priėmė mūsų aktorius. Vaidinimas praėjo sėkmingai, vaikai džiaugėsi ir sveikino aktorius. Kadangi vaikai buvo patenkinti mūsų vaidyba, tai ir mes džiaugiamės.

Stasys



MŪSŲ GIMTADIENIAI VASARIO MĖNESĮ

Staselė	5d.
Janina	7d.
Laima	11 d.
Ala	12 d.



Linkime Jums laimės amžinos
Linkime nepaprastos lemties,
Nesutikt beviltiškos dienos,
Neprarast gyvenimo rimties,

Nepažinti vienišų naktų,
Vaikiškai sapnuoti paryčiais,
Linkim daug draugų nesutiktų
Ir jaukaus artumo vakarais.

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

Nikai
Jūratei Šibalienei
Aleksandrui Rumiancevui
Stasiui Juknevičiui
Kristinai Šumskienei
Mantui Sodeikai

Malonai laukiame Jūsų idėjų ir minčių. Prisijunkite prie mūsų