

ŚWIETLICOWO

lipiec - sierpień 2024

DWUMIESIĘCZNIK



Nr 3



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Wakacje 2024 w Środowiskowej Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy

Wakacje 2024 w Środowiskowej Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy dobiegły końca, jednak najważniejsze są wyjątkowe wspomnienia, które pozostaną z nami na długo. W naszym harmonogramie było przewidziane wiele atrakcji. Program był wyjątkowo bogaty zarówno pod względem rozrywkowym, jak i rozwijania kultury i kompetencji społecznych wychowanków. W programie były wyjazdy socjoterapeutyczne między innymi do Krasiczyna, Boleszyc, Łańcuta, spotkania z ciekawymi ludźmi, warsztaty oraz wiele innych atrakcji. Dzieci spędzały aktywnie czas, z dala od monitorów telefonów i tabletów. Dzięki zajęciom z edukatorem sportu bezpiecznie korzystały z naszych hulajnóg, hulajnóg elektrycznych, hoverboardów i deskorolek. Mnogość atrakcji pozwalała na spożytkowanie energii oraz świetną zabawę. Odwiedziliśmy również *Ranczo Alpaka Mix w Bratkowicach*, *Ranczo w Pstrągowej* oraz *schronisko dla bezdomnych zwierząt „Kundelek” w Rzeszowie*. O zaletach kontaktu ze zwierzętami można pisać bez końca, czego efektem są różne formy terapii. Był to czas różnego rodzaju rozrywek. Wielość i różnorodność atrakcji była źródłem zadowolenia dzieci, a przede wszystkim rodziców. Mieli oni bowiem pewność, że ich pociechy są odpowiednio zaopiekowane i mają taką dawkę doświadczeń, jakich nie zaznałyby nie uczęszczając na zajęcia w świetlicy.

Pragniemy szczególnie podziękować **Wójtowi Gminy Świlcza Panu Dawidowi Homie** za sfinansowanie dzieciom wspaniałych atrakcji.

Wszystkim osobom zaangażowanym w organizację i przebieg wakacji również składamy serdeczne podziękowania.

Miniony czas był bardzo wartościowy i stanowił przyjemne urozmaicenie oraz odskocznnię od szkolnej codzienności. A tymczasem z niecierpliwością czekamy, co dobrego dla nas przyniesie wrzesień oraz jakie nowe przygody i doświadczenia przed nami postawi...



Wizyta Straży Gminnej – bezpieczeństwo podczas wakacji

18 czerwca Środowiskową Świetlicę Socjoterapeutyczną odwiedziła Straż Gminna w Świlczy. Spotkanie miało na celu przekazanie dzieciom w przyjazny sposób informacji dotyczących bezpieczeństwa podczas wakacji.

Zajęcia poszerzyły wiedzę wychowanków Świetlicy na temat obowiązujących zasad bezpieczeństwa. Strażnicy Gminni wyjaśnili na czym polega ich praca oraz w jakich okolicznościach należy ich wzywać. Dzieci mogły również zobaczyć na własne oczy jak wygląda umundurowanie, w którym na co dzień pracują funkcjonariusze.

Podczas wizyty przypomniano, jak ważne są elementy odblaskowe, w które po zmroku powinien być wyposażony każdy uczestnik ruchu drogowego. Taki element sprawia, że jesteśmy widoczni z odległości kilkudziesięciu metrów. Strażnicy podczas spotkania rozdali m.in. odblaskowe opaski, które posłużą poprawie bezpieczeństwa.

Dziękujemy Panom ze Straży Gminnej za spotkanie i upominki!



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Wędrujące kamyczki

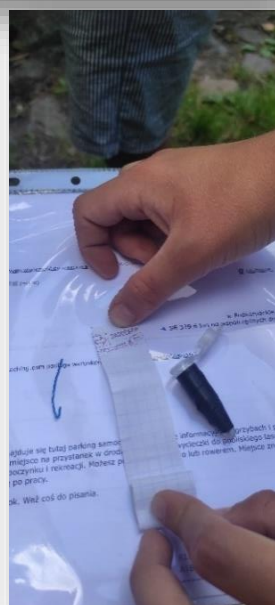
Kamienie znalezione podczas spaceru przyrodniczego posłużyły jako nośnik fantazji dziecięcych. Odpowiednio oznaczone, będą pozostawione w dowolnym, widocznym miejscu, aby z pomocą znalazcy udać się w podróż po kraju, a nawet mogą trafić za granicę. Zabawa ta doskonale wzmacnia umiejętności manualne i kształtuje wyobraźnię.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Spacer ścieżką przyrodniczą w Bratkowicach

24 czerwca udaliśmy się na spacer ścieżką przyrodniczą w okolicy zalewu Bratkowice. Kontakt z przyrodą rozpoczęliśmy przywitaniem wolno żyjących *Koników polskich*, a następnie podczas spaceru rozpoznawaliśmy nazwy roślin i zwierząt na co dzień występujących wokół nas. Wędrówka była również świetną okazją do znajdowania kamyków o ciekawych kształtach.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Spotkanie z Przewodniczącą Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych

W ramach zajęć profilaktycznych odbyło się spotkanie z Przewodniczącą Gminnej Komisji Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, panią Moniką Piątek. Podczas spotkania rozmawialiśmy na tematy związane z uzależnieniami. Poruszyliśmy również problemy związane z uzależnieniem od Internetu, gier komputerowych i smartfonów. Otrzymaliśmy również wiele ulotek uwrażliwiających na problemy z uzależnieniami.



W nawiązaniu do zajęć profilaktycznych został zorganizowany konkurs pt: "Koleżanko i kolego, używki to nic dobrego!" dofinansowanego z środków pochodzących z budżetu Gminy Świlcza przeznaczonych na wychowanie w trzeźwości oraz przeciwdziałanie alkoholizmowi!

Rozstrzygnięcie miało miejsce 22 sierpnia 2024 r.

Gratulujemy laureatom!!



ŚŚŚ Św
Swilcza

Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Od ziarenka do bochenka - poznajemy historię chleba



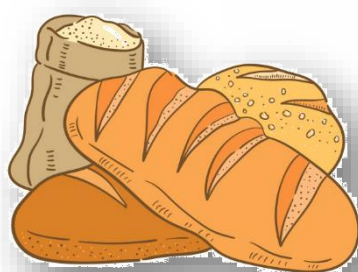
Chleb zajmuje specjalne miejsce w życiu ludzi. Jest elementem naszej kultury.



Jak powstaje chleb dowiedzieliśmy się podczas warsztatów wypieku chleba.



Warsztaty były połączone z degustacją, podczas której mieliśmy okazję skosztować pysznego domowego chleba. Mniam mniam



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

3xR: rekreacja, rywalizacja i radość



3xR: rekreacja, rywalizacja i radość w trzech zespołach w kręgielni Aloha.



Współzawodnictwo na torze w rzucaniu kulami okazało się doskonałą zabawą. Stało się świetną rozrywką i niesamowitą frajdą. Ta zdrowa rywalizacja wciągnęła szczególnie te dzieci, które były w kręgielni po raz pierwszy. Było dużo śmiechu i okrzyków radości. Po wyczerpującej grze, zjedliśmy chrupiącą pizzę.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Zabawa uspołecznia – wycieczka na plac zabaw w Bratkowicach



Wspólna zabawa przyniosła nam wiele korzyści. Czas spędzony z rówieśnikami pomógł rozwinąć się intelektualnie i ruchowo. Poprzez udział w zabawie z koleżankami i kolegami nauczyliśmy się podstawowych zachowań społecznych, aktywność na świeżym powietrzu sprawiła, że kanapki smakowały wybornie!



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Wycieczka do Muzeum – Zamek w Łąncucie



Zamek w Łąncucie to niewątpliwie perełka architektury zamkowej. Komnaty wypełnione są wspaniałymi dziełami sztuki, które mieliśmy okazję zobaczyć na własne oczy. Ogromną przyjemność sprawił nam spacer po parku, na terenie którego odwiedziliśmy Ogród Włoski z fontannami oraz Ogród Różany, gdzie wąchaliśmy królową kwiatów :) Po zwiedzaniu zakupiliśmy pamiątki oraz zjedliśmy pyszne lody w pobliskiej cukierni.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Kino, cukiernia i spacer...



Wakacyjny czwartek spędziliśmy w kinie z najbardziej znanym kotem na świecie Garfieldem, który podobnie jak my uwielbia pizzę i nie cierpi poniedziałków. Dla ochłody wstąpiliśmy do Myszki Miki na lody, które spaliliśmy podczas zabawy przy multimedialnej fontannie.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Lisia Góra



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

HOSPICJUM DLA DZIECI

Wizyta w hospicjum w dniu 8 lipca uwieńczyła nasze zbieranie nakrętek w ramach akcji „Nakręć się na pomaganie...” zorganizowanej przez Fundację Podkarpackie Hospicjum dla dzieci. Uzbieraliśmy ponad 4 tysiące różnokolorowych nakrętek. Przekazaliśmy również **Dar Serca** w postaci zabawek przeznaczonych dla dzieci, podopiecznych fundacji. Dla wszystkich naszych podopiecznych był to pierwszy kontakt z udzielaniem pomocy dzieciom w takiej formie.



„Swoją radość można znaleźć w radości innych, to właśnie jest tajemnica szczęścia” Georges Bernanos

PODZIĘKOWANIE

otrzymuje
Środowiskowa Świetlica Socjoterapeutyczna w Świlczy

W imieniu Fundacji Podkarpackie Hospicjum dla Dzieci oraz naszych Podopiecznych składamy serdeczne podziękowania za przekazywany **DAR SERCA** na rzecz naszych Podopiecznych

Jesteśmy wdzięczni za okazaną pomoc i życzliwość. Wyrażamy nadzieję, że nasza współpraca będzie kontynuowana w przyszłości i zaowocuje uśmiechem na twarzach naszych małych Pacjentów.

Otwarte serce przyjaciół Fundacji jest największym darem, jaki możemy dać naszym Podopiecznym.

Zespół Podkarpackiego Hospicjum dla Dzieci

FUNDACJA PODKARPACKIE HOSPICJUM DLA DZIECI
35-201 Rzeszów, ul. 1 Wodowska 132
ul. 120 i 121 w hali przy ul. 1 Wodowska 132
NIP 013-34 76-170 REGON 14016889
KRS 000026120

Rzeszów, 2024 r.

„Swoją radość można znaleźć w radości innych, to właśnie jest tajemnica szczęścia” Georges Bernanos

RZESZÓW, 08.07.2024 r.

PODZIĘKOWANIE

otrzymuje
Środowiskowa Świetlica Socjoterapeutyczna w Świlczy

W imieniu Fundacji Podkarpackie Hospicjum dla Dzieci oraz naszych Podopiecznych składamy serdeczne podziękowania za pomoc i wsparcie naszej działalności w akcji zbierania nakrętek

» **Nakręć się na pomaganie** «

Jesteśmy wdzięczni za okazaną pomoc i życzliwość. Wyrażamy nadzieję, że nasza współpraca będzie kontynuowana w przyszłości i zaowocuje uśmiechem na twarzach naszych małych pacjentów.

Otwarte serce przyjaciół Fundacji jest największym darem, jaki możemy dać naszym podopiecznym.

Zespół Podkarpackiego Hospicjum dla Dzieci

FUNDACJA PODKARPACKIE HOSPICJUM DLA DZIECI
35-201 Rzeszów, ul. 1 Wodowska 132
ul. 120 i 121 w hali przy ul. 1 Wodowska 132
NIP 013-34 76-170 REGON 14016889
KRS 000026120

Z ŻYCIA ŚWIETLICY

King – film o Minionkach

11 lipca był dniem wyjazdowych do kina „Zorza” na najnowszy film ze stworkami Gru – Minionkami „DESPICABLE ME 4”. Po projekcji tradycyjnie były lody u Myszki i spacer na fontannę multimedialną. Było upalnie, mokro i bardzo tłoczno. W ucieczce przed prażącym słońcem przebyło tu bardzo dużo dzieci w poszukiwaniu ochłody i odprężenia.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Park trampolin GRAWIACJA



10 lipca byliśmy w Parku Trampolin Grawitacja w Rzeszowie. Dla większości z nas była to okazja do nabrania przekonania i chęci aktywności fizycznej. Wspinaczka po linach i drabinkach, skoki z wysokości w gąbki lub w basen z piłeczkami, skoki na trampolinach. Po fizycznych zmaganiach był czas na odpoczynek i ulubione lody.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Wizyta w Środowiskowym Domu Samopomocy w Woliczce - twórczy relaks z gliną

Poniedziałkowy upalny dzień spędziliśmy w klimatyzowanej pracowni plastycznej Środowiskowego Domu Samopomocy w Woliczce. Otoczeni pięknymi przedmiotami, przy dźwiękach relaksacyjnej muzyki oddaliśmy się pracy twórczej. Zarówno gościnność, dobry humor pracowników oraz podopiecznych, jak i sama praca z gliną pozwoliła się nam w pełni zrelaksować. Spędziliśmy bardzo fajny dzień, a pytanie dzieci *Czy jeszcze kiedyś tu przyjedziemy?* jest najlepszym tego dowodem.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Z wizytą w TVP Rzeszów

We wtorek byliśmy na niecodziennej wycieczce. Odwiedziliśmy siedzibę telewizji regionalnej TVP3 Rzeszów. Zapoznaliśmy się z kulisami i specyfiką pracy dziennikarza telewizyjnego. Serdecznie dziękujemy Dyrektorowi - Redaktorowi Naczelnemu TVP 3 Rzeszów - Panu Marcinowi Pawlakowi za możliwość zobaczenia telewizji „od kuchni”, a Kierownikowi Technicznemu Audycji - Panu Grzegorzowi Woźny za oprowadzenie nas i wyczerpujące odpowiedzi na wszystkie nurtujące nas pytania. Dzieci były zachwycone wizytą w telewizji... my również!



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Budyniowo

Na deszczowy dzień najlepszy jest budyń truskawkowy z posypką. Zjedzenie czegoś smacznego już samo w sobie daje pozytywne odczucia. Jeśli przeżywamy je w gronie koleżanek i kolegów, dodatkowo budujemy relacje, które będą procentować w rozwoju dziecka.

Deszczowy dzień postanowiliśmy przeznaczyć na wykonanie ramek, w których zdjęcia będą upamiętniały nasze wakacyjne wspomnienia.

Po wspólnym posiłku spędziliśmy czas na integracji grając w dwa ognie.

Dzień spędziliśmy bardzo aktywnie i wesoło.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Malowanie na szkle



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Przyjechało do nas kino sferyczne

W czwartek, 18 lipca doświadczyliśmy wrażeń wizualnych 3D podczas seansu filmowego pt.: „Koralowa Rafa”. W związku z projekcją filmu w kopule sferycznej oglądanie odbywało się w pozycji leżącej na miękkich matach. Po przygodach podmorskich obejrzelśmy drugi film, opowiadający o początkach marzeń o lataniu na przestrzeni dziejów aż do czasów dzisiejszych. W niektórych momentach mieliśmy wrażenie, że sami wznosimy się ponad ziemią.



Piknik w parku podworskim w Bratkowicach



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Zabawy w Kolorowym Świecie

Tydzień rozpoczął się radośnie w naszym ulubionym miejscu zabaw, tj „Kolorowym Świecie”. Do dyspozycji mieliśmy dużą 4- poziomową konstrukcję z dwoma kładkami, liczne tory przeszkód, labirynty, zjeżdżalnie, baseny z piłeczkami, trampoliny, armatki pneumatyczne, wspinaczkę oraz dmuchańce do zjeżdżania i skakania.



Na zakończenie przy wyjściu zostaliśmy obdarowani drobnym prezentem w postaci kolorowej piłeczki.



Upalna środa przy fontannie multimedialnej



W upalną środę odbyliśmy spacer po rzeszowskiej starówce w poszukiwaniu ulubionego i wyjątkowego smaku lodów. Odwiedziliśmy kilka lodziarni. Każdy mógł odnaleźć swoją wyjątkową „smakowitosc” lodów. Spacer zakończyliśmy odpoczynkiem w parku nad fontanną multimedialną. Tam mogliśmy zażyć ochłody w rześkiej bryzie wodnej.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Odwiedziny w Schronisku dla Bezdomnych Zwierząt KUNDELEK w Rzeszowie

Od dłuższego czasu wychowankowie świetlicy czynili przygotowywania do wyjazdu do schroniska, w postaci gromadzenia karmy dla zwierząt i innych rzeczy takich jak np. kocyki czy zabawki.



Z jednej strony była to radosna wizyta z powodu odwiedzenia i zobaczenia ulubionych piesków i kotków, a z drugiej strony smutna z powodu tego, że bardzo dużo piesków i kotków żyje samotnie w schronisku, w oczekiwaniu na troskliwych nowych opiekunów i nowe domy. Na terenie rzeszowskiego schroniska „Kundelek” jest ok. 90 piesków i 80 kotków pod właściwą opieką i w dobrych warunkach. Schronisko cały czas jest gotowe na przyjęcie miłośników czworonogów w celu zaadoptowania pieska lub kotka do nowego domu.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Wycieczka do zamku w Krasicy i Arboretum w Bolestraszcach



Na zakończenie tygodnia odbyliśmy historyczną podróż w czasie zwiedzając XVI-wieczny krasicyński zamek. Nowych wiadomości i różnych ciekawostek historycznych dostarczył nam przewodnik, który fantastycznie przekazywał wiedzę, doskonale prezentował eksponaty i skutecznie zainteresował grupę zwiedzających.



W drugiej części wycieczki było zwiedzenie Arboretum w Bolestraszcach. Nazwa arboretum wywodzi się od łacińskiego słowa *arbor* oznaczającego drzewo, czyli obszar, na którym uprawiane są drzewa i krzewy dla celów hodowlanych lub naukowych. Jest to doskonałe miejsce by przekonać się jak piękna i bogata jest flora województwa podkarpackiego.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Artystyczne szaleństwo w Gminnej Bibliotece Publicznej w Trzcianie

Na warsztatach wykonaliśmy dwie prace plastyczne: hortensje malowane akrylami oraz beczutki na nasze wakacyjne skarby. Było tak jak na zdjęciach – wesoło, kreatywnie i kolorowo. Dziękujemy Pani Dorocie za przygotowanie i poprowadzenie warsztatów.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Łapacz snów

Wojewódzka i Miejska Biblioteka Publiczna w Rzeszowie – Filia nr 13 zorganizowała ciekawe warsztaty plastyczne „Mój łapacz snów”. Chętnie wzięliśmy w nich udział.



Dzieci dekorowały swoje łapacze snów dodając pióra, koraliki i wstążki. Powstały bardzo ciekawe i kolorowe dekoracje nad łóżko. Od dziś będziemy każdego ranka wstawiać wypoczęci i pełni nowej energii do działania.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Pierwsza pomoc przedmedyczna



Dzisiaj dowiedzieliśmy się do czego służą: defibrylator, stetoskop, ciśnieniomierz i inne przyrządy medyczne. Pan Michał, który na co dzień pracuje jako ratownik medyczny, nauczył nas krok po kroku jak pomóc w przypadku zagrożenia życia lub zdrowia.

Dziękujemy!!



Spotkanie z dzielnicowym

1 sierpnia odbyło się w świetlicy spotkanie z dzielnicowym - mł. asp. Panią Wiolettą Woźnik, która opowiedziała nam o swojej pracy oraz poruszyła ważny temat dotyczący bezpieczeństwa dzieci podczas trwających wakacji.

Dzieci z zainteresowaniem słuchały opowiadanych historii oraz zadawały dużo pytań. Dziękujemy serdecznie za przeprowadzenie zajęć profilaktycznych dla dzieci.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Nauka przygotowywania posiłków



W okresie wakacji dzieci przygotowują sobie drugie śniadania. Stopień rozwoju umiejętności samoobsługowych różni się między dziećmi. Podczas przygotowywania oraz spożywania posiłków nabywamy nowe umiejętności oraz uczymy się samodzielności.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Wizyta w AEROKLUBIE RZESZOWSKIM

W czwartek byliśmy na odlotowej wycieczce. Podczas wizyty w Rzeszowskim Aeroklubie dowiedzieliśmy się na czym polega praca pilota, przyjrzelśmy się z bliska szybowcom oraz zajrzeliśmy do hangarów. Przelatujące nisko samoloty pasażerskie zrobiły na nas ogromne wrażenie. Była to niecodzienna przygoda.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Wielki Dzień Pszczół

Wielki Dzień Pszczół obchodzony jest 8 sierpnia. Jego celem jest ochrona tych owadów przed wyginięciem. Właśnie w tym dniu zaprosiliśmy do świetlicy Pana Pszczelarza, który opowiedział nam o swojej pracy. Zaprezentował narzędzia potrzebne do jej wykonywania takie jak: stroje ochronne, podkurzacz, ramki i inne. Dowiedzieliśmy się, jak długo żyje pszczoła. Dlaczego jest symbolem pracowitości?



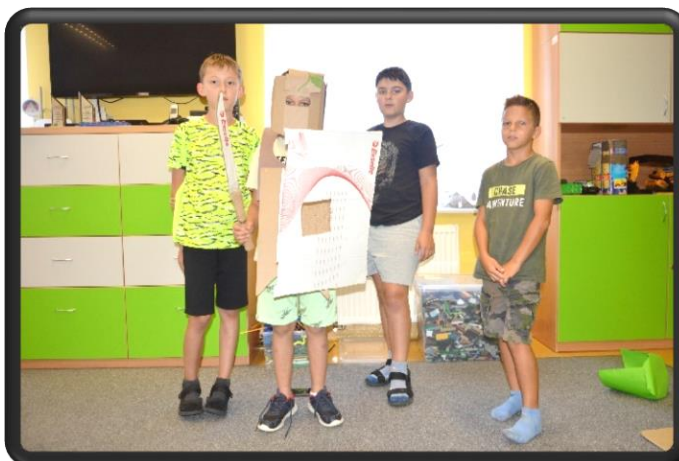
Spotkanie zakończyło się degustacją miodu. Kolejka po wafelki z miodem nie miała końca.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Wizyta rycerza ze Stowarzyszenia Zakonu Rycerzy Boju Dnia Ostatniego

Po Rzeszowskich Spotkaniach z Kulturą Średniowieczną w dniu 13 sierpnia do naszej świetlicy zawitał rycerz ze Stowarzyszenia Zakonu Rycerzy Boju Dnia Ostatniego. Zaprezentował naszym podopiecznym kompletny zestaw zbroi rycerskiej epoki średniowiecza z przełomu XIV i XV wieku. Dowiedzieliśmy się, że waga kompletnej zbroi rycerskiej przekraczała 30 kg. Poza zbroją do ochrony służyła tarcza rycerska. Do walki rycerz posługiwał się mieczem, sztyłem, toporkiem, halabardą. Uczestnicy zajęć mieli możliwość przymierzyć lub wziąć w dłonie elementy zbroi. Dzieci podjęły rękawicę do pojedynku z rycerzem w stroju ochronnym i bezpiecznymi mieczami. Na zakończenie wizyty nasz gość ocenił zbroje wykonane dzień wcześniej w ramach zajęć plastyczno-konstrukcyjnych przez naszych podopiecznych. Były to trzy komplety kartonowej zbroi wykonane przez dwa zespoły chłopięce i jeden dziewczęcy. Biorąc pod uwagę ogólny wygląd, poszczególne elementy i inwencję twórczą dzieci uzyskały na równi ze wszystkimi zespołami konstruktorów pozytywną ocenę. Rycerz Bractwa Zakonu Rycerzy Boju Dnia Ostatniego otrzymał od nas pamiątkowy dyplom w podziękowanie za przybliżenie wiedzy o rycerstwie.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Pobył na ranczo Alpakamix



14 sierpnia pojechalismy do „Rancza Alpakamix” w celu poznania życia alpak, tj. zwierząt wielbłądowatych pochodzących z Ameryki Południowej. Wśród atrakcji było m.in.: bezpośredni bliski kontakt z alpakami poprzez karmienie oraz oprowadzankę indywidualną, podczas której można było głaskać i przytulić się do puszystego zwierzęcia.



Mieliśmy również bliskie spotkanie z konikami. Nauczyliśmy się je karmić z dłoni jabłkiem i marchewką. Odpoczynek na łonie natury odbywał się przy dźwiękach lektora opowiadającego o życiu alpak oraz muzyki tematycznie z nimi związanej. Głównym punktem pobytu było posilenie się kielbaską z grilla. Na ranczo mile spędziliśmy czas wśród zwierzków na łonie natury.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Poznajemy hotelowy savoir vivre

Na koniec tygodnia, w upalny piątek spacerem udaliśmy się do Hotelu Wellness & Spa Nowy Dwór. Celem naszego spaceru było zapoznanie się z zapleczem hotelowym przeznaczonym dla komfortu wypoczywających gości oraz zasadami pobytu w hotelu. Po hotelu oprowadzała nas uśmiechnięta Pani manager z asystentem. Podczas oprowadzania po hotelu wyczerpująco opowiadała o funkcjach poszczególnych części i pomieszczeń hotelowych i sposobach ich użytkowania. Dzieci miały również możliwość zadawania pytań związanych z tematyką naszej wizyty. Dziękujemy za możliwość oprowadzenia nas i zaznajomienia z nowym miejscem pracy i wypoczynku.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

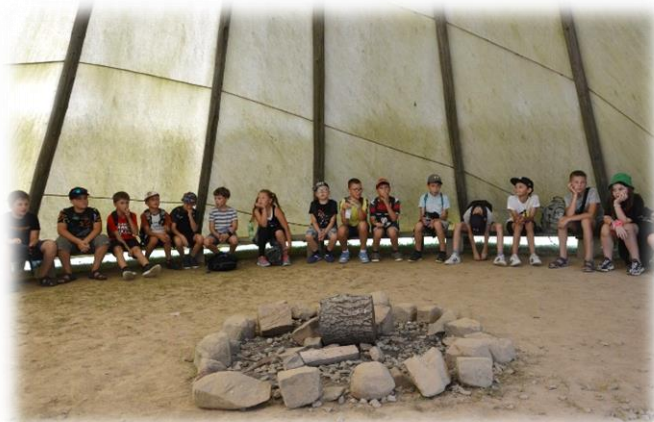
Pokazy strażackie

19 sierpnia odbyły się pokazy strażackie ratowniczego sprzętu OSP Świlcza. Strażacy ochotnicy zaprezentowali uczestnikom świetlicy wyposażenie pojazdu strażackiego oraz opowiedzieli o przeznaczeniu poszczególnych urządzeń i narzędzi podczas akcji gaśniczo-ratowniczych. Podopieczni mieli możliwość bezpośredniego kontaktu ze sprzętem ratowniczym. Największym powodzeniem cieszyło się zajęcie miejsc strażaków w wozie bojowym, przymierzanie hełmów i specjalistycznej odzieży ochronnej. Największą radość ochotnicy strażacy sprawili dając możliwość bezpośredniego użycia węża strażackiego z wodą. Z racji upalnego dnia były to przyjemne chwile orzeźwienia na zakończenie spotkania.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Wypoczynek i rekreacja na „Ranczu” w Pstrągowej



21 sierpnia pojechaliśmy na „Ranczo” Pstrągowa. Gospodarze obiektu umożliwili nam odbycie wycieczki przyrodniczej, torowy zjazd na dmuchanym kole, zabawę w linowym małym gaju, poczęstunek kiełbaskami z grilla i bezpośredni kontakt z różnymi łagodnymi zwierzętami tj. wielbłądem, osiołkami, owcami, jeleniami, danielami, lamami, kozami i małymi konikami. Mogliśmy karmić zwierzęta i je głaskać. Dla niektórych był to pierwszy kontakt i okazja do przełamania lęków i obaw do bliskiego kontaktu ze zwierzętami. Wycieczka ta z pewnością spełniła swoją rolę rekreacyjną, poznawczą i terapeutyczną. W tipi - wigwamie dowiedzieliśmy się o życiu Indian oraz podsumowaliśmy nasz pobyt w ranczu.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Wizyta w Instytucie Pamięci Narodowej w Rzeszowie

22 sierpnia pojechaliśmy do Instytutu Pamięci Narodowej do Rzeszowa. Było to spotkanie o tematyce patriotycznej. Podczas prezentacji przypomniane zostały symbole narodowe oraz geneza i ich miejsce w historii naszego kraju. Uczestnicy świetlicy wykazali się dość sporym zasobem wiedzy historycznej, ponieważ większość poruszanych zagadnień i związanych z nimi zadawanych pytań właściwie była interpretowana. Symbole narodowe Polski w bardzo przystępny i przejrzysty sposób zostały przypomniane podopiecznym. Dzieci dowiedziały się również, jakie jest właściwe miejsce w codziennym życiu symboli narodowych tj hymnu, flagi, godła i barw narodowych. Na zakończenie dzieci otrzymały drobne upominki patriotyczne.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Centrum Inicjatyw Rodzinnych w Świlczy

W poniedziałek, 12 sierpnia b.r. odbyło się zorganizowane przez Centrum Inicjatyw Rodzinnych w Świlczy spotkanie międzypokoleniowe uczestników świetlicy z Paniami z Koła Gospodyń Wiejskich. Podczas tego spotkania odbyły się zajęcia kulinarne, podczas których przygotowano regionalny przysmak w postaci proziaków. Wspólne przygotowanie podkarpackich placków na sodzie miało na celu integrację międzypokoleniową oraz poszerzenie wiedzy o kuchni regionalnej podkarpacia. Podczas wspólnych czynności kulinarnych udowodniliśmy, że dzieci i dorośli, pomimo odmiennego doświadczenia i umiejętności mogą się od siebie wiele nauczyć. Na zakończenie zajęć było kosztowanie proziaków z różnymi dodatkami np. miodem, dżemem truskawkowym i masłem.



Sfera kolekcjonera



Kolekcjonowanie odznak

Pasja kolekcjonerska jest czymś nader szlachetnym. Uczy systematyczności, nieustannego zabiegania, poszerza horyzonty, narzuca ciekawość. Mali hobbyści nieustannie powiększają swoje zbiory, segregują, wymieniają poszczególne egzemplarze.



i innych - mogą to być odznaki z rajdów, sptywów, odznaki wojskowe. Odznaki mogą być metalowe lub plastikowe, przypinane za pomocą agrafki, szpilki lub przykręcane. Samo zbieranie i gromadzenie mobilizuje kolekcjonerów do zdobywania i uzupełniania wiedzy o nich.

Cezary Pawlak

KĄCIK JĘZYKOWY



Eeee... Najpopularniejszą literą w języku angielskim jest **e**
Najwięcej słów w języku angielskim zaczyna się na literę **S**

Anglia
Czy wiesz, że...?

Język francuski był oficjalnym językiem w Anglii przez około 300 lat – od 1066 do 1362



John Doe to polski Jan Kowalski, symboliczny ktoś lub nikt



Pierwsza książka telefoniczna została założona w Anglii w 1880 roku i obejmowała tylko 25 nazwisk



Londyńskie lotnisko Heathrow jest największe na świecie pod względem ilości międzynarodowych pasażerów



Londyn jest największym centrum finansowym świata (od 2006 przed Nowym Jorkiem)



Anglicy są uzależnieni od herbaty Piją jej najczęściej na świecie.

Wielka Brytania to druga ojczyzna Polaków, a Londyn to 17 województwo

Wakacje z językami – czyli jak skutecznie i efektywnie uczyć się ich w czasie wakacji

„Znać inny język, to jak posiadać drugą duszę”

Charlemagne (Karol Wielki)



Nauka, czyli mądre podejście do języków to propozycja, która ukazuje kompleksowe podejście do nauki języków obcych. Aby nauka języków była efektywna i przynosiła owoce wymaga połączenia różnych metod, regularności i praktyki. Oto kilka sposobów, które sprawdzają się w praktyce. Należą do nich:

1. Codzienna praktyka Nawet 15-30 minut dziennie jest bardziej efektywne niż dłuższe sesje raz w tygodniu. Zatem ustalenie regularnego harmonogramu nauki sprzyja jego przyswajaniu.

2. Różnorodne metody Korzystanie z różnych źródeł i metod nauki, takich jak podręczniki, aplikacje mobilne (np. Duolingo, Memrise), kursy online, podcasty, filmy, muzyka i rozmowy z native speakerami. Znajdź dla siebie opcję! Pamiętaj, że każdy uczy się inaczej, więc nie zamykaj się na inne sposoby. To co może przynosić efekty u kogoś, może również sprawdzić się u Ciebie.

3. Otocz się językiem Pamiętaj, że nauka ma być przyjemnym doświadczeniem, a nie przykrym obowiązkiem. Słuchaj radia, oglądaj filmy i seriale, czytaj książki i artykuły w języku docelowym. Otaczaj się językiem, a zobaczysz, że wejdzie Ci w krew. Nawet podcasty będziesz umiał zrozumieć. W ten sposób możesz również uczyć się wymowy słów.

4. Konwersacje Oczywiście aby nasze umiejętności językowe mogły się rozwijać potrzebujemy te umiejętności ćwiczyć. Praktyka mówienia jest kluczowa. Szukaj okazji do rozmów z native speakerami, np. przez aplikacje takie jak *Tandem* czy *HelloTalk*, lub dołącz do lokalnych grup językowych. Wakacje to również idealny czas, by móc posłuchać żywego języka podczas wizyty w kawiarni, innych miejscach publicznych. Co szkodzi nawiązać rozmowę?

5. Słownictwo i gramatyka Regularnie ucz się nowych słów i struktur gramatycznych. Czytanie literatury może w łatwy i przyjemny sposób usprawnić opanowywanie umiejętności gramatycznych oraz przyswajanie nowych słów. Dobrym sposobem może być zabawa w słówka. Czyli każdy uczestnik podaje słówko, dopóki nie wyczerpią się pomysły, zabawa będzie trwać.

6. Twórz fiszki, używaj aplikacji do nauki słówek i praktykuj ich pisanie. To usprawni proces ich przywoływania i odwzorowywania. Ustal swój cel i określ go oraz działania i motywację, które będą Cię do niego przybliżać: Uświadom sobie co stanowi cel i dlaczego chcesz się nauczyć danego języka. Determinantów może być wiele. Do najczęściej powszechnych należą: podróż, praca czy chęć poznania nowej kultury.

7. Notatki i powtórki Ćwicz i regularnie powtarzaj to, czego się już nauczyłeś. Twórz swoje notatki i przeglądaj je systematycznie, a zobaczysz jakie to może być proste.

8. Korepetycje Ta forma nauki może dać szybkie efekty pod warunkiem, że nie spadnie nam motywacja i będziemy czynnie się go uczyć. Rozważ zatrudnienia prywatnego nauczyciela lub udział w kursach językowych, które zapewniają strukturę i indywidualne podejście do osoby. Szkoły mają już pewne doświadczenie, jeżeli chodzi o naukę, aczkolwiek dobry nauczyciel może stanowić sekret osiągnięcia dobrych efektów. Popytaj znajomych, może mają kogoś do polecenia.

9. Rozwiązywanie ćwiczeń Uzupelniaj ćwiczenia z podręczników, testy online i bierz udział w quizach, aby sprawdzić poziom swoich językowych umiejętności. To może być dla Ciebie klucz do opanowania go. Nie zwlekaj, zacznij już dzisiaj :)

10. Wyznacz sobie motywujące wyzwania i w miarę opanowywania ich, podnoś sobie poprzeczkę. Wyznaczanie sobie krótkoterminowych celów, np. naukę określonej liczby nowych słów w tygodniu, napisanie eseju czy przeprowadzenie rozmowy na określony temat sprawi, że z czasem nabierzesz swobody w jego posługiwaniu się nim.

Ważne jest, aby cieszyć się procesem nauki i być cierpliwym. Nauka języka to długoterminowy proces, ale regularna i zróżnicowana praktyka przynosi efekty. Natomiast nie zapominaj o śnie i obowiązkach. Tylko wypoczęty umysł będzie chłonał jak gąbka nową wiedzę i umiejętności. Podejdź do tego z lekkim dystansem i baw się dobrze podczas nauki. Korzystaj ze słownika i sprawdzaj znaczenie słów, które poznałeś lub których już używasz, gdy nie udało Ci się z kontekstu zdania odkryć ich znaczenia, by oszczędzić sobie strzelenia gąfy następnym razem. Znajdź kogoś, z kim będziesz mógł wymieniać się spostrzeżeniami. Nie bój się błędów, one są wpisane w proces nauki.

Źródła:

Olszewska Elżbieta *Słownik językowy ilustrowany dla najmłodszych*, Olesiejuk, 2014

Pamuła Maria, *Sposób na języki dla dzieci*, Edgard, 2018

Zalewski Karol, *Nauka, czyli mądre podejście do języków*, PWN, 2020

Katarzyna Gaczoł-Micał

100 sposobów na aktywność

z dzieckiem w domu



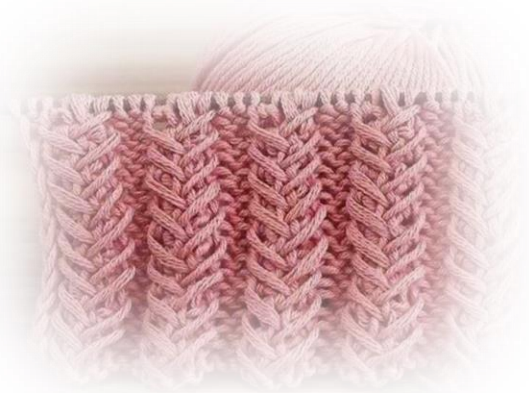
1. Zabawa piaskiem kinetycznym
2. Kolorowanie
3. Wycinanie z papieru/materiału
4. Robienie na drutach
5. Nakrywanie do stołu

1. **Zabawa piaskiem kinetycznym** – jest bardzo przyjemna dla dzieci, szczególnie gdy aura nie sprzyja na zewnątrz. Piasek kinetyczny poza zwykłym piaskiem (98%) zawiera w sobie 2% PDMS, który jest pewnego rodzaju silikonem i nadaje mu pewne właściwości. Dzięki temu nie rozpada się tak łatwo i łatwiej daje się formować. Nie przykleja się do rąk ani do powierzchni; daje się formować z niego różnorodne kształty. Coraz częściej wykorzystuje się go do celów relaksacyjnych czy edukacyjnych w środowisku dziecięcym.

2. **Kolorowanie mandali, wzorów, obrazków czy grafik** – ta forma kolorowania mająca na celu redukcję stresu, angażuje również umysł i pomaga odwrócić uwagę od stresujących myśli. Kolorowanie rozwija kreatywność i spostrzegawczość, a także pozwala na wyrażenie siebie poprzez dobór kolorów i technik.

3. **Wycinanie z papieru/materiału** – jest wszechstronną techniką, która jednocześnie łączy funkcję praktyczną z twórczą ekspresją. Wycinanie jest podstawą wielu form sztuki, takich jak kolaże, mozaiki czy papiery artystyczne. Wycinanie pewnych kształtów wykorzystuje się również przy tworzeniu dekoracji na różne okazje chociażby kartki okolicznościowe. W młodym wieku uczy koordynacji ręka-oko, co wpływa na pracę mózgu w późniejszym okresie.

4. **Robienie na drutach** – inaczej nazywane dzierganiem, jest to zarówno twórcze, jak i funkcjonalne zajęcie. Można tworzyć różne przedmioty, takie jak swetry, czapki, rękawiczki, szaliki czy nawet skarpetki. Robienie na drutach może być czynnością relaksującą, rozwijającą zdolności manualne oraz koncentrację. Ta forma daje satysfakcję z tworzenia własnoręcznie wykonanych rzeczy. Zresztą bardzo przydatnych i użytecznych, szczególnie w sezonie zimowym.



5. **Nakrywanie do stołu** Posiłek jest bardzo ważnym elementem w ciągu każdego dnia. Poprzez odpowiednie przygotowanie miejsca, dzieci uczą się pewnych zasad panujących przy stole jednocześnie rozwijając kreatywność oraz wyczucie estetyki. Dla dziecka czynność ta może stanowić pewnego rodzaju zabawę, jednocześnie ucząc je odpowiedzialności i samodyscypliny. Daje również pewnego rodzaju satysfakcję, w której dziecko może dochodzić do pewnego rodzaju perfekcji w wykonywaniu tej czynności.



Katarzyna Gaczoł-Micał

Literatura:

Gałka Dominika, *Przygody Fenka. Kreatywność, Twój Doradca* Konrad Sobik, 2021.

Kowalska Maja, *1000 pomysłów na nudę. Kolorowanie, czytanie, zabawa...*, Olesiejuk, 2015.

Minge Krzysztof, Minge Natalia, *Samo Sedno - Jak wspierać rozwój dziecka w wieku 6-13 lat?* EDGARD, 2013.

UDANE WAKACJE – pomysły na aktywności w grupie na poczet, których możemy ZREZYGNOWAĆ Z ELEKTRONIKI spędzać więcej czasu w grupie

Wakacje to czas na odkrywanie aktywności oraz czynności, które będą sprawiać nam przyjemność oraz działać na nas budująco i stymulująco. To dobry czas na działania, które będą przyczyniać się rozwijania naszych sprawności, umiejętności. Spędzanie czasu w grupie może mieć wiele interesujących form. Czas bez elektroniki może być bardzo satysfakcjonujący i sprzyjać lepszym relacjom międzyludzkim. Oto kilka pomysłów na ciekawe aktywności:

1. **Gry planszowe i karciane** – Gry planszowe oraz karciane to nie tylko sposób na zabawę, ale także wartościowe narzędzie wspomagające rozwój osobisty i społeczny. Klasyczne gry, takie jak Monopoly, Scrabble, Uno, czy Catan, mogą dostarczyć wiele dobrej zabawy i śmiechu. Gry wzmacniają relacje międzyludzkie oraz promują interakcje społeczne w świecie zdominowanym przez wszechobecną technologię.
2. **Piknik na świeżym powietrzu** – Wybranie się na piknik do parku lub nad jezioro, może być bardzo dobrym pomysłem na wakacyjny ranek czy popołudnie. Zjedzenie posiłku w plenerze przynieść może wiele przyjemnych doznań i odczuć szczególnie gdy ten czas jest spędzony w dobrym towarzystwie.

Dobre jedzenie + dobre towarzystwo = dobra zabawa

Dla tych mniej aktywnych można zabrać grę planszową czy karty natomiast dla tych, którzy nie będą mogli wysiedzieć na kocyku można zabrać frisbee czy badmintona. Siłownia na świeżym powietrzu jest otwarta bez ograniczeń, tylko korzystać.

3. **Wycieczki i spacer z plecakiem** – W zależności od preferencji uczestników ustalamy trasę. Odkrywanie nowych miejsc w okolicy może być bardzo ekscytujące i wzbogacające. Zawsze znajdzie się ktoś chętny na wycieczkę górską, spacer po lesie lub zwiedzanie miejskich zabytków wystarczy tylko znaleźć ludzi mających podobne potrzeby i zainteresowania. Ja np. dzisiaj odkryłam bibliotekę dla lekarzy. Dla tych bardziej spragnionych wrażeń może złotym środkiem okazać się rower.
4. **Gotowanie i pieczenie** – Wspólnie przygotowanie posiłku, to nie tylko smaczna, ale i integrująca zabawa, której efektem końcowym może być smaczne jedzenie. W ten sposób też możemy szlifować umiejętności kulinarne.

5. **Warsztaty rękodzielnicze** – dla osób posiadających umiejętności manualne trafionym wyborem mogą okazać się czynności manualne. Dlaczego więc nie spróbować swoich sił w robieniu biżuterii, szydełkowaniu, malowaniu na szkle czy innych rękodzielnach. W czasie wakacji jest wiele miejsc na wybór różnorodnych aktywności, które można wykonywać w grupie.
6. **Gry towarzyskie i sporty zespołowe** - to świetne formy gier, które angażują wszystkich uczestników i są świetnym sposobem na aktywne spędzanie czasu. Chociażby takie jak kalambury, Mafia, Taboo czy Pictionary. Należy również tutaj wspomnieć o zabawie w chowanego, podchody czy ściganego. Dla tych bardziej sprawnych proponuje „krowę”, na pewno znajdzie się wielu chętnych. Gdyby jednak pomysłów było mało, proponuję sporty zespołowe, gdzie piłka stanowi jej główny element. Dwa ognie, siatkówka, koszykówka czy piłka nożna nawet poza rokiem szkolnym znajdzie swoich zwolenników. Czy też klasy, którzy każdy dobrze zna. Na 100% sprawdzi się również bieg z przeszkodami.
7. **Czytanie na głos** – Czytanie na głos może być ciekawym doświadczeniem, ponieważ każdy zapamiętuje inne treści. Mając możliwość wymienienia się spostrzeżeniami sprawia, że lepiej przyswajamy treści, które słyszymy. W ten sposób możemy dzieląc się swoimi przemyśleniami i emocjami, pogłębiać swoją wiedzę na tematy, które dla nas są interesujące.
8. **Rozmowy tematyczne** - zorganizujcie wieczór dyskusyjny, gdzie każdy może podzielić się swoimi zainteresowaniami, przemyśleniami na dany temat lub opowiedzieć ciekawą historię. Ile ludzi tyle pomysłów, na pewno będzie o czym porozmawiać.
9. **Zabawy ruchowe** - gdyby tak wykorzystać element muzyki, można naprawdę w przyjemny sposób spędzić czas w grupie. Nie zaszkodzi poruszać się trochę podczas dyskotekowych kawałków. To jedna z niewielu okazji by poćwiczyć swoje umiejętności taneczne. Zawsze można coś podglądnać u sąsiada.

Ważne jest, aby przy wyborze aktywności dostosować je do zainteresowań i możliwości wszystkich uczestników, co zapewni, że każdy będzie się dobrze bawił. I chętnie zrezygnuje z elektroniki na rzecz dobrej zabawy w grupie.

Katarzyna Gaczoł-Micał



ROŚLINKI Z NASZEJ SKRZYŃKI

DRZEWO TLENOWE

Szybko rosnące *Drzewo tlenowe* to orientalne drzewo posiadające duże efektowne, ciemnozielone w kształcie serca liście oraz obsypane niebieskimi lub jasnofioletowymi kwiatami przybierającymi formę dzwonów w okresie wiosny i lata. Oprócz niezaprzeczalnej urody drzewo to jest cenione ze względu na twardość drewna i szybkość przyrostu. W ciągu pierwszego sezonu może osiągnąć wysokość nawet 3 m. Jest najszybciej rosnącym drzewem na świecie i może już po sześciu latach osiągnąć wysokość kilkunastu metrów. Drzewo jest wyjątkowo atrakcyjne jako *soliter* czyli samotnie obsadzona roślina. Wierzą, że roślina ta przynosi szczęście, a przebywanie w jej pobliżu poprawia kondycję fizyczną i psychiczną człowieka. Dzięki specjalnej budowie tkanek potrafi oczyszczać powietrze z dwutlenku węgla, produkując dużo więcej tlenu niż inne drzewa. Dodatkowo jonizując powietrze, stymuluje układy oddechowy, krwionośny i nerwowy człowieka. Zachęcamy do bezpośredniego poznania tej rośliny rosnącej przed wejściem do Schroniska Dla Bezdomnych Zwierząt „Kundelek” w Rzeszowie.

Oxytree, czyli drzewko tlenowe to roślina, która została stworzona przez hiszpańskich biotechnologów w laboratorium. Nie jest drzewem naturalnie występującym na Ziemi, jak pozostałe gatunki takie jak buk czy dąb. To hybryda powstała w warunkach laboratoryjnych z mieszanki dwóch odmian Paulowni.



SMACZNEGO!

SAŁATKA Z ARBUZEM



SKŁADNIKI:

- 700 g arbuza
- 200 g fety
- 4 łyżki delikatnej oliwy
- 2 łyżki soku z cytryny lub limonki
- garść siekanych ziół: mięta, bazylia, kolendra
- świeżo mielony pieprz

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Kawałki arbuza krój w kostkę nie większą niż na jeden kęs. W razie potrzeby usuń wszystkie pestki.
2. Ser feta pokrój w kostkę, a następnie dodaj do arbuza.
3. Dodaj zioła – posiekane listki mięty i bazylii.
4. Dodaj 2 łyżki soku z cytryny oraz 4 łyżki oliwy.
5. Oprósz świeżo mielonym pieprzem!

Smacznego 😊

SMACZNEGO!

CHRUPIĄCE DOMOWE ZAPIEKANKI

SKŁADNIKI:

- 1 długa bagietka
- 300 g pieczarek
- 300 g sera mozzarella
- dodatki: łyżeczka ziół włoskich; ketchup; natka pietruszki lub szczypiorek

PRZEPIS:

1. Przekrój bagietkę równo wzdłuż na pół, a potem jeszcze w poprzek każdą na pół.
2. Pieczarki oraz ser mozzarella zetrzyj na tarte, na dużych oczkach do warzyw.
3. Do miski ze startymi pieczarkami i serem wsyp łyżeczkę ziół włoskich/prowansalskich, a następnie delikatnie wymieszaj całość.
4. Piekarnik nagrzej do około 200 stopni. Trzeba jednak pilnować ich cały czas, ponieważ wystarczy chwila nieuwagi i zapiekanki błyskawicznie się spiekają.
5. Gotowe zapiekanki od razu wyjmij z piekarnika i podawaj np. z dodatkiem ketchupu i natki pietruszki.

Smacznego 😊

