

# Nowinki z Internatu

Ośrodek Szkolno-Wychowawczy dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej  
im. Zbigniewa Tylewicza w Poznaniu

MARZEC-KWIECIEŃ 2016 Nr: 12/2016

## Warsztaty dla Rodziców

*Zwróć swą twarz ku słońcu, a cień zostanie w tyle.*

*Przysłowie afrykańskie*

### OSIEM KROKÓW DO WIOSENNEJ PRZEMIANY

#### Warsztaty dla Rodziców

11 marca

Za oknem wciąż ponuro i szaro, ale nasze myśli biegną już ku wiosnie i temu, co ona ze sobą przynosi: słońcu, radości i odprężeniu. Zapraszamy Państwa do spróbowania tego wszystkiego, jeszcze zanim na dworze zrobi się zielono. Na naszych warsztatach będzie to, czego potrzebujemy, aby obudzić się z zimowego snu i rozkwitnąć na nowo: energia, taniec i dużo uśmiechu, sposoby na relaks i nowe smaki.

#### W programie:

**Słowa contra ruch** – niespodzianka Teatru Bezsenni i grupy tanecznej, podczas której moc wzruszeń jak zawsze gwarantowana.

**Poszukiwanie wewnętrznej równowagi** – warsztaty relaksacyjne, podczas których wspólnie poszukamy prostych i skutecznych sposobów na radzenie sobie ze stresem.

**Alchemia Tanga** - pokaz i warsztaty Tanga Argentino czyli okazja do poznania piękna tego tańca, jego magii i zmysłowości.

**Zielono na talerzu** – zdrowe, pyszne i proste przepisy na wiosnę znajdziecie w kolejnej części naszej książeczki, a w kawiarence czekać będzie kawa, herbata i zdrowe przekąski przygotowane przez uczniów i wychowawców.

#### Termin i miejsce

11 marca 2016 r. w godz. 17-19.30 w auli w internacie Ośrodka, ul. Szamotulska 67.

#### Opieka dla dzieci i młodzieży

Kadra pedagogiczna oferuje swoją opiekę nad Państwa synem/córką w trakcie spotkania. Aby dobrze zaplanować opiekę nad poszczególnymi uczniami, prosimy o informację o chęci skorzystania z tej możliwości. Dzieci z autyzmem spędzą czas pod opieką swoich terapeutów w szkole podstawowej, a pozostali uczniowie w internacie pod opieką wychowawców.

### Potwierdzenie udziału w spotkaniu

W trosce o jak najlepsze przygotowanie wieczoru prosimy Państwa o potwierdzenie udziału w spotkaniu. Informację prosimy zgłaszać osobiście do sekretariatu Ośrodka lub drogą mailową na adres [teresakopec13@gmail.com](mailto:teresakopec13@gmail.com) **do dnia 8 marca**.

### Serdecznie zapraszają organizatorzy:

- uczniowie z Teatru Bezsenni i grupy tanecznej
- dyrekcja Ośrodka: Elżbieta Olszak, Kinga Reszel, Teresa Kopeć
- kadra pedagogiczna: Iwona Andrzejewska, Marta Chlebna, Cyprian Konieczny, Krystian Reszel, Małgorzata Wałdowska
- goście tangeros: Jerzy Kopeć, Sylwester Polaco oraz gość specjalny Maryna Romaniuk z Kijowa.

## Cykliczne warsztaty dla rodziców



**W zgodzie ze sobą – bliżej innych.  
Empatyczna grupa rozwojowa lecząca relacje,**

**Czas trwania:** w godz. 17-20, 3 godziny zegarowe

**Terminy:** 8 kwietnia, 6 maja, 17 czerwca 2016

**Miejsce:** świetlica za aulą internatu

**Ilość osób:** minimum 6 – maximum 12

**Zapisy proszę kierować na adres: [teresakopec13@gmail.com](mailto:teresakopec13@gmail.com)**

**Autorka programu i prowadząca zajęcia: Teresa Kopeć** – pedagog, socjoterapeuta, psychoterapeuta, trener warsztatów psychoedukacyjnych

**Współprowadzenie: Cyprian Konieczny** – pedagog, socjoterapeuta, nauczyciel przedmiotu - przysposobienie do życia w rodzinie

Zależy Tobie na lepszych, bliższych i bardziej satysfakcjonujących relacjach z rodziną, partnerem, przyjaciółmi i znajomymi? Chcesz poznać nowe sposoby i umiejętności wspierające Cię w dążeniu do dobrego kontaktu z innymi, przy jednoczesnym pozostaniu szczerym i autentycznym? Chcesz umieć radzić sobie z trudnymi sytuacjami, nieporozumieniami, brakiem zrozumienia?

Zapraszam do udziału w rozwojowej grupie wspierającej budowanie więzi, porozumienia i bliskości. Zajęcia są inspirowane metodą empatycznej komunikacji – Porozumieniem Bez Przemocy (Nonviolent Communication) Marshalla Rosenberga.

Będziesz przyglądać się sobie i swoim relacjom z innymi, ćwiczyć nowe umiejętności i zdobywać wiedzę między innymi w oparciu o koncepcje: Porozumieniu Bez Przemocy (Nonviolent Communication), które jest praktycznym narzędziem empatycznego porozumiewania się oraz metodę „Wychowanie bez porażek” Thomasa Gordona.

- Będziesz uczyć się słuchać krytycznych słów tak, aby Ciebie nie raniły i rozumienia tego, co kryje się za oskarżeniami, ocenami i krytyką.
- Nauczysz się wyrażać prośby w taki sposób, aby inni mieli szansę spełniać je bez przymusu oraz radzić sobie z odmową bez poczucia bycia zranionym.
- Będziesz ćwiczyć, jak nie oceniać i być szczerym, nie raniąc innych.
- Popracujesz nad tym, jak radzić sobie ze złością, lękiem, poczuciem winy i zranienia.
- Doświadczysz mocy wdzięczności wobec siebie i innych.
- Poznasz żyrafę i szakala – zwierzęta symbolizujące dwa różne style komunikacji – i zobaczysz, czego możesz się od nich nauczyć.

**Metoda pracy:** Zajęcia będą prowadzone metodą warsztatu psychoedukacyjnego.

Będziesz przyglądać się sobie, ćwiczyć umiejętności społeczne i zdobywać wiedzę psychologiczną. Warsztaty inspirują do poszukiwań i odkrywania siebie, dają wiedzę i praktyczne umiejętności. W ciepłej i przyjaznej atmosferze pozwalają uczyć się i doświadczać, zadawać pytania i szukać odpowiedzi. Spotkamy się w kameralnym gronie sprzyjającym indywidualnemu spojrzeniu, w przyjaznej i bezpiecznej atmosferze.

Nasza propozycja to unikalny, autorski program, prowadzony przez doświadczonych trenerów. Regularne spotkania umożliwią głębszy kontakt i intensywną, osobistą pracę. Pozwolą na stworzenie wspierającego się i inspirującego nawzajem kręgu. Razem odkryjemy źródła naszej wewnętrznej siły i mocy.

Co miesiąc dostaniesz ćwiczenia do indywidualnej pracy, których efekty omówimy na kolejnym spotkaniu.

Od jakiegoś czasu stworzenie takiej grupy w naszym Ośrodku jest moim marzeniem.

Serdecznie zapraszam: Teresa Kopeć

# SZMARAGDOWA WYSPA

W kwietniu w ramach projektu „Smaragdowa Wyspa, czyli Irlandia znana i nieznana” odbyły się w auli dwa spotkania z młodzieżą z internatu. Projekt ten składał się z czterech części.

Pierwsze spotkanie odbyło się 22 lutego 2016 r. i miało na celu wyjaśnienie, dlaczego Irlandia nazywana jest Smaragdową Wyspą, zapoznanie z ogólnymi informacjami dotyczącymi tego kraju, jak również zaprezentowanie najciekawszych miejsc w Dublinie. Podsumowaniem spotkania było ogłoszenie konkursu plastycznego „Zaproszenie do Dublina”.

Drugie spotkanie odbyło się 14 marca 2016 r. Rozpoczęło się ono krótkim sprawdzianem wiadomości z pierwszego spotkania. Następnie młodzież oglądała prezentację ukazującą piękno przyrody irlandzkiej (Góry Wicklow: Lugnaquilla, Great Sugar Loaf), a także podążała śladami historii (oglądając Rock of Cashel oraz Wexford), jak również miejscami kultu i pielgrzymek (Croagh Patrick, Knock). Spotkanie zakończyło się ogłoszeniem wyników konkursu plastycznego i rozdaniem nagród. I miejsce zajęła Sylwia Staszuk, II miejsce przypadło w udziale Dominice Raś, zaś III lokatę zajęła Ewa Majer.

Trzecie spotkanie miało miejsce 5 kwietnia 2016 r., jego tematem przewodnim były symbole i tradycje irlandzkie. Podczas tego spotkania młodzież zapoznała się ze znaczeniem symboli irlandzkich (flaga irlandzka, Shamrock, krzyż Św. Brygidy, Leprechaun, Claddagh ring). Dodatkowo uczestnicy projektu poznali irlandzkie tradycje oraz legendy. W podsumowaniu uczestnicy wspólnie wyszukiwali podobieństwa i różnice pomiędzy Polską a Irlandią. Spotkanie zakończył 3 etapowy Quiz wiadomości o Irlandii, w którym I miejsce zajęła Sandra Wysocka, II miejsce – Pola Przyłuska, a na III miejscu uplasował się Bartosz Nowaczyk. Zwycięzcy quizu otrzymali dyplomy i nagrody.

Na każdym spotkaniu młodzież mogła nie tylko oglądać prezentację, ale również pamiątki i mapy dotyczące danego bloku tematycznego, nie zabrakło także słodkiego poczęstunku.

Czwarte spotkanie planowane jest na 25 maja 2016 r. Ma być swoistym podsumowaniem całego cyklu spotkań. W tym dniu zaplanowano emisję filmu pt. „Riwerdance”, w którym poprzez tradycyjny taniec irlandzki ukazana jest historia Irlandii.

Małgorzata Wałdowska







# Sprawdź się sam...

## ZAGADKA

Zosia-Samosia wolała wszystko robić, ale jak?  
odejmij z końca a! Gdy już zgadniesz jak  
dodaj przedostatnią literę tego co przed deszczem chroni,  
Ci co mają lek wysokości tym pojazdem lot trwoni  
Z poprzedniej linijki dodaj wyraz od końca drugi  
I co wyszło? Jest on długi??

POWODZENIA 😊

# Uwaga!!!

Jeśli chcesz mieć swój wkład w tworzeniu gazetki, zapraszamy właśnie Ciebie na spotkania w poniedziałki do pokoju nr 23 (internat).

**Opiekun gazetki:** Agnieszka Skrzydlewska  
**Redagują:** Zuzanna Pilarska, Anna Wdzięczna  
**Siedziba gazetki:** internat, pokój nr 23

Druk i adres redakcji: Ośrodek Szkolno-Wychowawczy dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnej im. Zbigniewa Tylewicza w Poznaniu, ul. Szamarzewskiego 78/82, 60-569 Poznań, e-mail do sekretariatu szkoły - [sekretariat@sosw.poznan.pl](mailto:sekretariat@sosw.poznan.pl)