

Šarka

Dienos centras „ŠVIESA“

Nr. 77
2019 m.

Sveiki gyvi brangūs skaitytojai,

Laikas bėga nenumaldomai greitai, čia tik buvo pavasaris, o jau žiūrėk vasara pasibaigė ir naujas sezonas prasidėjo. Vėl visi sugrįžome pailsėję, išsiilgę vieni kitų su naujais įspūdžiais ir svajonėmis. Manau visiems bus smagu prisiminti tai, ką veikėme prieš atostogas.

Sigita Narauskaitė



Kelionė į Daniją

Inga Damažeckaitė



kuriame įsikūrusi seniausia observatorija Europoje, ir pamatyti Kopenhagą iš viršaus, keliauti laivu vandens kanalais, pamatyti mažosios Undinėlės skulptūrą... O kur dar pasivaikščiojimai po Kopenhagos senamiestį, pasisėdėjimai kavinėse, daniško maisto ir alaus ragavimas... ir ekskursija į didžiausią Šiaurės Europoje akvariumą „Žydroji planeta“.

Ernestai, Justinai, Pavelui ir Dainiui labai patiko viešnagė Danijoje. Jie mano, kad tokie mokymai yra labai gera patirtis: pamatai kitą šalį, susipažįsti su žmonėmis, parsiveži naujų idėjų, tampa drąsesnis, savarankiškesnis ir labiau pasitikintis savimi.

Anderseno istorijos mus lydi visur. Patys kartais esame ir bjaurieji ančiukai, dar nežinantys, kad galime tapti gulbėmis, ir nepatikus imperatoriai, ir mylinčios undinėlės, ir iš vietos į vietą aplinkybių nešamos coliukės.

Šių metų balandį mūsų Centro lankytojai Ernesta P., Justina B., Pavel V. ir Dainius M. dalyvavo tarptautinių mokymų antrame etape. Pirmasis buvo organizuotas praeitų metų rudenį Vilniuje, o antrasis – šiemet balandžio mėnesio pradžioje Kopenhagoje. Mokymų tikslas – pasidalinti patirtimi, pamatyti, kokiais būdais ir priemonėmis žmonės, turintys negalią, gali save išreikšti per meną. Kaip priemonę saviraiškai mokymų organizatoriai pasirinko H. K. Anderseno pasakas. Anot jų, atsidurti pasakų pasaulyje svajoja daugelis iš mūsų.

Penkios mokymų dienos buvo itin turiningos ir įdomios. Puikiai sudaryta mokymų ir kultūrinė programa. Kiekvieną dieną mūsų Centro lankytojai dirbo iš peties kartu su danais. Jie kartu kūrė didžiulį pasakų rėmą, fotografavo vieni kitus, spausdino nuotraukas; dailės mokykloje piešė iš natūros ir pozavo.

Laisvalaikis buvo skirtas pažinčiai su Danijos sostine Kopenhaga. Mūsų lankytojams ypač patiko naujos patirtys: važiuoti vairuotojo neturintiu metro traukiniu, stebėti karališkosios sargybos pasikeitimo ceremoniją, užlipti į apvalų bokštą,



S. Naraukaitė pakalbino Pavelą ir Dainių.

Pavel Vosko: *Patiko daryti nuotraukų rėmą pasakų motyvais, fotografuotis, pozuoti pagal rašytojo sukurtus siužetus, lipti į bokštą be laiptų ir suoliukas bokšte, karaliaus rūmai ir besikeičiantys juos saugantys kareiviai, labai patiko plaukti laivu. Danijoje žmonės važinėja dviračiais, labai daug jų mačiau. Važiavau metro be vairuotojo, o už bilietą ten moka kortele.*

Neįgalieji Danijoje viską daro patys, yra savarankiški. Turi didelę salę, kur stalus ir kėdes dėlioja ne vienas žmogus, o komanda, augina gėles ir daržoves, parduoda daigus, smulkina dokumentus, audžia su didelėmis staklėmis (norėčiau austi tokiomis didelėmis), gamina valgyti, atnaujina senus baldus, indus ir parduoda kavinėje, kaip ir mes „Pirmame blyne“, dirba kavinėje ir dar daug naudingų darbų daro. Man labai patiko skelbimų lenta – kaip didelis telefonas, kur viską gali sužinoti, – mums Centre irgi tokios reikėtų.

Buvo gera būti savarankiškesniam: rytais patys darėme pusryčius, padėjome ruošti parodą, stalus kavinėje – viską darėme patys. Tad palinkėčiau, kad būtume savarankiškesni, kaip danai, kad viską, ką galime, darytume patys, nelauktume, kad kas nors už mus padarytų. Ir, žinoma, padėtume vieni kitiems, ypač tiems, kas su didesne negalia.

Dainius Mateika: *Man patiko miestas, laivai ir plaukti per miestą vienu iš jų, muziejus su sodu ir fontanu, parkas prie viešbučio su stirnom ir fazanais, Undinėle, „Tivoli“ atrakcionai, didelė parduotuvė.*

Buvo svarbu mokslai, įsidrąsinti daryti naujus dalykus pačiam. Patiko daryti nuotraukas kartu su visais, prisidėti prie darbų, būti naudingam, pačiam daryti pusryčius. Patiko, kad mūsų pagalbos reikia ir kad leisdavo daryti patiems taip, kaip išeina. Įsidrąsinus viskas pavykdavo. Paaiškindavo, parodydavo, nebuvo sunku.

Patiko klausytis Anderseno pasakų, aplankė jo paminklą. Matėm, kaip kareiviai keitėsi sargybos postuose, kaip žygiavo, kaip saugo karaliaus rūmus. Buvome dideliame jūrų muziejuje – ten labai gražu.

Manyje daug kas pasikeitė, nemaniau, kad taip bus. Kai su visais susėdi ir pradėdi kalbėtis, tave



supranta, tai teikia džiaugsmo. Ir aš džiaugsmo daugiau turiu savyje, meilės gyvenimui daugiau atsirado, daug svajonių turiu, bet tai mano paslaptis.

Įspūdį paliko šilta draugystė su danais. Jie rūpinosi mumis, padėjo, daug pasakojo, rodė, ką veikia: daro gražias pagalves, mezga, baldus daro, atnaujina senus daiktus, dirba visi tiek, kiek gali. Man irgi patiktų dirbti taip, kaip jie, būti naudingam, suaugusiu. Manau, kad būtų įdomu restauruoti baldus, kaip danai daro, rinktis tikrą darbą. Esu aktorius, vaidinu teatre, mano darbai kabo parodoje. Grįžus man buvo svarbu kalbėti visiems lankytojams apie kelionę į Daniją. Pabrėžčiau, kad mes viską galime daryti patys ir tai teikia daug džiaugsmo.

Buvo labai gera, kai brolis paskambino į Daniją, kad rūpinamės vienas kitu, kai su sūnumi atėjo manęs pasitikti oro uoste.

Galvoju, mes galime būti draugiškesni, linksmesni, vieni kitiems padėti, būti drąsesni, kalbėti drąsiau, būti suaugę ir atsakingi.



Mokymai Šviesoje

Sigita Naraukaitė

Balandžio 24–30 d. Dienos centre „Šviesa“ vyko „Atstovavimo sau“ mokymai. Jų tikslas – siekti, kad žmonės su negalia patys ar padedami atstovautų savo interesams įvairiose gyvenimo srityse ir padėtų kitiems sutrikusio intelekto žmonėms. Šiais metais mokėmės, kaip ir kur galime prašyti pagalbos. Visi mokymų dalyviai pasiskirstė pareigomis, turėjo atlikti daug praktinių užduočių bei vieną rimtą – mokymų gale parengti atmintinę – ją spausdiname „Šarkoje“.

O išpūdziais iš šių mokymų dalinasi tie, kuriuos „Šarkai“ pavyko pakalbinti:

Viktorija Pilibaitienė: *Tikriausiai kiekvienas žmogus nori būti laisvas, nepriklausomas, atsakingas už save ir atstovaujantis sau. Vis dėlto, kad galėtum sau atstovauti, reikia turėti tam tikrų įgūdžių. Taigi šiuos įgūdžius ir bandėme išsivardinti, praktikuoti. Aš supratau, kad mokymasis vyksta nuolatos. Kiekvieną dieną turi galimybę išmokti kažką naujo arba įtvirtinti, ką jau mokėjai. Tik... svarbu labai norėti!*

Jūratė Lesnikauskaitė: *Man labai patiko mokymai, norėčiau tokių daugiau. Buvo gera bendrauti su kitais, padėti kitiems. Išmokau naudotis kavos aparatu ir drauge su Renata mokymų dalyviams dariau kavą. Buvome nuvažiavę į policiją, ten policininkas pasakojo, kad galima kreiptis pagalbos į komisariatą, jeigu, pavyzdžiui, tave apvagia, o jeigu paskambina sukčius, svarbu nekelti ragelio. Buvome ir savivaldybėje.*

Ieva Indrišiūnaitė: *Manau, kad šie moky-*

mai padėjo lankytojams atsiskleisti. Jie noriai atlikdavo užduotis ir jas pristatydavo. Buvo matyti, kad visiems patiko. Naudinga buvo sužinoti apie policiją ir seniūniją. Manau, kad visiems į naudą, kad su lankytojais padarėme atmintines – visi turi telefonus ir žinos, kur kreiptis. Labai gerai, kad prieš lankymąsi įstaigose lankytojai su jomis būdavo smulkiai supažindinami. Puiku, kad patys lankytojai suvaidino tam tikras situacijas. Galima buvo pastebėti, kas gaudosi, o kas nelabai. Labai gerai, kad per šiuos mokymus kiekvienas turėjo savo pareigas. Visi labai noriai mokinosi daryti kavą. Buvo labai šauni psichologė Aistė – per žaidimą visus patraukė savo pozityvumu, visi juokėsi ir tvyrojo puiki nuotaika. Labai ačiū Irenai, kad turėjome galimybę išvažiuoti į miestą pasmaližiauti. Ir ateityje galėtų vykti panašių mokymų, nes tai naudinga lankytojams.



SAVĖS ATSTOVAVIMAS

Ona Zaviackienė: Kartu su Povilu ir Danie-liumi dalyvavau savės atstovavimo mokymuose mūsų Centre. Mokymų tikslas – kad lankytojai sužinotų, kur, kada ir kaip kreiptis pagalbos. Užduočių buvo daug ir įvairių. Visi lankytojai gavo ir pareigų ir su jomis gerai susitvarkė. Buvo namų darbų, kurių lankytojai truputį išsigan-do, nes manė, jog nepavyks atlikti. Taip pat keliavome į seniūniją, policiją ir savivaldybę. Sužinojome daug naudingos informacijos, pa-matėme kameras, kilome net į 77 aukštą. Įspū-džių buvo daug. Beje, į Centrą buvo atvykusi „kavos mašinytė“. Mokymų dalyviai mokėsi virti kavą ir vaišino visus norinčius, net kaimynus iš mokyklos. Man buvo nelengva išlikti tik klausytoja, išlaukti ir nedaryti už lankytojus. Daug dirbė, galvoję, sukūrė atmintinę, paskutinę die-ną išvykome į kavinę. Susėdome prie didžiulio stalo ir mėgavomės kava su desertu.

Manau, mokymai buvo įdomūs ir naudingi. Lauksime naujų!



Antanas Lideika: Man mokymuose labai patiko kalbėtis su kitais lankytojais apie savės atstovavimą. Buvo labai naudinga apsilankyti policijos komisariate, ten žiūrėjome filmuką apie policijos darbą, sužinojome daug naudingos informacijos. Ekskursija po savivaldybę man irgi paliko gerų įspūdžių. Mokymų metu mes kalbėjome, kur reikia kreiptis, jeigu mums reikalinga pagalba. Man labai patiko paskutinė

mokymų diena – apsilankėme kavinėje ir skaniai pavalgėme.

Pavel Vosko: Dabar žinau, kur kreipti pagalbos. Buvome policijoje prie Halės turgaus. Savivaldybėje buvome, iš viršutinio aukšto matėme visą miestą. Atsimenu, kad pagalbos telefonas yra 112.



Darja Koniuchova: Šie mokymai ypatingi tuo, kad tai mokymasis per patirtį. Kiekvienam žmogui patyrimas yra asmeninis ir subjektyvus, priimamas nedvejojant. Šie mokymai Centro lankytojams suteikė galimybę pamatyti, išmokti naujų, bet kiekvienam iš mūsų svarbių dalykų, pavyzdžiui, kokios pagalbos gali sulaukti iš pagalbos specialistų, dirbančių vietovės seniūnijoje, policijoje ar savivaldybėje. Džiaugiuosi, kad galėjau dalyvauti kartu su grupės lankytojais Justina, Birute ir Ernesta, kad prisidėjau prie šio pažinimo, kuris po tam tikro laiko virto patirtimi, lankytojos drąsiau kreipiasi pagalbos, kelia tikslus ir stengiasi jų siekti.



„Europe in Action“ konferencija

Daiva Ivanauskaitė



„Kiekvienas gali gyventi prie upės: kiekvienas turi teisę būti nepriklausomas ir įtrauktas“

Vilniuje birželio 5–7 d. vyko „Inclusion Europe“ organizuota tarptautinė konferencija „Europe in Action“, į kurią susirinko per 220 dalyvių iš visos Europos ir tokių šalių kaip Baltarusija, Ukraina, Sakartvelas, Armėnija, Kirgizija, Kazachstanas, Japonija ir Naujoji Zelandija. Dalyvavo asmenys su intelekto negalia, jų šeimos nariai, profesionalai, dirbantys negalios srityje. Jie dalinosi savo patirtimi apie galimybę gyventi savarankiškai bei sunkumus ir iššūkius, kuriuos teko patirti išėjus iš didžiųjų pensionatų struktūros, nes ne visos šalys buvo ir yra tam pasiruošusios, taip pat apie galimybę patiems priimti sprendimus ir daryti įtaką aplinkai. Pasak „Inclusion Europe“ prezidento Jyrkio Pinomaa, „Ši konferencija dar labiau sustiprino žmogaus teisių idėjos svarbą, jos pagrindu tapo žmogaus teisių klausimai. JT Neįgaliųjų teisių komiteto vicepirmininkas Jonas Ruškus ir JT specialusis pranešėjas teisės į sveikatą klausimais, vienas iš „Vilties“ bendrijos įkūrėjų Dainius Pūras labai atvirai

kalbėjo apie žmonių, turinčių intelekto sutrikimų, teisių padėtį pasaulyje ir apie būtinybę sparčiau siekti JT Neįgaliųjų teisių konvencijos nuostatų įgyvendinimo.“ (Visą straipsnį ir nuotraukas galite rasti <https://www.tv3.lt/naujiena/gyvenimas/1003180/inclusion-europe-prezidentas-zmones-turintys-negalia-yratokie-patys-kaip-visi>).

Konferencijoje dalyvavo ir mūsų Centro lankytojų bei darbuotojų. Pranešimą tema „Savarankiško gyvenimo patirtis“ skaitė Jūratė Kareivaitė. Atviros sesijos mieste temą „Kiekvienas turi teisę gyventi prie upės: apie teisę būti įtrauktam į bendruomenę“ moderavo Jūratė Tamašauskienė.

Apie dalyvavimo patirtis pasakoja:

Renata Šilkonytė: *Kai Ženia pasiūlė dalyvauti konferencijoje, labai apsidžiaugiau, nes man labai patinka tokie renginiai. Joje dalyvavau tik vieną dieną – penktadienį. Tada visi kartu nuvykome į „Panoramos“ viešbutį, kur vyko konferencija. Iš pradžių man reikėjo užsiregistruoti, po to davė gražią kortelę su dirželiu, kur buvo užrašytas mano vardas, kad kiekvienas iš konferencijos dalyvių jį žinotų. Taip pat man davė gražų maišelį su konferencijos logotipu ir žurnalą su konferencijos aprašymu. Vėliau nužygiavome prie kavos aparatų, kur patys galėjome pasidaryti kavos ir stebėti jos darymo procesą. Išgėrę kavos nuėjome per ausines klausytis pranešimų (mums buvo verčiama iš anglų kalbos). Jie visi man labai patiko. Po to buvo pertrauka, kurios metu galėjome ragauti įvairių skanėstų.*

Labai patiko dalyvauti konferencijoje, su visais bendrauti ir draugauti.

SAVĖS ATSTOVAVIMAS



visi turime savo teises ir galimybes, tik kartais nesame jų įsivardinę ir net nežinome, kiek daug galime. Konferencijos pradžioje socialinės apsaugos ir darbo ministras Linas Kukuraitis pabrėžė, kad svarbiausia yra požiūris į žmogų su negalia. O požiūris formuojasi per asmeninį santykį. Profesorius Jonas Ruškus, kalbėdamas apie Jungtinių Tautų neįgaliųjų teisių konvenciją, sakė, kad visi turime vienodas teises.

Džiaugiuosi galimybe dalyvauti šioje puikioje konferencijoje.



Aurelijus Krupavičius: *Man labai patiko dalyvauti konferencijoje, susidomėjęs klausiau, kaip kalba žmonės, dirbantys su neįgaliaisiais. Svarbu buvo išgirsti, kokius patogumus būtų galima pritaikyti, kad galėtume rinktis, kur ir kaip gyventi savarankiškai pagal savo poreikius. Patiko užsienio svečių pristatymas, išgirdau, kokias galimybes dirbti turi kitose šalyse gyvenantys neįgalieji. Dalyvavome pristatyme, kuriame savo centro įkūrimo istoriją pasakojo viešnia iš Baltarusijos. Visus susirinkusius konferencijos dalyvius pasveikino Seimo narys Justas Džiugelis, sutikau ir daugiau pažįstamų žmonių. Norėčiau dažniau dalyvauti tokiose konferencijose.*

Viktorija Pilibaitienė: *Man patiko konferencijos moto, kad kiekvienas gali gyventi priepuės. Ši mintis pasiskolinta iš Užupio Respublikos Konstitucijos, kuri man asmeniškai yra labai brangi. Mintis, kad „žmogus turi teisę gyventi šalia Vilnelės, o Vilnelė – tekėti šalia žmogaus“ (pirmasis Užupio Respublikos Konstitucijos punktas), man kalba apie tai, jog mes*



Živilė Augustauskaitė: Svarbu dalyvauti konferencijose, mokymuose, nes tai padeda pasitikrinti žinias, kelti klausimus, formuoti savo nuomonę. Ši konferencija buvo tarptautinė, todėl išgirdome, pamatėme daug kitų šalių pristatymų, o jų metu tarsis nesąmoningai lyginiesi su kitais centrais, įstaigomis, valstybėmis. Džiaugiesi, kad vienu valstybių atžvilgiu esame toliau pažengę, o lyginant su kitomis, dar ilgas kelias laukia, kad žmonėms būtų suteiktos tokios sąlygos ir galimybės, kokias jie ten turi. Daugelis pranešėjų akcentavo, kad neįgalieji teisės apskritai neturėtų būti atskirai įvardinamos, nes jeigu visi žmonės turi vienokias ar kitokias teises, tai žodyje „visi“ turi tilpti ir žmonės su negalia.



Pavel Vosko: Dalyvauti konferencijoje man buvo labai svarbu, nes joje kalbėjo apie žmones su negalia, kaip padėti kitiems. Buvo svarbu pamatyti, kad žmonės su negalia gali sakyti kalbas ir jų klauso. Patiko Panevėžio jaunuolių centro lankytojų pasisakymai, patiko mūsų Jūratės Kareivaitės kalba, buvo įdomu. Jaučiausi gerai, nebuvau pasimetęs tarp užsieniečių, jaučiausi lygiavertis su visais, supratau, ką vertė į ausines iš kitų kalbų. Užsieniečiai mandagūs, visi žmonės kaip žmonės, viskas vyko tvarkingai, nepavargome.

Tegul visi drąsiai kalba už save. Visam pasauliui sakoma, kad reikia būti drąsiems.



Jūratės Kareivaitės pranešimas

Laba diena, sveikinu visus susirinkusius. Tikiuosi, kad ir atvykusiems iš užsienio šalių patiks svečiuotis Lietuvoje ir ši konferencija bus naudinga visiems neįgaliesiems Europoje.

Aš esu Jūratė, man 37 metai, esu užaugusi gražioje ir tvirtoje šeimoje, todėl labiausiai gyvenime džiaugiuosi, kad turiu šeimą, kuri mane myli, ir tikiuosi dar ilgai kartu gyventi. Lankau Dienos centrą „Šviesa“, kur su draugais įdomiai ir prasmingai leidžiame laiką.

Pranešimą turėjo skaityti Justina – mūsų Centro Seniūnų tarybos pirmininkė, bet ji su tėvais išvyko. Todėl įpareigojo mane pasakyti keletą žodžių apie žmonių su negalia gyvenimą Centre.

„Šviesoje“ jaučiausi laisva, protinga, ori ir džiaugsminga. Kartais būnu tikrai ūmaus būdo, tuomet būna sunku ne tik kitiems, bet ir man pačiai. Todėl labai svarbus šalia esančių žmonių patarimas, išklausymas ir pasitikėjimas, jie man padeda teisingai pasirinkti ir apsispręsti. Jų dėka daug lengviau siekti savo

norų, svajonių, nes jeigu viską daryčiau, kaip man šauna į galvą, gali blogai baigtis ir kiti turės daug problemų. Man labai svarbu, kad čia galiu rinktis, ką noriu veikti, darbuotojai man tik pasiūlo, papasakoja apie renginius ar veiklas, kuriose galiu dalyvauti, o sprendimą priimu pati.

Esu grupės seniūnė ir savo grupei atstovauju Centro seniūnų susirinkimuose. Jų metu visų grupių atstovai susirinkę diskutuoja įvairiomis temomis. Sprendžiame mums svarbius klausimus, dalinamės svajonėmis ir planuojame, ką ir kaip galėtumėme padaryti, kad jos išsipildytų. Mūsų susirinkimai vyksta sklandžiai, nes visus sprendimus priimame balsuodami. Naudojam šviesoforo spalvų korteles, jomis parodom savo pritarimą, abejojimą arba nesutikimą.

Man ir mano draugams labai svarbu, kad galime bendrauti, kurti, sportuoti. Turime daug talentų, gebėjimų, o juos atskleisti ir lavinti padeda Dienos centro „Šviesa“ darbuotojai. Centre veikia teatro, muzikos, keramikos, dailės studijos. Mūsų sukurti darbai rodomi parodose ne tik Centre, bet ir viešosiose vietose. Žmonės gali pamatyti, ką aš ir mano draugai sugebame padaryti. Labai didžiuojuosi įvyksiomis savo keramikos, tekstilės ir dailės darbų parodomis.

Mėgstu sportuoti, ypač žaisti bočią – esu gera žaidėja ir dažnai nugaliu vyrukus, tada būnu labai patenkinta. Patinka žiūrėti, kaip vaidina mano draugai, kaip jie dainuoja kartu su įžymybėmis. Centre dažnai skaitau, dirbu kompiuteriu, piešiu, veliu iš vilnos, audžiu, muzikuoju, bet labiausiai man sekasi sakyti kalbas, padėkos žodžius, sveikinimus.

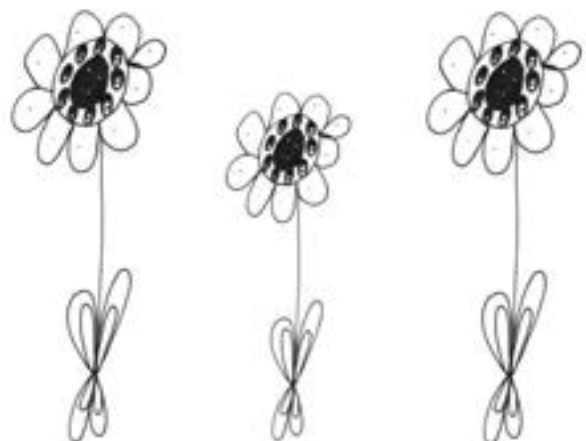
Esame labai dėkingi už galimybę dalyvauti įvairiuose mokymuose. Išmokstame labiau pasitikėti savimi, drąsiau kalbėti, nebijoti pa-

klausti ir dar daug įvairių dalykų, reikalingų mums kiekvieną dieną. Tokie įgūdžiai dabar naudingiausi mano draugams, kurie pradėjo dirbti restorane „Pirmas blynas“. Jų svajonė išsipildė – jie turi galimybę eiti į tikrą darbą kaip ir jūs, dirbti, jaustis reikalingi, naudingi ir vertinami. Labai jais didžiuojuosi.

Džiaugiuosi, kad Centras yra Užupyje ir mes turime, kur nueiti pasivaikščioti. Dažnai apsilankome senamiesčio kavinėse, Bernardinų sode prie Vilnelės. Lankomės ne tik įdomiose Vilniaus vietose, važiuojame ir į kitus Lietuvos miestus, dalyvaujam renginiuose, konkursuose, varžybose. Bet įdomiausia būna keliauti į kitas šalis, pasižiūrėti, kaip ten gyvena žmonės su negalia, ir parsivežti gerų pavyzdžių, patirties.

Džiugu, kad mūsų Centrą aplanko svarbūs ir žymūs žmonės. Pas mus svečiavosi Lietuvos Respublikos Prezidentė Dalia Grybauskaitė, nacionalinės premijos laureatė Irena Milkevičiūtė, operos dainininkai Liudas Mikalauskas, Merūnas Vitulskis, aktorius Vytautas Rumšas ir dar daug kitų įžymybių. Smagu, kad ir jiems įdomu pamatyti, kaip mes gyvename, pažiūrėti, ką sugebame, draugiškai pabendrauti ir pažinti mus.

Ačiū visiems už dėmesį.



Tradicinis pavasario koncertas

Vilija Dačinskienė



Kaip ir kasmet, šiemet atsakingai ir darbščiai ruošėmės tradiciniam pavasario koncertui, skirtam tėveliams ir lankytojų artimiesiems. Šį kartą sulaukėme ypatingo svečio – Lietuvos nacionalinio operos ir baleto teatro ir Vakarų Europos operos teatrų solisto Merūno Vitulskio (tenoras). Šiam iškiliam operos dainininkui akompanavo maestro Vitalijus Neugasimovas, Centro ištikimas draugas. Merūnas Vitulskis atliko neapolietiškas dainas „O sole mio“ ir „Fauniculi, funicula“, o su Lietuvos muzikos ir teatro akademijos vokalo klasės studente Emile Elena Dačinskaite (sopranas) kartu padainavo lietuvių kompozitoriaus Tomo Leiburo dainą „Pasakų miestas“. Koncerte taipogi dalyvavo Nacionalinės M. K. Čiurlionio menų mokyklos smuiko klasės moksleivė Uršulė Dačinskaitė, kuri kartu su Vitalijumi Neugasimovu atliko kompozitoriaus Johanno Sebastiano Bacho įžymiąją „Ariją“ smuikui ir fortepijonui. Koncerte pasirodė Centro solistai Martynas Kitovas ir Danielius Jurevič, jie atliko Balio Dvariono ir Justino Marcinkevičiaus dainą „Oi, užkilokit vartelius“, o vokalinis kvartetas – Merūnas Vitulskis, Emilė

Elena Dačinskaitė, Danielius Jurevič ir Birutė Pocevičiūtė – populiariąją dainą „Paimk mane kaip neregį už rankos“ (anglų kalba „You raise me up“) iš Holivudo statyto filmo „Liūtas – žvėrių karalius“. Dienos centro talentingoji skaitovė Justina Markevičiūtė skaitė lietuvių poeto Vytauto Mačernio eilėrašį „Aš pažinau karalių tavyje“. Koncerte pasirodė ir Centro būgnininkų grupė bei ksilofonų duetas Marius ir Inga. Koncerto iškilmingai pabaigai Centro mišrus vokalinis ansamblis atliko populiarias dainas: pagal Justino Marcinkevičiaus žodžius „Tėvyne dainų ir artojų“, charizmatiškąją lietuvių atlikėjo Gyčio Paškevičiaus išpopuliarintą dainą „Tu vėjo paklausk“ ir kompozitoriaus Kipro Mašanausko žymiąją „Lietuva“. Koncerte atlikėjai sulaukė gausių aplo-dismentų ir pasisėkimo. Teikiant gėles mamytėms skambėjo Galinos Savinienės ir Justino Marcinkevičiaus „Tai gražiai mane augino“.

Dienos centro lankytojai pasipuošė gražiausiais drabužiais ir šio koncerto laukė su dideliu nekantrumu.

Centro lankytojų atsiliepimai apie koncertą:

Antanas Lideika: *Merūnas Vitulskis, choras tikrai gražiai dainavo, buvo puikus koncertas. Į jį atvažiavau specialiai, nes labai norėjau. Aš pats grojau būgnais. Buvau gražiai pasipuošęs baltais marškiniais, juodom kelnėm ir peteliške, kaip tikras artistas buvau susišukavęs ir pasikvėpinęs.*

Ieva Indrišiūnaitė: *Patiko, kaip dainavo operos solistas Merūnas, ypač patiko vokalistų kvartetas, kai mūsų Centro lankytojai koncertavo kartu su profesionaliais dainininkais. Aš pati dainuoju Centro vokaliniam ansamblyje ir pasirodžiau šiame koncerte. Labai mielai koncertuoju, dalyvauju repeticijose, nes labai myliu muziką, o muzikuoti su Centro lankytojais yra nepaprastai svarbu ir suteikia didelį malonumą.*



Paulius Terleckas: *Man visada patinka, kaip Vitalijus groja pianinu. Aš pats esu vokalinio ir būgnų ansamblių aktyvus narys. Mėgstu dainuoti Centro chore, nes jame reikia daug dirbti, susikaupti, daug ką išmokti, ypač gražiai tarti poetinius tekstus lietuvių ir anglų kalbomis. Man visada patinka būti mokytoju chore ir savo draugus mokinti tekstų.*

Marius Slavinskas: *Buvau koncerte. Patiko, kaip gražiai dainuoja Merūnas, kaip choras dainuoja lietuviškas dainas. Aš pats mielai groju būgnais, esu būgnų vyrų ansamblio narys.*

Justina Markevičiūtė: *Esu labai laiminga, kad per koncertą galėjau skaityti poeto Vytauto Mačernio eilėraštį. Taip stengiausi jį išmokti mintinai, kad nuolat repetavau namie ir net kieme. Mano*

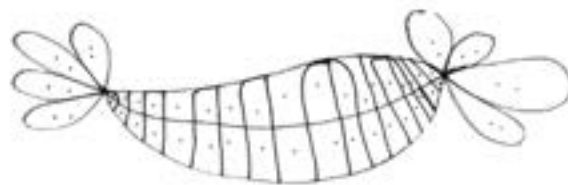
kaimynai stebėjosi, kokia talentinga skaitovė gyvena jų kaimynystėje. Kaip deklamuoju, klausėsi ir mano šuniukas Zara. Aš jau įpratau būti scenoje ir per pasirodymus taip stipriai nebesijaudinu. Galiu daboti (sekti) poetinį tekstą ir nesuklysti, deklamuoti taip raiškiai, kaip kokia tikra aktorė. Mano svajonė yra pasirodyti kuo dažniau. Žinau, kad tam reikia labai daug dirbti, ypač muzikos pamokose reikia tikrai daug dirbti, betgi aš darbo nebijau.

Lina Bielinytė: *Aš negalėjau būti gegužės 8 dienos koncerte, tikrai gaila. Bet man labai smagu muzikos pamokose, ypač mokytis žodžius įvairiomis užsienio kalbomis. Labai stropiai stengiuosi daryti viską, ko per pamokas prašo muzikos mokytoja. O tai darau tam, kad išmokčiau užsienio kalbų, kad galėčiau suprasti, ką reiškia tie užsienietiški žodžiai, ir vėliau jais susikalbėti būdama užsienyje. Man labai patinka grupės „Queen“ dainos. Per jas man lengviau suprasti pasaulį ir išmokti anglų kalbą, t. y. toliau jos mokytis, nes jau mokiausi anksčiau su darbuotoja Anna iš Rusijos. Man labai patiko su ja mokytis. Patinka, kad muzikos mokytoja yra griežta ir labai daug iš mūsų reikalauja. Nieko tokio, svarbu, kad daug išmokčiau ir patobulėčiau. Todėl mokausi tikrai noriai. Labai patinka ritminiai pratimai pagal mano mėgstamos grupės „Queen“ dainas. Noriu pasirodyti koncertuose, aktyviai dalyvauti Centro vokaliniam ansamblyje. Dienos centre turiu daug draugų, man patinka su jais kartu dirbti muzikos pamokose. Jose linksma, daug juokiamės, bet daug turime ir išmokti.*



Egzotiška kelionė

Silvijana Bilskytė



Kelionės gali būti labai įvairios – į darbą, į sodą, į kino teatrą, į gamtą ar dar kur nors... Na, o teatre galima keliauti įvairiais metų laikais ir tiesiog akimirksniu aplankyti tolimiausias šalis, tik svarbu patikėti stebuklingu žodeliu „jeigu“. Šį kartą mūsų laukė egzotiška kelionė...

Idėja kurti spektaklį gimė perskaičius Marlo Morgan knygą „Dykumos balsai“. Tai istorija apie vienos amerikietės kelionę po Australijos dykumą. Ji nedidelės aborigenų klajoklių genties buvo pakviesta į susitikimą. Marlo, seniai dirbdama prie sveikatos apsaugos ugdymo projekto, domėjosi Australijos gyventojų švietimu, siekiant stiprinti jų motyvaciją imtis atsakomybės bei rūpinantis savo gerove.



Aborigenai, senieji Australijos gyventojai, save laiko Tikraisiais žmonėmis, nes neprarado ryšio su savimi ir su žeme – ją saugo, jos neteršia, nenaikina, o su džiaugsmu priima tai, ką ji natūraliai duoda. Jie nekariauja ir nežaloja žmonių.

Aborigenamams labai svarbu lavinti savo prigimtinius gebėjimus ir atrasti kuo daugiau savo talentų. Gimtadienių jie nešvenčia, bet kartą per metus pagerbia kiekvieną genties narį, pripažindami jo talentą, indėlį į bendruomenės gerovę bei asmeninį dvasinį tobulėjimą. Taip jie gauna tikrąjį savo vardą, pavyzdžiui, Genties vyresnysis, Vaistų žinovas, Paukščių giminaitė, Žaidimų moteris, Dvasių moteris, Siuvimo meistrė, Istorijų pasakotoja ir kt.

Egzotiška kelionė, apie kurią visada svajojo Marlo, įvyko ir pakeitė moters gyvenimą. Ji suprato, kad gyvenimiška patirtis yra daug svarbesnė už materialines vertybes.

Vizualizuoti šią idėją padėjo Dailės studijos vadovė Aldona Zabielskaitė. Buvo sukurti spalvingi atlikėjų kostiumai ir scenografija. Į kūrybinį procesą buvo „įausta“ ir tekstilės studijos vadovė Jūratė, ir socialinė darbuotoja Onutė, kuri puikiai susiuvo kostiumus ir net scenos foninę dekoraciją, ir Vincentas, subtiliai sumontavęs muziką. Na, o kad dekoracijos tvirtai scenoje stovėtų, įvairius techninius sprendimus siūlė ir įgyvendino Vaclovas ir Sigitas. Per spektaklio generalinę repeticiją atsakingai ir kūrybingai šviesas derino Sigutė, jautrų muzikinį foną leido Ramunė, o akimirkas istorijai fiksavo Laima ir Danutė.

Visiems labai AČIŪ!

Gražios vasaros, išpūdingų kelionių ir iki pasimatymo rudenį!

Aldona Rasa Jankauskienė: Praėjusią savaitę mūsų Centre įvyko naujai kuriamo spektaklio „Dykumos balsai“ peržiūra. Netikėtu režisierės Silvijos Bilskytės pasirinkimu tapo šiuolaikinės amerikiečių rašytojos Marlo Morgan to paties

pavadinimo knygoje sugulusios gilios filosofinės išvalgos.

Vos aptarus temą, nekilo abejonių dėl spektaklio meninio sprendimo. Atrodė, kad idėjos pačios rado kelią į mūsų namus – jos tiesiog lipte prilipo. Vaizduotė prisipildė pirmųjų garsų, mintyse ėmė sukintis dykumos saulėlydžiai, vėjo ir smėlio nugairinti veidai, paslaptingi, nors, regis, nesudėtingais ir primityviais ženklais išmarginti aborigenų paveikslai, kuriuos taip noriai perka didžiųjų kontinentų civilizacijos gėrybėmis aptekęs pasaulis. Teisybę sakant, atrodė, kad nieko ypatingo kurti ir nebereikia – tik kruopščiai surinkti ir atkartoti čiabuvių jau seniai atrastus pirmąpradžius gamtos formų ir spalvų derinius. Abi su režisiere supratome, kad kelias į spektaklio sėkmę bus grįstas tomis akivaizdžiomis vertybėmis, kurias pasaulis jau primiršo. Pats laikas jomis pasidalinti naujai – pasinaudojant gyva menine kalba. Mano, kaip scenografės, užduotis yra per pasirinktas užuominas sukurti spektaklio išpūdį, sukeltą tam tikras nuotaikas ir išgyvenimus. Šįkart mano pasirinkta spektaklio meninė idėja atsirėmė būtent į Australijos aborigenų tapybą. Ieškojau kuo autentiškesnių tapybos pavyzdžių ir juos perkėliau į mūsų spektaklį. Scenoje taip pat atsirado dekoratyvūs aborigenų stulpai „pukamani“ ir vieno seniausių muzikos instrumento – būgno, arba besileidžiančios saulės, įvaizdis.

Nors sekant idėja spektaklio dekoracijų ir kostiumų konstrukcija yra palyginti nesudėtinga, tačiau visgi reikėjo rasti meistrų, kurie iš esamos medžiagos sutiktų pasiūti aštuonis kostiumus ir reikalingas dekoracijas. Labai džiaugiuosi, kad visus pagalbinius radome čia – mūsų Centre. Esu labai jiems dėkinga.

Ona Zaviackienė: Mūsų Centro teatro trupė ruošėsi naujam spektakliui, todėl buvo kuriamos naujos dekoracijos. Visi mokantys ir galintys buvo įtraukti į šią kūrybinę veiklą. Pagal profesiją esu siuvėja, todėl mielai prisijungiau ir aš. Dailės mokytoja konstravo aborigenų ir varno kostiumus, o aš juos siuvau. Įdomi užduotis buvo, kaip medžiaga aptraukti lanką. Ilgai galvojau, diskutavom, netgi pykomės, bet pavyko gerai.

Džiaugiuosi galėdama būti naudinga savo žiniomis ir įgūdžiais.



Gerumo malūnėlių akcija PC „BIG Vilnius“

Sigita Naruskaitė

Prasidedant vasarai, prekybos centras „BIG Vilnius“ kvietė prisidėti prie gerumo akcijos, skirtos Dienos centro „Šviesa“ neįgaliųjų auklėtinių svajonėms pildyti. Nuo gegužės 29 iki birželio 21 dienos vaikai ir jų tėveliai buvo kviečiami į vėjo malūnėlių dirbtuves prekybos centre. „Ši akcija ypatinga, nes dienos centro lankytojai „BIG Vilnius“ pirkėjams dovanos ne tik malūnėlį, bet ir galimybę pakeisti visuomenės požiūrį į neįgalumą. Šia socialine akcija siekiame parodyti sutrikusio intelekto žmonių galias, o ne negalias. Akcijos metu pirkėjai galės iškeisti pirkimo čekį į jau pagamintą vėjo malūnėlį arba dalyvauti jų dirbtuvėse. Vaikai galės patys susikonstruoti ir personalizuoti malūnėlį savo sukurtomis iliustracijomis ar dekoracijomis“, – prasidedant akcijai sakė Dienos centro „Šviesa“ direktorė Jūratė Tamašauskienė.

„BIG gerumo malūnėliai“ – tai jau trečioji prekybos centro „BIG Vilnius“ organizuota socialinė akcija, kvietusi prisidėti prie gražesnės dabarties kūrimo socialiai pažeidžiamiesiems asmenims. Minėtu laikotarpiu kiekvieną trečiadienį ir penktadienį nuo 14 iki 17 val. maža grupelė iš Dienos centro „Šviesa“, sudaryta iš lankytojų ir darbuotojų, prekybos centre „BIG Vilnius“ mokindavo visus norinčius pasigaminti malūnėlius. Akcija mums buvo labai smagi, buvo smagu patiems gaminti malūnėlius ir gražiai įrengtoje „BIG Vilnius“ prekybos centro erdvėje bendrauti su vaikais ir visais besidominčiais šia akcija.

Dėkojame PC „BIG Vilnius“ iniciatyvos „Gerumo malūnėliai“ organizatoriams už malonų bendradarbiavimą.



Linkėjimai

Indrė Nagumanova

Jonukas išsirinko labai gražią dieną gimti – gegužės penktą, per Mamyčių dieną. Atėjo į šį pasaulį kaip tikra dovana – užgimęs visai neverkė, tik ramiai gulėjo ant mamos pilvo ir pažindinosi su nauju pasauliu. Grįžęs iš ligoninės namo, Jonukas čia rado labai smalsų vyresnįjį brolių, kuris vis nori pažiūrėti, pačiupinėti, už rankytės palaikyti... Neilgai trukus jie jau galės dūkti drauge.

Mažylis Jonukas į mūsų namus atnešė daug meilės, džiaugsmo ir sutelkė komandiniam darbui – nelengva suktis su dviem pipirais, pririekia visų esančių namuose rankų.

Čia Jonukui savaitė(1 nuotrauka)

O čia jam jau mėnuo: (2 nuotrauka)

Visiems linkėjimai, pasiilgau. Laikas greitai bėga ir netrukus vėl pasimatysime!





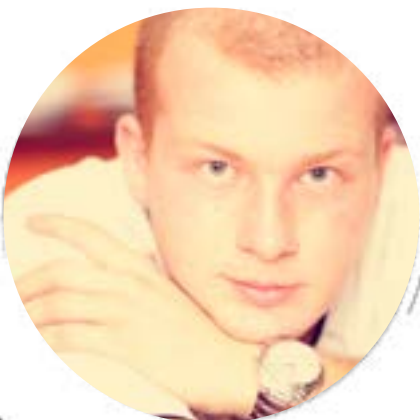
**Ivona Ostrovska –
socialinio darbuotojo padėjėja
I grupėje**

1. **Metų laikas...** *pavasaris, kai bunda gamta, siaučia paukščiai, ilgėja diena, sprogsta pumpurai ir ruduo, kai medžiai žemei lapus dovana, gamta nusidažo beprotiška palete spalvų....*
2. **Kai būna liūdna...** *klausau muzikos žygiuodama geltonais rudens lapais...*
3. **Gauti dovanų...** *mėgstu gauti skanias dovanas, bet labiau – kurti mielas dovanėles kitiems.*
4. **Patiekalas...** *varškė su daržovėmis.*
5. **Dirbti...** *gerai jaučiuosi dirbdama „Šviesoje“.*
6. **Laisvalaikiu...** *mėgstu piešti.*
7. **Svajoju...** *apie žygį į kalnus.*
8. **Didžiausia šventė...** *Kūčios ir Kalėdos, kai susirenka visa šeima...*
9. **Gyvenime man svarbiausia...** *mano draugai, artimieji ir šeima.*
10. **Apie save manau...** *kad esu optimistė.*



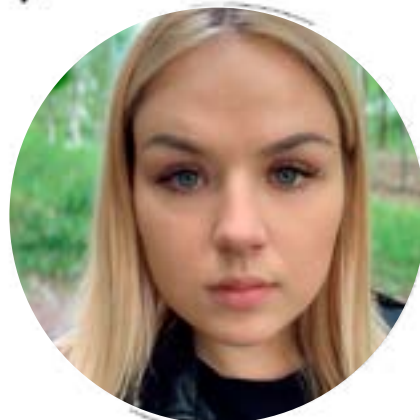
**Leokadija Filipova –
socialinio darbuotojo padėjėja
IV grupėje**

1. **Metų laikas...** *patinka visi metų laikai, nes kiekvienas skirtingai gražus. Pavasaris, nes žydi sodai, sakuros. Vasara, nes žydi daug gėlių ir smagu su dviračiu pasivažinėti. Rugsėjis derlingas metų laikas. Žiemą daug sniego, smagu su rogutėmis nuo kalniuko leistis.*
2. **Kai būna liūdna...** *patinka klausytis geros muzikos ir bendrauti su draugais.*
3. **Gauti dovanų...** *man patinka nuoširdžios dovanos.*
4. **Patiekalas...** *mano firminiai patiekalai: kibinai, čeburekai, cepelinai.*
5. **Dirbti...** *patinka su gera nuotaika, sąžiningai ir atsakingai.*
6. **Laisvalaikiu...** *patinka būti su šeima, anūkais, draugais.*
7. **Svajoju...** *apie kelionę po mylimą Lietuvą.*
8. **Didžiausia šventė...** *Dievo Sūnaus gimtadienis, taip pat mano mylimų vaikų, anūkių.*
9. **Gyvenime man svarbiausia...** *geri santykiai šeimoje, darbe ir su draugais.*
10. **Apie save manau...** *kad esu draugiška, bendraujanti, geranoriška.*



**Virgilijus Vinciūnas –
socialinio darbuotojo padėjėjas
III grupėje**

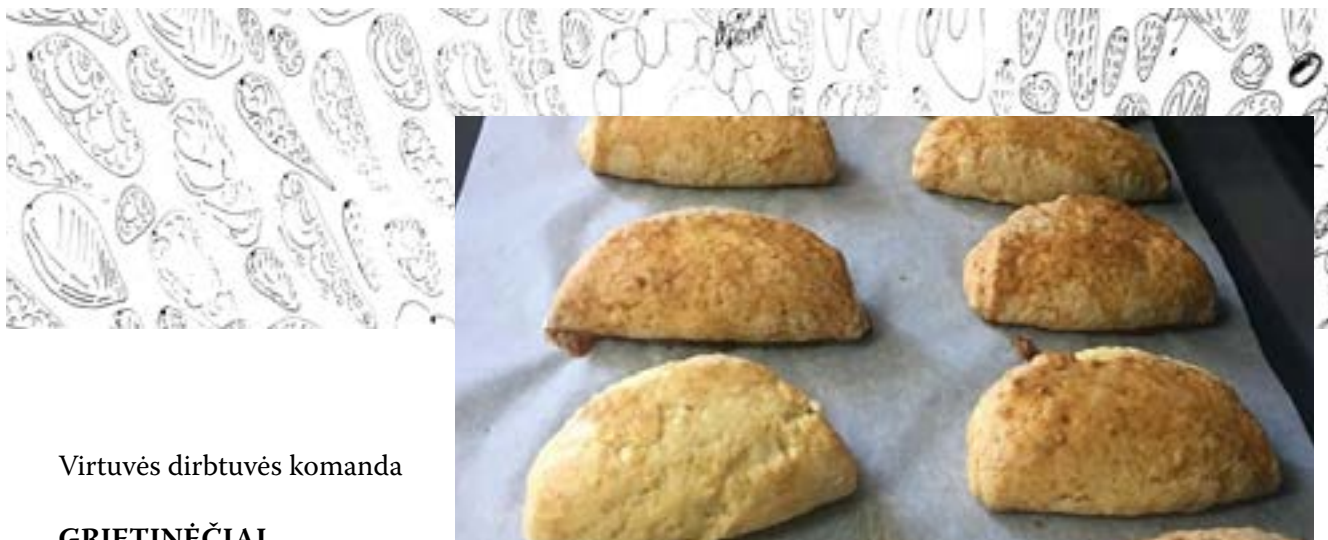
1. **Metų laikas...** kiekvienas metų laikas savaip nuostabus. Žiemą džiugina sniegas, vasarą smagu justti šilumą, rudenį – lietų, o pavasarį stebėti bundančią gamtą.
2. **Kai būna liūdna...**, mėgstu paskęsti mintyse ir ilgai ilgai galvoti.
3. **Gauti dovanų...** visad malonu gauti dovanų, nesvarbu ką, svarbu, kad būtų nuoširdu.
4. **Patiekalas...** mėgstamiausi yra lietuviški, be abejo, cepelinai, šaltibarščiai bei balandėliai.
5. **Dirbti...** dirbu „Šviesoje“ tik 8 mėnesius, tačiau laikas bėga labai greitai, o aš neketinu „bėgti“.
6. **Laisvalaikiu...** laisvalaikį mėgstu leisti su draugais, kartais visai malonu pasibūti ir vienam su koku geru filmu.
7. **Svajoju...** neskaičiuoti pinigų, daug keliauti, aplankyti pasakiškus pasaulio stebuklus.
8. **Didžiausia šventė...** pirmadienis! Juk kiekviena savaitė kaip naujo gyvenimo pradžia!
9. **Gyvenime man svarbiausia...** išlikti pozityviam, juk surauktu veidu nieko gero nepasieksi :).
10. **Apie save manau...**, kad esu labai savikritiškas. Sunkoka kažką pasakyti apie save.



**Gabija Jakštaitė –
socialinė darbuotoja
III grupėje**

1. **Metų laikas...** pavasaris.
2. **Kai būna liūdna...**, stengiuosi būti su žmonėmis, su kuriais man gera, pasivaikščioti gamtoje.
3. **Gauti dovanų...** mėgstu ką nors tokio, kas parodo, kad rūpiu žmogui ir esu svarbi, tai tikrai neturi būti kokia nors materialinė dovana.
4. **Patiekalas...** neturiu konkretaus patiekalo, kurį išskirčiau. Labai mėgstu aštrų maistą.
5. **Dirbti...** mėgstu tokius darbus, kai nesijaučia, kad dirbu, ir kurie suteikia teigiamų emocijų.
6. **Laisvalaikiu...** šiuo metu laisvo laiko turiu mažai, bet jei jau turiu, stengiuosi jį praleisti su sau artimais žmonėmis, išsimiegoti...
7. **Svajoju...** labai labai svajoju... turėti ilgus plaukus :).
8. **Didžiausia šventė...** labai patinka Naujųjų metų šventė. Tai lyg naujo etapo pradžia.
9. **Gyvenime man svarbiausia...** jausti vidinę ramybę.
10. **Apie save manau...**, kad esu ramus žmogus, gebantis prisitaikyti prie aplinkos ir besistengiantis sukurti tokią aplinką, kurioje būtų gera ir pačiam, ir kitiems.

RECEPTAS



Virtuvės dirbtuvės komanda

GRIETINĖČIAI

O viskas prasidėjo taip... Visi kartu, lankytojai ir darbuotojai, virtuvės dirbtuvių metu nusprendėme išsikepti grietinėčių. Turėjome jau išbandytą, patikimą receptą. Visi kartu žiūrėjome vaizdo įrašus, kaip gaminti, ant lapelio užrašėme reikiamus ingredientus, vykome į parduotuvę pirkti produktų. Vėliau kibome į darbus – minkėme, maišėme, formavome. Atidžiai sekėme kiekvieną žingsnį!

Grietinėčiai išėjo kaip iš pasakų knygos! Gardus kvapas viliojo užsukti kiekvieną, kuris ėjo pro šalį. Grietinėčiais mėgavomės užgerdami arbata. Visi buvome sotūs ir patenkinti!

Dalinamės su Jumis mūsų patikrintu receptu ir siūlome jį išbandyti!

Tešlai:

- * 100 g sviesto (kambario temperatūros)
- * 70 g (arba pagal poreikį) cukraus
- * 1 kiaušinis
- * 100 g grietinės
- * žiupsnelis druskos
- * 300 g kvietinių miltų
- * 1 a. š. (nubrauktas) kepimo miltelių

Įdarui:

- * 270 g varškės
- * 2 v. š. (arba pagal poreikį) cukraus
- * 1 kiaušinis
- * 1 a. š. vanilinio cukraus
- * 25 g kvietinių miltų
- * žiupsnelis cinamono (nebūtina)

Aptepui:

- * 1 kiaušinis, * šlakelis pieno

1. Sviestą gerai ištrinti su cukrumi. Mušti kiaušinį, dėti grietinę ir druską. Plakti iki purumo. 2. Miltus sumaišyti su kepimo milteliais, persijotus berti į masę ir minkyti tešlą. 3. Tešlą dėti į šaldytuvą truputį atvėsti. 4. Per sietelį pertrinti varškę (galima naudoti kreminę varškę). Įmušti kiaušinį, dėti cukrų ir vanilę, cinamoną, jei naudosite, viską gerai ištrinti. Suberti miltus ir gerai išmaišyti. 5. Iškočioti tešlą, kad būtų maždaug 4–5 mm storio. 6. Tešloje išspausti maždaug 10 cm skersmens apskritimus. 7. Ant kiekvieno jų dėti varškės – geriausia ne pačiame centre, o šiek tiek arčiau vieno apskritimo krašto. 8. Tuomet užlenkti apskritimus, bet nepripausti kraštelių, per tarpelį turi matytis varškė. 9. Paruoštus sudėti į didelę skardą, išklotą kepimo popieriumi. 10. Jų viršų aptepti plaktu kiaušiniu su pienu. 11. Kepti orkaitėje 180 °C temperatūroje apie 25 min. arba kol gražiai pagels.

Skanaus!