

Šarka

Dienos centras „ŠVIESA“

Nr. 78
2019 m.

Mieli dienos centro „Šviesa“ lankytojai, darbuotojai, tėveliai, globėjai, draugai,

ŠVIESOS bendruomenėje visus metus yra Kalėdos. Be atjautos, bendrystės, pagalbos ir artumo negalėtume taip skaisčiai ir vieningai šviesti. Už tai, baigiantis 2019 metams, nuoširdžiai dėkojame.

Lai šv. Kalėdos Jūsų šeimoms ir bendruomenėms atneša pačias geriausias emocijas, skaniausias vaišes ir puikiasias dovanas.

Na, o 2020 metų baltoji žiurkė, įsitaisiusi ant Centro gžuolo kamieno, teatneša visiems mums išminties, sumanumo, ambicijų ir išradingumo.

Laimingų Naujųjų metų!



DYKUMOS BALSAI

SILVIJANA BILSKYTĖ



Saulėtas ir spalvingas ruduo subrandino taip ilgai kurtą mūsų teatro studijos naują spektaklį „Dykumos balsai“. Sėkla buvo pasėta dar prieš pora metų, perskaičius Marlo Morgan knygą apie vieną nedidelę aborigenų klajoklių gentį, pakvietusią į susitikimą amerikietę, kuri domėjosi Australijos aborigenų gyvenimu ir jų sveikata. Tad per repeticijas savo fantazijomis leidomės į egzotišką kelionę per Australijos dykumą. Kūrėme mizanscenas, drauge ieškojome įdomios plastinės raiškos, klausėmės autentiškos aborigenų muzikos, kuri dažnai ir pasiūlydavo platesnę kūno judesių raišką, o padedami dailininkės Aldonos kūrėme scenovaizdį ir spalvingus aborigenų kostiumus.

Pirmą spektaklio dalį, dar labai trapią, parodėme savo Centre. Po pasirodymo suvokėme, kad dar daug ką reikia tobulinti. Susitikimas su žiūrovu visa-

da įprasmina kūrybinio darbo rezultatą. Spektaklis, kaip gyvas organizmas, vaidintojų, muzikos, šviesų kalba bendrauja, reaguoja, reiškia įvairias emocijas. Kiekvienas suvaidintas spektaklis – tai nauja patirtis, kuri stiprina vaidintojų pasitikėjimą savimi ir galimybę tobulinti savo teatrinius gebėjimus. Vaidinant daug kartų ir įvairiai publikai, spektaklis įgauna tikrąjį savo veidą. Tuomet atsiranda vidinė laisvė ir gebėjimas paprastai, nuoširdžiai ir įtaigiai drauge su visais kurti matomą istorijos vyksmą. Na, o galimybė persikūnyti į savo vaidmens personažą, atsidurti neįprastoje vietoje, reikšti tokius jausmus, kurių kasdienybėje gal ir netenka, tampa tikra teatro magija.

Premjera įvyko Kupiškio teatro festivalyje „Akimirku lietus“. Jaukių kultūros namų didelėje scenoje jautėmės tikri artistai. Tačiau kiekvienoje

TEATRO TRUPĖ

naujoje vietoje visada laukia išbandymų. Kaip orientuotis nepažįstamoje erdvėje, kaip ir kur pasidėti rekvizitą, iš kur išeiti ir t. t. Nors žiūrovų aplovis apdovanojo mus geromis emocijomis, žinome, kad ir toliau turėsime rimtai repetuoti. Dėkojome organizatorei Palmai Skrebienei už pakvietimą, už padėkos raštą ir labai gardžias vaišes. Pasirodymai visada skatina kūrybinę draugystę, stiprina bendrystės ryšius, pasitikėjimą savo jėgomis ne tik scenoje, bet ir gyvenime. Na, o svarbiausia – teikia begalę teigiamų emocijų. Jos visada mus stipriai pakylėja virš kasdienybės.

Startas įvyko. Laukė kelionė į dar vieną teatro festivalį – šįkart „Repriza“ Kaune, kurį organizavo pagrindinis jo sumanytojas ir iniciatorius, mimas, režisierius ir aktorius Virgis Bortkevičius. Viliojo būsima galimybė vaidinti Kauno dramos teatro scenoje. Tačiau pora vaidintojų negalėjo dalyvauti festivalyje, tad susiklausymas, dėmesys ir atsakingumas tvyrojo viso spektaklio metu. Labai džiaugėmės, kad niekas neskaičiavo mūsų pasirodymo laiko. Darėme tai, ką mokėjome ir ką galėjome. Po pasirodymo buvome apdovanojami žiūrovų aplovismais ir atskirų žmonių įvertinimais. Vienas žiūrovas, festivalio fotografas, labai paprastai pasakė: „Jūsų pasirodymas buvo spektaklių spektaklis“. Vadinasi, pasirodėme gerai. Ačiū mūsų vaidintojams, ačiū Ramunei, Laimai ir vairuotojui Pavelui už puikią bendrystę ir kelionę drauge. Gerų emocijų kupini jau vakarop lengvai riedėjome namo į Vilnių.

Gruodžio 3 dieną, minint Tarptautinę neįgaliųjų dieną, dalyvavome tradiciniame X tarptautiniame teatrų festivalyje-konkurse „Begaso“ prizui laimėti. Vaidinome Vilniaus kolegijos Sveikatos priežiūros fakultete. Kolegijos studentės kiekvienam mūsų vaidintojui sukūrė aborigenišką grimą. Kaip visada, spektaklius vertino garbinga komisija su jos pirmininku iš Ukrainos Vitalijumi Liubota. Smagu buvo matyti jau gerai pažįstamus draugus iš Kauno Plastinės dramos teatriuko, dalyvius iš Molėtų teatro trupės „Molėtųvka“ ir mūsų kaimynus iš Markučių. Visi buvom labai skirtingi ir savaip originalūs. Kiekvienas kolektyvas buvo

įvertintas padėka ir festivalio simboliu – Begaso statulėle. Ačiū festivalio organizatorei ir meno vadovei Snieguolei Dikčiūtei už galimybę dalyvauti ir pasidalinti savo kūrybiniais darbais. Na, o mūsų vienas pagrindinių vaidintojų Dainius prasitarė: „Norėčiau vaidinti, vaidinti ir nesustoti“. To linkiu ir visai mūsų teatro trupei. Būkime skirtingi ir labai reikalingi tokie, kokie esame iš tikrųjų.



KERAMIKOS STUDIJOS LANKYTOJŲ DARBUS GALĖJO APŽIŪRĖTI VILNIEČIAI

ASTĖ MASIUKAITĖ

Spalio mėnesį „Gobis/Lauko ekspozicijoje“ paviljone (Gedimino pr. 13) pristatėme dviejų mūsų Dienos centro „Šviesa“ Keramikos studijos lankytojų – Aurelijaus Krupavičiaus ir Pavelo Vosko darbus. Sveikiname kūrėjus, parengusius darbų kolekcijas personalinėms parodomis.

Aurelijų sveikiname ir trisdešimties metų sukakties proga. Tai jo pirmoji tokios apimties paroda. Povilo darbai šiame paviljone eksponuojami jau šeštą kartą, tačiau tai taip pat pirmoji jo personalinė paroda. Autorių įkvėpimo šaltiniai ir išraiškos formos absoliučiai skirtingos, tačiau šioje ekspozicijoje erdvėje puikiai viena kitą papildo. Aurelijaus darbai abstraktūs, primenantys povandeninį pasaulį, o Povilo – atskleidžiantys realaus gyvūnijos pasaulio žaismingumą ir nuotaikų įvairovę.



Beje, šiai parodai puikiai dera ir paviljone rengiamų šių metų visų ekspozicijų bendras pavadinimas „Mus jungia jūra“. Kūrybinė energija ir idėjos, įgavusios konkrečias formas šių autorių kūryboje, – kaip jūros ir vandenynai, jungiantys kontinentus ir valstybes, sujungia mūsų lankytojų meninę veiklą su visų menininkų kūryba.

Taigi, žvelgiant giliamintiškai, atsiskleidžia jog molis, kuriame glūdi pajūrio smiltys, ir vanduo, kuriame tikriausiai ir jūros ošimą galima girdėti, prisilietus kuriančio žmogaus rankoms tampa mūsų nuostabaus pasaulio atspindžiu, gebančiu sujungti iš pažiūros nesujungiamus žmonių galimybių krantus.

Smagu taip gražiai ir sėkmingai įveikus nemenką kūrybinės veiklos etapą. Smalsiai ir su nekantrumu laukiame naujų kūrybinių minčių proveržio. Kai visi geriausi darbai ekspozicijoje, tai tarytum reikia viską pradėti iš naujo.

*Tad autoriams linkime kūrybinio įkvėpimo, drąsos ir tikėjimo,
jog kūrybinės galios yra neišsemiamos.*

APLIKACIJŲ PARODA „RUDENINIS TRAUKINYS“

ALDONA RASA JANKAUSKIENĖ

Aplikacijų paroda mūsų Centre gimė susidarius galimybei naujai pažvelgti į lankytojų sugebėjimus ir mėginant kūrybiškai dirbti nauja dailės technika. Tai užtruko nemažai laiko ir pareikalavo daug pastangų, nes įprastas dailės priemonės (pieštukus, teptukus ir dažus) pakeitė ryškiaspalvės popieriaus skiautės ir sausi klijai.

Parodoje naujai atsiskleidžia mūsų Centro lankytojų gebėjimai, charakterio ypatybės – kaip atidžiai ir kruopščiai atsirenkamos vienokios ar kitokios spalvos ir skiautė po skiautės formuojamas pasirinktas vaizdinys. Kilo mintis eksponuoti darbus taip, kad forma primintų negrižtamai prabėgančius filmo kadrus arba pro skubančio traukinio vagonų langus pralekiančius vaizdus.

Parodos dalyviais tapo tie, kas aktyviausiai įsitraukė į aplikacijos atlikimo techniką ir ją pasitelkę sukūrė daugiausiai darbų.

Birutė P. meistriškai atliko gan realistiškus natūrmortus su gėlių puokštėmis, o Kristina D. sukūrė nemažai abstraktesnių paveikslų gėlių ir gamtos motyvais.

Jan Artiom K. pakeri vidine energija ir vitališkumu: į jo vaizduotės akiratį pakliūva viskas – architektūra, portretas ir gatvės technika, o aplikacijos papildytos spalvinklio linijomis.

Įdomūs Jūratės R. peizažai ir miesto pastatų motyvai. Parodą papildė Romano A. ir Pauliaus B. darbai.

Atskirai turiu paminėti Jūratės L aplikacijų parodą. Minint jos 50-mečio jubiliejų jos individualumą specialiai išskyriau atskiroje erdvėje. Jūratės darbai moteriški ir jautrūs, ji išskirtinai kruopšti ir atsakinga, o mėgstamiausia jos tema – gėlės.



SPALVINGAS GYVENIMAS „ŠVIESOJE“

GRAŽINA MARECKAITĖ

Martyno mama

Spalio 7 d. su Martynu Šimkumi patyrėme malonią viešnagę dienos centre „Šviesa“. Dienos centras glaudžiasi prie gražios medžiais apaugusios Užupio kalvos. Visais metų laikais – kai medžiai sužaliuoja, kai sušvinta auksiniai lapai ar sidabrinis šerkšnas – kalno papėdėje, „Šviesos“ namuose, verda gyvenimas. Ne šiaip gyvenimas, o kūrybingas ir spalvingas gyvenimas, nuo ryto ligi vakaro pripildytas įvairiausios veiklos. Čia skleidžiasi dienos centro lankytojų talentai, jų sugebėjimai – dainuoti, groti, piešti, drožti, lipdyti, šokti, austi, deklamuoti, vaidinti ... Sumanūs ir gabūs visų čia išvardintų ir neišvardintų veiklų vadovai, savo srities žinovai ir entuziastai, perteikia meilę ir darbo bei kūrybos įgūdžius lankytojams, kurie dažnai net nenujaučia, ką jie gali ir sugeba. O sugeba jie, pasirodo, daug. Kai kur nors mieste vyksta „Šviesos“ lankytojų parodėlės ar mugės, jų darbais žavisi daugelis žiūrovų. Ypač patraukliai atrodo stiklinė vitrina Gedimino prospekte ties centriniu knygynu – praeiviai fotografuoja spalvingus keramikos gaminius, kurie autorių vaizduotės lakumu neretai pranoksta ir profesionalų meną.

Prieš daug metų į šį smagų „Šviesos“ kolektyvą įsijungė ir Martynas. Jis čia išmėgino viską, tačiau vis būgštavo, kad nesugebės tobulai atlikti užduoties (Martynas visados iš savęs reikalauja tobulybės). Daug dienų ir valandų prakaituodavo droždamas šaukštus – vis atrodė, kad šaukštas kreivas šleivas, netobulas. Vaidino scenoje – išgyvendavo, kad užmiršo tekstą ar ne taip atsistoję. Jei piešdamas gaudavo mokytojos patarimų, tai grauždavosi, kad ne jis pats tai sugalvojo. Keramika tapo produktyviausiu Martyno darbu, bet puodelių rankenėlės jam neišeina, nepatogios... Tačiau išmoningai nuspalvinti puodeliai ir vazelės daug kam patiko, gal net rimti kerami-

kai nusižiūrėjo į jo gaminių nukreivintas ašes. Dailininkė Astė leido laisvai reikštis lankytojų gebėjimams, bet kartu mokė seno puodžių amato. Martyno sukurtos keramikos plytelės iš tiesų gražios, spalvingos, kaip senoviniai kokliai.

Pakviestas apsilankyti „Šviesoje“, kur praleido daug jaunystės dienų ir metų, sutikęs daug senų draugų ir darbuotojų, Martynas net susigraudino, kaip ir mama. Jam malonu buvo susirinkusiems paskaityti savo sukurtų eilėraščių.

Esame laimingi, kad patyrėme tokią globą ir tokį gerumą, koks spinduliuoja iš šių namų ir čia dirbančių nuoširdžių ir šviesių žmonių.

Padėka jiems visiems.



MARTYNAS ŠIMKUS

Buvau pakviestas į dienos centrą „Šviesa“, kuri lankiau daugybę metų. Čia vyko mano darbų paroda. Puikiai paskaičiau keletą savo eilėraščių: „Vilnius lapkrityje“, „Kuo skiriasi Vilnius nuo Kauno“, „Angelas“. Buvau išties patenkintas savo keramikos darbais. Daug kas centre buvo manęs pasigedęs, o lankytoja Dalia – labai. Ji irgi poetė, irgi rašo eiles. Dalia parašė gražų eilėraščių apie mane ir gražiai paskaitė savo kūrybos. Su manim buvo mano mamytė. Ji pakalbėjo salėje ir personalo kambaryje, o aš ten pasivaishinau kava su saldumynais.



ASTĖ MASIUKAITĖ

Perskaičiau Martyno Šimkaus ir jo mamos Gražinos mintis apie apsilankymą mūsų centre Martyno parodos pristatymo proga. Smagu, kad mums visiems buvo gera susitikti ir ne tik pažvelgti į nedidelę autoriaus kūrybinio kelio atkarpelę, bet ir pasikalbėti neskubant, į viską žvelgiant šiltu ir dėkingu žvilgsniu už drauge praleistą laiką Keramikos studijoje, už pasiektus rezultatus. Tiek už menamas nesėkmes, tiek už labai vykusius meninius atradimus. Truputį keista, kad apie šiuos ryšius visi kalbame būtuojau laiku. Juk viskas tebevyksta šiandien. Ir ši paroda gimė iš noro, kad tai, kas tikra, nenutrūktų, kad vienokiu ar kitokiu būdu tęstųsi. Eilėraščiai, piešiniai, tapybos ar keramikos darbai – juk jie, kaip ir rankraščiai,



anot vienos knygos personažo, „niekada nedega“, o kūrybinis procesas – nesibaigia. Tai liudija ir ornamentai, kuriuos Martynas prieš keletą dienų viešėdamas centre nupiešė, ir jo dekoruotas „Lai-krodis“, kuris jau ne vienerius metus džiugina ne tik mus, bet ir centro svečius. Iš tiesų ketvirtadienio rytais Keramikos studijoje trūksta Martyno „rūsčios“ savikritikos ir po to gimusių puikių gaminių, ypač indų ir puodelių su tom originaliom, esą netobulom ir kreivom ašelėm. Džiaugiuosi, kad Martynas sugeba pats visą darbą – nuo lipdymo pradžios iki spalvų parinkimo ir glazūravimo – atlikti savarankiškai. Na, o ornamentika, tai neabejotinai šio menininko kūrybos stiprioji pusė. Taigi, pieštinė šios parodos dalis mus dar džiugins visus šiuos likusius metus. Čia jau, tikriausiai, kaip ir reikėtų padėti tašką, bet dedu kablelį su viltimi, kad tai ne paskutinė Martyno kūrybos paroda ir susitikimas mūsų centre, kad dar išgirsime ir naujų eilėraščių, ir minčių apie gyvenimą, ir daug ko...

Na, ir, būtinai dar keli patys šilčiausi ir nuoširdžiausi žodeliai Martyno mamai Gražinai:

***AČIŪ Jums, kad į „Šviesą“ atnešat ŠVIESĄ!
Tai mus ir skatina, ir įkvepia, ir palaiko.
Visokeriopos sėkmės Jums ir dar daug tą
šviesą nešančio buvimo ir galbūt veikimo!***

SAVANORYSTĖ

parengė DAIVA IVANAUSKAITĖ

Dar visai neseniai, išgirdę žodį „savanoris“, lietuviai pirmiausia pagalvodavo apie savanoriškai tarnaujančiuosius kariuomenėje. Tokia savanorio samprata susiformavo pirmuoju Lietuvos nepriklausomybės laikotarpiu, o dar labiau įsitvirtino po 1990 metų, atgavus laisvę. Kovoti dėl Lietuvos laisvės buvo itin svarbu, o savanoriška tarnyba krašto apsaugoje vertinta kaip garbinga, reikalinga ir stiprios asmeninės motyvacijos reikalinga veikla.

Šiandien šį žodį suvokiame daug plačiau. Savanoriška pagalba labiausiai žinoma iš visuomeninių „Maisto banko“ ir „Darom“ akcijų. Nors ir ne taip gausiai, savanoriai įsitraukia ir į kitą socialinę, aplinkosaugos, bendruomenių veiklą. Tai rodo, kad savanorio įvaizdis keičiasi ir formuojasi pagal tai, kokios pagalbos reikia visuomenei.

Savanoriu gali būti ir bausmę įkalinimo įstaigoje atlikęs asmuo, ir fizinę ar protinę negalią turintis žmogus, ir mama su kūdikiu.

Savanoris – asmuo, pasirinkęs dovanoti savo laiką ir jėgas tiems, kuriems to reikia. Šis pasirinkimas – tai galimybė leisti į savanoriškos veiklos nuotyki, kuris atveria platų saviraiškos, dalijimosi džiaugsmo ir atradimų horizontą.

Savanorystei būtina dar viena sąlyga: atrasti „kitą“ – asmenį, kuriam ši savanorystė būtų skiriama. Ėmęsis savanoriško darbo, savanoris jį atlieka ne sau, ne draugui ar giminaičiui, o tam, kuris yra svetimas ir kuriam savanoris neprivalo padaryti ką nors gera. (parengta pagal „Būk savanoris – keisk pasaulį. Tavo savanorystės kelrodis“, Neringa ir Monika)

Mūsų Centre esame įpratę matyti savanorius, dovanojančius mums savo laiką, patirtį, nuotaiką ir jėgas. Vis kirbėdavo mintis: o gal ir mūsų lankytojai galėtų ir norėtų tapti savanoriais? Pasinešioję šią mintį nusprendėme pamėginti padėti mūsų lankytojams tapti savanoriais, o pasiūlę galimybę savano-

riauti senelių namuose sulaukėme susidomėjimo.

Dar vasarą pamėginome su norinčiųjų grupe nukeliauti ir pasimatuoti savanorystę. Po pirmojo susitikimo lankytojų sprendimas buvo priimtas: „Norime“. Suderinę galimybes nuo spalio mėnesio pradėjome du kartus per mėnesį lankyti senelius, gyvenančius senelių namuose. Mūsų lankytojų savanorystės patirtis dar tik leidžia šaknis, tačiau kaskart apsilankius vis stiprėja.



NAUJAS PROJEKTAS

Apie savo savanorystės patirtis ir atradimus kalba patys lankytojai:

Jūratė L.: Prisimenu, kai pirmą kartą atvažiavę nusirengėme ir nuėjome į kambarius. Mano močiutė iš pradžių mane užkalbino, viską išpasakojo apie save ir kaip įsikūrė senelių namai. Jos vardas Vladia. Dar ji man kalbėjo apie savo gimines, kurie atvažiuoja aplankyti. Vladia pasakojo, kaip išvežė ją į Sibirą – ten buvo labai sunku.

Kai atvažiavau kitą kartą, močiutę sutikau prie jos kambarėlio durų – ji kaip tik grįžo iš sporto užsiėmimo, darbuotoja ją atvežė vežimėlyje, bet į kambarį močiutė pati įėjo. Atsisėdome kartu ant jos lovos ir pradėjome bendrauti. Klausiau Vladios, kokie renginiai vyksta pas juos. Tai ji man sakė, kad švenčia Kalėdas senelių namuose, net kunigas ateina. Klausiau močiutės, ar valgo Kūčias? Sakė, kad vaišინasi su kitais seneliais, „kūčiavoja“.

Aš Vladiai padėjau: ji paprašė sušukuoti plaukus, pripilti vandens į buteliuką. Kai atėjo laikas išsiskirti, močiutė nenorėjo manęs išleisti, sakė, kad labai gera, kai esu su ja. Man labai patinka savanoriauti, padėti kitiems silpniesiems. Kadangi labai mėgstu bendrauti su ja, laikas greitai prabėga, o svarbiausia – jis skirtas padėti.

Dalia: Savanorystė senelių namuose labai patinka. Močiutė man labai miela, pasikalbame. Daug pasakoja apie praeitį, kaip gyveno Sibire. Ji vaikų neturi, o vyras jau seniai miręs. Jai pačiai apie 90 metų. Ji labai mėgsta skaityti knygas. Pati yra parašiusi knygą apie Sibirą. Prie tokios močiutės taip ir norisi prisiglausti. Ateinančių švenčių proga noriu palinkėti visiems senukams sveikatos ir došnaus Šv. Kūčių stalo.

Romualdas: Man labai patinka važiuoti į tremtinių namus, ten aš bendrauju su močiute vardu Jevgenija. Močiutė iš Baltarusijos, jai tiek daug metų ir įsivaizduoji – ji sportuoja. Dar pasakojo apie savo gyvenimą, iš kur ji kilusi ir kur gyveno Vilniuje. Ji man palinkėjo gerų artėjančių Naujųjų metų, aš jai irgi. Kvietė, kad mes dar atvažiuotume.

Miglė: Kai pirmą kartą susitikome, šiltai apsikabinome, – tai man labai svarbu. Kai nuvykstu į senelių namus, žaidžiame bingo. Kalbame apie viską. Ji pasipasakoja, kaip sekasi, rodo man piešinius, pasakoja. Buvau pririnkus kaštonų, juos padovanojau Gražinai ir dar nupiešiau jai atvirutę,

padovanojau. Gražinai labai patiko, sakė, kad labai graži atvirutė. Ji nori, kad dar atvažiuočiau. Laikas greitai praeina, labai laikiu kito susitikimo. Ir Gražina sakė, kad lauks manęs visada.



O štai nuostabūs atsakymai į klausimą: ką dovanojate seneliams būdami kartu su jais?



VILNIAUS KOLEGIJOS STUDENTĖS APIE BENDRYSTĘ KARTU

PAULA RAMANAUSKAITĖ, EVELINA GRUŽINSKAITĖ



2019 m. rugsėjo 19 d. Vilniaus kolegijos Sveikatos priežiūros fakulteto studijų programos „Ergoterapija“ pirmo kurso ER19 grupės studentai kartu su Grožio terapijos katedros lektore Aurelija Kūgyte apsilankė Vilniuje esančiame dienos centre „Šviesa“. Studentus ir lektorę pasitiko vyriausioji socialinė darbuotoja Daiva Ivanauskaitė. Ji aprodė erdves, kur lankytojai leidžia laiką: sporto salę, keramikos dirbtuves, bei susipažino su veikla, lavinančia smulkiąją motoriką, – žvakių gamyba iš perdirbto parafino. Galima buvo pasigėrėti parodoje eksponuojamais lankytojų Linos, Martyno ir Aurelijaus keramikos darbais. Studentai dalyvavo jos atidaryme bei išgirdo apie įdomų projektą: keli lankytojai nupiešė lėkščių raštus, pagal kuriuos kiti Centro lankytojai nulipdys lėkštes.

Būsimieji ergoterapeutai turėjo galimybę susipažinti, pasikalbėti su dienos centro „Šviesa“ lankytojomis Jūrate ir Birute. Jos pasidalino asmenine patirtimi bei veikla, kuria užsiima Centre. Studentai uždavė klausimų apie veiklą, pasidalino savo patirtimi ir sulaukė grįžtamojo ryšio.

2019 m. spalio 10 d. Vilniaus kolegijos Sveikatos priežiūros fakulteto studijų programos „Ergoterapija“ ER19 grupės studentai savo fakultete organizavo renginį, skirtą Vilniaus m. savivaldybės socialinės globos įstaigos – dienos centro „Šviesa“ lankytojams. Studentai nekantraudami laukė atvykstančiųjų. Ir nors rytą temdė storas debesų sluoksniš, į fakultetą atvykę renginio dalyviai nušvietė jį visai kitomis spalvomis. Renginys prasidėjo susipažinimu – dalyviai ne tik prisistatė pasisakydami savo vardus, bet ir mėgstamiausią savo veiklą. Tai renginio organizatoriams leido artimiau pažinti šias unikalias asmenybes. Vėliau smagiai apšilę ir sužaidę žaidimą „Žuvis tinkle“ visi skubėjo prie organizatorių sugalvotų veiklų. Energingose veiklose noriai dalyvavo visi atvykę svečiai. Po to kiek pavargę dalyviai turėjo galimybę pailsėti studentų sukurtoje poilsio zonoje, kuri, tiesą sakant, nebuvo tokia jau ir rami. Ten virė darbas: renginio dalyviai turėjo galimybę papuošti keksiukus, kaip norėjo. Galiausiai renginį vainikavo žaidimas „Atspėk, kas tai“. Šio žaidimo tikslas buvo atspėti, kokį daiktą žmogus liečia, kai jam yra užrištos akys. Svečiai, įvardiję ar apibūdinę, kokį daiktą jie liečia, buvo apdovanoti Vilniaus kolegijos atributika, kurią mielai suteikė Vilniaus kolegijos Ryšių su visuomene skyrius. Prieš šį renginį studentų išsikelti tikslai buvo maksimaliai patenkinti. Studentai įgijo neįkainojamos patirties, ugdė gebėjimą dirbti komandoje, įtraukė protiškaiciškai neįgalias žmones į prasmingas veiklas ir turėjo galimybę susirasti naujų nuoširdumu spinduliuojančių draugų.

2019-ŪJŪ ABILIMPIADA

VIKTORIJA PILIBAITIENĖ

Lapkričio 28 d. dienos centro „Šviesa“ lankytojai dalyvavo Vilniaus neįgaliųjų dienos centro organizuotose profesinio meistriškumo varžytuvėse – abilimpiadoje „Aš galiu viską“.

Abilimpiada – senas tradicijas pasaulyje turinčios varžybos, gebėjimų, įgūdžių, lygių galimybių olimpiada, kuomet negalią turintys asmenys varžosi įvairiose srityse. Šiais metais buvo galima pasirinkti tokias rungtis: advento vainiko dekoravimas, kalėdinės eglutės puošimas, paveikslas iš vilnos gamyba, kalėdinio žaisliuko puošimas, kalėdinės atvirutės piešimas, nuotraukų rėmelio dekoravimas.



Lankytojų išpūdžiai:

Birutė: *Man labai patiko. Buvau laiminga, patenkinta. Kartu buvo liūdna ir linksma. Norėčiau nuvažiuoti dar kartą.*

Justina M.: *Mūsų dienos centras dalyvavo abilimpiadoje. Ten darėme daug gražių darbelių. Buvo ir gražus kalėdinis koncertas. Visi kartu dainavome, nes mokėjome tas dainas. Buvo daug žmonių ir iš kitų centrų. Valgėme pietus. Mano draugai laimėjo prizų, tačiau Birutė nuliūdo, kad negavo jokio. O aš visai nenuliūda – laukiau skanių pietų. Buvo labai linksma – šokome, dainavome. Mus lydėjo Viktorija ir Jūratė.*

Povilas: *Dalyvavau trečią kartą. Pirmą kartą dariau darbelį ant stiklo. Antrą kartą pasisekė – reikėjo su klijais puodelį papuošti ir laimėjau prizą. Šį kartą su makaronais apklijavau nuotraukų*

rėmelį. Man visai patiko, bet nelaimėjau nieko. Džiaugiausi, kad kiti laimėjo. Ir kitiems reikia leisti.

Artomas: *Jakovas mane nuvežė. Man labai patiko. Laimėjau pirmą vietą. Sėdėjau prie stalo ir piešiau atvirutę. Atvirutėje buvo Kalėdų senelis. Vyko šokiai ir gavau prizą. Sakiau visiems: „Ačiū“.*

Joana: *Man buvo gerai. Aš dariau paveikslą iš vilnos – sudėliojau ją taip, kaip man patiko. Uždėjau ant viršaus rėmelį ir laimėjau prizą.*

Miglė: *Man viskas patiko. Sėdėjau su kitomis dalyvėmis. Puošėme eglutę. Man siūlė klijuoti su karštais klijais, bet aš nesutikau, nes bijojau nusi-deginti rankas. Iš pradžių šiek tiek susijaudinau, kaip man pavyks išdekoruoti tą eglutę, bet viskas galiausiai pavyko puikiai ir laimėjau prizą – kalėdinį maišiuką ir saldainių dėžutę.*

PROJEKTAS „DIGITAL STORYTELLING“ – SKAITMENINIS PASAKOJIMAS

parengė SIGITA NARAUSKAITĖ

KAS YRA SKAITMENINIS PASAKOJIMAS?

Skaitmeninis pasakojimas yra metodas, kai pasakojimui pasitelkiama „Movie maker“ programa. Ji padeda sukurti istoriją naudojant piešinius, nuotraukas, filmuotą medžiagą. Šią istoriją galima įgarsinti, sukurti įvairių efektų. Projekto kūrėjai mano, kad šis būdas gali labai pagelbėti žmonėms, turintiems proto negalią, atsiskleisti, kalbėti apie tai, kas jiems svarbu, apie ką jie norėtų papasakoti, pasidalinti su kitais žmonėmis, būti išgirstiems ir suprastiems. Tai žymiai praplečia žmonių su negalia galimybes ir stiprina jų savivertę, motyvuoja lavinti turimus rašymo, skaitymo įgūdžius bei naudotis skaitmeninėmis technologijomis. Be abejonės, žmonėms su negalia šioje srityje reikia pagalbininkų, mokančių naudotis šia programa. Todėl šio metodo mokosi ir darbuotojai, bet viena iš pagrindinių užduočių darbuotojams yra išklausti į žmonių su negalia norus ir leisti jiems patiems nuspręsti, apie ką ir kaip jie nori papasakoti savo istorijas ir svajones.

Projektas yra tęstinis ir tarptautinis, jo dalyviai iš Danijos, Islandijos, Italijos, Slovėnijos ir Lietuvos, kuriai atstovauja VšĮ Tarptautinis darbo kontaktų tinklas (TDKT). Labai dėkojame TDKT darbuotojoms Daivai Žiuramskaitei ir Rūtai Rinkevičienei, kurios pakvietė dalyvauti šiame projekte.

Projekte rugsėjo mėnesį Danijoje dalyvavo Dienos centro „Šviesa“ darbuotojai Ivona ir Virgilijus. Jie mokėsi naudodamiesi šia programa kurti istorijas apie save. Lapkričio mėnesį projektas buvo vykdomas Italijoje, Pordenonės centre neįgaliems žmonėms „ANFFAS“. Šį kartą į projektą įsitraukė lankytojos Ernesta Protasova ir Justina Balkevičiūtė, o joms talkino Sigita Narauskaitė. Merginos, Ivonos ir Virgilijaus padedamos, keturias dienas kūrė savo istorijas, kurias kartu su kitais projekto dalyviais pristatė penktadienį. Tai buvo nepaprastai jaudinanti diena.

Projektas dar nesibaigė: sausio 27–31 d. dalyviai atvyks į Lietuvą ir tęs savo mokymus Dienos centre „Šviesa“, o kovo 23–27 d. mokymai tęsis Slovėnijoje.



NAUJAS PROJEKTAS

Savo išpūdžiais pasidalijo projekto dalyviai

Virgilijus soc. darbuotojo padejėjas:

Projekto pradžioje Danijoje teko kurti savo istoriją, buvo gana įdomu. Kitas projekto etapas Italijoje buvo sukurti istoriją su lankytojais. Daugiau laiko praleidau dirbdamas su Ernesta. Kuriant istoriją buvo gera matyti jos šypseną ir džiaugsmą. Ją daugiau domino filmo-istorijos kūrimas nei pažintis su Italija. Matyti jos nesu-
vaidintas emocijas viso kūrybinio darbo metu man buvo labai svarbu. Dirbti kartu buvo įdomu tiek man, tiek jai. Nors kartais buvo sunku, jautėsi nu-
ovargis, tačiau pabaigoje pajutome tikrą džiaugsmo pliūpsnį.

Ernesta lankytoja: Man labai patiko kurti filmą, padėjo Virgis. Svarbu buvo pačiai pasirinkti. Pati rinkausi papasakoti apie darbą „Pirmame blyne“, rinkausi nuotraukas, muziką, pati rinkau tekstą. Buvo sunku skaityti pasakojimą, skaičiau 3 kartus, kol su Ivona pavyko gerai įrašyti mano balsą. Labai patiko kurti filmą! Susiradau draugų iš kitų šalių – Danijos, Suomijos, Slovakijos. Labai jaudinausi ir džiaugiausi, kai penktadienį visi žiūrėjome mūsų filmus, kai gavau daug širdelių ir šypsenų. Labai patiko projektas, noriu, kad Centre kurtume filmus ir kiti lankytojai galėtų tai daryti. Labai gera, kai kiti tave supranta. Esu labai laiminga.

Daug vaikščiojome po miestą, plaukėme laivu į salas – Muraną, kur buvo daug mažų figūrėlių iš stiklo, labai patiko, Buraną – ten daug spalvotų namų, gražu labai, taip pat buvome Venecijoje... Skaniai valgėme makaronus ir picas, gėriau daug kapučino kavos.

Ivona soc. darbuotojo padejėja: Labai patiko dirbti su Juste, nors ją sunku suprasti, bet mums pavyko. Mane ji labai stebino greita orientacija, savarankiškumu, nepriklausoma ir tvirta nuomone, rūpestingumu – ji kartais su džiaugsmu ir mumis pasirūpindavo. Labai patiko ieškoti būdų, kaip atskleisti jos istoriją. Ir žinoma, jos juokas – labai užkrečiantis. Nustebino Italijos grožis ir labai džiaugiausi visa kartu keliavusia komanda.

Justina B. lankytoja: nupiešė tai, kas jai patiko: mokymai, filmų peržiūra, gyvenimas apartamentuose Pordenonėje, gyvenimas hostelyje Venecijoje, kelionė po Veneciją, Murano ir Burano salas, plau-

kimas laivu...

Sigita Narauskaitė: Man labai patiko tai, kaip rimtai suorganizuoti mokymai ir kaip reikliai ir kartu diskretiškai buvo žiūrima, kad lankytojai kuo labiau įsitrauktų į savo istorijos kūrimą. Matyti, kaip iš tikrųjų žmonėms su negalia tai buvo svarbu, kaip nuoširdžiai visi dirbo. Labai susijaudinau penktadienį per filmų peržiūrą – istorijos buvo tokios šiltos ir nuoširdžios, buvo gera matyti visų komandų nuoširdų džiaugsmą, vieni kitų palaikymą, žmonių su negalia veiduose šviečiantį orumą, laimę. Ir, žinoma, buvo labai gera keliauti su tokia smagia ir draugiška mūsų Lietuvos komanda.





Jūratė Lesnikauskaitė

IV gr. lankytoja, spalio 22 d. šventė 50-metį.

1. Kaip jaučiatės sulaukusi šio gražaus jubiliejaus? Esu linksma ir gerai nusiteikusi. Stengiuosi, daug ruošiuisi savo gimtadieniui: koncertuką repetuojame su muzike Vilija, ir Aldona padeda man – rėmina mano piešinius. Man patiko vakar, kai ji klįjavo, o aš jai padėjau.

2. Įsimintiniausia Jūsų gyvenimo akimirka, gyvenimo tarpsnis, kurį mieliausia atsiminti... Labai sunku čia atsiminti...

3. Kokią svarbiausią pamoką šiame gyvenime esate gavusi? Ko dar norėtumėte išmokti? Man labai reikia švelnumo, kad su manim švelniai šnekėtų. Esu jautri, labai jautri. Jeigu nuotaika gera, su kitais bendrauju normaliai, jeigu esu be nuotaikos, būna, kad bendrauju negražiai. Norėčiau išmokti rašyti ir skaityti.

4. Ko dar gyvenime norėtumėte pasiekti? Apie ką svajojate? Patinka savanoriauti senelių namuose. Aš padedu močiutei, plaukus sušukuuju. Jai patinka, kad padedu. Ji prašo, kad dar atvažiuočiau.

5. Asmuo, kuris Jums gyvenime yra padaręs didžiausią įtaką...Švelnus.

6. Jei gyvenimą pradėtumėte iš naujo, ką darytumėte kitaip? Mama mane pagimdytų, išaugintų, o jei būčiau sveika, tai rasčiau naują darbą, gal kažkam padėčiau.

7. Kas Jums gyvenime svarbiausia, brangiausia? Centras. Čia atvažiuuju, viskuo užsiimu, koncertai būna. Namie tik per laisvadienius sėdžiu prie kompiuterio.

8. Kas Jums šiandien teikia daugiausiai džiaugsmo? Atvažiuuju į Centrą, pamatau visus darbuotojus ir lankytojus, užtat džiaugsmas ateina, prasideda darbeliai. Prie kompiuterio atsisėdi, muzikėlės paklausai.



Aurelijus Krupavičius

II gr. lankytojas, rugsėjo 30 d. šventė 30-metį.

1. Kaip jaučiatės sulaukęs šio gražaus jubiliejaus? Jaučiuosi labai gerai.

2. Įsimintiniausia Jūsų gyvenimo akimirka, gyvenimo tarpsnis, kurį mieliausia atsiminti... Kai pas mane buvo atvažiavusi draugė iš mokyklos.

3. Kokią svarbiausią pamoką šiame gyvenime esate gavęs? Ko dar norėtumėte išmokti? Nesakyti to, ko nežinai.

4. Ko dar gyvenime norėtumėte pasiekti? Apie ką svajojate? Aš norėčiau daug išmokti keramikoje, muzikoje, sporte. Norėčiau, kaip kiti lankytojai, dirbti „Pirmame blyne“.

5. Asmuo, kuris Jums gyvenime yra padaręs didžiausią įtaką...Violeta.

6. Jei gyvenimą pradėtumėte iš naujo, ką darytumėte kitaip? Nekartočiau tų pačių klaidų.

7. Kas Jums gyvenime svarbiausia, brangiausia? Draugų dėmesys.

8. Kas Jums šiandien teikia daugiausiai džiaugsmo? Kai galiu pabendrauti su žmonėmis.

9. Ko palinktumėte „Šarkai“ ir jos skaitytojams? Likti tokiai pat šauniai ir daugiau naujų „Šarkos“ draugų.



JUBILIEJAI



Aurimas Viliūnas

III gr. lankytojas, rugsėjo 19 d. šventė 30-metį.

1. Kaip jaučiatės sulaukęs šio gražaus jubiliejaus? Jučiuosi labai laimingas. Grupės draugai ir darbuotojai gimtadienio proga iškepė man labai skanų pyragą...

2. Įsimintiniausia Jūsų gyvenimo akimirka, gyvenimo tarpsnis, kurį mieliausia atsiminti...

Kiekvienas gyvenimo tarpsnis man savaip svarbus ir kiekvienas yra savotiškai mielas... Laimingiausias būnu tada, kai turiu trokštamus daiktus.

3. Kokią svarbiausią pamoką šiame gyvenime esate gavęs? Ko dar norėtumėte išmokti? Neimti to, kas man nepriklauso – svarbiausia pamoka. Norėčiau dainuoti kuo daugiau gražių dainų.

4. Ko dar gyvenime norėtumėte pasiekti? Apie ką svajojate? Norėčiau būti garsus dainininkas.

5. Asmuo, kuris Jums gyvenime yra padaręs didžiausią įtaką... Mano tėvelis Saulius.

6. Jei gyvenimą pradėtumėte iš naujo, ką darytumėte kitaip? Telieta paslaptis.

7. Kas Jums gyvenime svarbiausia, brangiausia? Svarbu, kad su manimi stengtųsi bendrauti pozityviai, tuomet ir pats toks būnu.

8. Kas Jums šiandien teikia daugiausiai džiaugsmo? Saugi ir rami aplinka, skambūs dainai.

9. Ko palinktumėte „Šarkai“ ir jos skaitytojams? Būkite laimingi ir sveiki!

Man į klausimus padėjo atsakyti Gabija, Onutė, Virgilijus ir Regina



Ričardas Brazauskas

II gr. lankytojas, rugsėjo 10 d. šventė 50-metį.

1. Kaip jaučiatės sulaukęs šio gražaus jubiliejaus? Gerai.

2. Įsimintiniausia Jūsų gyvenimo akimirka, gyvenimo tarpsnis, kurį mieliausia atsiminti... Kai su mama einu į parduotuvę.

3. Kokią svarbiausią pamoką šiame gyvenime esate gavęs? Ko dar norėtumėte išmokti?

4. Ko dar gyvenime norėtumėte pasiekti? Apie ką svajojate? Negaliu sakyti, ką padarysi...

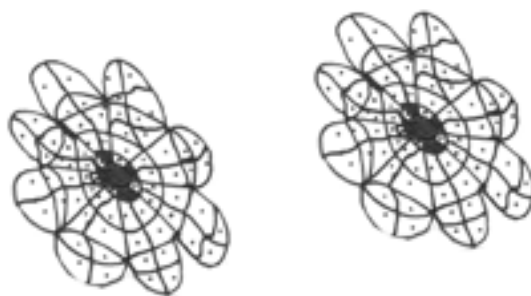
5. Asmuo, kuris Jums gyvenime yra padaręs didžiausią įtaką... Mama.

6. Jei gyvenimą pradėtumėte iš naujo, ką darytumėte kitaip? Žiūrėsime...

7. Kas Jums gyvenime svarbiausia, brangiausia? Mama.

8. Kas Jums šiandien teikia daugiausiai džiaugsmo? Šokti.

9. Ko palinktumėte „Šarkai“ ir jos skaitytojams? Daug torto.



RECEPTAS



nuotrauka panaudota iš <https://www.delfi.lt/1000receptu/receptai/moliugo-ir-bulviu-blynai.d?id=6205169>

VIRTUVĖS DIRBTUVĖS KOMANDA

Moliūgų ir bulvių blynai

Reikės:

- 3–4 didelių bulvių
- maždaug tiek pat moliūgo, kiek bulvių masės
- 1 svogūno
- 2 kiaušinių
- 2 šaukštų miltų
- 1 šaukštelio kmynų
- 1 šaukštelio raudonėlio
- druskos ir pipirų
- aliejaus kepimui

Šiomet užsiauginome daržę moliūgą... Kartu su lankytojais svarstėme, tarėmės, ką galėtume iš jo pasigaminti. Nutarėme kepti blynus! Skutome, pjaustėme, tarkavome, maišėme, o pakui kepėme. Ir iškepė be galo skanūs blynai, kurie kvietė pasisvečiuoti ir svečius iš kitų grupių.

Gaminimas: Moliūgą ir bulves sutarkuoti burokine tarka, taip pat sutarkuoti ir svogūną. Suberti prieskonius, mušti kiaušinius, įdėti miltų, viską sumaišyti. Tada įdėti druskos. Kepti po šaukštą gerai įkaitintoje keptuvėje su trupučiu aliejaus.

Skanaus!