

ŚWIETLICOWO

MIESIĘCZNIK

Wizyta w Parku Historycznym w Bliźnie!

Środowiskowa Świetlica Socjoterapeutyczna w Świlczy 20.07.2021 odwiedziła Park Historyczny w Bliźnie. Jest to miejscowość w Gminie Ostrów, oddalona od nas około godziny drogi. Obiekt powstał w odpowiedzi na zainteresowanie mieszkańców oraz turystów dziejami tej okolicy podczas trwania II Wojny Światowej. Jest on zlokalizowany w rzeczywistym miejscu, gdzie był niemiecki poligon broni raketowej V1 i V2. Możemy tam oglądać, m.in.

- rekonstrukcję rakiety V2
- barak obozowy wraz z zebranymi eksponatami
- okop obserwacyjny
- fragment oryginalnych torów wąskotorowych
- fragmenty ogrodzeń
- samoloty
- samochody wojskowe
- i wiele innych!



Wizyta w Parku Historycznym w Bliźnie była doskonałą okazją, aby spotkać się blisko z historią II Wojny Światowej, rozszerzyć swoje zainteresowania oraz pielęgnować patriotyzm. W tym miejscu każdy zwiedzający znajdzie coś dla siebie.



Wizyta w takim miejscu stworzyła sposobność do nauki właściwego zachowania w restauracji, prawidłowego używania sztuczków oraz do nauki odpowiedzialności i samodzielności. Dodatkowo dzieci mogły korzystać z kręgielni.



Po zwiedzeniu Parku udaliśmy się na posiłek do restauracji Laguna, który dla naszych wychowanków był z góry opłacony.

Następnie udaliśmy się do autokaru i z uśmiechem na ustach powróciliśmy do naszej Świlczy, gdzie z niecierpliwością czekamy na kolejne wakacyjne atrakcje.

Dzieci najbardziej były zadowolone z możliwości wejścia do starego samolotu, gdzie miały okazję zapoznać się z oryginalnym kokpitem i wyposażeniem maszyny. Niektórzy wchodzili do niego nawet po 3,4 razy, tak bardzo im się spodobało. Dodatkową atrakcją były samochody wojskowe, które są w ciągłym użytku i są używane na ważne wydarzenia.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Wyjazd do Centrum Edukacji Ekologicznej



Centrum Edukacji Ekologicznej w Stobiernej to ośrodek edukacyjny o charakterze proekologiczno-aktywizacyjnym. Środowiskowa Świętlica Socjoterapeutyczna w Świlczy rozpoczęła swoją przygodę z centrum warsztatami kulinarnymi. Dzieci nauczyły się piec proziaki. W starej chłopskiej chacie mogły wykorzystać 100-letni piec z blachą, na której same układały własne placki.



Po warsztatach dzieci udały się do Parku Owadów i Pajęczaków. Znaleźliśmy tam 17 figur wiernie odwzorujących budowę anatomiczną owadów i pajęczaków, które można spotkać w pobliskich lasach i gospodarstwach domowych. Przy każdym owadzie znajduje się tablica informacyjna zawierająca ciekawostki na temat każdego z nich.



Niespodzianką było zwiedzanie ponad 1000-letniej osady słowiańskiej, która od niedawna funkcjonuje w kompleksie Centrum. Dzieci mogły zaznajomić się ze średniowiecznym rzemiosłem, zaobserwować, jak żyli nasi przodkowie w tamtych czasach, jak się ubierali, a także jakiej broni używali podczas najazdów wroga. Atrakcją było strzelanie z łuku.



Centrum jest położone na malowniczych wzniesieniach, krajobraz jest piękny i zaskakujący. Wśród krzewów oraz drzew owocowych zasadzonych przy współpracy z Instytutem Ogrodnictwa w Skierniewicach każdy odczuł wiejski, sielski klimat tego magicznego miejsca.



Drzewa i krzewy to tradycyjne gatunki, które rosły w sadach naszych babć. Dzisiaj w ogrodach wiejskich widzimy egzotyczne gatunki krzewów i drzew, które mają walory estetyczne. Drzew owocowych nie sadzimy. W Stobiernej zachwyciliśmy się widokiem czerwonych kiści porzeczek – nasz wniosek jest taki: na przestrzeni krótkiego czasu oblicze polskiej wsi uległo ogromnej zmianie. Czy na lepsze ... rzecz gustu.



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Kino sferyczne- nowość w naszej świetlicy!



W trakcie pokazu widzowie śledzili wzrokiem trójwymiarową przestrzeń tworzącą realistyczne widowisko.



Dzięki ciekawemu programowi wakacji uczestnicy Środowiskowej Świetlicy Socjoterapeutycznej w Świlczy mieli możliwość zobaczyć kosmos z bliska.



Uczestnicy naszej świetlicy obejrzeli 3 filmy edukacyjne z różnych dziedzin nauki. Prezentowały one fakty w ciekawy i innowacyjny sposób z zastosowaniem atrakcyjnych i niesamowitych efektów wizualnych oraz dźwiękowych.



Kino sferyczne to nowa, nietradycyjna forma kształcenia. Od dawna wiadomo, że dzieci przyswajają i zapamiętują wiedzę poprzez obraz, a filmy sferyczne to projekcja obrazu pod kątem 360 stopni!

Największe wrażenie zrobił na dzieciach film „Tajemnice grawitacji - śladami Alberta Einsteina”. Wraz z głównym bohaterem, dwunastoletnim Lukem, zakradły się w nocy do Muzeum Alberta Einsteina, gdzie odbyły magiczną podróż w czasie i przestrzeni. Dowiedziały się czym jest grawitacja i dlaczego rzeczy spadają na ziemię bez magii.



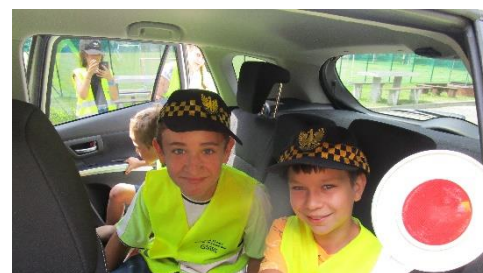
Kino sferyczne nie tylko dostarczyło nam niezwykłych emocji, lecz również pozytywnie nas wzmocniło. Jak powiedział *Albert Einstein* „Każdy jest geniuszem. Ale jeśli zaczniesz oceniać rybę pod względem jej zdolności wspinania się na drzewa, to przez całe życie będzie myślała, że jest głupia.”

Wizyta p. Komendanta Straży Gminnej

W dniu 2 lipca przyjechał do nas Komendant Straży Gminnej w Świlczy. Na początku zadawaliśmy pytania, na które Pan udzielał nam interesujących odpowiedzi. Następnie zaprezentował nam radiowóz i zabrał nas na przejażdżkę. W prezencie rozdał wszystkim dzieciom odblaski i kamielki odblaskowe.

Straż Gminna zajmuje się utrzymaniem porządku w miejscach publicznych na terenie Gminy, natomiast policja zajmuje się bezpieczeństwem ruchu drogowego oraz zapewnieniem ochrony w sytuacjach kryzysowych, zarówno wobec ludzi jak i mienia.

Julia Kowalska



Z ŻYCIA ŚWIETLICY

Kino „Zorza”

KRÓTKA OPowieść O FILME - CO W DUSZY GRA

Bohaterem *Co w duszy gra* jest nauczyciel muzyki Joe Gardner. Mężczyzna uczy w szkole i nie czerpie z tego wielkiej satysfakcji. W głębi serca nieustannie marzy o tym, żeby całkowicie poświęcić się grze w klubach jazzowych. Nie jest to praca pewna, ale na pewno dla Joe byłaby bardziej satysfakcjonująca. Zbieg okoliczności sprawia, że w dniu, w którym dostaje stały etat w szkole, dostaje również propozycję zagrania koncertu ze światową gwiazdą jazzu. Joe się nie waha, wie, że ten koncert to dla niego szansa. Dzięki niemu może odmienić na zawsze swój los. Niestety, ten los postanawia spłatać mu figła. Joe ulega bardzo poważnemu wypadkowi, a jego dusza przenosi się w zaświaty. Dokładniej mówiąc trafia do Przedświatów, miejsca, w którym kształtują się nowe dusze, które muszą odnaleźć swoje pasje, zainteresowania, a nawet pewne dziwactwa. To właśnie w Przedświatach Joe spotyka 22. Duszyczkę, która od dawna usiłuje zrozumieć, co ciekawego może być w byciu człowiekiem. Kolejny zbieg okoliczności sprawia, że Joe i 22 stają się na siebie skazani. Razem przenoszą się na Ziemię i... Nie mogę napisać, co wydarzy się dalej, bo nie o to w pisaniu o filmach przecież chodzi. Zaczyna się ich przygoda, wielka wspólna podróż, która wiele zmieni i jeszcze więcej namiesza.

Co w duszy gra to film niezwykły. Akcja, choć trzymająca w napięciu toczy się niespiesznie. Na początku miałam nawet wrażenie, że za wolno, ale kiedy już się do tego przyzwyczaiłam wolniejsze tempo tej produkcji przestało robić na mnie wrażenie. Wrażenie robiła za to muzyka. Jazz od dawna gra w mojej duszy, więc oglądanie tego filmu okraszonego sporą dawką jazzu właśnie było wielką przyjemnością. Jednak ten film to nie tylko przyjemność, to również wiele momentów, które skłaniają do refleksji i zmuszają do zastanowienia się nad własnym życiem. Joe nie miał łatwo, jego marzenia nie pokrywały się z rzeczywistością. Życie rzuciło kłody pod nogi, rodzina nie była dostatecznym wsparciem. Wielu widzów odnajdzie w nim siebie. Wielu zastanowi się, czy nie zachowuje się przypadkiem jak bliscy głównego bohatera. Dla dzieci Joe i 22 mogą być inspiracją, wskazówką, że warto walczyć o siebie, że nie można się poddawać. To bardzo mądry film dla całych rodzin. Niezwykły obraz, do którego za jakiś czas bardzo chętnie wrócimy. PIXAR po raz kolejny nas nie zawiodł.

Produkcja w reżyserii Dona Halla i Carlosa Lópeza Estrady przenosi nas do magicznej krainy zwanej Kumandrą, która podzielona została na pięć zwaśnionych plemion. Jedno z nich (nieprzypadkowo zwane Sercem) zamieszkuje tytułowa Raya - dziewczynka o wielkim sercu, acz naiwnej naturze. Pierwszy akt filmu umiejętnie wprowadza nas w zapierający dech w piersiach świat, silnie inspirowany południowo-wschodnią Azją, gdzie przed 500 laty doszło do wielkiej tragedii. Wyginęły smoki, które strzegły świata ludzi przed Druunami - złymi duchami, które wszystko czego dotkną obracają w kamień. Ostatnią nadzieją dla Kumandry jest więc zaczarowany kryształ, którego Raya wraz z ojcem poprzysięgli strzec. Sytuacja jednak - jak to zwykle bywa - szybko wymyka się spod kontroli. W trakcie seansu śledzimy więc podróż głównej bohaterki po wręcz postapokaliptycznym świecie, w którym człowiek człowiekowi wrogiem, a wszelka nadzieja na pojednanie umarła już dawno temu. "Raya i ostatni smok" nie jest jednak typowo przygodową opowieścią (choć i tego jej nie brakuje). To przede wszystkim opowieść o nas. O ludziach i ich słabościach. O tym, co w nas najpiękniejsze, a zarazem też najgorsze.

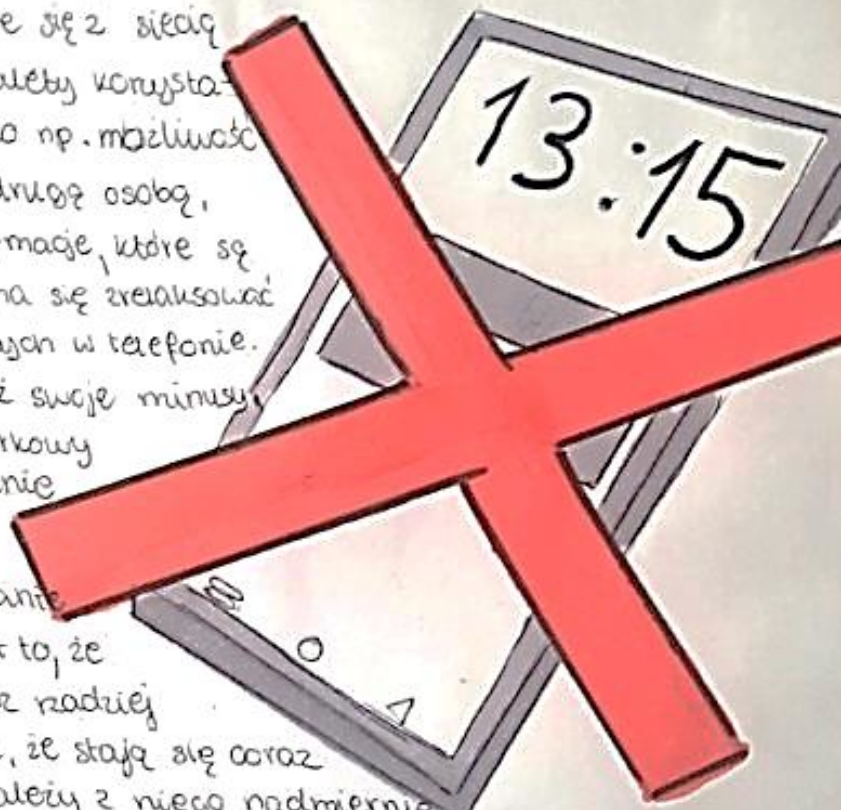
Film niestety jest bardzo krótki, przez co wiele elementów nie zostało należycie rozbudowanych. Po świetnym wprowadzeniu oraz ciekawym początku przygody Rayi zostajemy wrzuceni w sam środek akcji, gdzie jedną z głównych postaci zostaje Sisu. **Trochę szkoda, że twórcy nie pozwolili nam dłużej pobyc z Rayą i Tuk Tukiem, którzy tworzą doskonały duet. Podobny problem jest z przeskakiwaniem do kolejnych lokacji, które opuszczamy zaraz po wykonaniu zadania, czyli zdobyciu fragmentu kuli.** Niby idą za tym nowi bohaterowie oraz moce smoka, ale ciężko nie odnieść wrażenia, że fabuła gna na złamanie karku. Liczę, że Disney stworzy kolejną część lub chociaż serial, który pozwoli lepiej poznać bogaty świat Kumandry.

<https://www.radiozet.pl/Filmy/Raya-i-ostatni-smok-RECENZJA-Warto-obejrzec-nowa-animacje-Disneya>
<https://www.tosimama.pl/2021/07/co-w-duszy-gra-czyli-film-o-tym-co-w.html>



Światowy Dzień bez telefonu komórkowego

Światowy dzień bez telefonu komórkowego.
Telefon komórkowy to przenośny rodzaj aparatu telefonicznego, który komunikuje się z siecią przy użyciu fal radiowych. Zalety korzystania z telefonu komórkowego to np. możliwość szybkiego skontaktowania się z drugą osobą, możemy sprawdzić ważne informacje, które są nam aktualnie potrzebne, można się zrelaksować korzystając z ogroju gier dostępnych w telefonie. Niestety telefony mają również swoje minusy, jednym jest to, że telefon komórkowy to urządzenie, którego utrzymanie kosztuje, więc minusem jest potrzeba wydatków na utrzymanie telefonu. Największą wadą jest to, że po przez telefony ludzie coraz rzadziej wychodzą z domu, co sprawia, że stają się coraz mniej aktywni dlatego nie należy z niego nadmiernie korzystać. Żeby nie przesadzić z używaniem telefonu można zacząć ograniczać go tak abyśmy korzystali z niego tylko wtedy kiedy tego potrzebujemy czyli na przykład wtedy kiedy musimy do kogoś pilnie zadzwonić lub wymaga tego nasza praca.



Wakacje!!

Co warto zwiedzić na Podkarpaciu?

„Lato, lato, lato czeka,
Razem z latem czeka rzeka.
Razem z rzeką czeka las,
A tam ciągle nie ma nas...”

Mija pierwszy miesiąc wakacji. Przed nami jeszcze druga dawka letnich przeżyć i wojaży. Trzeba korzystać z pięknej – upalnej pogody jaka zagościła w naszym kraju.

Z pewnością wiele osób zaplanowało sobie już dłuższe wczasy, być może w Polsce albo i za granicą, jednak myślę, że znajdą się i tacy, którzy z różnych względów nie mogą sobie pozwolić na taki wyjazd. Ale to nie powód, żeby leżeć przysłowio- wym plackiem. Czasem może się okazać, że niedaleko nas jest miejsce, które warto zobaczyć i tamże odpocząć. Razem z Olą przedstawimy kilka miejscowości, które warto odwiedzić.

Wzgórze Magdalenka - najwyższe wzniesienie w okolicy Rzeszowa (349 m.n.p.m.), jeden z najlepszych punktów widokowych tegoż miasta. Przy dobrej widoczności można zobaczyć Tatry! Na szczycie tego wzniesienia, otoczony lipami, znajduje się przepiękny kościółek z XVIII w., p.w. św., Marii Magdaleny. Co roku, w niedzielę przed lub po 22 lipca odbywa się tamże odpust, natomiast od roku miejsce obok kościółka wzbogaciło się o nie lada atrakcję. Została wybudowana wieża widokowa z placem zabaw i siłownią plenerową. Niedaleko kościoła parafialnego, na tzw. Zagórze znajduje się Zakątek św. Franciszka, z altaną i figurą świętego, a także ścieżkami. Podsumowując...coś dla ciała i ducha.



<https://nowiny24.pl/na-wzgorzu-magdalenka-w-malawie-k-rzeszowa-powstaje-wieza-widokowa-zdjecia-wizualizacje/ga/c7-15036006/zd/43890010>

Zalew Biszczka – Żary – to sztuczne jezioro o powierzchni 44 h, położone pośród Lasów Janowskich i Lasów Puszczy Solskiej, w województwie lubelskim, na południe od Biłgoraja. To rozległy teren z wieloma atrakcjami dla małych i dużych. Można tu popływać rowerkiem wodnym, zjechać na dość dużej zjeżdżalni, poopalać się. Dookoła znajdują się ścieżki rowerowe, siłownia plenerowa, a także baza gastronomiczna i noclegowa – możliwość wynajęcia domków. Miejsce warte uwagi.



<https://fotobabij.blogspot.com/2016/07/zalew-biszczka-zary-pan-samochodzik.html>



<https://fotobabij.blogspot.com/2016/07/zalew-biszczka-zary-zdjecie-4k.html>



<https://rzeszow.naszemiasto.pl/nowa-atrakcja-kolozes-zowa-wieza-widokowa-na-magdalence-w/ga/c7-8291388/zd/62206188>

Krynica Zdrój – teraz powędrujemy trochę wyżej, do miejscowości położonej w Beskidzie Sądeckim na terenie Popradzkiego Parku Krajobrazowego. Otoczona wzgórzami i potokiem Krynicy tworzy wspaniały mikroklimat, a samo miasto zwane jest „perłą polskich uzdrowisk”. W Krynicy możemy zobaczyć m. in.: deptak, który jest sercem tego miejsca, Muzeum Nikifora i Muzeum Zabawek, Góra Parkowa i Park Zdrowoty, Wieża widokowa i ścieżka w koronach drzew, Jaworzyna Krynicka wraz z kolejką gondolową i wiele, wiele innych. Super sprawa dla aktywnego wypoczynku.



<https://polskaprzezweekend.pl/miejsce/wieza-widokowa-krynicy-zdroju/>

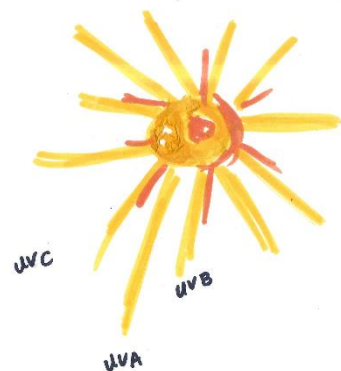


<https://www.polskieszlaki.pl/krynica-zdroj.html>

Porady dla każdego

Bezpieczne przebywanie na słońcu

Z chwilą, kiedy słońeczko zaczęło mocniej świecić, nasze ciała, a konkretniej skóra, wystawione są na działanie promieni. Z jednej strony potrzebujemy tego, by nasz organizm dobrze funkcjonował. Dzięki promieniom słonecznym czujemy się lepiej, wytwarzamy witaminę D, a także pobudzane jest wydzielanie wielu hormonów. Niestety, opalanie ma też swoje złe strony. Zbyt długie przebywanie na słońcu może doprowadzić do różnego rodzaju reakcji fotoalergiczyh, przedwczesnego starzenia się skóry, czy stanach przednowotworowych i rakach skóry. Pamiętajmy więc o kilku



- unikajmy przebywania w pełnym słońcu w godzinach 11-15;
- koniecznie nośmy zakrycie głowy i przewiewne ubrania;
- spożywajmy dużo płynów (woda, woda +sok, cytryna), napoje powinny być lekko schłodzone lub w temp. pokojowej – by uniknąć szoku termicznego;
- chrońmy małe dzieci, osoby starsze i osoby ze schorzeniami kardiologicznymi;
- używajmy kremów w filtrem (30 lub 50 UV);
- schładzamy organizm – stopniowo!



Najczęstszym skutkiem zbyt długiego przebywania na słońcu jest udar ciepły/słoneczny. Jakie są objawy?



- zaczerwieniona skóra, w cięższych stanach – blada;
- obfite poty;
- nudności i ogólne osłabienie;
- niepewny i chwiejny chód;
- niewyraźna mowa;
- mroczki przed oczami;
- przyspieszone tętno



Co wtedy robić?



- jeśli osoba jest przytomna to należy ją odprowadzić lub wynieść – jeśli jest nieprzytomna;
- bezwzględnie wezwać lekarza;
- zapewnić dostęp do świeżego i chłodnego powietrza, rozluźnić ubranie;
- nawodnić i schłodzić organizm poszkodowanego, np. okłady z zimnej wody na klatkę piersiową;

30 lipca- Międzynarodowy Dzień Przyjaźni, Międzynarodowy Dzień Koleżeństwa

Międzynarodowy Dzień Przyjaźni, również **Międzynarodowy Dzień Koleżeństwa**- oraz ang. *International Day of Friendship* **Międzynarodowy Tydzień Przyjaźni** – święto obchodzone 30 lipca zostało ustanowione w 2011 roku. Do ustanowienia tego święta przyczynił się dr Ramón Artemio Bracho z Paragwaju, który w 1958 roku założył fundację na rzecz przyjaźni. Historia obchodów tego święta przypada na lata 30 XX wieku, jednak święto to nie przyjęło się. Po wielu latach starań Ramóna Artemio Bracho i jego fundacji, w 200. rocznicę niepodległości Paragwaju, ONZ uznało ten dzień jako oficjalne święto.

Przyjaźń jest więzią o wiele silniejszą niż koleżeństwo. Przyjaźń to również większa odpowiedzialność, empatia i wyrozumiałość.

Przyjaciele muszą być dla siebie wsparciem. Powinni zachowywać się względem siebie fair, nawzajem akceptować zarówno swoje zalety jak i wady. Muszą wiedzieć, że w trudnych chwilach mogą na siebie liczyć. Koleżeństwo, to mniej zobowiązująca znajomość. Wystarczy, że miło spędza się z nią czas. Dodatkowo, przyjaźń trudniej jest zakończyć, wiąże się z tym więcej nieprzyjemnych emocji. Relacje w koleżeństwie są zwykle luźniejsze, więc ta kwestia jest tutaj nieco prostsza, chociaż nikt nie sądzi, że nie towarzyszą temu przykre uczucia.

Koleżeństwo i przyjaźń u dzieci

Wydaje się to obecnie zadaniem niezwykle ważnym, bowiem współczesna rzeczywistość stawia już najmłodsze dzieci przed złożonymi kwestiami, a konflikty międzyludzkie są jednym z największych problemów życia codziennego. Dużą barierą są trudności w jasnej komunikacji. Już od przedszkola i pierwszych klas szkoły podstawowej, poprzez koleżeństwo i przyjaźń, należy wpaść dzieciom prawidłową umiejętność komunikacji, pozbawioną agresji słownej i fizycznej. Okresem życia, w którym najłatwiej można poznać „bratnią duszę” jest wiek szkolny. Wtedy wystarczy usiąść z kimś w ławce, pogadać na korytarzu czy wracać razem do domu ze szkoły. Przyjaźnie zawiera się także poprzez sport, gry komputerowe, filmy czy portale społecznościowe. Z czasem luźna znajomość przeradza się w głębszą więź. Nie bez znaczenia są tu wspólne zainteresowania lub przynajmniej tematy do rozmowy.



Czy warto być koleżeńskim?

Moim zdaniem nie powinniśmy zamknąć się w sobie, zapominając przy tym o optymistycznym nastawieniu do świata. Przez kilka osób, które mają wyższe mniemanie na własny temat, nie zrażamy się do innych. Natomiast nie warto też wychodzić z inicjatywą koleżeństwa do tych, którzy (świadomie lub odruchowo), psują nam każdy dzień. Nie tracimy czasu na chwalenie ich, a nawet życzenie dobrego dnia, w nadziei, że taki gest zostanie doceniony. Po pierwsze raczej tego nie docenią, a po drugie czyjaś ignorancja nie sprawi nam radości. Jesteśmy ważni i wartościowi bez względu na cudze humory.

Przepis na przyjaciela i na koleżeństwo:

Oto, co pomoże dziecku być dobrym kolegą:

1. **Dzielenie się z innymi.** Robiłaś/eś pączki? Zanieś kilka ulubionemu koledze. Niech dziecko wie, że ludzi można obdarowywać bez okazji.
2. **Okazywanie uczuć.** Warto mówić, że się kogoś lubi. Pamiętać o jego urodzinach itp. To sygnał: "Jesteś dla mnie ważny".
3. **Wybaczenie błędów.** Kolega niechcący zepsuł zabawkę? Przypomnij mu, że też niedawno np. stłukł wazon i mu to wybaczyłaś/eś.

p. Monika Pizło



Zespół redakcyjny: M. Lisowska, K. Chłopek, E. Król, E. Tront, A. Tront, M. Pizło, N. Pizło, J. Kowalska, E. Kula

Edycja graficzna: K. Chłopek