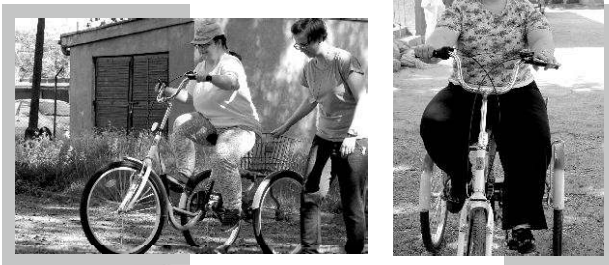


Nr 25 Maj 2016

JAKIE CECHY POWINIEN MIEĆ WZOROWY ROWERZYSTA? Co musi robić, aby podbijać miejskie, wiejskie i dzikie ścieżki? Na te wszystkie pytania znaleźliśmy odpowiedź po pierwszym treningu jazdy na rowerze. Niczym zawodowcy poczulśmy wiatr we włosach i moc w nogach. Teraz wiemy, iż gwarantem bycia dobrym rowerzystą jest **spokój, cierpliwość, wytrwałość, a podstawą dobre chęci**. Wiadomo, iż nie jest to sprawa prosta. Pierwsze próby były wyczerpujące i wymagały od nas maksimum cierpliwości i skupienia, jednakże jak mówi stare porzekadło dla „chcącego nic trudnego”. Dlatego po wcześniejszym instruktarzu pokonywaliśmy już pierwsze metry z większą, lub mniejszą pomocą, co jednak ważne **DO PRZODU** :)

Poniżej dajemy dobrych kilka rad, dla osób które chcą wyjechać na rowerowe ścieżki:

1. Przed wyjazdem w trasę sprawdź czy masz sprawne hamulce i napompowane koła.
2. Bezwzględnie zwracaj uwagę na znaki drogowe i przestrzegaj Prawa o Ruchu Drogowym, jeżeli masz problem z jego znajomością, zapoznaj się z nim zanim wyruszysz w podróż.
3. Kieruj się zasadą ograniczonego zaufania.
4. Zawsze sygnalizuj chęć skrętu poprzez odpowiednie wystawienie ręki.
5. Dostosuj prędkość do warunków jazdy.



18 maja udaliśmy się na **IX WOJEWÓDZKI KONKURS TWÓRCZOŚCI OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH „RAZEM PRZEZ ŚWIAT” W MROCZY**.

Impreza miała charakter integracyjny, a zawody łączyły ze sobą wiele dyscyplin i umiejętności. Nasi reprezentanci brali udział w następujących konkurencjach: Joanna Czerwińska - wyklejanie z plasteliny warzyw i owoców, Daria Murszewska - slalom z piłką, Monika Rumocka - szycie maskotki sowy z filcu, Justyna Smolińska - układanie bukietu z kwiatów, Grzegorz Jezierczyk - rzut ringo do celu, Adam Knak - suche wędkowanie, Bartek Mindt - zdobienie albumu metodą scrapbookingu, Piotr Lachowicz - składanie studzienki z drewna. Jednak najczęściej emocji dostarczyła konkurencja drużynowa - **przeciąganie liny o Puchar Burmistrza Miasta i Gminy Mrocza**. Walczyliśmy dzielnie do końca, aż opadliśmy z sił. Odkryliśmy przy tym prawdziwego siłacza, Adam okazał się ostoją naszego zespołu. Na szczęście potem mieliśmy czas na regenerację - pożywny posiłek i odpoczynek.



W dniu 29 kwietnia miało miejsce otwarcie wystawy „**Rodzicielstwo bez barier**”, organizowanej przez Urząd Marszałkowski w Toruniu. Uroczyste otwarcie nastąpiło na Rynku Głównym. Jest to część kampanii, która ma na celu ukazanie osób z niepełnosprawnością narządu słuchu, wzroku bądź ruchu, jako równoprawnych rodziców.

Po obejrzeniu wystawy składającej się z fotografii, udaliśmy się do muzeum. Tam zostaliśmy oprowadzeni po ekspozycjach stałych, gdzie Pan przewodnik opowiadał nam wiele ciekawych informacji, a także udzielał odpowiedzi na nasze pytania. Niektórzy z nas wzięli udział w warsztatach plastycznych zorganizowanych w murach muzeum. Była to prawdziwa lekcja historii, jak będzie jeszcze taka możliwość chętnie wrócimy do muzeum, gdyż nie zdążyliśmy wszystkiego zwiedzić.

Adam Knak

Redaguje zespół:

Tomasz Banasiak
Adam Knak
Marcin Lisowski
Nikoleta Liebner
Małgorzata Szarszewska
Arkadiusz Gontowski

www.wtzgrudziadz.pl



1%

STOWARZYSZENIE
PRZYJACIÓŁ OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH
„TO - MY”

Ul. Śniadeckich 21/22 86-300 Grudziądz

NR KRS: 0000 2559 78
NR KONTA: 29 1500 1360 1213 6006 8489 0000

Kultura i Sztuka

Tradycyjnie w maju gościliśmy na Przeglądzie Małych Form Teatralnych w Mikołajkach. W tym roku przedstawiliśmy krótka scenkę humorystyczną, łączącą w sobie bohaterów naszych dotychczasowych przedstawień.

PRZEGLĄD MAŁYCH FORM TEATRALNYCH

Do Mikołajek z Grudziądza wyjechaliśmy już o godzinie szóstej rano. Na miejscu odbyły się występy różnych warsztatów z wielu miejscowości, które reprezentowały wysoki poziom gry aktorskiej. Pod wieczór była zabawa na przystani. Na początku nie bawił się nikt, ale gdy na parkiet weszła nasza koleżanka, wtedy właśnie zaczęła się impreza, która trwała do 20.30. Każdy zapytany odpowiadał, że dobrze się bawił i mogłaby trwać dłużej. Następnego dnia po śniadaniu odbyły się ćwiczenia warsztatowe. Później nastąpiło ogłoszenie wyników. Komisja wskazała zwycięzców. Na pierwszym miejscu znalazły się ex aequo zespoły z Grudziądza, Grajewa i Słupska. Drugie miejsce przyznano grupie WTZ Mońki. Miejsca trzeciego nie przyznano. Ponadto otrzymaliśmy wyróżnienie za piękne stroje, wykonane w pracowni krawieckiej. Nagrodę dla najlepszej kreacji aktorskiej otrzymali Magdalena Rutkowska i Leszek Świącicki.



Tomasz Banasiak

23 maja odbyła się w Galerii Klubu Centrum wystawa „Triennale Jednego Dzieła 2016”, podczas której można było zobaczyć także naszą pracę „Różana Panna”. Podczas wystawy zaprezentowało się 59 artystów w różnych dziedzinach sztuki. Obok malarstwa i rysunku, były także prace malowane na szkle, płaskorzeźba, witraż, filcowanie na mokro, fotografia, dziewiarstwo, krawiectwo a nawet wiersze i baśnie dla dzieci. Wystawa ta to nie tylko czas na podziwianie twórczości innych, ale także poznanie ich autorów.

Dnia 13.05. 2016 roku braliśmy udział w szczególnym projekcie w **Bibliotece Miejskiej Filii nr. 13 na ulicy z Mikołaja z Ryńska**. Mieliśmy okazję przygotować warsztaty dla najmłodszych, zabierając ich w podróż do dwóch magicznych krain : Szczęścia i radości, oraz Wszystkiego słodkiego i pysznego. Akcja miała na celu promowanie biblioteki jako miejsca wyjątkowego, integrującego wszystkie środowiska, przyjaznego dzieciom, dorosłym i osobom z niepełnosprawnością.

SPORT

5 maja braliśmy udział w **Turnieju w Zbijaka w Sępólnie Krajeńskim**. Reprezentowała nas drużyna w składzie: Daria Murszewska, Monika Rumocka, Benedykt Ekert, Grzegorz Jezierczyk, Dariusz Kulgajuk, Jakub Ryśnik i Sebastian Spakowski. Ponadto byliśmy wspierani przez grupę dopingującą, co było istotne, gdyż z relacji dowiedzieliśmy się, że Turniej był bardzo ciężki.



Rozegranie wszystkich meczy wymagało od zawodników mnóstwa wysiłku i walecznej postawy. Ostatecznie zajęliśmy VI miejsce, które jako nowo powstała drużyna uważamy za sukces!

Przez dużą część kwietnia odbywał się na naszym Warsztacie wewnętrzny Turniej w Piłkarzyki. Z powodu dużego zainteresowania, Turniej został rozstrzygnięty tuż przed wydaniem ostatniej gazetki. Poniżej krótka relacja z tego wydarzenia.

TURNIEJ W PIŁKARZYKI

W turnieju brali udział różni zawodnicy, słabsi i mocniejsi. Była to przede wszystkim dobra rozrywka. Zawody trwały kilka tygodni. Głównym sędzią była instruktor Katarzyna Rachańska, drugim sędzią był instruktor Eligiusz Cybulski. Oto ostateczne wyniki:

- I miejsce - Marcin Kokoszyński i Jakub Ryśnik
- II miejsce - Magdalena Bączkowska i Anna Sztela
- III miejsce - Bożena Sznajder i Kamil Rumiński

Na końcu zagrali instruktorzy, gdyż sami chcieli się przekonać kto jest lepszy. Przez te parę dni było dużo zabawy.

Tomasz Banasiak

Co? Gdzie?

Kiedy? Czyli kalendarium wydarzeń:

- 5 czerwiec - występ muzyczny uczestników WTZ podczas Pikniku Parafialnego z okazji Dnia Dziecka w parafii p.w. św. Maksymiliana Kolbe na Strzemięcinie
- 10 czerwiec - X Powiatowa i VII Ogólnopolska Olimpiada Osób Niepełnosprawnych w Nakle nad Notecią
- 11 czerwiec - XXII Sportowe Spotkania Osób Niepełnosprawnych „Bądźmy Razem” w Kowalewie Pomorskim
- 14 - 16 czerwiec - Ogólnopolski Festiwal Artystyczny Osób Niepełnosprawnych w Brodnicy
- 19 czerwiec - Grudziądzki Piknik Rotariański w karczmie Czarci Młyn, godz. 11 - 16, odbędzie się wystawa i kiermasz prac WTZ
- 21 czerwiec - IX Kujawsko - Pomorski Miting Pływacki WTZ i ŚDŚ w Inowrocławiu