

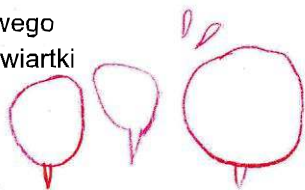
# Poradnik w

Letnie dni cieszą nas pięknym słońcem i wysokimi temperaturami. Bywa, iż przez doskwierającą „gorączkę” nie mamy sił ani chęci przygotowywać skomplikowanych i czasochłonnych potraw. Dlatego mamy dla Państwa alternatywę na gorące dni w postaci pysznego, niezwykle szybkiego do przygotowania i orzeźwiającego „chłodnika Pani Eli”.

## NIEZBĘDNE PRODUKTY:

jogurt naturalny 500 mg  
świeży ogórek  
ząbek czosnku

łyżka soku buraczkowego  
2 jajka pokrojone w ćwiartki  
koperek



## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Do miski wlej jogurt naturalny zmieszany z dwoma łyżkami soku z buraków. Gdy masa będzie jednolita, dodajemy potarty ząbek czosnku i pokrojonego w plasterki ogórka. Doprawiamy do smaku pieprzem i solą. Nalewamy chłodnik do talerzy, na wierzchu układamy pokrojone jajko. Nasze danie zwieńczamy posiekaną, świeżą natką koperku.



**SMACZNEGO!**

Rys. Teresa Londkowska

# Gałęjdoskop

Nr 26 Czerwiec 2016

Nastąpiło długo oczekiwane przez nas wydarzenie. Dnia 23 czerwca opadła wstęga, przecięta przez Przewodniczącą Komisji Zdrowia, Spraw Społecznych i Rodziny Panią Krystynę Nowak, otwierając tym samym **GALERIĘ SZTUKI WTZ „TO - MY”**.



Dzięki wspólnym wysiłkom wszystkich pracowników Nasza galeria mogła oświetlić zaproszonych gości. Przed ich oczami ukazała się wielomiesięczna praca Joanny Czerwińskiej, Andrzeja Cieślaka i Marcina Lisowskiego. Wystawa ma na celu popularyzowanie sztuki osób z niepełnosprawnością, ich kunsztu malarskiego i twórczej inwencji.



Powstało wspaniałe miejsce, pod względem funkcjonalnym, estetycznym a przede wszystkim biorąc pod uwagę jego cel. Podczas wystawy trwała niesamowicie przyjazna atmosfera, liczymy, że nasza gościnność i twórczość sprawią, że jeszcze nie raz spotkamy się podczas wernisażu w Galerii Sztuki WTZ.



## Redaguje zespół:

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

[www.wtzgruzdzadz.pl](http://www.wtzgruzdzadz.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

Nasza trupa teatralna w dniach 14 - 16 czerwca brała udział w **XIX Ogólnopolskim Festiwalu Artystycznym Osób Niepełnosprawnych w Brodnicy**. Na deskach Brodnickiego Domu Kultury wystawiliśmy „Taniec Łabędzi” oraz przekomiczny skecz „Przychodzi bajka do lekarza”. Do Warsztatu wróciliśmy z pucharem i nagrodami indywidualnymi.

Tomasz Banasiak



W **Dzień Dziecka** odbyła się zabawa taneczna z tej okazji. Dj-em imprezy był wszystkim znany Leszek Świącicki z pracowni poligraficznej.

Dnia 19 czerwca w Czarcu Młynie odbył się **XVIII Grudziądzki Piknik Rotariański**. Jak co roku braliśmy udział w tej imprezie. Wystawiliśmy swoje prace na jarmarku, a podczas części artystycznej prezentowaliśmy bajkę i występy muzyczne. Po raz pierwszy podczas Pikniku został zorganizowany bieg na 3 i 5 km, aby uczcić 111 rocznicę powstania Rotary International.

24 czerwca pojechaliliśmy do Chojnic aby zasiąść na widowni **Festiwalu Twórczości Osób Niepełnosprawnych „Trzy Kolory”**. Festiwal odbywa się z okazji Dnia Godności Osób Niepełnosprawnych, zaś tytułowe trzy kolory to: biały, pomarańczowy i niebieski, symbolizujące kolejno: wszelką niepełnosprawność, osoby z Zespołem Downa, osoby z autyzmem. Impreza miała miejsce w Fosie Miejskiej w Chojnicach, bardzo ciekawym i malowniczym miejscu. Odbyły się pokazy taneczne i wokalne.

Zaprezentowano scenki kabaretowe, twórczość literacką i plastyczną podopiecznych WTZ z Chojnic, Brus i Czerska. Miała także miejsce wystawa fotograficzna pt. „Wyjątkowi sportowcy” oraz pokaz mody ślubnej.



# SPORT

W czerwcu dzień po dniu braliśmy udział w dwóch dużych imprezach sportowych, w których bardzo licznie reprezentowaliśmy nasz Warsztat. Pierwszą z nich była, odbywająca się 10 czerwca, X Powiatowa i VII Ogólnopolska Olimpiada Osób Niepełnosprawnych w Nakle nad Notecią, drugą XXII Sportowe Spotkania Osób Niepełnosprawnych „Bądźmy Razem” w Kowalewie Pomorskim, które miało miejsce 11 czerwca.



W Nakle braliśmy udział w następujących konkurencjach: łowienie ryb na sucho, slalom z piłką do kosza, rzut woreczkiem do celu, rzut ringo, piłką lekarską, skok w dal i bieg na 100 metrów. Przed zawodami trenowaliśmy na terenie naszego Warsztatu. Natomiast z Kowalewa szerszą relację przygotował dla nas Tomek Banasiak i Adam Knak.

## XXII SPORTOWE SPOTKANIE „BĄDŹMY RAZEM”

11 czerwca, w sobotę, braliśmy udział w Sportowym Spotkaniu Osób Niepełnosprawnych pod hasłem „Bądźmy Razem”. Już wczesnym rankiem opuściliśmy budynek Warsztatu by ruszyć ku przygodzie.

Na miejscu zastaliśmy fantastyczną atmosferę, grono uśmiechniętych ludzi oraz zawody sportowe pierwszej klasy. Braliśmy udział w atrakcyjnych dyscyplinach. Nasz kolega, Benedykt Ekert zajął III miejsce w konkurencji strzał na bramkę. Po naszych wyczynach sportowych przyszedł czas na relaks i odpoczynek. Mieliśmy okazję skosztować pyszną zupę oraz słodkości, po czym osoby, którym zostało jeszcze trochę energii, miały okazję potać się na parkiecie. Zmęczeni i zadowoleni wróciliśmy w rodzinne strony, oczekując kolejnej tak fantastycznej imprezy.



Tomasz Banasiak  
Adam Knak

Co? Gdzie?

Kiedy? Czyli kalendarium wydarzeń:

1 - 3 lipca - XX Jubileuszowa Ogólnopolska Olimpiada Umiejętności Osób Niepełnosprawnych im. Doktora Piotra Janaszka - ABILIMPIADA Konin

11 lipiec - 5 sierpień - przerwa wakacyjna