

# Środowiskowy Dom Samopomocy w Żarach

Podsumowanie 2023

# Środowiskowy Dom Samopomocy w Żarach

jest ośrodkiem wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

W jednostce funkcjonują trzy typy Domów  
typ A - dla osób przewlekle psychicznie chorych,  
B - dla niepełnosprawnych intelektualnie,  
D - dla osób ze spektrum autyzmu  
i niepełnosprawnościami sprzężonymi.

Łącznie jednostka udziela wsparcia 45 osobom

W 2023 roku nasz ośrodek przyłączył się do akcji Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Do siedziby Środowiskowego Domu Samopomocy dostarczona została puszka, do której wrzucaliśmy datki, które następnie przekazaliśmy do Miejskiego Przedszkola nr. 3 im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy.





# Walentynki 2023



wspólnie integrowaliśmy się podczas zabawy walentynkowej.





# Dzień wiosny

21 marca to nie tylko Pierwszy Dzień Wiosny, ale również Światowy Dzień Osób z Zespołem Downa.

Ten dzień ma na celu budowanie świadomości i wrażliwości wobec osób z trisomią. My również założyliśmy skarpetki nie do pary, aby wyrazić naszą solidarność z osobami posiadającymi dodatkowy (trzeci) chromosom w 21 parze.







# Wielkanoc 2023

W dniu 06.04.2023r wspólnie zasiedliśmy do Śniadania Wielkanocnego, które odbyło się w Żarskim Folwarku. Po zjedzeniu pysznych potraw udaliśmy się na poszukiwania słodkości, które ukrył Wielkanocny Zajączek









# ODWIEDZILIŚMY ZIELONĄ GÓRĘ



Maj to piękny miesiąc, by zwiedzać. Postanowiliśmy skorzystać z doskonałej pogody i zobaczyć, co słychać w Zielonej Górze. Nasza wycieczka zaczęła się od zbiórki na żarskim dworcu PKP. Po godzinnej jeździe pociągiem, dotarliśmy do celu. Podziwialiśmy starówkę (między innymi Pomnik Ofiar Katyńskich) a następnie udaliśmy się do Muzeum Ziemi Lubuskiej. Zróżnicowanie wystaw (od historii Zielonej Góry, po prace Olgi Boznańskiej po sztukę współczesną) zrobiło na nas ogromne wrażenie. Po tych atrakcjach udaliśmy się na pożywny posiłek i wróciliśmy do Żar. Nie zabrakło również czasu na lody i kawę. Wszyscy uczestnicy byli bardzo zadowoleni z tak spędzonego dnia.







# Piknik na zakończenie akcji Pola Nadziei

Dnia 14.06.2023  
reprezentacja  
Środowiskowego Domu  
Samopomocy  
uczestniczyła w finale  
akcji Pola Nadziei  
zorganizowanej przez  
Żarskie Hospicjum.  
Uczestnicy  
zaprezentowali  
4 utwory i bardzo  
dobrze się bawili.





# PIELGRZYMKA DO ROKITNA

13 czerwca 2023 roku wybraliśmy się na pielgrzymkę do Rokitna poświęconą osobom chorym i z niepełnosprawnością. Na miejscu odbyła się Msza Święta w intencji przybyłych pielgrzymów, następnie poczęstowano nas pysznym jedzeniem, po czym przeznaczono czas na gry i zabawy integracyjne przy muzyce. Po zakupie pamiątek, udaliśmy się w drogę powrotną. Cała uroczystość odbyła się w bardzo miłej i przyjaznej atmosferze.





# "BIEG SZLAKIEM ŻARSKICH ULICZEK"

15 czerwca 2023 roku wzięliśmy udział w VIII edycji "Biegu szlakiem żarskich uliczek" zorganizowanego przez Warsztaty Terapii Zajęciowej w Żarach. Dzięki temu wydarzeniu mieliśmy nie tylko okazję lepiej poznać historię naszego miasta, ale i dowiedzieć się wielu ciekawostek związanych z żarskimi legendami. Uczestnicy poradzili sobie doskonale – wykazali się nie tylko spostrzegawczością, ale i pokazali, jak świetnie współpracują. Po całym wydarzeniu czekał na nas pyszny posiłek. Serdecznie dziękujemy za zaproszenie i już czekamy na to wydarzenie za rok.







# Piknik Rodzinny na powitanie lata!

W dniu 16.06.2023r. odbył się Piknik Rodzinny na powitanie lata! Zaproszeni goście tj. Krzysztof Dereń wieloletni pszczelarz wraz ze swoją żoną Barbarą Dereń podzielili się z nami podstawowymi tajnikami wiedzy dotyczącej powstawania miodu. Na naszych oczach wykręcaliśmy miód, oraz obserwowaliśmy pszczoły w przeszklonym małym ulu. Bodzio wykwalifikowany klaun zagwarantował wiele uśmiechu, swobodnych wspólnych zabaw. Bańki mydlane, wata cukrowa, tańce to niektóre z atrakcji na które mogliśmy liczyć:) Letnie kwiaty, piknikowe kosze oraz pozytywne nastawienie towarzyszyły nam przez cały dzień. Nie obyło się oczywiście bez jedzonka. To co "Kubusie lubią najbardziej..." Prócz prawdziwego świeżego miodu akacjowego wspólne grillowanie wprowadziło nas w czas zbliżających się wakacji. Było wyśmienicie.











# ŚWIĘTO WSZYSTKICH MAM

26 maja uroczyście obchodziliśmy Dzień Matki w Środowiskowym Domu Samopomocy. Wspólnie spędzony czas wprawił wszystkich w cudowny nastrój. Nie zabrakło domowego ciasta, kawy i prezentów dla mam własnoręcznie wykonanych przez uczestników.



# Wycieczka do Krakowa

W dniach 26 - 28.06.2023r. odwiedziliśmy Kraków. To fascynujące miasto dostarczyło niezapomnianych przeżyć. Historia i terażniejszość przeplatają się na każdym kroku, kryjąc w sobie legendy i średniowieczne tradycje. Zachwycił nas Wawel, Sukiennice, Żydowski Kazimierz, gdzie można było poczuć ducha krakowskiej bohemy. Rejs po Wiśle, czy widoki z Kopca Kościuszki nasyciły nasze oczy pięknem tego miasta. Na pewno ta wycieczka zostanie w naszej pamięci na długo, dostarczyła bowiem wielu wrażeń.









# Wycieczka do Łagowa

W dniu 13.07.2023r wybraliśmy się na wycieczkę do Łagowa. Spędziliśmy miło czas na łonie natury. Dowiedzieliśmy się ciekawych informacji na temat historii Łagowa. Odwiedziliśmy również mini Zoo w Mostkach.











# Wycieczka do Piechowic

W dniu 15.09.2023r udaliśmy się do huty szkła Julia w Piechowicach. Dowiedzieliśmy się tam w jaki sposób powstają przedmioty wykonane ze szkła. które użytkujemy na co dzień. Uczestniczyliśmy w warsztatach, na których mogliśmy samodzielnie pomalować lub grawerować szklane wyroby. Odwiedziliśmy również Centrum Przyrodniczo – Edukacyjne Karkonoskiego Parku Narodowego, gdzie dowiedzieliśmy się o zwierzętach, roślinach, które można spotkać w Karkonoszach oraz o tym w jaki sposób powstały i z czego są zbudowane góry.









# Andrzejki

zgodnie z tradycją i Nasz ośrodek świętował Andrzejki podczas, których świetnie się bawiliśmy. Były tańce, wróżby i pyszne przekąski. Zabawę połączyliśmy z pożegnaniem Naszej Pani kierownik Marioli Alechno-Buca. Dziękujemy bardzo za długoletnią pracę, otwartość na problemy innych oraz za wielkie serce. Wniosła Pani bardzo dużo do Naszego ośrodka. Będzie Nam Pani bardzo brakować. Podczas imprezy przywitaliśmy nową Panią kierownik Jolantę Czarnotę. Gratulujemy i życzymy samych sukcesów oraz udanej współpracy.











# Ubieranie choinki

W tym roku chyba byliśmy bardzo grzeczni. Odwiedzili nas pomocnicy Mikołaja, obdarowując cudownymi prezentami wywołując uśmiech na twarzach. Chcielibyśmy bardzo podziękować KS Promień Żary za to, że o Nas pamiętali.









# Wigilia 2023

W dniu 12.12.2023r. wspólnie spotkaliśmy się przy wigilijnym stole. Uroczystość odbyła się w Restauracji Lew.

Zgodnie z tradycją podzieliśmy się opłatkiem, śpiewaliśmy kolędy i zjedliśmy pyszne potrawy wigilijne.



