De Pauw

Dagbesteding 'De Pauw' in de Kolibrie
team.de.kolibrie.de.pauw@ipsedebruggen.nl



De muziekgroep (maandagochtend)
Elke maandagochtend is er muziekgroep in de Pauw, met een vaste structuur: koffie, bijpraten, liedjes uitkiezen, luisteren naar muziek, ontspanningsoefening en lunch. Het doel is muziek maken en beleven op een laagdrempelige manier. Het is toegankelijk, en deelnemers mogen leren en ontwikkelingen in een veilige setting. Ze kunnen en mogen zichzelf zijn. Er is ruimte voor eigen inbreng.
De deelnemers kunnen meezingen of meespelen met zelf gekozen instrumenten. Hierin worden ze begeleidt met de gitaar of keyboard. Het beleven staat voorop en niet de muzikale prestatie.
Andere vormen van activiteiten zijn:

- Muziekquiz, met vragen zoals; wie is de artiest of waar gaat dit liedjes over? Deelnemers moeten soms ook de songtekst afmaken.
- Bewegend spel, een soort stoelendans. Zodra muziek stopt staat iedereen stil.
- Liedjes met elkaar repeteren en onthouden.

Er is een bewuste variatie tussen activiteit en rust. Aan het einde van de ochtend wordt er afgesloten met een ontspanningsoefening. Dit is bijvoorbeeld een ademhalings- of meditatieoefening, waarbij iedereen weer ontspannen wordt. Een mooie afsluiting van een gezellige en muzikale ochtend!



De schildergroep (ma-middag, dinsdag, vrij-middag)

Bij de schildergroep is het belangrijk dat de deelnemers het leuk vinden om zich op een creatieve manier te uiten. Dit kan met verschillende materialen zoals potlood, ecoline, houtskool, op papier, hout of op canvasdoek. Er worden verschillende technieken aangeboden wat zorgt voor variatie.

De eigen inbreng staat voorop maar er mag ook gewerkt worden met een voorbeeld en natuurlijk de nodige begeleiding. Ontspanning en gezelligheid staat voorop.

Voor de onderwerpen maken we o.a. gebruik van de verschillende seizoenen en feestdagen. Soms wordt er ook in opdracht gewerkt. Bijvoorbeeld onderzetters, ansichtkaarten, valentijnskaarten, bloemenkaartjes of beschilderen van houten tissuedozen. De schildergroep werkt samen met andere groepen, voor het voorzorgen van materialen of verwerken van de ontwerpen. Wij verkopen ook spullen in restaurant De Haven. De bloemenkaartjes bij Bloemenboetiek Mariska in Alphen aan den Rijn.

Wij verzorgen ook de aankleding van het gebouw De Kameleon, De Kolibrie.
Maar ook in andere gebouwen, zoals bij de receptie, pronken onze schilderijen aan de muur.

De kookgroep (vrijdagochtend)

Op vrijdagochtend wordt er heerlijk gekookt op de Pauw! Wij zijn geen groep maar een team, onze visie is met eenieder zijn kwaliteit een mooi eindproduct te maken.
Er wordt gekeken naar de kwaliteiten van eenieder individueel en deze voegen wij dus samen als een team.

We zijn gehele ochtend bezig met allemaal lekkere dingen te maken, maar helpen ook anderen. Zo zijn wij inmiddels begonnen met koken voor een woning, waar wij voornamelijk de voorbereidingen treffen van de avondmaaltijd. Wij snijden alles of bereiden iets wat op de woning alleen nog in de oven hoeft. Ook bereiden wij elke week een heerlijk hapje bij de lunch voor de groepen van de Kolibrie. Voorbeelden hiervan zijn soep, worstenbroodje of gevuld eitje.

We zijn elke week op zoek naar een creatieve manier van koken waar bij wij ons elke week uitdagen met verschillende technieken en producten. De producten halen wij soms ook uit de tuin op ons terrein. Gezelligheid en plezier in het koken staat deze ochtend voorop!

