



wō te zet

MAGAZYN
OŚRODKÓW
TERAPII
ZAJĘCIOWEJ

NUMER 100



wydawca

Fundacja Inicjatyw Społecznych MILI LUDZIE

redakcja

Marcin Halicki, redaktor naczelny

Zbigniew Strugała, korespondent

Katarzyna Halicka, dziennikarka współpracująca

na okładce

Mariusz Kowalski, Armagedon (kadr)

korekta

Mirosław Śmieński

projekt

Mirosław Śmieński

skład i druk

Poligrafia KS, poligrafiaks@interia.pl

nakład

2900 egz.

kontakt

„WóTeZet” Magazyn Ośrodków Terapii Zajęciowej

redakcja@wotezet.pl, www.wotezet.pl

Projekt „WóTeZet – Ogólnopolski Magazyn Ośrodków Terapii Zajęciowej” jest dofinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

**Archiwalne numery „WóTeZetu”
do pobrania na stronie internetowej**

www.wotezet.pl

Dzień dobry!

To ostatni w tym roku numer WóTeZetu. Jednak jest on dla nas szczególny. Być może zauważyliście, drogie osoby czytające, ale jest to numer 100. Tak, dobrze przeczytaliście – setny numer.

Więcej o tym historycznym wydarzeniu w środku aktualnej gazety, jednak takie jubileusze zdarzają się niezwykle rzadko, więc postanowiliśmy to uczcić! Okazja ku temu podwójna, dlatego, że w czerwcu przyszłego roku Fundacja Mili Ludzie, wydawca WóTeZetu od kilku lat, obchodzi 10. rocznicę utworzenia. Dlatego w pierwszej połowie 2025 roku chcielibyśmy Was zaprosić do Poznania na wspólne świętowanie. Szczegółów nie zdradzimy, tak naprawdę dopiero się tworzą, jednak wszystko wskazuje na to, że będzie to wydarzenie kulturalne, oczywiście w pełni dostępne także dla osób z niepełnosprawnościami. Będzie nam bardzo miło, jeżeli w gronie osób z nami zaprzyjaźnionych, zaznajomionych lub jeszcze nie – ale związanych z warsztatami terapii zajęciowej w Polsce – spotkamy się w Poznaniu i spędzimy dobry czas. O szczegółach będziemy informować w kolejnych numerach WóTeZetu.

W zbliżający się świąteczny czas życzymy Wam dużo ciepła, spokoju, odpoczynku, uśmiechu, słońca (przynajmniej w sercu!), a przyszły rok niech będzie przynajmniej tak dobry, jak ten mijający.

Marcin Halicki
Redaktor naczelny



100

strona 3

Od redakcji

strona 6

Zadbaj o siebie. Relaksacja z dźwiękiem

strona 8

100 numerów minęło jak jeden dzień...

strona 12

Kino bez barier. Program na grudzień 2024

strona 14

Poznańskie Centrum Dostępności także dla lokalnych Warsztatów Terapii Zajęciowej

strona 18

Zmiana warty na stanowisku kierownika WTZ

strona 20

**Zawody pływackie po raz 10.
Tym razem z ważnym dodatkiem**



więcej na stronie 8



Zadbaj o siebie
Relaksacja
z dźwiękiem

fot. Katarzyna Halicka

Dźwięk odgrywa istotną rolę w procesach relaksacyjnych i terapeutycznych, również u osób z niepełnosprawnościami. Terapia dźwiękiem, oparta na emisji harmonicznym wibracji, może wspierać redukcję napięcia mięśniowego, poprawiać koncentrację oraz stabilizować emocje. W pracy terapeuty zajęciowego relaksacja z wykorzystaniem mis tybetańskich, dzwonek *koshi*, bębnów szamańskich czy kijów deszczowych daje niezwykle możliwości wprowadzenia podopiecznych w stan głębokiego odprężenia.

Misy tybetańskie emitują nie tylko dźwięki, ale również subtelne wibracje, które odczuwalne są w całym ciele. Dźwięki te pomagają w regulacji układu nerwowego, wspomagają uwalnianie napięcia i przywracają równowagę psychofizyczną. Dzwonki *koshi*, dzięki swoim delikatnym, melodyjnym brzmieniom, tworzą kojącą atmosferę sprzyjającą relaksacji.

Równie ważne w pracy terapeutycznej są nagrania dźwiękowe. Muzyka inspirowana naturą – szum morza, śpiew ptaków czy dźwięk wiatru – stymuluje wyobraźnię i wspiera procesy wyciszenia. Nagrania można stosować w indywidualnych sesjach lub jako element terapii grupowej.

Warto jednak pamiętać, że relaksacja dźwiękiem wymaga ostrożności. Przeciwwskazaniami mogą być epilepsja, rozrusznik serca, nadwrażliwość sensoryczna, migreny czy stany lękowe, które u niektórych osób mogą być zaostrzone przez określone dźwięki lub wibracje. Dlatego przed wprowadzeniem tej metody warto przeprowadzić dokładny wywiad i dostosować formę relaksacji do indywidualnych potrzeb podopiecznego. Warto też prace z dźwiękiem wprowadzać powoli, zaczynając od krótkich kilkuminutowych sesji, zapoznawać osoby uczestniczące z instrumentami i ich wibracjami i obserwować uważnie jak na nie reagują. Z czasem można wydłużać sesje dla osób, które chcą brać w nich udział i na które tego typu dźwięki mają dobroczynny wpływ.

Dźwięk jako narzędzie terapeutyczne otwiera szerokie możliwości w pracy z osobami z niepełnosprawnościami. Jego harmonijne właściwości wspierają integrację sensoryczną, wyciszenie oraz poczucie bezpieczeństwa, co czyni relaksację dźwiękiem wartościowym elementem pracy terapeuty zajęciowego.

Katarzyna Halicka

100 numerów minęło jak jeden dzień...

Trudno uwierzyć, że to już 100 numer WóTeZetu... Niby człowiek wiedział, ale zawsze była to tak odległa perspektywa, że nie zaprzętałem sobie tym głowy. No in w końcu przyszedł ten moment. Jak do tego doszło?

Był szary, pochmurny październikowy dzień 2004 roku. Na popularnym poznańskim Ogniku (dla osób niewtajemniczonych – to rejon stolicy Wielkopolski, na którym, w bardzo niedużych odstępach znajduje się sporo placówek edukacyjnych i rehabilitacyjnych, z oferty których korzysta bardzo wiele osób z różnymi niepełnosprawnościami) w kuchni WTZ Ognik zebrało się kilkanaście osób, które podchwyciły temat rzucony przez piszącego te słowa na jakimś spotkaniu WTZ-ów z Poznania, że warto byłoby pomyśleć o wspólnym wydawnictwie społeczności lokalnych Warsztatów Terapii Zajęciowej. Pomysłowi od początku z dużą sympatią przyglądała się Prezes Stowarzyszenia Przyjaciół Niewidomych i Słabowidzących, które prowadziło WTZ Ognik – co poskutkowało objęciem przez Stowarzyszenie roli wydawcy czasopisma. Oprócz merytorycznej strony, należało pochylić się także nad tak prozaicznymi, jak nam się wtedy wydawało, kwestiami, jak przygotowanie graficzne oraz druk i dystrybucja. Nie było także tytułu gazety, więc padła propozycja, żeby tytuł wymyśliły same osoby z niepełnosprawnościami, uczestniczące w zajęciach w poznańskich Warsztatach. Po kilku dniach dotarła do nas propozycja, która w swojej formie, prostocie i szczerości wydawała się optymalna: WÓTEZET. W naszym małym zespole redakcyjnym propozycja ta została jednogłośnie przyjęta i gazeta (do dziś!) ma taki właśnie tytuł. Oczywiście, często słyszę pytania, co to tak naprawdę znaczy i dlaczego w tytule jest błąd ortograficzny? No cóż, taki jest to tytuł – bardzo niejednoznaczny, przewrotny i trudny do wytłumaczenia. Czy nie tacy są właśnie uczestnicy naszych WTZ-ów?

Pierwszy numer WóTeZetu ukazał się w grudniu 2004 roku. SPNiS (długa nazwa Stowarzyszenia Przyjaciół Niewidomych i Słabowidzących, więc pozwólcie, że będę stosował tutaj skrót) pozyskało dotację z Urzędu Miasta Poznania na przygotowanie, druk i dystrybucję czasopisma w Poznaniu, co bardzo nas ucieszyło, ponieważ mogliśmy od początku wydawać gazetę w miarę profesjonalnie – nie na ksero, tylko drukowaną w drukarni, składaną i przygotowaną do druku przez grafika, no i dystrybuowaną pocztowo. Nie powiem – po pierwszym numerze mieliśmy duże wątpliwości, czy jest to dobry pomysł, czy WTZ-ty potrzebują swojego czasopisma... Na szczęście odzew był bardzo pozytywny. Dostawaliśmy ręcznie pisane (ktoś jeszcze o tym pamięta?) listy od osób z niepełnosprawnościami, ale także rodziców, osób opiekujących się, najczęściej rodziców, którzy opisywali swoją radość, że ich dorosłe dziecko pojawiło się w gazecie, że prace plastyczne do tej pory zamknięte w szufladzie lub ośrodkowej szafie w pracowni wypłynęły na szerszy grunt. I taka od początku była idea WóTeZetu – promowanie twórczości osób, które na co dzień nie miały szans zostać zauważone w profesjonalnych galeriach czy prasie branżowej, artystycznej. Dobrze się złożyło, bo w tym czasie bardzo dobrze funkcjonowała poznańska GALERIA TAK, promująca twórczość osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz w kryzysach zdrowia psychicznego. Na przykład na ścianach w Galerii można było zobaczyć prace osób chorujących na schizofrenię. Współpracę z Galerią cenię sobie bardzo wysoko i to prawdopodobnie miało wpływ na publikację w każdym numerze prac plastycznych osób ze środowiska WTZ w naszym kraju.

Czas jednak mijał, a dostawaliśmy coraz więcej pytań, czy gazeta może być dystrybuowana szerzej, nie tylko na terenie Poznania. Pierwszym krokiem w poszerzeniu działalności była możliwość wsparcia finansowego przez Powiat Poznański. I to był początek wypłynięcia wydawnictwa na szersze wody. Coraz więcej zainteresowania, coraz więcej nadesłanych tekstów, prac plastycznych uczestników WTZ. Wtedy także (prawdopodobnie był to 2009 rok) współpracę z nami nawiązał Zbyszek Strugała – uczestnik WTZ z Czeszewa. Zbyszek przysyłał swoje teksty do każdego numeru i jest to współpraca, z której jestem najbardziej dumny w historii wydawnictwa. Gdy w 2010 roku zorganizowaliśmy koncert charytatywny Czesława Mozila (Czesiek nie był wtedy taką gwiazdą jak obecnie, co nie znaczy, że bardzo się zmienił od tamtego czasu) jako jeden z głównych punktów wieczoru było wręczenie honorowej legitymacji dziennikarskiej Zbyszkowi. Przyjechał do nas z rodziną, co było tym bardziej wzruszające.

Po kilku latach lokalnego zasięgu WóTeZet stał się ogólnopolskim wydawnictwem, wspieranym finansowo przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Oczywiście PFRON nie dofinansowuje wydawnictwa i dystrybucji w 100%. Ponad 20% wkładu własnego wydawca musi pozyskiwać ze źródeł zewnętrznych lub własnych. Nie jest to łatwe, ale jedną z głównych zasad, które ustaliliśmy w kuchni WTZ Ognik w 2004 roku było to, że nasze czasopismo zawsze będzie bezpłatne. Chcemy się tego trzymać i (przynajmniej na razie) nic nie wskazuje na to, żeby miało się to zmienić. Tym bardziej doceniamy naszych czytelników, którzy są z nami w wielu sytuacjach: także w momencie zmiany wydawcy – w 2018 roku nastąpiło formalne przekazanie wydawnictwa Fundacji Mili Ludzie, która do dzisiaj pełni tę rolę.

Od 2004 roku sytuacja prasy drukowanej bardzo się zmieniła. W Polsce coraz rzadziej spotkamy gazety w kawiarniach, duże wydawnictwa ograniczają nakłady. W naszym przypadku druk trzyma się mocno, ale gazetę można zawsze pobrać w formie PDF ze strony wotezet.pl. Są tam także dostępne archiwalne numery.

Jak będzie przyszłość WóTeZetu? Dużo zależy od możliwości finansowania. Fundacja bierze udział w konkursach na realizację zadań zleczonych przez PFRON, gdzie jednym z priorytetów jest „Zapewnienie osobom niepełnosprawnym dostępu do informacji”. Oprócz tego współpracujemy z WTZ-ami w całej Polsce, które coraz częściej rozumieją, że bez dobrej promocji, przekazywaniu informacji na temat swojej działalności trudno dobrze się pokazać w społeczeństwie. A jeżeli można to zrobić nieodpłatnie (a tak jest w naszym przypadku), to warto z tego skorzystać.

***Jeżeli ktoś z Was zapytałby mnie w tej chwili,
czy ukaże się 200 numer gazety, to odpowiedź
może być tylko jedna – CIERPLIWOŚCI.***

Na koniec bardzo ważna część tego tekstu: czyli podziękowania. WóTeZet by nie powstał bez dobrej woli i zaangażowania zarządu Stowarzyszenia Przyjaciół Niewidomych i Słabowidzących, zwłaszcza Pani Danuty Rominieckiej-Gromniak.

Szczególne miejsce w moim sercu mają także moi kumple, uczestnicy WTZ Ognik, którzy byli pomocni w różnych logistycznych przeprawach. Niestety Oni już nie żyją: Janusz Pietrzak, Andrzej Skałaski, Damian Łyskawiński, Robert Bienert, Wiesiu Kozłowski.

Dziękuję obecnym uczestnikom WTZ na Ogniku: Grażynie Śródeckiej, Andrzejowi Pokrywce, Dawidowi Kaczmarczykowi, Adamowi Wciórce. Zawsze Was dobrze widzieć.

Niskie ukłony dla Zbyszka Strugały, naszego stałego korespondenta z WTZ Czeszewo.

Dzięki całej naszej redakcji przez te wszystkie lata: Mirkow Śmieińskiemu, Asi Kaźmierczak, Tomkowi Kojderowi, Kasi Halickiej oraz wszystkim autorom tekstów.

Duże podziękowania dla osób z PFRON w Wielkopolsce za cierpliwość, dobre słowo i gotowość do konsultacji – zwłaszcza dla Pani Wandy Trawki i Pani Beaty Wojciechowskiej.

Dla naszego drukarza Krzysztofa Smogura – wszystkim życzę tak bezproblemowej współpracy.

Oczywiście naszej gazety by nie było bez Was czytelnicy. Kłaniam się nisko i bardzo dziękuję za zaufanie.

Marcin Halicki

Kino bez barier. Program na grudzień

Kino bez barier to dostępne pokazy filmowe, w każdy wtorek i czwartek w Kinie Pałacowym.

We wtorki, o godzinie 11:00, odbywają się seanse z audiodeskrypcją i napisami w Sali 1 Kinowej. Natomiast w czwartki, o godzinie 18:00, pokazujemy filmy z audiodeskrypcją, napisami i tłumaczeniem na Polski Język Migowy w Sali 2 Audiowizualnej. Kino Pałacowe znajduje się w CK Zamek, przy ulicy Święty Marcin w Poznaniu.

Bilety

Bilety na seanse kosztują 5 złotych. Pokazy Kina bez barier cieszą się ogromną popularnością, a liczba miejsc jest ograniczona. Zdarza się, że biletów nie ma na kilka dni przed pokazem. Zalecamy wcześniejszą rezerwację biletów w kasie. Bilety można zakupić na stronie www.kinopalacowe.pl lub w kasie CK Zamek. Rezerwacje przyjmuje kasa CK Zamek, numer telefonu +48 61 64 65 260. Kasa jest czynna codziennie w godzinach 10:00 – 21:00.

Dojazd do CK Zamek

Blisko Zamku zatrzymują się tramwaje i autobusy. Jeśli przyjeżdżasz tramwajem numer 3, 7, 8, 9 lub 16 wysiądź na przystanku Fredry. Jeśli przyjeżdżasz tramwajem numer 2, 5, 13 lub 17 wysiądź na przystanku Zamek. Jeśli jedziesz autobusem linii numer 163, 168, 169 lub 171 wysiądź na przystanku przy alejach Niepodległości.

Wejście główne do Zamku znajduje się przy ulicy Święty Marcin.

Jeśli jedziesz autem: Miejsca parkingowe dla osób z niepełnosprawnością znajdziesz przy skrzyżowaniu ulicy Kościuszki z ulicą Święty Marcin.

Informacje dla osób, które poruszają się na wózkach

Do Sali 1 dostaniesz się poruszając się na wózku. Jeśli jesteś pierwszy raz, zadzwoń lub napisz sms. Numer telefonu: 607 609 320. Wyjdziemy Ci na spotkanie.

Wejście dla osób, które poruszają się na wózkach to jednocześnie wejście do Muzeum Powstania Poznańskiego – Czerwiec 1956. Znajduje się ono przed Centrum Kultury ZAMEK, po lewej stronie wejścia głównego. Wejście jest oznaczone dużymi cyframi 1956.

Tu znajdziesz windę dostosowaną do potrzeb osób, które poruszają się na wózkach. Dzięki niej możesz wejść na parter, do holu w nowej części Zamku. Skorzystaj z podjazdu obok kas i skieruj się do windy. Wybierz piętro pierwsze. Tam znajduje się Sala 1 Kinowa.

Wolontariat asystencki

W Kinie bez barier wystartował program wolontariatu asystenckiego! Wolontariuszki i wolontariusze wesprą Cię w dotarciu na seans, będą towarzyszyć w trakcie i po jego zakończeniu. Jeśli potrzebujesz asysty w dotarciu do kina lub w trakcie seansu skontaktuj się z nami:

- dzwoniąc lub wysyłając sms-a na numer 607 609 320
- wysyłając maila na adres: kinobezbarier@ckzamek.pl

Przed, w trakcie i po seansie wolontariuszki i wolontariusze odbiorą Cię z najbliższego przystanku i odprowadzą po seansie, pomogą w zakupie biletu, a także odprowadzą do sali. Apodczas seansu będą dostępni, aby wesprzeć Cię jeśli potrzebujesz wyjść z sali (np. po wodę lub do toalety).

Wtorek, 3 grudnia, godzina 11:00 (film również z PJM)

Czwartek, 5 grudnia, godzina 18:00

„Listy do M. Pożegnania i powroty”

reż. Łukasz Jaworski. Czas trwania 1 godzina i 47 minut

Kraj produkcji: Polska. Gatunek: komedia

Kolejna część kultowej polskiej sagi świątecznej, którą śledzą miliony widzów w Polsce.

Na ekrany powróci Mikołaj i Doris – bohaterowie pierwszej części.

Wtorek, 10 grudnia, godzina 11:00 (film również z PJM)

Czwartek, 12 grudnia, godzina 18:00

„Kulej. Dwie strony medalu”

reż. Xawery Żuławski. Czas trwania 2 godziny i 19 minut

Kraj produkcji: Polska. Gatunek: dramat biograficzny

Historia Jerzego i Heleny Kulejów. On to legenda boksu mistrz Europy, który jako

jedyny polski pięściarz wywalczył dwa złota olimpijskie. Ona to silna kobieta. Stała u

boku męża, ale nie chciała na zawsze pozostać w jego cieniu.

Wtorek, 17 grudnia, godzina 11:00

Czwartek, 19 grudnia, godzina 18:00

„Wybraniec”

reż. Ali Abbasi. Czas trwania 2 godziny

Kraj produkcji: USA. Gatunek: dramat biograficzny

Wpływowy adwokat Roy Cohn bierze pod swoje skrzydła młodego biznesmena

Donalda Trumpa. Ten marzy o rewolucji na rynku nieruchomości.

Poznańskie Centrum Dostępności także dla lokalnych Warsztatów Terapii Zajęciowej

Od sierpnia 2024 roku instytucje samorządowe, ale także organizacje pozarządowe oraz osoby indywidualne mogą korzystać z nieodpłatnego wsparcia Poznańskiego Centrum Dostępności.

Centrum powstało z inicjatywy organizacji pozarządowych, radnych miejskich, a także władz Poznania, w tym Wydziału Zdrowia i Spraw Społecznych Urzędu Miasta Poznania. Głównym celem jednostki prowadzonej przez Fundację Mili Ludzie jest zwiększenie dostępności Poznania dla osób ze szczególnymi potrzebami, w tym osób z różnymi niepełnosprawnościami.

Główne działania Poznańskiego Centrum Dostępności to audyty dostępności, doradztwo, konsultacje indywidualne, dyżury architekta, specjalistki z zakresu uniwersalnego projektowania, a także działania siecujące osoby zainteresowane zapewnianiem dostępności. Bardzo ważne są audyty – specjaliści Centrum mogą przeprowadzić audyt dostępności architektonicznej, informacyjno-komunikacyjnej oraz cyfrowej.



Poznańskie Centrum Dostępności

Zdajemy sobie sprawę, że większość osób słysząc słowo AUDYT nie ma zbyt przyjemnych skojarzeń. I tutaj przedstawiciele Centrum uspokajają – przeprowadzone działania audytujące dostępność w obiekcie lub na stronie internetowej mają pomóc organizacji/instytucji w zwiększeniu dostępności. Raport z audytu jest tylko do użytku audytowanego podmiotu – nie będzie on upubliczniony, wysłany do instytucji nadzorujących dostępność w Polsce, itp. Za to może stanowić bardzo dużą pomoc w kontekście późniejszych działań planujących zwiększanie dostępności, na przykład remontów, przebudów obiektów, zagospodarowania przestrzennego wokół obiektu itd.

Jednym z pierwszych audytów przeprowadzonych przez PCD był ten w Stowarzyszeniu Dzień Dobry Ognik (dawne Stowarzyszenie Przyjaciół Niewidomych i Słabowidzących w Poznaniu), prowadzącym Warsztat Terapii Zajęciowej OGNIK. Stowarzyszenie było w przededniu przeprowadzania działań remontowych w placówce, więc działania wspierające i rekomendujące zmiany na rzecz dostępności świetnie się zgrały w czasie.

Inny WTZ z Poznania, w którym Centrum prowadziło prace audytowe to Warsztat Terapii Zajęciowej AMIKUS. Kolejne placówki czekają na dostępne terminy – PCD pilotażowo zostało utworzone na okres 5 miesięcy, jednak zainteresowanie jakim cieszyły się jego działania spowodowały decyzję władz Miasta Poznania o ogłoszeniu konkursu na prowadzenie Poznańskiego Centrum Dostępności w kolejnym roku (przez okres 12 miesięcy).



fot. Marcin Halicki (2)

Warto wspomnieć, że z usług oferowanych przez PCD mogą korzystać także osoby indywidualne (w tym osoby opiekujące się osobami z niepełnosprawnościami, na przykład rodziny uczestników WTZ). Architekt oferuje wsparcie doradcze w następującym zakresie:

- weryfikacja projektów architektonicznych pod względem zgodności projektowanych rozwiązań z zasadami projektowania uniwersalnego (projekty koncepcyjne, projekty do pozwolenia na budowę, na zgłoszenie, projekty wykonawcze i warsztatowe);
- weryfikacja prawidłowości zapisów dotyczących elementów wyposażenia wnętrza;
- bieżące konsultacje dotyczące zmian mających wpływ na zapewnianie dostępności obiektu/przestrzeni.

Skontaktować z Centrum można się mailowo: kontakt@dostepny.poznan.pl lub osobiście w lokalu przy ul. Sienkiewicza 22 (1 p. Pokój 112). Budynek jest dostępny dla osób o alternatywnej motoryce (podjazd przy wejściu, winda wewnątrz obiektu).

RED

**Więcej informacji na stronie
www.dostepny.poznan.pl**



**Elementy audytu architektonicznego
Stowarzyszenia Dzień Dobry Ognik**

POZnań*

Zmiana warty na stanowisku kierownika WTZ

Warsztat Terapii Zajęciowej w Czeszewie od 1 stycznia 2023 roku ma nowego kierownika – został nim nasz drogi, bardzo dobry i bardzo lubiany terapeuta z pracowni gospodarstwa domowego pan Tomek Prusak.

Pana Tomka znam od początku uczestnictwa w Warsztacie – najpierw pracował jako stażysta, dużo mi wtedy pomagał. Nie tylko mi, bo innym uczestnikom poruszającym się na wózkach również i już wtedy miał niezwykle dobre i wrażliwe podejście do osób z niepełnosprawnościami. Tak poznałem Tomka Prusaka, z którym później bardzo się zaprzyjaźniłem i oto ta przyjaźń trwa do dziś. Po ukończeniu stażu pan Tomek opuścił WTZ i poszedł do nieco innej pracy w Orzechowie, a w międzyczasie rozpoczął studia zaoczne na Uniwersytecie Adama Mickiewicza w Poznaniu, gdzie studiował pedagogikę specjalną oraz studia podyplomowe – Edukacja i Rehabilitacja osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. W sierpniu 2007 był moim opiekunem podczas dwudniowej podróży do Przemyśla pociągami na festyn – gdzie występowałem z grupą tańca towarzyskiego, która działała wtedy w Warsztacie. Byłem wtedy tancerzem na wózku! Dla pana Tomka było to wtedy nie lada wyzwanie, zresztą dla mnie także. Kiedy jesienią 2007 zaczęło się zmieniać kierownictwo Warsztatu, a od stycznia 2008 roku przyszła nowa pani kierownik Urszula Remisz (zastępująca wtedy Jadwigę Stefańską) Tomek wrócił do pracy w WTZ. Tym razem już jako instruktor terapii zajęciowej.



fot. WTZ w Czeszewie (2)

Pierwszą pracownią, w której zaczął pracę na zastępstwo, była pracownia komputerowa, w której byłem uczestnikiem. Wtedy bardzo się ucieszyłem, że moim terapeutą będzie pan Tomek. Dobrze mi się z nim pracowało – miał (i ma nadal) dobre podejście do osób z niepełnosprawnością. Jednak po kilku miesiącach pracy w pracowni komputerowej znów musiał zmienić pracownię i jako instruktor terapii przeszedł przez prawie wszystkie nasze warsztatowe pracownie. Na koniec Tomek objął pracownię gospodarstwa domowego, a że bardzo dobrze umiał pichcić i piec przepyszne ciasta – praca w kuchni nie była mu obca – pozostał w tej pracowni i świetnie dawał sobie radę. Pewnie pracowałby do tam do dziś, gdyby nie jedno wydarzenie. Jesienią 2022 roku pani Urszula Remisz kierownik naszego Warsztatu po 14 latach pracy oznajmiła, że rezygnuje ze stanowiska i w ogóle z pracy w WTZ. Gmina Miłostów (nasz organ prowadzący) ogłosiła konkurs na kierownika WTZ Czeszewo. Na konkurs zgłosiły się cztery osoby, wśród nich był nasz Tomek Prusak i jeszcze jedna osoba z WTZ. Kiedy 1 stycznia 2023 dowiedziałem się ze strony internetowej i facebooka, że nasz Tomek został kierownikiem Warsztatu w Czeszewie nie mogłem uwierzyć i pomyślałem, że chyba śnię! Radość była tak duża, że miałem łzy w oczach! Osoba, która tyle w Warsztacie mi pomagała, który był moim opiekunem, został kierownikiem naszego Warsztatu. Cieszyłem się bardzo i nadal się cieszę! Podobnie jak inne osoby w Warsztacie.

Życzymy naszemu kierownikowi szczęśliwej i jak najlepszej pracy dla dobra naszego WTZ. Gratuluję i wszystkiego dobrego Panie Tomku!

Zbigniew Strugała
uczestnik z WTZ Czeszewo

Zawody pływackie po raz 10. Tym razem z ważnym dodatkiem

Fundacja Rozwoju Edukacji, Pracy, Integracji (Fundacja REPI) po raz dziesiąty zorganizuje Ogólnopolskie Zawody Pływackie Osób z Niepełnosprawnością. Jubileuszowe Zawody, zatytułowane „Szkolimy mistrzów w sporcie”, będą inne niż dotychczasowe. Zawodnicy będą badani w wodzie. A weźmie w nich udział osiemdziesięciu zawodników i zawodniczek z całej Polski.

Zmiany

Dziesiąte zawody wprowadzą liczne zmiany, o kilku warto poinformować. Jedną z nich jest zmiana celów zawodów. Oprócz sprawdzenia, którzy ze sportowców i sportowczyń są najlepsi, oprócz promocji sportu, promocji talentów osób z niepełnosprawnościami, oprócz spotkania, które nam daje bardzo dużo, kolejnym celem jest działanie zgodne z maksymą Fundacji Rozwoju Edukacji, Pracy, Integracji: „Szkolimy mistrzów”. W tym celu prowadzamy innowację, do której zainspirował nas dr Andrzej Nosiadek z Katedry Wychowania Fizycznego Akademii Tarnowskiej.

Konkurencje będą dla kobiet i mężczyzn w dystansach 25 i 50 metrów stylem dowolnym i grzbietowym, będzie łącznie 8 grup zawodników i zawodniczek. Uhonorujemy tylko najlepszych zawodników z każdej dyscypliny i dystansu. Spodziewamy się dużego rozczarowania zawodników i zawodniczek. Jednak chcemy działać zgodnie z zasadami obowiązującymi w sporcie powszechnym. Zatem dekoracja najlepszych będzie przeprowadzona na końcu wydarzenia.

Innowacja

Rozwijamy się, szukamy, rozmawiamy, zastanawiamy się jak zrobić to lepiej i bardziej użytecznie. Z naukowcami z Akademii Tarnowskiej, pod kierownictwem dr. Andrzeja Nosiadka, zbadamy jak startują zawodnicy i zawodniczki i co mogą poprawić w starcie, żeby osiągać lepsze wyniki na mecie. Zainstalujemy w basenie i nad basenem kamery, które będą rejestrowały przebieg Zawodów i będą skupiały się na zawodnikach i ich technice startu. Filmy zostaną poddane analizie w specjalnym programie komputerowym oraz analizie specjalistów zajmujących się pływaniem, sportem osób z niepełnosprawnościami oraz rehabilitacją. Dla każdego zawodnika i zawodniczki zostanie przygotowany raport, zawierający zalecenia odnośnie do skorygowania techniki startu.



OGÓLNOPOLSKIE ZAWODY PŁYWACKIE OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ

Informacje: SzkolimyMistrzow.pl

Jeśli zalecenia zostaną wprowadzone w czasie treningów zawodnicy i zawodniczki będą lepsze wyniki przy mniejszym nakładzie sił. Mamy nadzieję, że zawodnicy, zawodniczki i trenerzy wdrożą zmiany w treningach. Spotkamy się za rok i w kolejnych latach i porównamy jakie są efekty treningów z wykorzystaniem wyników badań – nauki uprawianej w Akademii Tarnowskiej.

Współpraca i wsparcie

Od kilku lat Zawody organizujemy w Akademii Tarnowskiej. Dziękujemy za współpracę JM Rektor dr hab. prof. Uczelni, Małgorzacie Kołpie i Jej Współpracownikom oraz Pani dr Marcie Bibro, Kierownik Katedry Fizjoterapii, jej Współpracownikom i Studentom za zaangażowanie w organizowane przez nas wydarzenia, w tym w OZPOzN.

W tym roku do naszej pływackiej drużyny organizatorów dołączyła Fundacja LOTTO. Jako Partner zadania „Szkolimy mistrzów w sporcie” Fundacja LOTTO przekazała nam darowiznę, która w ogromnym stopniu zaspokoi potrzeby finansowe organizacji naszego spotkania. Bez tej darowizny nie byłoby w stanie tego zrobić. Dziękujemy! Zawody dofinansowane są z Budżetu Miasta Tarnowa. Dziękujemy Panu Prezydentowi Jakubowi Kwaśnemu i Jego Pracownikom! Przepyszna kawą poczęstuje nas tarnowska Palarnia Kawy Agifa. Bardzo się cieszymy i dziękujemy! Sklep Medyczno-Ortopedyczny ORTOMEDYKA w Tarnowie ufundował 8 nagród dla osób, które staną na podium. Dziękujemy! Będzie z nami tarnowski oddział Zakładu Ubezpieczeń Społecznych. W czasie ostatnich zawodów zawodnicy, trenerzy, osoby wspierające chwaliły możliwość konsultacji z ekspertami ZUS, dlatego ponownie będą oni z nami. Zakład Ubezpieczeń Społecznych Oddział w Tarnowie ufundował też 8 nagród. Dziękujemy!

Gdyby nie uczestnicy, ich osoby wspierające i pracownicy WTZJP2 w Tarnowie, nie byłoby tak dobrych Zawodów. Ich zaangażowanie powoduje, że Zawody mają tak wysoki poziom organizacyjny. Dziękujemy!

RED
na podstawie materiałów organizatorów

XI MAŁOPOLSKIE IMPRESJE POETYCKIE OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI EDYCJA OGÓLNOPOLSKA 2024

POEZJA KAZIMIERZA PRZERWY-TETMAJERA

Serdecznie zapraszamy
na pokonkursowe wydarzenie kulturalne,
które odbędzie się **3 GRUDNIA**
w dniu Międzynarodowego Święta Osób
z Niepełnosprawnościami
**O GODZINIE 10.00 W DOMU KULTURY „PAPIERNIK”
W KLUCZACH**

Zapraszają
Warsztat Terapii Zajęciowej
w Lgocie Wolbromskiej
PSONI Koło w Wolbromiu
oraz
Gminny Ośrodek Kultury w Kluczach



WSTĘP WOLNY

W programie:

- Życie i twórczość Kazimierza Przerwy-Tetmajera
- Prezentacja multimedialna laureatów XI Impresji Poetyckich
- Wystawa obrazów do wierszy K. Przerwy-Tetmajera w interpretacji nauczycieli i instruktorów z ośrodków specjalnych

PARTNERZY WYDARZENIA



INSTYTUCJA
WOJEWÓDZTWA
MAŁOPOLSKIEGO



Nadleśnictwo
Olkusz



Marek Kozyra, Monika Bryk, *Wędrowiec*



Krzysztof Matuszewski, *Miasto przyszłości*