

wō te zet

**MAGAZYN OŚRODKÓW
TERAPII ZAJĘCIOWEJ**

NUMER 68



wydawca

Fundacja Inicjatyw Społecznych MILI LUDZIE

redakcja

Marcin Halicki, redaktor naczelny

Zbigniew Strugała, korespondent

Katarzyna Halicka, dziennikarka współpracująca

korekta

Mirosław Śmieński

projekt

Joanna Kaźmierczak i Mirosław Śmieński (rso196)

skład i druk

Poligrafia KS, poligrafiaks@interia.pl

nakład

2700 egz.

kontakt

„WóTeZet” Magazyn Ośrodków Terapii Zajęciowej

redakcja@wotezet.pl, www.wotezet.pl

na okładce

Karolina Baran, „Dookoła świata”, Fundacja Brata Alberta

Warsztat Terapii Zajęciowej „Bratanki”, III miejsce w kategorii

rysunek i grafika, XVII edycja ogólnopolskiego konkursu

plastycznego „Sztuka Osób Niepełnosprawnych”



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

Projekt „WóTeZet – Ogólnopolski Magazyn Ośrodków Terapii Zajęciowej”

jest współfinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji

Osób Niepełnosprawnych

Archiwalne numery „WóTeZetu”
do pobrania na stronie internetowej
www.wotezet.pl

Dzień dobry!

Ledwie się zaczął, a już się kończy - nam ten 2019 rok minął bardzo szybko. Wam także? Grudzień to czas podsumowań - w tym numerze ostatnie 12 miesięcy z perspektywy środowiska osób z niepełnosprawnościami podsumowuje, dawno nie widziany na naszych łamach, Bartek Szpurek. Dzieje się dużo, a zapewne kolejne miesiące przyniosą jeszcze więcej wartych odnotowania, a często zaskakujących wiadomości.



Nie jestem pewien czy to ta z kategorii zaskakujących, ale na pewno wartych odnotowania jest informacja sprzed kilku tygodni o objęciu funkcji Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej przez Marlenę Małąg, do niedawna pełniącą funkcję Prezes Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Mam nadzieję, że to dobra wiadomość dla osób z niepełnosprawnościami w naszym kraju, na pewno będziemy z uwagą przyglądać się pracy nowej pani minister, w tym momencie gratulujemy i życzymy powodzenia. Podobnie jak nowemu Prezesowi PFRON, Krzysztofowi Michalkiewiczowi, byłemu Pełnomocnikowi Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych, który na pewno na brak pracy nie będzie narzekać: kilka miesięcy temu przyjęte Rozporządzenie Rady Ministrów w sprawie algorytmu przekazywania środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych samorządom wojewódzkim i powiatowym, spowodowało lawinę komentarzy i obaw środowiska warsztatów terapii zajęciowej w naszym kraju, związanych z przyszłością finansowania placówek. Przedstawiciele placówek, choćby Ogólnopolskiego Forum WTZ, od dawna postulują konieczność zwiększenia finansowania działalności Warsztatów, co pozwoli zapewnić odpowiedni poziom prowadzonej rehabilitacji osób z niepełnosprawnościami. PFRON odpowiada, że opublikowane niedawno, wskazane wyżej Rozporządzenie zwiększa kwoty dofinansowania kosztów rocznego pobytu jednego uczestnika w Warsztatach Terapii Zajęciowej. Z kolei przedstawiciele WTZ przekonują, że są to kwoty zbyt niskie... Spór trwa od dawna, czy jednak jesteśmy blisko jego zakończenia? Trudno w tym momencie na to pytanie odpowiedzieć.

W te zbliżające się święta, ale także w całym 2020 roku życzymy Wam (także sobie) mnóstwa dobroci, empatii i miłości!

Marcin Halicki
Redaktor naczelny

numer 68

strona 3

Od redakcji

strona 5

Raport: wydarzenia 2019 roku

strona 10

„Niezwyczajna rzecz” niezwykłych ludzi

strona 14

Stres nasz powszedni

strona 18

Piknik edukacyjny

strona 20

**Sztuka Osób Niepełnosprawnych.
Za nami XVII edycja konkursu!**



Raport: wydarzenia 2019 roku

Avalon EXTREME
Workout Battle

Co roku przed świętami Bożego Narodzenia publikujemy raport, podsumowujący wydarzenia, które wpłynęły na poprawę jakości życia osób z niepełnosprawnościami w Polsce. Przypominamy, co udało się zrealizować, wskazujemy najważniejsze inicjatywy, jakie zostały podjęte przez lokalne samorządy, instytucje rządowe oraz organizacje pożytku publicznego na rzecz osób z niepełnosprawnościami oraz pacjentów placówek opiekuńczych i medycznych.



Park sensoryczny w Koninie

W Kaliszu otwarto mieszkanie chronione dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. W lokalu urządzono cztery pokoje, trzy łazienki, kuchnię, jadalnię i pomieszczenie gospodarcze. Lokatorzy mają zapewnioną pomoc osobistych asystentów. Pod okiem doświadczonych terapeutów uczą się samodzielności i odpowiedzialności. Inwestycja kosztowała 200 tys. zł.

W Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Koninie otwarto ogród sensoryczny. Jest to jeden z czterech takich obiektów w Polsce. Cała przestrzeń ogrodu i wszystkie znajdujące się w nim urządzenia pełnią funkcję nie tylko relaksacyjną i zabawową, ale też dydaktyczną i terapeutyczną. Ogród ma charakter poznawczy i pozwala odkrywać struktury, faktury, dźwięki, zapachy, kształty oraz ruch, dzięki czemu jest możliwość dotarcia do dzieci wszystkimi zmysłami.



Mieszkanie chronione w Kaliszu

Przy ul. Wrzesińskiej na warszawskiej Pradze-Północ otwarto nowe publiczne przedszkole. Budynek jest dwukondygnacyjny. Na parterze powstały dwie sale dydaktyczne, stołówka i kuchnia. Na piętrze – sale edukacyjne i gimnastyczna. W piwnicy mieszczą się sale gastronomiczne, laboratoryjne, plastyczne, oraz pracownia do majsterkowania. Placówka jest dostępna dla osób z niepełnosprawnościami. Jest winda, pochylnia i inne udogodnienia. Koszt inwestycji to 7,4 mln zł.

W wyjątkowy, niestandardowy sposób uczcili pierwszy dzień wiosny uczniowie II Liceum Ogólnokształcącego w Tarnowie. Zamiast iść na wagary, przyszedli do szkoły i założyli kolorowe skarpetki, by w ten sposób solidaryzować się z osobami chorymi na zespół Downa. Inicjatorem akcji „Lots of Socks” była klasa 1c. Pomysł spodobał się również starszym klasom. Do udziału w przedsięwzięciu nikt nikogo nie musiał namawiać i przekonywać. Młodzież stanęła na wysokości zadania i wykazała wiele empatii.

Avalon Extreme po raz kolejny rzucił wyzwanie fanom crossfitu. Na terenie Academy GCW w Warszawie odbyła się druga edycja Avalon EXTREME Workout Battle – zawodów crosstreningowych dla osób z niepełnosprawnościami. Na starcie Avalon EXTREME Workout Battle stanęło 34 zawodników w czterech klasach – WOMEN OPEN (kobiety z niepełnosprawnością), TETRA (mężczyźni z niepełnosprawnością czterokończynową), MEN OPEN (mężczyźni z pozostałymi typami niepełnosprawności). Wśród kategorii, pojawiła się także nowość, grupa osób pełnosprawnych wykonująca wszystkie ćwiczenia siedząc na wózku. Była to doskonała okazja do tego, aby przekonać się jak żyje i ćwiczy się na wózku i ile pracy wymaga taki trening.

W Piotrkowie Trybunalskim otwarto „Mediatekę 800-lecia”. Placówka prowadzi działalność w dwukondygnacyjnym budynku, zaadaptowanym na potrzeby biblioteki, sali kinowej i auli konferencyjnej. Można tutaj wypocząć udając się do strefy zabaw dla dzieci, strefy młodzieżowej lub do kawiarni. Cały obiekt jest dostępny dla osób z niepełnosprawnościami. Inwestycja kosztowała 35 mln zł.

Z inicjatywy Polski, przy wsparciu Wielkiej Brytanii Rada Bezpieczeństwa przyjęła jednogłośnie pierwszą w historii Rezolucję dot. osób z niepełnosprawnościami w konfliktach zbrojnych. Rezolucja zakłada trzy główne cele. Zwraca uwagę na potrzebę angażowania osób z niepełnosprawnościami w działania



„Lots of socks” w Tarnowie

humanitarne, procesy zapobiegania, odbudowy, rekuncylacji pokonfliktowej, podkreśla znaczenie poszerzania wiedzy na temat potrzeb i praw osób z niepełnosprawnościami w ramach misji pokojowych oraz na potrzebę poprawy systemu raportowania i sprawozdawczości na temat osób z niepełnosprawnościami.

3 lipca 2019 roku weszła w życie ustawa znosząca opłaty za pobyt przy łóżku szpitalnym małego pacjenta. Zgodnie z nowymi przepisami, szpitale nie mają prawa do pobierania opłat od rodziców, którzy towarzyszą swoim dzieciom w szpitalu. To samo dotyczy opiekunów osób z niepełnosprawnościami.



Mediateka 800-lecia w Piotrkowie Trybunalskim

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych podpisał z Ministerstwem Rodziny Pracy i Polityki Społecznej umowę o dofinansowanie projektu, który zakłada przeszkolenie 5 tysięcy pracowników sektora transportu zbiorowego, zatrudnionych u około 50 przewoźników na terenie całego kraju, w zakresie pomocy osobom z niepełnosprawnościami. Szkolenia obejmą obsługę klientów o szczególnych potrzebach: osoby starsze, osoby poruszające się na wózkach, osoby z dysfunkcjami słuchu, mowy i wzroku (w tym korzystające z pomocy psów przewodników), a także z niepełnosprawnością intelektualną czy ze schorzeniami psychicznymi. Projekt pt. „Szkolenia dla pracowników sektora transportu zbiorowego w zakresie potrzeb osób o szczególnych potrzebach, w tym osób z niepełnosprawnościami” jest realizowany dzięki środkom w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego. Budżet przeznaczony na ten cel wynosi ponad 9 mln zł.

Caritas Diecezji Przemyskiej otworzyła w Przemyśle, w budynku po byłym szpitalu wojskowym trzecią placówkę opiekuńczą. Hospicjum dla nieuleczalnie chorych powstało w ramach Centrum Medyczno-Charytatywnego świętego Józefa. „Uśmiech, serdeczne słowo, cierpliwość i dużo czasu dla chorych” – takim mottem kierują się pielęgniarki i lekarze pracujący w przemyskim hospicjum. Ciepłą atmosferę uzupełniają zwykłe przedmioty i ozdoby, takie jak kolorowa pościel, czy anioły zawieszone nad łózkami pacjentów. Nieuleczalnie chorzy w spokoju i miłości mogą tu spędzić ostatni okres swojego życia.

Projektujemy kolejne obiekty bez barier, wprowadzamy mądre przepisy i ustawy, tworzymy nowe miejsca pracy zapewniające godne warunki do samodzielnej egzystencji, organizujemy imprezy i wydarzenia promujące twórczość osób niepełnosprawnych. Jest jeszcze nadal wiele do zrobienia!

Bartosz Szpurek

Dzięki środkom unijnym
oraz dużemu zaangażowaniu
lokalnych samorządów,
instytucji państwowych
i organizacji pożytku
publicznego zrealizowanych
zostało wiele interesujących
projektów, które wpłynęły
na poprawę jakości życia osób
z niepełnosprawnościami.
Ale nie spoczywajmy
na laurach...

„Niezwykła rzecz” niezwykłych ludzi

3 grudnia 2019 roku na całym świecie obchodzony był Międzynarodowy Dzień Osób z Niepełnosprawnościami. Święto to zostało ustanowione w 1992 roku przez Zgromadzenie Ogólne ONZ. W ten sposób chciano podkreślić konieczność działań na rzecz integracji osób z niepełnosprawnościami z resztą społeczeństwa, konieczność wyrównywania szans i przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu tych osób. To również doskonała okazja do zwiększania świadomości publicznej na temat problemów, z jakimi muszą zmierzać się każdego dnia osoby z różnymi niepełnosprawnościami. Aby uczcić ten wyjątkowy dzień, WTZ w Lgocie Wolbromskiej, po raz trzeci zorganizował Małopolski Konkurs Fotograficzny.

Ogłoszenie wyników miało miejsce w naszej placówce. Tematem tegorocznego konkursu było hasło „Niezwykła rzecz”, pod którym należało rozumieć szeroko pojętą niezwykłość otaczającego nas świata, pod postacią różnych niebanalnych, interesujących rzeczy czy zjawisk. Do konkursu przystąpiło jedenaście placówek z terenu Małopolski. Przysłano ciekawe fotografie, a niektóre z nich skłaniały do dłuższych przemyśleń. W tym roku do realizacji projektu przyłączył się Dom Kultury w Wolbromiu, gdzie pracownicy dokonali oceny nadesłanych prac, a także przygotowali pokonkursową wystawę zdjęć. Jury przyznało trzy nagrody główne oraz jedno wyróżnienie.

Fotografia jest formą sztuki, ale może też stanowić formę terapii. Pozwala rozładować energię, wyciszyć się, skupić natłok myśli. W fotografii można odkrywać świat na nowo, eksperymentować, a przy tym rozwijać siebie. To sposób na oderwanie się od codzienności, rodzaj hobby. W kontakcie z naturą działa kojąco na umysł i stan ducha. Organizując konkurs fotograficzny, chcemy wprowadzić osoby z niepełnosprawnościami do świata fotografii, pozwalając im w ten sposób na swobodne wyrażanie emocji, uczuć, a także rozbudzanie wyobraźni i twórczej ekspresji. Na zdjęciach nie widać niepełnosprawności, nie widać z jakim schorzeniem zmagają się autor zdjęcia. Każdy z nich jest artystą-człowiekiem niezwykłym.

I miejsce

Sławomir Zadrozny, „Owocowy konik”, SOSW w Chrzanowie

II miejsce

Leszek Łabuń, „W przestrzeni czasu”, ŚDS Fundacji Hamlet w Krakowie,

III miejsce

Paweł Machnik, „Diamenty ogrodu”, ŚDS w Woli Zachariaszowskiej

Wyróżnienie

Grzegorz Wilk, „Bezkrę”, WTZ w Łyszkowicach

Uczestnikom konkursu składamy wielkie gratulacje, życząc sukcesów w dziedzinie fotografii. Wszystkich pozostałych zachęcamy do udziału w kolejnej edycji Małopolskiego Konkursu Fotograficznego, który odbędzie się już jesienią 2020 roku. Czekamy na Wasze zdjęcia!

Karina Strózik





fot. Karina Strózik (7)



Z MYŚLĄ O WAS POSTANOWILIŚMY W KOLEJNYCH NUMERACH WÓTEZETU PUBLIKOWAĆ PROPOZYCJE ĆWICZEŃ I TECHNIK, KTÓRE MOGĄ POSŁUŻYĆ JAKO INSPIRACJE DO PRAKTYK W OBSZARZE ROZWOJU I DBANIA O WŁASNY DOBROSTAN. BYWA, ŻE W CODZIENNYM ZABIEGANIU, NADMIARZE OBOWIĄZKÓW ZAPOMINAMY O SOBIE. CZĘSTO NIESTETY PROWADZI DO FRUSTRACJI I WYPALENIA. ZACZYNAMY OD ARTYKUŁU O STRESIE I PROPOZYCJI JEDNEJ Z TECHNIK ODDECHOWYCH. W KOLEJNYCH NUMERACH ZNAJDZIECIE NOWE INSPIRACJE. JEŚLI MACIE SWOJE WŁASNE PRAKTYKI, KTÓRYMI CHCECIE SIĘ PODZIELIĆ, ZAPRASZAMY DO KONTAKTU Z REDAKCJĄ. NASZ MAIL TO: REDAKCJA@WOTEZET.PL

Stres nasz powszedni



W dzisiejszym świecie wiele osób żyje w permanentnym stanie napięcia.

Stresujemy się niemal od urodzenia, przechodząc przez okres szkół, studiów, pracy, życia rodzinnego. Dlatego warto zatrzymać się na chwilę i zastanowić się, co tak naprawdę kryje się za tym często używanym słowem.

Kilka słów o mózgu i zwierzakach, które w nim mieszkają.

Mózg jest "komputerem" naszego ciała i jest on w pewien sposób zaprogramowany. Ten program ma nas chronić przed niebezpieczeństwem, pomóc nam przeżyć i zapewnić trwałość naszego gatunku. Pewne obszary w mózgu są wyspecjalizowane właśnie w wykrywaniu zagrożenia i reakcji na nie.

Ciało migdałowe – możemy nazwać je stróżującym psem. Jednym z jego obowiązków jest wszczynanie alarmu. Kiedy tylko zauważy potencjalne zagrożenie, zaczyna szczekać. W ramach reakcji alarmowej uwalniają się hormony, takie jak kortyzol i adrenalina. Ten pies nie jest jednak zbyt inteligentny, nie do końca jest w stanie rozpoznać, czy zagrożenie jest realne, czy nie. Co więcej, ma problem ze wzrokiem, bo nie wie, czy coś istnieje

w rzeczywistości czy tylko w naszej wyobraźni. Cóż, jego zadaniem jest alarmowanie, a nie analizowanie.

Kora przedczołowa – tę część mózgu możemy wyobrazić sobie jako starą, mądrą sowę. Ma doświadczenie, wiele już widziała, umie analizować sytuację, konsekwencje, podejmować tak zwane decyzje rozumowe. Na spokojnie. Logicznie.

Niestety, kiedy stróżujący pies szczeka na cały głos, odcina sobie dostęp do mikrofonu. Trudno nam wtedy usłyszeć jej wskazówki.

Uważna obserwacja siebie może pomóc zmieniać postrzeganie stresorów i to, jak na nie reagujemy.

Kiedy stres nam pomaga, a kiedy szkodzi

Stres bywa pomocny. Kiedy mózg rozpoznaje zagrożenie, szykuje nasz organizm do walki, ucieczki lub zastygnięcia. Uruchamia się lawina hormonów takich jak adrenalina czy kortyzol. Taki stres mobilizuje nas do działania, wywołuje podniecenie,

umożliwia efektywne działanie. Dodatkowo wzmacnia czujność i poprawia wiarę we własne możliwości. Myślimy wtedy: "dam radę", "zapanuję nad tym". Zazwyczaj możemy dość precyzyjnie wskazać przyczynę tego stresu. To może być rozmowa, która nas czeka, wybiegający z zarośli dzik czy wspinaczka.

Po takim wydarzeniu, kiedy czynnik, który je wywołał ustaje, coś ciekawego dzieje się z naszym ciałem. Obezwładniające zmęczenie, całe ciało staje się jakby ciężkie, ogarnia nas senność. Znasz to uczucie? To reakcja relaksacyjna.

Żebyśmy mogli czerpać korzyści ze stresu, konieczne jest doświadczenie następującej po nim fizjologicznej fazy wyciszenia, demobilizacji. Umożliwia ona powrót do normy i regenerację organizmu.

Bywa jednak, że stres przechodzi w fazę przewlekłą. Trwa, trwa i trwa. Czasami możemy wskazać jego przyczynę i wtedy najczęściej jest to coś, na co nie mamy wpływu. Ciężka choroba bliskiej osoby lub własna, trudna sytuacja polityczna czy wojna. Często jednak nie wiemy do końca, co nas tak stresuje. Właściwie wszystko. Ten rodzaj stresu może być związany z ogólnym przeciążeniem informacjami i bodźcami.

Taki długoterminowy, nadmierny stres, bez fazy rozładowania i relaksacji, działa na nasz organizm destrukcyjnie.

Jak stres wpływa na nasz organizm

Długotrwały stres może powodować choroby serca i układu krążenia, bóle głowy – również chroniczne, bóle kręgosłupa, kłopoty z układem pokarmowym czy rozregulowanie cyklu miesięcznego u kobiet. Ma on wpływ również na nasz dobrostan psychiczny. Ciągłe napięcie może zaostrzać czy wręcz wywoływać stany lękowe czy depresyjne.

Ciało i umysł są połączone. Napięcie w ciele przekłada się na niepokój w umyśle i odwrotnie. W ramach ćwiczenia możesz zastanowić się, jak na stres reaguje Twoje ciało. Czy boli Cię brzuch? Czujesz napięcie w ramionach? Unosisz je do góry? Zaciskasz szczękę? A może boli Cię kolano? Co wtedy dzieje się w Twojej głowie? Jakie myśli się pojawiają? Jakie emocje?

Kiedy nie jesteśmy świadomi myśli i emocji, które pojawiają się w naszym umyśle, możemy w łatwy sposób dać się im pochłonąć. Dlatego warto obserwować siebie, zarówno ciało jak i umysł. To pomaga uświadomić sobie, że nie jesteśmy naszymi emocjami, że one przychodzą i odchodzą.

Jak możemy sobie pomóc

W przypadku długotrwałego stresu możemy zastosować rozmaite techniki relaksacji, ćwiczeń czy medytacji, by pomóc sobie zarówno na poziomie fizycznym jak i umysłowym. Są to między innymi:

- techniki oddechowe,
- treningi relaksacyjne (np. trening autogenny Schultza czy relaksacja Jacobsona),
- wizualizacja,
- praktyka uważności,
- arteterapia (w tym muzykoterapia)
- koherencja serca.

W kolejnych numerach WóTeZetu będziemy publikować propozycje ćwiczeń, których możesz spróbować na sobie. Pamiętaj jednak, że tego typu techniki są wsparciem, a nie formą terapii. Nie powinny zastępować leczenia i spotkań ze specjalistą w przypadku chorób. Jeśli czujesz, że Twój stres jest zbyt obezwładniający, odczuwasz skrajne wyczerpanie czy brak chęci do życia, najlepiej jeśli skorzystasz z konsultacji i wsparcia psychologicznego lub medycznego.

Katarzyna Halicka

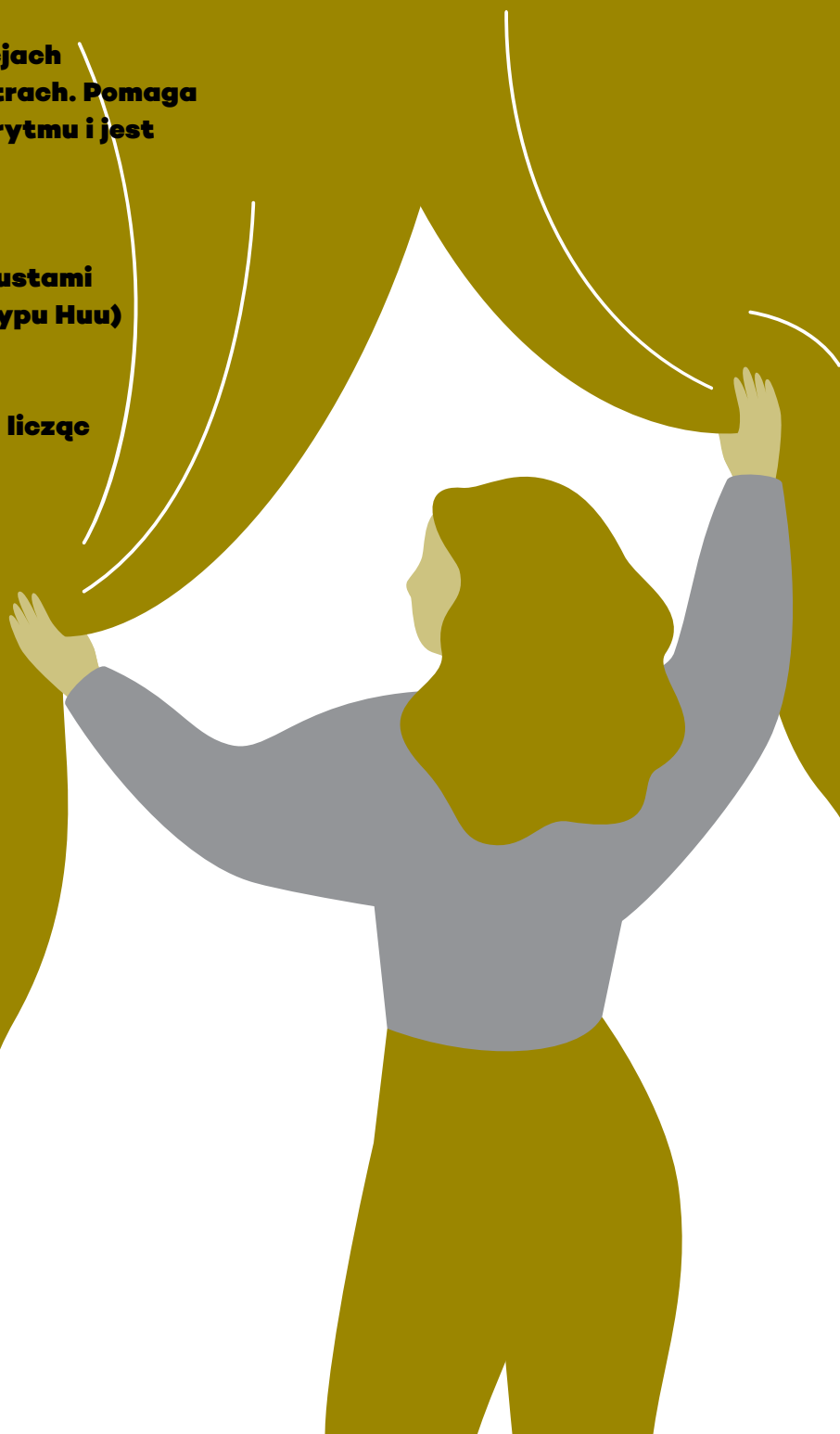
Katarzyna Halicka
– antropolożka
kultury, projektantka
warsztatów i szkoleń.
Od 4 lat przygotowuje
i prowadzi warsztaty
kompetencji miękkich
(radzenie sobie ze
stresem, asertywność,
komunikacja)
i warsztaty projektowe
dla instytucji, firm
i osób prywatnych.
Pracuje z dziećmi
i z dorosłymi.

Zadbaj o siebie: oddech uspokajający (box breathing)

4-4-4-4

To ćwiczenie warto robić w sytuacjach stresujących czy kiedy czujemy strach. Pomaga oddechowi wrócić do normalnego rytmu i jest bardzo proste do zapamiętania.

1.
Zrób solidny wydech z otwartymi ustami (możesz przy tym wydać dźwięk typu Huu)
2.
Zrób wdech z zamkniętymi ustami licząc w myślach do 4
3.
Wstrzymaj oddech licząc do 4
4.
Zrób wydech ustami licząc do 4
5.
Wstrzymaj oddech licząc do 4
6.
Powtarzaj tę serię przez kilka minut lub krócej



Piknik Edukacyjny

21 czerwca 2018 roku. pracownice i pracownicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Czeszewie zorganizowali piknik integracyjno-edukacyjny dla osób z niepełnosprawnościami, pod tytułem. „Czeszewska Ścieżka Edukacji Leśnej”.



Tego dnia w naszym Warsztacie i jego okolicy było bardzo wesoło, głośno i kolorowo. Przybyło do nas wielu zaproszonych gości, między innymi dyrektorka PCPR we Wrześni, pani Anna Kulczyńska oraz delegacje z zaprzyjaźnionych WTZ – ze Środy Wielkopolskiej, Jarocina, Rudy Komorskiej, Wrześni, Babina, a także ze Środowiskowego Domu Samopomocy z Pietrzykowa i Gozdowa. W tym dniu odwiedził nas też burmistrz Gminy Miłosław, pan Zbigniew Skikiewicz.

Pogoda sprzyjała, więc cała impreza mogła odbyć się na powietrzu. Najpierw w naszym ogrodzie podano gościom ciasto, kawę i herbatę. Następnie wszyscy udali się oni do Ośrodka Edukacji Leśnej, gdzie leśnicy opowiadali o lesie i jego mieszkańcach. Następnie wszyscy popłynęliśmy promem za Wartę!

Dalsze spotkanie odbyło się na terenie Żerkowsko-Czeszewskiego Parku Krajobrazowego. W rezerwacie zapoznaliśmy się ze ścieżką edukacyjną, o której opowiadali nam przedstawiciele Parku. Poza tym w czasie wydarzenia odbyły się konkursy i wspólne zabawy, a na polu biwakowym można było sobie posiedzieć, porozmawiać i odpocząć. Nie mogło zabraknąć dla wszystkich kiełbasek z grilla!

Bardzo się cieszę, że w ten sposób mogliśmy spędzić z naszymi przyjaciółmi pierwszy dzień lata!

Zbigniew Strugała
uczestnik z WTZ Czeszewo

(tekst napisałem przy współpracy z uczestnikami Warsztatu)



fof. WTZ w Czeszowie (5)



„Sztuka Osób Niepełnosprawnych”

Za nami XVII edycja konkursu!

Konkursy plastyczne skierowane do środowiska osób z niepełnosprawnościami, głównie z WTZ i ŚDS, organizowane przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, od lat cieszą się wielkim zainteresowaniem. Nasi stali czytelnicy i czytelniczki dobrze wiedzą, że na naszych łamach regularnie pojawiają się prace nagrodzone podczas konkursu, jak i przedstawiamy laureatów i laureatki konkursu. Nie inaczej jest w tym roku.

13 listopada 2019 roku na Zamku Królewskim w Warszawie odbyła się uroczysta Gala, podczas której wręczono nagrody osobom z niepełnosprawnościami, autorom i autorkom najlepszych prac tegorocznej edycji konkursu. O dużej randze wydarzenia świadczy fakt objęcia tegorocznej edycji Konkursu Honorowym Patronatem przez Panią Prezydentową Agatę Kornhauser-Dudę.

Poniżej lista laureatów XVII Ogólnopolskiego Konkursu Plastycznego „Sztuka Osób Niepełnosprawnych”



Kategoria malarstwo i witraż

Miejsce I

Mariusz Stankiewicz, „Moje biuro podróży”,
WTZ w Dąbrowie Białostockiej

Miejsce II

Aneta Neumann, „Wszędzie jest
fajnie”, DPS „Zielone Wzgórze” przy
Polskim Stowarzyszeniu na rzecz Osób
z Niepełnosprawnością Intellektualną,
Koło w Olsztynie

Miejsce III

Marianna Pawłowska, „Przejażdżka
słoniem”, ŚDS „SAMI SWOI” przy TPN
w Łodzi

Wyróżnienie

Kamila Chromik, „Wycieczka do zoo”,
ŚDS w Przeworsku

Leon Samek, „Lot balonem – Dookoła
Świata”, DPS WTZ w Lublińcu

Dorota Szpak, „A może nad morze”,
WTZ w Grabowicy

Artur Wesołowski, „Lot do gwiazd”,
TPD WTZ w Suwałkach

Kategoria rysunek i grafika

Miejsce I

Marek Bielski, „Największą mi rozkoszą
podróż nie przybycie”, WTZ w Dąbrowie
Białostockiej

Miejsce II

Jacek Szczur, „Życ wspomnieniami”,
Stowarzyszenie na rzecz Osób
z Niepełnosprawnością Intellektualną,
Koło w Sędziszowie Małopolskim

Miejsce III

Karolina Baran, „Dookoła świata”, Fundacja
Brata Alberta WTZ „Bratanki” w Toruniu

Wyróżnienie

Michał Hajkowski, „W dalekim morzu”, WTZ
Śląskie Centrum Edukacji i Rehabilitacji,
Stowarzyszenie „Arteria” w Katowicach

Krystian Skorupa, „Francuski Cud”,
WTZ „Otwarte Serca”, Dąbrowskie
Stowarzyszenie Na Rzecz Osób
Niepełnosprawnych „Otwarte Serca”
w Dąbrowie Górniczej

Wojciech Bachleda-Żołnierczyk, „Spotkanie
w Zakopanem ze św. Jerzym”, WTZ przy
PSONI – Koło w Zakopanem

Tadeusz Talik, „A rower jest wielce okay.
Rower to jest świat”, ŚDS w Choszczynie

Wyróżnienie Pani Marleny Małag – Prezesa Zarządu PFRON

Władysław Zieliński, „Wakacje balonem
z Pippi”, Stowarzyszenie na Rzecz WTZ
SINTUR w Turku

Kategoria rzeźba kameralna i płaskorzeźba

Miejsce I

Piotr Jakubowski, „... w stronę Afryki”, DPS w Łodzi

Miejsce II

Katarzyna Niwińska, Tomasz Jurecki, „Podróż na Planetę Mango”, WTZ przy Fundacji DOM Rodzinnej Rehabilitacji Dzieci z Porażeniem Mózgowym w Opolu

Miejsce III

Marek Jakubowski, „W dżungli”, WTZ przy DPS Nad Jarem w Nowym Miszewie

Wyróżnienie

Joanna Cukier, Mikołaj Kęskiewicz, „Magiczna deskorolka”, WTZ przy Stowarzyszeniu Dobrej Nadziei w Krakowie

Dominik Szafran, „Moja łódź – mój dom”, PŚDS w Lidzbarku Warmińskim

Ewelina Piotrowska, „Czy wszystko zabrałam?”, WTZ przy DPS im. Jana Pawła II w Kielcach

Kategoria tkanina i aplikacja

Miejsce I

Małgorzata Weber, „Jeszcze wyżej, jeszcze dalej”, Stowarzyszenie na Rzecz WTZ SINTUR w Turku

Miejsce II

Marek Chmielewski, „Leć ze mną”, WTZ Fundacja Edukacji Ekologicznej i Promocji Zdrowia w Gdańsku

Miejsce III

Aleksandra Lunge, „Podróż do Meksyku”, PŚDS w Skarżysku-Kamiennej

Wyróżnienie

Edyta Pigoń, „Mapa marzeń”, ŚDS w Bliznem

Stefan Lipski, „Jadę autobusem”, ŚDS Fundacji DOM Rodzinnej Rehabilitacji Dzieci z Porażeniem Mózgowym w Opolu

Melania Kostecka, „Lot balonem”, ŚDS w Tomaszkowicach

Kategoria fotografia

Miejsce I

Andrzej Kowalczyk, „Podróż za jeden uśmiech”, DPS w Ślesinie

Miejsce II

Wojciech Jurkowski, „Wszędzie jest dobrze, ale w Polsce najlepiej”, WTZ „MADA” w Nowym Sączu

Miejsce III

Izabela Sip, „W dworcowym tunelu, gdzie podróż się zaczyna”, WTZ Fundacja Sprawni Inaczej w Gdańsku

Wyróżnienie

Katarzyna Bartkowiak, Maciej Przydryga, „Gdziekolwiek”, WTZ w Grodzisku Wielkopolskim

Joanna Marchewka, Robert Pietrzak, „Bonjour Paris”, ŚDS w Suszu

RED
na podstawie materiałów
informacyjnych PFRON



Piotr Jakubowski, „.... w stronę Afryki”, DPS w Łodzi,
I miejsce w kategorii rzeźba kameralna i płaskorzeźba,
XVII edycja ogólnopolskiego konkursu plastycznego
„Sztuka Osób Niepełnosprawnych”



**Andrzej Kowalczyk, „Podróż za jeden uśmiech”, DPS w Ślesinie,
I miejsce w kategorii fotografia, XVII edycja ogólnopolskiego konkursu
plastycznego „Sztuka Osób Niepełnosprawnych”**