

wō te zet

**MAGAZYN OŚRODKÓW
TERAPII ZAJĘCIOWEJ**

NUMER 71



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

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

ŚDS w Choszczynie, wyróżnienie w kategorii rysunek i grafika,

XVII edycja ogólnopolskiego konkursu plastycznego

„Sztuka Osób Niepełnosprawnych”

Projekt „WóTeZet – Ogólnopolski Magazyn Ośrodków Terapii Zajęciowej”

jest współfinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji

Osób Niepełnosprawnych oraz ze środków budżetu Miasta Poznania.

 Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

POZnań*

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



Dzień dobry!

Chyba nikt z nas nie spodziewał się, że zamiast aktualnie cieszyć się wiosną, która lada chwila do nas zawita, będziemy siedzieć w domach. Obecna sytuacja, która nas wszystkich spotkała, wymaga dużego zaangażowania, wewnętrznej dyscypliny, ale także wzajemnego wsparcia i solidarności.

Nie jest to łatwy czas – warsztaty terapii zajęciowej są zamknięte dla uczestników i uczestniczek, choć docierają do nas sygnały, że w niektórych WTZ-ach rozpoczęła się wspiana akcja szycia maseczek dla pracowników służby zdrowia! Wiemy o gnieźnieńskim warsztacie, ale być może także u Was dzieje się coś podobnego?

Mamy nadzieję, że sytuacja związana z finansowaniem działalności placówek w czasie ich przymusowego zamknięcia, będzie dla wszystkich jasna i pozytywna. Ufamy słowom Prezesa PFRON, który zapewnił, że finansowanie nie zostanie wstrzymane. Będziemy przyglądać się sprawie. Jeżeli macie jakieś niepokojące sygnały – piszcie do nas!

W tym numerze publikujemy tekst na temat... uważnego mycia rąk. Tak, tak, jest to bardzo ważne i warto się z naszym poradnikiem zapoznać.

Piszę ten tekst siedząc w domu, pijąc smaczną herbatkę, nie jest tak źle, więc także bardzo Was do tego zachęcam. Jeżeli możecie, siedźcie w domach, czytajcie, oglądajcie ulubione seriale, słuchajcie muzyki, gadajcie przez telefon lub inne komunikatory – czas na spotkania ze znajomymi, także na powrót do pracy i zajęcia w WTZ-ach jeszcze przyjdzie.

Tymczasem **#zostańwdomu!**

Bądźcie zdrowi/zdrowe i mili/miłe dla siebie.

Marcin Halicki
Redaktor naczelny

numer 71

strona 3

Od redakcji

strona 5

To naprawdę ładne rzeczy!

strona 10

Zadbaj o siebie: uważne mycie rąk

strona 14

Magia

strona 18

Tłusty czwartek w WTZ w Czeszewie

strona 20

**O przestrzeni dostępnej dla wszystkich.
Konferencja w Poznaniu**





ładne rzeczy
PRACOWNIA
EKONOMII SPOŁECZNEJ

Od lipca 2020 roku na mapie społecznej Poznania jest nowe miejsce – Pracownia Ekonomii Społecznej „ładne rzeczy”. Pracownia znajduje się przy ulicy Św. Marcin 57. Powstała w ramach projektu „Wielkopolskie Centrum Ekonomii Solidarnej”, finansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego.



fot. archiwum „ładne rzeczy”

Głównym celem funkcjonowania Pracowni jest zapoznanie mieszkank i mieszkańców Poznania z ideą przedsiębiorczości społecznej, wspieranie podmiotów ekonomii społecznej w promowaniu ich działalności, sprzedaży produktów itp.

W Pracowni możecie obejrzeć produkty podmiotów ekonomii społecznej, np. piękne torby wykonane przez spółdzielnię socjalną Furia, rękodzieło wykonane przez podopiecznych Stowarzyszenia „Pogotowie Społeczne” czy naturalne mydła z „Takiej Mydlarni”, działającej przy Warsztacie Terapii Zajęciowej „Krzemień” w Poznaniu.

Jednocześnie w Pracowni odbywają się warsztaty, szkolenia, działania edukacyjne poświęcone tematowi ekonomii społecznej, spotkania z osobami pracującymi w sektorze ekonomii społecznej czy wydarzenia pozwalające na nawiązywanie kontaktów osobom z sektora ekonomii społecznej z biznesem.

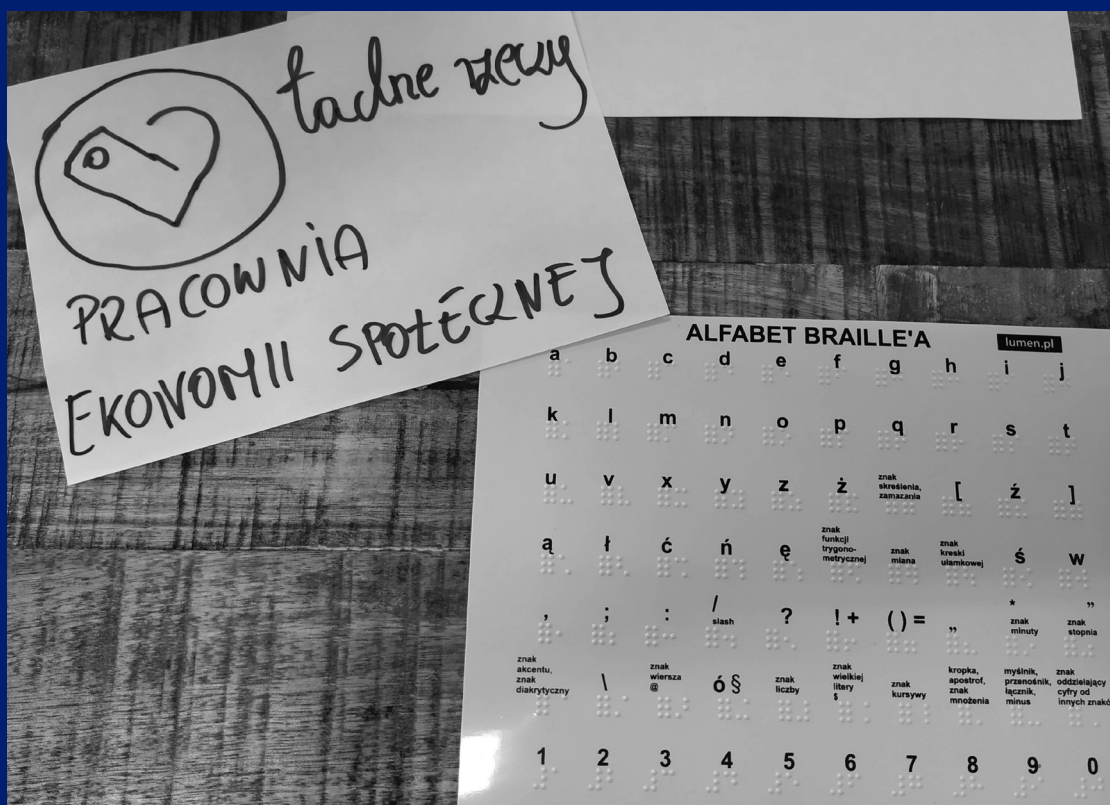
Do tej pory udało nam się zaistnieć w przestrzeni miejskiej dzięki następującym działaniom:

- zajęciom edukacyjnym przybliżającym uczniom zagadnienia związane z wykluczeniem społecznym, ekonomią społeczną, współdziałaniem w społeczności lokalnej,
- spotkaniom networkingowym budującym partnerstwo międzysektorowe,
- warsztatom otwartym dla mieszkank i mieszkańców Poznania, prezentującym działalność spółdzielni socjalnych, spółek non profit, fundacji, stowarzyszeń itp.
- wizytą studyjną w podmiotach ekonomii społecznej dla urzędników samorządowych, miejskich radnych oraz dziennikarzy,
- przygotowaniem broszury „Zakupy Społecznie Odpowiedzialne”.

Ładne rzeczy były także współorganizatorem pierwszych w Poznaniu Targów Ekonomii Społecznej w formie tak zwanego Targu Dobra, podczas których Poznanianki i Poznaniacy mogli zapoznać się z usługami organizacji pozarządowych oraz zakupić rękodzieło od podmiotów ekonomii społecznej. Podczas Targu Dobra odbyła się również premiera marki „Klunkry Wielkopolskie”, stworzonej przez osoby wychodzące z bezdomności, osoby ze spektrum autyzmu oraz z niepełnosprawnością intelektualną.

Renata Lewicka i Małgorzata Cieślak





Więcej informacji znajdziecie na:

facebook/ładnierzeczyes

oraz www.poznan.pl/ładnierzeczy



Zadbaj o siebie: uważne mycie rąk

Na pewno dobrze wiecie, że mycie rąk z użyciem mydła i ciepłej wody pomaga nam chronić się przed wirusami, bakteriami i chorobami, które wywołują. Żeby mycie działało potrzeba czasu i odpowiedniej techniki.

Możesz wykorzystać każde mycie rąk jako szansę na praktykę uważności. Skup się tylko na tej jednej czynności. Doświadczaj ciepła, konsystencji mydła, dotyku własnych dłoni. Spraw, że mycie rąk będzie chwilą na zatrzymanie się, pobycie tu i teraz. Podaruj sobie 30 sekund uważności i zadbaj o swoje zdrowie.

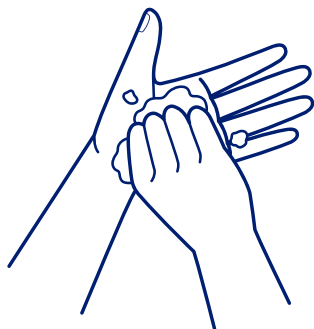
Bądźcie zdrowi i zdrowe!

Katarzyna Halicka – antropolożka kultury, projektantka warsztatów i szkoleń. Od 5 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.

Uważne mycie rąk

tylko 30 sekund

3



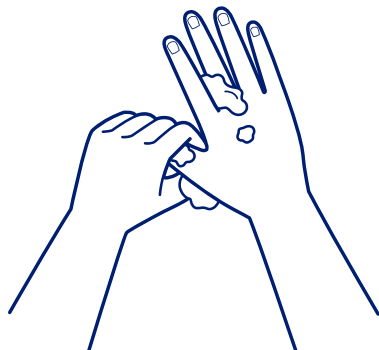
**Rozprowadź mydło czubkami
palców drugiej ręki**

4



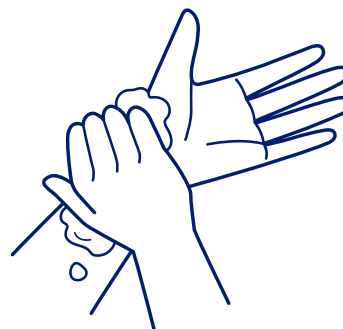
**Namydl wewnętrzne
powierzchnie obu dłoni**

7



**Namydl kciuk jednej dłoni
drugą dłonią i odwrotnie**

8



Namydl obydwa nadgarstki

1



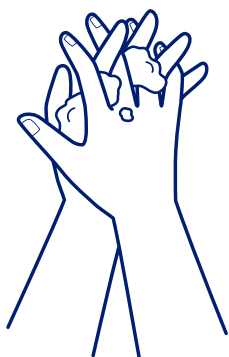
Zwilż ręce ciepłą wodą

2



Nałóż mydło w zagłębienie dłoni

5



Spleć palce i namydl je

6



**Namydl wierzch jednej dłoni
wnętrzem drugiej dłoni i odwrotnie**

9



**Splucz starannie obie dłonie
ciepłą wodą**

10



**Wysusz ręce starannie wycierając je
czystym ręcznikiem**

MAGIA

**Poniższy tekst otrzymaliśmy
od miłych osób z WTZ w Kwilczu.
Bardzo nam się podoba!**

Po raz pierwszy otwieram drzwi pracowni plastycznej. Uprzedzona przez koleżanki, nie oczekuję Wielkiego Ładu Wszechświata. Rzeczywiście, pracownia plastyczna to kraina Artystów. Porozrzucane na podłodze jakieś skrawki papieru i materiałów, na biurkach farby i ślady po nich, kredki, ołówki i coś, czego nie potrafię nazwać po imieniu. Nawet porządek, w jakim ustawione są meble, wymyka się definicjom. Brakuje tylko dymu papierosowego i półmroku fin-de-siecle.

Od zawsze wszyscy patrzyli na mnie jakoś inaczej. I inaczej mówili. Szepty, śmiechy, pokazywanie palcem. Chociaż podobno to ja jestem inna. Nie wiem. Ale chyba coś w tym jest. Czasem myślę, że nawet wyglądam inaczej. I na pewno inaczej widzę to, co mnie otacza.

Od razu zauważam TO miejsce. W kącie niedużej sali stoi biurko trochę oddalone od innych. Za nim, na ścianach – kolory. Takie jest moje pierwsze wrażenie – kolory. Daje się to wyczuć nawet tutaj, w kolorowej pracowni plastycznej. Podchodzę bliżej. Wtedy zaczyna się MAGIA.

Lubię malować obrazki. Wtedy jestem bardziej sobą i nie muszę tłumaczyć. I nikt nie pyta. Nie muszę też słuchać o sobie różnych rzeczy. A nie wszystkie mi się podobają.

MAGIA ma na imię Daria. Ma ... lat i w wutezetach jest już ... rok. I maluje. Maluje w taki sposób, który zapiera dech. Jeszcze nie widziałam takich obrazków. Mam świadomość, że patrzę na dzieło rąk osoby uznawanej za chorą. To może wpływać na moje postrzeganie jej pracy. Ale w tej chwili widzę tylko kształty i kolory, za powstanie których odpowiada taki sam człowiek, jak my wszyscy. Tylko zdolniejszy.

Najbardziej się cieszę, gdy moje obrazki oglądają inni ludzie i gdy im się podobają. Niektórzy się śmieją. Ja też się wtedy śmieję. Śmiech jest dobry. Lubię, gdy budzę zainteresowanie innych. Nie lubię być sama.



foto: WTZ w Kwilczu (2)

Daria ma zespół Downa. Ta choroba niejako z góry określa jej miejsce w świecie, zdominowanym przez ludzi zdrowych, a czasami brak tego miejsca. Stereotypowe podejście zdrowego trzonu naszego społeczeństwa jeszcze nigdy nie wydawało mi się takie krzywdzące jak teraz, kiedy oglądam obrazy namalowane przez Darię i czuję MAGIĘ. Pewnie jutro albo za miesiąc znowu usłyszę, jak jakiś prezes telewizji mówi o ludziach z niepełnosprawnościami, że są nieestetyczni.

P.S.



Mam na imię Daria.
Lubię tu być, bo znam
tu wszystkich
i nie muszę się ich bać.





fot. WTZ w Kwiliczu (2)

Tłusty czwartek w WTZ w Czeszewie

(tekst archiwalny)

**Dawno, dawno temu (dokładnie w lutym
2018 roku) obchodziliśmy w Warsztacie
Tłusty Czwartek i z tej okazji mieliśmy
małą imprezę!**

Pewnie się dziwicie, dlaczego jeszcze publikuję archiwalne teksty. Dlatego, że coraz mniej mam nowych. Nie piszę już zbyt często, nie tylko dlatego, że mój stan zdrowia się pomału pogarsza, ale dlatego że coraz mniej się dzieje wokół mnie (i w warsztacie), a także brak mi tematu.

Niektóre moje teksty z lat 2018/2019 nie były jeszcze publikowane w WóTeZecie, więc postanowiłem je zaproponować.

To była dyskoteka, na której wszyscy uczestnicy i terapeuci świetnie się bawili. Odbyło się na niej kilka małych konkursów.

Jeden z nich to taniec na gazecie. Do tej konkurencji wybrano kilka par, które musiały zatańczyć – najpierw na całej gazecie, następnie na połowie gazety, a potem na jej małym kawałku. Po każdym utworze muzycznym składano gazetę (można było tańczyć tylko na niej). Jeśli któraś para nie utrzymała się, to odpadała z gry. I tak do końca, aż została jedna para. Ale nieważne kto był lepszy – najważniejsze, że była świetna zabawa i wiele śmiechu.

Kolejny konkurs dotyczył najładniejszego przebrania. Ogłosiła go Pani Kierownik naszego WTZ. W związku z tym prawie wszyscy poprzebierali się, na różne sposoby. Stroje można było pożyczyć z warsztatowego archiwum strojów, które zostały po naszych balach karnawałowych.



foto: archiwum WTZ w Czeszewie (2)

Innym konkursem było zdobienie balona. Każde z nas mogło na nim namalować jakąś śmieszną minę.

Podczas przerwy w kuchni odbyło się głosowanie, kto był najładniej przebrany. Tutaj najwięcej głosów otrzymała Kasia Jóskowiak, która była przebrana za diabła, a drugie ja – nie uwierzycie, ale także byłem diabłem! Myślę, że wszyscy byli ładnie przebrani. Po głosowaniu czekały na nas przepyszne pączki, bo to był przecież tłusty czwartek, oraz kawa. A na śniadanie mieliśmy pyszne hotdogi.



Tak spędziliśmy Tłusty Czwartek w naszym czeszewskim warsztacie w 2018 roku.

Zbigniew Strugała
uczestnik z WTZ Czeszewo

O PRZESTRZENI DOSTĘPNEJ DLA WSZYSTKICH

Konferencja w Poznaniu

3 i 4 marca w Poznaniu odbyła się multidyscyplinarna konferencja „Innowacje w terapii zajęciowej. Dostępność jako przestrzeń współpracy interdyscyplinarnej i interprofesjonalnej”. To unikalne wydarzenie organizowane przez 3 poznańskie uniwersytety, przy współpracy z ekspertami z 15 krajów, w całości poświęcone było dostępności i projektowaniu przestrzeni publicznej dla osób starszych, w tym osób z niepełnosprawnościami. Jednym z partnerów konferencji była Fundacja Mili Ludzie.

Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu, Uniwersytet Medyczny im. Karola Marcinkowskiego w Poznaniu oraz SWPS Uniwersytet Humanistycznospołeczny razem z międzynarodową grupą ekspertów połączyły siły, by z perspektywy swoich doświadczeń i prowadzonych badań naukowych rozpocząć dialog o dostępności przestrzeni publicznej. Jego głównym celem jest podnoszenie standardu funkcjonowania osób starszych, dzięki dostępnym rozwiązaniom urbanistycznym i architektonicznym, a także aktywizacja seniorów poprzez terapie zajęciowe. W tym celu do panelu ekspertów zaproszono międzynarodowe grono naukowców

z regionu Morza Bałtyckiego, specjalizujących się w dziedzinie meblarstwa, designu, technologii informatycznych, robotyki i medycyny. W ramach konferencji wśród inspirujących wykładów znalazły się tematy dotyczące projektowania uniwersalnego, mebli zwiększających dostępność przestrzeni publicznej, roli terapeuty zajęciowego w promowaniu dostępności czy przykłady dobrych praktyk projektowania uniwersalnego. Uczestnicy warsztatów mogli dowiedzieć się czym jest art coaching, sprawdzić, jak działa system activLife lub zanurzyć się w wirtualnej rzeczywistości, żeby nauczyć się jak optymalnie zaprojektować otoczenie dla osób z niepełnosprawnościami i seniorów.

O przestrzeni publicznej trzeba myśleć całościowo, jak o planecie, na której mieszkają różne osoby, i te w pełni sił i te z ograniczeniami, wynikającymi np. z wieku, ale wszystkie powinny czuć się dobrze, bezpiecznie i komfortowo, żeby najlepiej jak to możliwe realizować swój potencjał. Nasza konferencja ma zachęcić instytucje publiczne, projektantów i przedsiębiorców do inwestowania w odpowiedzialne projekty, które uwzględniają potrzeby seniorów oraz wspierają przestrzenną politykę senioralną – powiedziała dr Beata Fabisiak, koordynatorka projektu BaltSe@nioR 2.0, w ramach którego odbyła się poznańska konferencja.

Jednym z prelegentów podczas wydarzenia był Marcin Halicki, redaktor naczelny WóTeZetu, który zaprezentował licznej grupie uczestników i uczestniczek konferencji kwestie związane z dostępnością wydarzeń kulturalnych dla osób z niepełnosprawnościami i osób starszych. Kultura i sztuka są bardzo istotnym elementem życia społecznego, także dla osób z niepełnosprawnościami i osób starszych, o czym świadczy liczba widzów biorących udział w wydarzeniach dostępnych, choćby dzięki użyciu audiodeskrypcji i tłumaczenia na polski język migowy lub stosowaniu napisów dla osób niesłyszących.

Działania Miasta Poznania na rzecz uniwersalnego projektowania i wsparcia osób z niepełnosprawnościami zaprezentowała Dorota Potejko, Pełnomocniczka Prezydenta Miasta ds. Osób z Niepełnosprawnościami. Wystąpienie było głównie prezentacją dobrych praktyk dla innych samorządów w naszym kraju, ale także ciekawą perspektywą dla zagranicznych gości, którzy licznie gromadzili się podczas praktycznie każdej prelekcji, mającej miejsce w budynkach Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu.



fot. archiwum organizatorów konferencji

Bardzo miłym akcentem konferencji był występ zespołu „Siły specjalne”, który w znakomity sposób rozruszał publiczność, wykonując klasyczne utwory z repertuaru polskich artystów, np. Marka Grechuty.

RED

na podstawie materiałów organizatora



fot. archiwum organizatorów konferencji



BaltSe@nioR 2.0

Projekt łączy kompetencje ekspertów z dziedziny meblarstwa, wzornictwa, technologii informatycznych, robotyki, ekonomii i nauk społecznych z dziewięciu państw Regionu Morza Bałtyckiego: Polski, Danii, Litwy, Łotwy, Estonii, Rosji, Niemiec, Szwecji i Finlandii. Ma na celu wskazanie producentom mebli z regionu Morza Bałtyckiego, w jaki sposób opracowywać ciekawe pomysły biznesowe odpowiadające na wyzwania związane ze starzeniem się społeczeństwa, jednocześnie uwzględniające wymagania instytucji publicznych.

www.innowacje2020.bok-ump.pl



**Marianna Pawłowska, „Przejażdżka słoniem”,
ŚDS „Sami Swoi” przy TPN w Łodzi, III miejsce
w kategorii malarstwo i witraż, XVII edycja
ogólnopolskiego konkursu plastycznego
„Sztuka Osób Niepełnosprawnych”**



**Joanna Cukier, Mikołaj Kęskiewicz, „Magiczna deskorolka”,
WTZ przy Stowarzyszeniu Dobrej Nadziei w Krakowie,
wyróżnienie w kategorii rzeźba kameralna i płaskorzeźba,
XVII edycja ogólnopolskiego konkursu plastycznego
„Sztuka Osób Niepełnosprawnych”**