

wō te zet

**MAGAZYN OŚRODKÓW
TERAPII ZAJĘCIOWEJ**

NUMER 73



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

Kamila Chromik, „Wycieczka do zoo”,

ŚDS w Przeworsku, wyróżnienie w kategorii malarstwo i witraż,

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!

Mam nadzieję, że u Was wszystko w porządku i wracacie powoli do regularnego funkcjonowania w WTZ-ach.

Oczywiście nadal żyjemy w cieniu pandemii, która wcale się nie skończyła, dlatego apeluję o noszenie maseczek (jasne, te osoby, które mogą ich używać). Często myć ręce i przestrzegajcie tak zwanego „społecznego dystansu”, czyli po prostu unikajcie dużych skupisk ludzkich. Polecam spacerować w gronie najbliższych!

W imieniu całej redakcji bardzo dziękuję naszym czytelnikom i czytelniczkom za liczne wiadomości, maile i telefony. Kontakt z Wami w tym trudnym dla wszystkich czasie ma dla nas wielkie znaczenie. Nie od dziś wiadomo, że w kryzysowych sytuacjach większość osób okazuje sobie więcej ciepła, solidarności, empatii, czy po prostu szczerzej, ludzkiej dobroci. Jednak pokłady pozytywnych fluidów, które odczuwam w ostatnich miesiącach są nie do przecenienia. Bądźmy dla siebie wrażliwi także, gdy pandemiczne demony odejdą od nas na dobre!

W tym numerze dzielimy się z naszymi czytelnikami i czytelniczkami wieloma pozytywnymi wiadomościami. Mamy nadzieję, że druga połowa roku zawiązką wynagrodzi nam tych kilka miesięcy w zamknięciu. Trzymajcie się zdrowo i z uśmiechem na twarzach.

Marcin Halicki
Redaktor naczelny

numer 73

strona 3

Od redakcji

strona 5

Zadbaj o siebie: praktykuj wdzięczność

strona 9

Poznań Dostępny 2019. Znamy laureatów!

strona 12

NA GÓRZE. Jak ich nie kochać?

strona 16

Laserem będą przygotowywali do pracy

strona 20

Poprawianie świata

Zadbaj o siebie: praktykuj wdzięczność

Z napisaniem tekstu o praktyce wdzięczności czekałam kilka miesięcy. Dlaczego? Bo postanowiłam przetestować na sobie, jak zwykle, to co proponuję. Tutaj jednak potrzebowałam trochę więcej czasu i systematyczności. Ta ostatnia nigdy nie była moją mocną stroną (tak myślałam), więc uznałam, że sprawdzę jednocześnie trzy rzeczy: czy umiem być systematyczna, czy rzeczywiście można wypracować nawyk w ciągu niespełna miesiąca i jak działa codzienna praktyka wdzięczności.



Z całego tego ćwiczenia, które początkowo robiłam sama dla siebie, wyniknęło wiele pięknych rzeczy. Zaczęłam w pierwszych tygodniach pandemii. Ponieważ bałam się o swoją systematyczność, postanowiłam zaprosić do udziału inne osoby (zobowiązanie przed innymi działa na mnie mobilizująco). Przez 21 dni na moim firmowym profilu na Facebooku publikowałam zdjęcie wraz z pytaniem „Za co dziś jesteś wdzięczny/ wdzięczna?”. W komentarzu wypisywałam swoje wdzięczności, dbając o to, by było ich przynajmniej pięć. Do praktyki dołączyło kilka, później kilkanaście osób. Posty i komentarze pojawiały się codziennie późnym wieczorem. Pod koniec założonego czasu stwierdziłam, że żał byłoby to zakończyć, a wspólna praktyka ma wiele plusów. Stworzyłam więc grupę na Facebooku o nazwie Pokój wdzięczności. Wnioskując z komentarzy i podziękowań, które dostaję, taka przestrzeń, w takim czasie, po prostu była potrzebna.

Chcę podzielić się z Tobą moimi obserwacjami, które w większości pokrywają się z badaniami i dostępnymi tekstami na temat praktyki wdzięczności i tworzenia nowych nawyków.

1. 21 dni to wystarczający czas by wypracować nawyk. To co dla mnie było istotne to wplecenie nowego nawyku w rytm dnia – wyznaczenie konkretnej godziny (mniej więcej) i trzymanie się jej. Już po kilku dniach w okolicach dwudziestej pierwszej przypominało mi się „hej, dzisiejsza lista wdzięczności czeka”. Minęło

wiele tygodni, a ta praktyka stała się dla mnie tak samo oczywista, jak mycie zębów.

2. Zobowiązanie do tworzenia codziennej listy przynajmniej 5 rzeczy, za które czujemy wdzięczność sprawia, że coraz częściej myślimy o tym w ciągu dnia. W konsekwencji wyostrza się nasza uważność i częściej zauważamy drobinki szczęścia.
3. Drobinki szczęścia potrafią łączyć się w niezły stosik, ponieważ wdzięczność pączkuje – im częściej ją czujemy i o niej mówimy, tym więcej dostrzegamy powodów, dla których możemy ją czuć.
4. Dzielenie się wdzięcznością działa jak eliksir dobroci, jak lekarstwo. Dla osoby dzielącej się, bo uczucie pogłębia się i wzmacnia, kiedy inni czują z nami współradość. Dobrze wiedzieć, że można dzielić się swoim szczęściem, a wokół są ludzie, którzy też czują z tego powodu radość a nie zawiść, czego często się obawiamy. Dla osoby, która przyjmuje wdzięczność, bo podziękowanie za coś, co zrobiła, to znak, że warto się starać, że dobro procentuje. Przy okazji trenujemy przekazywanie pozytywnych informacji zwrotnych. I jeszcze dla osób, które są świadkami wdzięczności, bo inspiruje i opromienia ciepłem.
5. Codzienna praktyka wdzięczności pomaga zrównoważyć lęki, strachy i obawy, które nasze umysły produkują nieprzerwanie. Podobno ewolucyjnie jesteśmy tak przystosowani, że bardziej skupiamy się na zagrożeniach i deficytach, niż na rzeczach, które nas nie zabijają i po prostu są. Po prostu je mamy. Ich nam nie brakuje. Jeśli wyobrazisz sobie wagę z dwiema szalkami i na jednej z nich położysz codzienne zmartwienie, na drugiej możesz dokładać, kamyczek po kamyczku, codzienne wdzięczności. To oczywiście nie sprawi, że zmartwienia czy problemy znikną. Ale pomaga zrozumieć i poczuć, że życie składa się z rozmaitych doświadczeń, nie tylko tych trudnych i smutnych, ale też tych łatwych i radosnych.

6. Docenianie małych rzeczy, tych, które przychodzą nam z łatwością sprawia, że możemy częściej doświadczać uczucia obfitości w otaczającym nas świecie, w naszym życiu. Nie o wszystko musimy walczyć, nie na wszystko musimy ciężko pracować czy oszczędzać. Wiele pięknych rzeczy po prostu jest, za darmo. Nie musimy doświadczać ich braku, by się nimi cieszyć. Powietrze, rośliny, maki kwitnące przy drodze, woda w kranie, smaczne jedzenie, uśmiech pani w piekarni... Możemy doceniać je codziennie.
7. Praktyka pomaga wzmacniać i leczyć relacje z bliskimi. Jeśli czujemy gotowość, by poszukać rzeczy, za które jesteśmy im wdzięczni, jeśli je znajdujemy, mamy szansę wzmocnić nimi fundamenty. Jeśli na przykład spojrzymy z wdzięcznością na dziecko, które podbiega do nas po raz piętnasty w ciągu pół godziny, możemy przetransformować irytację, która nas ogarnia, w radość, że ono jest, że biega, że zależy mu na naszej uwadze. Z taką postawą łatwiej pracować nad komunikacją i wyrażaniem swoich potrzeb.
8. Jeśli prowadzimy zapiski, możemy co jakiś czas zerknąć wstecz i zaobserwować co najbardziej nas cieszy? Co pojawia się w nim najczęściej? Czego być może brakuje? Jakie obszary chcemy wzmacniać, a nad którymi pracować?
9. Czasem to męka. Są dni, tygodnie, kiedy wydaje nam się, że nie ma nic, za co moglibyśmy być wdzięczni. Czasem złościmy się za to na siebie. Że inni potrafią, a ja nie. Zapytaj siebie „czy chcę spróbować?”. Jeśli czujesz, że tak, po prostu zacznij, chociażby od jednej rzeczy w ciągu dnia. Zapisuj. To nawet lepiej, jeśli to są rzeczy drobne, kamyczki, a nie takie z gatunku głazów.

A jeżeli naprawdę czujesz się kiepsko, nie pomagają przyjaciele ani bliscy i to nie jest chwilowe, poszukaj pomocy psychologicznej lub psychiatrycznej, to żaden wstyd.

**Wdzięczność jest
jak magnes. Im
bardziej wdzięczny
jesteś, tym więcej
masz rzeczy, za
które możesz być
wdzięczny.**

Iyanla Vanzant



**Jeśli masz ochotę
zarazić się lub podzielić
wdzięcznością,
zapraszam Cię do
dołączenia
do grupy na facebooku
Pokój wdzięczności**

Dziennik wdzięczności

Praktyka polega na codziennym zapisywaniu pięciu (lub więcej) powodów wdzięczności.

Możesz przygotować sobie notes czy zeszyt specjalnie na ten cel. Możesz robić notatki na smartfonie. Ważne, by mieć do dziennika wygodny dostęp w ciągu dnia.

Wyznacz sobie godzinę, w której będziesz spisywać listę. Najlepiej sprawdzają się godziny wieczorne, przed snem, ale może Tobie bardziej przypasuje 12 w południe, albo pora poobiednia.

Prowadź zapiski przynajmniej przez 21 dni.

Co tydzień, a później po upływie 21 dni poświęć chwilę na zastanowienie się, jak ta praktyka wpływa na Ciebie? Każda obserwacja będzie cenna. A później zdecyduj, czy chcesz wprowadzić ją do swojego życia na dłużej.

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.



Poznań Dostępny 2019 Znamy laureatów!

Wyjątkowy cykl pokazów filmowych w CK Zamek oraz kompleksowy system informacji o dostępności Bramy Poznania to dwa projekty, które kapituła konkursu „Poznań dostępny - 2019” nagrodziła pierwszymi miejscami. Nagrodzone inicjatywy pomagają jeszcze bardziej przystosować miasto do potrzeb osób z niepełnościami.

Konkurs „Poznań dostępny” powstał, by promować dobre praktyki i inspirować do działań na rzecz szeroko rozumianej dostępności miasta dla osób z niepełnosprawnościami i osób starszych. W tym roku Kapituła przyznała nagrody w dwóch obszarach: „Dostępna kultura i sport” oraz „Innowacje”. Przyznano też dyplomy i po raz pierwszy symboliczne Złote, Srebrne i Brązowe Ryczki za zajęcie I, II, III miejsca.

– Ryczka to przedmiot uniwersalny, mocno wpisany w poznańską tożsamość, pomocny w codziennych, domowych czynnościach, ułatwiający życie – wyjaśnia Dorota Potejko, pełnomocniczka prezydenta

Poznania ds. osób z niepełnosprawnościami.
– Zwycięzcy naszego konkursu również wprowadzają ważne udogodnienia i ułatwienia, dzięki którym codzienne funkcjonowanie osób z niepełnosprawnościami staje się prostsze i lepiej dopasowane do ich potrzeb.

W pierwszej z kategorii Złota Ryczka trafiła do Centrum Kultury Zamek – za cykl pokazów filmowych „Obrazy wrażliwe”, Srebrna – do Teatru Animacji, którego spektakle docenili jurorzy, a Brązowa – do Muzeum Archeologicznego, za projekt „Przeszłość w murach zapisana – historia Pałacu Górków w Poznaniu”.

W kategorii „Innowacje” najlepsze okazało się CKT Trakt, które zdobyło Złotą Ryczkę za System informacji o dostępności Bramy Poznania. Srebrną Ryczkę otrzymało Stowarzyszenie Edukacyjne MCA za „Atlas dla kultury”, a Brązową – CK Zamek za „Teatr Powszechny”. Wyróżnienia trafiły do Miejskiego Przedsiębiorstwa Komunikacyjnego za aplikację MyMPK oraz do Akademickiego Koła Naukowego Gospodarki Przestrzennej za „Poznańską Mapę Barrier”.

Pokazy filmów, spektakle i audioprzewodnik

Zwycięski projekt CK Zamek „Obrazy wrażliwe” to cykl filmowy, prezentujący kino społeczne, poruszające lokalne i globalne problemy. Pozwala obejrzeć nagradzane na najlepszych festiwalach filmy z całego świata. Wszystkie pokazy są z audiodeskrypcją i napisami dla osób niesłyszących. Każdy film poprzedza wprowadzenie tłumaczone na polski język migowy. Osobom z niepełnosprawnością wzroku organizatorzy zapewniają asystę w poruszaniu się w przestrzeni CK Zamek oraz w dotarciu do budynku z najbliższego otoczenia. Dodatkowo, pół godziny przed każdym pokazem, asystent czeka na widzów przed głównym wejściem do budynku. W 2019 roku kino pokazało sześć filmów dostosowanych do potrzeb osób z różnymi niepełnosprawnościami. Łącznie odwiedziło je około 600 osób, a 60 procent z tej grupy mogło uczestniczyć w pokazach dzięki dostępnościowym udogodnieniom. W 2020 roku planowana jest kontynuacja cyklu.

Srebrna Ryczka dla Teatru Animacji to zasługa spektakli „Nic, dzika mrówka, Adam i Ewa” oraz „Halo Kosmos”. Autorką obu jest Malina Prześluga-Delimata, zwyciężczyni tegorocznej Nagrody Artystycznej Miasta Poznania. Pierwsze z przedstawień to tekst, który autorka postanowiła opowiedzieć wyłącznie za pomocą słów, dźwięków, zapachów i drgań. Wykorzystano do tego zaawansowany technologicznie mikrofon binauralny oraz zestawy słuchawkowe, które przenoszą odbiorców w samo centrum wydarzeń. Sztuka „Halo Kosmos!” również została napisana jako zmysłowisko – wydarzenie, które, zamiast wzroku, angażuje zmysły słuchu, dotyku i zapachu.

Muzeum Archeologiczne otrzymało Brązową Ryczkę za fabularyzowany audioprzewodnik dla

rodzin z dziećmi – także tymi z dysfunkcją wzroku lub słuchu: „Przeszłość w murach zachowana – historia Pałacu Górków w Poznaniu”. Jednym z podstawowych założeń projektu było przełamywanie barier społecznych. Przygotowano osobny scenariusz ścieżki zwiedzania, uwzględniający potrzeby dzieci. Dla osób z dysfunkcją słuchu zakupiono pętle wzmacniające, w które zaopatrzone urządzenia pełniące rolę audioprzewodnika. Dla zwiedzających z dysfunkcją wzroku opracowano skrypt audiodeskrypcji i wykonano nagranie. Wszelkie treści zostały przetłumaczone również na język angielski.

Innowacje, które zmieniają Poznań

W kategorii „Innowacje” kapituła doceniła Złotą Ryczką System informacji o dostępności Bramy Poznania. Informacje o udogodnieniach dla osób z niepełnosprawnością zostały zamieszczone na stronie internetowej placówki już w 2015 roku. Rok później zostały opracowane przewodniki „krok po kroku” dla opiekunów dzieci i młodzieży o szczególnych potrzebach edukacyjnych oraz z myślą o dorosłych osobach z niepełnosprawnością intelektualną. Obecnie strona internetowa Bramy Poznania ma osobną zakładkę „Dostępność”, która skupia wszystkie informacje o udogodnieniach, ale też ograniczeniach w przestrzeni. W 2019 roku wydane zostały ulotki dla osób z niepełnosprawnościami. Opublikowano mapę dostępności przestrzeni Bramy Poznania, a w holu głównym budynku stanęła tablica dostępności, informująca o wszystkich udogodnieniach.

„Atlas dla kultury”, który zapewnił Stowarzyszeniu Edukacyjnemu MCA Srebrną Ryczkę, to

przejrzysta instrukcja wyjaśniająca, jak organizować wydarzenia kulturalne tak, by były dostępne dla osób z niepełnosprawnościami. Zawiera wytyczne dotyczące różnych placówek i rodzajów wydarzeń, podstawowe zasady komunikacji a także przejrzyste wyjaśnienia napisane przez osoby z niepełnosprawnościami.

Brązową Ryczką kapituła nagrodziła „Teatr Powszechny” CK Zamek. To długofalowy program realizowany od 2016 roku. Jego wyjątkowość polega na zaproszeniu do współpracy środowisk, które w swej pracy teatralnej korzystają z narzędzi pierwotnie używanych w celach terapeutycznych jako sposób pokonywania ograniczeń. Obecnie w ramach „Teatru powszechnego” działają trzy grupy teatralne. Każda z nich przygotowuje raz do roku premierę, a także prezentuje spektakle wyprodukowane w poprzednich sezonach.

Wyróżniona aplikacja MyMPK powstała przy współpracy z Towarzystwem Pomocy Głuchoniewidomym Wielkopolska Jednostka Wojewódzka i może być wykorzystywana przez osoby z dysfunkcjami wzroku. Pomaga im w sprawniejszym korzystaniu z komunikacji miejskiej. Poznańska Mapa Barrier, która również zdobyła wyróżnienie, to projekt naukowo-badawczy. Jego głównym założeniem jest określenie poziomu dostępności poznańskich przestrzeni publicznych i jednocześnie wskazanie obszarów dysfunkcyjnych. Badania uwzględniają szczególne potrzeby grup o ograniczonej mobilności, na przykład osób z niepełnosprawnościami czy osób starszych.

Wszystkim nagrodzonym serdecznie gratulujemy!

Źródło: www.poznan.pl

**BRAZY
— WRA
ŻLIWE .**
dostępna kultura filmowa

**AWARIA,
ZNACZY
DZIAŁANIE**

Kameralne kino plenerowe
i rozmowy we wtorkowe wieczory
na Dziedzińcu Zamkowym

BILETY: 5 zł

4.08.
g. 18.30 | ROZMOWA
„Jak (nie)dotknąć świata i zatrzymać katastrofę klimatyczną?”
prez. Radosław Chęć, prez. Anna Szczęsna
moder. Anna Rępa
g. 20.30 | POKAZ FILMU
„Kraina młodu”, reż. Tamara Kotewski, Łubomir Stefanov

11.08.
g. 18.30 | ROZMOWA
„Wokół o równości”
prez. Marcin Łukasz, prez. Katarzyna Wesoła, prez. Zuzanna
moder. Karolina Szlachetka
g. 20.30 | POKAZ FILMU
„Mustang”, reż. Deniz Gamze Ergüven

25.08.
g. 20 | WYKŁAD
„Białe-czarna Polska. O rasizmie nie tylko w filmie Green Book”
prez. Marcin Łukasz, prez. Anna Szczęsna
g. 20.30 | POKAZ FILMU
„Green Book”, reż. Peter Farrelly

POZNAN

źródło: internet (2)

**HALO
KOSMOS!**

**TEATR
ANIMACJI**

HALO KOSMOS! (ZAPYSEWISKO)
HALINA PRZESŁUSA
REŻYSERKA: JULIA SZYDT
PREMIERA: 28.11.2019
www.teatranimacji.pl

MUZKA: PATRYK ZABROCKI
REALIZACJA: UCIECHOWSKA,
BARTKOWSKA, OLSEN

POZNAN



foto. TVN

NA GÓRZE Jak ich nie kochać?

**Dyrektor programowy
TVN, Edward Miszczak,
reklamując edycję
programu „Mam Talent!”
w 2019 roku mówił:
„Pojawił się taki
zespół z osobami
z niepełnosprawnościami.
Oni rozwalają nasz
system pracy!”**





Nie da się tego ukryć – większość naszej redakcji od wielu lat to zagorzali fani i fanki Na Górze. Zresztą – stali czytelnicy i czytelniczki naszego magazynu doskonale o tym wiedzą.

Na Górze to grupa, która sama siebie określa jako mieszanka wybuchowa. Osoby z niepełnosprawnościami grają wspólnie z muzykami sprawnymi, choć ci z dystansem stwierdzają, że są „sprawni inaczej”. Od 25 lat bezkompromisowo pokazują, że osoby z niepełnosprawnościami mogą być pełnosprawnymi artystami. Ale co ważne, to nie jest zespół stworzony dla terapii – chyba, że mówimy o terapii dla publiczności... Bo jego koncerty, to ogromna dawka radości z życia.

W ubiegłym roku Na Górze wystąpiło w programie „Mam Talent!” robiąc

ogromne zamieszanie wśród organizatorów. Na eliminacjach, po wykonaniu piosenki „Nie ma czasu”, perkusista, Robert zdjął koszulkę i rzucił nią w stronę jury. Złapała ją Małgorzata Foremniak. Później, po słowach zachwyty wyrażonych szczególnie przez Agnieszkę Chylińską, całe jury wbiegło na scenę, aby pogratulować chłopakom. Cóż, nie wiedzieli z czym to się wiąże... Najpierw wokalista, Adam o mało nie zламаł Agnieszce kręgosłupa, a chwilę później Robert i ściskająca go Małgosia upadli na podłogę. Całe to zamieszanie podkreśliło rokendrolową atmosferę występu Na Górze. Można to wszystko zobaczyć na platformie Player.pl (sezon 12. odcinek 1. od 13 minuty).

Po przejściu do półfinału, zespół zagrał utwór „Idziemy” z tekstem, który można określić manifestem: „Idziemy po nierównej drodze / powłócząc nogami / szczerześć daje nam siłę / rozpieprza bariery przed nami” (sezon 12. odcinek 10.). Wykonania obu utworów (bez zdarzeń z jurorami) są też do obejrzenia na kanale YouTube.

Mówi Wojciech Retz, założyciel grupy – *Graliśmy już na punkowych festiwalach, ale też na dożynkach, występowaliśmy na koncercie towarzyszącym Marszowi Równości i na festynie parafialnym z okazji Bożego Ciała, w więzieniu dla nieletnich przestępców i na weselu, w klubie seniora i w przedszkolu... A w takim programie, jak „Mam Talent” jeszcze nie. Zawsze uważaliśmy, że telewizyjne show, to nie nasza bajka. Poza tym, niejednokrotnie mówiliśmy, że nie bierzemy udziału w żadnych konkursach, bo osoby z niepełnosprawnościami nie są w nich traktowane normalnie, lecz z litością. Ale... W 2019 roku mieliśmy 25-lecie działalności i pomyśleliśmy sobie, że może zrobimy sobie z tego powodu niekonwencjonalny prezent! Nie poszło jednak tak łatwo, dyskusja w zespole była wielka, czy się w to pakować. Skoro nie byliśmy pewni, zaczęliśmy pytać naszych znajomych co o tym sądzą. Jeden z nich, Grzesiek, od którego*

spodziewaliśmy się, że będzie chciał wybić nam to z głowy, bo jest współorganizatorem krakowskiego festiwalu muzyki eksperymentalnej Unsound (na którym zresztą kiedyś graliśmy) i daleko mu do specyfiki tego typu programów telewizyjnych, powiedział coś, co nas przekonało: 'Zagrajcie tam i pokażcie szerokiej publiczności, że nie o to chodzi, aby osoby z niepełnosprawnościami były głaskane po główkach, infantyilizowanie i traktowane jak dzieci, choć mają na przykład 40 lat... Pokażcie, że oni, żeby być szczęśliwi, nie potrzebują cukierków, tylko na przykład rock'n'rolla, czy punk rocka, w którym mogą wykrzyczeć swoje i ogólnospołeczne problemy!'

Przed podpisaniem umowy, bo z tym wiąże się wejście do programu, przedyskutowaliśmy wszystkie niepewne kwestie. Zdawaliśmy sobie bowiem sprawę z tego, że łatwo z występu osób z niepełnosprawnościami zrobić „cyrk osobliwości”. Musimy jednak przyznać, że cała ekipa programu „Mam Talent!” okazała się bardzo sensowna, świadoma tego, co jest dla nas ważne. Dlatego po zakończeniu programu pogratulowaliśmy wszystkim wyczucia naszych klimatów i przede wszystkim tego, że nie chciano nas do niczego nagiąć. Podsumowując, zrobiliśmy na scenie swoje i zakończyliśmy udział w tym programie na 3 miejscu półfinału. No i tutaj brawa należą się wszystkim tym, którzy na nas głosowali, bo takie miejsce wskazuje, że mnóstwo osób oddało na nas głosy.

Po tym fajerwerkowym programie wróciliśmy do swojej codziennej roboty i... Nic się nie zmieniło. Nadal robimy to, co jest dla nas ważne, czyli choćby to, iż od początku określiliśmy, że jeśli publiczność ma nas okłaskiwać, to nie z litości dla członków zespołu z niepełnosprawnościami, lecz za porządną, artystyczną robotę, którą wykonamy na scenie. Czyli bez taryfy ulgowej. Gramy, bo to lubimy i w ten sposób realizujemy swoje wspólne pasje. Pomimo tego, że zespół powstał w Domu Pomocy Społecznej, nie został stworzony dla terapii... Ludziom, którzy przychodzą

na nasze koncerty mówimy z uśmiechem, że jeśli w ogóle robimy terapię, to właśnie dla nich! Radość z grania muzyki, szczerota przekazu, żywiołowość zwłaszcza tej „niepełnosprawnej” części zespołu jest tak wielka, że po każdym występie przynajmniej jedna osoba do nas podchodzi i dziękuje za to, co jej daliśmy. Traktujemy się jak normalny zespół, więc też bierzemy kasę za koncerty. Rozpoczynaliśmy grać w DPS w Rzadkowie, ale obecnie jesteśmy niezależni. Zarobiliśmy na swoje instrumenty. Dzięki naszym przyjaciołom z zespołu Strachy Na Lachy możemy korzystać z ich sali prób w Pile. Nagraliśmy sześć płyt, obecnie pracujemy nad siódmą. Wykonaliśmy mnóstwo koncertów w naszym kraju, a także w Czechach i w Niemczech. W 2018 roku wystąpiliśmy na festiwalu Pol'and'Rock z gościem – naszym przyjacielem, Czesławem Mozilem. Jakiś czas temu zaistnieliśmy medialnie odpowiadając pewnemu politykowi piosenką „Walczysz z debilem”. Natomiast w 2016 roku dostaliśmy Złotego Gołębia, czyli przechodnią statuetkę Organizacji Narodów Zjednoczonych, stworzoną w 60. rocznicę podpisania Powszechnej Deklaracji Praw Człowieka i Obywatela. Otrzymują ją osoby, organizacje, czy grupy które poprzez swoją działalność zwracają publiczną uwagę na podstawowe prawa godności i szacunku, które należą się każdemu człowiekowi. Było to więc dla nas symboliczne potwierdzenie, że to, co robimy jest ważne! I chcemy to robić nadal...

Strona zespołu

nagorze.org

Teledyski

www.youtube.com/user/GrupaNaGorze

Aktualności

www.facebook.com/NaGorze

RED & Woju Retz

Laserem będą przygotowywali do pracy

fot. archiwum WtZ (2)



Warsztat Terapii Zajęciowej im. Jana Pawła II prowadzony przez Fundację Rozwoju Edukacji, Pracy, Integracji nieustannie podejmuje działania zmierzające do uatrakcyjnienia, w wielu obszarach, swojej oferty. Warsztat pracuje głównie nad wzmacnianiem zasobów swoich uczestników, prowadząc ich do nabycia cech i umiejętności niezbędnych do podjęcia i utrzymania pracy.



Jedną z form rozwoju jest pracownia obróbki laserowej, która została uroczystie otwarta przez panią Dorotę Krakowską, zastępczynię prezydenta Tarnowa, w asyście Tomasza E. Wardzały – kierownika Warsztatu – i Dawida Niecia, przewodniczącego Prezydium Samorządu Uczestników WtZ JP2 oraz Krzysztofa Kozłowskiego, terapeutę tej pracowni.

Dawid Nieć, witając panią prezydent, wyraził radość z jej wizyty w Warsztacie. Powiedział – *cieszę się z realizacji naszych planów i wspólnego z panią prezydent uruchomienia takiej nowoczesnej pracowni, czekamy na szkolenia i możliwość obsługi komputera i lasera.*

Kierownictwo Warsztatu nieustannie analizuje zmiany zachodzące na rynku. Tomasz E. Wardzała zwrócił uwagę – *jednym z wymogów pracy Warsztatu jest ciągłe dostosowywanie form zajęć do potrzeb i możliwości Uczestników, do zmian w technice i technologii, do rynku dóbr i usług.* Dlatego Warsztat uruchomił nową pracownię obróbki laserowej i wyposażył ją w nowoczesny sprzęt: ploter laserowy CO2, komputer, tablet graficzny i inne narzędzia. Kierownik jest przekonany, że nowa forma działalności zapewni uczestnikom nabycie umiejętności, które wpłyną na ich wyższą samoocenę, wykorzystają je na rynku pracy, a Warsztatowi przyniesienie przychód ze sprzedaży towarów i świadczonych usług.



Otwierając pracownię prezydent Dorota Krakowska wyraziła nadzieję, że *pracownia obróbki laserowej da osobom z niepełnsprawnościami możliwość rozwoju poprzez konkretne działanie*. Dodała – *Prowadzone zajęcia powinny mieć na celu wypracowanie między innymi systematyczności i dokładności wykonywania prac, które są niezbędnymi cechami pracownika*.

Prezydent podziękowała za ciągły rozwój i unowocześnianie Warsztatu, za jego obecność w mieście i za efektywnie prowadzoną rehabilitację społeczną i zawodową.



– *Podstawowym procesem w pracowni jest wycinanie różnorodnych kształtów lub grawerowanie przy użyciu plotera laserowego* – mówi Krzysztof Kozłowski opisując realizację misji pracowni. – *W trakcie zajęć wykonywane są wyroby gotowe lub podzespoły i części wykorzystywane w innych technikach zdobniczych. Poszczególne etapy pracy, poprzez projektowanie, obróbkę laserową i montaż stanowią formę terapii i dostosowane są do indywidualnych możliwości uczestnika. Gotowe wyroby będą rozprowadzane w ramach kiermaszy okolicznościowych lub wykonywane na indywidualne zamówienia*.

Duże zaangażowanie oraz zadowolenie z powstałych prac wpłynie pozytywnie na samoocenę uczestników i wzmocni w nich poczucie wartości. Nauczą też wytrwałości tak potrzebnej w codziennym życiu.

Warsztat zaprasza na zakupy powstałych, nie tylko w pracowni obróbki laserowej, prac i usług. Przychód z ich sprzedaży w całości przeznaczany jest przez uczestników na cele związane z rehabilitacją społeczną, treningami oraz z rekreacją i wypoczynkiem.

Pracownia obróbki laserowej jest jedenastą pracownią w Warsztacie. Wcześniej funkcjonowały już pracownie: gospodarstwa domowego, rehabilitacji układu ruchu, form użytkowych i poligrafii, rękodzieła artystycznego, drewna i metalu, biżuterii artystycznej, podtrzymywania umiejętności edukacyjnych, kartek okolicznościowych, upominków artystycznych, terapii psychologicznej.

Na ten rok Warsztat ma w planach otwarcie jeszcze jednej pracowni – ceramicznej. Poza tym Fundacja zamierza zakupić samochód dostosowany do przewozu osób z niepełnosprawnościami.

Tomasz E. Wardzala

Kierownik



Warsztat Terapii Zajęciowej im. Jana Pawła II zajmuje się rehabilitacją społeczną i zawodową osób z niepełnosprawnościami. Zależy nam na tym, aby uczestnicy i uczestniczki łatwiej znajdowały pracę, która będzie dawała im możliwości godnego życia.

Naszą misję realizujemy poprzez przygotowywanie osób z niepełnosprawnościami do roli pracownika. Zdobywają wiedzę i umiejętności, nabywają kompetencje oraz kształtują swoją postawę do pracy. Aby osiągnąć nasz cel prowadzimy różnorodne działania dostosowane do potrzeb podopiecznych: od nauki prostych czynności do skomplikowanych procesów. Nasi uczestnicy biorą udział w kursach zawodowych, zdobywają ustawowe uprawnienia do wykonywania niektórych zawodów. W procesie osiągania celu istotną jest dla nas współpraca z rodzicami uczestników i uczestniczek.

Działamy od trzynastu lat. Naszym wsparciem obejmujemy 45 osób rocznie. Spośród naszych podopiecznych nie mniej niż dwie osoby w roku podejmują i utrzymują zatrudnienie.

**Warsztat Terapii Zajęciowej
im. Jana Pawła II
ul. Hodowlana 6, Tarnów
biuro@wtzjp2.pl**

www.wtzjp2.pl

fot. archiwum autora



Poprawianie świata

Masz pomysł, jak pomóc osobom z niepełnosprawnościami albo seniorom o ograniczonej mobilności lub percepcji w twoim otoczeniu? Wiesz, jak ułatwić im codzienne, samodzielne funkcjonowanie? A może chodzi ci po głowie pomysł, ale nie masz pewności, jak wcielić go w życie? Odezwij się do nas! Możemy pomóc ci rozwinąć twój pomysł, zapewniając wsparcie merytoryczne, organizacyjne oraz finansowe w formie grantu, nawet do 50 000 zł.

Na jakie inicjatywy udzielamy wsparcia?

Na innowacje społeczne dotyczące dostępności produktów lub usług dla osób z niepełnosprawnościami oraz osób starszych o ograniczonej mobilności lub percepcji. Poprawa dostępności może dotyczyć przestrzeni fizycznej, cyfrowej lub komunikacyjnej.

Jak rozumiemy innowacje społeczne?

To nowe działania, mające polepszyć jakość życia określonych grup społecznych. Narodowe Centrum Badań i Rozwoju podkreśla, że innowacje nie tylko odpowiadają na potrzeby, ale powodują trwałe zmiany społeczne. Mogą wiązać się z produktami, usługami lub procesami, które umożliwiają w „nietypowy” sposób rozwiązywać „typowe” problemy społeczne. Zobacz przykłady takich rozwiązań: dobreinnowacje.pl/inspiracje.

Kto może złożyć wniosek?

Osoby indywidualne, grupy nieformalne, organizacje i instytucje (państwowe, prywatne i pozarządowe), a także partnerstwa powyższych podmiotów.

Na jakie wsparcie można liczyć?

Na wsparcie merytoryczne, organizacyjne, techniczne i finansowe w formie grantu na rozwój innowacji społecznych (minimalna kwota grantu wynosi 10 000 zł, a maksymalna 50 000 zł).

Czy przygotowanie zgłoszenia jest skomplikowane?

Nie jest. W pierwszym etapie wystarczy opisać swój wstępny pomysł na innowację społeczną – napisać na czym polega, jak ma działać, komu i w czym może pomóc. Każdy Innowator może złożyć maksymalnie dwa wstępne pomysły, ale do dalszego etapu może zostać wybrany tylko jeden z nich.

Jak wygląda procedura zgłoszenia pomysłu?

Jeśli pomysł przejdzie pomyślną weryfikację (etap I), w drugim etapie autor będzie proszony o jego bardziej szczegółowy opis. Kolejny etap zakłada testowanie modelu/prototypu na określonej grupie odbiorców i doprowadzenie pomysłu do wersji możliwej do wdrożenia. Kilka z pomysłów (nie wszystkie) zostanie wdrożonych.

Regulamin, elektroniczny formularz zgłoszeniowy oraz informacje o terminach naboru można znaleźć na:
[**dobreinnowacje.pl**](http://dobreinnowacje.pl)

Pierwszy
nabór rusza
już
1 lipca 2020
i potrwa do
30 września
2020

DOBRE INNOWACJE

Ruszył program dla społecznych innowatorów!

Masz pomysł, jak ułatwić **codzienne, samodzielne** funkcjonowanie osobom z **niepełnosprawnościami** albo **seniorom** o ograniczonej mobilności lub percepcji?

Możemy **pomóc** rozwinąć twój pomysł, **zapewniając wsparcie** merytoryczne, organizacyjne, finansowe w formie grantu do **50 000 zł**.

Lider projektu: Partner projektu:



Program:
Dobre innowacje



zamek cieszyn



Fundusze Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny



Dołącz do nas!

NABÓR TRWA DO: **30 września 2020!**

INFORMACJE I ZGŁOSZENIA: **dobreinnowacje.pl**



**Katarzyna Bartkowiak i Maciej Przydryga, „Gdziekolwiek”,
WTZ w Grodzisku Wielkopolskim, wyróżnienie w kategorii
fotografia, XVII edycja ogólnopolskiego konkursu plastycznego
„Sztuka Osób Niepełnosprawnych”**



**Ewelina Piotrowska, „Czy wszystko zabrałam”, WTC w Kielcach,
wyróżnienie w kategorii rzeźba kameralna i płaskorzeźba,
XVII edycja ogólnopolskiego konkursu plastycznego
„Sztuka Osób Niepełnosprawnych”**