

wō te zet

**MAGAZYN OŚRODKÓW
TERAPII ZAJĘCIOWEJ**

NUMER 74



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

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



POZnań*

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

Dzień dobry!

Pomalu witamy jesień, na szczęście obecnie cudowne promienie słońca za oknem jednoznacznie wskazują na zbliżającą się Złotą Polską Jesień, chyba moją ulubioną porę roku w Polsce.

Zresztą, jak pewnie przyznacie, roku szczególnego. Wymagającego wytrwałości i cierpliwości, empatii i zrozumienia potrzeb innych osób. Dobroci, wzajemnego wsparcia. Z jednej strony trudno było nie wzruszyć się, widząc akty społecznego zaangażowania i odpowiedzialności, które widzieliśmy każdego dnia, także wśród pracowników i pracowniczek, uczestników i uczestniczek WTZ-ów, rodziców i opiekunów osób z niepełnosprawnościami. Widok Was, szyjących maseczki, kombinezony ochronne, produkujących środki dezynfekujące, które to produkty trafiały później do ośrodków zdrowia, szpitali, domów pomocy społecznej, nigdy nie będzie zapomniany. Pokazaliście i pokazałyście czym jest prawdziwa solidarność, pisana bez cudzysłowu.

Pandemia zostanie jeszcze z nami na pewno przez jakiś czas, pisząc te słowa odnotowujemy rekordowe liczby zachorowań na koronawirusa, dlatego nadal dbajmy o siebie, nasze zdrowie, także naszych bliskich. Jeżeli możemy, nośmy maski, dbajmy o higienę, unikajmy spotkań w dużych grupach, cieszymy się piękną pogodą podczas spacerów w parkach, lasach, nad jeziorem, rzeką lub morzem.

Pozdrawiam Was serdecznie.

Marcin Halicki
Redaktor naczelny



fol. Michał Gliński

numer 74

strona 3

Od redakcji

strona 5

Pasja rodzi marzenia

strona 7

**Instytucja dostępna – teraz!
Zapraszamy do udziału w szkoleniach**

strona 8

Wspomnienia z wycieczki do Żarnowca

strona 10

**„Teatr społeczny – strategie przetrwania”
– zachęcamy do udziału w projekcie!**

strona 14

Wielkanocne wspomnienia

strona 18

Nowy termin Festiwalu Integracja Ty i Ja w Koszalinie

strona 20

O komunikacji i asertywności w Konarzewie

strona 22

Audyty



Pasja rodzi marzenia

Tak właśnie jest w przypadku Marcina Józefowicza, uczestnika Warsztatu Terapii Zajęciowej w Gnieźnie, który uwielbia sport i jest oddanym kibicem Klubu Koszykarskiego MKK Gniezno, Startu Gniezno i Lecha Poznań.

W tym nawale zajęć jest

też czas na spotkania

z przyjaciółmi i rozmowy

przy kawie.



fot. Sebastian Uciński

Marcin uwielbia oglądać mecze swoich drużyn z trybun, ale jest także zaangażowanym wolontariuszem. Na meczach koszykarskich ma bardzo odpowiedzialną funkcję Mopera i do jego zadań należy dbanie o właściwy stan parkietu. Wraz z przyjaciółmi rozgrywa także mecze piłki nożnej, sam gra na pozycji bramkarza. Jest dumnym zdobywcą pucharu dla najlepszego bramkarza na jednym z turniejów. To właśnie miłość do sportu sprawiła, że Marcin ma jedno marzenie, a właściwie dwa... zostać prezesem Startu Gniezno oraz Lecha Poznań!

Od pewnego czasu Marcin postanowił spróbować swoich sił w nurkowaniu, a że kocha pływać i poznawać podwodny świat, sprawia mu to wiele radości. To jednak nie wszystko. Poza swoimi pasjami Marcin bardzo mocno angażuje się w różne prace związane z budynkiem Warsztatów Terapii Zajęciowej. W czasie remontu pomaga przy malowaniu i innych pracach z tym związanych. Dbą również o ogród, który znajduje się za budynkiem.

Sebastian Uciński

INSTYTUCJA DOSTĘPNA – TERAZ!

ZAPRASZAMY DO UDZIAŁU W SZKOLENIACH

Fundacja MILI LUDZIE serdecznie zaprasza instytucje publiczne na warsztaty odbywające się w ramach projektu „Instytucja Dostępna – teraz!”.

Dla kogo warsztaty?

dla 15-osobowych grup pracowników jednostek użyteczności publicznej, znajdujących się na terenie województw: Wielkopolskiego, Lubuskiego, Dolnośląskiego i Kujawsko-Pomorskiego

Kiedy?

zgłoś swoją instytucję – wspólnie ustalimy dogodny termin

Podstawowe informacje:

czas trwania: 8 godzin dydaktycznych

liczba osób uczestnicząca w warsztacie:
maksymalnie 15

Jak będziemy pracować?

intensywnie i w dobrej atmosferze :)

doświadczając – wykorzystamy symulatory i ćwiczenia sensoryczne pozwalające poznać niektóre ograniczenia na własnej skórze

praktycznie – wspólnie przeprowadzimy audyt przestrzeni jednostki użyteczności publicznej wraz z podsumowaniem i rekomendacjami

Dzięki udziałowi w warsztatach

uczestnicy i uczestniczki zdobędą:

wiedzę o rodzajach i typach niepełnosprawności, definicjach niepełnosprawności, rodzajach orzecznictwa

wiedzę dotyczącą savoir-vivre wobec osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami

możliwość wymiany doświadczeń związanych z rozwiązywaniem problemów występujących podczas obsługi osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności

podstawowe informacje dotyczące projektowania przestrzeni oraz usług pod kątem specjalnych potrzeb osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami oraz umiejętności prawidłowego diagnozowania tych potrzeb

Zgłoszenia i więcej informacji:

tel. 603 78 24 78

e-mail: info@mililudzie.org

Organizatorem warsztatu jest Fundacja Inicjatyw Społecznych MILI LUDZIE.

Wspomnienia z wycieczki do Żarnowca



11 sierpnia wybraliśmy się dwiema grupami z WtZ w Konarzowie na wycieczkę do Żarnowca, niewielkiej miejscowości położonej w gminie Dopiewo. Znajduje się tam duży plac zabaw, boisko do gry w piłkę oraz piękna wiatra z ławeczkami i miejscem go grillowania. Dzięki uprzejmości gospodarza, Pani Marii, mieliśmy możliwość skorzystania z wiaty i aktywnie wykorzystać zaplanowane przedpołudnie.

Nasze wtorkowe spotkanie w letnim klimacie, odbyło się pod znakiem gier i zabaw integracyjnych na świeżym powietrzu. Były to: gra w kolanko, karaoke i uwielbiana gra w „Państwa – Miasta”. W ostatniej grze sami ustalaliśmy kategorie, wyszukując odpowiedniego słowa rozpoczynającego się na daną literę. Nam wyjątkowo do gry zamiast kartki posłużyła piłka. Wielu emocji tego dnia dostarczył również mecz piłki nożnej i gra w kalambury. Nietypowe hasła przedstawiane tylko i wyłącznie przy pomocy gestów nie były łatwym zadaniem. Słuchając i bawiąc się przy wybranych utworach muzycznych, ulubionych zespołów i wokalistów, bardzo miło spędziliśmy czas. W chwilach odpoczynku, popijaliśmy wspólnie kawę i zajadaliśmy pysze jagodzianki.



fot. archiwum WtZ w Konarzowie (3)

Wyjazd, który odbył się w drugiej turze, różnił się nieco od pierwszego wyjazdu. Obfitował w ekscytujące przygody, m.in. fotograficzne. Każdy z nas miał okazję być tym, kim chciał. Opieka była fantastyczna, a muzyka folkowa przeniosła nas w odległe krańce naszej planety. Spędzając czas na świeżym powietrzu, poczucie relaksu dopełniał kontakt z naturą.

To były piękne dni, pełne pozytywnej energii, emocji i radości. Dziękujemy serdecznie Pani Marii za udostępnienie wiaty a także bardzo miłe przeżycie.

Teresa Hoffa, Anna Dudziak
uczestniczki WtZ

„Teatr społeczny – strategię przetrwania” – zachęcamy do udziału w projekcie!



foto: Julia Gensina

Gdybyśmy zadali sobie pytanie o to, czy ktoś z Nas uważa siebie za osoby uprzedzone wobec osób z niepełnosprawnościami myślę, że mało kto stwierdziłby, że tak jest.

Spróbujmy więc zadać kolejne...

Kto z Nas przyjaźni się z osobą z niepełnosprawnościami? Kto włada językiem migowym? Kto umawiał się kiedykolwiek z osobą z niepełnosprawnością?

Odpowiedzi na powyższe pytania definiują w określony sposób sieć kontaktów społecznych, które są w stanie powiedzieć nam wiele o nastawieniu społeczeństwa do osób z niepełnosprawnościami. Zmiana powyższego stanu rzeczy, nie oznacza wyłącznie zmiany ustawodawczej czy nowatorskich rozwiązań architektonicznych. Wierzmy, że taniec oraz teatr ze swoją emancypacyjną mocą, są narzędziami budowania relacji oraz stopniowych mentalnych, społecznych przemian.

Nasz projekt dedykowany jest osobom z alternatywną motoryką (niepełnosprawnością fizyczną), zainteresowanych pracą artystyczną, w której głównym instrumentem i tematem jest ciało.

Planujemy cykl 15 cotygodniowych, dwugodzinnych warsztatów w Centrum Kultury Zamek w Poznaniu, podczas których będziemy poznawać się, dyskutować, wspólnie się poruszać,

Zgłoszenia zawierające kilka zdań o sobie i kilka dotyczących motywacji do wzięcia udziału w projekcie

prosimy kierować na adres:

dubnieszka.agilewicz@gmail.com

lub anielakokosza@gmail.com.

Zgłoszenia przyjmujemy

do 15.10.2020 roku!

odkrywać narzędzia pracy artystycznej, zadawać pytania i szukać odpowiedzi. Cykl spotkań zakończy się stworzeniem performatywnej instalacji w zrewitalizowanych przestrzeniach CK Zamek.

Do wspólnej pracy zapraszamy osoby zaangażowane, odpowiedzialne, otwarte na nowe doświadczenia.

Spotkania będą trwały od połowy października 2020 roku do połowy lutego 2021 roku. Rozpoczną się otwartym spotkaniem, podczas którego opowiemy o naszej idei, przybliżymy historię nurtu *disability studies*, zaczniemy się poznawać i wspólnie poruszać.

Spotkanie otwarte jest planowane na 17.10.2020 roku, godz. 11.00.

KolektTacz

**Agnieszka Dubilewicz, Aniela Kokosza,
Paulina Giwer-Kowalewska**





fot. archiwum Axis Dance Company, Marc Brew, Holland Dance Festival, Dance Abiej (3)

Wielkanocne wspomnienia

**W środę 17 kwietnia 2019 roku,
wspólnie z uczestnikami i terapeutami
z czeszewskiego Warsztatu Terapii Zajęciowej,
brałem udział w Wielkanocnym Śniadaniu.
Jak co roku wielkanocne śniadanie spożyliśmy
w pracowni gospodarstwa domowego. Tutaj
wszyscy razem się zbieramy, by wspólnie
świętować przy świątecznym stole.**

Najpiękniejsze Święta Wielkanocne to te, które spędzam w domu, w gronie rodzinnym. Pamiętam, jak byłem jeszcze dzieciakiem, to zawsze tuż przed świętami mama miała najwięcej pracy w kuchni. Pamiętam też zapachy – pieczonej babki, mazurka, sernika, a także pieczonego mięsa, czy parzonej kiełbasy... Mama z tatą robili warzywną sałatkę, nieco później pomagała im siostra. A w niedzielę wielkanocną, po porannej mszy rezurekcyjnej, na którą chodzili rodzice z siostrą i bratem, mama i siostra przygotowywały Wielkanocne Śniadanie. Pomimo czasów PRL-u (żywność była na kartki)

– na naszym świątecznym stole był baranek z masła zrobiony przez mamę, chleb, jajka, sałatka, kawałek mięsa pieczonego, bigos z kapusty i zwykła kiełbasa parzona, nieco później doszedł żurek, a na środku stołu na talerzu były pokarmy ze święconki poświęcone w Wielką Sobotę. Kiedy wszystko było już przygotowane, zasiedliśmy do stołu i podzieliliśmy się jajkiem.

Pamiętam także przygody z zajączkiem. Otóż u nas w domu przeważnie zajaczek chodził rano w pierwsze święto Wielkanocy, siostra, ja, a nieco później najmłodszy brat, szukaliśmy małych słodkich upominków od zajączka. Czasami trzeba było się sporo naszukać, aby je znaleźć, bo były w przeróżnych miejscach: pod szafą, za szafą, pod



fot. archiwum WTZ w Czeszewie

łóżkiem, na schodach, za lodówką, pod stołem, i w różnych zakamarkach. A czasami, jak była ładna ciepła pogoda, to i na dworze w ogrodzie: w krzaczkach, pod drzewami, w trawie i przy wejściu do domu. Przeważnie każdy z nas coś tam dostał od zajączka, czasami był to zajączek z cukru lub czekolady i cukierki, a czasami zamiast zajączka była kurka lub baranek, dużo później dostawaliśmy czekoladę i pomarańcze.

Pamiętam, jak w którąś Wielką Sobotę robiłem specjalne gniazdko z drewnianych klocków i sianka dla zajączka, a jak była ładna i ciepła pogoda, to robiłem na dworze pod krzaczkiem agrestu, bo był najbliżej domu. Wtedy byłem jeszcze w takim stanie sprawności, że potrafiłem dużo rzeczy zrobić

samemu. Ile wtedy było radości, jak się znalazło słodki upominek od zajączka! Te czasy miło się wspomina. Niestety, jak byliśmy coraz starsi, to tradycja zanikała. A w drugi dzień świąt, czyli tak zwany lany poniedziałek – Śmigus Dyngus – akurat u nas w domu nie ma takiej tradycji, aby się lać wodą, aż do suchej nitki. Tylko troszkę, tak obficie... :)

Pamiętam, jak wielką atrakcją w poniedziałek wielkanocny w moim Orzechowie był popołudniowy pochód przebierańców. Była tam baba, dziad, pan który grał na akordeonie, słomiany stwór, kominiarze, których wszyscy się bali, bo bardzo, oj bardzo każdego, kogo spotkali, traktowali sadzą z komina. Nie omijali nikogo, nawet samochodów. Mieli wóz i dwa konie, chodzili od domu do domu,

fot. archiwum WtZ w Czeszewie (5)



każdy gospodarz musiał zatańczyć z babą, a gospodyni z dziadem przy muzyce. Ile było wtedy śmiechu!

Pamiętam, jak zawsze w drugi dzień świąt przyjeżdżali do nas na kawę ciocia z wujkiem (niestety, już ich nie ma wśród nas), specjalnie żeby zobaczyć wspomnianych przebierańców.

Pamiętam też, jak mamę, tatę, ciocię i wujka kominiarze wysmarowali sadzą. Nawet nie wiedzieli jak i kiedy.

Wtedy rodzice byli młodzi, jak i wszyscy w rodzinie, i trochę inaczej to wszystko odbierali. Potem przyszły inne czasy, świat zaczął się zmieniać, wraz z nim

Polska i ludzie – także my i nasi rodzice, wszyscy się postarzelśmy, niektóre tradycje zanikły. Obecnie miejsce mamy w kuchni zajęła siostra, to ona wszystko przygotowuje na święta, a mama już tylko (i aż!) pomaga. Rodzinka nam się powiększyła, bo siostra i brat założyli rodziny, rodzice zostali dziadkami, a ja wujkiem. No i moja wieś Orzechowo też się zmieniła, rozbudowała.

W 2019 roku po kilkuletniej przerwie powrócono do starej, fajnej tradycji wielkanocnej. Otóż w drugi dzień świąt ulicami Orzechowa przeszedł orszak wielkanocnych przebierańców, była baba, dziad, kominiarz, pielęgniarz, niedźwiedź, śmierć, diabeł oraz zajączek, który prawdopodobnie rozdawał szczęście. I kto zobaczył zajączka, ten ma gwarantowane szczęście cały rok!



Właśnie ten zajączek zrobił mi taką niespodziankę, o której w ogóle nie myślałem, bo przyszedł do mnie z grupą przebierańców złożyć mi życzenia. Gdy mama mi powiedziała, że przyszli do mnie przebierańcy z zajączkiem to byłem bardzo zaskoczony! I gdy wyszedłem na dwór, to nawet nie wiedziałem, co mam powiedzieć. Zajączek złożył mi tak piękne życzenia, że myślałem, że się rozplaczę ze wzruszenia. A tym zajączkiem była osoba, którą bardzo lubię. Kto? Niech to pozostanie moją słodką tajemnicą! Na zakończenie zrobiliśmy sobie wspólne zdjęcie. Dla mnie naprawdę była to wielka niespodzianka.

Zbigniew Strugała



Nowy termin Festiwalu Integracja Ty i Ja w Koszalinie

W tym roku Europejski Festiwal Filmowy Integracja Ty i Ja odbędzie się od 3 do 7 listopada. Powód przełożenia tradycyjnego terminu, czyli z pierwszego tygodnia września, jest jasny. Koronawirus pokrzyżował plany imprezom wielkim, dużym i małym, lokalnym, ogólnokrajowym i międzynarodowym. Ich organizatorzy muszą mieć na względzie przede wszystkim zdrowie i bezpieczeństwo gości i uczestników.

Organizatorzy Festiwalu, Koszalińskie Towarzystwo Społeczno-Kulturalne, liczą, że w listopadzie uda się zorganizować wydarzenie w formie stacjonarnej.

Tymczasem poznaliśmy plakat tegorocznej edycji Festiwalu. Jego autorem jest Grzegorz Otulakowski, który od czterech lat współpracuje z organizatorami wydarzenia.

Grzegorz Otulakowski jest koszalinianinem, absolwentem Państwowego Liceum Sztuk Plastycznych, studiował też na Wydziale Malarstwa, Grafiki i Rzeźby PWSSP w Poznaniu.

Plakat – jak podkreśla – to dla niego fantastyczna forma wypowiedzi artystycznej, ponieważ jest nieoczywisty: „Plakat musi mieć drugie dno, zawierać w sobie jakąś zagadkę. To trochę rebus. Mamy trzy sekundy na jego odbiór i te trzy sekundy muszą zostać nam w głowie” – mówi artysta.

Dla Grzegorza Otulakowskiego ważne jest literactwo, którego, jak podkreśla, nauczył się w koszalińskim

liceum plastycznym. Cechą charakterystyczną jego plakatów festiwalowych jest litera „c” w słowie „integracja” w formie powszechnie znanego symbolu osoby z niepełnosprawnością, na na wózku.

Zaprojektowanie plakatu festiwalu Integracja Ty i Ja było dla Grzegorza Otulakowskiego sporym wyzwaniem. Jak mówi, chciał wyrazić przede wszystkim emocje wiążące się z niepełnosprawnością. Zastanawiał się, jakie uczucie odezwałoby się w nim, gdyby go dotknęła. Ruch głowy rudowłosej dziewczyny na plakacie wyraża jej silne emocje, a my patrzymy na postać poprzez oko filmowej kamery i wyobrażamy sobie, co czuje. Plakat jest jak film: każdy odbiera go inaczej, każdy rozumie po swojemu.

Przypominamy, że od wielu lat „WóTeZet” jest patronem medialnym Festiwalu.

**Red
na podstawie materiałów
przesłanych przez organizatorów**



O komunikacji i asertywności w Konarzewie

**Podczas trzydniowych warsztatów
o komunikacji i asertywności, które
odbył się w dniach 10-12 sierpnia br.,
w Warsztacie Terapii Zajęciowej
„Promyk” w Konarzewie, uczestnicy
i uczestniczki dowiedzieli się o roli
i znaczeniu komunikacji
interpersonalnej.**

Uczyliśmy się, czym jest komunikacja werbalna i niewerbalna, wykonywaliśmy ćwiczenia rozwijające komunikację, tworzyliśmy także plakaty. W czasie dyskusji zastanawialiśmy się nad tym czym jest komunikacja i co się na nią składa. Rozmawialiśmy o asertywności i poczuciu własnej wartości a także o metodach radzenia sobie ze stresem.

Podczas warsztatu rozmawialiśmy również o tym, co dzieje się z naszym ciałem, kiedy czujemy stres, w jaki sposób stres oddziałuje na nasze ciało i zachowanie. Zapoznaliśmy się również z kategoryzacją zachowań, począwszy od tych asertywnych po uległe. Dowiedzieliśmy się również jak ważny w komunikacji jest wzajemny szacunek. Podczas naszego spotkania wykorzystywaliśmy również różnego rodzaju materiały: gry, karty ze zdjęciami, tworzyliśmy kolaże o komunikacji niewerbalnej. Podczas wspólnych warsztatów poszerzyliśmy swoją wiedzę, a także zdobyliśmy nowe umiejętności.

Serdecznie dziękujemy Pani Kasi za przeprowadzone warsztaty, specjalistyczną wiedzę, ale także za optymizm i sposób prowadzenia warsztatu, dzięki któremu wspólnie spędzone dni i czas były nie tylko pracą, ale i ogromną przyjemnością.

Kamila Gibka

Uczestniczka WTZ w Konarzewie



foto: archiwum WTZ w Konarzewie (3)



Audyty

Fundacja Inicjatyw Społecznych MILI LUDZIE prowadzi audyty dostępności instytucji publicznych i komercyjnych pod kątem ich dostępności dla osób z różnymi typami niepełnosprawności i osób starszych.

Nasi eksperci posiadają wieloletnie, udokumentowane doświadczenie w przeprowadzaniu audytów dostępności instytucji publicznych oraz firm komercyjnych.

Dotychczas przeprowadzaliśmy audyty dostępności w kilkudziesięciu obiektach, m.in. w jednostkach Urzędu Miasta Poznania, Wielkopolskiego Urzędu Marszałkowskiego, obiektach kulturalnych i sportowych w Wielkopolsce, a także w firmach komercyjnych stolicy Wielkopolski.

W ramach audytów dostępności oferujemy m.in.:

- Wizytację obiektu przez zespół ekspertów ds. dostępności
- Przygotowanie raportu na temat aktualnej dostępności obiektu lub przestrzeni dla osób z niepełnosprawnościami i osób starszych
- Przygotowanie uwag i rekomendacji dotyczących zwiększenia dostępności obiektu lub przestrzeni
- Opracowanie planu wdrażania rekomendowanych zmian (włącznie z opcją wsparcia architektonicznego).

Wszystkie zainteresowane instytucje publiczne i firmy komercyjne zapraszamy do kontaktu!

info@mililudzie.org

Tel: 603 78 24 78



**Dorota Szpak, „A może nad morze”, WTZ w Grabowicy,
wyróżnienie w kategorii malarstwo i witraż, XVII edycja
ogólnopolskiego konkursu plastycznego „Sztuka Osób
Niepełnosprawnych”**



Dominik Szafran, „Moja łódź - mój dom”, Powiatowy Środowiskowy Dom Samopomocy w Lidzbarku Warmińskim, wyróżnienie w kategorii rzeźba kameralna i płaskorzeźba, XVII edycja ogólnopolskiego konkursu plastycznego „Sztuka Osób Niepełnosprawnych”