

# SPOŁECZEŃSTWO *dla* WSZYSTKICH



NR 3 (77) WRZESIEŃ 2021

ISSN 1506-9877



**KRĘGI POZYTYWNEJ ZMIANY**

**OGÓLNOPOLSKI ZLOT DZIENNIKARZY**

**RADIA SOVO – radość wspólnej nauki i zabawy**



# Lodołamacze Regionalne 2021



Nagroda została wymyślona w 2006 r. przez Fundację Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych powołaną przez Polską Organizację Pracodawców Osób Niepełnosprawnych. Przyznawana jest dwuetapowo: w czterech makroregionach oraz na gali ogólnopolskiej.

Lodołamacz symbolizuje łamanie stereotypów i uprzedzeń, a przede wszystkim kruszenie „lodów obojętności na los osób z niepełnosprawnością, w szczególności na rynku pracy”.

W regionie północno-wschodnim w kategorii **Instytucja II** miejsce i srebrny medal otrzymało Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością intelektualną **Koło w Ostródzie**.

W kategorii **Rehabilitacja Społeczno-Zawodowa I** miejsce i statuetkę otrzymał Zakład Aktywności Zawodowej Koła PSONI w Ostródzie.



Fot. Archiwum Koła PSONI w Ostródzie

W kategorii **Otwarty Rynek I** miejsce przyznano **Ciekawej Spółdzielni Socjalnej z Gdańska**.

Ciekawą Spółdzielnię Socjalną powołały PSONI Koło w Gdańsku oraz Fundacja Teneo. Spółdzielnia prowadzi CIEkawą kawiarnię oraz kuchnię, tworząc miejsca pracy dla osób zagrożonych wykluczeniem społecznym. Głównie są to absolwenci Warsztatów Terapii Zajęciowej.



Fot. Archiwum Koła PSONI w Gdańsku



To jest artykuł wstępny. Piszemy w nim, o czym możesz przeczytać w tym numerze pisma. Artykuły w tekście łatwym do czytania są oznaczone takim symbolem:

Najważniejszym tematem są Kręgi Wsparcia osób z niepełnosprawnością intelektualną. Do Kręgu Wsparcia należą osoby, które pomagają jej stać się bardziej samodzielną.

Możesz przeczytać jak Kręgi Wsparcia pomogły pani Annie i panu Dominikowi.

Jeśli pracujesz lub chcesz pracować przeczytaj artykuł o mobbingu. Mobbing jest wtedy gdy ktoś w pracy robi ci przykrość. Boisz się tego kogoś. Trwa to długi czas i często się powtarza.

Przedstawiamy też pana Piotra z Poznania. Pan Piotr nie mówi i nie słyszy. Jest głuchy. Pan Piotr robi dużo dobrych zdjęć. Sam się tego nauczył. Pomogły mu informacje z internetu.

Teraz opowiada innym za pomocą zdjęć. Opowiada co właśnie widział, co go zaniekało.

Jak zwykle zamieszczamy w środku pisma krzyżówkę i zagadki. Zachęcamy do ich rozwiązania. Za dobre odpowiedzi możesz dostać nagrodę!

Redakcja

Wydawca: Zarząd Główny Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną

Adres: 02-639 Warszawa, ul. Głogowa 2B  
Tel.: 22 848-82-60, 22 646-03-14, Fax: 22 848-61-62  
e@mail: redakcja@psoni.org.pl www.psoni.org.pl  
Konto: PEKAO SA 32 1240 5992 1111 0000 4773 3990  
Redaguje: Zespół  
Nakład: 3500 egz.

**Drodzy Czytelnicy,**

Trzeci tegoroczny numer „Społeczeństwa dla Wszystkich” otwierają teksty poświęcone Kręgom Wsparcia. Czym są Kręgi Wsparcia? Szansą dla rodzin, które zastanawiają się nad zabezpieczeniem przyszłości swojego dziecka, tak aby zostało ono w środowisku lokalnym wśród przyjaznych, pomocnych ludzi. Jak te założenia są realizowane w praktyce? Pokazują to portrety dwóch osób z niepełnosprawnością intelektualną, wokół których zbudowano Kręgi Wsparcia. Dzięki Kręgom pani Anna z Gdańska i pan Dominik z Jarosławia otrzymują wsparcie niejako szyte na miarę i realizują ważne dla siebie osobiste cele.

Na s. 7 Anna Kwiatkowska dzieli się z Czytelnikami wrażeniami z Ogólnopolskiego Zlotu Dziennikarzy Radia SoVo. Wrażeniami bardzo silnymi, bo uczestnicy projektu z całej Polski, po roku (covidowym) pracy zdalnej po raz pierwszy spotkali się osobiście. Wkrótce będziemy mogli poznać jeden z efektów tego zlotu – audycje na żywo nadawane w Radiu SoVo!

Z pewnością zainteresowanie Czytelników wzbudzi artykuł dr Beaty Gumienny z Koła PSONI w Przemyślu (s. 9). Opisała ona home sharing – stosowaną w Irlandii formę wspierania osób z niepełnosprawnościami oraz ich rodzin. Wspierania udzielanego w sposób profesjonalny i systematyczny, dającego rodzinom możliwość odpoczynku i zregenerowania zasobów. Należy mieć nadzieję, że forma ta szybko znajdzie realizatorów i środki na jej prowadzenie w Polsce.

Ewa Szafranek napisała o Centrum DZWONI – z okazji 15-lecia jego działalności. Przedstawiła dwóch różniących się zasadniczo klientów warszawskiego Centrum: pana Mariusza i pana Łukasza oraz przebieg ich kariery zawodowej. Na czym polega ta zasadnicza różnica, można przeczytać na s. 16.

W tym numerze zamieszczamy także pierwszą część tekstu łatwego do czytania i zrozumienia na temat mobbingu (s. 18). Zjawiska niszczącego osoby go doświadczające, jednak coraz częściej występującego niemal we wszystkich środowiskach zawodowych. Dobrze jest przygotować osoby z niepełnosprawnością intelektualną – pracujące i poszukujące pracy – na możliwość zetknięcia się z tym zagrożeniem.

Twórcą goszczącym w tym numerze pisma jest Piotr Żołdak z Poznania. Piszący o Nim terapeuci z Warsztatu Terapii Zajęciowej „Przyjaciele” Koła PSONI w Poznaniu (s. 24) słusznie nazwali go kronikarzem codzienności. Pasją pana Piotra jest fotografia. Za pośrednictwem zdjęć komunikuje się On z otoczeniem, ponieważ nie mówi, jest osobą głuchą. Jego prace pokazywano na wielu wystawach, a kilka z obiektów fotografowanych przez pana Piotra zdobi naszą trzecią okładkę.

Jak zawsze zachęcamy również do rozwiązania zagadek przygotowanych przez Zagadkowego Redaktora.

Życzymy wszystkim Czytelnikom pogodnej i zdrowej jesieni.

Redakcja

W sprawie umieszczenia ogłoszeń prosimy o kontakt z Redakcją. Materiałów nie zamówionych Redakcja nie zwraca. W przypadku wykorzystania artykułów lub ich fragmentów prosimy o zamieszczenie informacji: „źródło: SPOŁECZEŃSTWO dla WSZYSTKICH, nr 3 (77) WRZESIEŃ 2021”.

**KRĘGI POZYTYWNEJ ZMIANY**

Paweł Jordan

2

**OGÓLNOPOLSKI ZLOT  
DZIENNIKARZY RADIA SOVO**

Anna M. Kwiatkowska

7

**HOME SHARING  
– GOSZCZENIE W DOMU**

dr Beata Gumienny

9

**ZAGADKOWE STRONY**

Piotr Sochalski

11

**MOJE WAKACJE**

Tomasz Czuchrowski

15

**PIĘTNAŚCIE LAT SATYSFAKCJI**

Ewa Szafranek

16

**MOBBING**

Katarzyna Kluz, Justyna Ziętek,  
Katarzyna Buryło

18

**WARSZTATY DLA SELF-ADWOKATEK  
I SELF-ADWOKATÓW**

Klaudia Majewska

20

**OLIMPIADA MARZEŃ**

Julia Jaroń

23

**KRONIKARZ CODZIENNOŚCI**

Kadra WTZ „Przyjaciele” w Poznaniu

24



Fot. (z drona) Anna Galeniewicz

Na okładce:

Uczestniczki i uczestnicy  
Ogólnopolskiego Zlotu Dziennikarzy  
Radia SoVo w Falentach koło Warszawy.

(czytaj na stronie 7)



# Lodołamacze Regionalne 2021



**Lodołamaczem Specjalnym 2021** regionu północno-wschodniego została **Joanna Cwojdzńska**, przewodnicząca Zarządu Koła w Gdańsku i wiceprezesa Zarządu Głównego PSONI.



Fot. Archiwum Koła PSONI w Gdańsku

Na zdjęciu:  
Laureatka z dyrektorem  
Oddziału Pomorskiego  
PFRON,  
Dariuszem Majorkiem.

W regionie południowo-wschodnim **Lodołamaczem Specjalnym 2021** został **Mariusz Mituś**, przewodniczący Zarządu Koła w Jarosławiu i wiceprezes Zarządu Głównego PSONI.



Fot. Archiwum Koła PSONI w Jarosławiu

**A to nie koniec wrześnieowych wyróżnień dla ludzi i dzieł PSONI!**

10 września Nagrodę **IDOL** Fundacji Szansa dla Niewidomych podczas dorocznej Konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND otrzymała **dr Monika Zima-Parjaszewska**, prezeska Zarządu Głównego PSONI. Nagroda jest przyznawana tym, którzy „w swoim życiu kierują się dobrem dla drugiego człowieka, a ich działania skierowane są w stronę środowiska niewidomych”.



Fot. Archiwum własne

Obszar budowania wsparcia środowiskowego, dobrego życia w społeczności i bezpiecznej przyszłości dla osób z niepełnosprawnością intelektualną jest jednym z najważniejszych wyzwań stojących przed środowiskiem osób z niepełnosprawnością intelektualną, ich rodzin, profesjonalistów oraz otoczenia społecznego. To konieczność wspierania samodzielności i dobrego życia w społeczności osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz wypracowanie rozwiązań dotyczących sytuacji zabezpieczenia prawno-finansowego, mieszkaniowego i społecznego tych osób, gdy z przyczyn naturalnych tracą oparcie w rodzinie lub gdy rozpoczną samodzielne życie.

## KRĘGI WSPARCIA

OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ

Dlatego konieczne jest tworzenie wokół osób z niepełnosprawnością intelektualną społecznej sieci przyjaznych ludzi – **kręgów wsparcia**. Sieci, które przekraczają granice sektorowe, branżowe i organizacyjne, pozwalają na pełne uczestniczenie osób z niepełnosprawnością intelektualną wraz z rodzinami w życiu społeczności, a także stwarzają tym osobom możliwość pozostania w dotychczasowym środowisku także po odejściu ich opiekunów. Taka sieć służy integrowaniu kilku obszarów pomocowych w jeden sprawnie działający środowiskowy system wsparcia obejmujący: oparcie społeczne (budowanie kręgów wsparcia, wspieranie aktywności osoby z niepełnosprawnością, praca z rodzinami, samopomoc), zabezpieczenie prawne, finansowe i mieszkaniowe oraz zaplecze rehabilitacyjno-reintegracyjne.

Inspiracja pochodzi od kanadyjskiej organizacji PLAN (<https://plan.ca/>), w której wypracowano wsparcie środowiskowe dla rodzin w odpowiedzi na pytanie: Co stanie się z dzieckiem z niepełnosprawnością, kiedy jego rodzice lub opiekunowie odejdą?

### Czym są kręgi wsparcia:

- ◆ Szansą **dla rodzin**, które zastanawiają się nad zabezpieczeniem przyszłości swojego dziecka, tak aby zostało ono w środowisku lokalnym i nie trafiło do DPS-u.
- ◆ Szansą **dla osoby z niepełnosprawnością intelektualną** na pozostanie w jej społeczności lokalnej, wśród przyjaznych, pomocnych ludzi.
- ◆ Szansą na spokojne **przygotowanie się i zaplanowanie**, pod okiem specjalistów, zabezpieczenia mieszkaniowego i finansowego dla osoby z niepełnosprawnością intelektualną.
- ◆ Szansą **dla rodzin i osób z niepełnosprawnością intelektualną** na udział w procesie otwierania środowiska lokalnego na te osoby oraz ich potrzeby.

### Model kręgów wsparcia opiera się na trzech filarach:

1. **Planowaniu skoncentrowanym na osobie** (Person Centered Planning),
2. **Partnerskiej współpracy z rodzinami**,
3. **Pracy ze społecznością i w społeczności**.



**Paweł Jordan**  
Prezes Stowarzyszenia BORIS

## Kręgi pozytywnej zmiany



Kluczową kwestią jest planowanie przyszłości w oparciu o zasoby i potencjał osoby z niepełnosprawnością intelektualną oraz stworzenie wokół niej kręgu wsparcia, który otoczy ją przyjazną siecią sojuszników ze sfery formalnej i nieformalnej. Potrzebni są partnerzy ze społeczności, którzy wesprą ten proces. Na przykład Ośrodek Pomocy Społecznej, ośrodek zdrowia, dom kultury, parafia, organizacja pozarządowa. Daje to szansę na rozwój i społeczne zaspokojenie potrzeb osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Poza tym stwarza szansę na uregulowanie i zaplanowanie jej sytuacji prawnej i finansowej, zabezpieczenie miejsca do życia (domu) oraz zapewnienie środków utrzymania. Działania są prowadzone równoległe w dwóch perspektywach. **Perspektywa długofalowa** to planowanie bezpiecznej przyszłości osoby z niepełnosprawnością intelektualną i zabezpieczeń na przyszłość. **Perspektywa krótkofalowa** to dążenie do zapewnienia tej osobie udanego życia tu i teraz, dążenie do polepszenia jakości jej życia i uzyskania przez nią samodzielności. Planowanie przyszłości zmienia teraźniejszość. Jeśli chcemy, aby osoby z niepełnosprawnością intelektualną dobrze żyły i pozostały w społeczności, musimy działać tu i teraz. Bo przyszłość zaczyna się dziś.

Pierwsze kręgi wsparcia rozpoczęły działanie w Warszawie i jeden z nich działa do dzisiaj. Następnie model „Bezpieczna przyszłość” testowano w ośmiu miejscowościach: Jarosławiu, Nidzicy, Biskupcu, Ostródzie, Suwałkach, Elblągu, Gdańsku, Goleniowie. Realizatorami byli: Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną (Zarząd Główny i siedem Kół PSONI), Stowarzyszenie Biuro Obsługi Ruchu Inicjatyw Społecznych BORIS, Stowarzyszenie Rodziców i Przyjaciół Dzieci Niewidomych i Słabo-

widzących „Tęcza”, Stowarzyszenie Horyzont, Uniwersytet Warszawski oraz ośmiu partnerów samorządowych. Projekt realizowano w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014–2020, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej – Europejskiego Funduszu Społecznego.

Udało się stworzyć dla 80 osób z niepełnosprawnością intelektualną plany na bezpieczną przyszłość i kręgi wsparcia wokół nich. W każdym z ośmiu miejsc docierano do społeczności i włączano osoby z niepełnosprawnością intelektualną do aktywności dostosowanych do ich możliwości i talentów. Osoby te zaczęły być postrzegane jako pełnoprawni obywatele. W 2021 roku do testowania modelu „Bezpieczna przyszłość” dołączyły Koła PSONI w Bytomiu, Tarnowie oraz Zgierzu. Obecnie w te działania jest zaangażowane 12 społeczności.



### Przykłady zmiany

**Wypowiedź mamy z Jarosławia:** „Mój syn dzięki udziałowi w kręgach wsparcia stał się bardziej otwarty na relacje z innymi, chętnie uczestniczy w spotkaniach i warsztatach, bierze też w nich aktywny udział. Nigdy nie chciał korzystać z telefonu, obecnie chętnie odbiera połączenia i oddzwania. Zauważyłam większą radość u syna”.

**Wypowiedź mamy z Ostródy:** „Uczestnicząc w projekcie »Bezpieczna przyszłość«, realizuję się jako rodzic osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Dało mi to siłę w dokonaniu zmian w życiu moim i mojego syna. Współpraca z prawnikiem i psychologiem skłoniła mnie do rozvodu z uzależnionym partnerem. Decyzja ta miała ogromny wpływ na mnie i równowagę psychiczną mojego syna. Obecnie ze spokojem i nadzieją patrzę w przyszłość, wiedząc, że mogę liczyć na współpracę tak dużego grona życzliwych osób”.

**Przykład pana Aleksandra z Jarosławia.** Odkąd przystąpił on do kręgów wsparcia, częściej spotyka się z ludźmi. Chętnie bierze udział w różnych spotkaniach. Przypadły mu do gustu zwłaszcza spotkania w Miejskiej Bibliotece Publicznej, gdzie odbywają się projekcje filmów. Od niedawna zaczął też chodzić na zajęcia sportowe i doradczo-psychologiczne organizowane przez Klub Absolwenta WTZ. Korzystając z różnych form aktywności, pan Aleksander ma kontakt z kolegami z WTZ i poszerza grono swoich znajomych. Od stycznia 2020 roku jest pracownikiem przedsiębiorstwa GPR Guma Plastik i Recykling. Praca dodała mu wiary w siebie, podwyższyła jego samoocenę i uczyniła go bardziej otwartym. Sprawiała poza tym, że pan Aleksander patrzy bardziej optymistycznie w przyszłość. W rozmowie ze specjalistką do spraw rodzin stwierdził: „Jestem bardzo zadowolony ze swojego obecnego życia”. Jego siostra dodała: „Cała droga jego aktywności i korzystania z wiedzy i pomocy specjalistów, którzy z nim pracowali i pracują, pozwoliła Olkowi uwierzyć w siebie, nabrać pewności, że warto pracować, warto się dyscyplinować. Zrozumiał również, że przy jego schorzeniu bardzo ważne jest systematyczne leczenie”. Pan Aleksander przygotowuje się do samodzielnego życia ze wsparciem. Ma już zabezpieczenie mieszkaniowe i finansowe, wie, na kogo może liczyć. Coraz częściej podejmuje decyzje i wchodzi w relacje z ludźmi. ▶▶





## » Przyszłość



Aby model rozwijał się w społecznościach, powinno powstać Centrum Kręgów Wsparcia, które będzie motorem napędowym działań. Należy też podkreślić, że może go realizować każda placówka, instytucja, organizacja, jeżeli zechce otworzyć się na potencjał osób z niepełnosprawnością intelektualną, ich rodzin oraz społeczności.

Tworzony system środowiskowy to przykład deinstytucjonalizacji. Jest zgodny z postanowieniami Konwencji ONZ o prawach osób z niepełnosprawnościami.

Kręgi wsparcia uwzględniono w krajowej Strategii na rzecz Osób z Niepełnosprawnościami 2021–2030 uchwalonej przez rząd 16 lutego 2021 roku<sup>1</sup>.

Zapraszamy na stronę [www.kregiwsparcia.pl](http://www.kregiwsparcia.pl)



Kręgi Wsparcia są tworzone dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Do Kręgu Wsparcia należy kilka znajomych osób. Pomagają one osobie stać się bardziej samodzielna.

Są to na przykład asystent, psycholog, trener pracy, sąsiadka, pani z klubu.

Pani Anna dzięki Kręgowi Wsparcia zamieszkała w mieszkaniu ze wspomaganiami.

Uczy się gospodarowania pieniędzmi.

Dołączyła do grupy rysowniczej.

Robi też zdjęcia i zbiera je w albumie.

Wyraża swoje zdanie. Ma nowych znajomych.

Pan Dominik dzięki Kręgowi Wsparcia uczy się gotować. Uczy się też robić zakupy. Uczy się dobrze gospodarować pieniędzmi.

Umie już lepiej wykorzystywać swój czas. Wyznaczył sobie cele na przyszłość.

Osoby z Kręgu Wsparcia pomagają Panu Dominikowi realizować te cele.

<sup>1</sup> Uchwała nr 27 Rady Ministrów (MP 2021 poz.218) [M20210218.pdf \(sejm.gov.pl\)](https://sejm.gov.pl/M20210218.pdf)

## Pani Anna

Anna Frąckiewicz usłyszała o kręgach wsparcia w listopadzie 2018 roku. Niepewnie przyszła na pierwsze spotkanie ze specjalistkami. Od początku wyróżniały ją nienaganne maniery. Kiedy poznała cel oraz ideę projektu, nieśmiało wyraziła chęć uczestniczenia w nim słowami: „Może fajnie będzie spróbować. Chciałabym poznać więcej osób i tak mieć kogoś do porozmawiania”.

Okazało się już w pierwszych tygodniach, że pani Anna uczestniczy w zajęciach w ŚDS, popołudniami pracuje, a poza tym wspiera rodziców w prowadzeniu domu. Pytana o zainteresowania odpowiadała: „Jak mam czas, lubię przeczytać książkę, obejrzeć jakiś serial w telewizji. Ale tak to muszę mamie pomagać. Tacie też”.

Kolejne etapy działań, a także zawężenie zakresu współpracy ze specjalistami wspierającymi panią Annę pozwoliły na przeprowadzenie dogłębnego wywiadu środowiskowego. Obowiązki spoczywające na pani Annie wymagały od niej rezygnowania z własnych potrzeb. Jej rodzice z powodu własnych trudności i zaufania nieodpowiednim osobom podjęli niekorzystne zobowiązania finansowe. Próbowali rozwiązać swoje problemy i obarczyli tym również panią Annę. Sytuacja przerosła ją do tego stopnia, że poświęciła ona wszystkie swoje zarobki na ratowanie rodziców. Swoją pracę organizowała tak, by wspierać rodziców nie tylko w codziennych czynnościach, ale również finansowo. Jej priorytetami stały się potrzeby rodziców. Z tego powodu nie dbała o własny dobrostan.

Działania wspierające panią Annę zaowocowały spotkaniami zespołów planistycznych. Stały się one początkiem budowania jej kręgu wsparcia. Pierwszy zespół składał się z kierownika ŚDS, trenerki pracy, psycholożki, terapeutki, pracowniczki socjalnej i prawników. W spotkaniach razem z panią Anną brał udział jej ojciec. Pierwsze zadania zmierzały do zabezpieczenia finansowego pani Anny poprzez rozwiązanie niekorzystnych umów.

Chociaż pieniądze szczęścia nie dają, to zdecydowanie brak zadłużeń zapewnia poczucie spokoju. Takie poczucie zapewnia także możliwość zasięgnięcia porady prawnej przed podpisaniem dokumentów o treści nie do końca zrozumiałej.



To, co zaprzętało myśli i pochłaniało energię pani Anny, zostało wyjaśnione dzięki życzliwym osobom. Pani Anna zyskała nowe możliwości. Została lokatorką mieszkania ze wsparciem. Uczy się gospodarować zarobionymi pieniędzmi. Może liczyć również na wsparcie asystentek.

Wraz z wolnym czasem u pani Anny pojawiła się motywacja do eksplorowania otoczenia. Zainteresowała się ona ofertą klubu sąsiedzkiego Cafe Albert w swojej dzielnicy. Dzięki lokalnej animatorki dołączyła do grupy rysowniczej. I to całkiem innej niż ta, którą znała wcześniej. W Albercie rysuje się, owszem, ale podczas spaceru i zwracając uwagę na otoczenie.

Tak małymi krokami pani Anna zaczęła rozwijać swoje nowe odkryte pasje. W czasie wolnym układa piosenki, ogląda filmy i tworzy prace plastyczne. Przy wsparciu asystentki uczy się korzystać z atrakcji, jakie zapewnia miasto. I każdą przyjemną chwilę dokumentuje, robiąc zdjęcia. Po wywołaniu umieszcza je w albumie. Zaczęła także interesować się swoim wyglądem. Po wysłuchaniu wskazówek udzielanych przy kawie przez wolontariuszkę zaczęła zwracać uwagę na rozmiar ubrań oraz ich schludny wygląd.

Patrycja, asystentka pani Anny, stwierdziła: „Moim zdaniem największą zmianą w Ani jest to, że nie jest bierna w stosunku do innych ludzi. Zaczęła otwarcie wyrażać swoje zdanie i decyduje, na co ma ochotę”.

Teraz panią Annę w weekend można spotkać w oceanarium lub kinie. Na jej twarzy często gości szeroki uśmiech. Zapytana, jak mija jej czas, odpowiada: „Dobrze. Byłam u rodziców, pomóc posprzątać i zanieść upieczone z wolontariuszką babeczki”.



## Cafe Albert

Gdańsk to piękne miasto. Pełne atrakcji. Z bogatą ofertą kulturalną. Nic dziwnego, że przyciąga tłumy turystów... A to okazało się utrudnieniem w budowaniu kręgów. Bo jak zawęzić relację w społeczności miasta, kiedy napotykamy jedynie przyjezdnych? Kiedy czujemy się zagubieni, bo gdy szukamy wsparcia, słyszymy zdania w obcym nam języku. Duże miasto oferuje wiele możliwości rozwoju, ale jednocześnie czyni każdego anonimowym. Czy zatem Gdańskie Kręgi Wsparcia miały być pozbawione wartości, jaką są relacje sąsiedzkie?



O nie! Rozwiązaniem tego problemu okazały się inicjatywy społeczne. Zaangażowanie animatorów lokalnych w ideę Bezpiecznej Przyszłości osób z niepełnosprawnością intelektualną sprawiło, że kręgi trafiły wprost do Klubu Sąsiedzkiego Cafe Albert. Przesympatyczna pani Olga, pełniąc funkcję animatorki klubu, zapoznała się z projektem oraz ideą Kręgów Wsparcia. Najwyraźniej przypadły jej do gustu.

Z obecnej perspektywy można powiedzieć, że pani Olga jest prawdziwą Gospodynią Cafe Albert. Z naturalnością i ciepłem zaangażowała się w działania zmierzające do zapewnienia dostępności klubu dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Albert jest przestrzenią otwartą dla wszystkich. Zajęcia tu organizowane są kierowane przede wszystkim do mieszkańców dzielnicy Wrzeszcz Dolny. Jednak pani Oldze zależy, żeby Klub mogli odwiedzać wszyscy zainteresowani. Jest on przyjazny dla każdego. Najlepiej, żeby każdy przekonał się o tym sam.

W klubie realizowane są zajęcia stałe, cykliczne oraz wydarzenia okolicznościowe. Zapisywać się na wydarzenia można w internecie, telefonicznie albo osobiście u pani Olgi. W Klubie spędza się czas wolny aktywnie, dzieląc przestrzeń z innymi gośćmi. Na miejscu dostępne są komputery, biblioteczka oraz aneks kuchenny z pyszną kawą.

Wzięcie udziału w spacerze rysunkowym rozpoczęło włączenie uczestników projektu w aktywności sąsiedzkie. Były to zajęcia cykliczne: absolwentka ASP z grupą zainteresowanych osób zwiędzała Wrzeszcz. W trakcie spaceru zaplanowano postoje na szybkie szkicowanie wybranych elementów przestrzeni miejskiej. Kręgowicze w taki sposób lepiej poznawali swoje miejsce zamieszkania, a także integrowali się społecznie. Wymiana wrażeń dotyczących widzianych miejsc stała się punktem wyjścia do nawiązania relacji. W trakcie takiego spaceru jak najbardziej na miejscu jest rozmowa o pogodzie!

Początkowo w spacerach rysunkowych brała udział także specjalistka z Kręgów Wsparcia. Z czasem jednak poczuła, że bierze udział w spacerach tylko jako gość. Żyły zespół nie potrzebował fachowego wsparcia. Pani Anna i pani Maria biorące udział w spacerach nawiązały znajomości z animatorką klubu, instruktorką zajęć oraz innymi uczestnikami. Naturalne stało się dla wszystkich korzystanie z innych propozycji Klubu.

Mieszkające we Wrzeszczu pani Anna i pani Maria zaangażowały się też w projekt fotograficzny „Jestem z Wrzeszcza”. Pierwszym etapem było wzięcie udziału w sesji fotograficznej w wybranym miejscu w dzielnicy Wrzeszcz Dolny. To był świetny pretekst, by złamać przepisy i pozować na środku ronda! Oczywiście tylko raz i tylko przez chwilę. Na koniec stworzono plakat ze wszystkimi mieszkańcami Wrzeszcza biorącymi udział w zabawie. Można go podziwiać w budynku rady dzielnicy.

Klub Cafe Albert można nieco żartobliwie nazwać małą dystrybutorią Kręgów Wsparcia. Pani Olga zaangażowała się w kampanię kręgową i dlatego w klubie są dostępne ulotki, naklejki i plakaty edukacyjno-informacyjne na temat Kręgów.

Opracowanie: Specjalistki w projekcie „Bezpieczna przyszłość” z Gdańska



## Pan Dominik

Dominik Burlikowski ma 31 lat i mieszka z rodzicami i dziadkiem w domu jednorodzinnym w Jarosławiu.

Praca z panem Dominikiem jest zgodna z podejściem Planowania Skoncentrowanego na Osobie (PSO), które umożliwia wyznaczenie takich celów, dzięki którym będzie mógł on przygotować się do samodzielnego życia ze wsparciem (ma orzeczoną umiarkowaną stopień niepełnosprawności). Proces PSO prowadzą specjaliści do spraw rodzin i kręgów wsparcia.



Opracowano Portret, który określa zainteresowania, pasje i marzenia pana Dominika. Są one jasno sprecyzowane. To przede wszystkim sport i religia (mecze piłki nożnej, koszykówki, tenisa, siatkówki oraz literatura o tematyce religijnej). Dzięki metodzie pracy środowiskowej pan Dominik może rozwijać swoje zainteresowania, a także spełniać marzenia.

Tworzony jest również Plan na przyszłość, który ma zabezpieczać przyszłość pana Dominika między innymi w kwestiach finansowych, prawnych, mieszkaniowych. Plan ten powstaje z udziałem pana Dominika oraz jego rodziców, którzy są znaczącymi osobami w jego życiu. Rodzice potrzebowali czasu na to, aby móc rozmawiać o przyszłości syna. Pod wpływem spotkań proponowanych przez prawnika, specjalistów, psychologa oraz grupę samopomocową mama uświadomiła sobie konieczność podjęcia takich rozmów z najbliższą rodziną. Ona pozytywnie



odczuła włączenie do Kręgów Wsparcia. Docenia proces wspólnego planowania i cieszy się, że może liczyć na doradztwo i pomoc ze strony uczestników Kręgu.

Pan Dominik, jego mama, asystent oraz terapeuta ze Środowiskowego Domu Samopomocy wzięli udział w spotkaniu planistycznym w ramach PSO. Miało ono na celu rozwinięcie samodzielności pana Dominika. Na spotkaniu wszyscy uczestnicy mogli najpierw wypisać działania i formy wsparcia, które obecnie on otrzymuje, a następnie wspólnie zastanowić się, co należy zmienić lub dodać. Cały zespół zgodnie uważał, że ważnymi obszarami do pracy z panem Dominikiem są: nauka samodzielności (przyrządzanie prostych posiłków, nastawianie zmywarki, obsługa pralki, umiejętność prania ręcznego), nauka gospodarowania finansami (robienie zakupów, dokonywanie wyboru artykułów spożywczych, płatność gotówką lub kartą), wprowadzanie w obszar rozwoju zawodowego oraz podtrzymywanie relacji z kolegami z ŚDS. Wspólnie wyznaczono zatem cele oraz konkretne zadania do realizowania w tych czterech obszarach. Dzięki współpracy wszystkich zgromadzonych osób opracowano harmonogram pracy i zadań do wykonania na kolejne miesiące.

Dla pana Dominika ważna jest jego wiara. Utożsamia się on z lokalną wspólnotą kościelną. Wyraził chęć włączenia się w działania grupy oazowej w jego parafii. Cieszy go, że poświęci więcej uwagi temu aspektowi swojego życia oraz nawiąże relacje z osobami o podobnych poglądach. Mamy nadzieję, że wspólnota kościelna stanie się nowym elementem Kręgu pana Dominika.

Opracowanie: Specjalistki w projekcie „Bezpieczna przyszłość” z Jarosławia







**Anna M. Kwiatkowska**

specjalistka IT, koordynatorka projektu „Radio SoVo” w PSONI

# Ogólnopolski Zlot Dziennikarzy Radia SoVo

## – radość wspólnej nauki i zabawy w realu

23–25 września 2021 roku to wielkie dni w historii projektu „Radio SoVo – dostępne radio internetowe”. W tych dniach odbył się Ogólnopolski Zlot Dziennikarzy Radia SoVo. Gościliśmy w hotelu 4 Żywioty w Falentach pod Warszawą. W zlocie wzięło udział ponad 150 dziennikarzy z oddziałów Radia działających w PSONI oraz oddziałów senioralnych działających przy Uniwersytetach Trzeciego Wieku z całej Polski.

Było to pierwsze od początku trwania projektu, czyli od lutego 2020 roku, spotkanie na żywo dziennikarzy i kadry projektu. Wcześniej znaliśmy się tylko z naszych spotkań w komunikatorach, dlatego czasem nie potrafiliśmy opanować wzruszenia i radości, gdy można było osobiście ucisnąć dłoń osoby, znanej tylko z obrazu na monitorze.

W uroczystej inauguracji oprócz uczestników Zlotu udział wzięły Katarzyna Blachowicz, wicedyrektor Centrum Projektów Polska Cyfrowa, oraz Agnieszka Kurowska-Szczepańska, dyrektor Departamentu Kompetencji Cyfrowych CPPC. Centrum Projektów Polska Cyfrowa finansuje projekt „Radio SoVo”. Po przedstawieniu ekip dziennikarzy oraz krótkim przemówieniu Katarzyny Blachowicz koordynatorki projektu: Magdalena Janczewska, prezeska Fundacji Pro Cultura, oraz Anna Kwiatkowska z PSONI – uroczystość otworzyły Zlot.

Kolejne dni wypełniły zajęcia integracyjne, szkolenia i dyskusje o tym, co łączy wszystkie oddziały Radia, i jak można ten potencjał wykorzystać w przyszłości. Dziennikarze uczyli się, jak tworzyć lepsze, ciekawsze podcasty, jak sprawniej montować materiał dźwiękowy i filmowy oraz przygotowywali się do nadawania audycji na żywo.

*Jestem pod wrażeniem. Tyle ludzi, ze sobą rozmawiają, nie oceniają się. I jest budująca atmosfera* – dziennikarka z Nysy

W czasie zajęć integracyjnych powstały „regionalne” dżingle radia – połączone oddziały radiowe seniorów i osób z niepełnosprawnością z miast bliskich sobie geograficznie wspólnie wymyśliły i nagrały krótkie utwory słowno-muzyczne, czasem z towarzyszeniem gitary, bębna lub przeszkadzajek. Niebawem dżingle będzie można usłyszeć w nowych audycjach.



Zajęcia ułożono tak, by odpowiadały na potrzeby dziennikarzy. Nieomal rok pracy, prawie 300 audycji i filmów to spore osiągnięcie, ale to przede wszystkim praktyka, doświadczenie oraz świadomość mocnych i słabych stron warsztatu. Stąd znajomość potrzeb i zamówienia na konkretne tematy zajęć.

*Super. Nie dość, że tutaj dostaję wiedzę, naukę, to jednak mamy okazję się bawić i poznawać się wzajemnie* – dziennikarz z Bytomia

Dużym zainteresowaniem cieszyły się zajęcia wprowadzające w temat nadawania na żywo. Organizacja pracy, struktura audycji to jedno, ale wszyscy zastanawiali się, jak to zrobić, czy liderzy i dziennikarze będą w stanie opanować zagadnienia techniczne, połączyć prawidłowo kabelki i skonfigurować software, aby być słyszczanymi. Kilkanaście minut teorii, padły takie pojęcia jak serwer strumieniowy, sloty, panel DJ, poszły w ruch miksery i kable – nastąpiła chwila prawdy. Sześcioro uczestników wyszło z laptopem do innej sali, ustawiło aplikacje i sprzęt zgodnie ze wskazówkami i... nic się nie zadziało.



Po emocjonujących kilku minutach i pokonaniu problemów technicznych z sąsiedniej sali, gdzie siedzieli potencjalni słuchacze, rozległ się ogromny aplauz. Było wiadomo, że się udało! Dziennikarze z ulgą stwierdzili: „Właściwie to jest to bardzo proste”. Tak więc już w listopadzie zostaną nadane pierwsze audycje na żywo w Radiu SoVo! ➔

**» *Podoba mi się ta atmosfera wzajemnej akceptacji i pełnego zrozumienia. Wszelkie zaplanowane tu atrakcje są bardzo w punkt*** – lider z Tczewa

Wieczory przeznaczono na integrację. Bawiono się przy dźwiękach piosenek z list przebojów Radia SoVo i przy karaoke. Zarówno wśród seniorów, jak i wśród osób z niepełnosprawnością intelektualną objawiło się kilka talentów wokalnych godnych większej sceny.

W tym samym czasie w hotelu odbywał się także zjazd Komitetu Obrony Demokracji. Uczestnicy Zlotu Radia SoVo wykazali się instynktem i refleksem dziennikarskim i nagrali krótki materiał – rozmowę z Adamem Michnikiem, który pojawił się na zjeździe. To było spontaniczne zastosowanie nowo zdobytej wiedzy. Efekty można zobaczyć na portalu Radia SoVo.

***To jest bardzo cenna inicjatywa z dwóch powodów.***

***Po pierwsze to jest wyraz obywatelskiej, patriotycznej troski o ludzi wykluczonych.***

***A jednocześnie danie im instrumentu do mówienia o sobie, o świecie i o Polsce***

– Adam Michnik

<https://radiosovo.pl/adam-michnika-dla-radia-sovo/>



Fot. Archiwum Zarządu Głównego PSONI

Zlot spełnił swoją rolę edukacyjną oraz integracyjną. Seniorzy i dorosłe osoby z niepełnosprawnością intelektualną wspólnie się uczyli, wykonywali powierzone zadania, bawili się. Pozostanie w pamięci piękny i znaczący obraz, gdy dwóch dziennikarzy z PSONI pomagało seniorom uruchomić na smartfonach aplikację Kahoot, by mogli wziąć udział w quizach podsumowujących zajęcia.

W czasie Zlotu ekipa dziennikarzy z Koła PSONI w Biskupcu zbierała materiały do relacji. Efekty ich pracy można znaleźć na portalu Radia SoVo: <https://radiosovo.pl/relacja-ze-zlotu-radia-sovo/>

***Taki zlot to jest dla mnie przeżycie, bo nigdy nie byłam na takim zlocie. Bardzo mi się podoba, że mogę się integrować z wszystkimi ludźmi, których nie znałam*** – dziennikarka z Warszawy



Gdy ostatniego dnia po rozdaniu dyplomów koordynatorki wspólnie oznajmiły, że Zlot Radia SoVo uważają za zamknięty, wszystkim zrobiło się trochę smutno. Na szczęście w czerwcu 2022 roku jest przewidziana konferencja przedstawiająca rezultaty projektu. Dlatego żegnając się, mówiliśmy sobie: „Do zobaczenia w czerwcu”.

I już teraz zapraszamy na konferencję wszystkich zainteresowanych Radiem SoVo. ■





**dr Beata Gumienny**

dyrektor OREW Koła PSONI w Przemysłu adiunkt w Zakładzie Badań nad Niepełnosprawnością Intelktualną Uniwersytet Rzeszowski

# Home sharing – goszczenie w domu

## Forma wsparcia rodzin i osób z niepełnosprawnościami w Irlandii

Rodzina z dzieckiem lub osobą dorosłą z niepełnosprawnością, w tym sprzężoną niepełnosprawnością intelektualną, potrzebuje wieloaspektowego wsparcia, na przykład medycznego, terapeutycznego, pedagogicznego, psychologicznego oraz rodzinnego i społecznego. To właśnie wsparcie społeczne, udzielane w sposób profesjonalny i z pewną dozą systematyczności, daje rodzinie możliwość odpoczynku, zregenerowania zasobów, satysfakcjonującego pełnienia ról społecznych, co można potraktować jako zapobieganie wypaleniu sił rodzicielskich. Możliwość codzienności często prowadzi do zmęczenia fizycznego i psychicznego opiekunów, do znużenia, pogorszenia jakości życia, doświadczania frustracji i stresu, co w konsekwencji powoduje wyczerpanie sił rodzicielskich określane właśnie jako wypalenie<sup>1</sup>.

Zatem niezmiernie istotne jest wsparcie rodzin, rodziców, opiekunów codziennie troszczących się o osoby z niepełnosprawnościami, niemające czasu ani wystarczającej przestrzeni interakcyjnej dla pozostałych dzieci i dla siebie. W związku z powyższym wsparcie należy potraktować jako działania wzmacniające siły, jako podtrzymanie, oparcie, poprawę jakości życia, relacji i więzi. Głównym celem jest podniesienie komfortu i dobrostanu członków rodzin. Wsparcie jest rodzajem interakcji podjętej przez zaangażowane strony w sytuacji problemowej i stanowi ważny czynnik jej normalizacji<sup>2</sup>.

Do form wsparcia rodzin w Irlandii należy home sharing, co tłumaczymy jako goszczenie w domu, udostępnianie domu, dzielenie się domem. Polskiemu społeczeństwu może się to kojarzyć na przykład z rodziną zaprzyjaźnioną, krótkoterminową, długoterminową lub z czasową rodziną zastępczą, rodziną świadczącą usługi w swoim własnym domu dla osoby z niepełnosprawnością. W ogólnym znaczeniu home sharing polega na profesjonalnym społecznym wsparciu, umożliwiającym rodzinom krótką przerwę, wytchnienie, odpoczynek, regenerację zasobów w celu przeciwdziałania wypalaniu się sił. Nie jest to jednak wsparcie instytucjonalne, ponieważ osoba z niepełnosprawnością goszczona jest w domu rodzinnym, a udział osób trzecich ogranicza się do udziału członków danej rodziny.

Home sharing w ujęciu irlandzkim to usługa integracyjna świadczona w określonej społeczności, umożliwiająca przerwy wytchnieniowe lub wsparcie długoterminowe osobom z niepełnosprawnościami. Angielska nazwa home sharing jest używana na określenie wszelkiego rodzaju zorganizowanych form wsparcia, w tym długoterminowych<sup>3</sup>.

Tego typu wsparcie obejmuje świadczenie usługi umożliwiającej krótką, ograniczoną w czasie i regularną przerwę od opieki nad osobą z niepełnosprawnością. Usługa ta:



*DEUS CARITAS EST – z łaciny „Bóg jest miłosierny”;  
dewiza zgromadzenia Braci Miłosierdzia – Brothers of Charity*

- ma na celu wsparcie i podtrzymanie relacji, w której ramach jest świadczona opieka,
- stanowi część pewnego kontinuum usług wsparcia, które powinny być dostępne dla osób z niepełnosprawnością oraz ich rodzin,
- stanowi model wczesnego reagowania i profilaktyki w ramach wsparcia ukierunkowanego na przeciwdziałanie powstawaniu sytuacji kryzysowych,
- zapewnia osobom z niepełnosprawnością możliwości zdobycia nowych, pozytywnych doświadczeń poza ich własną rodziną, wzmacnia dobrostan i wzbogaca doświadczenie, jednocześnie wspierając opiekunów poprzez zapewnienie im przerwy.

**Rodziny goszczące** (udzielające wsparcia) to rodziny wielodzietne lub małe rodziny, pary i pojedyncze osoby, które regularnie zapraszają do siebie na krótkie pobyty osoby z niepełnosprawnością. Taki pobyt może obejmować kilka godzin tygodniowo, wizyty weekendowe bądź dłuższe zaproszenia świąteczno-wakacyjne. Wszystkie rodziny goszczące podlegają sprawdzeniu (np. niekarnalności), ocenie i zakwalifikowaniu. Rodziny biorą udział w kursie przygotowującym je do wspierania goszczących u nich osób. Po zakwalifikowaniu korzystają ze szkoleń, wsparcia i z wynagrodzenia za goszczenie. Każda osoba z niepełnosprawnością: dziecko lub osoba dorosła zostaje z wielką starannością dopasowana do rodziny goszczącej, co sprzyja nawiązywaniu bezpiecznych relacji i więzi. Dobór może zostać dokonany na różne sposoby i być rozciągnięte w czasie. Plany doboru są ustalane przez zespół kwalifikujący w porozumieniu z zainteresowanymi stronami, między innymi z rodziną biologiczną, rodziną goszczącą, kluczowymi pracownikami. ➔

1 Zob. M. Sekułowicz, *Wypalanie się sił rodziców dzieci z niepełnosprawnością*, Wyd. Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław 2013.

2 B. Gumienny, „Opieka – pomoc – wsparcie osoby z niepełnosprawnością intelektualną” [w:] *Asystent osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Poradnik metodyczny dla profesjonalistów*, red. M. Zima-Parjaszewska, B. Abramowska, PSONI, Warszawa 2017, s. 44–47.

3 *Tekst opracowałam na podstawie materiałów szkoleniowych przeznaczonych dla grupy uczestniczącej w projekcie „Home sharing”, realizowanym przez Fundację Fundusz Współpracy w ramach projektu „Ścieżki współpracy – wsparcie dla podmiotów wdrażających współpracę ponadnarodową” współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój. Lider projektu to wrocławska Fundacja Imago, której prezesem jest Piotr Kuźniak, natomiast główny partner to irlandzka organizacja pozarządowa Brothers of Charity. Czas realizacji projektu: od 1 stycznia 2021 roku do 31 października 2021 roku. W projekcie bierze udział sześć polskich organizacji pozarządowych, w tym PSONI reprezentowane przez Beatę Gumienny (Kóło w Przemysłu) i Mariusza Bojarowskiego (sekretarza Zarządu Głównego, Kóło w Ostródzie).*



► Program *home sharingu* bierze pod uwagę różne kwestie przy dopasowywaniu osoby wspieranej do osoby lub rodziny goszczącej. Są to:

- wiek osoby z niepełnosprawnością,
- stopień niepełnosprawności,
- osobowość,
- warunki lokalowe rodziny goszczącej, na przykład dostępność dla wózka inwalidzkiego lub podnośnika.

**Osoby goszczone** to osoby w wieku od 4 do ponad 70 lat z różnymi niepełnosprawnościami i potrzebami. Przebywanie tych osób w bezpiecznych domowych warunkach sprzyja nawiązywaniu nowych relacji i przyjaźni oraz zdobywaniu niezależności. Jednocześnie pozwala członkom rodziny goszczącej wyjść poza ich codzienną rutynę.

Czas przeznaczony na zapoznanie się stron zostaje ustalony indywidualnie. Przed rozpoczęciem przerw wytchnieniowych obie rodziny i usługodawca podpisują umowę.

Do obowiązków rodziny goszczącej należy wspieranie osoby goszczonej w realizowaniu podstawowych punktów planu osobistego, tak aby udało się zrealizować wizję tej osoby. Polega ono między innymi na:

- uczestniczeniu w spotkaniach dotyczących planowania opieki zgodnie z wymaganiami,
- pomaganiu w realizacji planu osobistego i konkretnego planu opieki w miejscu pobytu,
- współpracy z pracownikiem („łącznikiem”, koordynatorem) w celu dokumentowania postępów w realizacji planu osobistego,
- zapewnieniu uczestniczenia osoby goszczonej w zajęciach wzmacniających integrację w rodzinie goszczącej oraz integrację społeczną i uczestniczenie w życiu społeczności lokalnej,
- zachęcaniu osoby goszczonej do niezależności i przejawiania inicjatywy,
- posługiwaniu się odpowiednią dla osoby goszczonej formą komunikacji (w tym alternatywnej),
- zaspokajaniu osobistych potrzeb osoby goszczonej,
- szanowaniu prywatności i intymności osoby wspieranej,
- dbaniu o ubranie i higienę osobistą osoby goszczonej z poszanowaniem jej godności i w sposób adekwatny do jej wieku (dbanie o higienę intymną regulują odrębne wytyczne),
- przestrzeganiu wszystkich przepisów i procedur uwzględnionych w Programie Rodzin Goszczących zgodnie z tym, co przedstawiono na szkoleniu; dotyczy to na przykład rozpatrywania skarg, zgłaszania incydentów, ochrony dorosłych i dzieci (w ramach obowiązujących aktów prawnych), podawania leków, reagowania na różne formy zachowania,
- szybkim zgłaszaniu wypadków, incydentów, oznak nadużyć wyznaczonym pracownikom opieki społecznej lub koordynatorowi,
- uczestniczeniu we wszystkich obowiązkowych szkoleniach,

- zapewnieniu wygody i bezpieczeństwa w domu oraz spełnieniu wymogów BHP w ramach programu,
- zapewnieniu odpowiedniego i wygodnego zakwaterowania, w tym miejsca do spania, odpoczynku, higieny, rekreacji,
- uzgodnieniu z rodziną biologiczną poziomu bezpieczeństwa wymaganego przy korzystaniu z technologii oraz internetu (media społecznościowe, wybór programów telewizyjnych itp.),
- zezwoleniu pracownikowi socjalnemu lub koordynatorowi na wizytę w domu rodziny goszczącej w każdym rozsądnym czasie, po uprzednim powiadomieniu lub bez powiadomienia, w celu zapewnienia osobie goszczonej dobrej jakości opieki i zaspokojenia potrzeb,
- przechowywaniu w bezpiecznym miejscu dokumentacji zawierającej dane wrażliwe osoby goszczonej.

W Irlandii istnieje wiele różnych typów *home sharingu* i przerw wytchnieniowych. Niektóre rodziny goszczące zapewniają opiekę dzienną, inne – nocleg i pobyty weekendowe. Jedne przyjmują za każdym razem tę samą osobę z niepełnosprawnością, inne – kilka różnych osób. Istnieją również rodziny kontraktowe. Świadczą one wielu różnym osobom usługę przerwy wytchnieniowej na podstawie umowy; często jest to ich zajęcie pełnoetatowe. Rodziny kontraktowe podpisują umowę na konkretną liczbę nocy w miesiącu i goszczą także osoby z niepełnosprawnością o bardziej złożonych potrzebach.

Rodziny kontraktowe wyróżnia to, że każda po zatwierdzeniu pracuje na zasadzie samozatrudnienia i w ramach umowy zapewnia konkretną liczbę przerw obejmujących nocleg (zazwyczaj 10, 16 lub 20 nocy miesięcznie) w zamian za wypłacaną z wyprzedzeniem comiesięczną kwotę powiększoną o wynagrodzenie przysługujące za każdy wykorzystany nocleg i opiekę świadczoną podczas pobytu. Wysokość tych dodatkowych świadczeń zależy od potrzeb osoby goszczonej. Od tych rodzin wymaga się większego zaangażowania. Osoby przez nie goszczone są zazwyczaj osoby bardzo zależne, mają złożone schorzenia i wynikające z tego specyficzne potrzeby. Długość przerw między pobytami osób goszczonych jest różna, niekiedy te przerwy są zredukowane do minimum.

Rodziny kontraktowe to nadal nowość, istnieją bowiem od 2007 roku. Jednak i w Irlandii, i w Wielkiej Brytanii oraz innych krajach ten rodzaj *home sharingu* rozwija się najszybciej. Często usługi te są świadczone przez osoby preferujące pracę w domowym zaciszu, zapewniającą ustalone, elastyczne i przyjemne doświadczenia w środowisku rodzinnym.

Usługa stworzona w Irlandii powoli jest przystosowywana do warunków polskiego rynku usług. Napawa to nadzieją na poprawę jakości życia zarówno opiekunów osób wymagających intensywnej pomocy, jak i tych osób. Goszczenie w domu jest alternatywą wszelkich istniejących w Polsce instytucjonalnych instrumentów wsparcia (w skali makro i mikro), jest najbardziej zindywidualizowaną formą zaspokajania potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Zatem *home sharing* stwarza możliwość zrównoważonego funkcjonowania w społeczeństwie rodzin i osób z niepełnosprawnościami, obniża rangę opieki instytucjonalnej oraz wsparcia instytucjonalnego. Stwarza też możliwość ograniczenia wysokości wydatków z zasobów pieniężnych państwa. Z perspektywy indywidualnej zasługuje na podkreślenie fakt, że rodziny biologiczne osób z niepełnosprawnościami, a także te osoby dzięki *home sharingowi* zyskują stabilizację i bezpieczeństwo emocjonalne. Sprzyjają temu kompetencje oraz przyjazne nastawienie rodzin goszczących i kontraktowych. ■

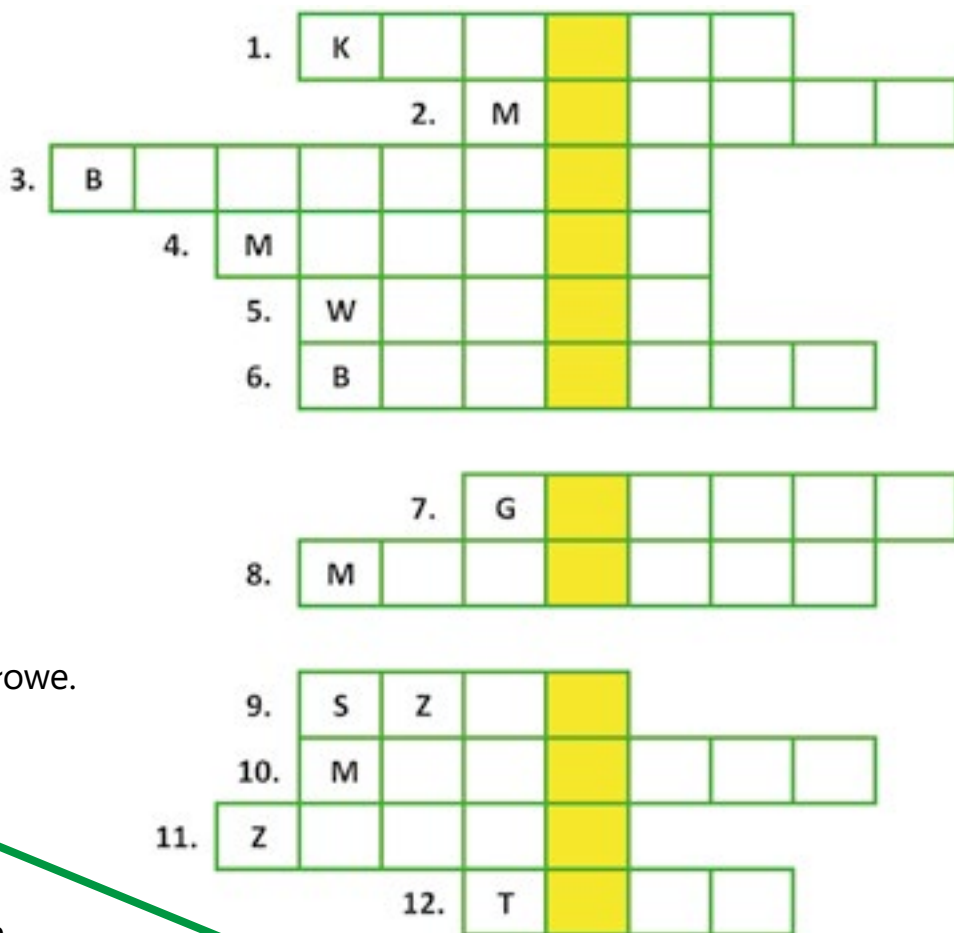




# Zagadkowe strony

Witam. Zapraszam do rozwiązywania kolejnych zadań. Życzę przyjemnej zabawy.

## 1. Odgadnij hasła i wpisz do krzyżówki.



1. Jest przy drzwiach.
2. Miele pieprz.
3. Grillowane mięso wołowe.
4. Owoce.
5. Wyrównuje i ubija asfalt na jezdni.
6. Góry w Polsce.
7. Miasto nad Bałtykiem.
8. Druga żona ojca dla dziecka.
9. Bardzo silne i nieprzyjemne zdziwienie.
10. Ozdobny materiał do powieszenia na ścianie.
11. Miejsce, po którym można pływać żaglówkami.
12. Kładzie się go na zewnętrzne ściany budynków.



autor: Ermell / commons.wikimedia.org

## KONKURS

1. Proszę rozwiązać krzyżówkę.
2. Odgadnięte hasło z krzyżówki proszę zapisać na kartce.
3. Kartkę proszę włożyć do koperty i wysłać na adres:

Zagadkowy Redaktor Piotr Sochalski  
Warsztat Terapii Zajęciowej Zarządu Głównego PSONI  
ul. Głogowa 2b, 02-639 Warszawa

Jedna z osób, które przyślą poprawnie odgadnięte hasło, otrzyma nagrodę!

## 2. Przyjrzyj się zdjęciu.

Zastój zdjęcie i odpowiedz po kolei na pytania.



autor: sherrymain / commons.wikimedia.org

1. Co przedstawia zdjęcie?
2. Ile samolotów jest w pudle?
3. Jakie zwierzęta są w pudle?
4. Co jest koloru żółtego?
5. Flagę jakiego kraju widać w pudle?
6. Czy na zdjęciu widać głowę?

## 3. Połącz w pary wyrazy pasujące do siebie.

- |              |           |             |           |
|--------------|-----------|-------------|-----------|
| deszcz       | garnek    | tory        | gaśnica   |
| noworodek    | szkoła    | bokser      | statek    |
| kucharz      | pociąg    | programista | pociąg    |
| listonosz    | parasol   | strażak     | centymetr |
| maszynista   | zastrzyk  | stolarz     | komputer  |
| wojskowy     | smoczek   | piosenkarz  | rękawice  |
| pielęgniarka | saksofon  | krawiec     | krążek    |
| uczeń        | przesyłka | marynarz    | mikrofon  |
| trębacz      | karabin   | hokeista    | piła      |





#### 4. Przeczytaj tekst i odpowiedz na pytania.

W soboty Grzegorz, jego siostra Zuzanna, mama i tata zawsze wychodzili robić coś przyjemnego do miasta. Jutro, czyli właśnie w sobotę, też wszyscy mieli wyjść.

Grzegorz przypadkowo usłyszał, jak mama mówi, że mają pójść do cioci Jadwigi.

Grzegorz nie lubił chodzić do cioci Jadwigi, bo się tam nudził. Żeby nie pójść w odwiedziny, Grzegorz postanowił powiedzieć rodzicom, że boli go brzuch.

W sobotę rano Grzegorz powiedział rodzicom, że boli go brzuch. Chociaż to nie była prawda. Mama i tata zmartwili się tym. Dali Grzegorzowi krople przeciw bólowi brzucha i powiedzieli, że wszyscy zostają w domu.

Gdy Zuzanna usłyszała, że zostają w domu, powiedziała głośno, że to szkoda. Miała ochotę na wielką porcję lodów śmietankowych, które mieli zjeść w kawiarni.

Mama potwierdziła słowa Zuzanny.

Powiedziała Grzegorzowi, że w sobotę rano całą rodziną mieli pójść na lody.

Dopiero wieczorem tylko mama i tata wybierali się do cioci Jadwigi.

Gdy Grzegorz usłyszał słowa mamy pożałował, że skłamał. Gdyby powiedział prawdę, to by się dowiedział, że wcale nie idzie do cioci Jadwigi. Za to poszedłby zjeść pyszne lody. Mówi się, że kłamstwo ma krótkie nogi.

Pytania:

1. Dokąd w soboty wychodzili Grzegorz, Zuzanna, mama i tata?
2. Co powiedział Grzegorz, gdy usłyszał przypadkowo o wyjściu do cioci Jadwigi?
3. Czy Grzegorza naprawdę bolał brzuch?
4. Grzegorza nie bolał brzuch, a jednak tak powiedział. Czyli co zrobił?
5. Dlaczego Grzegorz źle zrobił kłamiąc?
6. Jakie jest powiedzenie dotyczące kłamstwa i co oznacza?

#### 5. Ile bil bilardowych widać na zdjęciu?

Ile bil ma kolor zielony, a ile pomarańczowy?

Napisz liczby w kratkach obok.

autor: Matteo Carcassi / commons.wikimedia.org



Rozwiązanie do krzyżówek: 1. Kłamka 2. Młynek 3. Befszytk 4. Maliny 5. Walec 6. Beskidy 7. Gdynia 8. Macocha 9. Szok 10. Makatka 11. Zalew 12. Tynk.



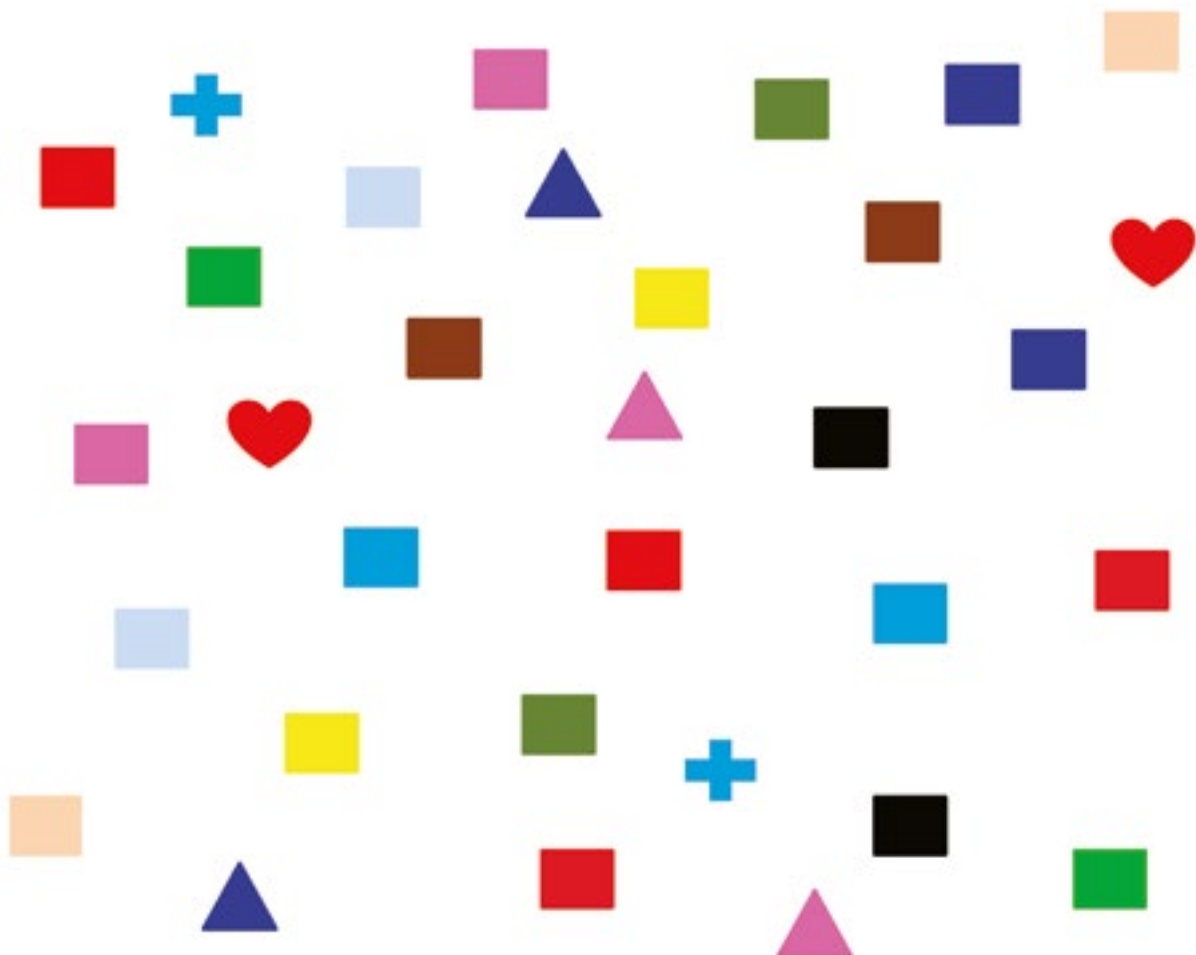
## 6. Przeczytaj cztery kolejne wyrazy.

**Skreśl wyraz, który nie pasuje do pozostałych.**

- |    |            |                    |           |              |
|----|------------|--------------------|-----------|--------------|
| a) | płaszcz    | <del>wieszak</del> | kurtka    | kożuch       |
| b) | jajko      | mąka               | olej      | mikser       |
| c) | mandarynka | sokowirówka        | marchewka | pomarańcza   |
| d) | samochód   | Skoda              | Fiat      | Mercedes     |
| e) | dłoń       | kolano             | okulary   | szyja        |
| f) | jesień     | poniedziałek       | środa     | piątek       |
| g) | gotowanie  | sprzątanie         | grabienie | odpoczywanie |
| h) | Ewelina    | Joanna             | Krystian  | Dagmara      |

## 7. Znajdź i połącz linią figury o identycznych kolorach i kształtach.

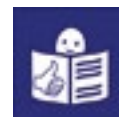
**Rysując linie, omijaj figury o różnych kolorach i kształtach.**







Tomasz Czuchrowski



## Moje wakacje

W zeszłym roku nie było wakacji i ja ciężko chorowałem na koronawirusa. Dlatego w tym roku mieliśmy dużo wyjazdów.

Najpierw pojechaliśmy do term w Uniejowie. Termy buduje się tam gdzie spod ziemi wypływa gorąca woda. Przez tydzień prawie cały czas siedzieliśmy w basenach. Zwiedziliśmy także zamki w Uniejowie i Oporowie.



W sierpniu pojechaliśmy na wesele Kacpra do Mrągowa na Mazurach. Kacper to mój kuzyn. Wesele odbyło się na łące. Panna młoda i pan młody przyjechali na koniach.

We wrześniu pojechałem z moją opiekunką Agnieszką na turnus do Wilkas.



Fot. Archiwum rodzinne

Po powrocie wybrałem się z Grażyną do Dąbek nad morze. Spotkaliśmy tam dużo dobrych ludzi: Jagodę ze Zbyszkciem z Piotrkowa Trybunalskiego oraz panią Krysię z Lublina.

Popłynęliśmy statkiem. Pieknem kiełbaski w ognisku. Chodziliśmy na plażę.



Moje wakacje jeszcze się nie skończyły. Teraz jestem z Emilem i Grażyną w sanatorium w Kołobrzegu. Mam bardzo dużo zabiegów dla zdrowia. Na przykład ćwiczenia w basenie i masaże. Ostatnio na rowerku stacjonarnym przejechałem 12 kilometrów.

Wczoraj jedliśmy wspaniałą rybę w Kamiennym Szańcu. Potem do nocy chodziliśmy brzegiem morza. Ślicznie świeciły światła latarni morskiej w porcie i na molo.

Przeszkadza mi tylko to, że trzeba nosić maseczki. Ale tak jest bezpieczniej.

Teraz zrobiło się zimno. Skończyło się lato. Ale było bardzo pięknie.

Za tydzień wracam do Warsztatu Terapii Zajęciowej i swojego Domu. ■



**Ewa Szafranek**

Koordynatorka ds. zatrudnienia wspomaganego Centrum DZWONI

## Piętnaście lat satysfakcji

*Centrum Doradztwa Zawodowego i Wspierania Osób Niepełnosprawnych Intellektualnie – Centrum DZWONI – obchodzi w tym roku 15-lecie swojej działalności. Przez ten czas z jego wsparcia skorzystało ponad 3500 osób z niepełnosprawnościami. Wśród kilku tysięcy klientów Centrum jest sporo osób, które współpracę z nim podjęły w początkowych latach jego działalności i kontynuują ją do dziś. Nie da się opowiedzieć historii wszystkich tych osób, dlatego przybliżę postacie zaledwie dwóch. Kluczem wyboru bohaterów jest nie tylko ich wieloletnia współpraca z Centrum DZWONI, lecz także deklarowana przez nich nieustająca satysfakcja z wykonywanej pracy.*

Czy znacie osoby, które całe swoje życie zawodowe pracują u tego samego pracodawcy? Czy zastanawialiście się, co stoi za taką decyzją i jak praca przez tyle lat w jednym miejscu może wciąż dawać poczucie zadowolenia? Na to pytanie spróbuję znaleźć odpowiedź, przedstawiając sylwetkę pierwszego bohatera – **Mariusza Wróblewskiego**.

Pan Mariusz jest właśnie jednym z takich lojalnych pracowników – pierwszą pracę podjął w 2007 roku i pozostaje w niej do dziś. Jest pracownikiem restauracji McDonald's. Od prawie 15 lat pracuje w tym samym lokalu i na tym samym stanowisku: jako pracownik lobby, czyli sali restauracyjnej. Do jego zadań należy bieżące dbanie o czystość lobby, a także ogródką na zewnątrz restauracji.



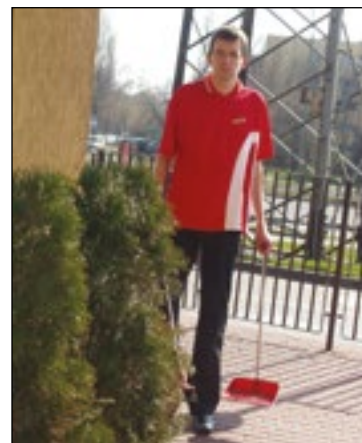
Jak doszło do współpracy z Centrum DZWONI? Początkowo pan Mariusz szukał pracy samodzielnie, jednak bez rezultatu. W filmie nakręconym w 2008 roku opowiadał: „Szukałem pracy, ale nie mogłem znaleźć. A to było nieaktualne, a to było za późno, a to do mnie nie zadzwonili i tym podobne”. W związku z tymi trudnościami postanowił skorzystać ze wsparcia w poszukiwaniu pracy i skontaktował się z warszawskim Centrum DZWONI. Ze wsparciem trenera pracy w marcu 2007 roku został stażystą w restauracji McDonald's na warszawskim Służewcu, prowadzonej przez firmę MDM. Po półrocznym stażu zaczął, jak mówi: „Pracować normalnie jako pracownik”.

Co sprawia, że pan Mariusz, zatrudniony prawie 15 lat u tego samego pracodawcy i w tej samej restauracji, nie myśli o zmianie? Wciąż to samo co na początku: dobra wypłata oraz to, że jest lubiany przez współpracowników i menedżerów. Poza tym stała praca cztery razy w tygodniu nadaje rytm i sens jego życiu.

Skoro zatrudnienie pana Mariusza trwa tyle lat, czy wsparcie trenera pracy jest wciąż konieczne? Tak, bo pomimo olbrzymiego zaangażowania w swoją pracę pan Mariusz – tak jak każdy inny pracownik – ma trudniejsze momenty. Mimo wysokiej motywacji jest mu trudno skoncentrować się na wykonywaniu obowiązków, bo ludzie i świat dokoła wydają się o wiele ciekawsi. Wówczas niewystarczające okazuje się regularne uczestniczenie w czwartkowych grupach wsparcia dla pracujących klientów Centrum DZWONI. Potrzeba czegoś więcej. I właśnie wtedy do akcji wkracza trener pracy, który wspiera swojego klienta na stanowisku pracy i pomaga mu wrócić do najlepszej formy. Pytany o przyszłość pan Mariusz deklaruje, że nie chce zmieniać pracy. Twierdzi też, że zostanie na swoim stanowisku dopóty, dopóki w firmie będą chcieli z nim współpracować.

Drogę zawodową pana Mariusza mogę opisać słowami „stabilizacja, bezpieczeństwo, rutyna”. Okazują się one nieprzydatne, kiedy zaczynam mówić o drugim bohaterze – **Łukasz Kołodziejczyku**. Pan Łukasz to aktywny poszukiwacz pracy, który dba o swój rozwój, lubi się uczyć i podejmować nowe wyzwania. Do grona klientów Centrum DZWONI dołączył w 2009 roku już z pierwszymi doświadczeniami zawodowymi zdobytymi w firmie EKON, gdzie pracował przy segregowaniu odpadów. Swoją karierę przy wsparciu Centrum DZWONI rozpoczął od stażu w Bibliotece Narodowej na stanowisku pracownika gospodarczego.

W ciągu kilkunastu lat współpracy z DZWONI pan Łukasz nie próżnował, dzięki czemu dziś może pochwalić się doświadczeniami zdobytymi w sieci sklepów Alma, w KFC, szpitalu onkologicznym, Sodexo i McDonald's. Różnorodne miejsca pracy oraz zróżnic-







## Centrum DZWONI obchodzi 15 urodziny

Od 15 lat pomaga osobom z niepełnosprawnością intelektualną znaleźć i utrzymać pracę.

Centrum DZWONI w Warszawie od wielu lat wspiera pana Mariusza Wróblewskiego.

Pan Mariusz pracuje w restauracji McDonald's (czytaj Makdonalds).

To jego pierwsza praca. Pracuje tam 14 lat. Ciągle bardzo lubi swoją pracę.

Z przyjemnością wykonuje swoje obowiązki. Lubi swoich kolegów, koleżanki i szefa. Jest zadowolony ze swojej wypłaty. Czasami pojawiają się problemy. Wtedy trener pracy pomaga mu je rozwiązać.

Warszawskie Centrum DZWONI wspiera też pana Łukasza Kołodziejczyka.

Pan Łukasz ma duże doświadczenie. Pracował w wielu miejscach na różnych stanowiskach. Na przykład w kuchni i w szpitalu.

Teraz pracuje w Centrum Nauki Kopernik. Opiekuje się zwiedzającymi. Odpowiada na ich pytania. Sprawdza czy przedmioty w Centrum dobrze działają.

Pan Łukasz bardzo lubi kontakt z ludźmi. Ma dobre relacje z kolegami i koleżankami w pracy. Chce tam pracować jak najdłużej.

Pracownicy Centrum DZWONI są dumni z sukcesów swoich klientów.



wane obowiązki, które tam wykonywał, wpłynęły na rozwój jego kompetencji. Kompetencji nie tylko zadaniowych, dotyczących prac porządkowych i kuchennych, ale również tych dotyczących umiejętności społecznych, na przykład kontaktu z gościem, pracy zespołowej, przyjmowania i wyrażania konstruktywnej krytyki.

Wieloletnia praca pana Łukasza nad sobą nieustannie przynosi efekty. I zaowocowała kolejną zmianą miejsca zatrudnienia – od lipca 2021 roku Łukasz Kołodziejczyk na stanowisku młodszego specjalisty w Centrum Nauki Kopernik opiekuje się gośćmi. Jego praca polega na dbaniu o dobre samopoczucie zwiedzających i odpowiadanie na ich pytania, a także na sprawdzaniu poprawności działania eksponatów. Zapytany o satysfakcję z pracy pan Łukasz mówi: „Mam pieniądze, poznaję nowych ludzi, uczę się nowych rzeczy”. Uważa też, że z każdej pracy wyniósł coś nowego, na przykład nauczył się otwartości, współpracy z ludźmi, cierpliwości, walki o swoje, a także – jak twierdzi – ironii, która czasem pomaga w trudnych chwilach. Pytany o swoje miejsce za kilka lat twierdzi: „Na razie chcę pracować w Koperniku, bo już bardzo zżyłem się z ekipą”.



Fot. Archiwum Centrum DZWONI

Chociaż ścieżka zawodowa każdego z bohaterów jest zupełnie inna, obydwaj zgodnie twierdzą, że odczuwają satysfakcję z pracy. Mariusz Wróblewski swój życiowy optymizm czerpie ze stałości i regularności, które zapewnia mu zatrudnienie w tej samej restauracji od prawie 15 lat. Łukaszowi Kołodziejczykowi największą satysfakcję przynoszą możliwość ciągłego rozwoju, nabywanie nowych umiejętności, poznawanie nowych osób.

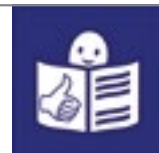
Co ich łączy? Obaj panowie są klientami Centrum DZWONI od kilkunastu lat i nie chcą rezygnować z tej współpracy. To między innymi stała dostępność usługi zatrudnienia wspomaganego pozwala im lepiej realizować swoje potrzeby zawodowe oraz ułatwia rozwój osobisty.

Satysfakcja i życiowe sukcesy tych klientów to także satysfakcja całego zespołu Centrum DZWONI. A to zaledwie dwie z kilku tysięcy historii... ■

Od redakcji:

Dzięki takim działaniom jak prezentowane na wcześniejszych stronach Centrum DZWONI, coraz więcej osób z niepełno-  
sprawnością intelektualną pracuje na otwartym rynku. Cieszymy się, że przynosi im to rozwój i satysfakcję, jednak – tak  
jak wszyscy – mogą tam spotkać się także z negatywnymi zjawiskami występującymi w środowisku pracy. Do takich bez  
wątpienia należy mobbing.

Przedstawiamy poniżej pierwszą część informacji w tekście łatwym do czytania i zrozumienia na temat mobbingu, która  
przybliży zagrożenia związane z tym zjawiskiem i pozwoli na ich uniknięcie lub przygotowanie się na nie.



## Co to jest mobbing

Mobbing jest wtedy gdy ktoś z pracy robi Ci przykrość.  
Boisz się go. Trwa to już od długiego czasu i często się  
powtarza.

Przeszkadza Ci to w wykonywaniu pracy.  
Przeszkadza w życiu codziennym.



## O mobbingu w pracy mówimy gdy jest:

- **długotrwały**

To znaczy że trwa już od długiego czasu.  
Nawet przez kilka miesięcy lub dłużej.



- **regularny**

To znaczy że ciągle się powtarza.  
Przynajmniej kilka razy w tygodniu  
lub w miesiącu.



- **uciążliwy**

To znaczy że przeszkadza Ci  
w wykonywaniu pracy.  
Źle wpływa na Twoje samopoczucie  
i na codzienne życie.



## Jak zaczyna się mobbing w pracy

Mobbing często zaczyna się od konfliktów w pracy. Konflikt jest gdy ludzie mają inne zdania i nie mogą się dogadać.



Zazwyczaj ludzie starają się rozwiązywać konflikty. Konflikt zamienia się w mobbing gdy tylko jedna osoba chce się pogodzić a druga nie.

Tę drugą osobę nazywamy mobberem.

**Mobber** robi wszystko żeby zaszkodzić komuś w pracy.



Mobber to sprawca mobbingu. To osoba która Cię dręczy w pracy.

**Dręczenie** to złe traktowanie, dokuczanie i robienie na złość.

Osoba dręczona to ofiara mobbingu.



Jesteś ofiarą mobbingu kiedy w pracy:

- czujesz się ośmieszany
- jesteś pomijany i lekceważony
- czujesz się gorszym pracownikiem niż inni
- przestajesz wierzyć w siebie
- myślisz że nic nie potrafisz zrobić dobrze.



**Ofiarą mobbingu może stać się każdy.**

**Pamiętaj!**

**Jeśli jesteś ofiarą mobbingu to nie jest Twoja wina!**





**Klaudia Majewska**

Akademia Pedagogiki Specjalnej w Warszawie  
Prowadząca szkolenia z zakresu self-adwokatury

## Warsztaty dla self-adwokatek i self-adwokatów

**W lipcu 2021 roku rozpoczął się cykl warsztatów dla self-adwokatek i self-adwokatów sześciu Kół Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną. W projekcie biorą udział self-adwokatkę i self-adwokaci z Biskupca, Gdańska, Ostródy, Słupska, Zgierza i Żor oraz ich osoby wspierające.**

Udział self-adwokatów w działaniach Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną jest ważny nie tylko ze względu na wzmacnianie podmiotowości oraz decyzyjności osób z niepełnosprawnością intelektualną. Występując w roli rzeczników własnych spraw, zaczęły brać – lub już biorą – udział w podejmowaniu decyzji przez Koła PSONI. Ich głos w procesie przygotowywania i realizowania działań, których faktycznie oczekują i potrzebują, powinien być kluczowy.



Fot. Archiwum Koła PSONI w Ostródzie

Dla zwiększenia udziału osób z niepełnosprawnością intelektualną w działaniach PSONI konieczny jest rozwój self-adwokatury. Założenia realizowanego projektu koncentrują się na przygotowaniu osób z niepełnosprawnością intelektualną do brania udziału w wydarzeniach publicznych oraz organizowania i przeprowadzania przez nie spotkań rzeczniczych w ich miejscowościach. Spotkania powinny poruszać ważne dla nich kwestie. Ponadto celem jest zwiększenie możliwości bycia aktywnym rzecznikiem osób z niepełnosprawnością intelektualną. Podczas warsztatów uczestnicy mają szansę poznać osoby z niepełnosprawnością intelektualną mieszkające w różnych miejscach Polski, usłyszeć, co robią self-adwokatkę i self-adwokaci w innych miejscowościach. W trakcie ćwiczeń w grupach są planowane działania do podjęcia w najbliższym czasie. Wybierane są miejsca spotkań rzeczniczych, osoby, z którymi zostanie zorganizowana rozmowa, oraz temat, czyli jakiej sprawy ma dotyczyć dyskusja.

Self-adwokaci i self-adwokatkę z Biskupca, Gdańska, Ostródy, Słupska, Zgierza oraz Żor pozostają w stałym kontakcie z prowadzącymi warsztaty – Dorotą Tomaszewską i Klaudią Majewską. Budowanie reprezentacji osób z niepełnosprawnością intelektualną wymaga czasu oraz indywidualnego przygotowania do wystąpień publicznych. Dlatego uczestnicy projektu korzystają z pomocy osób wspierających, a także instruktorów. Do września część zaplanowanych spotkań rzeczniczych udało się już zorganizować. Na przykład self-adwokatkę i self-adwokaci z Ostródy odbyli spotkania z Zarządem Koła, reprezentacją francuskich przedstawicieli organizacji

związanych ze wspieraniem osób z niepełnosprawnościami oraz uczestnikami Walnego Zebrania Członków Koła PSONI w Ostródzie. Przybliżona została idea self-adwokatury oraz przedstawiona działalność w najbliższym otoczeniu i na terenie kraju.

Uczestnicy z Koła PSONI w Biskupcu zorganizowali spotkanie z olsztyńskim Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie, na którym poznawali funkcjonowanie instytucji i ofertę kierowaną do osób z niepełnosprawnościami. Kolejną inicjatywą self-adwokatek i self-adwokatów w Biskupcu było spotkanie z przedstawicielami Powiatowego Urzędu Pracy. Poruszano na nim tematy związane z zatrudnianiem osób z niepełnosprawnością intelektualną, ofertami pracy oraz proponowanymi przez PUP szkoleniami i kursami.



Fot. Archiwum Koła PSONI w Biskupcu

Poszerzenie wiedzy self-adwokatek i self-adwokatów na temat między innymi praw człowieka, ważnych instytucji i urzędów czy też Konwencji o prawach osób z niepełnosprawnościami wydaje się jednym z najistotniejszych celów projektu. Rozwijanie siebie i swoich umiejętności oraz pogłębianie wiedzy są niezbędne do poszukiwania nowych sposobów zapewnienia niezależnego życia i dobrej przyszłości osobom z niepełnosprawnością intelektualną.

Zachęcam rodziców osób z niepełnosprawnościami, asystentów, instruktorów, terapeutów oraz wszystkie osoby wspierające do zwerifikowania posiadanych informacji na temat Konwencji o prawach osób z niepełnosprawnościami, czyli umowy międzynarodowej, która mówi o tym, że wszyscy mają równe prawa – zarówno osoby z niepełnosprawnościami, jak i osoby bez niepełnosprawności.

Jeśli chcą się Państwo dowiedzieć lub przypomnieć sobie, co zawiera Konwencja o prawach osób z niepełnosprawnościami, zapraszam do przeczytania razem z osobą z niepełnosprawnością wersji w tekście łatwym do czytania i zrozumienia. Dostępna jest ona w publikacjach PSONI pod linkiem: [https://psoni.org.pl/wp-content/uploads/2021/04/Konwencja-o-prawach-os%C3%B3b-z-N\\_do-internetu.pdf](https://psoni.org.pl/wp-content/uploads/2021/04/Konwencja-o-prawach-os%C3%B3b-z-N_do-internetu.pdf)



Jeśli zechcą Państwo sprawdzić swoją wiedzę na temat Konwencji o prawach osób z niepełnosprawnościami, zapraszam do wyszukania poprawnych odpowiedzi w poniższym teście. Zachęcam do rozwiązania testu razem z osobami z niepełnosprawnością intelektualną. Test jest wielokrotnego wyboru, czyli dobrych odpowiedzi może być kilka. ■



1. W Polsce Konwencja o prawach osób z niepełnosprawnościami
  - A) nie obowiązuje
  - B) obowiązuje od 25 października 2012 roku
  - C) obowiązuje od 2000 roku
  - D) zacznie obowiązywać za 10 lat
2. Konwencja mówi:
  - A) że trzeba wyręczać osoby z niepełnosprawnościami
  - B) o prawach człowieka
  - C) co państwa mają robić, żeby osoby z niepełnosprawnościami mogły korzystać z praw
  - D) o niezależnym życiu osób z niepełnosprawnościami
3. Państwo musi zapewnić dostęp do:
  - A) budynków, szpitali, szkół, urzędów, miejsc pracy
  - B) informacji i oznakowania budynków
  - C) transportu zbiorowego, czyli autobusów, pociągów, tramwajów
  - D) osób wspierających, czyli asystentów, przewodników, lektorów, tłumaczy języka migowego
4. Artykuł 12 Równość wobec prawa oznacza, że osoba z niepełnosprawnością:
  - A) nie może podejmować sama decyzji
  - B) może podejmować decyzje o swoim życiu
  - C) ma zdolność do czynności prawnych
  - D) będzie wspierana przez państwo
5. Artykuł 13 Dostęp do wymiaru sprawiedliwości oznacza, że osoba z niepełnosprawnością:
  - A) ma prawo do sądu
  - B) nie ma prawa do sądu
  - C) może pisać skargi
  - D) może pisać pisma w swoich sprawach
6. Artykuł 17 Ochrona integralności osobistej oznacza, że:
  - A) każdy sam decyduje o swoim ciele, myślach i uczuciach
  - B) ciało i umysł każdej osoby z niepełnosprawnością należy tylko do niej
7. Osoby z niepełnosprawnościami mają prawo do decydowania
  - A) gdzie chcą mieszkać
  - B) jakiego państwa chcą być obywatelem
  - C) o wyjeździe ze swojego państwa i powrocie do niego
  - D) o posiadaniu paszportu
8. Artykuł 19 Niezależne życie i włączenie w społeczność oznacza, że osoby z niepełnosprawnościami:
  - A) mają prawo do życia w swojej społeczności
  - B) mogą być zmuszane do mieszkania w domu pomocy społecznej
  - C) mają prawo decydować, gdzie chcą mieszkać i z kim
  - D) mogą skorzystać ze wsparcia



9. Artykuł 20 Mobilność oznacza, że osoby z niepełnosprawnościami mogą przemieszczać się:
- na wózku
  - na pieszo
  - z psem asystującym
  - z osobą wspierającą
10. Artykuł 21 Wolność wypowiedzania się oraz dostęp do informacji. Formy przekazywania informacji to:
- język migowy
  - alfabet Braille'a (czytaj Brajla)
  - tekst łatwy do czytania i rozumienia
  - różne programy komputerowe
11. Artykuł 23 Poszanowanie domu i rodziny. Czy osoby z niepełnosprawnościami mają prawo do małżeństwa?
- Tak
  - Nie
12. Artykuł 24 Edukacja. Czy osoby z niepełnosprawnością mogą się uczyć w szkole?
- Tak
  - Nie
13. Artykuł 25 Zdrowie oznacza, że osoby z niepełnosprawnościami mają prawo do:
- ochrony swojego zdrowia
  - korzystania z usług opieki zdrowotnej
  - rehabilitacji medycznej
  - zawierania umów dotyczących ubezpieczenia
14. Artykuł 26 Rehabilitacja. Rehabilitacja może być:
- zdrowotna
  - społeczna
  - zawodowa
  - z zakresu pomocy społecznej
15. Artykuł 27 Praca i zatrudnienie. Czy osoby z niepełnosprawnościami mają prawo do pracy?
- Tak
  - Nie
16. Artykuł 28 Udział w życiu politycznym i publicznym. Czy osoby z niepełnosprawnościami mogą głosować?
- Nie
  - Tak
17. Artykuł 30 Udział w życiu kulturalnym, rekreacji, wypoczynku i sporcie oznacza, że osoby z niepełnosprawnościami mają prawo do:
- udziału w kulturze
  - sportu
  - brania udziału w imprezach
  - podróżowania



Działanie realizowane w ramach projektu „Kompleksowy i wielowymiarowy rozwój PSONI”,  
finansowanego ze środków  
Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego  
w ramach Programu Rozwój Organizacji Obywatelskich (PROO).



14. A,B,C,D	15. A	16. B	17. A,B,C,D	9. A,B,C,D	10. A,B,C,D	11. A	12. A	13. A,B,C,D	4. B,C,D	5. A,C,D	6. A,B	7. A,B,C,D	8. A,C,D	1. B	2. B,D	3. A,B,C,D	Odpowiedzi:
-------------	-------	-------	-------------	------------	-------------	-------	-------	-------------	----------	----------	--------	------------	----------	------	--------	------------	-------------





**Julia Jaroń**

Fundacja My Space Love Story

## Olimpiada Marzeń

Latem tego roku w Tokio odbyły się Igrzyska XXXII Olimpiady 2021. Nawiązując do tego najważniejszego sportowego święta, Fundacja My Space Love Story stworzyła projekt „**Olimpiada Marzeń – Siegaj gwiazd**” z myślą o dzieciach i młodzieży z niepełnosprawnościami oraz potrzebujących różnego rodzaju wsparcia. Zrealizowała go w tym samym czasie, gdy najlepsi sportowcy świata walczyli o olimpijskie laury – od 26 lipca do 6 sierpnia. Współorganizatorem wydarzenia była Akademia Wychowania Fizycznego i Sportu w Gdańsku i ona udostępniła swoje obiekty sportowe, idealne miejsce rywalizacji uczestników naszej olimpiady.



Jako motto zmagani sportowych oraz towarzyszących im wydarzeń wybraliśmy zdanie:

***Najważniejszą rzeczą w igrzyskach olimpijskich jest nie zwyciężyć, ale wziąć w nich udział, podobnie jak w życiu jest ważne nie triumfować, ale zmagać się z organizmem.***

Projekt miał na celu kształtowanie pozytywnych postaw społecznych wobec osób z niepełnosprawnościami oraz upowszechnianie wiedzy dotyczącej niepełnosprawności. W wydarzeniu wzięli udział: dzieci w wieku od 6 do 16 lat wspierane przez Miejskie Ośrodki Pomocy Społecznej w Gdańsku, Gdyni i Sopocie, uczestnicy Ochotniczych Hufców Pracy oraz liczni wolontariusze.



Fot. Archiwum Fundacji My Space Love Story

Chcieliśmy pokazać, że uprawianie sportu i rywalizacja sportowa mogą być znakomitym sposobem budowania relacji społecznych, poznawania świata, zawierania przyjaźni, zdobywania dotychczas nieznanymi umiejętnościami, zatem poszerzania horyzontu własnych możliwości. Chyba nam się to udało. Świadczyły o tym zaangażowanie wszystkich biorących udział w olimpiadzie i uśmiechy często goszczące na ich twarzach.



W trakcie olimpiady dzieci miały możliwość poznania takich dyscyplin jak koszykówka, piłka nożna, unihokej, strzelanie z łuku, lekkoatletyka, badminton oraz piłka ręczna. Codziennie uczyły się jednej z nich, poznawały jej historię oraz korzyści płynące z jej uprawiania. Poznały, czym są w sporcie rywalizacja i współpraca. Nad ich bezpieczeństwem czuwała wykwalifikowana kadra. Uczestnicy mieli zapewniony także ciepły posiłek oraz przekąski i napoje. Na zakończenie wydarzenia czekały na nich plecaki z nagrodami i gadżetami przydatnymi w nowym roku szkolnym.



Partnerem strategicznym Olimpiady Marzeń był PKN ORLEN. Patronat nad wydarzeniem objęły: Ministerstwo Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu, Prezydent Miasta Sopot, Prezydent Miasta Gdyni, AWFIS Gdańsk, Polski Komitet Olimpijski, TVP3 GDAŃSK, Polski Komitet Paraolimpijski, BAUHAUS Sp. z o.o., Modern Forms Sp. z o.o., Lasy Państwowe, Kobiety Pomorza, Hotel Sopot Sp. z o.o., Sp. k., Corleonis Sp. z o.o., Sopocka Organizacja Turystyczna, Ochotniczy Hufiec Pracy, Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną oraz wiele innych. Zapraszamy do fotogalerii na ostatniej okładce pisma.

Serdecznie zapraszamy wszystkich zainteresowanych do obserwowania i wspierania naszych działań! Więcej szczegółów na stronie Fundacji: [www.myspacelovestory.org](http://www.myspacelovestory.org)

**Kadra WTZ „Przyjaciele”**

PSONI Koło w Poznaniu

# Kronikarz codzienności

Piotr Żołdak jest poznaniakiem. Od 2003 roku korzysta z usług Warsztatu Terapii Zajęciowej „Przyjaciele”, który prowadzi Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Inteligencjonalną Koło w Poznaniu. Pan Piotr lubi przebywać wśród ludzi, jest częstym uczestnikiem wydarzeń kulturalnych i rekreacyjnych Poznania. Jeżeli coś ważnego dzieje się w mieście, możemy mieć pewność, że pan Piotr tam będzie. Swoimi spostrzeżeniami dzieli się z nami za pośrednictwem fotografii. Można powiedzieć, że fotografiami komentuje otaczający go świat i wyraża siebie – nie mówi, jest Głuchy.

Pan Piotr lubi też gotować. Nie zaniedbuje przygotowywania fotorelacji ze swoich działań w kuchni i zamieszcza je na portalu społecznościowym.



Nie koniec na tym. Bohater naszego artykułu interesuje się również ręcznie robionymi przedmiotami dekoracyjnymi. Nierzadko robi zdjęcia dekoracjom rzemieślniczym, wypatrzonym wśród kramów na jarmarkach i kiermaszach. Przynosi zrobione zdjęcia do WTZ i proponuje wykonanie podobnych przedmiotów w pracowni stolarskiej. Jest osobą bardzo zorganizowaną. W pracowniach próbuje wprowadzać porządek, by ułatwić dostęp do materiałów i przyborów.

Pan Piotr jest samoukiem. Umiejętność fotografowania doskonalił i doskonali dzięki wiedzy zdobywanej w internecie oraz udziałowi w warsztatach fotograficznych. Uczestniczył między innymi w Międzynarodowych Warsztatach Fotograficznych organizowanych przez Wojewódzką Bibliotekę Publiczną i Centrum

Animacji Kultury w Poznaniu. Warsztaty odbyły się w Gołańczy, Trzemesznie oraz na pograniczu węgiersko-słowackim w miejscowości Esztergom. Pan Piotr trzykrotnie brał udział z reprezentacją WTZ „Przyjaciele” – jako jej fotograf – w wyjeździe na turniej piłki nożnej, organizowany przez PSONI Koło w Policach.

W maju 2017 roku zdjęcie pana Piotra „Ważka. Nigdy nie będzie miał skrzydeł” zdobyło wyróżnienie studia Fotostube podczas konkursu fotograficznego w Gnieźnie.

W listopadzie 2018 roku w Inkubatorze Kultury Pireus zorganizowano wystawę „Osoba z niepełnosprawnością intelektualną w przestrzeni miejskiej Łazarza”. Pan Piotr był jednym z autorów, których prace zostały tam zaprezentowane.



Od 2010 roku zdjęcia pana Piotra można znaleźć na jego profilu na fb. Niestrudzenie umieszcza tam wszystkie swoje fotorelacje.

Więcej o Piotrze Żołdaku można przeczytać w tym artykule:

<https://tenpoznan.pl/piotr-zoldak-fotografia-pasja-i-obecnosc-w-kulturze-poznania/>

Fotografie Piotra Żołdaka są do obejrzenia tu:

<https://pl-pl.facebook.com/piotr.zoldak>

<https://www.facebook.com/piotrzoldak.27.06.1978>

<https://www.facebook.com/piotrzoldak.foto>







# Piotr Żołdak na swoich fotografiach







# Olimpiada Marzeń – Sięgaj gwiazd

