Nr 15 wrzesień 2010

ISSN 1730-0207

JESTEŚMY

Pismo wydawane przez Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki

Projekt „Otworzymy Ci świat" współfinansowany przez Europejski Fundusz Społeczny.

TEATR GRODZKI

Egzemplarz bezpłatny

foto: Krzysztof Tusiewicz

Spektakl „Spojrzenia" ŚDS Podkowa

JESTEŚMY…

Po dłuższej, blisko trzyletniej, przerwie znów „Jesteśmy"! Tym razem dzięki projektowi „Otworzymy Ci świat", finansowanemu ze środków Unii Europejskiej.

Na czym polega „otwieranie świata" przez Teatr Grodzki?
Od ponad dziesięciu lat odpowiadamy na to pytanie, pracując z osobami, które na co dzień borykają się z niepełnosprawnością, niedostatkiem, uzależnieniem, brakiem perspektyw. O ich potrzebach i talentach, wytrwałości i harcie ducha, zaangażowaniu w twórcze działania piszą w tym numerze ludzie stowarzyszenia, wolontariusze i współpracownicy Teatru Grodzkiego. Z tekstów przebija autentyczna wiara w sprawczą, konstruktywną siłę sztuki i w sens bycia aktywnym. Autorzy opowiadają o swoich osobistych spotkaniach z uczestnikami zajęć warsztatowych, i o tym, jak zmieniły się ich wyobrażenia na temat osób niepełnosprawnych, gdy włączyli się w projekty stowarzyszenia.

To, czego nie znamy, czego nie doświadczyliśmy w bezpośrednim kontakcie często wydaje się nam obce, niezrozumiałe, niedostępne. Tymczasem wspólne działania i przeżycia odkrywają podobieństwa i prawdziwą bliskość. Dlatego warto promować inicjatywy, które łączą ludzi i każdemu dają możliwość rozwoju. Mamy nadzieję, że najnowszy numer „Jesteśmy" dotrze do szkół, placówek terapeutycznych i wychowawczych, do organizacji pozarządowych, które działają w różnych dziedzinach życia społecznego. Wierzymy, że okaże się pomocny i inspirujący dla wielu osób, które także chcą otwierać świat – sobie i innym.

Maria Schejbal

W numerze

Wywiad z wolontariuszem 1

Wprowadzenie do projektu 2

Niepełnosprawni – jak się zachować? 3

Prawda i nieprawda o chorobie psychicznej 4

Z pamiętnika osoby uzależnionej 5

Młodzież trudna i teatr 6

Grupy artystyczno-komputerowe 7

Savoir-vivre wobec niesłyszących 8

Kurs wolontariatu 9

Pomysły na projekty unijne 10

Zdjęcie na okładce: spektakl pt. „Spojrzenia" ŚDS Podkowa

Wywiad z Adamem Wandzlem, który został wolontariuszem w grupie teatralnej osób niepełnosprawnych

Agnieszka Ginko: Jak to się stało, że zostałeś wolontariuszem w Bielskim Stowarzyszeniu Artystycznym Teatr Grodzki?

Adam Wandzel: W zeszłym roku chodziłem na zajęcia teatralne grupy młodzieżowej w Stowarzyszeniu. Kiedy się skończyły, koleżanka z grupy powiedziała mi, że jest możliwość, abym uczestniczył w warsztatach teatralnych dla osób niepełnosprawnych jako wolontariusz. Pomyślałem sobie, że spróbuję i od roku współpracuję ze Stowarzyszeniem Teatr Grodzki w w ramach projektu „Otworzymy Ci świat" wspófinansowanego przez Unię Europejską – Europejski Fundusz Społeczny.

A.G.: Czy miałeś jakieś opory przed wejściem do grupy Za Siódmą Górą dla osób niepełnosprawnych fizycznie i intelektualnie?

A.W.: Na początku pierwszego spotkania miałem pewne obawy, nie wiedziałem, jacy ludzie biorą udział w zajęciach. Przypatrywałem się, rozpoznawałem grunt. Oni pierwsi wyciągnęli do mnie rękę, a potem ja otworzyłem się na nich. Uśmiechali się do mnie, a ja się z czasem przełamywałem. I zostałem w tej grupie. Teraz już wiem, że podchodząc do osoby niepełnosprawnej, nie można mieć żadnych uprzedzeń, lęków.

A.G.: Co wcześniej myślałeś o ludziach niepełnosprawnych?

A.W.: Przed wejściem do grupy miałem stereotypowe poglądy: że osoby niepełnosprawne mają mniej umiejętności, są w jakiś sposób gorsze. Kiedy poznałem tych ludzi, okazało się, że są otwarci na świat, radośni, pełni entuzjazmu. To mnie zauroczyło. Na początku nie chciałem się wdawać w rozmowę, to oni podchodzili, zadawali pytania. Dzięki nim otworzyłem się na drugiego człowieka. To my, ludzie zdrowi, jesteśmy często niepełnosprawni.

A.G.: Na czym polegała Twoja praca w wolontariacie?

A.W.: Najpierw było to rozlewanie soków, rozdzielanie ciastek, a potem, kiedy zaczęliśmy pracować nad przedstawieniem „Czwarty król", pomagałem pani prowadzącej zajęcia, Barbarze Rau, rozstawiać zastawki sceniczne. W grupie jest parę osób, które nie mogą niczego podnosić, dźwigać. Później, w trakcie gry w teatrze cieni, trzymałem główną postać.

A.G.: Zrealizowanie przedstawienia, podczas którego widzimy same cienie, a skomplikowana animacja lalek ukryta jest za zastawkami, wymaga bardzo dużej sprawności manualnej!

A.W.: Za zastawką dzieją się różne rzeczy – uniki, przysiady, trzeba kucać. Potem, kiedy się wstaje, wszystko człowieka boli... (śmiech). A osoby niepełnosprawne na nic nie narzekały! Wcześniej myślałem, że tylko osoby obdarzone dużą sprawnością fizyczną mogą grać w teatrze. To nieprawda. Będąc w tej grupie, zauważyłem, że człowiek niepełnosprawny często lepiej sobie radzi od w pełni zdrowego! Oni są czasem mocniejsi, bardziej wytrwali od nas. Zauważyłem, że mając wszystko, narzeka się na bezsensowne rzeczy...

A.G.: Co dało Ci zaangażowanie w wolontariat?

A.W.: Uczestnicy zajęć wlali we mnie entuzjazm, chęć do życia i działania. Chciałbym dalej pomagać ludziom, niekoniecznie niepełnosprawnym. Mam wrażenie, że oni najbardziej potrzebują nie pomocy, ale zrozumienia – żebyśmy patrzyli na nich jak na drugiego człowieka.

A.G.: Czy w waszej grupie uczestnicy skarżyli się na to, że są źle postrzegani na co dzień, np. na ulicy?

A.W.: Na każdych zajęciach poświęcamy trochę czasu na rozmowę. Niektóre osoby żalą się, że ludzie boją się niepełnosprawnych – „Lepiej takiego nie dotykać, nie odzywać się, bo nie wiadomo, co się stanie". A przecież przez rozmowę pozbywamy się uprzedzeń. Możemy być zaskoczeni tym, jakie to są zdolne osoby. Mamy tu w grupie Za Siódmą Górą dwie dziewczyny, które wyklejają całe obrazy kuleczkami plasteliny, miały nawet swoje wystawy. Trzeba mieć niezwykle dużo cierpliwości, żeby się czymś takim zajmować! Ludzie zdrowi często rezygnują, gdy pojawiają się trudności. – „To nie dla nas" – mówią... Od ludzi niepełnosprawnych można się nauczyć tego, że jeżeli się czegoś podejmujemy, to trzeba wytrwać. Oni tak robią. Trwają przy tym, co sobie założyli, do końca.

Wywiad z koordynatorką projektu „Otworzymy Ci świat", Agnieszką Ginko–Humphries

Maria Schejbal: Co jest najważniejszym celem projektu „Otworzymy Ci świat"?

Agnieszka Ginko: Pomagamy tworzyć teatr i grafikę komputerową ludziom obarczonym różnymi formami niepełnosprawności – z niepełnosprawnością intelektualną, fizyczną lub psychiczną, niesłyszącym, niedowidzącym, a także młodzieży w trudnej sytuacji życiowej. To 120 osób potrzebujących wsparcia z Bielska-Białej, powiatu bielskiego, Pszczyny i powiatu pszczyńskiego.

M.S.: Od 1999 roku Stowarzyszenie prowadzi co roku bogaty program zajęć warsztatowych dla osób potrzebujących wsparcia. Jakie grupy działają w ramach projektu i nad czym pracują?

A.G.: Na lata 2009 i 2010 zaplanowano działania siedmiu grup teatralnych i dwóch grup artystyczno-komputerowych. Nasi podopieczni tworzą teatr lalek, teatr cieni, pantomimę, spektakle ruchowe i muzyczne, etiudy i skecze, które pokazywane są w Bielsku-Białej i innych miastach. Spektakle dla małych i dużych widzów mówią o przyjaźni, miłości, zrozumieniu innych, poszanowaniu przyrody. Osoby niepełnosprawne i młodzież z placówek wychowawczych i terapeutycznych sama tworzy dekoracje, lalki, kostiumy. Ale najpiękniejszy moment to ten, kiedy zaczynają grać i odkrywają, że mają co pokazać światu. Program zajęć komputerowych obejmuje tworzenie grafiki oraz projektowanie własnych stron internetowych prezentujących zainteresowania i umiejętności.

M.S.: Co nowego wnosi ten projekt, którego jesteś autorką, do działań Stowarzyszenia?

A.G.: Po raz pierwszy zorganizowaliśmy cztery treningi aktywności – kursy przygotowujące młodzież do podjęcia wolontariatu. Prowadzone były w formie warsztatowej przez pedagogów oraz pracowników organizacji pozarządowych. Młodzież odwiedzała placówki dla osób niepełnosprawnych i często był to jej pierwszy kontakt z osobami potrzebującymi…

M.S.: Na czym polega codzienna praca osób zaangażowanych w realizację projektu i jakie są wymierne rezultaty ich działań?

A.G.: Prowadzenie dziewięciu grup tygodniowo to duży wysiłek organizacyjny, ale nasi podopieczni to doceniają.Widać ich uśmiech, kiedy się schodzą, przed wejściem do sali, i jeszcze szerszy uśmiech, kiedy widzą Ludwinę Dębiec opiekującą się grupami, ustalającą harmonogramy zajęć we współpracy z ośmioma instruktorami. To wspólne spędzanie czasu jest przyjemnością, którą osoby osamotnione naprawdę doceniają. Ludwina prowadzi też cała dokumentację projektu i doceniam to każdego dnia pracy w biurze. Zapadły mi również w pamięć sprawozdania przygotowane przez Piotra Kostuchowskiego – to żmudna i ciężka praca, ale Piotr nawet dane liczbowe umie zaprezentować w interesujący sposób! Ma też duże poczucie humoru, które pomaga radzić sobie z nadmiarem „roboty biurowej". I oczywiście spotkania w księgowości z Magdą Dudek-Rewolte i Moniką Dudziak – rozliczanie dwuletniego projektu unijnego to duże zadanie!

Nie sposób tu nie wspomnieć o kadrze oddanych instruktorów – bez nich nie byłoby zajęć. Ilekroć do nas przychodzą, omawiamy zajęcia, mówimy o kłopotach, ale i satysfakcji z tego, co udało się wspólnie osiągnąć. Mam przed oczami prace graficzne i spektakle, które powstały. Siedem najlepszych przedstawień zostało nagranych i opracowanych w formie filmów promocyjnych przez niezawodnego Krzysztofa Tusiewicza. I one z nami zostaną na zawsze.
Tak samo jak strony internetowe uczestników i zdjęcia z występów dostępne na stronie naszego projektu prowadzonej przez Tomasza Zielińskiego.

foto: Tomasz Zieliński

Grupa Za Siódmą Górą

Grupę Za Siódmą Górą tworzą osoby z niepełnosprawnością intelektualną i fizyczną, związane z BSA Teatr Grodzki.
Instruktor: Barbara Rau

Integracyjna grupa Za Siódmą Górą Stowarzyszenia Teatr Grodzki od 10 lat realizuje spektakle dla dzieci, młodzieży i dorosłych poświęcone problematyce społecznej, zdrowotnej, ekologicznej. Specjalizuje się w różnych formach teatru lalek. Od 2009 roku Stowarzyszenie Teatr Grodzki prowadzi Za Siódmą Górą w ramach projektu „Otworzymy Ci świat" dofinansowanego przez Europejski Fundusz Społeczny. W 2009 roku grupa wystąpiła na słowackim Międzynarodowym Festiwalu Lalkarskim ERROR w Bratysławie, a w 2010 wystawiła spektakl cieni w ramach XXIV Międzynarodowego Festiwalu Sztuki Lalkarskiej w Bielsku-Białej.

foto: Pracownia Dziennikarska i Fotografii WTZ

Jak zachowywać się wobec osoby niepełnosprawnej?

TAK

Traktuj nas jako osoby, które mają swoje uczucia i przeżywają je jak inni,rozwijają swoje umiejętności, wyobraźnię, lubią rozmawiać z ludźmi. Pomóż nam czasem przy poruszaniu się, ale z wyczuciem, z taktem. Kiedy występujemy na scenie, wysłuchaj, co mamy do powiedzenia, skup się na przesłaniu. Przyjmij to, co widzisz, z poszanowaniem. Chcemy, żeby widziano nas jako ludzi pełnych radości życia, potrzebnych i pełnowartościowych.

NIE

Nie mów, że niepełnosprawny to głupek, ktoś gorszy, słabszy, mniej zdolny, mniej wrażliwy, że go nie boli, kiedy tak o nim sądzą. Nie gardź osobą niepełnosprawną, nie rań jej uczuć, nie staraj się nią manipulować. Nie lekceważ osób niepełnosprawnych. Nie patrz na nas jak na zgorzkniałych, roszczeniowych ludzi. Nie rób nic na siłę. Nie lubimy kłamstwa i nieszczerości.

Materiał przygotowały grupy Za Siódmą Górą i CVE

Grupa CVE

Grupę CVE tworzą osoby dorosłe z niepełnosprawnością fizyczną lub intelektualną, z których większość jest związana z BSA Teatr Grodzki poprzez uczestnictwo w działaniach Warsztatu Terapii Zajęciowej „Jesteś Potrzebny" lub pracę w Zakładzie Aktywności Zawodowej.
Instruktor: Piotr Kostuchowski

15 czerwca grupa osób niepełnosprawnych CVE Bielskiego Stowarzyszenia Artystycznego Teatr Grodzki została wyróżniona w wojewódzkim Przeglądzie Małych Form Teatralnych „Z EFSem na scenę" organizowanym przez Urząd Marszałkowski w Katowicach. Z nadesłanych 36 zgłoszeń grup dziecięcych, młodzieżowych i dorosłych wybrano do finałowego przeglądu jedynie 6, w tym grupę osób niepełnosprawnych CVE prowadzoną w ramach projektu „Otworzymy Ci świat".

Teatr jest dla mnie oknem na świat – Alina
Ta grupa to nasza paczka – Maciek

Scenariusz spektaklu „Pajęcze opowieści", pokazywanego w Katowicach w Kinoteatrze Rialto, tworzyli sami uczestnicy z pomocą instruktora Piotra Kostuchowskiego. Opowiada on o walce dobra ze złem: pająk, zarzucający swoje sieci na niespodziewających się niczego ludzi, zmaga się z aniołami.

Musimy dobrze grać, żeby nie zawieść naszego Piotrusia – Basia przed występem

W powstawaniu spektaklu pomagali wolontariusze Stowarzyszenia Teatr Grodzki: tworzyli scenografię, ustawiali dekoracje i rekwizyty. Emocje w trakcie finału sięgały zenitu, ale grupa zmobilizowała się i zagrała z wyczuciem i zaangażowaniem. Nie udało się uzyskać głównej nagrody, ale wyróżnienie i upominki sprawiły wszystkim dużą radość.

Lubię grać. Z każdą sztuką idziemy do przodu – Marlena

Bardzo lubię rozmawiać z ludźmi z mojej grupy – Halinka

Podkowa

Grupa spotyka się w Środowiskowym Domu Samopomocy Podkowa w Bielsku-Białej.
Instruktor: Władysław Aniszewski
Opiekun grupy: Bronisław Szot

Stowarzyszenie Teatr Grodzki prowadzi grupę teatralną Podkowa dla osób z chorobą psychiczną już od 9 lat w ramach różnych projektów. Brała ona udział w wielu przeglądach, festiwalach i imprezach plenerowych. Od 2009 jest współfinansowana przez Europejski Fundusz Społeczny w ramach projektu „Otworzymy Ci świat". W zeszłym roku Podkowa wystąpiła podczas Ogólnopolskiego Festiwalu Sztuki Bezdomnej w Cieszynie oraz w ramach imprezy jasełkowej organizowanej przez Miasto Bielsko-Biała na Rynku.

foto: Krzysztof Tusiewicz

Wywiad z Władysławem Aniszewskim

instruktorem teatralnym prowadzącym zajęcia w Środowiskowym Domu Samopomocy Podkowa oraz w Subrejonowym Ośrodku Leczenia Psychiatrycznego Olszówka

foto: Krzysztof Tusiewicz

Agnieszka Ginko-Humphries: W ramach projektu „Otworzymy Ci świat" prowadzisz zajęcia teatralne w dwóch placówkach pomocy psychicznej. Czy miałeś na początku obawy przed wejściem do takich grup? Jest tyle stereotypów na temat choroby psychicznej... Czy bałeś się czegoś?

Władysław Aniszewski: To jest dobre pytanie. Tak, miałem olbrzymie opory. Zacząłem pracować w Subrejonowym Ośrodku Leczenia Psychiatrycznego Olszówka 10 lat temu, w 2000 roku. Jan Chmiel, dyrektor Stowarzyszenia Teatr Grodzki, poprosił mnie, żebym poprowadził tam grupę. Powiedziałem mu: „Coś ty, człowieku! Ja to mogę z dziećmi pracować…" Ale on nie ustępował. Mówił: „Nie mów nie, chodź ze mną na zajęcia, po nich najwyżej zrezygnujesz". Przyszedłem do Olszówki i zobaczyłem ludzi takich jak my – chętnych, żeby tworzyć teatr. Przyjeżdżali z różnych stron powiatu bielskiego. A problemy? Każdy ma jakieś problemy!

A.G.: W ramach obecnego projektu współfinansowanego przez Europejski Fundusz Społeczny powstały piękne spektakle, jak na przykład „Żonkile" w Środowiskowym Domu Samopomocy Podkowa. Niezwykłe i dowcipne przedstawienie, o kwiatach, które mówią...

W.A.: Znalazłem ciekawy tekst Henryka Bardijewskiego, który przeczytałem grupie i wszyscy zapalili się do pracy. Bardzo przeżyli udział w Festiwalu Sztuki Bezdomnej w Cieszynie. Każdy występ to przygoda, możliwość sprawdzenia się na scenie. Pojawiają się oczywiście chwile stresu i spięcia, ale również podekscytowania, a później radości, że udało się coś pokazać i powiedzieć innym ludziom, którzy przyszli zobaczyć ten właśnie spektakl.

A.G.: Co najbardziej utkwiło Ci w pamięci z pracy w Podkowie?

W.A.: Kiedy graliśmy „Spowiedź w drewnie" Wilkowskiego na małej scenie Teatru Polskiego, wytworzył się tak niezwykły klimat, taka atmosfera, że moi aktorzy płakali podczas gry i ja też płakałem. Będę to pamiętał do końca życia i oni też.

A.G.: Jak dobierasz teksty? W „Spojrzeniach" zrealizowanych w zeszłym roku mowa jest o „natrętnych spojrzeniach, które oblepiają ludzi"... Myślę, że często uczestnicy Twoich zajęć identyfikują się z tekstami – są to sprawy, które mogą im się przytrafić...

W.A.: Tak właśnie było przy tym przedstawieniu. Przyniosłem tekst, wtedy okazało się, że jedną osobę spotkało zdarzenie z natrętnymi spojrzeniami. I chciała to zagrać. W obu grupach nie robimy niczego na siłę. Jeżeli coś komuś nie pasuje, to zmieniamy tekst albo rolę, albo ustawienie. Mamy nieograniczone możliwości.

A.G.: Wracając do stereotypów – jeżeli mówisz komuś, że prowadzisz teatr dla osób z chorobą psychiczną, z jakimi reakcjami się spotykasz?

W.A.: Ludzie przestają pytać, wycofują się. A przecież trzeba sobie ze wszystkim poradzić. Jak choruje bark, to go nastawić, a psychikę przywracać do pionu! Bardzo lubię prowadzić zajęcia w obu grupach. Są tam ludzie niezwykle zaangażowani. Kiedy w czerwcu mieliśmy ostatnią próbę w Olszówce przed występem na Święcie Ulicy 11 Listopada, to stawili się wszyscy, nikogo nie brakowało, były nawet osoby, które tym razem nie miały brać udziału w spektaklu. W końcu wykorzystaliśmy wszystkich!

A.G.: Jak udaje Ci się wytworzyć przyjazną atmosferę?

W.A.: W moich grupach pijemy razem herbatę, rozmawiamy o codziennych sprawach, opowiadamy dowcipy, uśmiechamy się do siebie. Ludzie mają tam swoje miejsce na ziemi.

Teatr Amatorski Olszówka

Grupa spotyka się w Subrejonowym Ośrodku Leczenia Psychiatrycznego w Bielsku-Białej.
Instruktor: Władysław Aniszewski
Opiekun grupy: Małgorzata Tworzydło

Stowarzyszenie Teatr Grodzki prowadzi grupę Teatr Amatorski Olszówka od 10 lat. Ma ona w swoim dorobku rozmaite skecze, jasełka, beskidzkie kolędowanie i kostiumowe baśnie. Od 2009 grupa jest współfinansowana przez Europejski Fundusz Społeczny w ramach projektu „Otworzymy Ci świat". Teatr Amatorski Olszówka realizuje spektakle teatralne dla dzieci, młodzieży i dorosłych. W 2009 i 2010 roku wystąpił podczas Święta Ulicy 11 Listopada w Bielsku-Białej.

Prawda i nieprawda o chorobie psychicznej

Informacja przygotowana dzięki pomocy mgr Małgorzaty Tworzydło, terapeutki Oddziału Dziennego Rehabilitacyjnego z Ośrodka Leczenia Psychiatrycznego w Bielsku-Białej. Ośrodek Leczenia Psychiatrycznego w Bielsku-Białej przy ul. Olszówki 102 świadczy bezpłatne usługi zdrowotne w ramach umowy z NFZ. Składa się z Poradni Zdrowia Psychicznego dla Dorosłych, Oddziałów Dziennych oraz Całodobowych. Przyjazna, ciepła i życzliwa atmosfera, wsparta nowoczesnymi i skutecznymi formami terapii, pomaga w szybszym powrocie do zdrowia.
Przychodnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży znajduje się przy ul. Reja 15 w Bielsku-Białej.

TAK

Choroba psychiczna dotyka ludzi wrażliwych, niezależnie od wieku i płci, klasy społecznej i zawodu. Jest to choroba przewlekła, długotrwała, może być całkowicie uleczalna poprzez systematyczne przyjmowanie lekarstw i wizyty kontrolne u psychiatry/psychoterapeuty. Schizofrenia, uważana za jedną z najcięższych chorób, jest w 1/3 przypadków całkowicie uleczalna, a u kolejnej 1/3 przypadków epizody choroby pojawiają się tylko co kilka lat. Choroby psychiczne to też depresja, stany lękowe, nerwice – tzw. choroby cywilizacyjne. Leczenie polega przede wszystkim na psychoterapii – pracy nad sobą pacjenta, a także na systematycznym przyjmowaniu lekarstw. Na oddziałach rehabilitacyjnych ośrodków leczenia psychiatrycznego prowadzone są zajęcia z psychiatrii społecznej: zajęcia z psychologiem, psychoedukacja, trening lekowy, zajęcia plastyczne, teatralne, muzykoterapia itp.
Chorobę psychiczną mogą wywołać narkotyki, między innymi schizofrenię. Wielu pacjentów oddziałów leczenia psychiatrycznego miało kontakt z narkotykami.

NIE

Chory psychicznie człowiek to nie wariat lub osoba upośledzona umysłowo. Chorują osoby inteligentne, nadwrażliwe, nieumiejące poradzić sobie z problemami. Choroba psychiczna nie jest dziedziczna – nie ma n.p. genu schizofrenii lub depresji. Osoba chora psychicznie nie jest z natury agresywna lub złośliwa. Pogorszenie stanu zdrowia może prowadzić do tymczasowych złych emocji, które mijają po odpowiednim leczeniu farmakologicznym i wizytach kontrolnych u psychiatry/psychoterapeuty. Ostre objawy choroby można szybko opanować. Osoba chora psychicznie nie musi żyć na marginesie, wykluczona społecznie. Choroba powoduje jedynie okresowe wycofanie z życia i wykonywanego zawodu. Po ustąpieniu objawów można wrócić do życia zawodego i ról społecznych. Do poradni zdrowia psychicznego nie trzeba skierowania – może zgłosić się każdy.

Grupa z Katolickiego Ośrodka Wychowania i Resocjalizacji Młodzieży Fundacji Nadzieja w Bielsku-Białej

Instruktor: Justyna Kostuchowska

Od 11 lat Stowarzyszenie Teatr Grodzki prowadzi zajęcia teatralne dla podopiecznych Ośrodka leczących się z uzależnienia od alkoholu i narkotyków. Wieloletnim instruktorem w Nadziei była Maria Schejbal, a od 2 lat zajęcia prowadzi Justyna Kostuchowska w ramach projektu „Otworzymy Ci świat" współfinansowanego przez Europejski Fundusz Społeczny. W 2010 roku grupa wystąpiła w Domu Pomocy Społecznej przy ul. Żywieckiej w Bielsku-Białej oraz podczas Święta Ulicy 11 Listopada.

foto: Krzysztof Tusiewicz

Z pamiętnika

Pewnego dnia po powrocie do domu mama powiedziała: Jutro nie idziesz do szkoły. Wiedziałam, co się dzieje, ale nie mogłam w to uwierzyć. Jechałam do ośrodka… Byłam wściekła na mamę, że bez mojej wiedzy i zgody załatwiła mi miejsce w Nadziei. Nie chciałam mieć z nią żadnego kontaktu, ale nie chciałam też zostać w ośrodku. Ludzie, których poznałam, oferowali mi pomoc, chociaż mnie nie znali. Z czasem uświadomiłam sobie, że jestem tu nie przez przypadek. Dotarło do mnie, że jestem uzależniona i że jest to miejsce, w którym nauczę się żyć na trzeźwo. Zaczęłam angażować się w życie ośrodka, jednocześnie tworząc plany na przyszłość. Przestałam nienawidzić mamy i uświadomiłam sobie, że mnie kocha i zrobiła to dla mojego dobra. Zaczęłam odwzajemniać pomoc, wspierając tych, którzy tego potrzebowali. Kiedy poczułam, że jestem gotowa, zaczęłam jeździć do domu. Było to trudne doświadczenie po takim czasie, ale starałam się sobie z tym poradzić. Miałam taki okres w ośrodku, kiedy łamałam zasady i byłam nieuczciwa. Ludzie zaczęli zauważać, że coś jest nie tak…Zadałam sobie pytanie: Dlaczego nie mówię prawdy i czy zależy mi na trzeźwości? Odpowiedzią było „odkłamanie" się na zajęciach. Teraz jestem już prawie 10 miesięcy w ośrodku i mogę powiedzieć, że było warto. Moim celem stało się skończenie terapii. Na pewno chcę być trzeźwa. Marzę o szczęśliwej rodzinie, bez przemocy i uzależnień. Mam nadzieję, że moja historia stanie się motywacją przynajmniej dla jednej osoby, która zbłądziła w życiu.

Agata

Co nas wzmacnia?

W moim życiu teatr ma bardzo wielkie znaczenie. Będąc w ośrodku, po raz pierwszy miałam okazję wystąpić przed publicznością w Bielsku-Białej na Święcie Ulicy 11 Listopada. Spektakl nosił tytuł „Mój przyjaciel". Odczułam, że jeśli dałam radę wystąpić przed zupełnie obcymi ludźmi, to dam sobie radę w trwającej 11 miesięcy terapii. Każde następne przedstawienie będzie dla mnie sprawdzianem. Sprawdzianem tego, czy dam sobie radę w życiu po skończeniu terapii. Im większa naturalność podczas gry, tym większa nadzieja na trzeźwe życie.

Weronika

Moim najważniejszym dniem był 11 sierpnia. Był to ostatni dzień pielgrzymki. Gdy już dochodziliśmy do Częstochowy, nie mogłam się doczekać. Kiedy zobaczyłam klasztor, łzy poleciały mi z oczu. Byłam z siebie bardzo zadowolona – że doszłam do końca. Nie umiałam przestać płakać. Chciałabym tam wrócić, choć na jeden dzień.

Ola

Lato kojarzy mi się z dużą ilością czasu wolnego i z dalekimi podróżami. Niezbędnym sprzętem, aby mile wykorzystać czas, jest rower. Moim marzeniem jest pojechać nad morze. Wycieczki rowerowe sprawiają o wiele większą satysfakcję niż jazda samochodem. I wychodzą nam na zdrowie!

Emil

Gdybym skończył terapię, to zamieszkałbym w Bielsku-Białej. Chciabym skończyć szkołę. Pogłębiałbym swoje zainteresowania sztuką walki i wiarę w Boga.

Damian

Grupa z Młodzieżowego Ośrodka Socjoterapii przy ul. Starobielskiej w Bielsku-Białej

Instruktor: Rafał Sawicki
Opiekun grupy: Agata Knapik

Stowarzyszenie Teatr Grodzki prowadzi zajęcia teatralne dla podopiecznych Ośrodka od 4 lat. Współfinansowane są one przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego. W 2009 roku grupa wystąpiła podczas imprezy jasełkowej organizowanej przez Miasto Bielsko-Biała na Rynku. Powstał również materiał filmowy z prób teatralnych w 2010 roku.

Rozmowa z Rafałem Sawickim, instruktorem grupy w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii

Piotr Kostuchowski: Pracujesz z młodzieżą trudną. Koniecznym warunkiem skutecznego działania z taką grupą jest autorytet. Jak go budujesz?

Rafał Sawicki: Kiedyś, na długo zanim zacząłem pracę z młodzieżą, przeczytałem w jakiejś książce dotyczącej psychologii, że bardzo ważne w wychowywaniu jest poważne podejście do świata młodej osoby, do jej problemów, do tego wszystkiego, co przeżywa. Zostało mi to w pamięci. Traktuję moich podopiecznych, młodych aktorów bardzo poważnie i wymagam, żeby oni siebie i mnie też tak traktowali. Wydaje mi się, że oni to czują, dlatego moje doświadczenia są pozytywne. Trzeba pamiętać, że jest to specyficzna młodzież. Łatwo ją zranić, ale i ona może nas łatwo dotknąć i zranić. Trzeba starać się zaakceptować to, że są inni, że niosą w sobie bagaż bolesnych doświadczeń, a jednocześnie budzić ich i otwierać na inny, „normalny" świat. Rozmawiać o sprawach ważnych i bardzo ważnych, o wartościach, o życiu, o zaufaniu, o Bogu. Jeżeli mówi się o tym wszystkim poważnie, młodzież słucha i nawiązuje się kontakt.

P.K.: Ale z ich światem się nie zgadzasz. Musisz go rozbić, by zmienić. Inaczej nie otworzyłbyś im drogi do innych horyzontów. Jak to robisz?

R.S.: Drugą stroną poważnego traktowania jest stawianie wymagań. Wymagam, ponieważ zależy mi na nich, na efektach naszej pracy, na sztuce, którą razem tworzymy. Teatr otwiera nowe nieskończone światy, a jednocześnie mówię: tylko od was zależy, jakie będzie to przedstawienie, od was zależy, jaki będzie świat. W przeważającej liczbie przypadków ci młodzi ludzie nie mają szacunku dla siebie samych, stąd nie mają go również dla innych. Wymagania, praca, sukces, występ zmieniają samoocenę, pozwalają zbudować poczucie własnej wartości. Potrzebna jest do tego ciągła praca na próbach, zwykłe zwracanie uwagi na niewłaściwe zachowania, lecz także na rzeczy piękne i ciekawe.

P.K.: Co każdy instruktor teatralny wiedzieć powinien?

R.S.: Odpowiedzialność – bardzo ważna sprawa. Mam bardzo pozytywne, ale też negatywne doświadczenia z tym związane. Dwa spektakle, który były przygotowane w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii, nie doszły do skutku. Nie było premiery, ponieważ młodym ludziom zabrakło samodyscypliny. Nie wytrwali do końca i po prostu uciekli z ośrodka. Osoby, które zostały, boleśnie odczuły na własnej skórze, że jest to naprawdę praca zespołowa. Tak jak w zawodowym teatrze.
Były też i takie zdarzenia. Praca nad spektaklem jest dość zaawansowana, aż tu nagle próba nie może się zacząć. Trudno zebrać młodzież, w końcu wszyscy przychodzą. Okazuje się jednak, że ktoś nie umie tekstu, że ktoś inny ma właśnie tego dnia wszystko w nosie. Pamiętam, jak wtedy pierwszy raz podjąłem decyzję, że spotkanie-próba się nie odbędzie. Wyszedłem, oczywiście nie trzaskając drzwiami, absolutnie nie o to chodziło. Pomyślałem sobie, że jednak coś tym młodym ludziom trzeba uświadomić. Wagę dyscypliny i odpowiedzialności. Sam byłem ciekawy ich reakcji. Kolejne spotkanie odbywało się w zupełnie innym klimacie. Wsparciem w tym przełomie była praca wychowawców i pedagogów z Ośrodka. Są to pasjonaci, którym leży na sercu to, co robię. Młodzież nauczyła się odpowiedzialności i konsekwencji. Tego, że skoro powiedziało się A, to... pracujemy do końca. Takie wychowawcze oddziaływanie warsztatów teatralnych jest nie do przecenienia.

P.K.: Skąd czerpiesz inspiracje?

R.S.: Z życia, ale również z pomysłów i propozycji młodych ludzi uczestniczących w zajęciach. Często wręcz wymagam od nich, żeby przygotowali swoje propozycje. Jest to dla nich mobilizująca sytuacja. Muszą pomyśleć, co lubią, czym się interesują. Muszą podjąć trud poznania samych siebie, trud refleksji nad własnym życiem i własnym światem. To zawsze daje pozytywne rezultaty.

foto: Krzysztof Tusiewicz

Grupy artystyczno-komputerowe

Instruktorzy: Krzysztof Tusiewicz i Bartłomiej Żywczak

Grupy artystyczno-komputerowe działające w ramach projektu „Otworzymy Ci świat" pracowały nad przygotowaniem osobistych (przedstawiających zainteresowania, portfolio, CV, twórczość artystyczną, prezentujących dane istotne na rynku pracy) stron internetowych. Uczestnicy wzięli również udział w szkoleniach z zakresu doradztwa zawodowego prowadzonych przez Barbarę Górkę. Zajęcia artystyczno-komputerowe przygotowane były na podstawie autorskiego programu uwzględniającego potrzeby grup.

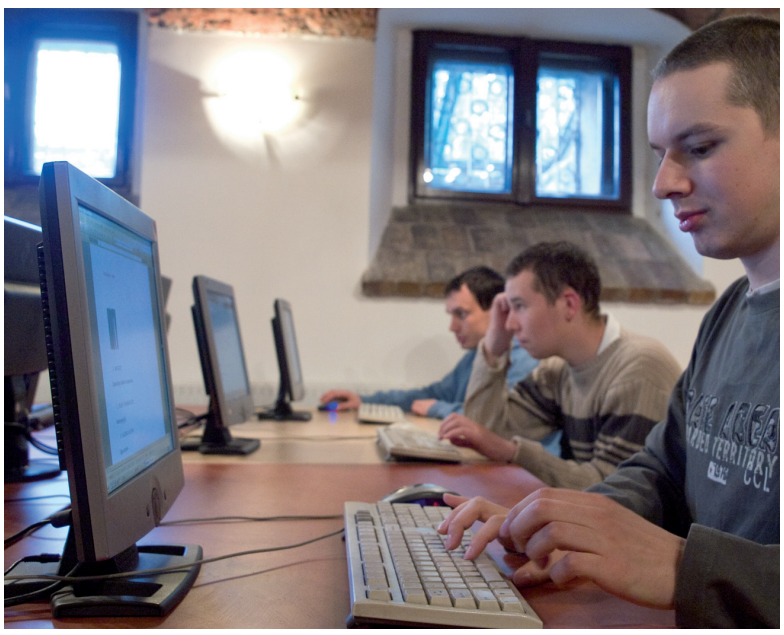
foto: Krzysztof Tusiewicz

Polska
To kraj szczególny dla mnie. Bardzo się cieszę, że się tu urodziłem i że mówię po polsku.

Ojczyzna
Ojczyzna to kraj, w którym żyję, który kocham i szanuję.

Patriota
To człowiek, który kocha swój kraj i umie mu w jakiś sposób pomóc.
To człowiek szanujący swój kraj i zawsze w niego wierzący.

Grupa komputerowa I
W grupie rozwijają swoje umiejętności i pasje dorosłe osoby niepełnosprawne z Bielska-Białej i powiatu. Powstały osobiste strony internetowe uczestników, które zawierają grafikę komputerową, zdjęcia i inne prace.



Grupa komputerowa II
W grupie rozwijają swoje umiejętności i pasje podopieczni z Młodzieżowego Ośrodka Socjoterapii oraz osoby z niepełnosprawnością. Powstały osobiste strony internetowe uczestników poświęcone ich zainteresowaniom, np. samochodom, sportom i muzyce.

Grupa przy Polskim Związku Głuchych w Bielsku-Białej

Instruktor: Sabina Głuch
Tłumacz języka migowego:
Krzysztof Kotyniewicz

Stowarzyszenie Teatr Grodzki prowadzi grupę dla osób niesłyszących od 4 lat Świetlicy Koła Terenowego Polskiego Związku Głuchych w Bielsku-Białej. Od 2009 roku grupa działa w ramach projektu „Otworzymy Ci świat" współfinansowanego przez Europejski Fundusz Społeczny. W ciągu ostatniego roku wystąpiła w Warszawie, Żywcu, Bielsku-Białej, Jaworzu i w Częstochowie, na Jasnej Górze.

Terminologia związana z osobami z uszkodzonym słuchem:

- **Słabosłysząca** – to osoba z częściowym uszkodzeniem słuchu, u której ubytki słuchu (do 80 dB) stwarzają trudności w naturalnym opanowaniu języka mówionego. Może kompensować ubytek słuchu za pomocą aparatów słuchowych. Może mieć trudności ze zrozumieniem mowy z użyciem aparatów słuchowych w miejscach o dużym natężeniu hałasu.

- **Głucha** – to osoba z uszkodzeniem słuchu w stopniu znacznym i głębokim (powyżej 90 dB). Jej możliwości percepcyjne drogą słuchową są tak ograniczone, że nie jest w stanie w sposób naturalny opanować języka mówionego. Porozumiewa się najczęściej za pomocą języka migowego. Może również odczytywać swojego rozmówcę **z ruchu jego ust**.

- **Głuchoniema** – osoba z uszkodzeniem słuchu w stopniu znacznym i głębokim, istniejącym od urodzenia lub wczesnego dzieciństwa. Osoba ta nie jest w stanie porozumiewać się za pomocą mowy i jej odczytywania z ust. Komunikuje się za pomocą języka migowego.

Savoir-vivre wobec niesłyszących

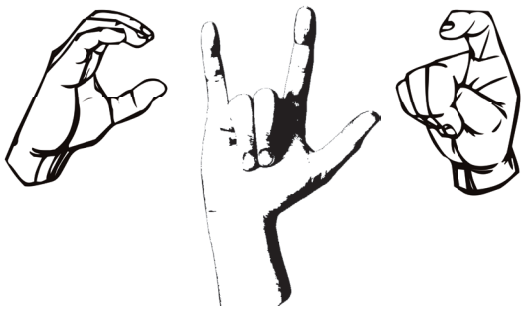
Jak zwrócić na siebie uwagę osoby niesłyszącej?

Machanie ręką wykonujemy wyłącznie ruchem pionowym dłoni w celu zwrócenia uwagi osoby znajdującej się w pewnej odległości lub stojącej bokiem do rozmówcy.
Lekkie klepnięcie w obszarze rąk lub ramion rozmówcy jest sygnałem zwrócenia uwagi. Klepnięcie w inną część ciała (np. w okolicach karku) jest niestosowne i obraźliwe.
Lekkie uderzenie dłonią w stół jest metodą nawiązania kontaktu wzrokowego w sytuacji, gdy rozmówca spożywa posiłek. To dzięki drganiom przenoszonym przez uderzoną powierzchnię rozmówca odczytuje wibracje jako sygnał.
Miganie światłem jest metodą skuteczną przy większej grupie osób. Czynność ta jednoznacznie jest identyfikowana przez osoby głuche jako forma zwrócenia uwagi.
Poproszenie kogoś o zawołanie innej osoby i tym samym zwrócenie jej uwagi jest dobrym sposobem. Na zasadzie „łańcuszka" można zwrócić się do osoby stojącej bliżej, jeśli udało się podchwycić jej spojrzenie, aby wezwała osobę znajdującą się w jej sąsiedztwie.

Przeszkody w komunikacji pomiędzy osobami słyszącymi a głuchymi

1. Brak kontaktu wzrokowego.
Czynniki zewnętrzne, takie jak osoba przechodząca między rozmówcami lub miganie pod światło, w sposób jednoznaczny utrudniają komunikację.
2. Zasłanianie ust ręką.
3. Rozmawiając z osobą niesłyszącą, nie powinniśmy ustawiać się pod światło.

„Nauczmy się rozumieć nawzajem", Polski Związek Głuchych.
Opracował: Krzysztof Kotyniewicz



Rozmowa z Sabiną Głuch, instruktorką teatralną grupy Polskiego Związku Głuchych

Agnieszka Ginko: Prowadzisz zajęcia dla osób niesłyszących. Opowiedz mi, proszę, o uczestnikach.

Sabina Głuch: Są to dorosłe osoby niesłyszące, bardzo chętne do współpracy. Podchodzą z dużą pokorą, ale i entuzjazmem do wszystkich działań, które podejmujemy na zajęciach. Pracuję z nimi już cztery lata, obecnie w ramach projektu współfinansowanego przez Unię Europejską, Europejski Fundusz Społeczny.

A.G.: Jak na początku układała się Wasza współpraca?

S.G.: Uczestnicy z pewną nieufnością podchodzili do działań teatralnych, bo po prostu nie mieli z nimi wcześniej styczności. Wytworzyła się śmieszna sytuacja, ponieważ nazywam się Głuch i grupa myślała, że żartuję, kiedy się przedstawiłam... Początki bywają zawsze trudne, bo trzeba się nauczyć abstrakcyjnego myślenia – przedstawiania na scenie sytuacji, których sami nie przeżyliśmy. Kiedy pracowaliśmy nad etiudami pt. „Twoje marzenia, kim chciałbyś być", okazało się, że trudno było uczestnikom wypowiedzieć się na ten temat. Widocznie osoby niepełnosprawne, niesłyszące od urodzenia, nie pozwalają sobie na marzenia np. bycia baletnicą czy łyżwiarzem figurowym, bo wiadomo, że jest to niemożliwe. Jednak po wytłumaczeniu zadania pozwolili sobie na zanurzenie się w świecie wyobraźni. Byli później zaskoczeni efektami, potrafili pokazać czynność, której nigdy nie wykonywali i nigdy nie będą wykonywać.

A.G.: Jak porozumiewasz się z grupą?

S.G.: Moją prawą ręką jest Krzysztof Kotyniewicz, tłumacz języka migowego, który nam pomaga. Ja znam tylko podstawowe znaki: „dzień dobry", „do widzenia", „marzenia", „kocham cię". Język migowy ma mniejszą liczbę słów od naszego i prawdziwą sztuką jest przekładanie niektórych pojęć. Krzysztof potrafi wszystko tak wyjaśnić, że się rozumiemy. Musiałabym chodzić na wieloletnie kursy, żeby tak umieć tłumaczyć w języku migowym.

A.G.: Co dają uczestnikom zajęcia teatralne? W ciągu ostatniego roku bardzo dużo występowaliście: kilka razy w Bielsku-Białej, w Żywcu, Jaworzu, Warszawie...

S.G.: Pozwalają im oderwać się od rzeczywistości, przynoszą nowe przeżycia. Jestem zachwycona tym, że tak chętnie przychodzą, angażują się. Można na nich polegać. Bywały momenty wstydu, ale potrafili je przełamać. Podkreślamy na zajęciach, że służą one poznaniu samego siebie w różnych sytuacjach, odkryciu jak dużo mają do zaoferowania. Okazuje się, że potrafią być bardzo zabawni, mają genialne poczucie humoru. Osoby niesłyszące mają często zdrowy dystans do wszystkiego, warto się tego od nich uczyć.

A.G.: Jaki jest teatr tworzony przez osoby niesłyszące?

S.G.: Przede wszystkim oparty na ruchu, pantomimie. Ponieważ aktorzy nie mogą porozumiewać się słowem mówionym,skupiamy się na grze ciała, chcąc tworzyć spektakle zrozumiałe dla wszystkich. Potrafią błyskawiczne reagować na gest, spojrzenie. Przygotowujemy też migane piosenki, gdzie muzyka i tekst są dla osób słyszących, a migane słowa dla niesłyszących.

Sabina Głuch i Krzysztof Kotyniewicz
foto: Krzysztof Tusiewicz

A.G.: Co warto wiedzieć o osobach niesłyszących?

S.G.: Są to bardzo ciekawi, mili ludzie, niezwykle pogodni pomimo swojej niepełnosprawności. Można się od nich nauczyć, jak wyhamować i nie brać udziału w szaleństwie dnia codziennego, jak być ze sobą. Jeżeli uda im się zdobyć pracę, są to głównie zajęcia fizyczne – krawcowa, osoba sprzątająca. Nie wiem, czy to wynika z rynku pracy, czy z wewnętrznych barier. Różne zawody wykonywane przez osoby niesłyszące pokazujemy w naszym przedstawieniu „W poszukiwaniu pracy".

A.G.: Spotkało Was duże wyróżnienie – zostaliście zaproszeni do Częstochowy, na Jasną Górę, gdzie wystąpiliście podczas ogólnopolskiej pielgrzymki z okazji Światowego Dnia Osoby Niesłyszącej. Co pokazaliście?

S.G.: Były to cztery migane piosenki i spektakl wystawiany wcześniej w Bielsku-Białej na temat poszukiwania pracy. Bardzo lubimy grać. Możemy występować zawsze i wszędzie!

Trening aktywności — kurs wolontariatu

Instruktorzy: Agnieszka Beczek i Dariusz Paczkowski

Stowarzyszenie Teatr Grodzki stworzyło w projekcie „Otworzymy Ci świat" nową formę wsparcia dla młodzieży – kurs wolontariatu. W ciągu dwóch lat przeprowadzono cztery edycje kursu, każda po 40 godzin zajęć. Kurs wolontariatu ma na celu przygotowanie i zachęcenie młodzieży do podejmowania działań społecznych. Obejmuje on odwiedzanie placówek pomocy społecznej, rozwój osobisty (zajęcia integracyjne) oraz działania plastyczne (sztuka zaangażowana społecznie).
Wolontariat to:
Zrozumienie
Radość dla mnie i dla innych
Otwartość
Komunikacja
Energia
Empatia
Odpowiedzialność
Wrażliwość
z wypowiedzi uczestników zajęć.

Rozmowa z Katarzyną Skolimowską, polonistką z Gimnazjum nr 5, która prowadzi Szkolne Koło PCK

Agnieszka Ginko: Aż 20 uczniów klas trzecich Gimnazjum nr 5 wzięło udział w "Treningu aktywności – kursie wolontariatu" prowadzonym przez Stowarzyszenie Teatr Grodzki, współfinansowanym przez Europejski Fundusz Społeczny. Skąd tak duże zainteresowanie wolontariatem?

Katarzyna Skolimowska: Były to osoby działające w Szkolnym Kole PCK, które istnieje już u nas od dwóch lat. Zainteresowanie kursem wolontariatu było tak ogromne, że zgłosiły się również młodsze klasy. Zadecydował wiek uczniów. Młodsi prosili, żeby zarezerwować miejsca na przyszły rok! Trzecioklasiści byli bardzo zadowoleni z zajęć prowadzonych przez Stowarzyszenie Teatr Grodzki. Kiedy w maju promowali nasze Gimnazjum w bielskich podstawówkach, opowiadali o możliwości wzięcia udziału w kursie wolontariatu!

A.G.: Co zapamiętali z 40 godzin zajęć?

K.S.: Bardzo podobało się pierwsze spotkanie – w siedzibie Stowarzyszenia Teatr Grodzki – i możliwość oglądnięcia spektaklu. Duże wrażenie zrobiła wizyta w Fundacji Dziecięce Marzenia i zetknięcie się z osobami niepełnosprawnymi starszymi od nich, do których mogli mówić po imieniu. Na początku uczniowie byli skrępowani, ale przełamali się i nawiązali kontakt z podopiecznymi Fundacji. Młodzieży ogromnie podobały się również warsztaty z graffiti zaangażowanego społecznie.

A.G.: Jak wyglądał ich pierwszy kontakt z niepełnosprawnymi aktorami Teatru Grodzkiego, którzy podczas spektaklu ukryci byli za zastawkami, animując postaci z folii?

K.S.: Kiedy już można było wejść za zastawki, jeden uczeń spoglądał na drugiego i nie wiadomo było, jak zacząć rozmowę z osobami niepełnosprawnymi. Na szczęście znalazło się dwóch odważnych chłopaków, którzy przełamali lody. Później było już bardzo miło. Uczniowie sami spróbowali animować folię. Nie wychodziło im to, zobaczyli, jakie to jest trudne. Aktorzy śmiali się z nich, nawiązała się dobra relacja. Podczas wizyty w Fundacji Dziecięce Marzenia młodzież sama próbowała już przeprowadzić zabawy – śpiewanie, opowiadanie historii. Okazało się, że nie znamy połowy harcerskich piosenek... (śmiech) Kiedy zaczęło się rysowanie, wszyscy podziwiali chłopaka na wózku, który ma olbrzymi talent plastyczny. Zobaczyli, że są dziedziny, w których osoby niepełnosprawne są lepsze od zdrowych.

A.G.: Dlaczego według Pani takie kursy wolontariatu są potrzebne?

K.S.: Uczą empatii, otwierają oczy na krzywdę i cierpienie innych, ale też pokazują niepełnosprawnych jako osoby, od których możemy się dużo nauczyć, na przykład artystów. Wydaje mi się, że obu stronom – osobom niepełnosprawnym i pełnosprawnym – dużo daje wzajemny kontakt. Uczniów wyposażyło to w śmiałość wobec drugiego człowieka, dzięki czemu będą sobie lepiej radzić w życiu. Po takim doświadczeniu zmienia się, ich często materialistyczne, nastawienie do życia.

A.G.: Jest Pani bardzo zaangażowana społecznie, prowadzi Pani od dwóch lat Koło PCK. Jak to się zaczęło?

K.S.: Pomysł narodził się, kiedy chodziłam do Liceum nr 8, tzw. Medyka. Było tam Koło PCK prowadzone przez panią Szwagrzyk, nauczycielkę chemii. Już wtedy wiedziałam, że chcę być nauczycielką i postanowiłam założyć takie właśnie koło. W mojej szkole udało się to dwa lata temu. Na początku organizowałam wizyty w Domu Małego Dziecka w Cygańskim Lesie. Zainteresowanie uczniów było tak duże, że w zeszłym roku poszerzyliśmy naszą działalność o Dom Pomocy Społecznej w Komorowicach. Środy i piątki są dniami wyjazdowymi – dniami wolontariatu w tych dwóch placówkach. Organizujemy też Słodkie Dni bez Jedynki. Raz w miesiącu wyznaczone klasy pieką ciasta i dochód przeznaczamy na Pola Nadziei lub indywidualne osoby, które potrzebują pomocy.

foto: 3fala.pl

A.G.: Co utkwiło w Pani pamięci z tych dwóch lat działalności Koła PCK?

K.S.: Na pewno pozytywna przemiana uczniów. W tym roku, na przykład, namówiłam dwóch chłopaków, którzy nie cieszyli się dobrą opinią, żeby pojechali do domu pomocy społecznej dla osób starszych. Bałam się, że będę musiała się za nich wstydzić. Bardzo mnie zaskoczyli. Zachowywali się, jakby byli wnukami podopiecznych. Musiałam odejść na bok w pewnym momencie, bo się popłakałam... Tak pięknie się opiekowali tymi starszymi osobami. Bez żadnych oporów, negatywnych komentarzy. Warto skoczyć na głęboką wodę i uwierzyć, że jest w gimnazjalistach dużo dobrego.

A.G.: Myślę, że będą długo wspominać te wizyty. Należą się Pani szczególne podziękowania!
Ja pamiętam, jak w siódmej klasie szkoły podstawowej pani od fizyki, która prowadziła Koło PCK, zabrała nas do domu opieki. Pierwszy raz zetknęłam się z osamotnionymi starszymi osobami, były tak wzruszone, że ktoś do nich przyszedł, że nie chciały nas puścić. Ściskały nas, płakały... Takie doświadczenia zostają w nas do końca życia!

foto: Krzysztof Tusiewicz

Dobre praktyki – ciekawe pomysły na wykorzystanie środków unijnych z Europejskiego Funduszu Społecznego

Projekt „Pracownia" – Placówka Kształcenia Ustawicznego EST z Wadowic

Termin realizacji: styczeń 2010 – grudzień 2011
„Pracownia" oferuje bezpłatne kursy współfinansowane przez Europejski Fundusz Społeczny.
1. Kurs prawa jazdy kat. B prowadzony w wadowickim ośrodku kształcenia kierowców. Finansowanie obejmuje: 30 godzin zajęć teoretycznych, 30 godzin zajęć praktycznych, badania lekarskie, egzaminy wewnętrzne oraz pierwszy egzamin zewnętrzny w wybranym ośrodku egzaminowania.
2. Kurs przygotowujący do egzaminów kwalifikujących do otrzymania uznawanego w całej Europie certyfikatu ECDL – europejskiego komputerowego prawa jazdy. Techniki informatyczne i użytkowanie komputerów, edycja tekstów, arkusze kalkulacyjne i bazy danych, grafika menedżerska i prezentacyjna, usługi w sieciach informatycznych.
W zakres obu kursów wchodzą także:
– indywidualne doradztwo psychologiczno-pedagogiczne i zawodowe (łącznie 6 godz./os.),
– weekendowe warsztaty grupowe w zakresie umiejętności interpersonalnych (komunikacja, asertywność, sztuka wywierania wpływu, praca w zespole, autoprezentacja) oraz poszukiwania pracy z wykorzystaniem Internetu – łącznie 30 godz. lekcyjnych,
– możliwość korzystania z pracowni komputerowej w ustalonych porach, poza godzinami zajęć.
Zadaniem projektu „Pracownia" jest zwiększenie szans na uzyskanie zatrudnienia przez osoby młode (15–25 lat), uczące się lub bezrobotne, znajdujące się w trudnej sytuacji osobistej lub finansowej, które mieszkają lub uczą się na terenie powiatu wadowickiego.

Placówka Kształcenia Ustawicznego EST
adres: al. M.B. Fatimskiej 66
34-100 Wadowice
tel./faks: 33 873 98 74
e-mail: est@est.iq.pl
www.est.iq.pl

Projekt „Paszport do edukacji"

Projekt „Znam swoje prawa" – Żywiecka Fundacja Rozwoju

Żywiecka Fundacja Rozwoju od 1 listopada 2009 r. prowadzi bezpłatne Biuro Porad Prawnych i Obywatelskich. Biuro zostało uruchomione w ramach projektu „Znam swoje prawa" współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej, Europejskiego Funduszu Społecznego.
Do dyspozycji mieszkańców powiatu żywieckiego jest dwóch konsultantów prawnych i jeden do spraw obywatelskich. Biuro przyjmuje strony od poniedziałku do piątku w godzinach od 8:00 do 20:00 w biurze Fundacji w Żywcu, ul. ks. prał. S. Słonki 31. Dla sprawniejszego funkcjonowania biura prosimy naszych klientów o wcześniejsze umawianie się na termin i godzinę telefonicznie pod numerem: 33 475 44 77. Zgłaszać można się do nas z wszelkiego rodzaju problemami natury prawnej. Od początku istnienia biura udzieliliśmy 700 porad z zakresu: prawa pracy, prawa rodzinnego,

Żywiecka Fundacja Rozwoju

prawa gospodarczego, prawa spadkowego, prawa lokalowego itp.

Uruchomiliśmy również porady prawne przez Internet: www.prawo.beskidy.org.pl/forum. Po zalogowaniu się można zadać pytanie z wybranej kategorii prawa. Nasi konsultanci odpowiadają tak szybko, jak tylko to jest możliwe. Konsultanci skupiają się na analizie danego problemu, wskazywaniu możliwości jego rozwiązania (także z pomocą innych wyspecjalizowanych organizacji, instytucji) i wsparciu obywateli w samodzielnym podejmowaniu decyzji, poprzez dostarczenie im zrozumiałej i rzetelnej informacji oraz pomoc w redagowaniu pism i prawidłowym stosowaniu odpowiednich procedur.
Zapraszamy do naszego Biura Porad Prawnych i Obywatelskich.

Żywiecka Fundacja Rozwoju
biuro: ul. ks. prał. S. Słonki 31
34-300 Żywiec
tel. 693 754 477, 33 475 44 77
www.prawo.beskidy.org.pl
www.prawo.beskidy.org.pl/forum

Projekt „Paszport do edukacji"

Projekt „Paszport do edukacji” – Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki

Termin realizacji: styczeń 2010 – grudzień 2011
„Paszport do edukacji” to:
– zajęcia pozalekcyjne, kółka zainteresowań, zajęcia wyrównawcze w 5 szkołach powiatu bielskiego dla 260 uczniów
– wyjazdy i wycieczki ze szkół Bielska-Białej i gminy Buczkowice
– sprzęt dla wszystkich szkół o łącznej kwocie ponad 30 tys. złotych niezbędny przy realizacji zajęć.

Głównym celem projektu jest wyrównywanie szans edukacyjnych 260 uczennic i uczniów z gmin Bielsko-Biała i Buczkowice oraz zaktywizowanie ich do dalszego rozwoju i wyposażenie w umiejętności przydatne na rynku pracy. Zajęcia w małych dziesięcioosobowych zespołach pozwalają na stosowanie aktywizujących metod nauczania. Istotne jest także rozwinięcie twórczego potencjału młodzieży w kołach zainteresowań o charakterze artystycznym. Każda placówka otrzymała projektor multimedialny z ekranem, cyfrowy aparat fotograficzny, ekran, a także w zależności od prowadzonych kółek: akordeon, skaner wraz z drukarką, dyktafony, kamerę, pendrive, zestaw pomocy do nauki języków obcych, materiały plastyczne, materace. Projekt zapewnia środki na wycieczki (transport i wyżywienie uczestników), a grupom artystycznym pomoc konsultanta. Temat przewodni, wokół którego prowadzone są zajęcia, to przede wszystkim poznawanie zasobów kulturowych, gospodarczych i krajobrazowych Śląska.
Szkoły objęte wsparciem w ramach projektu „Paszport do edukacji”:

Gimnazjum nr 1 w Bielsku-Białej
Gimnazjum nr 5 w Bielsku-Białej
Gimazjum nr 13 w Bielsku-Białej
Gimnazjum Waldorfskie w Bielsku-Białej
Zespół Szkół Ogólnokształcących w Buczkowicach.

foto: Zbigniew Hamerlak

29.04.2010 r. – w siedzibie BSA Teatr Grodzki odbyło się spotkanie z przedstawicielami i uczniami szkół biorących udział w projekcie. W spotkaniu uczestniczyli również przedstawiciele mediów lokalnych. Podziękowano szkołom za przystąpienie do projektu oraz przekazano sprzęt.

Siedziba Stowarzyszenia Teatr Grodzki:
ul. Sempołowskiej 13
43-300 Bielsko-Biała
tel: 33 497 56 55, 33 496 52 19
e-mail: biuro@teatrgrodzki.pl
www.teatrgrodzki.pl

Projekt „Otworzymy Ci świat” – Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki

KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY

Projekt współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Termin realizacji: styczeń 2009 – grudzień 2010

Projekt „Otworzymy Ci świat” to:
– dwuletnie działania siedmiu grup teatralnych i dwóch grup grafiki komputerowej dla osób niepełnosprawnych intelektualnie, fizycznie, psychicznie, niesłyszących oraz młodzieży z placówek resocjalizacyjnych i odwykowych
– szkolenia z doradcą zawodowym i indywidualne poradnictwo zawodowe
– cztery treningi aktywności – kursy wolontariatu
– akcja promocyjna: prezentacje spektakli teatralnych, audycje radiowe i telewizyjne oraz magazyn „Jesteśmy”
– wsparcie dla łącznie 120 osób niepełnosprawnych oraz trudnej młodzieży z Bielska- -Białej, powiatu bielskiego, Pszczyny i powiatu pszczyńskiego.

Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki:

- od roku 1999 prowadzi programy artystyczne dla osób niepełnosprawnych oraz dzieci i młodzieży w trudnej sytuacji życiowej obejmujące różne dziedziny sztuki - przede wszystkim teatr, a także między innymi: animację komputerową, fotografię, sztuki plastyczne;
- zatrudnia 62 osoby niepełnosprawne w prowadzonych przez siebie dwóch Zakładach Aktywności Zawodowej: w Drukarni i Zakładzie Introligatorskim w Bielsku-Białej przy ul. Sempołowskiej 13 oraz w Lalikach w Ośrodku Rehabilitacyjno-Szkoleniowo-Wypoczynkowym w Beskidzie Żywieckim
- prowadzi Warsztat Terapii Zajęciowej przy ul. Sempołowskiej 13 Bielsku-Białej dla 30 osób niepełnosprawnych (Pracownia Dziennikarska i Fotografii, Pracownia Sztuki Użytkowej, Pracownia Artterapii, Pracownia Mody, Pracownia Stolarsko-Introligatorska i Pracownia Gospodarstwa Domowego i Prac Ogrodowych)
- prowadzi poradnictwo zawodowe dla osób niepełnosprawnych
- organizuje sesje szkoleniowe, konferencje i spotkania dla nauczycieli, trenerów, pracowników instytucji pomocy społecznej, wolontariuszy oraz organizacji pozarządowych
- wydaje czasopismo edukacyjne „Jesteśmy”oraz przygotowuje i wydaje wielojęzyczne podręczniki i filmy na temat sztuki, terapii i edukacji
- prowadzi międzynarodowe projekty we współpracy z organizacjami z całej Europy, rozwijając inowacyjne metody edukacji i aktywizacji osób dorosłych
- rozwija i utrzymuje swoją działalność dzięki pozyskiwaniu krajowych środków unijnych, grantów Komisji Europejskiej (programy Socrates, Grundtvig, Młodzież), a także dzięki środkom Województwa Śląskiego, Miasta Bielsko-Biała, fundacji, sponsorów i darczyńców.

foto: Fundacja Fuga Mundi z Lublina

„Jesteśmy”
Numer współfinansowany przez Unię Europejską w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.
Redaktor naczelna: Maria Schejbal
Współpraca: Agnieszka Ginko-Humphries
Opracowanie graficzne: Krzysztof Tusiewicz
Skład: Anna Maśka
Druk: Zakład Aktywności Zawodowej,
ul. S.Sempołowskiej 13
Bielsko-Biała, tel.: 33 496 52 19