

n w

KWARTALNIK
nr 80, 4/2025



Galeria Pod Tytułem:
„Konik”.
Praca zbiorowa
wykonana
w pracowni
technicznej
pod kierunkiem
Małgorzaty
Grotkowskiej.

Oddajemy w Wasze ręce 80 numer kwartalnika. $80:4=20$. Magia działań matematycznych nieuchronnie wskazuje, że mamy już 20 lat. Na tę okoliczność przygotowaliśmy numer szczególny, w którym możecie przeczytać pasjonującą rozmowę z Barbarą Płaczek specjalistką seksuologii, edukatorką seksualną osób z niepełnosprawnością intelektualną, terapeutką. W 2024 znalazła się na prestiżowej liście 100 SEXEDPL, prezentującej osoby uhonorowane za działalność na rzecz rzetelnej edukacji seksualnej.

Z okazji jubileuszu Tomasz Skoneczny, sekretarz kwartalnika, który od 20 lat publikuje na łamach nw i zgarnia nagrody w dorocznym konkursie Dziennikarz Roku, wyciąga historię kwartalnika z odmętów niepamięci.

Od początku obecna na łamach gazety jest Bożena Lesiak. Tym razem w swojej rubryce „Półki pełne książek” prezentuje aktora Artura Barcisia z dwóch stron: aktorskiej i nieaktorskiej.

Ściskamy mocno Pana Bogusława Puzio, który przez wiele lat prowadził dział humoru. Bardzo dziękujemy za ten miły zakątek.

W tym numerze żarty wybrał dla Was Jakub Zmitrowicz.

Mając nadzieję, że jubileuszową lekturę będzie się dobrze czytać, słowami energetycznej piosenki „życzymy sobie i Wam szczęścia ile się da, miłości w bród, mądrych ludzi wokół”.

mr

redakcja: Marzena Rafińska,
redakcja wydarzeń: Danuta Czerwińska
sekretarz redakcji: Tomasz Skoneczny
korekta: Marzena Rafińska, Danuta Czerwińska
projekt graficzny: mr
druk: pracownia komputerowa
wydawca: Warsztat Terapii Zajęciowej
w Skierniewicach

nw, kwartalnik
adres redakcji: ul. Nowobielańska 92 B,
96-100 Skierniewice, e-mail: n-w@o2.pl
www.facebook.com/NW
nakład: 500 egz.

4

Czułość, intymność, seksualność
/ z Barbarą Płaczek,
specjalistką seksuologii,
edukatorką seksualną
rozmawia
zespół redakcyjny

16

Warto się przytulać
/ Patryk Podkoń,
Piotr Bożałek,
Jakub Zmitrowicz,
Arkadiusz Madej

18

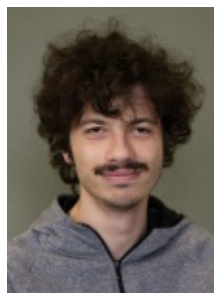
Przytulanie jest
przyjemne
/ Tomasz Skoneczny

20

80. numer nw
/ Tomasz Skoneczny

26

Dziennikarstwo lubię
/ Jakub Zmitrowicz,
Arkadiusz Madej,
Patryk Podkoń



Patryk Podkoń

28

Półki pełne książek
/ Bożena Lesiak

30

Wydarzenia

35

Humor
/ Jakub Zmitrowicz

36

Jeśli tylko
zechcesz dostrzec



Bożena Lesiak
współpraca

3
nw



Piotr Bożałek



Arkadiusz Madej



Tomasz Skoneczny



Marcin
Wawrzyniak



Katarzyna
Wesołowska



Jakub Zmitrowicz



Krzysztof
Skowroński

Z BARBARĄ PŁACZEK

ROZMAWIA ZESPÓŁ REDAKCYJNY

C Z U

Ł O Ś Ć

i n t y m

n o ś ć

s e k s u

a l

n o ś ć

Specjalistka seksuologii, trenerka i edukatorka seksualna. Pracuje z osobami niepełnosprawnymi.

„Na dobrą sprawę nie ma czegoś takiego jak seksualność osób z niepełnosprawnościami i seksualność osób pełnosprawnych. Mamy bardzo różne potrzeby seksualne, niezależnie od tego czy jesteśmy w pełni sprawni, czy nie. Seksualność to nie są cztery pierwsze literki. To coś znacznie więcej – potrzeby: dotyku, bliskości, relacji, akceptacji, intymności.” - mówi terapeutka.

5
nw

Piotr Bożałek: Czym zajmuje się seksuolog?

Gdzie pani pracuje?

Wszystko zależy od tego, jaką się ma specjalizację. Jeżeli ktoś jest lekarzem seksuologiem, to przyjmuje pacjentów np. w przychodni, może też przepisywać recepty. Ja jestem specjalistką seksuologii, trenerem, edukatorem seksualnym. Pracuję z trudnymi pacjentami. Przyjmuję ich dwa, maksymalnie trzy razy w tygodniu w gabinecie. Resztę czasu zajmują mi szkolenia. Prowadzę je na terenie całego kraju, głównie w WTZ-ach, środowiskowych domach samopomocy, domach pomocy społecznej, ale też w szkołach, przedszkolach integracyjnych, domach dziecka, gdzie edukuję i szkolę opiekunów, terapeutów, psychologów. Mam też zajęcia z osobami z niepełnosprawnościami, ich rodzicami i opiekunami. Cztery razy w miesiącu prowadzę zajęcia z zakresu szeroko pojmowanej seksualności w Stowarzyszeniu Rodzin Osób Niepełnosprawnych „Nadzieja” w Rudzie Śląskiej.

Piotr: Jakie studia pani ukończyła?

Ukończyłam terapię zajęciową, później studia pedagogiczne, a następnie studia podyplomowe z zarządzania w placówkach i seksuologię kliniczną.

Piotr: W Polsce?

Tak, w Polsce. W Raciborzu, później w Mysłowicach, a kolejne studia w Opolu. Seksuologię kliniczną kończyłam u profesora Starowicza w Warszawie. Dodatkowo robiłam certyfikację na edukatora seksualnego osób z niepełnosprawnością intelektualną w Krakowie i diagnozę dziecka nadużywanego seksualnie w Warszawie, też u profesora Starowicza. Wychodzę z założenia, że trzeba się uczyć przez całe życie. Nie tylko prowadzę kursy, ale też bardzo często uczestniczę w różnego rodzaju formach kształcenia.

Piotr: Dlaczego ludzie chodzą do seksuologa?

Z różnych pobudek. Czasami trafiają z problemami natury fizjologicznej, a czasami chcą się doedukować w jakichś zakresach. Przychodzą też po konkretną diagnozę dotyczącą jakiejś dysfunkcji czy zaburzeń seksualnych.



fot. zbiory Barbary Płaczek

Piotr: Z jakimi problemami przychodzą pełni sprawni? Czy są to problemy takie same jak pacjentów niepełnosprawnych, czy nie?

Bardzo często te zakresy tematyczne są podobne. Na dobrą sprawę nie ma czegoś takiego jak seksualność osób z niepełnosprawnościami i seksualność osób pełnosprawnych. Mamy bardzo różne potrzeby seksualne, niezależnie od tego czy jesteśmy w pełni sprawni, czy nie. Seksualność to nie są cztery pierwsze literki. To coś znacznie więcej – potrzeby: dotyku, bliskości, relacji, akceptacji, intymności. To wszystko też jest seksualnością.

Piotr: Z jakimi problemami najczęściej zgłaszają się do seksuologa osoby z niepełnosprawnościami?

Problemy są bardzo różne. To z jakim problemem ktoś się zgłasza zależy od tego, jaką ma niepełnosprawność. Czy jest to niepełnosprawność fizyczna, czy są to osoby poruszające się na wózkach, z niepełnosprawnością intelektualną, czy z szeroko pojmowanym spektrum autyzmu. Najczęściej osoby zgłaszające się mają problem z wyznaczaniem granic wobec siebie i wobec innych osób. Bardzo często pacjenci mają trudności z kompulsywnymi zachowaniami w obrębie swoich miejsc intymnych. Bywają też osoby z niepełnosprawnościami, które się uzależniły od pornografii.

MR: Czy osoby niepełnosprawne docierają do Pani same, czy jest to inicjatywa kogoś z otoczenia?

To zależy od rodzaju niepełnosprawności. Jeżeli chodzi o niepełnosprawność intelektualną, to częściej jest to z inicjatywy otoczenia. Osoby z niepełnosprawnością fizyczną częściej same o sobie decydują. Niedawno zgłosił się pacjent, który przyjechał z daleka. To mężczyzna ze spektrum autyzmu i dodatkowo z zaburzeniami psychicznymi. W zeszłym roku był na konferencji, gdzie miałam wykład. Podczas tego wykładu pomyślałam sobie, że musi się umówić do mnie na wizytę. Zapisał numer telefonu i napisał do mnie SMS-a z prośbą o wizytę i konsultację. Coraz częściej jest tak, że osoby z niepełnosprawnościami mają Facebooka, Instagram, obserwują mnie w mediach społecznościowych i piszą, na przykład na Messengerze. Pytają o różne sprawy. Widzą, że to szeroki temat i chcą rozmawiać.

Marcin Wawrzyniak: Dlaczego ludzie wstydzą się chodzić do seksuologa?

Ludzie wstydzą się mówić o seksualności. Nie jesteśmy nauczeni na ten temat rozmawiać. Wynika to z tradycji kulturowych i religijnych. Przyjmując pacjentów często spotykam się ze wstydem i skrępowaniem. Kiedy ktoś przychodzi na wizytę, to na dzień dobry jest zestresowany, że skoro musiał przyjść, to coś z nim jest nie tak. Tymczasem wcale tak być nie musi. Powinniśmy uczyć się w naturalny sposób rozmawiać o seksualności i nie wstydzić się. Jeżeli mamy problemy z ciśnieniem, to idziemy do kardiologa. Jeżeli bolą nas zęby, zamawiamy wizytę u dentysty. Jeżeli mamy za długie włosy, to idziemy do fryzjera. A jeżeli mamy jakieś trudności, czy też niewiedzę dotyczącą seksualności, to powinniśmy pójść do specjalisty seksuologii.

Katarzyna Wesołowska: Co Pani sądzi na temat seksualności osób niepełnosprawnych?

Bardzo często sprawa seksualności osób z niepełnosprawnościami jest zamiatana pod dywan. Robią to zarówno rodzice, opiekunowie, jak i lekarze, terapeuci, instytucje. Nawet służba zdrowia. Często zdarza się, że podczas wizyty u ginekologa pacjentka nie jest badana, bo jest osobą z niepełnosprawnością. Co ma piernik do wiatraka? Mam dużo wewnętrznej niezgody na to, jak jest postrzegana seksualność osób z niepełnosprawnościami przez innych. Bardzo często jest ona tematem tabu. Myślę, że temat seksualności zasługuje na uwagę i poważne traktowanie.

Tomasz Skoneczny: Czego można dowiedzieć się na warsztatach, które prowadzi pani dla osób niepełnosprawnych?

Jest to pewnego rodzaju misja do spełnienia. Na warsztatach rozmawiamy o wizycie u ginekologa, urologa, o tym, że powinniśmy się badać, jak wygląda samo badanie jąder czy piersi, jak się przygotować na wizytę ginekologiczną. Rozmawiamy też o tym, czy możemy się przy wszystkich rozebrać, czy powinniśmy wyznaczać granice, chociażby w kontekście pukania do swojego pokoju. Nie prowadzę wykładu, to są raczej ćwiczenia. Mam specjalne materiały, na których pracuję, np. karty pracy, gdzie zaznaczamy czerwonymi punktami miejsca, gdzie nikt nas nie może dotykać, gdzie my nikogo nie możemy dotykać. Zielonym kolorem wskazujemy miejsca, gdzie dotyk jest przez nas tolerowany i akceptowany. Ćwiczymy na tzw. okręgach bliskości, kto jest osobą bliską, kto może wejść w naszą intymność, kto jest osobą dalszą, kto jest obcy. To o czym rozmawiamy wpływa w czasie zajęć. Czasami pojawia się temat sekstingu, czyli przesyłania treści i o charakterze erotycznym, czasem okazuje się, że w grupie są osoby, które mają problem z pornografią, nie potrafią sobie poradzić z tym, żeby nie oglądać filmów pornograficznych. Tematów podczas warsztatów jest dużo. Robimy mapy, na których umieszczamy nasze marzenia. Kiedy rozmawiamy o potrzebach, wypisujemy je. Często oglądamy filmy i rozmawiamy o nich. O emocjach, o tym, gdzie nam się w ciele kumuluje stres, jak go odczuwamy, jak sobie z nim poradzić, czy atrakcyjność wyklucza czy nie, to że

zostaniemy skrzywdzeni. Kiedy wypiszemy potrzeby, to do każdej pojawia się cała historia. Gdy wchodzę do danej grupy, nie mam zaplanowanego od a do z, co będę z nią robiła. Podążam zawsze za grupą, za jej potrzebami. Niedawno na zajęciach z grupą osób z niepełnosprawnościami, oglądaliśmy film na Netflixie „Inna ja”. Zachęcam, żeby sobie ten serial obejrzeć.

Tomasz Skoneczny: Była pani terapeutą w WTZ „Przystań” i przez 7 lat kierownikiem Warsztatu Terapii Zajęciowej „Latarnia”. Jak instruktorzy powinni reagować na zauroczenia i miłosne uniesienia wśród uczestników w WTZ?

W każdym warsztacie pojawiają się zauroczenia, tworzą się pary. Każdy może mieć potrzeby w tym zakresie, ale WTZ nie jest miejscem, gdzie je realizujemy. Nie miałam nic przeciwko temu, żeby para była w jednej pracowni, ale jasno wyznaczałam granice. Do WTZ przychodzimy pracować, a nie miziać się pod ławką, głaskać czy obściskiwać się. Nie ma niczego złego w tym, że gdy grupa idzie na trening ekonomiczny, to para trzyma się za ręce, czy też cmo-ka się w policzek lub usta na dzień dobry i do widzenia. Ale w samej placówce nie realizujemy tych potrzeb.

Tomasz: Prowadzi pani badania naukowe nad sferą seksualną osób z niepełnosprawnościami. Czy mogłaby pani przybliżyć, na czym polegają takie badania i jakiemu celowi mają służyć?

Z moich badań wynika, że bardzo często dorosłe osoby z niepełnosprawnościami śpią w jednym łóżku ze swoimi rodzicami. To dotyczy ponad 70% osób z głębszymi stopniami niepełnosprawności. Takie zachowania zaburzają sferę seksualności dorosłej osoby z niepełnosprawnością. Bardzo często jest tak, że rodzice zapominają o sobie, bo mają taką potrzebę, chęć, czy też naleciałość, że wszystko poświęcają dziecku. Poświęcają też swoją seksualność, ale też przekraczają granice seksualne dzieci. W badaniach to bardzo mocno wybrzmiewa, że tam gdzie nie ma takiej potrzeby, rodzice myją swoje dorosłe dzieci z góry na dół, łącznie z miejscami intymnymi. Każdy ma potrzeby seksualne i jeżeli rodzi się dziecko z ograniczeniem, to rodzic nie powinien zatracać swojej seksualności.

Tomek: Czy dochodzi do współżycia między niepełnosprawnymi a rodzicami?

Niestety tak. W swoim życiu zawodowym terapeuci spotykają się z sytuacjami, gdzie mamy masturbowały swoich dorosłych synów, bądź – co jest bardzo niepokojące – współżyły ze swoimi dorosłymi synami. To jest głębszy problem. Takie zachowania tworzą nieprawidłowe relacje.

Arkadiusz Madej: Czy zdarza się, że ludzie nie uprawiają seksu?

Nie jest tak, że każdy powinien uprawiać seks. Nie wszyscy go uprawiają. Nie lubię spływania seksualności tylko do pierwszych czterech literek. Seksualność to także potrzeba kochania i bycia kochanym, potrzeba uwagi, bycia zauważonym. Państwo też chcą czuć się atrakcyjni. Podobnie jak inni chcecie, żeby ktoś zwrócił na was uwagę, flirtujecie. I tu trzeba pamiętać, żeby nie przekroczyć czyichś granic, np. gdy mówimy komplementy. Czymś innym jest powiedzieć: Masz ładne włosy, a zupełnie odmiennym, gdy mówimy: Fajny masz tyłek, czy też fajny masz biust. Kwestia nieprzekraczania granic jest ważna również w sieci. W sieci nic nie ginie. Wysyłacie sobie różne treści, zdjęcia, filmiki i tu trzeba uważać na to by nie przekroczyć granic. Trzeba też pamiętać, że w sieci ludzie mogą podawać się za osoby, którymi nie są. Jeżeli dorosła osoba wejdzie w relację, czy interakcję z osobą poniżej 15 roku życia i przekroczy te granice, to jest to karalne.



9
nw

fot. zbiory Barbary Płaczek

Bożena Lesiak: W krajach takich jak USA, Niemcy, Hiszpania, Szwajcaria, Dania, Belgia, Holandia, Włochy, Francja, Austria działa asystent seksualny osoby niepełnosprawnej. Na czym polega praca takiego asystenta i czy w Polsce w ogóle jest ktoś taki? Czy w naszym kraju rozmawia się na taki temat?

Są projekty ustawy, ale ciągle temat jest nierozwiązany. Asystentura seksualna w Polsce jest nielegalna. Funkcjonują miejsca i osoby, które się tym zajmują, ale robią to nielegalnie. Asystent seksualny to osoba, która pomaga doświadczać swojego ciała, docierać do swojej seksualności i pokazuje, co w tej seksualności jest ok, a co nie. Mieszkam dosyć blisko Czech, gdzie funkcjonują usługi asystencji seksualnej i miałam do czynienia z pacjentami, którzy z nich korzystali. Rozważając możliwość skorzystania z takich usług trzeba mieć świadomość, że asystencja seksualna nie jest dla wszystkich. Jeżeli chcemy kochać i być kochanymi, to asystent seksualny nie zabezpieczy tej potrzeby, bo nie wchodzi on w relację romantyczną ze swoim klientem, czy klientką. Jeżeli cierpimy na wielki głód miłości, to jesteśmy na dobrej drodze do tego, że ktoś przekroczy w jakiś sposób nasze granice intymności. Jesteśmy wtedy narażeni także na to, że to my przekroczymy granice czyjejś intymności, więc musimy być bardzo ostrożni, uważni i mieć wiedzę, czym są te granice i gdzie one są.

Tomasz: Jest pani trenerem seksualnym z osób z niepełnosprawnością intelektualną. Seks, jest ciągle tematem tabu. Co poradziłaby pani osobie niepełnosprawnej, która zakocha się i dąży do zbliżenia, a rodzice zabraniają współżycia?

Czy potrafimy nakłonić kogoś, żeby się nie zakochał, czy to osobę sprawną czy z niepełnosprawnością? Czy potrafimy sobie włączyć taki włącznik: Dzisiaj się zakocham, jutro się nie zakocham? Nie potrafimy. Na pewno trudne jest oswojenie rodziców, czy opiekunów, że ich niepełnosprawne dziecko ma potrzebę bycia w związku i jest w stanie tworzyć jakąś relację. To nie jest proste, dlatego że rodzice kochają najmocniej na świecie, chcą dobrze, ale często nie zdają sobie sprawy, że to, co jest dobre dla nich nie zawsze jest dobre dla ich dzieci. I tutaj rozbijamy się o infantyлизację, czyli traktowanie osób z niepełnosprawnością jako wiecznych dzieci. Spotykam się z takimi sytuacjami, gdzie rodzice całkowicie separują dorosłe niepełnosprawne dziecko od otoczenia albo np., gdy w WTZ jest jakaś para, rodzice dzwonią do kierownika, że para nie może być razem w pracowni, bo tam się wtedy za dużo dzieje. Z drugiej strony jeżeli Państwo w codziennych sytuacjach przekraczają czyjeś granice, to rodzice mają gotowy argument, żeby izolować od takich kontaktów.

Nie ma gotowych recept, jak rozwiązać takie sytuacje. Potrzebne są rozmowy i praca nad sobą. Ważna jest kwestia ustalania granic. Jeżeli macie swój pokój, czy też jesteście w łazience, to czy inni dorośli domownicy, pukają do was do pokoju, kiedy wchodzi? Zadając to pytanie uczestnikom WTZ zazwyczaj słyszę: „Nie, do nas nie trzeba pukać.” A przecież, gdy ktoś wchodzi w intymną przestrzeń bez pytania, jest to przekraczaniem granicy.

Tomasz: Jaką radę dała by pani rodzicom osoby niepełnosprawnej, która ma pociąg do płci przeciwnej i dąży do zjednoczenia cielesnego?

Nie mam jednej odpowiedzi na to pytanie. Żeby zadział się proces terapeutyczny, to musi nastąpić jakaś zmiana, w tej sytuacji zmiana w myśleniu. Rodzic powinien odpowiedzieć sobie na pytanie z czego się bierze jego sposób myślenia, czego się obawia, dlaczego się tak zachowuje? Dlaczego nie chce na coś pozwolić? Czy boi się, że ze zbliżenia będą dzieci, a nie chce w naturalny sposób o tym porozmawiać? Czy ma jakiś lęk związany z tym, że syn lub córka rozczarują się uczuciem albo zostaną zranieni? Istotne jest to, co jest pod spodem.

Tomasz: Jak zlikwidować stres pacjenta związany z brakiem kontaktów seksualnych i miłosnych uniesień. Czy da się go zlikwidować?

Każdy z nas w różnych sytuacjach odczuwa podniecenie. To jest normalne i naturalne. Jeżeli mamy skumulowane napięcia seksualne, to całe nasze ciało to czuje. Jeżeli go w jakiś sposób nie rozładujemy, to najczęściej jest tak, że przejawiamy agresję albo autoagresję. Chodzimy nabuzowani i wszystkim dookoła się obrywa. Zachęcam do tego, żeby rozładowywać to skumulowane napięcie, po pierwsze poprzez zwiększenie aktywności fizycznej. Inną formą redukcji napięcia seksualnego jest masturbacja. Nie jest ona niczym złym, to naturalny przejaw seksualności i zdrowia seksualnego. Nie może jednak być tak, że coś mi nie wychodzi, coś nie działa, mam dużo stresu, lęku, nie mogę sprostać oczekiwaniom w domu, WtZ-cie i napięcia z tego wynikające regulują sobie masturbacją, bo to wtedy będzie czynność pozanormatywna, kompulsywna.

Tomasz: Co pani sądzi o kościele, który uznaje samozaspokojenie za grzech?

To jest temat rzeka. W świetle nauki kościoła katolickiego masturbacja jest grzechem. Jest postrzegana nie jako samospełnienie, albo samomiłość, lecz samogwałt, a więc coś naznaczonego negatywnie. Księża mówią, że masturbacja jest grzechem. Trudność polega na tym, że ona dotyczy wszystkich mężczyzn, jest wpisana w ich rozwój psychoseksualny. Nie jest też zależna od stopnia niepełnosprawności. Nie podejmuję się rozstrzygania tego typu aspektów moralno-religijnych. Pracuję w ośrodkach, które prowadzą siostry zakonne, czy księża i przekazują wiedzę na ten temat. To co my sobie o tym myślimy i jak my do tego podejmiemy, jest nasze. Według badań naukowców i wiedzy medycznej masturbacja nie jest niczym złym. Jeśli decydujemy się

na takie zachowanie, to nie powinno być podejmowane w parku za drzewem, czy w łazience w WtZ, lecz w swoim domu, z zachowaniem intymności, czyli za zamkniętymi drzwiami w swoim pokoju albo łazience. Kwestia grzechu to kwestia tego, czy mamy w związku z tym działaniem poczucie winy. Poczucie grzechu to jest bardzo indywidualna sprawa.

Tomasz: Czy samozaspokojenie grozi chorobą, na przykład rakiem prostaty w wieku starszym?

Wręcz przeciwnie. U mężczyzny w ciągu nocy dochodzi do samoistnych wzwodów penisa, czyli penis robi się duży i twardy. W ciągu nocy mężczyzna ma 3-4 samoistne wzwody. On nawet o tym nie wie, bo śpi. Poranny wzwód jest wybudzający. Po nim chce nam się iść do toalety. Jeżeli chodzi o kwestie samozaspokojenia, to jeżeli mężczyzna będzie podejmował zachowania masturbacyjne, a one nie będą zakończone wytryskiem, czyli wypłynięciem spermy na zewnątrz, to takie zachowanie może wpływać na przerost prostaty albo na nowotwory jąder, więc jeżeli już podejmujemy zachowania masturbacyjne, to one nie powinny być przerwane lecz zakończone.

Tomasz: Czy leki przeciw popędowi są szkodliwe dla zdrowia?

Są leki obniżające poziom testosteronu, jest to między innymi androcur. Nie uważam, że powinno się tego typu leki przepisywać osobom np. z niepełnosprawnościami, bo one nie załatwiają problemu. Podniecenie odczuwa się w różnych sytuacjach. Odczuwamy przyjemność, np. gdy zjemy coś dobrego, czujemy przyjemny zapach, ktoś się do nas uśmiechnie, ktoś nas muśnie dłonią, słuchamy ulubionej muzyki. Wieczorem chodzimy nabuzowani, odczuwamy podniecenie, a nie wydarzyło się nic szczególnego, ale nasze ciało odebrało przyjemności różnymi zmysłami.

Arkadiusz: Czy erekcja może boleć?

Nie powinna, ale może boleć, jeżeli stan napięcia utrzymuje się za długo. Jądra mogą boleć, gdy np. skumulowane potrzeby seksualne nie zostaną rozładowane. Ważna też jest higiena intymna. Każdy z panów powinien prawidłowo myć swojego penisa. Pamiętajmy, że podczas codziennego mycia każdorazowo trzeba zsunąć napletek i umyć skórę pod nim, bo tam zbiera się mastka, czyli resztki potu, moczu, spermy.

Piotr: Jakie objawy mogą być związane z rakiem prostaty? Ból, krew w moczu, guzek? Jak się badać?

Kiedy wycieka krew, to przyczyn może być wiele, np. gdy ktoś zastosował masturbację uszkodzeniową, włożył coś do cewki moczowej. Może to oznaczać problem z nerkami, np. kamień nerkowy lub inne dolegliwości. Jeśli krew pojawia się w moczu, to należy bezzwłocznie udać się do lekarza. Guzek można wyczuć w czasie badania. Wieczorem, najlepiej po kąpieli, kiedy całe ciało będzie



fot. zbiory Barbary Płaczek

rozluźnione, należy sprawdzić pod kątem tklivości swoje narządy rodne. Jeśli pojawia się ból lub coś niepokoi, to trzeba udać się do urologa. Pierwsze badanie, jakie zapewne zaleci lekarz to będzie PSA. Wymaga ono pobrania krwi. PSA jest m.in. badaniem wykrywającym nowotwór prostaty. Podczas wizyty urolog sprawdza stan jąder. Jest filmik na YouTube, jak wykonać samobadanie jąder, w którym ratownik medyczny fajnie mówi i pokazuje na obrazkach, w jaki sposób samemu się zbadać.

Arkadiusz: Jakich słów używać na określenie części intymnych?

Znają państwo całe mnóstwo określeń części intymnych, a powinniśmy pamiętać, że dorosły mężczyzna ma penisa, a dorosła kobieta waginę, tudzież pochwę i takie nazwy są prawidłowe. Ważne jest, żeby nie infantylizować oraz nie używać wulgarnych określeń i w tym wszystkim pamiętać, że państwo są dorośli, więc używamy określeń dla dorosłych i staramy się, żeby inne osoby nie infantylizowały was, czyli nie powinni państwo być traktowani jako wieczne dzieci. Prawidłowe nazewnictwo to także kwestia granic intymnych.

Tomasz Skoneczny: Co pani sądzi o edukacji seksualnej?

Uważam, że powinna być z najwyższej półki. Jedna z uczestniczek zajęć, które prowadzę w Rudzie Śląskiej powiedziała, że takie zajęcia powinny być w każdej szkole. „Czemu nam tego nie mówili, jak chodziliśmy do szkoły? Gdybym wiedziała i była po zajęciach z tobą, to nie dałabym się wykorzystać seksualnie panu z zoologicznego. Wiedziałabym, jak zareagować.” Słowa tej dziewczyny świadczą o tym, że takie zajęcia są potrzebne. Uważam, że powinny być prowadzone w sposób rzetelny i przez odpowiednio przeszkolone osoby. Gdy podczas zajęć wychowania do życia w rodzinie pojawia się temat seksualności, to nie powinien ich prowadzić np. pan od historii, który nie jest przygotowany do podejmowania takich tematów i np. stwierdza, że o tych tematach będzie mowa na ostatnich lekcjach, jak uczniowie będą podzieleni na chłopców i dziewczyny. To jest problem systemu edukacji, z którym borykamy się tu i teraz. Jeżeli będziemy w rzetelny sposób edukować w szkołach, wyposażać w wiedzę rozmawiać o problemach, to nie będziemy musieli gasić pożarów.

Tomasz: Czy edukacja seksualna powinna dotyczyć osób niepełnosprawnych, dzieci i młodzieży oraz osób z warsztatów terapii zajęciowej?

Tak, oczywiście. Powinny być też zajęcia dla seniorów. Mam wykłady na uniwersytecie trzeciego wieku z zakresu seksuologii, którymi seniorzy są bardzo zainteresowani. To jest temat, który dotyczy wszystkich.

Tomasz: Od którego roku życia powinno się edukować dzieci?

Od maleńkości. Kiedy przewijamy maluszka, to powinniśmy w naturalny sposób nazywać jego intymne części ciała. Powinniśmy tak uczyć, żeby dziecko, które ma dwa, trzy lata, idzie do żłobka, czy do przedszkola, wiedziało, co to jest ta granica intymna, rozumiało, że nie robimy się i nie biegamy z gołą pupą po sali w przedszkolu. Kiedy dziecko dostaje pierwszy telefon, to powinno wiedzieć, że może odmówić, gdy nie chce, by mu robiono zdjęcia, jak również, że nie powinno się robić komuś zdjęć, gdy ten ktoś nie wyrazi na to zgody. Edukacja powinna zaczynać się w domu, a potem być kontynuowana w szkole. Dobrze byłoby, gdyby w tym zakresie współdziałała rodzina, placówki opiekuńcze, edukacyjne i całe zaplecze służb medycznych. To wciąż jest obszar, w którym każdy sobie rzepkę skrobie. Nie ma wspólnego oddziaływania. Preferuję holistyczne podejście do moich pacjentów, czy do osób, z którymi przychodzi mi pracować. Jeżeli ktoś przychodzi do mnie z jakąś trudnością, to nie skupiam się tylko na tym, że prowadzę terapię, lecz też na tym, co jeszcze pomogłoby. Czasami jest to np. terapia stomatologiczna, która przynosi ukojenie bólu.

Arkadiusz: Czy kobieta z kobietą i mężczyzna z mężczyzną mogą zawierać związki małżeńskie i mieć dzieci?

W Polsce nie ma takich możliwości, aczkolwiek zainteresowani radzą sobie obchodząc ten system. Fizjologicznie kobieta z kobietą nie jest w stanie zająć w ciąży, mężczyzna z mężczyzną też nie, ale znam takie kobiety, które mają dziecko i wychowują je ze swoimi partnerkami. Mieszkają razem, są świetną rodziną, ale prawnie w Polsce nie można takiego związku zalegalizować.

Piotr: Czy lubi Pani swoją pracę i dlaczego?

Robię to, co kocham. Bardzo lubię swoją pracę. Jeżeli nie męczymy się w swojej pracy, robimy to, co kochamy, to ona jest satysfakcjonująca. Pracuję z grupami ludzi nie tylko w gabinecie, ale także w ich środowisku, między innymi byłam u Państwa w warsztacie. Szkolenia dla kadry, uczestników WTZ-ów czy ich rodziców, to jest mój świat. Przez pięć lat pracowałam jako terapeutka, siedem lat prowadziłam warsztat terapii zajęciowej. W tych miejscach bardzo dobrze się czuję i czerpię bardzo dużo energii z osób, z którymi pracuję. Dlatego też bardzo lubię tę pracę.

Tomasz: Jest pani zapracowaną osobą, czy ma pani wolny czas? Jak pani spędza wolny czas?

Rzeczywiście jestem dosyć zapracowaną osobą. Dużo się dzieje w moim życiu zawodowym, ale mam też przestrzeń i czas dla siebie oraz rodziny. Od 14 lat nie mam telewizji, więc z dziećmi bardzo często gramy w planszówki. W tym zapracowanym rytmie życia, staram się mieć także chwile dla siebie. Bardzo lubię spacerować. Od niedawna mam pieska, więc wychodzę z nim wcześniej rano na spacer. Wcześniej wstaję. Dzisiaj od 6:15, przyjmowałam pacjentów w gabinecie. Wstaję wcześniej także podczas urlopu. Poranek to czas tylko dla mnie, bo wtedy pozostali domownicy jeszcze śpią, nie jestem przebudzowana domowymi sprawami. Robię sobie 2-godzinny spacer albo pływam, w zależności od tego, na co mam ochotę. Po południu lubię biegać.

Piotr: Jakie Pani ma hobby?

Bardzo dużo czytam. Kiedy przemieszczam się samochodem, to wykorzystuję ten czas na słuchanie audiobooków. Lubię literaturę związaną tematycznie z moją pracą, więc przy okazji dokształcam się i pogłębiam wiedzę. Gorąco polecam Państwu książkę „Patoinfluencerzy”. Przyjemność sprawia mi także tworzenie biżuterii.

Tomasz: Jakie ma pani marzenia?

Bardzo różne. Od takich przyziemnych marzeń związanych z wyjazdami, żebym zdążyła się spakować, wszystko ogarnęła i niczego nie zapomniała, by wylot był o czasie, po takie marzenia, żeby sytuacja osób z niepełnosprawnościami w Polsce się zmieniła, by weszła znormalizowana ustawa o asystencji seksualnej, ale też o asystencji osobistej, która pozwoli osobom potrzebującym asystenta ruszyć się do domu nie czekając na taką możliwość od projektu do projektu. Sporo działałam w branży osób niepełnosprawnościami fizycznymi. Jeżeli ktoś nie potrafi czegoś zrobić koło siebie to ważne jest, żeby miał wsparcie systemowe.

Moim marzeniem pozazawodowym jest wyjazd na Maderę i Malediwy, ale wciąż brakuje mi czasu, bo często wyjeżdżam zawodowo do różnych krajów. W lutym byliśmy na feriach, a po dwóch tygodniach wyjeżdżałam z całą rodziną na uczelnię do Jordanii na 10 dni. W lipcu lecę do Japonii na uczelnię. Będzie mi towarzyszył mąż. Niedawno kupiłam książkę „Mindfulness”, czyli trening uważności, w którym chodzi o to, żeby się na chwilę zatrzymać nad przyjemnym zapachem kawy, albo zobaczyć, że świeci słońce, stanąć i zauważyć brzozy. Chodzi o to, żeby być uważnym na to, co nas otacza, ale też na własne potrzeby.



15
nw

fot. zbiory Barbary Płaczek

w a r t o

s i ę

p r z y

t u l a ć

JAKUB ZMITROWICZ

Przytulanie jest bardzo ważną częścią naszego życia. Przytulać można się do każdej rzeczy, do której jesteśmy przywiązani lub jakiejś osoby, która wnosi pozytywne rzeczy do naszego życia. Lubię się przytulać, często przytulałam się do swojej mamy, którą bardzo kocham. Lubię się przytulać do mojego taty, którego także bardzo kocham. Jeśli chodzi o inne osoby, to w snach nieraz widzę siebie, jak w strugach deszczu przytulałam się do dziewczyny, która także podobnie jak ja ma autyzm. Ostatnio czytałem, że osoby ze spektrum autyzmu nie lubią się przytulać, unikają kontaktu wzrokowego. U mnie jest inaczej. Mimo tego, że za rok kończę 30 lat lubię jak mnie ktoś przytula. Staram się także nawiązywać kontakt wzrokowy. Czy jestem przez to dziwny? Czy normalny? Niektórzy uważają, że nie jestem niepełnosprawny. Dla nich jestem normalną osobą, z którą da się porozmawiać i ją lubić. Ja także uważam siebie za normalną, towarzyską i ambitną osobę, która stara się pokazywać, że się nie boi wyzwień, jakie niesie ze sobą życie.

PATRYK PODKOŃ

Od niemowlaka przytulamy się. Rodzice biorą na ręce swoje dziecko, przytulają, biorą na barana. Ono łapie rodzica za barki, a rodzic podtrzymuje plecy dziecka, żeby nie spadło. Dzieci uwielbiają samolot. Rodzic trzyma w górze dziecko i porusza się. Musi uważać, żeby nie wypuścić maluszka z rąk. Małe dzieci powinny być przytulane niezależnie od tego czy mają rodziców, czy są sierotami. Także starsze dzieci potrzebują przytulania, ale też wstydzą się przytulać.

Można przytulać osoby w każdym wieku. Przytulają się zarówno maluszki jak i nastolatki, młodzi dorośli, dorośli i emeryci, osoby starsze i schorowane, niezależnie od tego jakiej są płci. Kiedy przytulamy się dobrze jest wiedzieć czy osoby, które chcemy przytulić, chcą być przytulane.

PIOTR BOŻAŁEK

Moim zdaniem warto się przytulać, ponieważ jest to bardzo miłe i przyjemne. Ludzie, którzy się kochają i lubią przytulają się do siebie. Przytulać się można też do różnych zwierząt, np. kota lub psa. Lepiej się przytulać niż robić sobie krzywdę. Ludzie, którzy się nienawidzą nie przytulają się do siebie i to jest bardzo złe. Ja rzadko się przytulałam do ludzi.

ARKADIUSZ MADEJ

Miłość to piękne wydarzenie dla każdego człowieka. Uczucie do drugiej osoby, która lubi być przytulana i całowana przez nas. Niektóre dziewczyny nie lubią być dotykane, ale może lubią czytać książki albo gazety, albo słuchać muzyki. Trzeba uszanować i nie potępiać innych osób, które nie odwzajemniają naszych uczuć. Ja lubię głasnąć i być głaskanym.

TOMASZ SKONECZNY

p r z y

t u l a

n i e

j e s t

p r z y

j e m

n e

Kto nie chciałby przytulić się do kogoś bliskiego? Przytulanie wpływa korzystnie na zdrowie i samopoczucie, m. in. buduje poczucie własnej wartości, wzmacnia układ odpornościowy, rozluźnia mięśnie, łagodzi bóle, koję nerwy i dodaje energii.

Przytulanie to emocjonalne wsparcie, które broni przed złym wpływem stresu. Kiedy komuś jest smutno, bądź zmagają się z problemem, czy chorobą, to bardzo pragną przytulić się do kogoś, aby nabrać pozytywnej energii do dalszego funkcjonowania i działania. Nie zawsze jest taka możliwość. Dziecko pragnie przytulić się do rodzica, a zakochany chłopak do dziewczyny, mąż do żony i na odwrót. A do kogo ma się przytulić osoba z niepełnosprawnością? No właśnie. Do rodzica, czy do bliskiej sercu osoby, przyjaciela lub przyjaciółki? Czasami człowiek z niepełnosprawnością uważa kogoś za swojego chłopaka, czy swoją dziewczynę, a tak nie jest. Jest zakochany po uszy i chce wyrażać swoje uczucia na każdym kroku, poprzez przytulanie się, pocałunki, trzymanie się za ręce. Nie ma w tym niczego złego, jeśli zakochani przytulają się w czasie spaceru lub będąc na osobności. Lecz czy to jest dopuszczalne w miejscu pracy, szkole, czy też w Warsztacie Terapii Zajęciowej? Czy w pracy można się przytulać? Różne są zdania. Jedni uważają, że można się przytulać, a drudzy, że nie. Czy wypada obnosić się z uczuciami przy kierowniku i współpracownikach. Przytulanie się jest w pewnym sensie gestem sympatii. Ale czy wypada się przytulać w pracy, gdy jest się zakochanym? Raczej nie. W moim przypadku różnie z tym bywało. Kiedy miałem sympatię nie widziałem świata poza nią. Po kilku latach zrozumiałem, że okazywanie sobie uczuć w Warsztacie to był błąd, gdyż lepiej przytulać się do woli w zupełnie innych miejscach.

W Warsztacie Terapii Zajęciowej można przytulić osobę, której składa się życzenia urodzinowe czy imieninowe, bądź świąteczne. Czy gdy ktoś wraca po dłuższej przerwie do warsztatu, to powinno się go przytulić przy przywitaniu? Czy wszyscy uczestnicy rozumieją w jakich sytuacjach wolno przytulać się oraz dawać sobie buziaki i dlaczego tego nie wolno? Niektóre osoby mogą nie rozumieć, że jest to tylko gest i nie chodzi tu o głębokie uczucie.

Każdy potrzebuje bliskości z człowiekiem, którego lubi. Może się ona przerodzić w większe uczucie. Nie ma tragedii, kiedy to uczucie rozwija się z wzajemnością. Gorzej jest, kiedy jedna osoba chce tego, a druga nie.

Przytulanie się do drugiej osoby sprawia przyjemność. Jak człowiekowi jest z kimś dobrze, to chciałby z nim ciągle przebywać, tym samym zbliża się do drugiej osoby jeszcze bardziej. Przypomina mi się moment, kiedy byłem przytulony do swojej miłości. Pomyślałem wtedy, że mógłbym tak zasnąć na wieczność. Tak było mi dobrze. Były również inne chwile, które miło wspominam.

Rodzice osób z niepełnosprawnością obawiają się dopuścić do zbytniego zbliżenia, gdyż obawiają się, co będzie dalej. Może dojść do pocałunków lub głaskania po częściach intymnych.

Gdy chłopak widzi piękną dziewczynę w sukience to hormony buzują. Co wtedy, kiedy chłopak zakocha się w dziewczynie, która odrzuca jego zaloty? Czy nie załamie się? Chłopak, który jest sam, a bardzo tego nie chce, próbuje poderwać dziewczynę, przytulić ją, czy dotknąć. Czasami dziewczyny odmawiają, a czasami odwzajemniają dotyk i dążą do bliskości. Rodzice wraz z instruktorami wolą tego problemu uniknąć i reagują na różne sytuacje. Mam mieszane odczucia, bo z jednej strony osoba z niepełnosprawnością to też człowiek, który potrzebuje bliskości z drugą osobą, a z drugiej strony niektórzy zachowują się jak duże dzieci i nie zawsze zdają sobie sprawę z tego, co robią i jakie konsekwencje mogą z tego wynikać. Z jednej strony przytulanie i bliskość są przyjemne i korzystne dla zdrowia, a z drugiej mogą spowodować negatywną reakcję rodziców i w rezultacie zakończyć związek.

Przytulajmy się jak najwięcej. Oczywiście poza zakładem pracy czy Warsztatem Terapii Zajęciowej. Zdaniem amerykańskiej psychoterapeutki Virginii Satir potrzebujemy czterech uścisków dziennie, aby przetrwać, ośmiu uścisków dziennie, żeby prawidłowo funkcjonować i dwunastu uścisków dziennie dla zapewnienia rozwoju. Dbajmy o zdrowie poprzez przytulanie się i obdarzanie siebie nawzajem całusami i ciepłem wypływającym prosto z serca. Tak tu radzę, tylko co mają powiedzieć samotne osoby i osoby z niepełnosprawnościami, które nie mają możliwości przytulenia się do kogoś bliskiego?

TOMASZ SKONECZNY

8 0 .

n u

m e r

n w

Jubileusz goni jubileusz. W czerwcu skierniewicki Warsztat Terapii Zajęciowej obchodził 30-lecie swojego funkcjonowania, a warsztatowe czasopismo ma już 20 lat. Wszedł właśnie 80 numer kwartalnika „NW”. Mam wiele przyjemnych wspomnień związanych z dziennikarstwem. Szczególnie wspominam warsztaty prowadzone przez dziennikarzy ze skierniewickich gazet i radia RSC. Dzięki nim poznałem tajniki dziennikarskiego rzemiosła.

Jak powstaje czasopismo

Przed jubileuszem 10-lecia powstania skierniewickiego Warsztatu Terapii Zajęciowej w grudniu 2005 r. ówczesna kierownik tej placówki, Elżbieta Sadowniczyk zaproponowała, by przygotować okolicznościowe wydawnictwo. Ostatecznie wydano specjalny numer czasopisma „Nasz Warsztat”. Zajęła się tym Marzena Rafińska. To była reaktywacja warsztatowego czasopisma, które ukazywało się w latach 1997-98. W tym czasie wydano pięć numerów. Nie było tak bogate w treść i ilość stron jak obecnie. W numerze specjalnym ukazał się mój pierwszy wywiad zatytułowany „Jak Tomek wdepnął w ...”. Przeprowadziłem go z panią kierownik WTZ Elżbietą Sadowniczyk. Po przygotowaniu specjalnego numeru wznowiono wydawanie kwartalnika. Redagowano go w ramach zajęć logopedycznych. Opiekunem grupy dziennikarskiej została logopedka Marzena Rafińska, która zajmuje się redagowaniem czasopisma oraz korektą. Pomaga jej psycholog Danuta Czerwińska. Od jakiegoś czasu jest odpowiedzialna za redagowanie relacji z warsztatowych wydarzeń, wyjść, wyjazdów i wycieczek. Robi również korekty i sprawdza cały numer warsztatowego czasopisma przed oddaniem do druku. Drukowaniem kwartalnika „NW” zajmuje się instruktor pracowni komputerowej Artur Kozyra, a składają kwartalnik uczestnicy warsztatu. Ja przygotowuję listę z miejscami, gdzie jest zanoszony kwartalnik oraz ilością sztuk i wykazem osób, które mają dostarczyć pismo w określone miejsce. Tę listę przekazuję instruktorowi. Uczestnicy w pracowni komputerowej pod okiem instruktora segregują gazety do rozwieszenia. Są one rozwożone busem przez kilka osób pod opieką instruktora. Najbardziej angażuje się w kolportaż kwartalnika uczestniczka Elżbieta Kowalska razem ze swoją siostrą Anną Kowalską. Oprócz tego, że jestem jednocześnie dziennikarzem i sekretarzem redakcji, to zajmuję się częściowo kolportażem. Koordynuję rozprowadzanie kwartalnika. Zajmuję się również kolportażem elektronicznym. Wysyłam kwartalnik „NW” do znajomych osób poprzez pocztę elektroniczną i Messengera. Przez jedenaście lat, do 2019 roku sponsorem wydawania papierowej wersji kwartalnika „NW” było Stowarzyszenie Rada Polek z Warszawy. Finansowało ono również nagrody przyznawane laureatom corocznego konkursu „Dziennikarz Roku”.

Szata graficzna i adresaci

Od czterdziestego numeru warsztatowe czasopismo zmieniło szatę graficzną i swoją nazwę. Marzena Rafińska zaproponowała zmianę nazwy z „Nasz Warsztat” na „NW”. Kwartalnik redagowany jest przez osoby z niepełnosprawnościami – obecnych i byłych uczestników Warsztatu Terapii Zajęciowej, a skierowany jest do osób, które interesują się problemami niepełnosprawności. Ma na celu przybliżenie ludziom środowiska osób niepełnosprawnych. Są w nim wywiady z ciekawymi osobami. Porusza tematy z życia osób niepełnosprawnych, prezentuje relacje z warsztatowych uroczystości i wyjazdów.

Warsztaty dziennikarskie

Prawdziwym dziennikarzem stałem się po warsztatach dziennikarskich prowadzonych przez dziennikarzy skierniewickich gazet „Głosu Skierniewic i Okolicy” i „ITS” oraz Radia RSC, a także przez Wojciecha Dmochowskiego, dziennikarza Polskiego Radia w latach 1980–2007. Odbyły się one w 2016 i 2018 r. w skierniewickim Warsztacie Terapii Zajęciowej i dworku Konstancji Gładkowskiej. Dzięki Wojciechowi Dmochowskiemu pogłębiłem swoją wiedzę o krótkich notatkach tzw. newsach. Nauczyłem się tego wcześniej od dziennikarza Konrada Kłosińskiego, który redagował bezpłatną gazetę „Twój Kurier Regionalny”. Kilka razy prowadził z naszą grupą zajęcia dziennikarskie, dbał o stronę graficzną warsztatowego czasopisma i zajmował się jego składem. Pamiętam, jak na zajęciach wymyślaliśmy tytuły do artykułów, żeby były ciekawe i wpadały w oko czytelnikowi. Moje tytuły nieraz zaskakiwały Konrada. Powiedział, że są dobre i zachęcają do czytania artykułu.

Na warsztatach, które prowadził dziennikarz Radia RSC, Łukasz Saptura poznałem prawo prasowe. Wiem, czego mi wolno, a czego nie, jako dziennikarzowi. Pamiętam warsztaty z dziennikarką Głosu Skierniewic i Okolicy, Joanną

Młynarczyk, które odbyły się w dworku Konstancji Gładkowskiej. Temat warsztatów brzmiał „Jak zrobić dobry wywiad”. Dziennikarka mówiła nam, jak przygotować się do wywiadu, jak zbudować pytania i je ułożyć, jak prowadzić rozmowę. Następnie uczestnicy warsztatów układali pytania i próbowali na nie odpowiadać. W pewnym momencie zapytałem Joannę Młynarczyk, czy zechciałaby udzielić nam wywiadu. Lekko zaskoczona zgodziła się. Powiedziała, że jest to jej pierwszy wywiad w roli rozmówcy, a nie dziennikarza. Wyszedł nam całkiem niezły wywiad, który ukazał się na łamach kwartalnika „NW”. O tym, czym jest wywiad mówiła także podczas warsztatów Anna Wójcik-Brzezińska, redaktor naczelna Głosu Skierniewic i Okolicy. Grupa dziennikarska zastanawiała się nad pytaniami: Wywiad to aż czy tylko rozmowa? Czy jest możliwy wywiad osoby mówiącej z niemówiącą? Czy to ma sens? Okazuje się, że tak. Taki wywiad można przeprowadzać drogą elektroniczną. Mogę pochwalić się wywiadami, które przeprowadziłem w ten sposób, m.in. z: piosenkarką Eleni, aktorami Marcinem Krawczykiem i Lechem Mackiewiczem, niepełnosprawnym podróżnikiem Jankiem Melą, Piotrem Pawłowskim, założycielem i prezesem Stowarzyszenia Przyjaciół Integracji oraz Fundacji „Integracja”, a także redaktorem naczelnym pisma „Integracja”, Łukaszem Byczkowskim, zawodnikiem blind football-u WKS Śląsk Wrocław, Jolantą Tobołą, opiekunem grupy teatralnej „Radwanek” z Radwanowic, Agnieszką Radko z Fundacji „Pies dla Stasia”, Marią Habrowską, założycielką Fundacji „Razem Łatwiej – Zwierzęta Przełamują Bariery” i Barbarą Wujczyk, prezesem tej fundacji, Anną Strumińską, prezesem Fundacji Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym „Hipoterapia” oraz prezesem Polskiego Towarzystwa Hipoterapeutycznego, Hanną Manterys, psychologiem społecznym czy też z księżmi: Dariuszem Bujakiem i Mariuszem Szmajdzińskim. Nie sposób wymienić wszystkich wywiadów. Przeprowadziłem je drogą elektroniczną, telefonicznie lub bezpośrednio, z pomocą logopedy Marzeny Rafińskiej, która czytała przygotowane przeze mnie pytania. Przyjemnie wspominam dwa wywiady z naszymi przyjaciółmi: panią Marią Ludwiką Wiercińską, prezes Stowarzyszenia Rada Polek w Warszawie i Wojciechem Ossowskim, dziennikarzem Programu Trzeciego Polskiego Radia.

Redaktor Anna Wójcik-Brzezińska prowadziła również warsztaty dziennikarskie na temat prawa prasowego. Omawiała ustawę z dnia 26 stycznia 1984 r. o prawie prasowym. Można było dowiedzieć się, jakie prawa przysługują nam, jako dziennikarzom.

Podczas warsztatów dziennikarskich ówczesna redaktor naczelna Informatora Tygodniowego Skierniewic Dziennik Łódzki, Agnieszka Kubik-Śliczniak mówiła o felietonie i jego roli w życiu społecznym, przedstawiając sylwetki słynnych felietonistów. Powiedziała wtedy, że „tematy leżą na ulicy, trzeba je tylko podnieść”. Grupa dziennikarska miała warsztaty w Izbie Historii Skierniewic z Magdaleną Grajner, obecną dziennikarką Radia RMF FM, która pokazała, jak powinien wyglądać fotoreportaż w gazecie, jakie zdjęcia należy zrobić, a następnie jak je ułożyć, żeby powstał fotoreportaż. Dowiedziałem się, że jeśli zrobimy dobry fotoreportaż, to wówczas nie ma potrzeby umieszczania podpisów pod zdjęciami. W drugiej części warsztatów dziennikarskich rozmawialiśmy o mediach społecznościowych. Grupa dziennikarska dowiedziała się, jak należy przyciągać ludzi do odwiedzenia strony kwartalnika „NW” na portalu Facebook, co należy zrobić, żeby mieć więcej polubień posta. Profil istnieje od grudnia 2013 r.

Logopeda Marzena Rafińska w czasie warsztatów fotograficznych mówiła o historii fotografii i najsłynniejszych fotografiach, a następnie dziennikarze kwartalnika „NW” mieli zajęcia praktyczne, na których robili zdjęcia.

Warsztaty z Wojciechem Ossowskim

Pierwszy raz spotkaliśmy się z Wojciechem Ossowskim w czasie XIV Europejskiego Festiwalu Muzyki Folk i Etno „Ethnosfera” w lipcu 2011 r. Uczestniczyliśmy w warsztatach, które dziennikarz prowadził w Młodzieżowym Centrum Kultury, obecnie Centrum Kultury i Sztuki w Skierniewicach. Wojciech Ossowski w prosty sposób mówił o tym, jak przeprowadzać wywiady z muzykami oraz jak

tworzyć pytania. Poznaliśmy również historię muzyki folkowej i festiwalu „Ethnosfera”. W trakcie Ethnosfery były również prelekcje w ramach Klubu Podróżnika, m.in. Witt Wilczyński, z którym do dziś utrzymuję kontakt elektroniczny, opowiadał o Rumunii.

W warsztatach prowadzonych przez Wojciecha Ossowskiego uczestniczyliśmy także w październiku 2012 r., podczas kolejnego festiwalu. Dziennikarze mieli brać udział w koncertach oraz imprezach towarzyszących Ethnosferze i napisać relacje z tych wydarzeń. Podczas festiwalu wystąpiły zespoły: Marga Muzika z Litwy, Novaia Usadba z Rosji, a także Tanii Naranjo z Chile oraz kwartet Jorgi & Elisabeth Seitz. Otwarto wystawy: grafiki komputerowej Darka Kocurka oraz grafiki Witolda Vargasa. Można było zobaczyć fryzjera etnicznego podczas pracy lub samemu poddać się metamorfozie.

Wyprawa do Polskiego Radia

W październiku 2011 r. Wojciech Ossowski, szef artystyczny Festiwalu Ethnosfera zaprosił grupę dziennikarską na spotkanie z Andrzejem Siezieniewskim, prezesem Polskiego Radia, przedstawicielami skierniewickiego domu kultury i władz miasta, na którym omawiano współpracę przy organizacji Ethnosfery. Grupa dziennikarzy przeprowadziła wówczas wywiad z prezesem Polskiego Radia. Pytaliśmy o plany dotyczące Polskiego Radia, zainteresowania i audycje, których prezes słuchał w młodości. Po spotkaniu dziennikarz Wojciech Ossowski pokazał nam siedzibę Polskiego Radia. Pierwszy raz w życiu siedziałem przed mikrofonem w studiu nagraniowym. Dziennikarze warsztatowego czasopisma mogli powiedzieć kilka słów do mikrofonu. Wizyta w Polskim Radiu zakończyła się w radiodajni, gdzie pożegnaliśmy się z Wojciechem Ossowskim. Po spotkaniu wybraliśmy się na krótki spacer po Nowym Świecie. Na zakończenie pobytu w stolicy Polski grupa dziennikarska zwiedziła muzeum Fryderyka Chopina, gdzie można obejrzeć przedmioty jakimi otaczał się kompozytor, instrumenty, na których grał oraz posłuchać muzyki i opowieści o jego życiu i twórczości.

Telewizja Polska i spotkanie w TVN

W dniu 1 lipca 2019 r., dzięki wsparciu finansowemu Stowarzyszenia Rada Polek, grupa dziennikarska pojechała na wycieczkę do Telewizji Polskiej. Do stolicy dotarliśmy pociągiem. Po Warszawie podróżowaliśmy metrem. Takim środkiem lokomocji jechałem po raz pierwszy. Było to dla mnie niesamowite przeżycie. Głównym celem wyprawy było zwiedzenie Telewizji Polskiej.

Przewodnik pokazał nam studia telewizyjne i pomieszczenia reżyserskie. Dowiedziałem się, jak montuje się relacje z wydarzeń sportowych. Byliśmy również w studiu, gdzie jest realizowany program „Pytanie na śniadanie” oraz w holu, gdzie przeprowadzane są wywiady. W niewielkim muzeum TVP obejrzelśmy dawne kamery i telewizory, m.in.: pierwszy polski telewizor „Wisła” czy kolorowy „Rubin”. W muzeum znajdowały się też postacie z dobrocinek, m.in. pacynki Jacka i Agatki. To nie był mój jedyny wyjazd do telewizji. Rok wcześniej, 7 marca, pojechaliśmy z koleżanką Agnieszką Skomorow do siedziby TVN w Warszawie. To była nagroda dla nas za zdobycie tytułu Dziennikarza Roku 2017. Wyprawę zorganizowała redaktor naczelna redakcji „Głos Skierniewic i Okolicy”, Anna Wójcik-Brzezińska. Do Warszawy jechała wraz z Agnieszką Skomorow, Marzeną Rafińską oraz Sławomirem Burzyńskim, dziennikarzem i fotografem, pracującym w tej redakcji. Drugim samochodem jechałem ja z kolegą Krzysztofem Główką, a kierowcą był Maciej Wisławski. To wtedy poznałem słynnego pilota i kierowcę rajdowego. To była wielka przyjemność móc jechać z tak utytułowanym kierowcą. W sali konferencyjnej telewizji TVN rozmawialiśmy z Martyną Wojciechowską, dziennikarką i podróżniczką. Przeprowadziliśmy również z nią wywiad. Zobaczyliśmy także lalkę Barbie z twarzą Martyny Wojciechowskiej. Dziennikarka złożyła życzenia urodzinowe Agnieszce Skomorow, która od dawna marzyła o tym spotkaniu. Podziękowaliśmy Martynie Wojciechowskiej, Annie Wójcik-Brzezińskiej i Maciejowi Wisławskiemu, wręczając im upominki – wielkanocne pisanki, wykonane w WTZ w czasie zajęć w pracowni umiejętności społecznych. Na koniec spotkania zrobiliśmy pamiątkowe zdjęcia. Został także nagrany krótki filmik z uczestnikami spotkania.

Niezapomniana ścieżka ze schodami

Nie mogę zapomnieć wyjazdu do Rybnika w dniach 12–13 czerwca 2007 r., na uroczystość wręczenia nagród laureatom Ogólnopolskiego Konkursu Gazetek Placówek Szkolnictwa Specjalnego „Nasza Gazetka”. W konkursie jury wyróżniło warsztatowe czasopismo za profesjonalizm oraz artykuł pt. „Kuleczka” Lidii Szyperskiej i mój artykuł zatytułowany „Nadzieja”.

Do Rybnika pojechało warsztatowym busem pięć osób z grupy dziennikarskiej z logopedą Marzeną Rafińską, instruktorem Arturem Kozyrą i kierowcą Pawłem Popłońskim. Po drodze do Rybnika zatrzymaliśmy się w Częstochowie, gdzie odwiedziliśmy Jasnogórskie Sanktuarium. Pierwsze kroki skierowaliśmy do kaplicy cudownego obrazu, żeby pokłonić się Matce Boskiej. Następnie poszliśmy na Wały Jasnogórskie. Zrobiliśmy sobie zdjęcia przy ołtarzu polowym na szczycie Sanktuarium, oraz przy pomniku papieża Jana Pawła II, armatach i przy dzwonach. Kiedy część grupy weszła na wieżę widokową, ja z Lidką poszedłem na mszę św. w kaplicy MB Częstochowskiej. W Rybniku zamieszkaliśmy w Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym. Po kolacji poszliśmy na spacer po mieście. Rybnicki rynek nas zauroczył. Po jednej jego stronie znajdują się ogródki kawiarniane, a po drugiej stoją ławki, na których można się zrelaksować. Rynek z kolorowymi kamieniczkami wprowadza turystę w niesamowity klimat. Podczas letnich wieczorów kwitnie życiem. Wędrując ulicami Rybnika natrafiliśmy na fontannę z talerzami, ustawionymi na różnych poziomach. Z talerzy tryskała woda, nocą podświetlana, co robiło ogromne wrażenie. Największą i niezapomnianą przygodą dla nas była dróżka profesora Ligury, którą udaliśmy się nocną porą w nieznaną. Ile było ubawu, gdy okazało się, że dróżka prowadzi wąską, nieoświetloną drogą ze schodkiem, co kilka kroków. Wieczorny spacer po Rybniku był bardzo przyjemnym przeżyciem, które wspominam do dzisiejszego dnia.

Następnego dnia w Powiatowej i Miejskiej Bibliotece Publicznej odbyła się ceremonia rozstrzygnięcia konkursu. Kwartalnik „Nasz Warsztat” otrzymał nagrodę rzeczową, którą był skaner. Po wręczeniu nagród laureaci obejrżeli przedstawienie zatytułowane „Królowa śniegu” w wykonaniu Teatru Znak Zapytania. Jego aktorami byli wychowankowie Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Rybniku. Część artystyczną uświetniły także zespoły Baj i Dzwoneczki, których członkami były osoby niepełnosprawne. Na koniec uroczystości zaproszono wszystkich na poczęstunek. Byliśmy zadowoleni z nagród, które przydały się w pracy reporterskiej.

W drodze powrotnej do Skierniewic wstąpiliśmy do zabytkowej kopalni srebra w Tarnowskich Górach. Sympatyczny przewodnik zaczął opowiadanie od historii tej miejscowości i kopalni, pokazując nam eksponaty górnicze. Później zjechaliśmy górniczą windą na poziom 40 metrów pod ziemią. Szlak przeznaczony dla wycieczek, zwiedzany jest w trzech etapach. Najpierw idzie się tunelem. Kolejny tunel jest bardzo wąski i wypełniony wodą. Przepływa się go łódką, co zajmuje około dziesięciu minut. Trzeci etap prowadzi tak niskim tunelem, że zwiedzający muszą pochylić się. Jest przesąd, że kto uderzy się kaskiem w sklepienie, ten ma grzeszek na sumieniu. Po drodze mijaliśmy różne komnaty, powstałe z wyrobisk wykutych przez górników, którymi byli nastoletni chłopcy.

Dzięki pięknej pogodzie i zgranej grupie, w której panowała fantastyczna atmosfera, udało nam się zrealizować wszystko, co sobie zaplanowaliśmy. Bardzo zadowoleni wróciliśmy do naszych domów z bagażem pełnym wrażeń i wspomnień. Mile wspominam spacer dróżką Ligury, tak, jak całą wyprawę po nagrody. Pozostało wrażenie, że te dwa dni podróży były dla nas większą nagrodą, niż sama ceremonia wręczenia dyplomów.

Tytuły dziennikarskie

Od 2007 r. organizowane są konkursy „Dziennikarz Roku, które przez dwanaście lat sponsorowane były przez Stowarzyszenie Rada Polek w Warszawie, a później przez Stowarzyszenie Osób Niepełnoprawnych „Sprawni Inaczej”. Ten tytuł przyznaje czteroosobowe jury. Do czasu pandemii czytelnicy wybierali laureata Nagrody Czytelników wypełniając kupony do głosowania. Od pandemii głosowanie odbywa się poprzez portal Facebook. Decyduje ono o tym, kto zostanie laureatem Nagrody Internautów.

Nie liczyłem, ile otrzymałem tytułów, lecz przez te lata nie schodziłem z podium. Nagrody były wartościowe m.in.: drukarka, wieża, odtwarzacz wideo, sokowi-

rówka, czy też komplet sztuców dobrej marki. Od dwóch lat laureaci konkursu dostają bony do zrealizowania w sklepie Media Expert. Za każdym razem jest to dla mnie bardzo miłe, że jury i czytelnicy doceniają moją pracę dziennikarską. Dostaję e-maile i wiadomości na Messengerze z dowodami sympatii. Wszystko to dodaje mi sił i motywacji do dalszej działalności na rzecz warsztatowego czasopisma.

Co daje dziennikarstwo?


Co daje mi dziennikarstwo? Możliwość realizowania się w pisaniu, poznawania nowych osób oraz dowiadywania się interesujących rzeczy od rozmówców. Ostatnio podczas wywiadu ze specjalistką seksuologii Barbarą Alicją Płaczek dowiedziałem się ciekawych rzeczy. Jestem otwartym człowiekiem i zadaję takie pytania, żeby dowiedzieć się jak najwięcej. Jak ma się pazur dziennikarski, to przygotowanie pytań lub napisanie artykułu przychodzi z łatwością. Zanim przygotuję pytania staram się zdobyć jak najwięcej informacji o osobie, z którą będę przeprowadzał wywiad. Z pomocą przychodzi internet.

Z każdego wywiadu wychodzę z bogatszym zasobem wiedzy. Tworząc artykuły najpierw zastanawiam się nad tym, co mam napisać, a później przelewam to na papier. Dzięki dziennikarstwu mam możliwość wyrażenia własnego zdania na różne tematy i przekazania go czytelnikom kwartalnika „NW”. Jako że zajmuję się dystrybucją elektronicznej wersji czasopisma, otrzymuję wiele podziękowań i ciepłych komentarzy. Czasem czytelnicy dzielą się ze mną refleksjami na temat moich artykułów. To jest dla mnie ważne. Dla takich czytelników warto jest pisać i angażować się w pracę dziennikarską. Chociaż nie jest ona łatwa i nieraz ma się ochotę rzucić wszystko, to czytelnicy dodają mi energii i motywują do dalszej działalności w grupie dziennikarskiej. Dopóki będę mógł i będę uczęszczał na warsztatowe zajęcia, dopóki starczy mi sił i weny twórczej, to będę pisać ciekawe artykuły oraz postaram się przeprowadzać wywiady. Mam nadzieję, że kwartalnik „NW” będzie jeszcze długo istniał i będzie dla czytelników interesującym czasopismem.



d z i e n
n i k a r

s t w o
l u b i ę



JAKUB ZMITROWICZ

W pracy dziennikarskiej najbardziej lubię opisywać problemy dotyczące mojej niepełnosprawności, wynikającej z autyzmu. Nie każdy rozumie, na czym on polega i nie każdy wie, z czym osoby, które go mają muszą się mierzyć w życiu codziennym.

W latach 2008-2009 pisałem scenariusze sztuk. Chciałbym na ich podstawie napisać opowiadanie, a także przelać na papier swoją wizję świata, której zarys siedzi w mojej głowie już od wczesnych lat młodości. Ten świat jest trochę jak z filmu „Gwiezdne wojny”, a trochę jak ten, który angielska pisarka Joanne Rowling przedstawiła w swojej serii o przygodach Harrego Pottera. Ekranizację powieści, jak też inne filmy o tematyce fantasy, zacząłem ostatnio oglądać na stronie CDA.pl. Pomyślałem, by po każdym obejrzanym fajnym filmie napisać krótką recenzję, dzięki czemu mógłbym połączyć oglądanie filmów z pisaniem.

Bardzo zaciekawił mnie program pod tytułem „Autentyczni”, który emitowała telewizja TTV, gdzie osoby w spektrum autyzmu wcielają się w rolę dziennikarzy i zadają pytania zaproszonym gościom. Na początku program prowadził Maciej Stuhr, a później Dorota Wellman. Jeśli będzie kontynuowany, to może będę miał szansę zgłosić się na casting. Chciałbym w ten sposób poznać więcej osób z podobnymi problemami.

Bardzo podoba mi się praca w grupie dziennikarskiej, która tworzy kwartalnik NW, bo dzięki niej mam szansę uczestniczyć w corocznym konkursie Dziennikarz Roku i przeprowadzać wywiady ze znanymi osobami. Dzięki niej mam szansę opisywać problemy dotyczące autyzmu jak i opisywać wydarzenia w WTZ. Fajną opcją byłoby wzięcie udziału w warsztatach dziennikarskich.

PATRYK PODKOŃ

27
nw

Lubię w dziennikarstwie to, że biorę udział w wywiadach i je potem przepisuję. Chcę się bardziej udzielać w gazecie i pytać ludzi z różnych krajów o różne rzeczy, rozmawiać z nimi na wszystkie możliwe tematy. Chciałbym, żeby ludzie nie mieli przed dziennikarzami tajemnic. Może w przyszłości dziennikarze będą latać raketą i rozmawiać z ludźmi, którzy mieszkają na innych planetach.

ARKADIUSZ MADEJ

Początek był trudny, ale droga Marzena mnie tak natchnęła, że jak zacząłem pisać, to nikt mnie nie mógł zatrzymać. Dobrze wspominał wywiady, które przeprowadziliśmy całą grupą dziennikarską z panem Lechem Mackiewiczem oraz z panią Anną Wójcik-Brzezińską. Było bardzo fajnie. Lubię dziennikarstwo.

BOŻENA LESIAK

p ó ł
k i
p e ł
n e
k s i a
ż e k



Artur Barciś
Aktor musi grać,
by żyć
wywiad Kamili Dreckiej

Wydawnictwo Otwarte
Kraków 2021

Drogi Czytelniku, dziś mam dla Ciebie książkę lekką i przyjemną, biografię Artura Barcisia napisaną w formie wywiadu, który przeprowadziła Kamila Drecka.

Artur Barciś, znany aktor telewizyjny, filmowy, dubbingowy, na co dzień występuje w Teatrze Ateneum. Jest reżyserem i scenarzystą. Kim jest poza sceną?

Artur Barciś mieszkał z rodzicami i dwójką braci, we wsi Kokawa, pod Częstochową. Z domu wyniósł podstawowe zasady wychowania: „Najważniejsza była uczciwość. Nie wolno kraść, oszukiwać, robić nikomu krzywdy. To były święte zasady w naszym domu.”

W wieku 8 lat wraz z braćmi trafił do prewentorium w Janowicach Wielkich koło Jeleniej Góry, gdzie spędzili pół roku. Trafili tam, gdy ich ojciec zachorował na gruźlicę. Rozumiał, że mama chciała oszczędzić im widoku umierającego ojca i uchronić przed zarażeniem.

O aktorstwie myślał od najmłodszych lat. Już w przedszkolu umiał czytać i czytał bajki innym dzieciom. W szkole brał udział w konkursach recytatorskich, które wygrywał. Widział, że ludzie go słuchają i reagują na to co mówi. Wtedy zapragnął zostać aktorem, mieć wpływ na to, kiedy widz będzie się śmiał, kiedy płakał. Gdy wygrał Ogólnopolski Konkurs Recytatorski, zrozumiał, że ma szansę dostać się do szkoły teatralnej. Wybrał Łódź. Uczył się, że aktorstwo polega na kontroli ciała, głosu i mózgu. Od Krysтины Jandy usłyszał definicję aktorstwa „Wrzucasz tekst do głowy i tym tekstem myślisz”. Po studiach rozpoczął pracę w Teatrze na Targówku.

Starał się zagrać jak najlepiej role, które dostawał. Każda najmniejsza rólka była przemyślana i dopracowana. Miał nadzieję, że ktoś to zauważy. Jak każdy aktor marzył o głównej roli, bo one dają szansę zaprezentowania całego wachlarza umiejętności.

W Teatrze Ateneum spotkał się pierwszy raz ze stosunkami hierarchicznymi między aktorami. Młody aktor nie miał prawa mówić na ty do starszego kolegi, jeśli ten sam tego nie zaproponuje. Nie miał szans na główną rolę. Pierwszy raz reżyserował w Teatrze Syrena musical pt. „Cudowny korzeń”. Napisał scenariusz i reżyserował spektakl „Trzy razy Piaf”. Nadal szuka wyzwań: „To jest cudowne, że dzięki temu zawodowi mogę odkrywać nowe światy, uruchamiać w sobie różne struny i pokłady wrażliwości.”

Prowadzi w internecie swój fanpage, na którym umieszcza swoje wierszyki i utrzymuje kontakt z fanami. Zachęcam do przeczytania wywiadu Kamili Dreckiej z Arturem Barcisem.

**Czytanie jest
jak oglądanie
filmu, tylko
za pomocą
własnej
wyobraźni:
dużo ciekaw-
sze!**

Artur Barciś

Wyrazy szczerego
współczucia
Rodzinie
Basi Siemiątkowskiej
składają
pracownicy i uczestnicy WTZ
oraz Zarząd i członkowie Stowarzyszenia
Osób Niepełnosprawnych
Sprawni Inaczej

Pani Sylwii Winciorek
wyrazy głębokiego
współczucia
z powodu śmierci
Męża
składają
pracownicy i uczestnicy WTZ
oraz Zarząd i członkowie Stowarzyszenia
Osób Niepełnosprawnych
Sprawni Inaczej

retro kolejka

29 sierpnia byliśmy 10-osobową grupą w sochaczewskim Muzeum Kolejki Wąskotorowej.

Pan przewodnik opowiadał nam o dziejach sochaczewskiej kolei wąskotorowej. Jechaliśmy tą kolejką. Oprócz naszej grupy jechało 7 innych osób, pan przewodnik, konduktor i maszynista. Koleją retro dojechaliśmy do Kampinoskiego Parku Krajobrazowego, a następnie pojechaliśmy całą grupą na ognisko. Wróciliśmy do Skierniewic pociągiem.

Patryk Podkoń

eko piknik

27 sierpnia grupa uczestników WTZ wzięła udział w Ekologicznym Pikniku, zorganizowanym przez ZAZ Balcerów.

W programie pikniku znalazły się konkursy ekologiczne. Był kącik wiedzy ekologicznej oraz kącik drugie życie, gdzie uczestnicy mogli przynieść niepotrzebne im rzeczy, by przekazać je innym. Pszczelarz mówił o swojej pracy. Było można zrobić sobie tatuaż, a także pomalować twarz. Można było zbudować domki dla ptaków. Była też wata cukrowa, popcorn, kiełbaska z grilla z bułką, słodkie bułki, lody i lemoniada.

Marcin Wawrzyniak, Artur Wojciechowski, mr

wizyty w pup-ie

Pięciu uczestników skierniewickiego Warsztatu Terapii Zajęciowej zarejestrowało się jako poszukujący pracy w Powiatowym Urzędzie Pracy w Skierniewicach.

W dniach 30 maja i 17 czerwca dwie grupy warsztatowiczów pojechały z instruktorem pracowni przygotowania zawodowego autobusem MZK do PUP-u w Skierniewicach, aby zarejestrować się jako osoby poszukujące pracy. Natomiast w dniach: 27 czerwca, 18 lipca i 18 sierpnia pięcioosobowa grupa uczestników warsztatu była w Powiatowym Urzędzie Pracy, spełniając obowiązek osoby zarejestrowanej jako poszukująca pracy. Za każdym razem warsztatowicze sprawdzali oferty pracy na tablicy ogłoszeń. Spisali też numery telefonów pracodawców, w celu dopytania się o szczegóły pracy u nich. Poszukujący pracy nie tracą nadziei i szukają dalej.

Tomasz Skoneczny



fot. Artur Kozyra

Trzy Korony

W dniach 10-12 lipca grupa uczestników WTZ ze Skierniewic udała się w góry, żeby zdobyć Trzy Korony.

Po przyjeździe, nocnym pociągiem do Nowego Targu, zwiedziliśmy tamtejszy Rynek, a następnie udaliśmy się na zakwaterowanie do miejscowości Krośnica. Następnego dnia ze Sromowiec Niżnych, udaliśmy się kładką przez Dunajec do Czerwonego Klasztoru na Słowacji, a następnie żółtym szlakiem na Trzy Korony. Po 4 godzinach wędrówki zdobyliśmy Okrąglicę, najwyższą z turni tworzących szczyt Trzech Koron, o wysokości 982 m n.p.m. Z góry widać przepiękny przełom rzeki Dunajec, Jezioro Czorsztyńskie i Tatry.

Ostatniego dnia wycieczki weszliśmy na górę Wdźar Wąwozem Papieskim, którego nazwa upamiętnia wędrówki Karola Wojtyły po Pieninach. Atrakcją był też zjazd ze szczytu wyciągiem krzesełkowym i jazda na torze saneczkowym.

Arkadiusz Madej, Marcin Wawrzyniak

zakupy w Jankach

4 lipca grupa uczestników z pracowni szkoła życia i komputerowej wraz z instruktorami wybrała się do podwarszawskich Janek.

Kupiliśmy poduszki i świeczki dla pracowni rękodzielniczej oraz buty potrzebne na wyjazd w góry. Na zakończenie zakupów pojechalśmy na obiad i lody do McDonalds'a.

Marcin Wawrzyniak, Artur Wojciechowski, mr



fot. Artur Kozyra

gokarty

26 czerwca 10-osobowa grupa uczestników WTZ wraz z instruktorami wybrała się pociągiem do Żyrardowa na tor gokartowy.

Po dotarciu na miejsce uczestnicy zostali zapoznani z zasadami bezpieczeństwa oraz wysłuchali krótkiego instruktażu dotyczącego obsługi gokarów. Jazda dostarczyła mnóstwo emocji, adrenaliny i dobrej zabawy. Po gokartach udaliśmy się na obiad, a stamtąd na pociąg do Skierniewic.

Marcin Wawrzyniak

nad zalewem

17 czerwca 10 uczestników WTZ pod opieką instruktorów Moniki Piwowaron i Artura Kozyry pojechało autobusem nad zalew Zadębie.

Usiedliśmy niedaleko głównej plaży. Tam zrobiliśmy sobie kiełbasy, kaszanki i chleby z grilla, piliśmy soki, a potem przeszliśmy się alejką wzdłuż zalewu, po czym wróciliśmy autobusem do WTZ. Był lekki wiatr i trochę padało, potem przestało i znowu zaczęło. Dobrze wspominam ten wyjazd.

Patryk Podkoń

walne zebranie

16 czerwca odbyło się 35 Walne Zebranie Członków Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych „Sprawni Inaczej”.

W walnym zebraniu wzięło udział 64 członków Stowarzyszenia. Po wyborze i ukonstytuowaniu się prezydium i komisji skrutacyjnej, przewodnicząca zarządu Bogumiła Krakowiak przeczytała sprawozdanie merytoryczne i finansowe za rok 2024 r., a Krystyna Kołtan, przewodnicząca komisji rewizyjnej przedstawiła sprawozdanie komisji rewizyjnej za ubiegły rok. Następnie członkowie stowarzyszenia większością głosów podjęli uchwały o: zatwierdzeniu sprawozdania z działalności stowarzyszenia i udzieleniu absolutorium Zarządowi Głównemu, zatwierdzeniu sprawozdania Głównej Komisji Rewizyjnej i zatwierdzeniu sprawozdania finansowego. W związku z upływem kadencji podziękowano dotychczasowemu zarządowi i komisji rewizyjnej za pracę na rzecz stowarzyszenia. Członkowie podziękowali Bogumile Krakowiak, przewodniczącej Zarządu Głównego Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych „Sprawni Inaczej” za dwiętnastoletnią pracę społeczną i działalność na rzecz stowarzyszenia oraz skierniewickiego Warsztatu Terapii Zajęciowej, wręczając jej bukiet kwiatów i upominek. Później odbyły się wybory. Zebrani w jawnym głosowaniu wybrali nowy zarząd główny stowarzyszenia w składzie: przewodnicząca Anna Wesołowska, skarbnik Ewa Magdziarz, sekretarz Krystyna Kołtan, członkowie Danuta Jabłońska i Iwona Kamionka. Została również wybrana komisja rewizyjna. Przewodniczącą została Joanna Madej, członkami Barbara Maciaszek i Danuta Starzec. Życzymy zarówno nowemu zarządowi, jak i komisji rewizyjnej wytrwałości i owocnej działalności na rzecz naszego Stowarzyszenia.

Tomasz Skoneczny

przygody Kajtusia

13 czerwca trzyosobowa delegacja uczestników skierniewickiego Warsztatu Terapii Zajęciowej z kierownik Urszulą Woźniak uczestniczyła w Dniu Patrona Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. J. Korczaka w Skierniewicach.

Z okazji dnia patrona Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Skierniewicach warsztatowicze obejrżeli inscenizację pt. „Przygody Kajtusia Czarodzieja” przygotowaną przez uczniów szkoły pod kierunkiem nauczycieli: Agnieszki Seligi, Katarzyny Wasztan i Adriana Krawczewskiego. Po przedstawieniu goście zostali zaproszeni na słodki poczęstunek.

Tomasz Skoneczny



jubileusz w Parmie

12 czerwca grupa uczestników ze skierniewickiego WTZ wraz z panią kierownik wybrała się, aby świętować jubileusz 25-lecia Warsztatu Terapii Zajęciowej w Parmie.

Spotkanie odbyło się w plenerze. Były przemówienia i wszyscy składali jubilatowi życzenia, a potem był tort urodzinowy i symboliczny poczęstunek.

Spotkanie było okazją do wielu wzruszających rozmów oraz wspomnień. Obchody 25-lecia Warsztatu Terapii Zajęciowej w Parmie były pięknym wydarzeniem i dowodem na to, że nawet niewielkie miejsce może mieć ogromne znaczenie dla uczestników, ich rodzin i lokalnej społeczności. Podczas jubileuszu pracownice WTZ zaprezentowały wyroby artystyczne wykonane przez uczestników warsztatu, m.in. obrazy, wyroby z drewna, szklane świeczniki. Goście mogli się wpisać do książki pamiątkowej.

Marcin Wawrzyniak



jubileusz WTZ

11 czerwca w skierniewickim kinoteatrze Polonez odbyły się obchody jubileuszu 30-lecia działalności skierniewickiego Warsztatu Terapii Zajęciowej.

Jubileuszową galę prowadził Dariusz Machowski z Radia RSC. Rozpoczęła się ona od prezentacji dwóch krótkich etiud filmowych o radości i nadziei oraz o przyjaźni i miłości. Zostały one nakręcone podczas prób działającej w WTZ grupy teatralnej „Kraina Czarów”. Kierownik WTZ Urszula Woźniak przybliżyła historię skierniewickiego Warsztatu Terapii Zajęciowej. Następnie były przemowy, podziękowania, gratulacje i życzenia od zaproszonych gości. Publiczność mogła obejrzeć filmiki, przygotowane przez instruktora pracowni komputerowej, w których uczestnicy, ich rodzice oraz byli uczestnicy mówili o tym, co dają warsztatowe zajęcia. Ostatni filmik pokazywał uczestników WTZ podczas praktyk w różnych instytucjach. Przewodnicząca zarządu Stowarzyszenia Osób Niepełnoprawnych „Sprawni Inaczej” Bogumiła Krakowiak podziękowała pracownikom warsztatu za dotychczasową pracę i wręczyła im kwiaty i upominki. Nie zabrakło też kwiatów i upominków, które w podziękowaniu za pracę na rzecz warsztatu wręczyła kierownik WTZ przewodniczącej Zarządu Stowarzyszenia oraz wieloletniemu skarbnikowi Zarządu Stowarzyszenia Sławkowi Stępniaowski. Prace uczestników wraz z podziękowaniami otrzymały zaprzyjaźnione z naszą placówką osoby wspierające jej działalność. Uczestnik WTZ Marcin Warzywniak przeczytał wiersz Izabelli Worony, która przygotowała etiudy teatralne w wykonaniu grupy teatralnej Kraina Czarów. Przewodnicząca zarządu stowarzyszenia przedstawiła uczestników działających w grupie teatralnej Kraina Czarów i w grupie dziennikarskiej. Dziękując za dotychczasowe zaangażowanie przekazała im kosze ze słodkościami, a dla WTZ materac relaksacyjny. Ta część spotkania zakoń-

czyła się zaproszeniem na scenę uczestników WTZ do pamiątkowego zdjęcia. Jako, że na scenę prowadziły schody osoby na wózkach zostały zaprezentowane z widowni. Część oficjalna jubileuszowej gali zakończyła się gratulacjami i życzeniami złożonymi przez delegacje zaproszonych placówek. W tym czasie na ekranie były prezentowane zdjęcia z warsztatowych wycieczek i wyjazdów. Na zakończenie kierownik warsztatu zaprosiła wszystkich uczestników do holu kinoteatru Polonez na poczęstunek oraz do obejrzenia wystawy prac uczestników warsztatu. Poczęstunek przygotowały zaprzyjaźnione z warszatem panie z Koła Gospodyń Wiejskich w Bolimowie. Urodzinowy tort pokroił Władysław Skwarka dyrektor oddziału Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnoprawnych w Łodzi, w obecności przewodniczącej Stowarzyszenia i kierownik WTZ.

Tomasz Skoneczny



sztuka w Łodzi

5 czerwca w sali koncertowej Akademii Muzycznej w Łodzi odbyło się rozstrzygnięcie konkursu plastycznego „Sztuka jak balsam” zorganizowanego przez Wojewódzką Bibliotekę Publiczną oraz Regionalne Centrum Polityki Społecznej w Łodzi.

Była to już 26 edycja tego konkursu. Jego temat brzmiał „Moje wspomnienia”. Na przegląd wpłynęło ponad 200 prac z 56 placówek z Łodzi i województwa łódzkiego. Nagrody konkursowe przyznano w 4 kategoriach: malarstwo, rysunek, sztuka użytkowa, techniki mieszane. Nasz kolega Kuba Kamionka zdobył 3 nagrodę w kategorii malarstwo za namalowanie przepięknego obrazu pt. „Wakacje w kraju Zorby”. Podczas gali odbyły się występy artystyczne. Wystawę pokonkursową można było zwiedzać do 28 czerwca.

Piotr Bożałek



fot. Małgorzata Grotkowska

dzieci na stoisku

1 czerwca w skierniewickim parku miejskim został zorganizowany przez Urząd Miasta Skierniewice festyn „Baśniowy Dzień Dziecka”.

Wśród parkowych alejek stanęły stoiska miejskich spółek i instytucji oraz zaprzyjaźnionych partnerów. Park przerodził się w kolorową przestrzeń, pełną fantastycznych dekoracji i instalacji, sprzyjających robieniu pamiątkowych zdjęć. Z głośników płynęły utwory muzyczne ze znanych ekranizacji literackich baśni. Było wiele atrakcji dla dzieci. W Strefie Świadomych Emocji swoje stoisko miał skierniewicki Warsztat Terapii Zajęciowej. Dzieci w każdym wieku mogły się wykazać zdolnościami plastycznymi. Pod czujnym okiem instruktorów pracowni plastycznej i technicznej tworzyły bransoletki i naszyjniki, malowały drewniane formy w kształcie ryb, kotów, smoków, figur geometrycznych, rysowały i malowały.

Tomasz Skoneczny

olimpiada w Spale

29 maja odbyła się w Ośrodku Sportu w Spale 18 Wojewódzka Olimpiada Osób Niepełnosprawnych Intelktualnie, gdzie osoby niepełnosprawne rywalizowały ze sobą drużynowo i indywidualnie.

Były rzuty piłeczką palantową, biegi na różnych dystansach i zabawy, podczas których się świetnie bawiliśmy. Był również słodki poczęstunek, a także pyszny obiad. Po degustacji zostały ogłoszone wyniki oraz rozdane nagrody. Grupa z WTZ ze Skierniewic otrzymała dyplom i upominki.

Arkadiusz Madej



fot. Elżbieta Godyń

pizzerynki

23 maja grupa uczestników naszego WTZ pojechała do Bolimowa do siedziby Koła Gospodyń Wiejskich, gdzie odbyły się warsztaty kulinarne.

Robiliśmy mini pizzę. Poznaliśmy przepis na to włoskie danie. Przemile panie pomogły nam w jego przygotowaniu. Bardzo nam smakowało. Było bardzo fajnie i przyjemnie. Mogliśmy wypić herbatę, kawę i porozmawiać z gospodyniami z Bolimowa. Bardzo miło będziemy wspominać tę wizytę. Może pojedziemy tam jeszcze kiedyś.

Piotr Bożałek



fot. Piotr Czuba

Sarbinowo

10 maja 35-osobowa grupa członków Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych „Sprawni Inaczej” wybrała się do Sarbinowa na siedmiodniowy turnus rehabilitacyjny.

Mieszkaliśmy w ośrodku „Kamyczek”. Codziennie mieliśmy zapewnione zabiegi takie jak solux, mata masująca, inhalacje, wirówka, borowina. Każdy dzień rozpoczynał się poranną gimnastyką. Pomimo tego, że bardzo wiało nie przeszkadzało to nam. Codziennie spacerowaliśmy po promenadzie i plaży. Mieliśmy super jedzenie. Tańczyliśmy zumbę, mieliśmy grilla, była dyskoteka oraz bal przebierańców. Jeden dzień spędziliśmy w Mielnie, gdzie pojechaliliśmy ciuchcią. Na bieżąco wysyłaliśmy zdjęcia do pani Gosi Grotkowskiej, instruktorki pracowni technicznej, która umieszczała je na FB.

Marcin Wawrzyniak

h u m o r

Teściowa do zięcia:
– Dziś w radiu puścili
przebój mojej młodości!
– „Bogurodzicę”?!

Petunia Dursley karmi
małego Dudleya.
– Synku, jedz chlebek.
– Ale ja nie lubię chlebka!
– Jedz chlebek,
Dudziaczk. Jeśli
będziesz jadł chlebek,
będziesz silny i zdrowy!
– A po co mam być silny i
zdrowy?
– Żeby móc pracować i
zarabiać na chlebek.
– Ale ja nie lubię
chlebka!

Przychodzi koleś do kafejki
internetowej i pyta:
– Są jakieś wolne
komputery ?
– Nie, mamy same szybkie.

Przychodzi pacjent
do lekarza i mówi:
Panie doktorze, mam
problem z pamięcią.
– A od kiedy?
– A od kiedy co ?

W dyskotecce rozma-
wiają dwie osoby:
– Wspaniale tańczysz.
– Ty też.
– Wspaniale
obejmujesz.
– Ty też.
– Wspaniale całujesz.
– Ty też.
– Mam na imię Darek.
– O Boże! Ja też.

35
nw

Kapitan Titanica wchodzi
do sali balowej i oznajmia
pasażerom:
– Mam dwie wiadomości:
dobrą i złą. Od której mam
zacząć?
– Od złej.
– Za chwilę nasz statek
zatonie.
– A ta dobra?
– Dostaniemy 11 Oskarów!

Jaki jest szczyt
starości?
– Wychodzisz z
muzeum, a włącza
się alarm.

Czym się różni re-
prezentacja Polski
od reprezentacji
Niemiec ?
– Niemcy wychodzą
z grupy, a Polacy
z szatni.

Czasami odpowiedni
uścisk od odpowiedniej
osoby w odpowiednim
momencie sprawia, że
wszystkie
niesprawiedliwości
świata znikają.

Sarah Ockler