

## Drodzy Czytelnicy!

Z prawdziwą przyjemnością przekazujemy w Wasze ręce kolejny już numer naszego biuletynu. Jest nam tym bardziej miło, iż jego wydanie możliwe było dzięki finansowemu wsparciu ze strony Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Jest tak dlatego, iż od początku 2014 roku Stowarzyszenie „Pogoda” realizuje program finansowany przez tę znaną instytucję, w ramach którego funkcjonuje między innymi Klub Podróżniczo-Reporterski „Odkrywca”, będący współtwórcą niniejszego numeru naszego „Partnera”. Zapraszamy zatem jak zwykle do jego lektury, z której dowiecie się, jak dużo dzieje się ostatnio w „Pogodzie”. Korzystając z okazji zapraszamy też do przekazywania na rzecz „Pogody” 1% Waszego podatku. Was to nic nie kosztuje a my dzięki temu możemy jeszcze lepiej służyć naszym niepełnosprawnym mieszkańcom wsi kociewskiej, dla których jesteśmy jedyną szansą na lepsze i godne życie... Pogodnie zapraszamy!

Zespół Redakcyjny

# Aktywny początek roku w „Pogodzie”

Nowe przedsięwzięcia, plany i pomysły - pod takim hasłem rozpoczął się 2014 rok w Stowarzyszeniu Osób Niepełnosprawnych „Pogoda”. Podopieczni prowadzonego przez „Pogodę” Środowiskowego Domu Samopomocy z Kleszczewa Kościerskiego pełni entuzjazmu i energii wkroczyli w wir pracy i działań. Uśmiechnięte i pełne nadziei twarze uczestników „pogodnego” ŚDS niejedną osobę mogą zmotywować do działania, dlatego gorąco zapraszamy do „Pogody.” Bardzo chętnie podzielimy się naszą pozytywną energią, gdyż nic tak nie dodaje siły i optymizmu, jak kontakt z drugim człowiekiem.

Pierwszy tegoroczny występ uczestników „pogodnego” ŚDS został zaliczony śpiewająco, gdyż w dniu 10 stycznia odbył się XVI Dekanalny Przegląd Kolęd i Pastorałek zorganizowany w Zespole Szkół Publicznych w Zblewie. Dzięki serdeczności jego organizatorów podopieczni naszego ŚDS mogli wziąć udział w tym przedsięwzięciu. „Pogodni” profesjonalści ze spokojem i radością zaśpiewali trzy tradycyjne polskie kolędy, prezentując się znakomicie w biało-niebieskich strojach. Ich niewątpliwie wokalne umiejętności zostały nagrodzone wielkimi brawami przez publiczność. W trakcie trwania Przeglądu dało się wyczuć magiczną i wyciszającą wręcz atmosferę, o której wspominał w swoim przemówieniu jeden z gości- Wicewójt Gminy Zblewo Artur Herold. Ową atmosferę zawdzięczać można było nie tylko organizatorom ale również pozostałym uczestnikom biorącym udział w tej imprezie. Publiczność mogła również podziwiać talenty uczniów z okolicznych szkół z Pinczyna, Kleszczewa, Borzechowa i Zblewa. Imprezę zakończył wspólny poczęstunek przygotowany przez organizatorów. „Pogodnie” dziękujemy kadrze i uczniom zblewskiej szkoły za zaproszenie i ciepłe przyjęcie podopiecznych naszego ŚDS.

12 stycznia br. odbył się XXII Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy. Doskonale wiemy ile znaczy pomoc drugiego człowieka, dlatego też z wielką chęcią i pogodą ducha przyłączyliśmy się do zanej akcji Jurka Owsiaika. Wzięliśmy udział w Niedzielnym Koncercie Muzycznym zorganizowanym przez Zespół Kształcenia i Wychowania w Pinczynie. Podopieczni „Pogody” zaprezentowali swój talent artystyczny z nutką gwary kociewskiej, śpiewając szereg utworów wywodzących się z lokalnej tradycji. Występ ten był nie lada wyzwaniem dla „pogodnych”, jednak bez problemu mu podołali. Ubrani w piękne kociewskie stroje z błyskiem w oczach zaśpiewali tak jak potrafili, czyli najlepiej. Zebrana publiczności była zachwycona ich występem, czemu dała wyraz

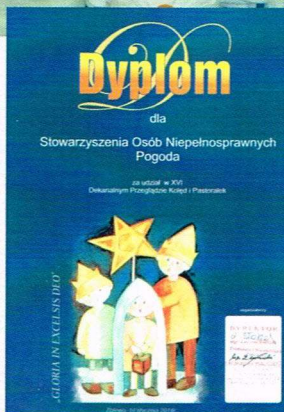
nagradzając „pogodnych” artystów brawami, które bardzo ich ucieszyły. Głośne i gromkie oklaski utwierdziły artystów z „Pogody”, iż pomimo tremy zawsze świetnie poradzą sobie na scenie. A wszystko to by pomóc innym ludziom, którzy bardziej niż oni sami potrzebują

wsparcia i pomocy. W takich sytuacjach jak ta widać ile podopieczni „Pogody” mają w sobie empatii, dobroci i potrzeby pomagania innym ludziom. Można to również zauważyć podczas ich codziennego funkcjonowania w naszym ŚDS.

„Pogodni” nie tylko występami artystycznymi rozpoczęli nowy rok. W dniu 16 stycznia w Ośrodku Wypoczynkowym „Twardy Dół” Stowarzyszenie „Pogoda” zorganizowało dla swoich podopiecznych zabawę karnawałową połączoną z balem przebierańców. Każdy z uczestników ŚDS przebrał się w przygotowany wcześniej ciekawy strój. Kogo tam nie było! Hiszpan, zakonnica, Arab, detektyw, więzień a nawet dwie cowgirls. W trakcie imprezy, podczas której grał i śpiewał nasz niezawodny DJ Andy, podopieczni ŚDS jak zawsze nie opuszczali parkietu. Wszyscy szaleli w tanecznych pługach, zaś najoryginalniejsze taneczne akrobacje wykonywał Święty Mikołaj razem z jedną z cowgirl, tak że miło było popatrzeć. Świetnym

zestawieniem okazało się też zaskakujące trio czyli Tomek w stroju policjanta, Janusz jako więzień oraz Henio w roli detektywa. W trakcie zabawy odbyły się także wybory króla i królowej balu, podczas których najwięcej głosów otrzymali Ania i Andrzejek. Atmosfera na balu była gorąca i pomimo wypieków na twarzy, uśmiechów nikomu nie brakowało. Podopieczni „pogodnego” ŚDS bardzo lubią brać udział w takich zabawach tanecznych i widać wyraźnie, że

sprawia im to wiele radości. Poza tym towarzysząca balowi przebierańców niepewność oraz ciekawość związana z niewiedzą kto za kogo się przebierze i czy zostanie rozpoznany, przynosi uczestnikom naszego ŚDS dużo pozytywnych emocji. Jednym słowem takie imprezy są bardzo potrzebne, gdyż dostarczają „pogodnym” mnóstwa wrażeń, emocji i satysfakcji. A gdy terapeuci widzą, że uczestnicy ŚDS są zadowoleni i uśmiechnięci, to w ich serca wkłada się miłe ciepłko.



# Pogodna współpraca z PFRON

Od początku tego roku niepełnosprawni podopieczni Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych „Pogoda” oraz zaprzyjaźnionej z nim placówki z Tucholi, biorą udział w zajęciach na basenie, w hipoterapii, w mieszkaniach treningowych oraz w działalności zorganizowanej w ramach klubu podróżniczo- reporterskiego „Odkrywca”. Zajęcia te odbywają się w ramach projektu realizowanego przez „Pogodę”, który finansowany jest przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Zajęcia na basenie są fantastyczną formą hydroterapii. Podopieczni uczą się niezależnego poruszania w wodzie, pływania i nurkowania. Co więcej- ciało przyjmuje w wodzie prawidłową postawę i dlatego wszelkie skrzywienia kręgosłupa, który w czasie pływania jest częściowo zwolniony z nacisku wywieranego na niego przez ciężar ciała, mogą być przez systematyczne ćwiczenia korygowane. Zajęcia w wodzie poprawiają koordynację ruchową, angażują najwięcej mięśni a także poprawiają pracę układu krążenia oraz układu oddechowego.

Pływanie wpływa również pozytywnie na psychikę niepełnosprawnych beneficjentów projektu. Wysiłek fizyczny w wodzie to doskonały sposób na poprawę samopoczucia a także na radzenie sobie ze stresem, napięciem emocjonalnym, jest też po prostu znakomitą formą relaksu. Dodatkowo systematyczne ćwiczenia „pogodnych” uczestników wyrabiają w nich odwagę, wzmacniają wiarę we własne siły i pozwalają na przełamywanie własnych słabości. U podopiecznych można także zaobserwować istotne korzyści społeczne, takie jak np. ich integracja ze społeczeństwem oraz satysfakcja z właściwie wykorzystanego czasu wolnego.

Zajęcia w wodzie są świetną formą aktywności dla podopiecznych „Pogody”, którzy z niecierpliwością czekają na kolejne wyjazdy na basen. W ramach tego projektu odwiedzają oni różne kąpieliska kryte-ostatnio odwiedzili Park Wodny w Kościerzynie. Należy zaznaczyć, że bez wsparcia finansowego ze strony PFRON, bardzo trudno byłoby zorganizować takie wyjazdy wiążące się ze sporymi kosztami, na które Stowarzyszenie „Pogoda” nie zawsze może sobie pozwolić. Dlatego tym bardziej należą się słowa podziękowania dla PFRON za wsparcie, którego udziela uczestnikom tego projektu. Dzięki tej pomocy nasi podopieczni mają szansę rozwijać się, rehabilitować i uczyć się jak z godnością funkcjonować w społeczeństwie pomimo umysłowych i fizycznych utrudnień.

Właśnie owe utrudnienia podopiecznych zacierają się na zajęciach z hipoterapii, które „Pogoda” prowadzi również dzięki wsparciu finansowemu PFRON. Hipoterapia jest sposobem rehabilitacji oraz wsparcia dla osób niepełnosprawnych, polegającym na kontakcie i pracy z koniem oraz jeździe i ćwiczeniach na nim. To wyjątkowa i niepowtarzalna metoda usprawniania wszelkich zaburzeń dzięki obecności konia, który podczas tej pracy staje się partnerem-

współterapeutą.

Jednak koń to nie tylko żywa pomoc terapeutyczna ale także dydaktyczna i edukacyjna. Jest wiele konkretnych powodów, dla których warto korzystać czynnie z tej formy terapii. Już samo obcowanie z koniem pobudza nasze wszystkie zmysły- dotyk końskiej sierści, łaskotanie grzywy, różnorodność kształtów, odgłos kopyt, przyjemne parskanie, mile kojarzony zapach – to wszystko stymuluje zmysły dotyku, słuchu, wzroku i węchu podopiecznych „Pogody”. To jedyne w swoim rodzaju stworzenie ma również działanie relaksacyjne i wyciszające. Kontakt z nim, poddanie się jego łagodnym, kołyszącym ruchom sprzyja relaksowi i odprężeniu. Świat widziany z końskiego grzbietu jest większy i piękniejszy. Obcowanie z tym dużym, imponującym, przyjacielskim zwierzęciem ma znaczny wpływ na stany emocjonalne oraz samopoczucie podopiecznych. Podczas zajęć z hipoterapii uczestnicy tego projektu, dzięki aktywizacji i pozytywnemu nastawieniu do współpracy z terapeutą, mogą opanować szereg przydatnych w życiu umiejętności. Obcowanie z koniem i jego otoczeniem nie tylko wzbogaca wiedzę podopiecznych o świecie ale uczy ich również samodzielności, odpowiedzialności, dokładności i współpracy z innymi. Beneficjenci projektu bardzo chętnie biorą udział w zajęciach hipoterapii, co dobitnie wskazuje, że środki finansowe z PFRON są z rozmysłem i rozsądkiem inwestowane w terapię i rehabilitację niepełnosprawnych podopiecznych „Pogody”.

Dzięki wsparciu PFRON mieszkania treningowe są kolejnym krokiem ku samodzielności podopiecznych „Pogody”. Jak sama nazwa wskazuje odbywa się tam trening i nauka samodzielnego funkcjonowania ich w życiu codziennym. Podopieczni uczą się tam jak sprostać obowiązkom, które stawia przed nimi życie. Dzięki temu podwyższa się ich samoocena i wiara w swoje możliwości. Choć przez chwilę mają możliwość poczuć się osobami odpowiedzialnymi i zdolnymi do podejmowania samodzielnego decyzji. To dla niepełnosprawnych uczestników tego projektu ogromna szansa na bycie w pełni sprawnymi, samodzielnymi i funkcjonującymi społecznie członkami naszego narodu- gdyby nie środki z PFRON nie mieliby na to żadnych szans.

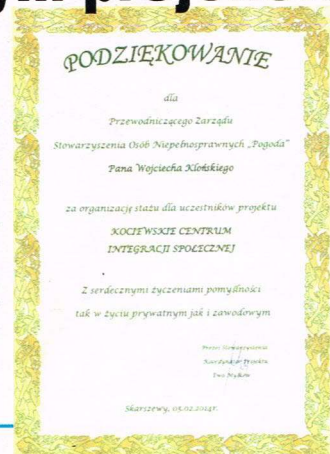
W klubie podróżniczo- dziennikarskim „Odkrywca” podopieczni nabywają umiejętności związane z pracą dziennikarza i fotoreportera. Uczą się jak przeprowadzić wywiad, jak zrobić dobre zdjęcia a także próbują tworzyć własne dzieła, takie jak wiersze, opowiadania i piosenki. Dla niepełnosprawnych beneficjentów tego projektu to dość spore wyzwanie ale świetnie się w tej dziedzinie odnajdują, gdyż są żądni zdobywania nowych umiejętności. Jednym z tego przykładów jest wiersz napisany przez uczestniczkę projektu: „w Pogodzie jest dużo ludzi, w Pogodzie jest dużo radości, jest dużo miłości, dużo mądrości, dużo szacunku wobec siebie, po prostu kochamy siebie”.



## „Pogoda” partnerem w kolejnym unijnym projekcie

Kociewskie Centrum Integracji Społecznej w Skarszewach kończą realizację unijnego projektu, którego celem głównym jest aktywizacja społeczno- zawodowa osób zagrożonych wykluczeniem społecznym- w tym i niepełnosprawnych. Stowarzyszenie „Pogoda” wspiera realizację przedmiotowego projektu, poprzez desygnowanie podopiecznego naszego ŚDS, który jest jednym z beneficjentów tego przedsięwzięcia. Ponadto „Pogoda” umożliwia przeprowadzenie w swojej siedzibie stażu tej osobie. Dlatego na spotkaniu podsumowującym projekt, które odbyło się w dniu 5 lutego br. w siedzibie Centrum w Skarszewach, obecny był Prezes „Pogody”, który z rąk koordynatorki projektu

otrzymał podziękowania za organizację stażu dla „pogodnego” podopiecznego w formie pamiątkowego dyplomu. Cieszymy się bardzo, że możemy w ten sposób wspomóc a k t y w i z a c j ę o s ó b niepełnosprawnych, która jest jednym z głównych priorytetów d z i a ł a n o ś c i n a s z e g o Stowarzyszenia.



# Zabawa karnawałowa z przyjaciółmi z Tucholi

W dniu 29 stycznia br. w Ośrodku Wypoczynkowym „Twardy Dół” w Borzechowie odbyła się zabawa karnawałowa zorganizowana przez Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych „Pogoda” z Kleszczewa Kościerskiego. Udział w imprezie wzięły również osoby ze Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych Dzieci Specjalnej Troski w Tucholi. Zabawę, podczas której bawiło się około 40 osób, uprzyjemnił wszystkim Andrzej Marchewicz grając utwory taneczne. Do dyskotekowego rytmu tańczyli wszyscy uczestnicy balu - jedni w takt muzyki, inni inaczej w zależności od słuchu muzycznego. Wszystkich powitał Prezes Stowarzyszenia „Pogoda” Wojciech Kloński, zapraszając jednocześnie na smaczny obiad, do którego wcześniej zostały ustawione nakrycia. Obsługiwały nas dwie bardzo sympatyczne i uczynne kelnerki. Po skonsumowaniu uczestnicy zabawy nadal tańczyli. Bal trwał do godziny piętnastej a po jego zakończeniu wszyscy zostali zawiezieni do miejsca zamieszkania. Należy nadmienić, że uczestnicy imprezy byli syci wrażeń, którą długo wspominali ze swoimi rodzinami. Zrobiono też wiele zdjęć, które uczestnicy balu otrzymali, tak aby wspomnienia z tej sympatycznej imprezy nie były szybko zatarte w ich pamięci.

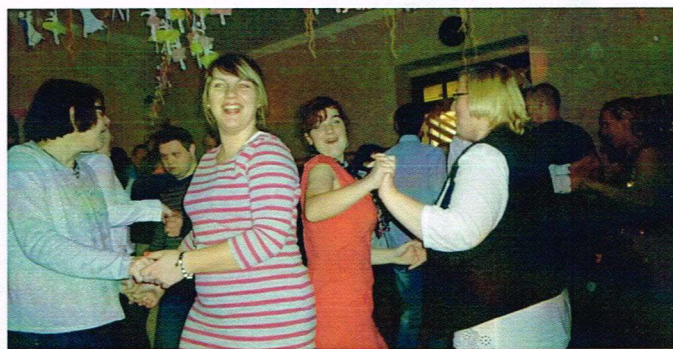
Helena Biernat - podopieczna SON „Pogoda”



# „Pogodne” występy w Skórczu i ostatki w Szpęgawsku

26 lutego br. w Miejskim Ośrodku Kultury w Skórczu odbył się już po raz drugi Przegląd Twórczości Scenicznej Osób Niepełnosprawnych pt. „Świat się kręci”. Zostaliśmy na niego zaproszeni przez zaprzyjaźniony z nami od lat tamtejszy Warsztat Terapii Zajęciowej. Stowarzyszenie „Pogoda” odpowiedziało na zaproszenie i wysłało grupę artystów w osobach 8 uczestników naszego ŚDS, którzy zaprezentowali się w przedstawieniu o „Czerwonym Kapturku”. Występ „pogodnych” artystów wsparł wydatnie swym wokalem oraz muzyką na żywo nasz, jak zawsze niezawodny DJ Andy. Choć „pogodni” nie wygrali głównej nagrody publiczności, to zebrali liczne brawa a także otrzymali pamiątkowy dyplom oraz cenne nagrody.

Tegoroczny Karnawał, który trwał wyjątkowo długo, był przez to dla „pogodnych” okazją do wielu bali oraz innych imprez. Na sam jego koniec trafiła się okazja do jeszcze jednej wspaniałej zabawy, gdyż w dniu 4 marca br. zostaliśmy zaproszeni do Szpęgawska. Uczynili to nasi przyjaciele ze Stowarzyszenia „Cordis”, które działa w tamtejszym Domu Pomocy Społecznej. Odbył się więc szalony bal, nawiązano nowe znajomości a także była okazja do zwiedzenia obszernego terenu szpęgawskiego DPS, który zrobił na nas duże wrażenie swym rozmachem i zakresem usług, które świadczy. Imprezę zakończyliśmy zaproszeniem gościnnych przyjaciół ze Szpęgawska do naszej siedziby.



# Wyróżnienie dla Pani Basi

W dniu 11 lutego br. miała dla nas miejsce bardzo miła uroczystość w Kościerzynie. Otóż w tamtejszej Hali Sportowej "Sokolnia" odbyło się po raz jedenasty wręczenie medali oraz wyróżnień im. Matki Teresy z Kalkuty, za wybitne zasługi na rzecz osób niepełnosprawnych. Impreza objęta była honorowym patronatem: JE Biskupa Pelplińskiego ks. dr. Ryszarda Kasyny, Starosty Starogardzkiego Pana Piotra Lizakowskiego oraz Przewodniczącej Powiatowej Społecznej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych w Kościerzynie Pani Elżbiety Brzezińskiej. Podczas uroczystej Gali, która miała zasięg wojewódzki, Kierownik Środowiskowego Domu Samopomocy "Pogoda" w Kleszczewie Kościerskim Pani Barbara Kłońska otrzymała dyplom honorowy wyróżnienia "Medalu im. Matki Teresy z Kalkuty". Jak napisano w laudacji, wyróżnienie to przyznano Pani Barbarze za "szczególne poświęcenie, odwagę, wytrwałość, tytaniczną wprost pracę oraz wielkie serce, które okazuje ona niepełnosprawnym mieszkańcom wsi kociewskiej". W istocie, na terenie Urzędu Gminy Zblewo, w którym przyszło działać Pani Basi na rzecz jej niepełnosprawnych obywateli, bez powyższych przymiotów nic by się jej nie udało w tym zakresie. Dlatego wielkie dzięki Pani Basiu za wszystko to, co robi Pani na



rzecz naszych podopiecznych oraz ich rodzin i opiekunów- szczerze i od serca gratulujemy tego jakże w pełni zasłużonego wyróżnienia!



## Zapraszamy wszystkich do "Pogody"!

Przyjmujemy każdego gościa, który chciałby spędzić z nami trochę czasu, poznać nas a może z czasem polubić i zostać dłużej. Jesteśmy jedną wielką rodziną, wzajemnie możemy na siebie liczyć, ufamy sobie. Jeśli chcesz możesz dołączyć do naszego grona, pomożemy, otrzymamy łyżę z twarzy, po prostu BĘDZIEMY. Jednym z naszych celów jest zmotywowanie niepełnosprawnych do samodzielnego funkcjonowania w społeczeństwie. W tej kwestii działamy rzetelnie i dokładnie. Nie martw się- nie będziesz sam!

**Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych**



Projekt jest finansowany ze środków PFRON w ramach trzynastego konkursu o zlecenie realizacji zadań (w formie wsparcia) na podstawie art. 36 ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnieniu osób niepełnosprawnych

Zespół Redakcyjny: *Monika Kosiedowska i Wojtek Kłoński*  
Stowarzyszenie Osób Niepełnosprawnych „POGODA”  
Organizacja Pożytku Publicznego KRS 0000151612  
83 – 206 Kleszczewo Kościerskie 2  
tel/fax (58) 561- 67- 47  
Bank Spółdzielczy Skórcz Oddział w Zblewie  
nr konta: 64 8342 0009 4000 1560 2000 0001  
e- mail: son.pogoda.kleszczewo@interia.pl  
www.sonpogoda.pl

Projekt oraz druk:  
Agencja Reklamowa KAYO  
Zblewo, os. Rzemieślnicze 27  
tel./fax 058 560 95 24  
e-mail:kayo@kayo.pl  
www.kayo.pl