



## PROGRAM

# DNI SOLIDARNOŚCI Z OSOBAMI CHORUJĄCYMI PSYCHICZNIE 16 – 21 WRZEŚNIA 2018



### 16 września Niedziela

Sopot, Skwer Kuracyjny przy sopockim MOLO 12.00 – 16.00

- 11.00 **Msza Święta w intencji chorych i ich rodzin**  
Parafia Najświętszej Maryi Panny Wniebowziętej  
Gwiazda Morza w Sopocie, ul. Kościuszki 19
- 12.00 **Festyn Tolerancji - Inauguracja obchodów**  
Skwer Kuracyjny przy sopockim MOLO 12.00 – 16.00
- 13.00 Drzwi do Tolerancji – symboliczne przejście
- 13.30 Przez sztukę do tolerancji - plenerowe koncerty i wystawy  
Cafe Y Son, CzAs, Krzysztof Nawrocki
- 15.00 Słowa Leczą Słowa Ranią – improwizowany happening uliczny

w trakcie wydarzenia:

#### W trakcie festynu tolerancji

##### Trójmiejski Punkt Informacyjny

porady psychologiczne, doradztwo zawodowe, prezentacja trójmiejskiej oferty wsparcia dla osób i rodzin, strefa artystyczna dla dzieci i dorosłych.

**Stoisko informacyjno – edukacyjne kampanii: Odmień Swoją Głowę - Schizofrenia - Nie oceniaj, dowiedz się więcej!** mającej na celu zmianę stereotypów dotyczących osób doświadczających kryzysów psychicznych.

**Miejska gra terenowa „POZA CZASEM”** start/meta skwer kuracyjny

**Zdjęcie z Zygmuntem F.**

**Serce czy rozum - przeciąganie liny**

**Wystawa plastyczna plakatów „Odmień Swoją Głowę”** studentów Akademii Sztuk Pięknych pracowni propagandy społecznej prof. Jacka Staniszewskiego.

**Konferencja Otworzyć Bramy Tolerancji 9.00 – 14.00**

**Jak współdziałać dla dobra osoby chorującej psychicznie. Rodzina, wspólnota, dialog.**

Urząd Marszałkowski Województwa Pomorskiego, Gdańsk, ul. Okopowa 21/27, Sala okrągła

8.30 Rejestracja

9.30 **Przywitanie i wprowadzenie**

*Paweł Orłowski - Wicemarszałek Województwa Pomorskiego*

*Piotr Harhaj – SNDE, Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Gdyni*

10.00 **Jak mówić o zdrowiu psychicznym, żeby nie stygmatyzować?**

*dr Mira Marcinów - Instytut Filozofii i Socjologii Polskiej Akademii Nauk w Warszawie*

11.00 Przerwa

12.00 **Wdrażanie idei działalności centrów zdrowia psychicznego w Polsce**

*dr Marek Balicki – Centrum Zdrowia Psychicznego w Warszawie*

**Centrum Zdrowia Psychicznego - harmonizacja usług i współpracy na rzecz pacjenta.**

**Program pilotażowy w CZP przy Szpitalu Specjalistycznym w Kościerzynie Sp. z o.o.**

*lek. Piotr Stoń – Lekarz Kierujący Oddziałem Psychiatrycznym Szpitala*

**Gdański model deinstytucjonalizacji usług świadczonych na rzecz osób z zaburzeniami psychicznymi – wnioski z pilotażu.**

*Anna Strojna – Stowarzyszenie na rzecz osób z kryzysami psychicznymi „Przyjazna Dłoń”*

*Małgorzata Chełstowska – Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Gdańsku*

**Panel dobre praktyki** – w zakresie usług społecznych dla osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego.

14.00 Podsumowanie i zakończenie konferencji. Zaproszenie do Ogrodu Tolerancji

**Ogród Tolerancji 15.00 – 18.00**

Ogród przy siedzibie Fundacji FOSA – Gdańsk ul. Chopina 42

W tym roku Ogród Tolerancji zakwitnie owocami warsztatów artystycznych. W ogrodzie, jak co roku odbędzie się psychozabawa na temat tolerancji z udziałem zaproszonych gości m.in.: dr Romanem Ludkiewiczem. Będzie można skorzystać z mobilnego punktu informacyjnego – zasięgnąć informacji, uwolnić się od złych emocji i stereotypów, odmienić swoją głowę. W ogrodzie większość powali muzyczna prezentacja Edzia i DJ Fali. Ogród zapachnie też ciastkiem, kawą i poczęstunkiem.

**„Historia polskiego szaleństwa” 18.00 – 20.00**

Sopoteka Galeria Kultury Multimedialnej ul. Tadeusza Kościuszki 14

Spotkanie z dr Mirą Marcinów autorką książki „Historia polskiego szaleństwa: Słońce wśród czarnego nieba. Studium melancholii”. Autorka skrupulatnie bada w nim polską literaturę psychiatryczno - psychologiczną XIX wieku, odnosząc się do najważniejszych dla psychiatrii dyskusji, również opowiadając o genezie ducha polskiego oraz współczesnego pojęcia racjonalności. Podczas spotkania porozmawiamy o tym, jaką lekcję z historii polskiego szaleństwa możemy wyciągnąć na temat sposobów mówienia o osobach cierpiących psychicznie? Jakie problemy wokół XIX-wiecznego polskiego obłędu brzmią nadal aktualnie?

**Warsztaty: Jak współdziałać dla dobra osoby chorującej psychicznie 9.00 -14.30**

Gdynia, Pomorski Park Naukowo – Technologiczny, al. Zwycięstwa 96/98. Budynek III

|       |  |       |   |
|-------|--|-------|---|
| 8.00  | Rejestracja  | 8.30  | Prezentacja spotu kampanii i warsztatów |
| 9.00  | Warsztaty  | 12.00 | Lunch                                   |
| 12.30 | Teatr Forum „ Człowiek pod presją” Zbigniew Biegajło Teatr Otwarty |       |   |
| 14.30 | Podsumowanie   |       |   |

**1. Człowiek pod presją. Rola twórczości w zdrowieniu**

Zbigniew Biegajło (Teatr Otwarty), Aktorzy Teatru Otwartego

Warsztat jest wprowadzeniem do spektaklu "Quiz", realizowanego w formule teatru forum. Spektakl dotyka problemu manipulacji, której poddawani są klienci firm specjalizujących się w sprzedaży różnych produktów „na wyjątkowo korzystnych warunkach”. Teatr Forum jest interaktywną formą teatru, stworzoną przez brazylijskiego reżysera i pedagoga Augusto Boala. Kluczowe wartości leżące u podstaw tej teatralnej pracy to: solidarność z ludźmi uciśnionymi, współczucie dla innych, wiara w ich zdolności do dokonania zmiany we własnym życiu. Teatr Forum sprzeciwia się automatyzacji ludzkiego życia. Pozwala na twórcze podejście do problemów społecznych, umożliwia analizę różnych punktów widzenia - różnych postaci, a zarazem na poszukiwanie rozwiązań trudnych sytuacji.

Liczba osób: 20

**2. Osoba chorująca psychicznie: na ile bliska na ile daleka? – psychodrama**

lek. med. Roman Ludkiewicz

Metoda psychodramy pozwala na przyjrzenie się własnym umiejętnościom i kompetencjom, które wykorzystujemy w relacji pomagania chorym. Pomaga dostrzec i wykorzystać postawy i emocje temu towarzyszące, a które mogą czasem powodować trudności. Uczestnictwo w warsztacie pozwoli też na stabilne osadzenie się w roli osoby pomagającej, zmniejszając ryzyko wypalenia. Warsztat skierowany jest do osób pomagających osobom chorującym psychicznie i ich rodzinom: pracowników socjalnych, pracowników ochrony zdrowia, edukacji, NGO`s.

Liczba osób: 20

**3. Choroba psychiczna w rodzinie - mentalizacja w procesie zdrowienia**

Bartek Karcz (Uniwersytet SWPS, MOPS Gdynia)

Choroba psychiczna powoduje wiele zmian w strukturze oraz dynamice rodziny. Rozumienie problemów pojawiających się w związku z chorobą psychiczną członka rodziny może minimalizować negatywne efekty zaburzeń na osobę chorującą oraz na rodzinę. Podczas warsztatu omówione zostaną treści związane ze zdolnością do mentalizowania sytuacji psychicznej osoby chorującej oraz jej rodziny. Warsztat skierowany do osób zawodowo lub osobiście zainteresowanych tematem (członkowie rodzin, studenci, edukatorzy, pracownicy społeczni, psycholodzy).

Liczba osób: 16

**4. Jak rozwinąć skrzydła ? I uniknąć diagnozy wypalenia?**

Ewa Fajfer

Improwizacja powoduje, że „aktor” musi wykształcić w sobie kilka podstawowych umiejętności. A doświadczenie pokazuje, że sprawdzają się one nie tylko na scenie ale i w życiu zawodowym, a także prywatnym. Podstawowe umiejętności, które zdobywa się podczas warsztatów improwizacyjnych to : pewność siebie, współpraca, słuchanie, elastyczność, skupienie, kreatywność, storytelling. Aby móc je kształtować improwizatorzy wykreowali i zaadoptowali pełen zestaw narzędzi, które wykorzystamy na warsztacie. Skupimy się szczególnie na improwizacyjnej zasadzie "tak i", której istotą jest maksymalna otwartość, ciekawość i akceptacja tego, co przynosi nam rzeczywistość. Zastanowimy się również czy da się przenieść elementy tej zasady do naszej codzienności zawodowej. Warsztat skierowany do pracowników socjalnych.

Liczba osób: 20

## Godz. 12.30 Teatr Forum „ Człowiek pod presją” Zbigniew Biegajło Teatr Otwarty

### Spektakl Teatru Forum czas trwania ok. 1,5h

Spektakl „Quiz” dotyczy problemu manipulacji, której poddawani są klienci firm specjalizujących się w sprzedaży różnych produktów „na wyjątkowo korzystnych warunkach”. Główny bohater 60-letni Staszek wycofuje się z aktywnego życia towarzyskiego. Odczuwa wewnętrzną niemoc, a jego najbliżsi przestali go rozumieć. Kosztem relacji rodzinnych angażuje się w przedsięwzięcia, które pogłębiają jego izolację. Staszek szukając nowych zainteresowań ucieka w świat technologii. Niespodziewana wygrana w konkursie w jego mniemaniu otwiera przed nim nowe możliwości...

Teatr Forum to interaktywna forma teatru stworzona i opracowana przez brazylijskiego reżysera i pedagoga Augusto Boala. Kluczowe wartości leżące u podstaw tej teatralnej pracy to: solidarność z ludźmi uciśnionymi, współczucie dla innych, wiara w ich zdolności do dokonania zmiany we własnym życiu. Teatr Forum sprzeciwia się automatyzacji ludzkiego życia. Dzięki temu odbiorcy stają się aktywnymi twórcami własnego losu zdolnymi działać na rzecz zmian. Widz-aktor, bo o nim mowa przełamuje tradycyjną rolę widza, który bierze aktywny udział w wydarzeniu teatralnym, stając się stroną debaty przez to, co mówi i jak się zachowuje.

Teatr Forum adresowany jest do grup defaworyzowanych społecznie, by przeciwdziałać ich wykluczeniu, dostarczając narzędzi konstruktywnej ekspresji i radzenia sobie z opresją. Przez podejmowanie interwencji będąc w roli, widzowie uczą się komunikować złość, stawiać granice i mówić o swoich potrzebach. Teatr Forum pozwala na twórcze podejście do problemów społecznych, umożliwia analizę różnych punktów widzenia - różnych postaci, a zarazem poszukiwanie rozwiązań trudnych sytuacji.

Liczba osób: 80

**Zapisy na warsztaty**  
[www.otwartebramy.org](http://www.otwartebramy.org)

### Klub 1/2/3 - Artystyczne Popołudnie 12.00 – 19.00

Gdynia, ul. Warszawska 42

Artystyczne Popołudnie zaczynamy od godz. 12.00 pracami polowymi nad otwarciem „**Ogrodu Społecznego**”. Wszystkich chętnych zapraszamy do pomocy w tworzeniu zielnika, za Klubem 123. Zapewniamy kawę i herbatę ! Od 12.00 o każdej pełnej godzinie, odbędą się warsztaty rękodzieła dla osób, które chcą spróbować swoich sił w tej sztuce. **Dodatkową atrakcją będzie możliwość przygotowania domowych kosmetyków naturalnych.** Artystyczne Popołudnie w Klubie 123, to też przestrzeń do tego, aby przy ciastku, poznać się i porozmawiać. Zapisy na warsztaty oraz informacje pod numerem telefonu: 58 710 60 09, kom. 797993618.

### „Historia polskiego szaleństwa” 18.00 – 20.00

Gdynia, Biblioteka z Pasją Al. Zwycięstwa 96/98)

Spotkanie z dr Mirą Marcinów autorką książki „Historia polskiego szaleństwa: Słońce wśród czarnego nieba. Studium melancholii”. Autorka skrupulatnie bada w nim polską literaturę psychiatryczno - psychologiczną XIX wieku, odnosząc się do najważniejszych dla psychiatrii dyskusji, również opowiadając o genezie ducha polskiego oraz współczesnego pojęcia racjonalności. Podczas spotkania porozmawiamy o tym, jaką lekcję z historii polskiego szaleństwa możemy wyciągnąć na temat sposobów mówienia o osobach cierpiących psychicznie? Jakie problemy wokół XIX-wiecznego polskiego obłędu brzmią nadal aktualnie?

## 19 września środa

### Śniadanie z ekspertem 9.00 – 11.00

Zespół ds. Doradztwa i Aktywizacji ON ul. Chrzanowskiego 14/2

Spotkanie wokół tematu zdrowego odżywiania i jego wpływu na nasze zdrowie, również psychiczne. W spotkaniu uczestniczyć będą: dietetyk oraz „Eksperci przez Doświadczenie”.

### Dzień otwarty Klubu STER 14.30 - 18.30

#### Warsztaty artystyczne dla osób z niepełnosprawnością

Sopot Klub SNDE dla osób niepełnosprawnych, SPON, Al. Niepodległości 783

zapisy: [scop@sopot.pl](mailto:scop@sopot.pl), nr. tel 513-743-810,

### Trójzab – Trójmiejski Turniej Bowlingu uczestników klubów wsparcia 10.00 - 13.00

Aqua Park, ul. Zamkowa 3-5, Sopot, więcej info: [www.facebook.com/tlbtrojzab/](http://www.facebook.com/tlbtrojzab/)

## 20 września czwartek

### XII Sopotka Giełda Pracy 10.00 – 13.00

Sopoteka Galeria Kultury Multimedialnej ul. Tadeusza Kościuszki 14

Giełda organizowana z myślą o osobach poszukujących zatrudnienia, biernych zawodowo osobach niepełnosprawnych, wszystkich zainteresowanych odnalezieniem nowych ścieżek kariery zawodowej oraz firmach, instytucjach poszukujących pracowników z niepełnosprawnościami. Podczas Giełdy zapraszamy do **Żywej Biblioteki**, która pozwoli na obalenie stereotypów i uprzedzeń poprzez stworzenie przestrzeni do dialogu i zadawania pytań osobom, które poprzez pracę własną i wsparcie innych dali szansę sobie jako pracownikowi. „Żywe Książki” opowiadają swoje historie, a „Czytelniczy” je wypożyczają.

### Mandala Workshop 10.00 - 12.00

Klub Samopomocy przy Zespole Opiekuńczym ul. Fredry 3

Mini warsztaty kolorowania gotowych wzorów mandali połączone z możliwością rozmowy z psychologiem i terapeutą. Zapisy: 58 661 65 26 Dagmara Kalinowska

## 21 WRZEŚNIA Piątek

### Trójmiejski Turniej Gier Planszowych 10.00 – 13.00

Wojewódzki Szpital Psychiatryczny, Gdańsk, ul. Srebrniki 17, budynek nr 19, Oddział Dzienny  
Dla zwycięzców nagrody. Na Oddziale w Klubie Pacjenta - wystawa twórczości pacjentów.

### Spotkanie integracyjne Pomorskiej Koalicji na Rzecz Zdrowia Psychicznego 16.30

Sopot, Klub Atelier, ul. Mamuszki 2

### Więcej info:

[www.otwartebramy.org](http://www.otwartebramy.org)

[www.facebook.com/otwartebramy.org/](http://www.facebook.com/otwartebramy.org/)

[www.facebook.com/Odmień-SWOJĄ-GŁOWĘ](http://www.facebook.com/Odmień-SWOJĄ-GŁOWĘ)

Pomorska Koalicja na Rzecz Zdrowia Psychicznego

ul. Marynarzy 4, 81-835 Sopot

tel./fax: (58) 341-83-52

e-mail: [biuro@otwartebramy.org](mailto:biuro@otwartebramy.org)



## organizator



## patronat honorowy



## współpraca



słowo/obraz terytoria



## patronat medialny



kampania społeczna „**Odmień swoją głowę**” na rzecz podniesienia świadomości na temat chorób i zaburzeń psychicznych oraz Dni Solidarności z Osobami Chorującymi Psychiczenie współfinansowane ze środków Gminy Miasta Gdańska, Gminy Miasta Gdyni, Gminy Miasta Sopotu oraz Wojewody Pomorskiego.

