



FUNDACJA ŁADNE HISTORIE PODSUMOWANIE Z REALIZACJI PIERWSZEJ EDYCJI PROJEKTU ŁĄCZĄ NAS GÓRY W 2019 ROKU

W 2019 roku zrealizowaliśmy pierwszą edycję projektu z zakresu integracji i aktywizacji społecznej Łączą nas góry, który polega na organizacji wycieczek górskich dla osób z niepełnosprawnościami i ich rodzin i osób z najbliższego otoczenia. Pokonując stereotypy, sprawiliśmy, że przepiękne Sudety stały się dostępne dla tych, którzy na co dzień pokonują o wiele większe trudności.

Turystyka góraska to fantastyczna forma rehabilitacji, jednak takie wyprawy wymagają sprzętu, na który nie każdy może sobie pozwolić. Dzięki przyznanym dotacjom mogliśmy zapewnić taki sprzęt i zorganizować 15 wycieczek, na których byli obecni rehabilitanci, przewodnicy górscy i wolontariusze - osoby w każdym wieku, które zgłosiły chęć pomocy i dołączenia do nas na górskim szlaku, często z własnymi rodzinami. Było to 15 górskich wędrówek, podczas których panowała radosna i swobodna atmosfera. Dzięki realizacji projektu zabraliśmy w góry 96 osób z niepełnosprawnościami i ponad 120 osób zdrowych, które poszły z nami by pomagać i razem spędzić cudowny czas.





Wszyscy razem odbyliśmy piękną podróż, w trakcie której uczestnicy udowodnili, że ograniczenia są tylko w naszych głowach. Wspólnie przeszliśmy 167 km, czasem z górki, czasem mocno pod górkę. Spędzając mile czasu, wspierając się nawzajem, pokonując własne lęki, na przekór wątpliwościom, jakie rodziły się w głowach. „Łączą nas góry” to projekt niezwykle, to historie ludzi, którzy wzięli w nim udział i przyjaźnie, które się w ten sposób nawiązały. Paulina z czterołożnym porażeniem mózgowym, która niemal samodzielnie weszła na szczyt góry Piec. Małgosia z rdzeniowym zanikiem mięśni, której uśmiech nie schodził z twarzy i zawsze wspierała innych podczas wspólnej wędrowki na szlaku dobrym słowem. Niepełnosprawny intelektualnie Kuba, który okazał się nie być zwykłym uczestnikiem, a najbardziej pomocnym wolontariuszem. Hubert z przepukliną kręgosłupa, który sam pokonał na wózku całą trasę w Rudawach. Młode małżeństwo z trójką dzieci - trzyletnimi Ignasiem i Stefkiem, z czterołożnym dziecięcym porażeniem mózgowym i z Tymkiem, zdrowym półroczniakiem, którzy pierwszy raz od dawna, dzięki pomocy naszych opiekunów, mogli chwilę odetchnąć i mieć czas dla siebie - w końcu rąk chętnych do noszenia maluchów na naszych wycieczkach nie brakowało! Ania, położna ze Świdnickiego szpitala, która na co dzień pomaga kobietom, a prywatnie jest mamą Sergiusza, chłopca z Zespołem Downa i dużymi trudnościami z poruszaniem się - bez specjalistycznego wózka nie miałby szansy na tak daleką wyprawę.



To Kuba, Krzysiek, Nadia, Patrycja, Madzia, Kacper, Emilka, Nikola, Daniel, Adrian, Agnieszka, Maks, Michał, Filipek, Marcel, Ania, Oliwer, Kacper, Janek, Kasia, Antek, Łukasz, Gabryś i wielu innych, którzy zgodzili się wyruszyć z nami. To ich rodziny, przyjaciele, to opiekunowie i wolontariusze, którzy wsparli Fundację i ludzie, którzy dołączyli do nas na trasie.

Do projektu chętnie przyłączały się całe rodziny, ale również przedsiębiorcy i zwykli ludzie, którzy z przyczyn zdrowotnych nie mogli wybrać się w góry, ale chcieli być częścią wypraw. Właściciele lokalnego centrum sportowego namówili ćwiczące w nim osoby na wolontariat, by wykorzystać siłę mięśni nie tylko na siłowni. Mała świdnicka restauracja przygotowała na jedną z wycieczek dodatkowe posiłki dla wszystkich uczestników. Pani Maria, która z racji problemów ze zdrowiem nie mogła uczestniczyć w wycieczkach, na każdą z nich przekazywała Fundacji domowe racuchy z jabłkami. Projekt Łączą nas góry zapoczątkował wśród ludzi pozytywne poruszenie, które chcemy kontynuować również w tym roku.

Uważamy, że najlepiej ducha tego projektu oddadzą jego uczestnicy, dlatego pozwalamy sobie przedstawić ich opinie, które zawarli w ankietach ewaluacyjnych, rozsyłanych do uczestników, opiekunów i wolontariuszy wszystkich wycieczek.



WSPOMNIENIA UCZESTNIKÓW I WOLONTARIUSZY PROJEKTU ŁĄCZĄ NAS GÓRY



Mam takie wspomnienie, które zostanie we mnie do końca życia. Na jednym z wymarszy złapał nas ulewny deszcz. Wszyscy ogarniali koce i wózki, a jeden z uczestników- beneficjent stał w lesie i patrzył w niebo jak pada na niego deszcz. Był rozmarzony i płynął gdzieś z tymi kroplami. Jak zamykam oczy, widzę go i aż mam ciary... #ajłontmor.

Dziecko świetnie bawiło się na wycieczkach. Poznało jak fajnie jest w lesie, poznało jak trzeba się wspiąć na skałę Wielki Piec. Jak fajnie jest w grupie na wycieczce. Zasady jak zachowywać się na szlaku. A przede wszystkim nabrał pewności w swoje możliwości i wypoczywał z dala od miejskiego zgiełku.

Poznałam wspaniałych ludzi, z którymi mam nadzieję zachować kontakt. Pierwszy raz byłam sama - bez najbliższych w górach, był to dla mnie sprawdzian.



WSPOMNIENIA UCZESTNIKÓW I WOLONTARIUSZY PROJEKTU ŁĄCZĄ NAS GÓRY

Poznanie i umożliwienie uczestnictwa w wydawałoby się często niedostępnej, trudnej formy spędzania wolnego czasu w kontakcie z przyrodą przez osoby niepełnosprawne i ich opiekunów. Pokonywanie własnych barier i ograniczeń związanych z niepełnosprawnością, kontaktem z drugim człowiekiem oraz barier terenowych przy aktywnym wsparciu prowadzących projekt, wolontariuszy i opiekunów. Wzajemna integracja, poznawanie siebie i swoich możliwości przez osoby niepełnosprawne, wolontariuszy i opiekunów. Kontakt ze społeczeństwem i przyrodą, co w przypadku osób niepełnosprawnych jest trudne do zrealizowania ze względu na Ich ograniczenia. Świetna organizacja i atmosfera na wycieczkach sprawiała radość i chęć uczestniczenia w kolejnych wyprawach a w dalszej kolejności kontynuacji takich wycieczek również we własnym zakresie.

Marzeniem moim było zabrać syna w góry tak jak wtedy gdy był mały, przeszkodą zawsze był brak sprzętu i trochę brak czasu na organizację wyjazdu. Dzięki „Łączą nas góry” mieliśmy odpowiedni sprzęt i w towarzystwie przemyśłych Ludzi mogliśmy spacerować, posiedzieć przy ognisku, zjeść kiełbasę i porozmawiać z Rodzicami takimi samymi jak my.



WSPOMNIENIA UCZESTNIKÓW I WOLONTARIUSZY PROJEKTU ŁACZA NAS GORY



Nie była to wycieczka dla niepełnosprawnych tylko z niepełnosprawnymi, czyli dostosowywaliśmy tempo do wózków, ale nie było czegoś takiego, że nie pójdziemy daną trasą tylko dlatego że mamy wśród nas kogoś z mniejszą mobilnością.

Zaskoczyła mnie pozytywna atmosfera, chęć pomocy w każdej chwili marszu, uśmiechy na twarzach uczestników i super podejście Pomysłodawców projektu, którym serdecznie dziękuję i życzę by chciało się Wam nadal.

Wyprawy w góry to jest aktywność, którą chcemy z Wami kontynuować. Spotkanie tam z różnymi osobami jak Pan fizjoterapeuta, Pan który grał bębnach i tak dalej jest bardzo cenne bo można zobaczyć dziecko zupełnie z innej perspektywy. Jako mama byłam zachwycona jak syn zagrał na bębnach. Zachwyciło mnie to że daliście mi możliwość zobaczenia że syn nie ma oporów wobec pogrania na bębnie, pierwszy raz w życiu.

Najfajniejsze było to że mogliśmy kilka razy uczestniczyć w tych wycieczkach i porozmawiać z innymi ludźmi moje dziecko było zachwycone tym że wreszcie mógł pojechać na rowerze w wózku i spędzić inaczej czas nie mógł się doczekać.

Nie uczestniczyłam osobiście ale najfajniejszym moim wspomnieniem z udziału syna w wycieczkach była jego radość po każdej wyprawie, opowiadanie o swoich przeżyciach o uczestnikach „starych”, i nowo poznanych znajomych oraz chęć uczestniczenia w następnych wyprawach.



WSPOMNIENIA UCZESTNIKÓW I WOLONTARIUSZY PROJEKTU ŁĄCZĄ NAS GÓRY

Podczas wycieczek była obecna tzw. energia relacyjna polegająca m.in. na tym, że dajemy drugiemu człowiekowi pomoc, wsparcie ale też i wzmacniamy go pozytywnym komunikatem. Te składniki były obecne podczas projektu Łączą na góry. Sprawdziło się też zaangażowanie wolontariuszy z różnych środowisk, w różnym wieku czy też płci. Swoboda w dawaniu pomocy drugiej osobie na pewno była kolejną cechą na plus. Dzięki temu, nie było sztywnego podziału - kto miał siłę i ochotę mógł ją przekierować na drugiego człowieka.

Uczestnicy projektu to bardzo pozytywni ludzie, pomimo, że doświadczeni przez życie i ukształtowani przez pryzmat chorób lub niepełnosprawności. Są ciekawi świata i nowych znajomości. Poznane osoby z łatwością nawiązywały kontakt, otwarcie opowiadały o swoich problemach ale i o sukcesach w walce o życie bez barier.

Zapamiętałam przede wszystkim ludzi, każdy inny, wyjątkowy. Wspaniała atmosfera i sprzęt. Organizacja na bardzo wysokim poziomie. Fajnie było dostać górską rzekę na gołe stopy :)



WSPOMNIENIA UCZESTNIKÓW I WOLONTARIUSZY PROJEKTU ŁĄCZĄ NAS GÓRY

Dzięki projektowi otworzyłam się na kontakt z osobami niepełnosprawnymi. Miałam okazję porozmawiać z uczestnikami i rodzicami. Rozmowy często były bardzo inspirujące i pouczające. Nigdy wcześniej nie miałam okazji na spokojnie porozmawiać z taką grupą osób. Dowiedziałam się nieco o ich życiu codziennym, szkołach i planach. Na pierwszym wyjeździe czułam się trochę nieswojo, nie wiedziałam dokładnie jak postępować, ale z każdą kolejną wycieczką przybywało mi pewności. Uczestnicy mogli oderwać się na jeden dzień od codzienności w ośrodkach, albo w domach. Zobaczyli piękne szlaki Sudetów i widokowe miejsca, widać było, że sprawia im to radość. Mogli też spędzić czas w grupie, zintegrować się, pobawić.

Podczas wycieczki na skałę Piec w Rudawach Janowickich z DPS'em ze Szklarskiej Poręby spotkaliśmy grupę harcerzek z gitarą. Dołączyły do nas na postoju i wspólnie śpiewaliśmy piosenki. W grupie uczestników była jedna dziewczynka, która podczas drogi pod górę cały czas uciekała i trudno było ją upilnować, jednak przy muzyce bardzo się uspokoiła. Gitara bardzo ją zafascynowała i harcerki pod koniec dały jej na chwilę pograć. Usiadła i jak zaczarowana brzdąkała na gitarze, która rozmiarem była prawie większa od niej. Był to urzekający widok i dowód na to, że muzyka naprawdę łączy obyczaje.

