



Organizacja, która nazywa się Pursuing Independent Paths. PIP (ten skrót używany jest powszechnie) posiada dwa biura – główne, czyli to, w którym spędzam najwięcej czasu znajduje się w zachodniej części Londynu, zaś drugie zlokalizowane jest południowo-zachodniej części Londynu.

Celem PIP jest pomoc osobom dorosłym, które borykają się z różnymi niepełnosprawnościami, tzw. *learning disabilities*, czyli problemami w nauce, które rzutują także na kontaktach ze społeczeństwem. Chcąc osiągnąć zwiększenie poziomu niezależności PIP oferuje szeroki wachlarz zajęć. W ofercie znajdują się np. zdrowe gotowanie, zajęcia muzyczne czy teatralne, joga, multimedia, profesjonalne przygotowanie do samodzielnego korzystania z transportu miejskiego itd.

Zasadniczo pracuję w godzinach 9:00 – 16:00. W poniedziałek zgodnie z naszym programem mamy zajęcia ze zdrowego gotowania. W ich trakcie studenci pod opieką pracowników przygotowują różnorodne dania, co daje im możliwość zdobycia nowych przydatnych umiejętności, a także poznania zasad zdrowego żywienia. Po pierwszych zajęciach czas na lunch, a zazwyczaj w poniedziałki jemy to, co wspólnie ugotowaliśmy.

Ostatnie poniedziałkowe zajęcia to plastyka, której program jest wielowymiarowy (np. podstawy garncarstwa, malowanie obrazów inspirowanych pracami słynnych malarzy czy tworzenie unikatowego muralu).

We wtorki dzień zaczynamy od lekkich ćwiczeń fizycznych, po nich dostępne są godzinne zajęcia z liczenia, podczas których do wyboru są dwie grupy zaawansowania. Podczas tych zajęć poruszane są praktyczne aspekty używania pieniędzy, oszczędzania itd., czy takie

zagadnienia jak przed / po, mniej / więcej, dni tygodnia itd. Dalej mamy czas na lunch, a po nim ma miejsce grupa dyskusyjna, której tematem są najnowsze informacje z kraju i ze świata.

Wtorek kończymy zajęciami dotyczącymi szeroko pojętego zdrowego życia. Tematy poruszane podczas zajęć to m.in. zasady higieny osobistej, obliczanie BMI, sposoby radzenia sobie z bólem, relacje i stosunki społeczne itd.

Jak wspomniałam wcześniej, środy zazwyczaj spędzam w biurze znajdującym się w okolicach Victorii. Drugie biuro PIP przeznaczone jest dla osób, których średnia wieku jest wyższa niż średnia studentów z biura głównego. Wszystko odbywa się w bardzo otwartej i przyjaznej atmosferze. To biuro otwarte jest w poniedziałek, oferując zajęcia mające na celu ułatwienie kontaktu członków ze społeczeństwem. Polega to na tym, że grupa odwiedza przeróżne miejsca na terenie Londynu. I tak np. byliśmy wspólnie w Muzeum Sztuki Współczesnej TATE Modern.

Celem środowych zajęć jest nie tylko przedstawienie zalet zdrowego żywienia, ale także stworzenie miejsca przyjaznego i otwartego na kontakty towarzyskie, co w przypadku starszych osób niepełnosprawnych jest bardzo utrudnione, a czasem niemal niemożliwe.

W piątki starsza grupa ma zajęcia plastyczne, które poza umiejętnościami manualnymi także sprzyjają nawiązywaniu relacji społecznych. W tym czasie w głównej siedzibie organizacji mają miejsce zajęcia jogi i medytacji, zajęcia pogłębiające umiejętność czytania i pisanie, a także sesje mające na celu przybliżenie możliwości życia w społeczeństwie.

W środy do godziny 17:00 odbywają się również cotygodniowe spotkania zespołu pracowników PIP, w których także biorę udział.

W czwartki grupa studentów dzielona jest na dwie części i jedna z nich ma zajęcia muzyczne, zaś druga teatralne. Mogę chyba powiedzieć, że to jedne z moich ulubionych sesji oferowanych przez PIP – w sposób bardzo widoczny pomagają uwolnić emocje i wyrazić siebie. Po przerwie na lunch studenci biorą udział w zajęciach komputerowych, które przybliżają im nowe technologie i ich zastosowanie w życiu codziennym.

Piątki zaczynamy zajęciami wychowania fizycznego, po nich ma miejsce sesja, której celem jest nabycie umiejętności pozwalających na samodzielną pracę, a także współpracę z innymi. Tydzień kończymy tzw. 'zebraniem studentów', które jest dobrą okazją do podzielenia się przemyśleniami dotyczącymi mijającego tygodnia, a także planów na przyszły.

Do moich głównych obowiązków należą wspieranie i nadzorowanie studentów podczas sesji edukacyjnych, a także podczas czasu wolnego jak przerwa na lunch itd. Ponadto jestem też wsparciem dla pracowników, którzy prowadzą sesje. W praktyce oznacza to, że prowadzę pojedyncze ćwiczenia, bądź wymyślam nowe. Czasami prowadzę też sesje w zastępstwie regularnych pracowników (do tej pory prowadziłam kilkakrotnie sesję liczenia oraz wychowania fizycznego). Ponadto pracuję indywidualnie ze studentami, którzy wymagają szczególnego wsparcia (tzw. jeden na jeden), a także przekazuję istotne informacje dotyczące studentów, osobom odpowiedzialnym za ich rozwój w PIP. Jak wspomniałam wcześniej, uczestniczę także w spotkaniach zespołu, a także wydarzeniach mających na celu promocję PIP i zbiórkę funduszy (np. Mountain Bike Challenge czy Santa Run).

Muszę przyznać, że decyzja o rozpoczęciu wolontariatu nie była decyzją najłatwiejszą, ponieważ nie mam żadnego doświadczenia w pracy z osobami niepełnosprawnymi i to nieco mnie niepokoiło. Ale jak się okazuje – niepotrzebnie, ponieważ PIP jest organizacją bardzo otwartą i oferującą wsparcie. W związku z tym wydaje mi się, że do tej pory odnajduję się w moim projekcie z powodzeniem. Jestem bardzo wdzięczna za wsparcie, które otrzymuję każdego dnia.