



2023

RAPORT ROCZNY

Stowarzyszenie Mudita



SPIIS TREŚCI

3	PRZESŁANIE OD PREZESEK
4	STOWARZYSZENIE MUDITA - KIM JESTEŚMY I CO ROBIMY?
5	2023 W LICZBACH
9	ASYSTENTURA WYTCHNIENIOWA
11	LATAJĄCE SPA
13	WYDARZENIA WYTCHNIENIOWE
15	KRAKÓW
16	WARSZAWA
17	DOSTĘP DO KULTURY
18	TURNUSY WYTCHNIENIOWE
19	PÓŁKOLONIE DLA DZIECI
20	POWITALNIK
21	WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE
22	LOGISTYKA CODZIENNOŚCI
24	POMOC DLA OSÓB UCHODŹCZYCH
25	PUNKT RECEPCYJNY W KRAKOWIE
26	INTEGRACYJNY PUNKT WSPARCIA
27	WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE DLA OSÓB Z UKRAINY
28	INFOLINIA POMOCOWA
29	ASYSTENTURA MOBILNA
30	KAMPANIE EDUKACYJNE
32	DZIAŁANIA EDUKACYJNE
33	DZIAŁANIA RZECZNICZE
34	DONORZY I PARTNERZY



OLGA KNAPIK

Prezeska

OLGA ŚLEPOWROŃSKA

Wiceprezeska

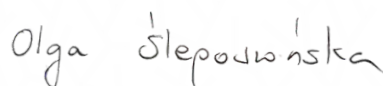
Podobno aby wychować dziecko, potrzeba całej wioski. Bardzo bliska jest nam ta filozofia, bo od samego początku istnienia Stowarzyszenia Mudita podkreślamy ogromne znaczenie troskliwego, uważnego społeczeństwa i silnych sieci wsparcia. A tak się składa, że nasze dziecko, Mudita, skończyło niedawno cztery lata. Cztery piękne, trudne i bardzo dynamiczne lata.

Przez ten czas z naszego wsparcia wytnieniowego, psychologicznego i informacyjnego skorzystało dziesiątki bliskich osób z niepełnosprawnością. Od 2 lat naszą pomoc dedykujemy również osobom uchodźczym i migranckim, a zwłaszcza tym, które uciekają przed wojną w Ukrainie.

Nie udałoby się to bez ogromnego zaufania i wsparcia setek osób - to Wy jesteście naszą wioską: darczyńcami i darczyniami, partnerami i partnerkami, wolontariuszkami i wolontariuszami, przyjaciółkami i przyjaciółmi.

Dziękujemy, że z nami byliście, byliście i jesteście.

Olga Knapik
Olga Ślepowrońska





STOWARZYSZENIE MUDITA

Kim jesteśmy i co robimy?

W Stowarzyszeniu Mudita dajemy wsparcie bliskim osób z niepełnosprawnościami.

Prowadzimy programy pomocy psychologicznej, wytchnieniowej, informacyjnej i logistycznej, a także działalność edukacyjną.

Niesiemy również pomoc osobom uchodźczym i migranckim z niepełnosprawnością oraz chorobą przewlekłą i ich rodzinom.

Chcemy budować świat oparty na silnych sieciach wsparcia, w którym można liczyć na siebie nawzajem.



2023 W LICZBACH

POMOC WYTCHNIENIOWA

Dajemy wytchnienie opiekunom i opiekunkom osób z niepełnosprawnością

OBJĘLIŚMY ASYSTENTURĄ WYTCHNIENIOWĄ

163 RODZINY

ZAPROSILIŚMY NA LATAJĄCE SPA

115 OSÓB

ZORGANIZOWALIŚMY PONAD

200

WYDARZEŃ WYTCHNIENIOWYCH

ZORGANIZOWALIŚMY
3 TURNUSY WYTCHNIENIOWE

DLA 50 OSÓB

46 DZIECI

WZIĘŁO UDZIAŁ W PÓŁKOŁONIACH



POMOC PSYCHOLOGICZNA

Zapewniamy pomoc emocjonalną bliskim osób z niepełnosprawnością

263

**ROZMOWY
W TELEFONIE WSPARCIA**

70

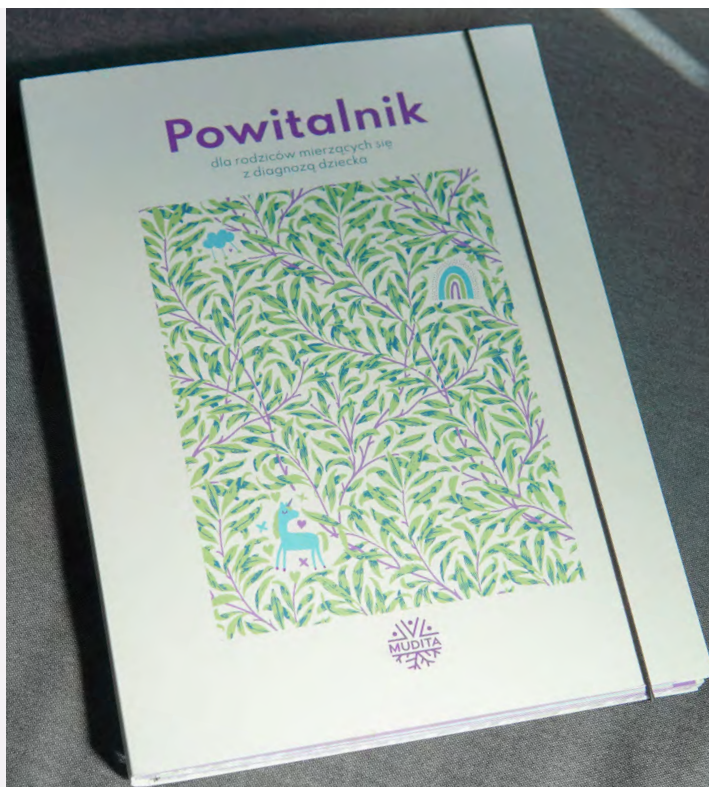
**OSÓB
W GRUPACH WSPARCIA**

Powitalnik

dla rodziców mierzących się
z diagnozą dziecka

POWITALNIK

dla rodziców otrzymujących diagnozę dziecka



PONAD

2000

POBRAŃ ZE STRONY

OKOŁO

400

EGZEMPLARZY W SZPITALACH
I PRZYCHODNIACH

POMOC OSOBOM UCHODŹCZYM Z UKRAINY

ponad 3000 osób objętych wsparciem

Infolinia

1423 interwencje

Integracyjny Punkt Wsparcia

1217 osób

Schronienie w punkcie recepcyjnym

226 osób

Wielosektorowe wsparcie w punkcie recepcyjnym

517 osób

Asystentura mobilna

1177 interwencji / 430 osób

3693 godziny pomocy

Wsparcie psychologiczne

551 konsultacji / 470 osób

Lekcje języka polskiego

182 osoby

Aktywizacja zawodowa

30 osób



ASYSTENTURA WYTCHNIENIOWA

Zapewniamy pomoc wolontariuszy i wolontariuszek w opiece nad dzieckiem lub dorosłą osobą z niepełnosprawnością.

Dzięki 2-3 godzinom wsparcia wytchnieniowego w tygodniu rodzice i inni członkowie rodzin osób z niepełnosprawnością mogą odpocząć, załatwić dawno zaniedbane sprawy i zatroszczyć się o siebie.



WOJEWÓDZTW



RODZINY OBJĘTE WSPARCIEM

Nawiązujemy współpracę z uczelniami wyższymi, które prowadzą kierunki takie jak psychologia i pedagogika. Dzięki temu w programie wytchnieniowym można realizować praktyki studenckie.

ASYSTENTURA WYTCHNIENIOWA

W 2023 roku rozwinęliśmy zespół koordynatorek regionalnych, które stopniowo budowały zespoły wolontariatu wytchnieniowego w kolejnych województwach.



Koordynatorki regionalne oraz osoby wolontariackie uczestniczą w szkoleniach, korzystają z superwizji oraz organizują spotkania zespołów wojewódzkich w celu integracji i wymiany doświadczeń.

Małgorzata Grosfeld - koordynatorka generalna programu wytchnieniowego została wyróżniona I. miejscem w konkursie Koordynator Roku Korpusu Solidarności.





LATAJĄCE SPA

Dla mam i innych osób opiekujących się swoimi bliskimi z niepełnosprawnością organizujemy sesje Latającego Spa. Jest to chwila tylko dla siebie w postaci masażu, fryzjera lub wybranej usługi kosmetycznej.

W 2023 ROKU Z LATAJĄCYM SPA DOTARLIŚMY DO 115 OSÓB Z 67 MIEJSCOWOŚCI!

Większość sesji Latającego Spa zorganizowaliśmy dla mam dzieci z niepełnosprawnościami w Krakowie i Warszawie, ale ze wsparcia skorzystały również osoby z mniejszych miejscowości. Dotarliśmy m.in. do Wrocławia, Torunia, Opola, Malawy, Staszowa, Rumi czy Sochaczewa.

DLACZEGO SPA?

Bliscy osób z niepełnosprawnością nie mają ponadludzkich mocy. Są zwyczajnymi osobami postawionymi w ekstremalnej sytuacji. Ich rola została sprowadzona do bezpłatnych, całodobowych opiekunek lub opiekunów. Często nie mają przestrzeni do zadbania o siebie i pomyślenia o swoich potrzebach. Albo czują z tego powodu poczucie winy, bo spotykają się z krytyką, gdy myślą o kimś innym niż ich dzieci lub inni bliscy wymagający wsparcia.

DO LATAJĄCEGO SPA DOŁĄCZYŁO PONAD 30 FIRM ORAZ OSÓB PRYWATNYCH, KTÓRE WSPARŁY PROJEKT USŁUGAMI Z ZAKRESU FIZJOTERAPII, MASAŻY, KOSMETOLOGII I BRANŻY BEAUTY.

Projekt w 2023 roku został dofinansowany przez Euroclear Kraków oraz King Baudouin Foundation.





WYDARZENIA WYTCHNIENIOWE

Zorganizowaliśmy ponad 200 wydarzeń dla rodzin osób z niepełnosprawnością!

W Warszawie, Krakowie i Poznaniu odbyły się 174 spotkania integracyjne, wytchnieniowo-kulturalne dla osób uchodźczych oraz polskiej społeczności. Wzięło w nich udział 420 osób.

Dodatkowo w 5 miastach (Warszawie, Krakowie, Poznaniu, Gdańsku, Wrocławiu) zorganizowaliśmy 30 wydarzeń z warsztatami, strefami relaksu, spotkaniami przy kawie i animacjami dla dzieci.

Skorzystało z nich 115 osób - przede wszystkim mam dzieci z niepełnosprawnością.

200

WYDARZEŃ

500

OSÓB UCZESTNICZĄCYCH

WYDARZENIA WYTCHNIENIOWE

POZNAŃ

3 Wieczorki Wytchnieniowe,
wyjście do Centrum Szyfrów Enigma,
warsztaty radzenia sobie ze stresem.



GDAŃSK

3 wydarzenia wytchnieniowe, pikniki
i warsztaty rękodzieła ze strefą
zabaw dla dzieci i asystą dla osób
z niepełnosprawnością.



WROCŁAW

2 spotkania dla mam dzieci
z niepełnosprawnościami - strefa
relaksu z masażami oraz warsztaty
makijażu.





KRAKÓW

Zorganizowaliśmy 3 całodzienne wydarzenia wytchnieniowe dla rodzin we współpracy z firmą CISCO Kraków.

Co miesiąc zapraszaliśmy mamy uczestniczące w naszych projektach na spotkania przy kawie, wymianę umiejętności, warsztaty kreatywne i rozwojowe lub strefy relaksu.

Co 2 tygodnie kobiety z doświadczeniem uchodźczym i niepełnosprawnością spotykały się na Wytchnieniowej Kawie w Kawiarni-Księgarni NIĆ.

Organizowaliśmy spotkania integracyjne w naszym Punkcie Recepcyjnym, m.in. Dzień Dziecka, Dzień Uchodźcy pod hasłem "Wszyscy jesteśmy dziećmi migrantów", spotkanie wigilijne dla mieszanek i mieszkańców punktu.



WARSZAWA

Zorganizowaliśmy 132 wydarzenia integracyjno-wytchnieniowe, dostępne dla osób z niepełnosprawnościami oraz ich rodzin w języku polskim i ukraińskim.

Dla dzieci

- arteterapia
- warsztaty teatralno-artystyczne
- dogoterapia i felineoterapia

Dla rodziców

- czas na kawę i rozmowy
- warsztaty rozwojowe i twórcze

Dla dorosłych

- joga
- WenDo
- rękodzieło
- śpiewanki
- Klub Seniora

Dla rodzin

- Dzień Dziecka, Dzień Uchodźcy
- Mikołajki
- warsztaty w Centrum Wielokulturowym
- wyjścia w ciekawe miejsca; do muzeów, na przedstawienia, parku trampolin, parku linowego, pikniki nad Wisłą, wycieczki do Łazienek Królewskich czy Ogrodu Świąteł w Wilanowie

Z okazji Dnia Kobiet już 3 raz zorganizowaliśmy Strefę Relaksu z masażami i warsztatami relaksacyjnymi w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 20 na warszawskim Bemowie.

DOSTĘP DO KULTURY

Dbamy o dostępność w szerokim wymiarze, zapewniając opiekunom i opiekunkom osób z niepełnosprawnościami możliwość uczestniczenia w życiu społecznym i kulturalnym.

We współpracy z Muzeum Narodowym w Krakowie zrealizowaliśmy projekt "Czas dla nas. Spotkania wytchnieniowe w Muzeum".



W Krakowie i w Warszawie osoby z niepełnosprawnościami wraz z rodzinami z Polski i Ukrainy brały udział w spacerach pozwalających na poznanie miasta i wycieczkach do miejsc kultury i rozrywki, m.in. do Muzeum Krakowa, Ogrodu Doświadczeń im. Stanisława Lema, Muzeum Sztuki Współczesnej MOCAR, Muzeum Historii Żydów Polskich POLIN, Muzeum Domków dla Lalek, Be Happy Muzeum, Art Box Experience, Centrum Nauki Kopernik, Watershow Cyrk na Wodzie.

Rodziny i osoby wolontariackie zaangażowanie w nasze projekty wytchnieniowe zaprosiliśmy na spektakle do Teatru Capitol, Teatru Polonia czy Teatru Niewielkiego.

W Warszawie uczestniczyliśmy w Festiwalu Kultury bez Barier, zapewniając opiekę/asystę podczas wydarzenia w Teatrze Ochoty.



TURNUSY WYTCHNIENIOWE

**W 3 turnusach wytchnieniowych wzięło udział 50 osób!
Towarzyszyło im 29 osób wolontariackich.**

Zorganizowaliśmy dwa wyjazdy wytchnieniowe dla rodzin osób z niepełnosprawnością. Każdy turnus trwał 7 dni i odbył się w ośrodku wypoczynkowym na Warmii. Dodatkowo odbył się turnus we współpracy z Przedszkolem Leśnym w Mariewie.

W otoczeniu pięknej przyrody rodzice mogli odpocząć od codziennej opieki - #leżećipachnieć. Dzieci, młodzież i dorosłe osoby z niepełnosprawnością miały zapewnione codzienne wsparcie i indywidualną asystę przeszkolonych osób oraz różne zajęcia plastyczne, sensoryczne, rozwijające. W trakcie wyjazdów odbywały się rodzinne wycieczki, pikniki i ogniska, wspólne czytanie, gry terenowe i sesja zdjęciowa.

Turnusy to również przestrzeń na to, by rodzice spędzili czas z dziećmi bez obciążenia obowiązkami domowymi i tymi związanymi z terapiami czy rehabilitacją, a także czas spędzony z innymi rodzinami. Wszystkim uczestnikom zapewniliśmy wsparcie psychologiczne - kręgi wsparcia dla rodziców, konsultacje indywidualne, superwizje dla kadry.

Turnusy wytchnieniowe wsparły:

Fundacja BNP Paribas Bank Polska, Fundacja MagoVox, Fundacja Dziewuchy-Dziewuchom, a także osoby prywatne dzięki darowiznom, licytacjom charytatywnym i wpłatom na zrzutkę zorganizowaną we współpracy z Fundacją Pomagam.pl



PÓŁKOLONIE DLA DZIECI

Zorganizowaliśmy półkolonie dla dzieci z niepełnosprawnościami i szczególnymi potrzebami rozwojowymi w Integracyjnym Punkcie Wsparcia!



W 4 turnusach wzięło udział 46 dzieci z Polski oraz z Ukrainy.



46
DZIECI



4
TURNUSY

Współpraca i finansowanie: IOM Poland

POWITALNIK

W styczniu 2023 roku opublikowaliśmy Powitalnik - poradnik dla rodziców, którzy otrzymują diagnozę o możliwej niepełnosprawności swojego nowonarodzonego dziecka.

PONAD
2000
POBRAŃ



PONAD
400
WYDRUKOWANYCH
EGZEMPLARZY
W SZPITALACH
I PORADNIACH



Słowo
serdecznego
powitania

Powitalnik zawiera 150 stron przystępnej wiedzy psychologicznej, dzięki której rodzice i personel medyczny zyskują skuteczne narzędzia pomocy i metody radzenia sobie z emocjami i stresem, zadbania o siebie i o relacje. Publikacja zawiera również informator prawno-finansowy oraz dostęp do sieci wsparcia - Przewodniczek, które przeszły przez doświadczenie diagnozy swojego dziecka i są gotowe towarzyszyć w tym innym rodzinom.

"Powitalnik" powstał i jest upowszechniany dzięki wsparciu Fundacji Stocznia jako Innowacja rozwijana w ramach projektu „Innowacje na ludzka miarę 2. Wsparcie w rozwoju mikroinnowacji w obszarze włączenia społecznego”.

Partnerami projektu są Fundacja Integracja, Humanity in Action oraz Instytut Terapii Funkcjonalnej “Dzielny Miś”.

Publikacja została objęta matronatem Fundacji Rodzic po Ludzku. Uzyskała pozytywną opinię ekspertek z Centrum Zdrowia Dziecka w Warszawie.



WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE

Zapewniamy pomoc emocjonalną bliskim osób z niepełnosprawnością

TELEFON WSPARCIA MUDITA



PRZEPROWADZILIŚMY

263

WSPIERAJĄCE ROZMOWY
TELEFONICZNE!

W Telefonie Wsparcia dla bliskich osób z niepełnosprawnością udzielamy bezpłatnego i anonimowego wsparcia emocjonalnego. Z pomocy Telefonu Wsparcia skorzystały mamy i ojcowie, którzy dopiero usłyszeli diagnozę swojego dziecka, a także osoby, które od wielu lat mierzą się z niepełnosprawnością dziecka (często już dorosłego) albo innej bliskiej osoby - rodzeństwa czy rodziców, którzy utracili sprawność.

GRUPY WSPARCIA ONLINE



PONAD

70

OSÓB SKORZYSTAŁO
Z POMOCY GRUP WSPARCIA!

W grupach wsparcia tworzymy przestrzeń do dzielenia się swoimi przeżyciami i emocjami, a także do wymiany doświadczeń pod kierunkiem osoby prowadzącej z przygotowaniem psychologicznym.

Największym zainteresowaniem cieszyły się grupy dla mam dzieci z niepełnosprawnością, ale z tej formy pomocy korzystali również ojcowie, a także inne osoby opiekujące się swoimi bliskimi.



LOGISTYKA CODZIENNOŚCI



Zespół do zadań specjalnych 007

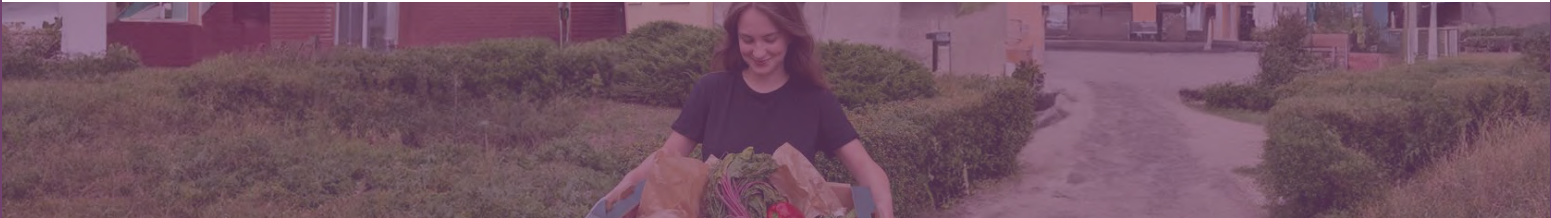
W każdym miesiącu udzielaliśmy wsparcia informacyjnego kilkudziesięciu osobom.

Pomagaliśmy m.in. w szukaniu specjalistów z różnych dziedzin, placówek diagnostycznych, terapeutycznych i edukacyjnych, w formalnościach związanych z orzeczeniami o niepełnosprawności i przysługującymi uprawnieniami czy świadczeniami, w szukaniu opieki lub asysty dla osób z niepełnosprawnością, a także innych sprawach związanych z opieką nad niepełnosprawnym dzieckiem lub innym członkiem rodziny.

Pomocy udzielamy drogą mailową i telefoniczną.

LOGISTYKA CODZIENNOŚCI

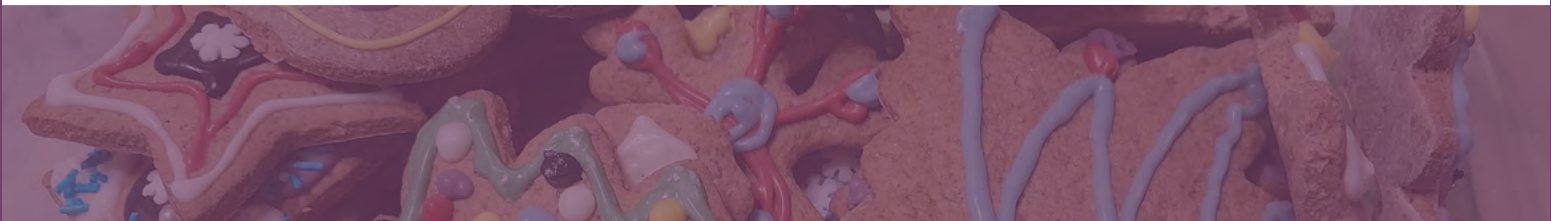
Posiłki Mocy



Dostarczamy rodzinom osób z niepełnosprawnościami owoce, warzywa, pieczywo i inne produkty, które są pełnowartościowe, ale nie zostały sprzedane. Projekt łączy wsparcie z osób, które z powodu braku sprawności swojej lub członka rodziny mają ograniczoną mobilność z ratowaniem żywności przed zmarnowaniem.

Dzięki współpracy z Miejscem Aktywności Lokalnej Żoliborz produkty żywnościowe raz w tygodniu trafiają do kilkudziesięciu rodzin w Warszawie.

Akcja świąteczna “Poczuj Muditę”



80 rodzin otrzymało słodkie wypieki na święta!

W wielkanocnej edycji akcji przekazaliśmy ciasta i ciasteczka 24 rodzinom. Przed świętami Bożego Narodzenia podwoiliśmy ten wynik - pierniczki i inne słodkości trafiły do 56 rodzin.

Do inicjatywy przyłączyło się kilkadziesiąt osób wolontariackich, a także Miejsce Aktywności Lokalnej “Samogłoska” oraz Piekarnia DEJ w Warszawie.



POMOC DLA OSÓB UCHODźCZYCH

Od lutego 2022 zapewniamy wsparcie osobom uchodźczym z niepełnosprawnościami i chorobami przewlekłymi oraz ich rodzinom, którzy uciekają z objętej wojną Ukrainy do Polski.

Udzielaliśmy tymczasowego schronienia oraz wielosektorowego wsparcia, mającego na celu poprawę warunków życia osób dotkniętych konfliktem na Ukrainie mieszkających w Polsce; poprzez wsparcie psychologiczne, prawne, edukacyjne i informacyjne.

Naszym celem było i jest dążenie do integracji i włączania w nasze projekty osoby osoby z doświadczeniem uchodźczym i migranckim.

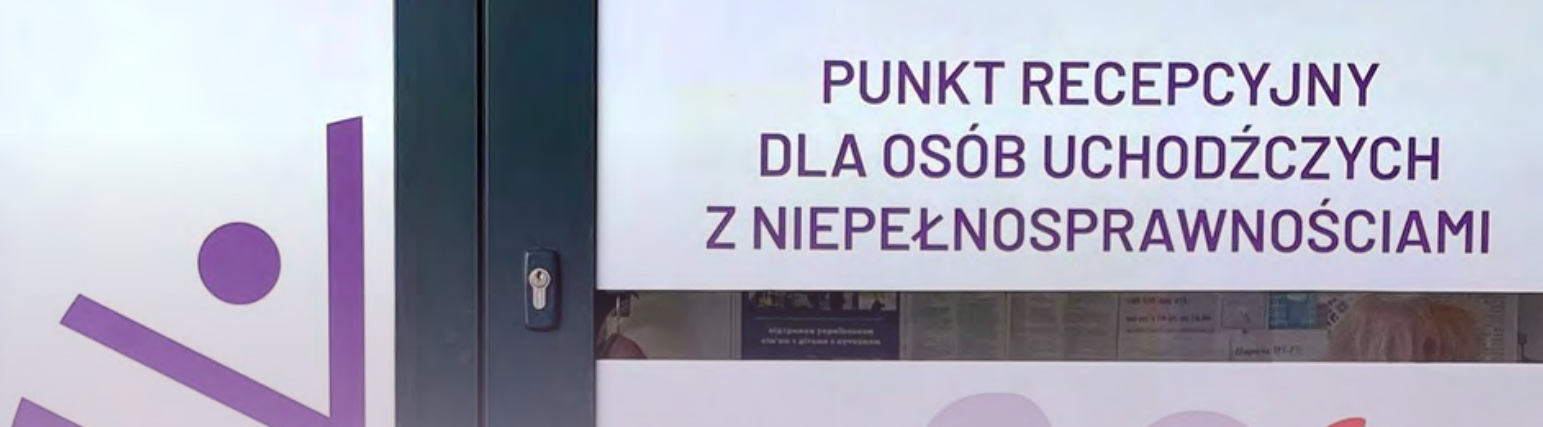
POMOGLIŚMY 3000 OSÓB Z DOŚWIADCZENIEM UCHODźSTWA!

Osoby korzystające z wielosektorowej pomocy były z niej bardzo zadowolone - poziom udzielonego wsparcia oceniły na 4,87 w skali od 1 do 5.

Większość osób (97,4%) uczestniczących w naszym projekcie zadeklarowała, że pomoc humanitarna była dostarczana w sposób bezpieczny, dostępny i odpowiedzialny.



**POZIOM
ZADOWOLENIA**

A photograph of a sign for a reception point for people with disabilities. The sign is white with purple text and is mounted on a dark blue door. To the left of the door, there is a purple graphic element consisting of a circle and a line. The text on the sign reads: "PUNKT RECEPCYJNY DLA OSÓB UCHODźCZYCH Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI".

PUNKT RECEPCYJNY DLA OSÓB UCHODźCZYCH Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

PUNKT RECEPCYJNY W KRAKOWIE

Z pomocy Punktu Recepcyjnego skorzystało 446 osób. 266 osób otrzymało tymczasowe zakwaterowanie wraz z wyżywieniem.

446

OSÓB
SKORZYSTAŁO
Z POMOCY

266

OSÓB
OTRZYMAŁO
SCHRONIENIE

Punkt Recepcyjny przeznaczony był przede wszystkim dla osób, które dopiero przybyły do Polski z Ukrainy i potrzebowały tymczasowego schronienia, dostosowanego do ich szczególnych potrzeb, a następnie – pomocy ze znalezieniem stałego miejsca zamieszkania.

Mieszkańcom punktu zapewnialiśmy pomoc psychologiczną, konsultacje prawne, wsparcie informacyjne w zakresie dostępu do usług medycznych i rehabilitacji, polskiego systemu pomocy społecznej, mieszkalnictwa, warsztaty aktywizacji zawodowej, a także spotkania integracyjne i wytchnieniowe.

Punkt był dostępny architektonicznie, posiadał dostosowane łazienki, komfortkę, specjalistyczne łóżka, piktogramy AAC, a także wsparcie wolontariuszy-asystentów.

To jedyny punkt tymczasowego pobytu dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami i chorobami przewlekłymi w tej części Europy!



INTEGRACYJNY PUNKT WSPARCIA

INTEGRACYJNY PUNKT WSPARCIA

1217 osób otrzymało wsparcie w Integracyjnym Punkcie Wsparcia!

1217 OSÓB
OTRZYMAŁO
WSPARCIE

Wychodząc naprzeciw potrzebie integracji i włączania osób uchodźczych z niepełnosprawnościami i ich rodzin w życie społeczne, uruchomiliśmy Integracyjny Punkt Wsparcia. Miejsce działa od kwietnia 2023 i oferuje pomoc i wydarzenia zarówno w języku ukraińskim, jak i polskim.

W Integracyjnym Punkcie Wsparcia zapewniamy:

- wsparcie psychologiczne,
- konsultacje prawne,
- pomoc w znalezieniu informacji o procedurach związanych z niepełnosprawnością i doświadczeniem uchodźstwa,
- pomoc w szukaniu i rezerwacji wizyt u lekarzy,
- spotkania integracyjne, wytchnieniowe, rozwijające dla dzieci, rodziców, osób starszych
- lekcje języka polskiego,
- warsztaty edukacyjne z różnych dziedzin i podnoszące kompetencje zawodowe.

Projekt będzie kontynuowany w 2024 roku.

WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE DLA OSÓB Z UKRAINY

546 osób uchodźczych otrzymało pomoc psychologiczną!

W Punkcie Recepcyjnym oraz Integracyjnym Punkcie Wsparcia nasze specjalistki udzieliły 470 konsultacji psychologicznych w języku ukraińskim.

Wsparcie było przeznaczone dla osób, które oprócz niepełnosprawności swojej lub bliskiej osoby zmagają się z doświadczeniem uchodźstwa.

W PUNKTACH POMOCOWYCH ZAPEWNILIŚMY:

- **wsparcie prawne dzięki specjalistom ze Stowarzyszenia Interwencji Prawnej,**
- **konsultacje z zakresu orzecznictwa o niepełnosprawności z Fundacją Życie Pełne Możliwości,**
- **anonimowe badania profilaktyczne na HIV, HCV, Kiłę, a także poziom cukru prowadzone przez Stowarzyszenie Profilaktyki Zdrowotnej “Jeden Świat” i Fundację Akceptacja.**



W ramach aktywizacji zawodowej zorganizowaliśmy:

- szkolenia dotyczące szukania legalnej pracy i mające na celu przeciwdziałanie handlem ludźmi z Fundacją A21,
- warsztaty dotyczące podstaw przedsiębiorczości i zakładania działalności gospodarczej z Fundacją Microfinance Centre,
- spotkania rozwojowe z coachingiem kariery.

W odnalezieniu się w Polsce pomagały cykliczne zajęcia, które organizowaliśmy we współpracy z IOM: Kulturalnie po polsku oraz Filmowe z elementami filmoterapii.

Dzięki wsparciu Fundacji Różowa Skrzyneczka oraz CARE 150 kobiet otrzymały zestawy “dignity kits” zawierające m.in. środki menstruacyjne i higieniczne. Mieszkanki i pracowniczki naszego punktu o wzięły udział w badaniach do raportu “Dostęp uchodźczyń i migrantek do opieki ginekologicznej i produktów menstruacyjnych”.



INFOLINIA POMOCOWA

dla osób z niepełnosprawnościami i ich rodzin z Ukrainy

1423 INTERWENCJI
I KONSULTACJI



833



OSOBY SKORZYSTAŁY
Z POMOCY
ZA POŚREDNICTWEM
INFOLINII

Poprzez Infolinię Pomocową udzielamy wsparcia informacyjnego w zakresie:

- spraw urzędowych, związanych z legalizacją pobytu czy uzyskania paszportu,
- uzyskiwania orzeczeń o niepełnosprawności i wynikających z tego uprawnień,
- zapewnienia dostępu do opieki medycznej, placówek rehabilitacyjnych, terapeutycznych,
- zaopatrzenia w sprzęt medyczny,
- szukania dostosowanych mieszkań lub transportu,
- kwestii związanych z opieką nad osobami z niepełnosprawnością.

INFOLINIĘ PROWADZIMY OD MARCA 2022.



Pomoc jest dostępna w językach polskim i ukraińskim, telefonicznie lub mailowo.



ASYSTENTURA MOBILNA

**430 osób skorzystało z pomocy asystentek mobilnych
w Krakowie i Warszawie!**

1177
! INTERWENCJI
POMOCOWYCH

3693
🕒 GODZIN POMOCY
ASYSTENCKIEJ

Asystentki Mobilne pomagają w załatwieniu spraw urzędowych, wypełnieniu wniosków, umówieniu wizyt do lekarza, a także w tłumaczeniach oraz w dotarciu w odpowiednie miejsce.

Dzięki temu osoby z niepełnosprawnością i szczególnymi potrzebami z doświadczeniem uchodźczym zyskują większy dostęp do usług, pomocy społecznej, opieki medycznej, mogą poczuć się bezpiecznie i pewnie w nowej dla siebie rzeczywistości.

NEWSLETTER



Uzupełnieniem wsparcia jest newsletter pisany w języku polskim i ukraińskim, w którym wysyłamy przydatne informacje dla osób z doświadczeniem niepełnosprawności i migracji.

Z newslettera dla osób z Ukrainy korzysta 438 osób.

KAMPANIE EDUKACYJNE

i budujące świadomość w mediach społecznościowych

ZREALIZOWALIŚMY PIERWSZĄ KAMPANIĘ SPOŁECZNĄ, KTÓRA ZWRACA UWAGĘ NA SEKSUALNOŚĆ I BUDOWANIE RELACJI Z CIAŁEM MAM DZIECI Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ.

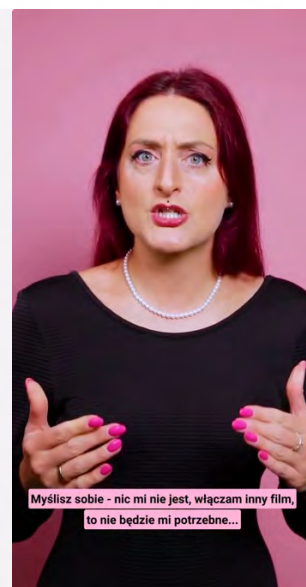


Celem akcji #seksMAM była promocja zdrowia fizycznego i psychicznego mam osób z niepełnosprawnościami oraz podkreślenie, że dbanie o swoją seksualność i relację z ciałem nie jest egoizmem, tematem tabu ani powodem do wstydu.

Kobiety podzieliły się z nami swoimi doświadczeniami i refleksjami na temat tego, jak diagnoza niepełnosprawności dziecka zmieniła ich życie intymne w ramach konkursu realizowanego z marką EasyToys.pl. Historie wzbudziły duże zainteresowanie w mediach społecznościowych.

Do współpracy zaprosiliśmy specjalistki - edukatorki, psycholożki, seksuolożki, coachkę, doułę, terapeutkę pracy z ciałem i fizjoterapeutkę uroginekologiczną. Dzięki temu zorganizowaliśmy warsztat stacjonarny i 5 spotkań online o ciałopozytywności, bliskości i relacjach, coachingu relacyjnym, bliznach po cesarce i akceptacji zmian w ciele po porodzie, wpływie stresu na strefę seksualności. Cztery webinary można znaleźć na naszym kanale na YouTube!

Aga Szuścik - edukatorka ginekologiczna przygotowała dla nas cykl filmów edukacyjnych o zdrowiu intymnym.



KAMPANIE EDUKACYJNE

W SIERPNIU ZORGANIZOWALIŚMY KAMPANIĘ EDUKACYJNĄ “PODRÓŻE DOSTĘPNE I BEZPIECZNE” #podRÓŻNI

Akcja miała na celu zwrócenie uwagi na bariery architektoniczne i dobre praktyki ułatwiające dostępność, a także zwiększenie świadomości o bezpieczeństwie w podróży.

We współpracy z fizjoterapeutką przygotowaliśmy cykl postów oraz spotkanie dla rodziców na temat odpowiedniego doboru fotelików samochodowych dla dziecka z niepełnosprawnością ruchową. Rodzice mogli również skorzystać z bezpłatnego doradztwa na temat zdobycia dofinansowania do sprzętu rehabilitacyjnego.

Partnerem kampanii była firma ARteam Medyczny.

PRZEZ CAŁY WRZESIEŃ NA NASZYCH SOCIALMEDIACH TRWAŁ MIESIĄC Z KULTURĄ GŁUCHYCH.

Opublikowaliśmy cykl postów, który przybliżał sytuację osób Głuchych, ich kulturę głuchych oraz język migowy. Zorganizowaliśmy również webinar o społeczności i kulturze g/Głuchych z Głuchą aktywistką Natalią Siuchtą.

W MEDIACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH ORAZ NEWSLETTERZE PORUSZALIŚMY TEMATY ZWIĘKSZAJĄCE ŚWIADOMOŚĆ NA TEMAT SYTUACJI OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ I ICH OPIEKUNÓW/OPIEKUNEK.

Przez cały rok publikowaliśmy historie mam i rodzin, treści edukacyjne związane z nieodpłatną pracą opiekuńczą, nagłaśnialiśmy brak wsparcia systemowanego i apelowaliśmy o konieczność zmian. Zwracaliśmy uwagę, że prawa osób z niepełnosprawnościami i ich bliskich to prawa człowieka. Przygotowaliśmy listę sposobów, jak wspierać rodziny OzN oraz mapkę kawiarni i innych miejsc, które wspierają osoby z niepełnosprawnościami.

FACEBOOK - 10000 OBSERWUJĄCYCH
INSTAGRAM - 4100 OBSERWUJĄCYCH
NEWSLETTER - 550 SUBSKRYPCJI

DZIAŁANIA EDUKACYJNE

Olga Knapik i Marta Wiaderkiewicz są współautorkami szkolenia online w Akademii Migracyjnej - "Wsparcie osób z grup szczególnie wrażliwych"



Poprowadziliśmy szkolenie stacjonarne o wsparciu osób uchodźczych z niepełnosprawnościami dla Danish Refugee Council i dwunastu organizacji partnerskich.

Magdalena Kolczyńska - inicjatorka "Powitalnika" wzięła udział w rozmowie online "Kiedy oczekiwanie nie jest radością... czyli jak wspierać rodziców mierzących się z diagnozą nowo narodzonego dziecka" z Fundacją Rodzic Po Ludzku i Fundacją Stocznia.



Prowadzimy warsztaty o komunikacji oraz wspieraniu osób z niepełnosprawnościami, m.in. dla firmy CISCO oraz IOM Polska.

W ramach współpracy z "Mapuj Pomoc" (Fundacja CultureLab) prowadziliśmy wykład w cyklu na temat kwestii prawnych dotyczące uchodźców z Ukrainy z niepełnosprawnościami w cyklu #PoMOCna kawa.

Olga Ślepowrońska - nasza wiceprezeska i psycholożka wzięła udział w debacie „Wykluczeni wśród wykluczonych” dotyczącej sytuacji wymagających wsparcia 24h na dobę osób ze spektrum autyzmu i ich opiekunów.



Zorganizowaliśmy otwarty webinar : "Praca i komunikacja z osobami z niepełnosprawnością intelektualną i autyzmem. Samoregulacja emocji i radzenie sobie ze stresem".

DZIAŁANIA RZECZNICZE

na rzecz praw obywatelskich oraz praw kobiet i mające na celu poprawę sytuacji OzN i ich opiekunów/opiekunek

Koordinujemy spotkania Zespołu ds Praw Opiekunek i Opiekunów w ramach inicjatywy Nasz Rzecznik.

W ramach inicjatywy wraz z innymi organizacjami opracowaliśmy i przedstawiliśmy listę potrzeb i postulatów rodzin Osób z Niepełnosprawnościami Rzecznikowi Praw Obywatelskich.

WSPÓŁPRACE

Dołączyliśmy do projektu „Ukraine crisis: disability inclusive response and recovery” prowadzonym przez Polskie Forum Osób z Niepełnosprawnościami i inne organizacje

Wraz ze 103 organizacjami współtworzymy Regional Response Refugee Plan UNHCR Polska.

Wzięliśmy udział w Forum Współpracy i Integracji organizowanym przez Konsorcjum Migracyjne.

WYRÓŻNIENIA

Olga Ślepowrońska dołączyła do Ashoka Fellows - międzynarodowej społeczności innowatorek i innowatorów społecznych.

Otrzymaliśmy Medal Przyjaciół Integracji.



DONORZY I PARTNERZY

Americares
CARE International
CISCO Kraków
CRIDO
Danish Refugee Council
Dąbrowski i Wspólnicy sp. k.
Dentons Europe
Euroclear Bank
Fundacja Akcja Menstruacja
Fundacja Ashoka w Polsce
Fundacja Avalon
Fundacja BNP Paribas - BNP Paribas Bank Polska S.A.
Fundacja im. Batorego
Fundacja Integracja
Fundacja MagoVox
Fundacja Pomagam.pl
Fundacja Q
Fundacja Różowa Skrzyneczka
Fundacja Stocznia
Fundacja Zustricz
Fundusz Feministyczny
Global Fund for Children
Humanity in Action

IKEA Retail Sp. z o.o.
Inicjatywa "Nasz Rzecznik"
Instytut Terapii Funkcjonalnej "Dzielny Miś"
International Organization of Migration
King Baudouin Foundation
Ogólnopolska Federacja Organizacji Pozarządowych
Organizacja Innowatorów Społecznych
Organizacja WADI
Plan International
Polska Akcja Humanitarna
Polskie Forum Osób z Niepełnosprawnościami
Rossmann SDP. Sp. z o.o.
SOS Wioski Dziecięce
Stichting Vluchteling
Stowarzyszenie Interwencji Prawnej
Stowarzyszenie Wiosna
The German Federal Foreign Office
UADO
Unitarian Universalist Service Committee
United Nations High Commissioner for Refugees
Urząd Miasta Krakowa
VOICE Amplified
World Health Organization

ALOHA Studio, Alter Pilates Studio, ARteam Medyczny, Bambus i Zdrowie - holistyczna praca z ciałem, BellaCiało, Birdy Candles, Chwila Spokoju, Dobre Miejsce, Dobrostan, Dom Matki w Warszawie, Dotknięcie - Anna Gregorczyk, Dotyk Słońca, Ekipa Masująca, Face Joga, Fizjobalans Marcin Sowula, Fundacja "Tymczasem u Magdy", Fundacja A21 Poland, Fundacja Akceptacja, Fundacja Czerwone Noski, Fundacja Microfinance Centre, Fundacja Nagle Sami, Fundacja Sto Przygód Afrodyty, Fundacja Wspólny Stół, Fundacja Życie Pełne Możliwości, Gabinet Kosmetyczny Joanna Żurawska, GMRonczek, Internationaler Bund Polska, Jacob Masaże, Katalog Marzeń, Kawiarnia-Księgarnia NIĆ Kraków, Małgorzata Jackowska - dietetyka dla mam i dzieci, MANOS - Terapia manualna i masaż, Manufaktura Urody Iwona Rębiś, Mapuj Pomoc, Marianna Dul - Personal Beauty Advisor, Masaże Janusz Kwiatkowski, Migrant Info Point, NANA Maluje, NGO Forum RAZEM, O3 - Optyk Okulista Optometrysta, Passion - Pracownia Fryzur, Stylizacji i Wizażu, Paula Ronowska. Spokojne Studio Masażu, Piekarnia DEJ, Po-dzielnia w Poznaniu, Pogotowie Rehabilitacyjne, Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 20 w Warszawie, Przedszkole Leśne w Mariewie, Przestrzeń Cudów, PSONI Gdańsk, RefleksOlga, Refleksoterapia stóp. Masaż. Iwona Abramowicz, Salon Fryzjerski Barlington, Sandra Skóra Masaże Relaksacyjne w Twoim Domu, Satina Face & Body, Stowarzyszenie Interwencji Prawnej, Stowarzyszenie Profilaktyki Zdrowotnej Jeden Świat, Strefa Dotyku, Szczęście i spółka, Szelest Ciszy, Sztuka Spokoju, Urząd Pracy Miasta Stołecznego Warszawa, Wytchnienie - ruch / dotyk / spotkanie, Zrzutka.pl

KULTURA Z WIELKIM SERCEM

Art Box Experience Warszawa, Be Happy - Muzeum Szczęścia i Iluzji Kraków, Be Happy - Muzeum Szczęścia i Iluzji Warszawa, Centrum Nauki Kopernik, Centrum Szyfrów Enigma Poznań, Centrum Wielokulturowe Warszawa, Czasoprzestrzeń, Hangar 646, Królewski Ogród Światła, Miejsce Aktywności Lokalnej na Żoliborzu w Warszawie, Miejsce Aktywności Lokalnej Samogłoska w Warszawie, Miser Art, Multikino w Warszawie, Muzeum Domów Lalek, Gier i Zabawek, Muzeum Historii Żydów Polskich POLIN, Muzeum Iluzji Kraków, Muzeum Inżynierii i Techniki Kraków, Muzeum Kopernika, Muzeum Krakowa, Muzeum Narodowe w Krakowie, Muzeum Nowej Huty w Krakowie, Muzeum Sztuki Współczesnej MOCAK, Muzeum Witrażu Kraków, Ogród Doświadczeń im. Stanisława Lema, Park Trampolin Warszawa, Przystanek Pireus, Teatr Capitol, Teatr Ludowy Kraków, Teatr Niewielki, Teatr Ochoty, Teatr Polonia, Teatr Tut Kids, Watershow Cyrk na Wodzie Kraków, Watershow Cyrk na wodzie Warszawa

KONTAKT

kontakt@stowarzyszeniemudita.pl
+48 794 427 468

ul. Jaracza 24/31,
31-216, Kraków

NIP 9452234422
Regon 385646873

Numer konta
13 1090 2053 0000 0001 4450 9513

