



GCK BB 17/2021

REFERENCJE

dotyczące zajęć prowadzonych przez trenera mgr. Dorotę Wojtczak

Współpracę z Panią Dorotą Wojtczak rozpoczęliśmy jako instytucja tj. Gminne Centrum Kultury w Białych Błotach w ramach realizowanego od II połowy 2020 r. wspólnie ze Szkołą Podstawową im. Mariana Rejewskiego w Białych Błotach na terenie gminy projektu unijnego. Napisaliśmy ten projekt zakładając, iż jeden z jego elementów musi zawierać wsparcie odnośnie dobrostanu psychicznego dorosłych mieszkańców naszej gminy. Ponieważ sama uczestniczyłam w kursie MINDFULLNES prowadzonym przez panią Dorotę Wojtczak naturalne było zaproszenie właśnie jej do realizacji zaplanowanych działań.

Po konsultacjach z panią Dorotą rozpoczęliśmy kursy MINDFULLNES dopasowane do tematyki problemów wyrażanych przez mieszkańców w oparciu o certyfikowany program. Zaprosiliśmy do udziału różnych mieszkańców, a jedną z grup była kadra kierownicza naszej gminy. Sama uczestniczyłam właśnie w tym kursie i uważam że, był ogromnie potrzebny pracownikom kadry zarządzającej zmagającej się na co dzień z wysokim poziomem stresu, presją czasu i odpowiedzialności.

Pani Dorota Wojtczak zgodnie z celami zawartymi w projekcie poprowadziła kursy wyposażając uczestników w narzędzia pozwalające mierzyć się skutecznie ze stresem. Pomogła spojrzeć świeżym spojrzeniem na dotykające problemy i zmierzyć się z nowymi, pojawiającymi się obecnie wyzwaniami.

Z opinii uczestników można wywnioskować, że nasze założenia odnośnie oddziaływań w zakresie profilaktyki zdrowia psychicznego udało się poprzez uczestnictwo w kursach prowadzonych przez panią Dorotę zrealizować. Biorąc pod uwagę odmienną wyzwań w obecnych czasach takie kursy stają się wręcz niezbędne. Mogą a nawet powinny być prowadzone z różnymi grupami wiekowymi, zawodowymi, społecznymi, i.t.d. Począwszy od pracowników wyższego szczebla, kadr zarządzających, nauczycieli, administracji po seniorów na pracownikach fizycznych kończąc. Do dnia dzisiejszego odbyły się IV cykle dwugodzinnych spotkań realizowanych w formule 2 godz/tygodz w ciągu dwóch miesięcy. Łącznie zaplanowanych jest VI cykli spotkań. W związku obostrzeniami część kursów odbywa się w formule on-line, która jest alternatywą do tradycyjnych spotkań i sprawdza się zupełnie dobrze. W ciągu trwania tego projektu od dnia 25.09.2020-23.04.2021 w warsztatach Mindfulness weźmie udział około 72 mieszkańców gminy Białe Błota.

Poziom merytorycznej wiedzy osoby prowadzącej, wysoka kultura osobista, zindywidualizowany przekaz oraz umiejętność nawiązania niewymuszonych przyjaznych relacji wśród uczestników kursów to wszystko czyni prowadzącą mgr Dorotę Wojtczak wyjątkowym fachowcem w obszarze ludzkiego dobrostanu psychicznego. Do dnia dzisiejszego odbyły się IV cykle dwugodzinnych spotkań realizowanych w formule 2 godz/tygodz w ciągu dwóch miesięcy. W ciągu trwania tego projektu u w warsztatach weźmie udział około 72 mieszkańców gminy Białe Błota.

Z pełną odpowiedzialnością mogę polecić prowadzone przez panią Dorotę warsztaty i zajęcia jednocześnie rekomendując ich wysoki poziom na płaszczyźnie merytorycznej jak i organizacyjnej.

Organ powołujący LOWE



WÓJT
Dariusz Fundator

Wójt Gminy Białe Błota Dariusz Fundator

Realizator projektu



DYREKTOR
Gminnego Centrum Kultury
Violetta Drązkowska

Dyrektor GCK BB Violetta Drązkowska