

Portal Województwa Lubuskiego



XIII Lubuski Kongres Kobiet: stoiska pełne pasji, zdrowego stylu życia i wsparcia!



Kategoria - Promocja Regionu

Data publikacji -1 października 2022 godz. 12:34

Lubuski Kongres Kobiet to nie tylko dyskusje o sprawach społecznych i politycznych, które dotyczą Lubuszanek, Polek czy obcokrajowczyń. To także możliwość poznania kobiet z pasją i gotowych do pomocy.

W trakcie sobotniego XIII Lubuskiego Kongresu Kobiet przed Salą Kolumnową Urzędu

Marszałkowskiego pojawiły się stoiska z rękodziełem, m.in. torebkami, saszetkami czy portfelami. – Szyję przede wszystkim patchworki, ale one są zbyt duże, żeby je tutaj pokazać. Podróżuję na takie imprezy ze stoiskiem pełnym kosmetyczek, torebek, małych portfelików, piórników. Wszystko z tkanin, bardzo często z tkanin pochodzących z recyklingu, bo ta idea jest mi szalenie bliska. Szyję już ponad trzydzieści lat, a firmę prowadzę od ośmiu – mówi **Katarzyna Perek-Samosiuk, właścicielka Pracowni „Ino Ino”**.

Szycie to... sposób na życie. Nie tylko dla kobiet!

Samodzielne szycie to zajęcie, które staje się coraz bardziej popularne, wśród osób w różnym wieku. To, że można na nim zarabiać, jest dodatkową motywacją. – Najlepszym przykładem jest moja przyjaciółka, która kiedyś szukała zajęcia. Spytała, czy mogę zacząć uczyć ją szyc. I tak zrobiłyśmy. Bardzo szybko pojęła o co chodzi i bardzo szybko uszyła swój pierwszy, wielki patchwork w prezencie dla siostry. W wielu sprawach szycia dawno temu już mnie przerosła. „Zaraża” też tą ideą innych. Staramy się uczyć też młodszych, zarówno dzieci naszych przyjaciół, jak i dzieci w szkołach i przedszkolach – dodaje rękodzielniczka.

Katarzyna Perek-Samosiuk podkreśla, że szycie jest pasjonującą, ale i pożyteczną umiejętnością. Na warsztatach dla dzieci do szycia przyłączały się ich mamy, które wcześniej nie miały okazji nauczyć się „obsługi” igły i nici czy maszyny do szycia.

Na kongresie panie mogły w sobie obudzić pasję do rękodzieła, biorąc udział w warsztatach „Pani Jesień”, które poprowadziła **Dorota Kowalczyk-Krzywda** z pracowni Białe Tulipany. Było to m.in. malowanie ekotoreb farbami akrylowymi i ozdabianie płytek ceramicznych metodą decoupage.

Mamy swoje prawa. I osoby, które udzielają pomocy

Lubuski Kongres Kobiet umożliwia również skorzystanie z porad medycznych, pomocy psychologicznej czy prawnej oraz poznanie organizacji, które się tym zajmują. Ponad 20-letnie doświadczenie we wsparciu pań ma **Lubuskie Stowarzyszenie na Rzecz Kobiet „BABA”**. – Jesteśmy na kongresie po to, by pokazać, że istnieją stowarzyszenia nakierowane na pomoc kobietom. Zajmujemy się pomocą psychologiczną i prawną, szczególnie jeśli występuje przemoc – psychiczna, fizyczna czy ekonomiczna. Mogą się do nas zgłosić wszystkie mieszkanki województwa lubuskiego. Zawsze ta pomoc zostanie udzielona – wyjaśnia **wolontariuszka Claudia Karwicka**.

Wolontariuszka „BABY” przyznaje, że w ostatnim czasie wzrosła świadomość kobiet na temat możliwości korzystania z pomocy. – Coraz częściej kobiety się do nas zgłaszają. Kiedyś niestety bardzo powszechne było ukrywanie takich problemów, dzisiaj kobiety wychodzą z nimi i nie pozwalają na takie traktowanie. To pokazuje, że kobiety potrafią zadbać o siebie, o bezpieczeństwo swoje i swojej rodziny. Oby tak dalej – mówi Claudia Karwicka.

– Mamy też zgłoszenia od osób, które są bliskie poszkodowanym. Wtedy możemy udzielić informacji, do jakich osób można się zgłosić, jakie środki należy podjąć.

Wszystko zależy od konkretnego przypadku – czy to jest przemoc psychiczna, czy fizyczna, czy występuje np. alkohol. Wtedy możemy dobrać odpowiednie środki pomocy – tłumaczy wolontariuszka. Stowarzyszenie „BABA” świadczy pomoc z poszanowaniem prywatności, zachowuje dyskrecję i empatię, rozwiązując problemy kobiet. Porad prawnych udzielał Zespół Kobiet Lubuskiej Adwokatury przy Okręgowej Radzie Adwokackiej w Zielonej Górze. Lubuskie adwokatki i aplikantki adwokackie odpowiadały na pytania, zarówno dotyczące różnych problemów prawnych, jak i wykonywanego przez siebie zawodu.

Przedstawicielki Okręgowej Rady Adwokackiej były aktywnie zaangażowane w pomoc osobom biorącym udział w Strajku Kobiet. Pomagały też uchodźcom wojennym z Ukrainy. Wykonywały tę pracę społecznie, jako wolontariuszki. Stale włączają się w akcje, które dotyczą idei równości i praw człowieka.

Pamiętajmy o profilaktyce

Zielonogórskie Stowarzyszenie Amazonek, Szpital Uniwersytecki w Zielonej Górze czy lubuski oddział NFZ przypomnieli kobietom o tym, jak zadbać o własne zdrowie. Panie mogły zbadać poziom cukru we krwi, ciśnienie tętnicze i nauczyć się samobadania piersi. O profilaktyce nowotworów mówiły też **przedstawicielki Departamentu Ochrony Zdrowia Urzędu Marszałkowskiego**. Zwróciły uwagę na regionalne programy badań, m.in. takie jak „Cytologia, mammografia do lubuskich kobiet trafia”.

Porad nt. zdrowia i urody udzielał m.in. **Klub Zdrowego Stylu Życia „20-stka”** oraz **Danuta Stankiewicz** prowadząca ziołową aptekę.