

DOBRO-STAN. CELEBRACJA

Plener dla osób pracujących z ludźmi i społecznościami

21–25 września 2026

Bałtycka Galeria Sztuki Współczesnej, Ustka, ul. Zaruskiego 1a

„Dobro-stan. Celebracja” to pięciodniowy plener skierowany do osób, które na co dzień pracują z ludźmi, grupami i społecznościami. Zapraszamy osoby zajmujące się edukacją, kulturą, animacją społeczną, pomocą społeczną, działalnością organizacji społecznych, a także osoby, które w różny sposób tworzą i wspierają lokalne wspólnoty.

Plener jest propozycją zatrzymania się na kilka dni, odpoczynku i wymiany doświadczeń. Punktem wyjścia jest pytanie o to, czego potrzebujemy, aby zachować uważność, energię i ciekawość do dalszego działania. Nie proponujemy jednej, gotowej recepty na dobrostan. Chcemy stworzyć warunki do regeneracji, spotkania i przyjrzenia się praktykom, które mogą wspierać pracę z innymi.

W trakcie pobytu będziemy przyglądać się budowaniu wspólnoty, pielęgnowaniu więzi, współzależności i wzajemnej trosce. Wykorzystamy doświadczenia i narzędzia związane ze sztuką, naturą, ruchem, oddechem, pracą z materiałem, rozmową i wspólnym stołem. Nadmorskie otoczenie Ustki stanie się przestrzenią do wspólnego działania, odpoczynku i wymiany doświadczeń.

Program ma charakter ramowy. Nie jest sztywnym harmonogramem — będzie uwzględniał potrzeby grupy, warunki pogodowe oraz przestrzeń na spontaniczne działania i indywidualny odpoczynek. Zależy nam na stworzeniu warunków sprzyjających obecności, regeneracji, relacjom i wspólnemu doświadczeniu, m.in.:

Kąpiel leśna (shinrin-yoku) z Pamelą Bożek — praktyka uważnego bycia w lesie i zwalniania tempa, pozwalająca przyrzeć się własnemu samopoczuciu oraz relacji z otoczeniem.

Warsztat symfonii oddechowej, plaża i woda z Dobrawą Borkałą — działania oddechowe oraz doświadczenia związane z floatingiem, kierujące uwagę na ciało i jego potrzeby.

Wspólny stół z Food Think Tank — jedzenie i wspólne gotowanie jako sposób na spotkanie, rozmowę, budowanie relacji i celebrowanie wspólnego czasu.

Warsztaty ceramiczne w pracowni Michała Żesławskiego w BGSW w Ustce — praca z materiałem i rękami, pozwalająca zwolnić tempo i skupić się na własnym doświadczeniu.

Gościnnie: spotkanie z Danielą Mediną Poch — rozmowa o relacjach między ludźmi i środowiskiem, współzależności oraz sposobach bycia razem z tym, co nas otacza. Spotkanie odbędzie się w języku angielskim.

Dla kogo?

Zapraszamy szczególnie osoby, które w swojej pracy zawodowej lub społecznej:

- pracują z grupami i społecznościami,
- zajmują się edukacją, wychowaniem lub animacją społeczną,
- pracują w kulturze,
- wspierają osoby i grupy w ramach pomocy społecznej,
- działają w organizacjach społecznych,
- tworzą, rozwijają lub wspierają lokalne wspólnoty,
- na co dzień organizują, uczą, słuchają, wspierają, opiekują się innymi lub dbają o relacje społeczne.

Plener jest skierowany do osób, dla których praca z innymi jest ważną częścią codzienności i które chcą przeznaczyć kilka dni na regenerację, spotkanie oraz wymianę doświadczeń z osobami działającymi w podobnych obszarach.

Najważniejsze informacje

Termin: 21–25 września 2026

Miejsce: Bałtycka Galeria Sztuki Współczesnej, ul. Zaruskiego 1a, Ustka

Zgłoszenia: do 7 września 2026: <https://forms.cloud.microsoft/e/Pbr17KEYCC>

Kontakt: Małgorzata Różańska, m.rozanska@bgsw.pl

Plener realizowany w ramach projektu **NAWZAJEM**. Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego w ramach programu Narodowego Centrum Kultury **SYNERGIE. Edycja 2026**.

Osoby współtworzące program

Dobrawa Borkała — artystka wizualna i psycholożka kliniczna, terapeutka EMDR, instruktorka metody oddechowej Buteyko i jogi. Łączy praktyki artystyczne, psychologię oraz pracę z oddechem i ciałem.

Pamela Bożek — artystka, aktywistka i edukatorka, doktora sztuki. Tworzy działania opiekuńcze, edukacyjne i wspólnotowe, koncentrując się na solidarności, dostępności i równości. Współtworzy dział dostępności Zachęty – Narodowej Galerii Sztuki.

Food Think Tank – Tomasz Hartman i Michał Czekajło — twórcy łączący gastronomię, sztukę i działania społeczne. W swoich projektach wykorzystują jedzenie i wspólne gotowanie jako narzędzia budowania relacji i wspólnoty.