Data publikacji: 23.04.2025

AKTUALNOŚCI

Sztuka oddechu i otwarcia na świat

W Areszcie Śledczym w Warszawie-Grochowie nieustannie poszukujemy skutecznych narzędzi wspierających proces resocjalizacji.

Jednym z nich są zajęcia kulturalno-oświatowe, które po raz kolejny odbyły się poza murami jednostki. Dzięki współpracy z Fundacją Człowiek Może grupa skazanych kobiet mogła uczestniczyć w wartościowym wydarzeniu łączącym kontakt ze sztuką i rozwój osobisty.

W ramach wyjścia edukacyjnego osadzone odwiedziły Muzeum Sztuki Nowoczesnej w Warszawie, gdzie zwiedziły wystawę oraz wzięły udział w warsztatach świadomego oddychania. Ekspozycja muzealna stała się pretekstem do refleksji nad tożsamością, pamięcią i wolnością – tematami szczególnie istotnymi w kontekście pracy resocjalizacyjnej. Kontakt z nowoczesną sztuką, nierzadko zaskakującą i skłaniającą do głębszego namysłu, pozwala uczestniczkom spojrzeć na świat i siebie z innej perspektywy.

Drugą część spotkania stanowiły warsztaty oddechowe. Zajęcia te miały na celu wyciszenie, uważność oraz budowanie wewnętrznej równowagi – kompetencji niezwykle przydatnych w procesie zmiany i readaptacji społecznej. W bezpiecznej, otwartej atmosferze kobiety mogły doświadczyć nowej formy pracy z ciałem i emocjami.

Tego rodzaju inicjatywy pokazują, jak istotne jest łączenie edukacji, kultury i rozwoju osobistego w działaniach penitencjarnych. Opuszczenie jednostki choćby na kilka godzin daje nie tylko szansę na chwilę oddechu, ale przede wszystkim wzmacnia motywację do pracy nad sobą i podejmowania konstruktywnych wyborów po odbyciu kary.

Dziękujemy Fundacji Człowiek Może za zaangażowanie i wartościowe wsparcie działań resocjalizacyjnych. Wierzymy, że dzięki takim spotkaniom można realnie wpływać na przyszłość – nie tylko jednostek, ale i całego społeczeństwa.

Tekst: mł. chor. Agata Piekalska

Zdjęcia: por. Agnieszka Cuprzyńska, st. szer. Iga Kuśmirek