

## WYJĄTKOWY BIEG

### Wyjątkowi dla Wyjątkowych

**Serdecznie zapraszamy do udziału w trzech charytatywnych biegach:**

**20.06.2021 Stawy Stefańskiego (bieg pod hasłem „Daj Pan Cegłę”)**

**29.08.2021 Stawy Stefańskiego (bieg pod hasłem „Polej Beton”)**

**25.09.2021 Stawy Stefańskiego (bieg pod hasłem „Rzuć Dachówkę”)**

W organizację biegu, wykonanie medali, przygotowanie poczęstunku zaangażowane są z osoby z niepełnosprawnościami.

W ramach biegów odbędzie się atestowana rywalizacja indywidualna i drużynowa. Drużyna powinna liczyć minimum 5 osób (w tym minimum 1 kobieta). W przypadku chęci startu drużynowego należy w momencie rejestracji na bieg wpisać nazwę drużyny- wszyscy zawodnicy tę samą (np. OSP Koluszki, mieszkańcy ulicy Wdzięcznej itp).

Do rywalizacji drużynowej zapraszamy w szczególności: urzędy i instytucje publiczne, polityków, duchownych, służby mundurowe, organizacje pozarządowe, służbę zdrowia, szkoły i kluby sportowe, przedstawiciele biznesu, placówki wspierające osoby z niepełnosprawnościami (np. ŚDSy, WTZy, DDP).

Dystans biegu głównego: **5 km**. W trakcie biegu można biec, biec z psem, maszerować (również z kijkami nordic walking), uprawiać slow jogging lub jechać na wózku inwalidzkim – każda forma aktywności będzie mile widziana. Zachęcamy do startu w strojach „służbowych” (np. strażacy w mundurach, duchowni w sutannach, politycy w krawatach ;-)

W trakcie imprezy odbędą się również biegi dla dzieci (500m i 250m) oraz piknik rodzinny.

Nagrodą za najlepsze wyniki w cyklu 3 biegów będzie honorowa statuetka „Budowniczy Wyjątkowego Domu” oraz nagrody rzeczowe. Ponadto wyróżnienie otrzymają najliczniejsza drużyna i najszybsza drużyna.

**Zapisy na bieg oraz regulamin na stronie [www.time4s.pl](http://www.time4s.pl)**

**Informacje o kampanii na stronie [www.wyjatkowydom.org.pl](http://www.wyjatkowydom.org.pl)**

Fot.: Komplet medali wykonanych przez osoby z niepełnosprawnościami



## HARMONOGRAM CYKLU

- 14:30 ROZPOCZĘCIE PRACY BIURA ZAWODÓW (wszystkie biegi)
- 15:00 PRZYGOTOWANIE MIEJSCA STARTU/METY I BIURA ZAWODÓW
- 16:45 ZAMKNIĘCIE BIURA ZAWODÓW BIEGI TOWARZYSZĄCE
- 17:00 KIDS A (2015 i młodsi) - 250m
- 17:30 KIDS B (2014 - 2008) - 500m
- 17:30 ZAMKNIĘCIE BIURA ZAWODÓW BIEG GŁÓWNY
- 18:00 START BIEGU GŁÓWNEGO 5km
- 19:00 ZAMKNIĘCIE METY
- 19:00 DEKORACJE, CZĘŚĆ NIEOFICJALNA

**Całość dochodu z biegu zostanie przeznaczona na budowę Wyjątkowego Domu dla osób długotrwale chorujących psychicznie i osób z chorobą Alzheimera.**

# WYJĄTKOWY DOM

## CZYM JEST WYJĄTKOWY DOM?

Wyjątkowy Dom to tak naprawdę trzy domy, to trzy małe kameralne placówki (ok. 30-35 miejsc w każdej z nich) zlokalizowane na trzech kolejnych kondygnacjach dawnej szkoły przy ul. Muncypalnej 4. Będzie on pełnił trzy podstawowe funkcje: pielęgnacyjno-opiekuńczą, aktywizacyjną i usamodzielniającą.

## KTO ZAMIESZKA W WYJĄTKOWYM DOMU?

Osoby długotrwale chorujące psychicznie, które z powodu nasilonych objawów chorobowych nie są w stanie samodzielnie funkcjonować w miejscu dotychczasowego zamieszkania lub mają poważne schorzenia towarzyszące (może to być znaczna niepełnosprawność ruchowa, choroba nowotworowa, problemy neurologiczne i inne). Zapewnimy również miejsca dla osób ze schorzeniami psychicznymi ujawniającymi się w podeszłym wieku (np. choroba Alzheimera).

## DLACZEGO TEN DOM BĘDZIE WYJĄTKOWY?

- 1. Usamodzielnianie** - zaplanowanie drogi powrotu do środowiska dla dobrze funkcjonujących mieszkańców.
- 2. Praca** - damy zatrudnienie osobom niepełnosprawnym – mieszkańcom Domu lub osobom, które zakończyły proces aktywizacji w ZAZ lub WTZ.
- 3. Kontakt ze zwierzętami** - będziemy przyjmować do Domu osoby z ich własnymi zwierzętami, nie dopuścimy do dramatów osób zmuszonych do pozostawienia wieloletniego pupila.
- 4. Zdrowy styl życia i ruch** - posiłki: bez białego cukru, przygotowywane na miejscu ze świeżych, lokalnych oraz nieprzetworzonych produktów. Zorganizujemy zajęcia słow joggingu, jogi, ćwiczenia ze smovey.
- 5. Ekologia** - panele fotowoltaiczne na dachu, efektywny systemie segregacji odpadów w myśl zasad „zero/less waste”.

## ZOSTAŃ BUDOWNICZYM WYJĄTKOWEGO DOMU!

Możesz wpłacić darowiznę (symboliczne 7 zł lub wielokrotność tej kwoty) na konto Santander Bank Polska S.A. 86 1090 2705 0000 0006 7200 0141. Na stronie [www.wyjatkowydom.org.pl](http://www.wyjatkowydom.org.pl) znajdziesz więcej informacji o możliwościach wsparcia tego projektu.