

# Tańczyć każdy może

**Nr 10/214**  
2015

miesięcznik

# Razem z Tobą

osób niepełnosprawnych

[www.razemztoba.pl](http://www.razemztoba.pl)

dostępna także dla niewidomych  
NEWSLETTER DLA CZYTELNIKÓW „RAZEM Z TOBĄ”

Miesięcznik finansowany  
jest ze środków PFRON

Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych

**W numerze nowość!**



Baltic Cup 2015



Studio PM.pl

**W numerze:**

**Idzie senior do lekarza**  
**Zmiany w prawie spadkowym**  
**Dotyk Anioła**

**Nie chcą być dziećmi  
gorszego Boga**

# SPIS TREŚCI

8

## Nie chcą być dziećmi gorszego Boga

„Ost-Surdus” to powstałe niedawno w Ostródzie Stowarzyszenie na Rzecz Wspomagania Osób z Wadą Słuchu i Ich Rodzin. To stowarzyszenie ludzi aktywnych...



24

## Idzie senior do lekarza

Starość nie radość. Potwierdza to dominujący stereotyp starości, który opisuje głównie negatywne strony podeszłego wieku: małą...



30

## Spadki po nowemu

18 października weszła w życie ustawa, nowelizująca prawo spadkowe i wprowadzająca domniemanie przyjęcia spadku z dobrodziejstwem inwentarza w stosunku do...



14

## Dotyk Anioła

Siostra Halina Rydzy, dyrektor w elbląskim Domu Pomocy Społecznej dla dzieci i młodzieży. „Mama” swoich podopiecznych, która każdego dnia walczy o ich życie...



17

## Razem z Tobą przy Tablicy

Szkoła to nie tylko nauka. To przygoda, zabawa i przyjaźń a jedyną niepełnosprawnością w życiu jest złe nastawienie



### Po naukę po pracę:

- Odrodzona niczym feniks z popiołu ..... str. 6
- Spółdzielnia ELSIN doceniona ..... str. 13
- Powstało przedszkole dla niepełnosprawnych dzieci ..... str. 21

### Społeczeństwo:

- Pod eskortą asystenta ..... str. 6
- Działają na rzecz bezdomnych ..... str. 12
- Amazonki świętowały ..... str. 26
- Seniorzy zainaugurowali rok akademicki ..... str. 40

### Zdrowie:

- Warto trenować nasz mózg ..... str. 28
- Dbajmy o naszą psychikę..... str. 29

### Kultura:

- Międzynarodowe Spotkania Artystyczne ..... str. 3

### Prawo:

- Konsumencie masz prawo ..... str. 31

### Sport:

- Tańczyć każdy może ..... str. 36
- Stanęli w szachowo-warcabowe szranki ..... str. 37



## Bez komentarza...

Robi się chłodniej, poranki coraz chłodniejsze, zmrok zapada szybciej niż dotąd, za oknem częściej deszcz niż słońce, drzewa gubią zmieniające kolor liście, a my stajemy przed rozgrzewającymi zziębnięte ciała płomieniami zniczy i w jednej chwili wracamy do miliona wspomnień, setek uśmiechów, uścisków, słów, gestów by po chwili dostrzec bieg czasu, nieubłagane losu i kruchość wszystkiego co nas otacza. Trudno jest nie odnieść się do tych chwil, które co roku wracają do nas w pierwszych dniach listopada. Każdy z nas przeżywa te chwile zgodnie z własnym sumieniem i niech tak pozostanie ze względu na wszystko - nawet coraz większą komercjalizację tego święta. Zadajmy sobie pytanie, czy sami czuliśmy się dobrze, gdyby ktoś z naszych bliskich odwiedzał nas raz do roku – przynosząc przy tym coraz droższe „prezenty”. Z pewnością, znajdą się tacy, co stwierdzą, że przecież te osoby nic nie czują, ich już nie ma, więc o co chodzi...

Niby tak – kto jednak wie...

Ale, mimo wszystko, czy taka jest nasza wdzięczność za to wszystko co minęło, co pozostało we wspomnieniach, co doprowadziło nas do momentu w którym obecnie jesteśmy? Najdroższy znicz, duży doniczkowy kwiat (o zgrozo nawet żywy!) i ta jedna wizyta raz w roku, bo przecież wypada...

*Rafat Sutek*

## Na plus!

W zwyczaju mamy już, że przynajmniej raz w roku staramy się na łamy „Razem z Tobą” wprowadzić jakąś nowość. Pomysłów jest bardzo wiele, lecz tylko nieliczne udaje się doprowadzić do końca i ukazać je czytelnikom. Najczęściej o być albo nie być takich pomysłów decydują nie chęci, a środki finansowe i techniczne, które najczęściej nas ograniczają. Były informatory dla niepełnosprawnych, cieszący się bardzo dużą popularnością dział „Nasze Drogi” w którym ukazywaliśmy sylwetki osób z niepełnosprawnościami. Systematycznie wprowadzamy również zmiany w szacie graficznej gazety. Teraz przyszła pora by wyjść z integracją poza redakcję. Wewnątrz numeru znaleźć można pierwszą odsłonę „wkładki” - Razem z Tobą przy tablicy, którą redagują w całości dzieci i ich opiekunowie z klas integracyjnych elbląskich placówek edukacyjnych, a co miesiąc będą nowi – mali redaktorzy z innej szkoły. Mamy nadzieję, że ta część naszej gazety będzie się stale rozwijała i przypadnie naszym Czytelnikom do gustu.

## Na minus!

Słowa mają wielką moc, potrafią dać nadzieję, poprawić humor, zadać cios lub sprawić, że jesteśmy najszczęśliwsi na świecie...

Za nami bodajże najdłuższy maraton wyborczy jaki w historii mieliśmy. Wybory samorządowe, prezydenckie, do Sejmu i Senatu a po drodze jeszcze referendum. Wydawać by się mogło, że przy takim wyborczym kalendarzu obietnicom nie będzie końca. Tak też było. Niestety mam wrażenie, że lepiej obiecać gruszki na wierzbie niż sprawić by osobom niepełnosprawnym i ich rodzinom żyło się lepiej i godniej. Chyba jednak żądam zbyt wiele. W końcu to polityka, tam nie ma skrupułów...

**Znajdź nas na Facebooku!**  
[www.razemztoba.pl](http://www.razemztoba.pl)

**ELBLAG 2014**  
**ATAK**  
**ELBLAG 1337-2014**

**Wielkanocna Zbiórka Żywności!**

**ważne linki**

- Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych
- Bank Żywności w Elblągu
- Elbląska Rada Konsultacyjna Osób Niepełnosprawnych



## Czym jest stalking i czy muszę go zgłaszać?

Jest to uporczywe nękanie bądź prześladowanie ofiary (z języka angielskiego słowo *stalking*, to skradanie się, naprzykrzanie), które wzbudza u niej uzasadnione poczucie zagrożenia lub narusza jej prywatność. Stalking jest zabroniony przez prawo karne. Osoba, która się go dopuści podlega karze pozbawienia wolności do lat 3. Ściganie tego przestępstwa odbywa się na wniosek pokrzywdzonego. Bez wniosku policja i prokuratura nie podejmą działań.

## Warto obejrzeć

### Film „Chemia” inspirowany walką z rakiem

„Chemia” reżyserii Bartka Prokopowicza to opowieść o ludzkiej bezradności wobec choroby. Inspirowany prawdziwymi wydarzeniami z życia Magdy Prokopowicz, założycielki Fundacji Rak’ n’Roll, która walcząc z rakiem piersi urodziła dziecko.



Okrzyknięty jednym z najlepszych filmów dekady. Poruszająca historia o miłości z walką z nowotworem w tle, ujęta w niekonwencjonalny, oryginalny sposób. Wyciskacz łez, który skłoni do refleksji nad życiem i uzmysłowi, że warto kochać tak jakby jutro miało nie być. Fenomenalna gra aktorska Agnieszki Żulewskiej i Tomasza Schuchardta. Według Hollywood Reporter „Energetyzująca love story o głodzie życia”.

oprac A.K multikino.pl, fot. www.kinobajka.info



## Granat zastrzykiem zdrowia?

**PRAWDA:** Granat już w czasach antycznych uznawany był za symbol długowieczności, płodności i antidotum na wiele schorzeń. Zawiera cenne

elagotaniny- kwas elagowy, który chroni przed nowotworami, gdyż hamuje mutację ich komórek. Owoce granatu to skarbnica witaminy A, E, C i wielu mikroelementów: potasu, jodu, krzemu, magnezu, fosforu, wapnia. Jest doskonałym źródłem beta karotenu i kwasu foliowego. Nie tylko skutecznie walczy z wolnymi rodnikami, ale wspomaga system immunologiczny organizmu. Ponadto korzystnie wpływa na psychikę, pomaga więc osobom narażonym na stres. Wyrównuje poziom cukru we krwi, przeciwdziała impotencji, wspomaga detoksykację, wykazuje działania przeciwzapalne, poprawia koloryt cery i stymuluje syntezę kolagenu. Dodatkowo średnio w 100 gramach granatu jest zaledwie 80 kalorii.

**ZADZWOŃ DO NAS**

Jesteś świadkiem ciekawego wydarzenia? Coś Cię bulwersuje, smuci bądź cieszy?

**Zadzwoń!**  
Czekamy na Twój telefon!

**(55) 232-69-35**

## Listopad/Grudzień 2015

Co ciekawego w kalendarzu...

**18**

listopada

**Światowy Dzień Rzucania Palenia Tytoniu** - Dzień ten, ma już ponad 30-letnią tradycję. Na całym świecie tytoń zabija ponad 5 milionów osób każdego roku – w tym ponad 600 tysięcy osób, które palą biernie, wdychając dym osób palących w najbliższym otoczeniu. W Polsce pali co trzecia osoba.

**1**

grudnia

**Światowy Dzień Walki z AIDS** - obchodzony jest corocznie 1 grudnia w 190 krajach na całym świecie, z inicjatywy Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) od 1988 roku. Ma na celu podniesienie świadomości na temat HIV/AIDS. Symbolem święta jest czerwona wstążka

**3**

grudnia

**Międzynarodowy Dzień Osób Niepełnosprawnych** - Celem obchodów jest m.in. przybliżenie społeczeństwu problemów osób niepełnosprawnych jak również zwiększenie świadomości publicznej o korzyściach płynących z integracji osób niepełnosprawnych w każdym aspekcie życia politycznego, społecznego, gospodarczego i kulturalnego.

# Dobre adresy:



## www.abcd.edu.pl

Portal „ABCD edukacji włączającej” jest częścią projektu „Edukacja, niepełnosprawność, informacja, technologia – likwidowanie barier w dostępie osób niepełnosprawnych do edukacji”

Temat edukacji włączającej budzi w Polsce silne emocje, zarówno części środowisk związanych ze szkolnictwem specjalnym jak również wielu nauczycieli szkół ogólnodostępnych.

Co oznacza nazwa? „ABC” to podstawowe informacje dotyczące zjawiska niepełnosprawności i edukacji osób z poszczególnymi dysfunkcjami. „D” oznacza krok dalej lub dostosowanie. Portal ma zawierać przykłady zaawansowanych rozwiązań związanych z edukacją osób niepełnosprawnych, ma być miejscem wymiany informacji między specjalistami, którzy na co dzień zajmują się tematyką niepełnosprawności.



## miedzyszami.pl

Strona prowadzona jest przez Fundację „Między uszami” z Krakowa, której działa ma na celu uwrażliwienie słyszącej części społeczeństwa na odmienną, ale całkowicie pełnoprawną, tożsamość językowo-kulturową Głuchych. Fundacja promuje filozofię dwujęzyczności odniesieniu do dzieci i dorosłych Głuchych, propaguje informacje na temat polskiego języka migowego, systemu zapisu migów SignWriting oraz innych sposobów komunikowania się z osobami niesłyszącymi. Pracuje także nad nowatorskim programem nauki języka angielskiego dla uczniów niesłyszących i słabosłyszących – „ENGLISH IN HANDS”. Program wykorzystuje kinestetyczne kanały zapamiętywania w miejsce bodźców słuchowych. Dodatkowo uczy podobieństw między strukturą gramatyczną języka angielskiego i Polskiego Języka Migowego (PJM).



## aktywizacja.org.pl

Na stronie prowadzonej przez Fundację „Aktywizacja”, która pomaga osobom ze wszystkimi rodzajami i stopniami niepełnosprawności, niezależnie od ich profilu zawodowego, wykształcenia, sytuacji społecznej czy też miejsca zamieszkania. Dzięki właściwemu doborowi szkoleń oraz indywidualnej ścieżce doradczej, obejmującej cykl konsultacji zawodowych, psychologicznych i prawnych, podopieczni Fundacji są dobrze przygotowywani do powrotu na rynek pracy lub zaistnienia na nim. Fundacja pomaga również przedsiębiorcom znaleźć odpowiednich pracowników oraz doradza, jak uzyskać dofinansowanie z PFRON do wynagrodzeń oraz na przystosowanie stanowisk pracy zatrudnianych osób z niepełnosprawnością. Fundacja organizuje także Targi Pracy dla pracodawców poszukujących pracowników oraz osób niepełnosprawnych szukających zatrudnienia. Współpracuje z biurami karier, urzędami pracy, Ochotniczymi Hufcami Pracy, innymi organizacjami pozarządowymi i instytucjami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych, stawiając na wymianę doświadczeń.

# Savoir-vivre

\* Jeśli serwujemy osobie niewidomej posiłek, opiszmy dokładnie zawartość talerza posługując się orientacją wg zegara (godzina 12 znajduje się najdalej od niej a 6 najbliżej). Usuń z talerza przybranie i wszystkie elementy, które nie nadają się do jedzenia. Niektórzy goście mogą poprosić cię o pokrojenie potrawy na kawałki, możesz to zrobić w kuchni przed jej podaniem.

\* Jeśli oferujesz osobie mającej trudności z poruszaniem się miejsce siedzące, pamiętaj że niektórym osobom może być łatwiej skorzystać z siedzenia z podłokietnikami lub z wyższym siedziskiem.

\* Niektóre osoby nie mogą w pełni poruszać swoimi dłońmi, nadgarstkami czy ramionami. Bądź przygotowany na to, aby udzielić im pomocy przy sięganiu, chwytaniu i podnoszeniu przedmiotów, otwieraniu drzwi i gablot czy obsłudze automatów i innego sprzętu.

## Wyjaśniamy

*w pigułce*

Informacje wywieszane w sklepie takie jak: „towar przeceniony nie podlega reklamacji” i „po odejściu od kasy reklamacji nie uwzględnia się” - są nieskuteczne i nie pozbawiają nas prawa do reklamacji!

Na zgłoszenie reklamacji z tytułu rękojmi mamy 2 lata od chwili wydania towaru, ale wystąpienie wady musisz zgłosić najpóźniej przed upływem 1 roku od jej zauważenia. Uprawnienia z tytułu gwarancji przysługują niezależnie od uprawnień z tytułu rękojmi (które są zapewnione przez przepisy prawne).

# Odrodzona niczym feniks z popiołu



Napisz do autora:  
**Aleksandra Garbecka**  
dziennikarz  
a.garbecka@razemztoba.pl



**Życie Joanny Klimowicz nie było usłane różami. Jako mała dziewczynka została pólserotą, zaś nietrafiona decyzja zaważyła na całym jej dorosłym życiu – wyszła za męża za alkoholika. Z czasem na świat przyszła ich córka, która stała się dla Joanny całym światem. Nie było jej łatwo, gdyż Joanna od urodzenia choruje na porażenie mózgowo-dziecięce, w tym porażenie**

**kończyn dolnych. Mimo tego, opiekowała się córką, jak tylko potrafiła najlepiej. Niestety rodzina jej męża uważała inaczej i chciała odebrać jej prawa rodzicielskie, sądząc, że nie jest w stanie zapewnić córce odpowiednich warunków życiowych, edukacyjnych oraz lokalowych. Sprawa znalazła swój finał w sądzie. Do II edycji projektu Trening Dobrze Ustawiony, Joanna trafiła gdy problemy zaczęły przygniatać ją na tyle, że nie była już w stanie prawidłowo funkcjonować zarówno w życiu prywatnym, jak i zawodowym.**

- Na początku projektu pani Joanna była osobą bardzo zamkniętą w sobie, o niskim poczuciu własnej wartości, zamkniętą na poznanie nowych ludzi, o zaniżonej samoocenie. Niechętnie opowiadała o sobie i swoich problemach rodzinnych. Zdawaliśmy sobie sprawę, że proces aktywizacji, ze względu chociażby na problemy zdrowotne, wynikające z zaniżonej hemoglobiny i osłabienia organizmu, będzie trwał długo – wspomina Olga Poroczyńska, trener pracy w ERKON – Jednak z czasem trwania projektu stawała się coraz bardziej zorganizowana, otwarta na zawieranie nowych znajomości, wzrosła także jej samoocena. Staraliśmy się, aby uwierzyła w siebie i w swoje możliwości. To bardzo dzielna i odważna dziewczyna, która nie pokazuje po sobie, jak skrzywdził ją los.

Po wielu spotkaniach i rozmowach ze specjalistami zatrudnionymi w projekcie Joanna doszła do wniosku, że tak dalej być nie może, że musi wziąć się w garść i zacząć wszystko od nowa. Od tego momentu wszystko zmieniło się. Wyrzuciła z domu męża alkoholika, zmieniła mieszkanie i rozpoczęła nowy rozdział w życiu. Dzięki uczestnictwu w projekcie zdobyła także nowe umiejętności zawodowe, o których zawsze marzyła - kurs „Kucharz z elementami



dietetyki” i pomimo porażek, które towarzyszyły jej w trakcie przygotowań do zatrudnienia, podjęła pracę w Zakładzie Aktywności Zawodowej w Elblągu na stanowisku pomoc kuchenna.

- Dziś, jestem kompletnie inną osobą niż półtora roku temu – przyznaje Joanna Klimowicz - Zaczęłam myśleć pozytywnie, częściej się uśmiechać, nabrałam pewności siebie. Mam nową pracę, z której jestem bardzo zadowolona, mam nowego partnera, z którym

jestem bardzo szczęśliwa. Cieszę się i jestem bardzo wdzięczna ludziom, który pomogli mi zmienić moje życie na lepsze – podsumowuje.

Joanna zdobyła swój cel życiowy. A co najważniejsze udowodniła, że pomimo swojej niepełnosprawności potrafi zadbać o miłość, dobro i bezpieczeństwo swojej córki.

# Pod eskortą asystenta



Napisz do autora:  
Aleksandra Kazuro  
dziennikarz  
a.kazuro@razemztoba.pl

Projekt pt. „Asystent- pomocna dłoń” realizowany przez ERKON, który miał stanowić wsparcie dla osób starszych i niepełnosprawnych, zdał egzamin. Popyt na tego rodzaju pomoc okazał się ogromny. Asystent stał się nie tylko kimś wskazującym drogę, niosącym pomocną dłoń, ale i bratnią duszą, której dobroć czasami bywa nadużywana. Kwestią kluczową jest rozróżnienie, że

**asystent asystuje, a nie wyręcza czy świadczy usługi pielęgnacyjne.**

Priorytetem asystenta jest dotarcie do miejsc pracy, podniesienie standardu życia podopiecznego, który często bywa samotny, wyizolowany od społeczeństwa, jak również wykształcenie u niego samodzielności, służenie radą i pielęgnowanie hobby, które z upływem lat zostały zapomniane. Projekt został powołany do życia w odpowiedzi na realne potrzeby osób niepełnosprawnych. Prawie wszyscy pytani przez nas niepełnosprawni zadeklarowali, że chcieliby częściej korzystać ze wsparcia asystenta przejawiając niedosyt tej usługi w przestrzeni miejskiej. To rzeczywisty dowód na to, jak bardzo projekt ten jest potrzebny i jak duże jest zapotrzebowanie.

Jak dotąd fundusze z Urzędu Miasta zapewniły środki na opłacenie czterech asystentów, którzy pracują 7 dni w tygodniu. Do tej pory z usług skorzystało już 250 osób. Niektórzy korzystają sporadycznie, innymi asystent zajmuje się na stałe. Misja projektu została spełniona. Udało się wiele osób niepełnosprawnych „wyprowadzić z domu” po latach domowej izolacji. Jednak aby inicjatywa była w pełni wykorzystana, powinna być zachowana ciągłość projektu i nieograniczenie czasowe, a asystentów powinno być więcej.

– Wiele słyszy się w ostatnim czasie o cięciach w finansach miasta. Mam nadzieję, że środki na asystenta się znajdą. Dla nas niepełnosprawnych pomoc, jaką niosą asystenci, jest nieoceniona. Dzięki nim możemy wyjść do lekarza, kina czy urzędu i nie musimy prosić sąsiadów czy najbliższych, którzy i tak mają mało czasu dla siebie – mówi Bożena, która korzysta z usług asystenckich.

Warto jednak pamiętać, że praca asystenta jest jasno określona w regulaminie. Asystent asystuje na przykład w wizytach



lekarskich, pomaga w załatwianiu spraw urzędowych, w korzystaniu z dóbr kultury czy sportu, często pełni rolę kompana do rozmowy, jednak zakres jego obowiązków jest ograniczony. Każda osoba niepełnosprawna, która deklaruje chęć skorzystania z pomocy asystenta, zobowiązana jest do zapoznania się z zakresem jego obowiązków i podpisaniem regulaminu.

– Regulamin jest niezbędny, aby uzmysłowić niepełnosprawnemu kim jest asystent i do jakich zadań został powołany. Ma również zapobiec nadużyciom, które raz na jakiś czas niestety są odnotowane. Asystent pełni rolę protezy – jest wykonawcą woli, a nie osobą stworzoną do wyręczania. Należy więc rozróżnić kwestię asystenckiego wsparcia, od całkowitego wyręczania, które nie leży w zakresie zadań asystenta – mówi Beata Wencel, koordynator projektu.

Najprościej obrazując, asystent może towarzyszyć podczas zakupów, a nie robić je za niepełnosprawnego. Asystent nie

jest „chłopcem na posyłki” tylko kimś, kto ma być ostoją w naprawde ważnych sprawach. Nadużywanie pomocy asystenta ma miejsce raczej z nieświadomości niż ze złej woli. Uzmysłowanie zakresu jego obowiązków, zwłaszcza osobom w podeszłym wieku, jest trudne. Wymaga cierpliwości i specyficznego podejścia. Bywa, że z dobrego serca asystenci wykraczają poza zakres swoich zadań, wykonując prace, których nie powinni. Osoby niepełnosprawne podpisują regulamin, ale w praktyce nie mają świeżej oceny sytuacji, w wyniku czego asystenta traktują jak służącą na każde zawołanie nawet w błahych sprawach.

– Aby zapobiec podobnym sytuacjom, które nigdy nie powinny mieć miejsca, należy wnikliwie przemyśleć i kilkakrotnie przeczytać regulamin, aby znaleźć złoty środek współpracy między niepełnosprawnym, a „przyjacielem” asystentem – podsumowuje Beata Wencel.

# Nie chcą być dziećmi gorszego Boga...

„Ost-Surdus” to powstałe niedawno w Ostródzie Stowarzyszenie na Rzecz Wspomagania Osób z Wadą Słuchu i Ich Rodzin. To stowarzyszenie ludzi aktywnych, ludzie pragnących wieść normalne, w pełni wartościowe życie.



M. Ulanowska



Fot. nadesłane

Stowarzyszenie  
**Razem z Toba**  
osób niepełnosprawnych

To właśnie niesłyszący byli gośćmi ostródzkiego oddziału Elbląskiej Rady Konsultacyjnej Osób Niepełnosprawnych (ER-KON). Do inicjatorów spotkania należał m.in. Marek Skaskiewicz, znany ostródzianom jako człowiek aktywnie działający na rzecz osób niepełnosprawnych, prezes Stowarzyszenia Ludzi

Niepełnosprawnych „Alfa”. Uczestnicy spotkania mogli opowiedzieć o problemach ludzi niesłyszących, podzielić się swoimi refleksjami i bolączkami, omówić planowaną działalność stowarzyszenia. A oto skład zarządu nowo powstałej organizacji: jej prezesem został Robert Żarczyński, sekretarzem Ewa Żarczyńska, skarbnikiem jest Agnieszka Pierwanicka,

zaś członkami zarządu są Elżbieta Baniewska oraz Artur Moskalik. Założyciele „Ost-Surdus” wyjaśniają, iż pierwszy człon nazwy to skrót od Ostróda, zaś surdus to łacińskie określenie człowieka głuchego.

## **Bolączki i problemy niesłyszących**

Nietrudno domyślić się, że życie osób niesłyszących nie jest usłane



różami. Wie o tym doskonale niesłyszący prezes R. Żarczyński, który zasygnalizował główny problem osób głuchych, mianowicie barierę komunikacyjną:

-Mamy wiele problemów z takimi sprawami wydawałoby się prozaicznymi, jak chociażby załatwienie spraw u lekarza, wypisanie dokumentów, zrozumienie jakichś przepisów, zresztą ciągle zmienianych, aktualizowanych. Trzeba pamiętać o tym, że język polski jest dla nas językiem obcym. My posługujemy się innym językiem. Stąd też potrzebujemy różnych szkoleń, potrzebujemy tłumaczenia pewnych informacji, mamy ogromne problemy z porozumieniem się w urzędach, porozumieniem z urzędnikami państwowymi, z policją, w przypadku np. zatrzymania podczas jazdy samochodem. Dzieci niesłyszące bądź dzieci słyszące pochodzące z rodzin niesłyszących także potrzebują rehabilitacji, potrzebują pomocy logopedy, pedagoga, również psychologa, obecności tych specjalistów w życiu dzieci ciągle brakuje. Rodzice chcący zapewnić swoim pociechom pomoc, muszą dojeżdżać do Olsztyna czy Elbląga, co jest wielkim kłopotem, tym bardziej że oni przecież pracują i nie zawsze też dysponują swoim samochodem.

Pan Robert opisał również sytuację sprzed dwóch tygodni, kiedy to poszedł do przychodni, by zarejestrować chorego synka, słyszająca żona także była chora, więc nie mogła się tym zająć. Stojąc w kolejce, nagle zauważył, że po jakiejś informacji od pielęgniarki ludzie zaczęli wychodzić z przychodni, nie wiedział, co się dzieje, o co chodzi. On oczywiście został na swoim miejscu, a kiedy okazało się, że jest jedno miejsce do lekarza, zrozumiał, że może zarejestrować dziecko. Pielęgniarka pokazała mu kartę syna, którą zidentyfikował, ale potem powiedziała coś bardzo szybko i niewyraźnie, czego niestety nie rozumiał. Zdenerwowana rzuciła kartę na stół, później okazało się, że chodziło o rok urodzenia dziecka. Było mu bardzo przykro, bo oboje z żoną

pracują, opłacają składki, a został tak nieprzychylnie potraktowany.

O licznych problemach opowiadała także pani Ewa:

- Mam dziesięcioletniego syna, syn jest osobą słyszącą, ja jestem niesłysząca. Kiedy był mały, często zachodziła potrzeba, by chodzić z nim do lekarza. Musiała z nami chodzić babcia, bo ja nie byłam w stanie porozumieć się ani z pielęgniarkami, ani z lekarzami. Czasami chodził ze mną brat, na przykład na szczepienia. Kiedyś mieliśmy też ogromny problem z zadzwonieniem na pogotowie, kiedy w końcu syn znalazł się w szpitalu, moja mama musiała jeździć ze mną, bym mogła komunikować się z lekarzami. Dzisiaj już mój syn pełni rolę tłumacza i opiekuna. Ja jednak mimo upływu lat nadal nie mogę się porozumieć z lekarzem, nic się w tym zakresie w służbie zdrowia nie zmieniło. Trudno jest mi też porozumieć się z moją mamą, jest już starszą schorowaną osobą, czasami zupełnie inaczej rozumie to, co chcę jej przekazać i stąd pojawiają się nieporozumienia.

Także pani Bożena podzieliła się swoimi refleksjami:

- Ja i mój mąż Piotr także często nie jesteśmy w stanie porozumieć się z lekarzami, nawet za pomocą pisma, bowiem nie jesteśmy w stanie rozszyfrować lekarskiego pisma. Chodziłam do szkoły dla słyszących, dlatego potrafię pisać po polsku i na ogół rozumiem, co jest napisane. Tak więc nasza sytuacja jest o tyle lepsza, że to ja czasami pełnię rolę tłumacza, kiedy pielęgniarka coś napisze, ja mogę to przetłumaczyć mężowi. Pomagam też innym osobom niesłyszącym. Nie zawsze jednak wszystko rozumiem, szczególnie jeśli chodzi o informacje zamieszczone w Internecie, stąd też liczę na pomoc w kwestiach informatycznych jakiegoś punktu konsultacyjnego w naszym stowarzyszeniu.

Swoimi spostrzeżeniami podzieliła się również pani Grażyna:

- Często muszę prosić koleżanki o pomoc, kiedy chcę coś załatwić czy dostać się do lekarza. Nierzadko de-

nerwuję się, bo nie mogę porozumieć się w miejscach publicznych, spotykam się z niechęcią, tak nie powinno być. Jest mi przykro z powodu tego, jak jestem traktowana.

Problemów jest mnóstwo, szczególnie podczas załatwiania spraw w urzędach, kiedy to niesłyszący wędrują od drzwi do drzwi, od Anasza do Kajfasza, by znaleźć właściwy gabinet i szczęśliwy finał dla sprawy, z którą przyszli. Niedawno nawet podczas rozprawy sądowej jeden z niesłyszących został zlekceważony, zrezygnowano z jego zeznań, bowiem sędziowie nie zapewnili tłumacza języka migowego, chociaż dużo wcześniej wiedzieli o takiej potrzebie. Niepoważnie tłumaczono się brakiem funduszy na zatrudnienie tłumacza. Z pewnością rozwiązaniem problemu braku komunikacji między słyszącymi a niesłyszącymi mogłoby być propagowanie znajomości języka migowego. Mówił o tym Artur:

- Jestem po studiach, w tej chwili dodatkowo studiuję jeszcze język migowy. Język polski a język migowy to dwa ogromnie zróżnicowane języki. W tej chwili weszła w życie ustawa, która daje możliwość uczenia się w szkołach języka migowego, oby szkoły z tej możliwości skorzystały. Z pewnością ułatwiłoby to kontakty między słyszącymi a niesłyszącymi, służyłoby przełamywaniu barier komunikacyjnych, a głuchym zapewniłoby zarówno rozwój zawodowy, jak i osobisty.

### Praca dla niesłyszących

Wiemy, jak wielkim problemem w naszym regionie jest dziś znalezienie pracy, czasami graniczy z cudem. Niesłyszący są jednak w jeszcze gorszej sytuacji niż słyszący. Często czują się dyskryminowani, a przecież brak słuchu w wielu zawodach absolutnie ich nie dyskredytuje. Bardzo mocno daje się im we znaki brak tłumaczy języka migowego. Dzięki ich pomocy niektórzy członkowie stowarzyszenia znaleźli pracę, np. z projektów unijnych, ale bywa i tak, że na pomoc tłu-



macza, który przyjeżdża z Olsztyna, trzeba czekać tygodniami, podczas gdy jest ona potrzebna natychmiast. Na szczęście w tej materii sytuacja już niebawem się zmieni, pani Ewa, sekretarz stowarzyszenia, pełniąca w tej chwili rolę tłumacza – wolontariusza już złożyła oficjalny wniosek o wpisanie jej na listę tłumaczy. Problemy z poszukiwaniem pracy dotyczą także chociażby napisania odpowiedniego CV. Bywa też, że pracodawcy są uprzedzeni do pracowników niesłyszących, mają mylne wyobrażenie o nich. Tymczasem tak naprawdę są dobrymi pracownikami, bo potrafią się maksymalnie skupić, skoncentrować na pracy, nic ich nie rozprasza, są dokładni i precyzyjni.

Problemy z pracą miał też Michał, na szczęście zakończyły się szczęśliwie. Początkowo pracodawca nie chciał go przyjąć, miał błędne przekonanie, że osoby niesłyszące nic nie potrafią, nic nie rozumieją, są nerwowe, nawet agresywne. Dzięki interwencji i wyjaśnieniom mamy Michała chłopak został przyjęty na próbę. Dziś tak mówi o swojej pracy:

- Jeżeli był jakiś problem, na przykład szef nie potrafił się ze mną porozumieć, a ja słabo czytałem z ust, to dzwonił do mojej mamy. Ona wtedy brała urlop w pracy i dogadywała się z moim

pracodawcą. Doradziła też szefowi, by komunikował się ze mną za pomocą telefonu komórkowego, wpisując wiadomości tekstowe. Dzisiaj pracuję już bez większych przeszkód, umowa została przedłużona, a pracodawca jest ze mnie zadowolony.

Mąż Ewy niestety nie miał tyle szczęścia:

-Mój mąż też jest niesłyszący. Długo szukał pracy, a kiedy wreszcie ją znalazł i poszedł na badania lekarskie, żeby załatwić książeczkę zdrowia, lekarz odmówił mu podbicia jej. Tłumaczył, że nie może tego zrobić, ponieważ mąż jest osobą głuchą. Mimo że mógłby spokojnie podjąć pracę, nie umożliwiono mu tego.

### **Dzieci w rodzinach osób słyszących i niesłyszących**

Stowarzyszeniu bardzo leży na sercu także los dzieci, dzieci niesłyszących, ale też dzieci słyszących wychowywanych przez rodziców niesłyszących, one także wymagają wsparcia, rehabilitacji. Żyją przecież na pograniczu dwóch światów, świata ludzi głuchych i słyszących, często mają problem z określeniem własnej tożsamości. Z kolei dzieci niesłyszące w środowisku słyszących są dyskryminowane, wyśmiewane, to rodzi u nich kompleksy i problemy. Na sytuację dzieci niedosłyszących zwróciła także uwagę pani Agnieszka, mama cztero-

letniej Leny:

- Lena ma aparaty słuchowe, w Ostródzie oczywiście jest więcej dzieci z aparatami, z implantami. Niestety, my, rodzice, często odbijamy się od ściany, szukając pomocy. Ja na szczęście tuż po porodzie znalazłam ośrodek w Olsztynie, gdzie uzyskałam pomoc, gdzie zapewniono dziecku rehabilitację i właściwie je zdiagnozowano. Dzięki temu moje dziecko chodzi do normalnego przedszkola, będzie też chodzić do normalnej szkoły. Chodzi mi o to, by ludzie nie wstydzi się tego, że mają niesłyszące lub niedosłyszące dzieci, żeby nie zamykali się ze swoim problemem w czterech ścianach mieszkań. Czasami mam wrażenie, że ci rodzice już nie wierzą w to, że w Ostródzie coś się zmieni. Myślę, że dzięki stowarzyszeniu wspólnymi siłami będziemy mogli zrobić coś pozytywnego, zainteresować też problemem władze samorządowe. Rodzice dzieci niesłyszących potrzebują na przykład kursu języka migowego. W stowarzyszeniu, we wzajemnej wymianie doświadczeń, integracji, upatrujemy wsparcia i pomocy. Logopedyczna terapia w Ostródzie ma bardzo ograniczony zasięg, z pewnością jest niewystarczająca. Moje kontakty z rodzicami dzieci niedosłyszących chodzących już do szkoły potwierdzają też problemy innej natury. Niestety, nasze dzieci często są traktowane wręcz jako niepełnosprawne umysłowo, co oczywiście jest nieprawdą.

Członkowie stowarzyszenia chcą działać na rzecz całych rodzin. Mówią, że paradoksalnie łatwiejsza jest sytuacja w rodzinach niesłyszących rodziców i niesłyszących dzieci, ci rodzice wiedzą, jak opiekować się dziećmi, trudniejsza sytuacja jest w przypadku rodziców słyszących a dzieci niesłyszących. Tacy rodzice mogą uzyskać szczególne wsparcie w „Ost-Surdus”. Stowarzyszenie priorytetowo traktuje organizację spotkań dla dzieci, spotkań oczywiście z udziałem rodziców. Rodzice sami chcą organizować dla swoich pociech

zajęcia, tak by je zintegrować, będą to spotkania zarówno dla dzieci słyszących, jak i niesłyszących.

### Jak chce działać „Ost-Surdus”?

Jak dotąd w Ostródzie nie było żadnego stowarzyszenia, które zajmowałoby się problemami ludzi niesłyszących, tymczasem, jak mówią jego inicjatorzy, chcieliby się wzajemnie wspierać. Chcą organizować dla siebie warsztaty, koła zainteresowań, grupy sportowe. Bardzo chcieliby wspólnie uprawiać sport, interesują się sportem, brakuje im ruchu. Myślą o jakiejś dyscyplinie sportu, którą mogliby wspólnie uprawiać, może będzie to siatkówka. Już zgłosiło się kilkoro chętnych do zdobycia profesjonalnych uprawnień instruktora sportu niepełnosprawnych. Chcą przekazywać sobie pewne informacje, tłumaczyć te informacje. Jak mówi prezes:

- Marzy nam się rehabilitacja społeczna, potrzebujemy bowiem towarzystwa, często jesteśmy zamknięci w swoich domach, jakby odcięci od świata. Tymczasem chcielibyśmy wychodzić do ludzi, brać udział w różnych imprezach. Oczywiście czasami czujemy się nieswojo w świecie słyszących, świecie dźwięków, ale chcielibyśmy choćby częstszych kontaktów z innymi osobami niepełnosprawnymi. Mimo wszystko zależy nam też na tym, by włączać osoby niesłyszące do świata osób słyszących.

Do tej pory niesłyszący się ukrywali, teraz chcą pokazać, że istnieją, że chcą walczyć o swoje prawa, o lepsze życie, o samodzielność, o udział w życiu społecznym, kulturalnym. „Ost – Surdus” chce objąć swoim zasięgiem osoby niesłyszące czy niedosłyszące z całego powiatu ostródzkiego, także z Morąga, bowiem tam niedawno został zlikwidowany terenowy oddział Związku Głuchych. W tej chwili zgłosiło się już kilkadziesiąt osób, stowarzyszenie pracuje aktualnie nad ulotkami informacyjnymi, z pomocą których chce dotrzeć do pozostałych zainteresowanych ideą integracji. Trzeba pamiętać o tym,

że środowisko osób niesłyszących jest bardzo zróżnicowane. Są osoby, które zupełnie nie słyszą i posługują się językiem migowym, są osoby migające z aparatami słuchowymi, implantami, ale też te, które mówią, nie migają. Stowarzyszenie chce skupić wszystkie te osoby. Członkowie stowarzyszenia uważają również, że trzeba uczyć słyszących zasad komunikacji z osobami niesłyszącymi. Poza tym chcą zapraszać do siebie gości; urzędników, lekarzy, policjantów, którzy będą wyjaśniali różne kwestie. Chcą pomagać sobie wzajemnie na przykład w tłumaczeniu korespondencji, w gromadzeniu dokumentacji niezbędnej na komisjach lekarskich. O dziwo, zdarza się, że nie pozwala się, by na komisji pojawiła się osoba trzecia pełniąca rolę tłumacza, co wiąże się często z niekorzystną dla pacjenta decyzją. Jako stowarzyszenie będą mogli starać się o dofinansowania na rehabilitację, warsztaty czy zakup aparatów słuchowych.

### Kontakt ze stowarzyszeniem

Członkowie stowarzyszenia spotykają się w Centrum Użyteczności Publicznej w Ostródzie. Rozmawiają właśnie z kierownictwem CUP-u na temat stałego lokalu dla stowarzyszenia. Aktualnie pracują też nad założeniem profilu na Facebooku, nawiązali również kontakt z Olsztyńskim Stowarzyszeniem Głuchych, które z pewnością pokieruje ich działaniami. Planują spotkania z przedstawicielami władz samorządowych w celu nawiązania współpracy. Zainteresowanym integracją w „Ost-Surdus” podajemy adres poczty internetowej stowarzyszenia: ost.surdus@gmail.com oraz telefon do sekretarza stowarzyszenia: 501 722 303. Niesłyszący najlepiej niech piszą smsy. Wszystkim członkom stowarzyszenia gratulujemy pomysłu i zapału, życzymy wszystkiego najlepszego i jesteśmy przekonani, że cisza to ostatnia rzecz, jakiej się można po nich spodziewać.

Region

## Mogą wezwać pomoc

Wojewoda Warmińsko – Mazurski 18 maja 2015r. uruchomił w Centrum Powiadomienia Ratunkowego bramkę SMS dedykowaną do przyjmowania zgłoszeń alarmowych od osób głuchych. W bazie CPR zarejestrowanych zostało już 120 takich osób, przyjęto ok. 20 zgłoszeń.



Podstawowym celem stworzonego wspólnie rozwiązania jest maksymalne uproszczenie wprowadzania treści zgłoszenia: pisanie zastąpione zostało obrazami. Dzięki temu obsługa aplikacji staje się intuicyjna.

Narzędzie Deaf Help dostępne jest w sklepie Google Play, na chwilę obecną dla urządzeń z systemem Android. Pełna funkcjonalność dostępna jest dla osób zarejestrowanych w Centrum Powiadomienia Ratunkowego.

W pierwszej wersji aplikacji dostępnych jest 18 kategorii zdarzeń.

Red.

# Działają na rzecz bezdomnych



Napisz do autora:  
**Marta Kowalczyk**  
dziennikarz  
m.kowalczyk@razemztoba.pl



**Teen Challenge Chrześcijańska Misja Społeczna to organizacja pożytku publicznego, która działa w Polsce od 1988 roku, kiedy to został zarejestrowany pierwszy ośrodek dla osób uzależnionych, prowadzony przez członków stowarzyszenia. Obecnie organizacja prowadzi również hostele, punkty konsultacyjne i dom readaptacyjno-kryzysowy. Ciężko pracują, by wyprowadzić potrzebujących pomocy na prostą.**

## Trudne początki

Początki Misji „Teen Challenge” sięgają lat 50-tych, kiedy to Pastor Dawid Willkerson rozpoczął pracę wśród gangów młodzieżowych w USA. Szybko, za najgroźniejszy problem społeczny, który rozpowszechniony był wśród członków gangów uznał uzależnienie od środków toksycznych. Dlatego zaczęto tworzyć specjalistyczne ośrodki, które spotkać dziś można w większości miast Stanów Zjednoczonych oraz w Kanadzie, Australii, Azji i Europie. Oddziały misji, które powstały w różnych krajach są autonomiczne. W Polsce, Chrześcijański Ośrodek dla Osób Uzależnionych został zarejestrowany w 1988 r. jako placówka rehabilitacji i resocjalizacji narkomanów, działająca w obrębie Kościoła Zielonoświątkowego. Prezesem oddziału elbląskiego jest Piotr Grzeszczuk.

## Z pomocą do bezdomnych

Problem bezdomności niewątpliwie dotyczy obecnie całej Polski. W Elblągu, podczas ostatniego liczenia osób dotkniętych tym nieszczęściem policja i straż miejska stwierdziła, że w mieście bez dachu nad głową przebywa 161 osób, w tym 5 kobiet i 2 dzieci. To do tych osób kierują swoje kroki członkowie stowarzyszenia Teen Challenge Chrześcijańska Misja Społeczna, którzy umożliwiają powrót do normalnego życia bez-



domnym wśród których nie brakuje też osób z orzeczeniem o niepełnosprawności. Wśród podejmowanych przez stowarzyszenie działań znajduje się dożywianie osób bezdomnych, zaopatrywanie ich w odzież i leki, udzielanie pomocy psychologicznej, współpraca z placówkami leczniczymi i pomoc w załatwianiu spraw administracyjnych.

## Gdzie można ich spotkać?

- Od maja regularnie spotykamy się na dworcu, w każdy piątek o godz. 17 – mówi Barbara Kozłowska, członek stowarzyszenia. – Potrzebujących częstujemy w okolicach dworca PKP i PKS zupą, kanapkami, kawą i herbatą. Staramy się dawać im pomoc i zrozumienie, a to daje dobre owoce. - Obecnie 4 osoby przebywają w ośrodkach dla uzależnio-

nych w różnych częściach Polski. Jest też kilka osób, które bez konieczności przebywania w ośrodku, radzą sobie dobrze. Oni też przychodzą w piątki na dworzec już nie dla zupy, ale dla społeczności i relacji z nami – dodaje pani Barbara.

## - Jak można im pomóc?

- Obecnie wszystko co robimy, czy to gotowanie, czy transport podopiecznych do ośrodków, finansujemy z własnych środków. Zdarzają się darowizny, za które serdecznie wszystkim dziękujemy. Jeśli ktoś chciałby ofiarować bezdomnym jakieś produkty żywnościowe lub zimowe ubranie dla bezdomnych, można telefonować na numer 512 790 536 lub wysłać wiadomość mail: elblagte-enchallenge@gmail.com. Po zgłosze-

niu przyjedziemy, żeby je zabrać dla potrzebujących.

#### Lokal potrzebny od zaraz

W związku z prowadzoną działalnością stowarzyszenie potrzebuje obecnie miejsca na punkt konsultacyjny lub świetlicę, gdzie będzie można w ciepłe prowadzić działania terapeutyczne. Spotkania odbywają się na razie w po-

niedzialki o godz. 17, w prywatnym mieszkaniu. W przyszłości na pewno będzie też potrzebne mieszkanie dla osób, które czekają w kolejce do ośrodka i które są w drodze do usamodzielnienia. Takie mieszkanie rotacyjne, na pewno daje możliwość sprawdzenia, czy dane osoby potrafią wrócić do normalnego życia w społeczeństwie. Sukces terapeutyczny jest tak naprawdę ważny

nie tylko dla osoby dotkniętej nałogiem czy bezdomnością, ale jest w interesie całego społeczeństwa, o czym warto pamiętać.

**Więcej na temat stowarzyszenia można przeczytać na stronie [www.teenchallenge.elblag.pl](http://www.teenchallenge.elblag.pl).**

## Spółdzielnia ELSIN doceniona, ale będą zwolnienia

**Elbląska Spółdzielnia Niewidomych „ELSIN” ma powód do dumy. Zajęła I miejsce w województwie warmińsko-mazurskim i kujawsko-pomorskim oraz III trzecie miejsce w ogólnopolskim konkursie „Lodołamacze” w kategorii zakład pracy chronionej. – Konkurencja była bardzo poważna, tym bardziej, że w Polsce jest około 200 tys. zakładów pracy chronionej. Byliśmy więc mile zaskoczeni, że zostaliśmy wyróżnieni. Ta prestiżowa nagroda dodała nam otuchy. Cieszymy się, że zostaliśmy docenieni, mimo naszych problemów – tłumaczy Ryszard Waranków, prezes Spółdzielni Niewidomych „ELSIN”.**

A te niestety nie są błahe. Spółdzielnia wciąż spłaca zadłużenia względem ZUS i Urzędu Skarbowego, które pojawiły się w 2012 r. kiedy PFRON w ramach kontroli, wstrzymał dofinansowanie zakładowi na 3 miesiące. Stan personelu został wtedy zredukowany o połowę.

– Kondycja ELSIN-u się poprawia. Jeśli chodzi o nasze wyniki bieżące, bez zadłużenia, to jesteśmy na plusie. Zakładamy, że w roku 2016 wyjdziemy na prostą i spłacimy całość zadłużenia. Ponadto udało nam się sprzedać 3 lokale i wydzierżawić w części nasz pustostan, co wpłynęło znacząco na zmniejszenie naszego zadłużenia. Z 6500 tys m kw. zostało tylko około 2 tys m kw. do zagospodarowania, więc nie jest tak najgorzej – podkreśla Ryszard Waranków. – Gdybyśmy mieli większą stabilność finansową, zakupilibyśmy 1–2 maszyny, np. pelecjarę, ale na razie działamy w pędzlarstwie i szczotkarstwie. Ludzie w dzisiejszych czasach bardziej stawiają na jakość, nie zadowolają się już wyrobami

z Chin, które są bardzo nietrwałe. Nasze szczotki, naciągane są ręcznie, a więc są mocniejsze. Poza tym, tam gdzie pewnych rzeczy nie robi się jeszcze maszynowo, wchodzimy ze szczotką techniczną. Pędzli robimy mniej, ale za to dla stałych zamawiających. Niestety nie są to firmy elbląskie, bo tu mamy mało odbiorców. Cały czas szukamy i badamy. Jesteśmy małą firmą, a takich jak my zostało już niewiele – dodaje Ryszard Waranków.

#### Będą zwolnienia

Niestety mimo optymistycznych prognoz od przyszłego roku, w ELSIN-ie pracę prawdopodobnie straci 30 osób, w tym niepełnosprawne, które zatrudnione były przy sprzątaniu w dwóch firmach: EPWiK (Elbląskiej Przedsiębiorstwo Wodociągów i Kanalizacji) oraz EPEC (Elbląskie Przedsiębiorstwo Energetyki Ciepłej). Po 20 latach współpracy, oba zakłady, postanowiły ogłosić przetarg, w którym – jak sugeruje Ryszard Waranków

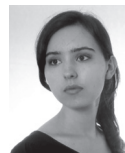


– spółdzielnia jest na straconej pozycji, bowiem zostanie wyeliminowana przez profesjonalne firmy sprząające.

– Usługa była bardzo korzystna dla nas, jeśli zamówień na szczotki i pędzle było mniej, to sprzątanie wypełniało tę lukę. Nie rozumiemy do końca ich decyzji. Zgodnie z referencjami, które od nich otrzymaliśmy nie mieli żadnych zastrzeżeń, otrzymali też ulgę PFRON-owską, więc to była duża korzyść dla nich. Utrata tej usługi, zabierze nam 15 proc. naszego zysku, a to dla nas sporo. Będziemy się starali pomóc tym osobom w znalezieniu innego zatrudnienia. Są wśród nich osoby, które będą miały możliwość przejścia na wcześniejszą emeryturę. Mamy też cichą nadzieję, że być może firma która wygra przetarg, zatrudni część naszych niepełnosprawnych – podsumowuje Ryszard Waranków.

*Aleksandra Garbecka*

# Dotyk Anioła



Napisz do autora:  
**Aleksandra Kazuro**  
dziennikarz  
[a.kazuro@razemztoba.pl](mailto:a.kazuro@razemztoba.pl)

Siostra Halina Rydzy, dyrektor w elbląskim Domu Pomocy Społecznej dla dzieci i młodzieży. „Mama” swoich podopiecznych, która każdego dnia walczy o ich życie i lepsze jutro, dając to czego, los im oszczędził. Z nami rozmawia o swoim powołaniu, procesie adopcji i cudach, których była świadkiem.



## **Jaki jest najcięższy przypadek dziecka, które jest umieszczone w DPS?**

Nie mogłabym klasyfikować dzieci od najcięższego do najłatwiejszego przypadku, ponieważ każde jest specyficznym i ciężkim przypadkiem. Być może najtrudniejszym jest maleństwo, które niedawno przywiozłam. Urodziło się bez mózgu, posiada tylko pień i szczątki mózgowia. Pielęgnować tak chore dziecko, jest bardzo trudno. Nie ma z nim kontaktu. Nie ma nawet oczu, więc nie możemy nawiązać z nim kontaktu wzrokowego. Czasem człowiek patrzy na maleńkie dziecko, ono nie mówi, ale gdy spojrzy się w oczy – wiadomo czy jest zdrowe czy chore. Ponadto nie ma też termoregulacji ciała, musimy bardzo pilnować jego temperatury – ma albo bardzo wysoką, albo spada poniżej 34 stopni, wówczas ratują nas poduszki elektryczne. Oprócz tego niestety ma dodatkowy zespół wad, ale to absolutnie go nie dyskwalifikuje. Kochamy je całym sercem i chcemy dla niego jak najlepiej, pomimo, że lekarze nie rokują długiego życia.

## **Czy są jakieś ograniczenia jeśli chodzi o przyjęcie chorego dziecka?**

Nie możemy jedynie przyjąć dziecka, które wymaga centralnego wkłucia,

bo to ogromne ryzyko. Tego się boimy. Musi być zachowana absolutna sterylność pomieszczenia, w którym dziecko przebywa. Każda bakteria czy wirus to ogromne zagrożenie. Takich przypadków nie przyjmujemy ze względu na dobro dziecka. Pracują u nas pielęgniarki, opiekunki, które często mają także medyczne przygotowanie. Współpracujemy też z pogotowiem, które w razie problemów przyjeżdża natychmiast. Jeżeli dzwonią do mnie PCR-ry, MOPS-y lub nawet szpitale, to mówią: „siostrzo, my wiemy, że na północy jedynie wy macie tak dobrą opiekę, bo jest całodobowa.” Rzeczywiście przez cały czas ktoś jest i pilnuje. Cieszę się, że mają taką opinię o nas.

### **DPS boryka się aktualnie z jakimiś problemami?**

To zależy z jakiej perspektywy spojrzymy. DPS można by było ulepszyć architektonicznie, bowiem jest to stary budynek. Jednak warunki dla dzieci stworzyliśmy najlepsze, jakie się dało. Robimy dla nich wszystko, aby czuły się jak w domu. Moim marzeniem jest dobudowanie parterowe dalszego ciągu budynku, gdzie nie trzeba by było używać schodów, windy. Zawsze można coś usprawnić, ale na to oczywiście potrzebne są dodatkowe fundusze. Nie mogę jednak powiedzieć, że nie otrzymujemy pomocy. Urząd Wojewódzki, gminy czy nasze miasto wspierają finansowo naszą placówkę. Bez nich nie mogłabym zrobić tego, co już zrobiłam, a udało mi się zrobić dla tych dzieci naprawdę dużo.

### **Przywiązuje się siostra emocjonalnie do tych dzieci? Czy mając ich tyle pod opieką, jest siostra w stanie każdemu poświęcić trochę uwagi i czułości?**

Tak. To jest niezawodowe, nieprofesjonalne. Ale niestety tak, przywiązuje się i to nie tylko ja, ale i opiekunki, współsiostry, które pracują razem ze mną. Dajemy im to, czego im brakuje. Przywozimy dzieci ze szpitala z ogromnymi wadami. Często jest tak, że rodzice nie są w stanie objąć tego cierpienia. Ja broń Boże jestem daleka od posądzania, ale jeśli mat-

ka zostawia je, to ono nawet nie zna przytulenia, nie zna słowa „kocham cię”. A wydaje mi się, że jeśli człowiek przytuli je takie małe i bezradne, powie mu do uszka „kocham cię”, to nie jest to takie zwykłe „kocham cię” jak z reklamy czy z filmu, za tym idzie coś więcej – czułość i serce. Trudno jest nie pokochać i nie przywiązać się.

### **Czy te dzieci odczuwają brak rodziny czy szybko adaptują się do nowego środowiska?**

Nie odczuwają w ogóle braku rodziny, powiem to z całą odpowiedzialnością, ponieważ to są dzieci bardzo chore, bardzo uszkodzone. Często nie wiedzą gdzie są, a po drugie nie pamiętają rodziny, nie znają jej. Nie mają do czego wrócić, więc wracają tu do nas. Jako do rodziny, do swojej matki.

### **Mówią do siostry mammo?**

Tak. Wołają na nas mama.

### **Czyli wbrew temu, co się powszechnie uważa, dzieci te nie mają choroby sieroczej?**

Nie. Pochylenie się nad każdym łóżeczkiem z uśmiechem, z radością, przytulenie, pogłaskanie to jest dla nich szczęście. One nie potrzebują nic więcej, a wydaje mi się, że same pomieszczenia są kolorowe, jest dużo zabawek. Pomogli mi darczyńcy, dobrzy ludzie, którzy ofiarowali na ten cel trochę środków finansowych. Prawie w każdej sypialni jest telewizor, radio z ulubionymi dziecięcymi piosenkami, filmy dla dzieci. Dzieciaki oglądają na okrągło, mówię, że mam same telewizyjne sale (śmiech).

### **Co można zrobić, aby pomóc tym dzieciom? Co spowodowałoby jeszcze uśmiech na ich twarzy?**

Ciągle powtarzam, że powinno być więcej personelu, ponieważ każde dziecko potrzebuje bezpośredniej uwagi. Wtedy byłoby idealnie. Bardzo chciałabym, aby przychodziły wolontariuszki i poświęciły trochę czasu konkretnemu dziecku.

### **Jedna „mama” do jednego dziecka?**

O tak. Byłoby cudownie! Ale tak jak mówię to są bardzo trudne przypadki i niestety nie każdy psychicznie daje radę zaopiekować się takim dzieckiem – nie potrafi po prostu przejść ponad tym kalectwem, ponad tą chorobą. To jest bardzo trudne – mam tego świadomość.

### **Czy nie wolałaby siostra kontemplować w ustronnym miejscu, w klasztorze zamkniętym, położonym gdzieś w odległym zakątku Polski czy świata niż nieustannie patrzeć na ich cierpienie?**

Czuję się czasami zmęczona. Jak widzę piękne zdjęcia, jakieś ustronne miejsca chciałabym na chwilę wyjechać. Jednak kiedy jadę na urlop do rodziny, jestem góra dwa tygodnie, to liczę godziny, kiedy wrócę do domu, do dzieci. Tęsknię za nimi, muszę wiedzieć czy niczego im nie brakuje. Ja uważam, że to jest powołanie. Dar, który niesie za sobą inne dary. Bo jeśli myślimy o przyzwyczajeniu, potem przychodzi wypalenie zawodowe, przemęczenie i człowiek już nie potrafi dalej. To jest tak – im więcej dajesz, tym więcej dostajesz.

### **Mogę sobie wyobrazić jak wiele zdrowych dzieci czeka na nowy dom, na adopcję, a co dopiero dzieci upośledzone. Czy zdarzają się tutaj przypadki adopcji? A jeśli tak, czy są to adopcje również przez ludzi zza granicy?**

Tak. Nasze dzieci są adoptowane i czasem dzieje się to tak szybko, że nie zdążę się pozbiierać, a już następne dziecko idzie do adopcji. Jesteśmy bardzo szczęśliwi, że znajdują się ludzie o wielkim sercu. Dzieci, które idą do adopcji mają drobne wady. Te z poważniejszymi, ze względu na ich stan, nie mogą być adoptowane, gdyż rodzice pomimo najszczerzych chęci nie poradziłiby sobie. One wymagają specjalistycznej, całodobowej opieki. Dzieci przechodzą przez tak zwane klasyfikacje, oceny czy nadają się do adopcji czy nie. Te które są rehabilitowane, w których widzimy potencjał idą

do adopcji, trzeba im tylko poświęcić czas. Oczywiście utrzymujemy kontakt. Ja osobiście nie pozwalam sobie na to, żeby ginał po nich ślad. Dzwonię, rozmawiam przez skype'a. Ograniczamy te kontakty ze względu na dobro dzieci, żeby nie tęskniły. Pomimo, że bardzo chciałabym rozmawiać z nimi codziennie, z bólem serca muszę się powstrzymać. Ono musi pokochać nowych rodziców. Musi wiedzieć, że tam jest jego dom, jego rodzina. Dwoje dzieci mamy za granicą, we Włoszech. Trójka jest w Polsce. Mogę śledzić jak się rozwijają, jakie radości są w domu, jakie problemy. Czasami jeżdżę do nich w odwiedziny, czuje się jak w rodzinie. Ostatnio będąc w Warszawie u adopcyjnego chłopca usłyszałam takie piękne słowa. Mama mówi do synka: „jak dorośniesz to ja ci powiem, ile ta ciocia dla ciebie w życiu zrobiła”.

#### **Jeśli jednak adopcja nie jest możliwa, jak długo dziecko może przybywać w DPS-ie?**

Ustawowo do 30 roku życia.

#### **A później?**

Jeżeli przeżyją, to odwozimy je do domów pomocy społecznej dla osób starszych, ale też mamy z nimi kontakt. Nie ma jakiś drastycznych momentów. Przejście od nas do drugiego domu jest bardzo łagodne.

#### **Wierzy siostra w cuda? Była siostra kiedyś jego świadkiem?**

Oczywiście, wierzę ogromnie. Jakby nie było, charakter naszego powołania tutaj, Zgromadzenia Sióstr Świętej Jadwigi, która ma za zadanie opiekę nad dziećmi i młodzieżą niepełnosprawną potrzebującą pomocy. Mieliliśmy tutaj taki cud, ale oczywiście to może być różnie odczytane. Dzieciatko bardzo ciężko chore na serce, które zabrałam ze szpitala zachorowało w okresie Bożego Narodzenia na obustronne zapalenie płuc. Ogromna wada serca – dziury w sercu. Okazało się, że miało także zapalenie mięśnia



sercowego, co już się równało z wyrokiem śmierci. Lekarka prowadząca praktycznie nie dawała żadnych szans na przeżycie, gdyż nawet antybiotyki nie przyjmowały się. Zatrwożona mówię: „Boże co tu robić, jak pomóc temu dziecku? Jeżeli lekarze nie dadzą rady cóż ja pomogę?”. Stałam nad łóżeczkiem rozmyślając do kogo się tu pomodlić, żeby jak najszybciej uzyskać opiekę. I nagle taka myśl mi przyszła, że Św. Joanna Beretta Molla, która też była lekarką, oddała życie żeby urodzić dziecko, a potem zmarła, bo nie brała chemioterapii. I tak sobie pomyślałam: „Joanno ty poświęciłaś życie swemu dziecku, popatrz na to dzieciatko jest bez matki, bez nikogo, ja ciebie proszę pomóż temu dziecku, stań przy nim, obejmuj je, jeżeli pan Bóg tak chce uproś go”. Na drugi dzień dowiedziałam się, że antybiotyki zaczęły działać i dziecko zaczęło wracać do zdrowia.

**Nie zawsze jednak takie historie kończą się szczęśliwie. Mówi się, że „na tych, którzy najbardziej zasługują na słońce, najczęściej pada deszcz”. Czy ma siostra czasem chwile zwątpienia w Boga widząc, jak niewinne dzieci są ciężko doświadczane przez los? Nie zadaje sobie siostra pytania dlaczego często podli ludzie są zdrowi, a małe bezbronni dzieci muszą cierpieć i żyć z nieuleczalnymi chorobami? Jak człowiek może sobie odpowiedzieć na to pytanie?**

Tak. Też przychodzą do mnie takie pytania i nieraz klęczę przed kaplicą i mówię: Boże, czemu? Ale ten świat jest w tej chwili tak niezrozumiały, tyle spotykamy krzywdy, boleści, tyle cierpienia jeden drugiemu zadaje, że ktoś to musi zrównoważyć na tym świecie, tą szalę na wadze. Te nasze dzieci są do tego powołane. Jest taka religijna piosenka, każde cierpienie ma sens. Tak samo te dzieci. Każdemu jednemu, Pan Bóg daje zadanie w tym cierpieniu, które ono jak wykona, odchodzi i w chwili śmierci nieraz te dzieci, które są tak zniekształcone przechodzą metamorfozę. Śmierć czyni ich pięknymi czyli ja wiem, że one spełniły swoje zadanie i pan Bóg je bierze prosto do nieba.

**Otrzymała siostra nagrodę prezydenta miasta za zaangażowanie w działalność na rzecz chorych dzieci. Można wysnuć wniosek, iż jest siostra aniołem, który zstąpił na ziemię, by swą dobrocią i miłością rozświetlić mroczne życie tych dzieci.**

Chciałabym uzupełnić, że nie tylko ja tu stoję, to byłaby pycha. Za mną stoją jeszcze współsiostry, które tak samo walczą o każde dziecko. Ale także stoi świecki personel, który ręką w rękę z nami pracuje i pomaga. Wszyscy pragniemy ich szczęścia. A tak naprawdę to one są aniołami, a my czerpiemy z ich miłości i ciepła.



Razem  
z Tobą &

PRZY TABLICY

SP  
23

KONKURS

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 23 W ELBLĄGU OGŁASZA KONKURS PLASTYCZNY  
„JESTEŚMY RAZEM - MÓJ NIEPEŁNOSPRAWNY PRZYJACIEL”.  
PRACĘ W FORMACIE: A4, A3 WYKONANE DOWOLNĄ TECHNIKĄ  
PROSIMY PRZYSYŁAĆ NA ADRES:

**SZKOŁA PODSTAWOWA NR 23 W ELBLĄGU UL. SŁONECZNA 14.**  
ROZSTRZYGNĘCIE KONKURSU W MARCU. CZEKAJĄ CENNE NAGRODY!  
ZAPRASZAMY DO WSPÓLNEJ ZABAWY! :)

„Szkoła to nie tylko nauka,  
to przygoda, zabawa i przyjaźń”

Rozmowa  
z Sebastianem  
Jaworskim

więcej str 18

Rozmowa z Panią Anetą  
Jarząbek - mamą  
Cypriana, ucznia klasy II b

więcej str 18

Rozmowa z Panią  
Małgorzatą Jagodzińską  
- mamą Krzysia z IV b

więcej str 20

# Rozmowa z Sebastianem Jaworskim – absolwentem Szkoły Podstawowej nr 23 w Elblągu

**Amelia:** Cześć Sebastian, miło Cię widzieć. Możemy Ci zadać kilka pytań?

Sebastian: Cześć, no pewnie.

**Marika:** Jak znalazłeś się w naszej szkole?

Sebastian: Na początku byłem w innej szkole, dopiero w piątej klasie mama przepisała mnie do tej szkoły. I tak tu się znalazłem.

**Amelia:** Pamiętasz, co wtedy czułeś?

Sebastian: No pewnie, bardzo się bałem. Nie wiedziałem jacy będą nauczyciele, czy dam sobie radę, do jakiej klasy trafię. Bałem się, znałem tylko Sandrę z zajęć w OREW-ie.

**Marika:** A jak przyjęła cię klasa?

Sebastian: Na szczęście trafiłem do fajnej klasy, czasem się z niektórymi kolegami kłóciłem, ale mi też pomagali, rozmawiali ze mną, z innych klas też - na przykład na korytarzu na przerwie.

**Amelia:** A co z nauczycielami, jak ich zapamiętałeś?

Sebastian: Byłem w klasie pani Mirki

i Moniki, uczyły mnie też pani Magda, Pani Iwona, pani Małgosia i pani dyrektor. Nauczyciele byli dla mnie wyrozumiali, bardzo mi pomagali i na lekcjach, i na przerwach.

**Marika:** Jakie zajęcia lubiłeś najbardziej?

Sebastian: Najbardziej lubiłem plastykę, bo mogłem malować, rysować, kolorować, tłumaczyć słówka na angielskim, na WDŻ (Wychowanie do życia w rodzinie) rozmawiać o rodzinie i inne też.

**Amelka:** Co jeszcze najlepiej zapamiętałeś?

Sebastian: Pamiętam dużo fajnych imprez, dyskoteki, wyjścia do kina, teatru, muzeum, innych szkół, na kibicowanie. Najlepsze było to, że wszędzie mnie zabierali ze sobą, nawet byłem tydzień na zielonej szkole w Łebie, dużo zwiedzaliśmy, pani Mirka tłumaczyła nam wszystko i wniosła mnie na wydmcę, a potem sturlałem się z niej z mamą. Super było.

**Marika:** Co byś chciał powiedzieć innym



dzieciom o naszej szkole?

Sebastian: W tej szkole jest bardzo fajnie, jest dużo wydarzeń, wycieczek i wszyscy są przyjaźni, nie musicie się martwić, że ktoś was nie przyjmie, każdy was przyjmie.

**Marika i Amelia:** Dziękujemy za rozmowę, życzymy Ci powodzenia w nowej szkole.

Sebastian: Dziękuję.

Rozmowę przeprowadziły: Marika Hołub i Amelia Lewandowska z Va.

## Rozmowa z Panią Anetą Jarząbek - mamą Cypriana, ucznia klasy II b

**M. B.** W jaki sposób Pani dziecko znalazło się w naszej placówce? Co zdecydowało o tym, że zapisała Pani dziecko właśnie do nas?

A.J. Bardzo długo zastanawialiśmy się wraz z mężem, do jakiej szkoły powinien pójść nasz syn. Braliśmy pod uwagę zarówno szkołę specjalną jak również szkołę z klasami integracyjnymi. Postanowiliśmy sprawdzić, jaka jest oferta szkół podstawowych. Byliśmy w trzech placówkach i po rozmowie z dyrektorami oraz obejrzeniu budynków uznaliśmy, iż tylko Szkoła Podstawowa Nr 23 spełnia nasze oczekiwania. Jest to szkoła mała, a to w przypadku naszego dziecka ma ogromne znaczenie. Jest dostosowana do jego potrzeb.

**M.B.** Jak postrzega Pani relacje

swojego dziecka z rówieśnikami? Na jakie przeszkody napotyka, co lub kto pomaga mu je pokonać?

A.J. Początkowo mój syn nie chciał nawiązywać kontaktów z rówieśnikami. Jednak z pomocą wychowawców dziecko stopniowo zaczęło uczestniczyć w życiu klasy. Aktualnie odnoszę wrażenie, iż relacje są bardzo dobre. Cyprian został zaakceptowany i jest traktowany jak pełnosprawny kolega.

**M.B.** Czy jest Pani zadowolona z pobytu dziecka w naszej szkole? Jak układa się współpraca z nauczycielami, dyrekcją?

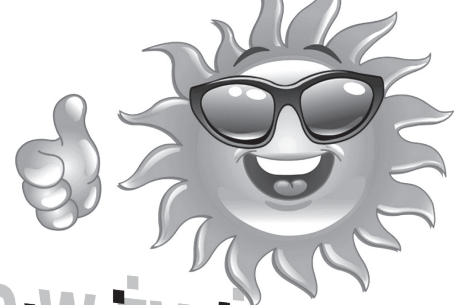
A.J. Jestem bardzo zadowolona, iż mój syn uczęszcza do tej właśnie szkoły. Choć miałam wiele obaw okazało się, że nauczyciel wspomagający, jak i inni nauczyciele, są bardzo dobrze przygotowani do pracy z dziećmi niepełnosprawnymi. Kontakty z dyrekcją bardzo dobre, a wszelkie problem są

natychmiast rozwiązywane. Zawsze mogę liczyć na pomoc.

**M.B.** Czy chce Pani dodać coś od siebie?

A.J. Z pełną świadomością i odpowiedzialnością mogę polecić tę szkołę każdemu rodzicowi dziecka niepełnosprawnego. Moje dziecko czuje się w tej szkole bardzo dobrze, a ja wiem, że jest bezpieczne i nauka jest dostosowana do jego możliwości.





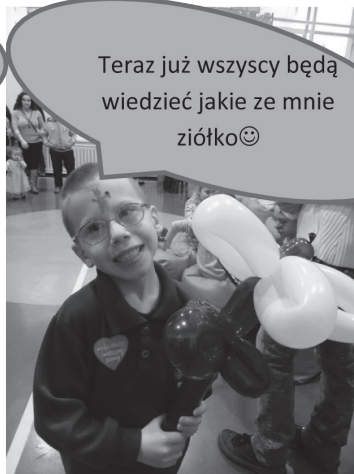
# „Jedyną niepełnosprawnością w życiu jest złe nastawienie.”



Nie wierzę! Zgodziła się ze mną zatańczyć☺



Teraz już wszyscy będą wiedzieć jakie ze mnie ziółko☺



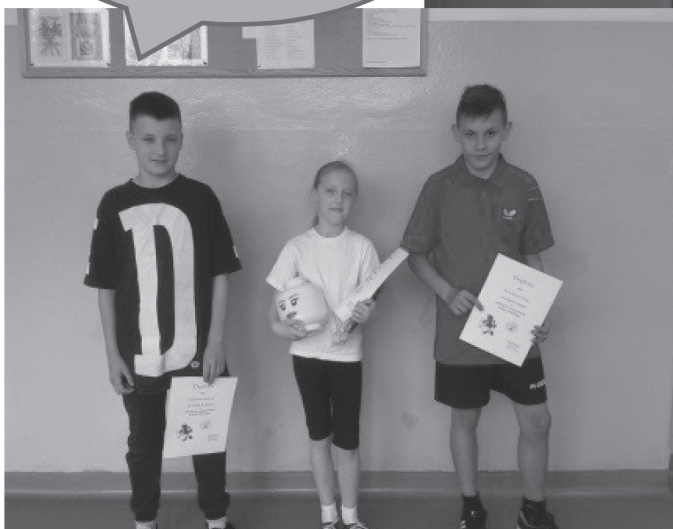
Jakie pyszności, sama bym wszystkie zjadła...☺



Jeszcze kilka powtórzeń i będę jak Pudzianowski☺



Jaka zadowolona! Tym razem dałem Ci fory w ping-ponga. Jak mówi przysłowie na babski upór nie ma lekarstwa☺



Już wiem czego nie będę robił! A mówili że to taka miła odprężająca robótko☺



# Rozmowa z Panią Małgorzatą Jagodzińską

## - mamą Krzysia z IV b

**M. B. W jaki sposób Pani dziecko znalazło się w naszej placówce? Co zdecydowało o tym, że zapisała Pani dziecko właśnie do nas?**

M. J. Od początku byłam pewna, że chcę zapisać syna do szkoły z klasami integracyjnymi, dlatego zaczęłam rozpytywać się wśród znajomych mam o waszą placówkę. Opinie były skrajne, jedni krytykowali, inni się zachwycali, a że ja lubię mieć swoje zdanie, postanowiłam przyjść do waszej szkoły i wszystkiego dowiedzieć się u źródła. Przyszłam do szkoły, porozmawiałam z panią dyrektorką, nauczycielami i, trudno to określić, ale poczułam tutaj takiego „dobrego ducha”, coś, co mi się spodobało. Sama placówka też mi się spodobała: jasne, przyjemne klasy, fajne pomieszczenia, przejrzysty układ, niewiele dzieci, wszyscy się znają – to też ważne. Potem była pierwsza rozmowa z panią Ewą, do której trafił

Krzyś i już wiedziałam, że to jest nauczyciel dla mojego syna. Od razu mi się spodobała ta energiczna kobieta, która doskonale wyczuła jak poprowadzić mojego syna, a nie jest to łatwe ze względu na jego chorobę. Świetnie poradziła sobie z trudnościami wynikającymi z przypadłości Krzysia, potrafiła utrzymać go w ryzach i okiełznać jego wybuchy nie robiąc mu żadnej krzywdy. Potrafiła wyciągnąć z niego to, co najlepsze. Wtedy wiedziałam już, że to jest dobra szkoła dla mojego Krzysia i jak widać nie pomyliłam się.

**M.B. Jak postrzega Pani relacje swojego dziecka z rówieśnikami? Na jakie przeszkody napotyka, co lub kto pomaga mu je pokonać?**

M.J. Początki nie były najłatwiejsze, zdarzało się, że dzieci nie chciały go złapać za rękę, siedzieć z nim w ławce, bawić się. Pytały dlaczego



on się tak zachowuje. Dlatego szacunek niesamowity dla pani, że potrafiła tak pozytywnie nastawić kolegów do Krzysia, że umiała wytłumaczyć reszcie klasy, że on tak po prostu ma, że on taki jest i nie ma na to wpływu. Zresztą uważam, że Krzyś miał też dużo szczęścia, że trafił do takiej sympatycznej i przyjaznej klasy. Dziś nie ma on już żadnych problemów z klasą, mówi o nich „moje dzieci”, a ja jestem pewna, że nikt nie zrobi mu krzywdy, a kiedy będzie potrzebował pomocy, to mu jej udzielią.

**M.B. Czy jest Pani zadowolona z pobytu dziecka w naszej szkole? Jak układa się współpraca z nauczycielami, dyrekcją?**

M. J. Jestem bardzo zadowolona, dla mnie, jeżeli chodzi o integrację, to Szkoła Podstawowa Nr 23 jest wzorcową, przynajmniej na terenie Elbląga. Liczne zajęcia specjalistyczne – w tym rewalidacja, logopedia, terapia pedagogiczna, dogoterapia, wyszkoleni nauczyciele, nauczyciel wspomagający w klasach integracyjnych – to bardzo pomaga. Uważam, że tylko w takich szkołach widać sens integracji, nasze dzieci muszą być wśród zdrowych dzieci, żeby się rozwijać. Moje zdanie jest takie, że jeden autystyk niczego się od drugiego nie nauczy, do stymulacji

potrzeba mu dzieci zdrowych, dlatego walczyłam od początku o skierowanie syna do szkoły integracyjnej, a nie do specjalnej. Natomiast co do współpracy, gdy mam jakikolwiek problem, to rozmawiam z nauczycielami i go wspólnie rozwiązujemy. Nie ma „zamiatania pod dywan”, uników czy udawania, że nic się nie dzieje, zawsze jest reakcja. Nie jestem zostawiona sama z problemem, angażują się różne osoby, mogą tu liczyć na pomoc.

**M.B. Czy chce Pani dodać coś od siebie?**

Tak naprawdę to nie zdobyte dyplomy ani luksusowe wyposażenie sal lekcyjnych jest najważniejsze, tylko to, czy nauczyciel to „czuje”, inaczej nie podoła wyzwaniu jakim jest nauczanie dziecka z niepełnosprawnością czy ruchową, czy intelektualną. A w tej szkole nauczyciele zdecydowanie to „czują”. Mojemu dziecku jest tu dobrze i mnie też. Nie potrzeba żadnych nadzwyczajnych zabezpieczeń, bo gdy dziecku jest gdzieś dobrze, to nie ucieka stamtąd, chce tam być. A mój Krzyś chce być w tej szkole.

*Rozmowy przeprowadziła Mirosława Bisaga opiekun Samorządu Uczniowskiego w SP 23*

# W Elblągu powstało kolejne przedszkole dla niepełnosprawnych dzieci

Od 1 października br. Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 w Elblągu uruchomił punkt przedszkolny. Mieści się on w jednej z jednostek podległych placówce, przy ul. Chopina 30. W tym roku przyjął on ośmioro dzieci z umiarkowanym i znacznym stopniem niepełnosprawności. To bardzo dobra wiadomość, gdyż zapotrzebowanie na tego typu placówki w naszym mieście jest wciąż bardzo duże.



Napisz do autora:  
**Aleksandra Garbecka**  
dziennikarz  
[a.garbecka@razemztoba.pl](mailto:a.garbecka@razemztoba.pl)

miesięcznik  
**Razem  
Tobą**  
osób niepełnosprawnych

Jak wyjaśnia Leszek Iwańczuk, dyrektor SOSW nr 1 pomysł na utworzenie punktu przedszkolnego powstał na bazie wieloletnich doświadczeń i obserwacji. - W związku z tym, że to dopiero początek, nie mamy jeszcze wypracowanych procedur rekrutujących, dlatego w tym roku do placówki trafią dzieci, które korzystały z Centrum Wczesnego Wspomagania, działającego w naszym Ośrodku.

Na potrzeby powstania punktu przedszkolnego, dostosowano 4 pomieszczenia o pow. 177 m kw., które wcześniej służyły wychowankom internatu przy ul. Chopina 30. Wymieniono wszystkie instalacje, wyremontowano wszystko od a do z, zakupiono niezbędne wyposażenie, na zewnątrz wybudowano wiatrołap oraz nowe dojście do przedszkola z polbruk, zasiano nową trawę. W przyległym do placówki ogrodzie, w przyszłości postanie także plac zabaw.

- Większą część prac adaptacyjnych udało się zakończyć dzięki ogromnemu wsparciu władz samorządowych Elbląga, przyjaciół placówki oraz sponsorom. Pozostałą część, udało się dokonać własnymi siłami - dodaje Leszek Iwańczuk.



Aby wyjść naprzeciw pracującym rodzicom, punkt przedszkolny będzie funkcjonował 10 godzin dziennie. - Jesteśmy elastyczni, godziny otwarcia w miarę możliwości będą dostosowywane do rodziców. Przedszkole zamknięte będzie tylko przez jeden miesiąc w całym roku, czynne będzie także w ferie, a więc jest to duże udogodnienie - zaznacza Leszek Iwańczuk.

W punkcie przedszkolnym zatrudnione są 2 nauczycielki wspomagane pomocą nauczyciela, dodatkowo przeznaczonych zostanie przynajmniej 6 godzin na pracę specjalistyczną, która będzie dzielona na półgodzinne lub 15minutowe zajęcia. Jak tłumaczy Leszek Iwańczuk zajęcia mają słu-

żyć jak najlepszemu zdiagnozowaniu dziecka, a potem jak najlepszemu jego rozwojowi, tak, aby mogły osiągnąć maksimum swojego potencjału. W programie znajdują się zatem nie tylko zajęcia, które obejmuje podstawa programowa, takie jak: kontakt ze światem, ze środowiskiem, z kulturą, ale także elementy języka niemieckiego, zajęcia z gimnastyki korekcyjnej zajęcia logopedyczne oraz dogoterapia. - W przyszłym roku planujemy także utworzenie mniejszej grupy przedszkolnej dla dzieci z niepełnosprawnościami sprzężonymi lub dla dzieci z autyzmem - podsumowuje Leszek Iwańczuk.

## ZDROWIE

## Wychłodzenie może zabić

Temperatury w nocy spadają już do kilku stopni. Niebawem zaczną spadać poniżej zera. Takie ochłodzenie może być szczególnie niebezpieczne dla osób bezdomnych. Widząc osobę narażoną na wychłodzenie pomóżmy jej i nie bądźmy obojętni.

Nie przechodźmy obojętnie obok człowieka, któremu grozi wychłodzenie. Skuteczność naszych (policyjnych) działań, uzależniona jest także od aktywności mieszkańców. Apelujemy o informowanie Policji lub instytucji pomocowych o osobach, które takiej pomocy potrzebują.

Policja podejmuje działania prewencyjne i pomocowe, zmierzające do udzielania pomocy każdemu, kto jej potrzebuje. Naszym obowiązkiem jest przeciwdziałanie tragicznym zdarzeniom jakim są śmiertelne wychłodzenia. Funkcjonariusze patrolują miejsca, w których często przebywają bezdomni, tj.: dworce, tereny przydworcowe, kanały ciepłownicze, ogródki działkowe. Funkcjonariusze nie są jednak w stanie dotrzeć do wszystkich osób potrzebujących takiej pomocy. Dlatego zwracamy się z prośbą o informowanie ośrodków pomocy społecznej o osobach bezradnych, samotnych i bezdomnych potrzebujących pomocy.

*Oprac. Red.*

## UWAGA!

## Oszuści chcą, by udostępnić im mieszkania

Ministerstwo Spraw Wewnętrznych nie wysyła pism o udostępnienie czy oddanie mieszkań Syryjczykom, stanowczo podkreślając, że takich działań nigdy nie prowadziło. To oszustwo, na które dali się już niestety „nabrać” głównie seniorzy. Apelujemy o czujność.

Na sfałszowanych dokumentach nie widnieje żadna pieczęć MSW, jest to tylko wydruk komputerowy. Osoby, które otrzymały tego typu pismo powinny niezwłocznie udać się na policję.

*Red.*

## SPOŁECZEŃSTWO

## Wspierają od pięciu lat

W Olsztynie zorganizowano uroczystą galę z okazji pięciolecia istnienia stowarzyszenia Helper– Europejskiego Centrum Wsparcia Społecznego działającego na rzecz osób niepełnosprawnych. Helper jest organizacją pozarządową wspierającą głównie osoby cierpiące na chorobę Alzheimera.

Uroczystość miała miejsce w centrum Konferencyjnym Uniwersytetu Warmińsko–Mazurskiego w Olsztynie. Helper jest założycielem aż pięciu placówek: Środowiskowe Domy Pomocy w Prejłowie, Jedwabnie, Reszlu, Marcinkowie oraz Środowiskowy Dom Samopomocy „Centrum Alzheimera– Dar Serca” w Olsztynie. W gali uczestniczył wojewoda Zbigniew Podziewski. Rozdano statuetki, „złote helpery”, oraz przedstawiono występy uczestników i opiekunów działających w wyżej wymienionych ośrodkach.

*Źródło: uw.olsztyn.pl*

## ZDROWIE

## Będą mówić o śpiączce

21 listopada br. w Warszawie odbędzie się Międzynarodowa Konferencja Naukowa „Najnowsze osiągnięcia w diagnostyce i leczeniu śpiączki”. Organizatorem jest fundacja Ewy Błaszczuk „Akogo?”. Swoje wykłady wygłoszą najznakomitsi naukowcy, poszukujący skutecznych metod wybudzania pacjentów ze śpiączki, m.in.: Prof. Steven Laureys (Liege), Prof. Benedikt Berninger (Monachium), Prof. Tetsuo Kanno i Dr Isao Morita (Japonia) oraz Prof. Wojciech Maksymowicz (Olsztyn). Prelegenci zaprezentują wyniki swoich prac i badań oraz prowadzonych programów eksperymentalnych związanych z diagnostyką i wybudzaniem pacjentów przebywających w śpiączce. Są jeszcze wolne miejsca, zapraszamy wszystkich chętnych do nadsyłania zgłoszeń: szczegółowe informacje i zapisy na [www.akogo.pl/konferencja](http://www.akogo.pl/konferencja). Miejsce spotkania– Warszawa, pl. Zawiszy 1, Radisson Blu Sobieski Hotel.

*Źródło: www.akogo.pl*

### Bezpłatne Porady Prawne i Specjalistyczne ERKON

#### Zapisy:

#### \* ELBLĄG

codziennie od 9:00 do 15:00  
ul. Zw. Jaszczurczego 15, 55 232 69 35;

#### \* GDAŃSK

ul. Dyrekcyjna 6, pok. 310,  
tel: 536-206-560

#### \* TORUŃ

ul. Szeroka 22, pok. 23A i 31,  
tel. 512 987 024

## Pod naszym patronatem

## „Jak widzieć więcej?”

3–4 grudnia br. w Pałacu Kultury i Nauki w Warszawie odbędzie się XIII Wielkie Spotkanie Niewidomych i Niedowidzących Fundacji „Szansa dla Niewidomych” – Reha for the blind in Poland. Hasło tegorocznej edycji: „Jak widzieć więcej – medycyna, technologia i rehabilitacja idą nam z pomocą”.

REHA to doskonała okazja do dyskusji na temat sytuacji środowiska osób niewidomych i niedowidzących w Polsce i na świecie. Corocznie na to wydarzenie przybywa ponad 2,5 tysiąca uczestników i ponad 50 wystawców z całego świata. Konferencja składa się z sesji merytorycznej i paneli dyskusyjnych, którym towarzyszy wystawa dająca możliwość zapoznania się z nowoczesnymi produktami umożliwiającymi rehabilitację osób niewidomych i słabowidzących. W ramach konferencji organizatorzy zapewniają wiele atrakcji i konkursów m.in. koncert Grzegorza Wilka, pokaz Gry Blind Football oraz zachęcają do wzięcia udziału w towarzyszącym konferencji konkursie „IDOL” 2015.

**Rejestracja na konferencję odbywa się za pośrednictwem e-mail:** reha\_in\_poland@szansadlaniewidomych.org, pod numerem telefonu: +48 602 662 762 lub na adres korespondencyjny: ul. Chlubna 88, 03-051 Warszawa.

Patronat honorowy nad konferencją objął Pomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych Jarosław Duda.

**Miesięcznik „Razem z Tobą” jest patronem medialnym tego wydarzenia.**  
Red.

## ZDROWIE

## Powstało Centrum Usług Motoryzacyjnych dla Osób Niepełnosprawnych

W Instytucie Transportu Samochodowego w Warszawie uruchomione zostało Centrum Usług Motoryzacyjnych dla Osób Niepełnosprawnych. Jest to jedyny w Polsce ośrodek informacyjno-szkoleniowo-badawczy, którego celem jest kompleksowa realizacja potrzeb środowiska osób z dysfunkcjami w zakresie mobilności. Centrum powstało w trosce o kierowców i kandydatów na kierowców z niepełnosprawnością, dla których pojazd jest niezwykle ważnym narzędziem, niezbędnym do efektywnego funkcjonowania. W ramach Centrum powstał Ogólnopolski Informacji o Usługach Motoryzacyjnych, w którym osoby z niepełnosprawnością, ich rodziny, instruktorzy nauki jazdy, egzaminatorzy, lekarze orzecznicy, dealerzy samochodów będą mogli uzyskać fachową informację dotyczącą wielu aspektów związanych z mobilnością. Centrum zapewnia możliwość testowania, bądź przy spełnieniu określonych warunków, wypożyczenia pojazdu przystosowanego do różnego rodzaju dysfunkcji. Centrum przygotowuje się również do uruchomienia Ośrodka Szkolenia Kierowców.

[www.cts.waw.pl](http://www.cts.waw.pl)

## SPORT

## O sporcie osób niepełnosprawnych

W Ministerstwie Pracy i Polityki Społecznej odbyła się konferencja poświęcona roli sportu w aktywizacji osób niepełnosprawnych oraz wizerunkowi niepełnosprawnych sportowców, zorganizowana przez Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych.

W konferencji wzięli udział sportowcy z niepełnosprawnościami, przedstawiciele związków sportowych, środowiska akademickiego oraz organizacji działających na rzecz sportu osób z niepełnosprawnościami. Uczestnicy konferencji wysłuchali wystąpień na temat roli sportu w rehabilitacji osób z niepełnosprawnościami, modelu organizacji sportu osób z niepełnosprawnościami oraz miejsca sportu osób z niepełnosprawnościami w mediach. Przysłuchiwali się także panelom ekspertów na temat modelu wspierania sportu osób z niepełnosprawnościami i wizerunku niepełnosprawnych sportowców w mediach.

Wydarzeniem towarzyszącym konferencji była wystawa Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych zdjęć Adama Nurkiewicza, wykonanych podczas XIV Światowych Letnich Igrzysk Olimpiad Specjalnych w Los Angeles.

[www.mpips.gov.pl](http://www.mpips.gov.pl)

## ZDROWIE

## Spotkania „szpitalnych mam”

Filia nr 5 Biblioteki Elbląskiej na Osiedlu Zawada w Elblągu zaprasza na spotkania tzw. „szpitalnych mam”. Czujesz, że najbardziej rozumie Cię druga matka borykająca się z chorobą dziecka? Dołącz do nas! Nie jesteś sama! Spotkania są bezpłatne.

- Proponujemy spotkania w gronie kobiet, które przechodzą to samo co Ty, choć każda z nas ma swoją własną historię... Razem odpoczniemy, czegoś nowego się nauczymy, coś wspólnie stworzymy, pośmiejemy się, a jak trzeba będzie – popłacemy. Przyjdź, bo chcesz, potrzebujesz... - zachęcają organizatorki.

Więcej informacji: Małgorzata Gwóźdź, Filia nr 5, ul. Rodziny Nalazków 20, tel. 55 625 60 95(96)

Red.

# Idzie senior do lekarza



Napisz do autora:  
**Teresa Bocheńska**  
dziennikarz  
t.bochenska@razemztoba.pl

mieisiecznik  
**Razem  
Tobą**  
osób niepełnosprawnych

Starość nie radość. Potwierdza to dominujący stereotyp starości, który opisuje głównie negatywne strony podeszłego wieku: małą zaradność, niesprawność, uciążliwość dla najbliższej rodziny, samotność. Coraz

częściej odzywają się głosy o potrzebie stworzenia polityki senioralnej. Tymczasem w naszym kraju zderzają się dwa przeciwstawne kierunki: działania na rzecz aktywizacji seniorów z podkreśleniem ich wiedzy i doświadczenia z brakiem opieki lekarskiej i socjalnej. Najbardziej dotkliwy jest brak poradni geriatrycznych, a nasze społeczeństwo od 30 lat się starzeje - rośnie liczba osób starszych i rośnie długość życia.



## Kiedy zaczyna się starość

Tu zdania są podzielone. Wiek, od którego człowiek zaczyna się starzeć zależy od wielu czynników: genetycznych, budowy ciała, przemiany materii, a także środowiska i stylu życia. Najbardziej popularny jest podział na starość wczesną (wiek podeszły: 60-74 lat), starość późną (75-89 lat) oraz starość bardzo późną (długowieczność - od 90 lat). Światowa Organizacja Zdrowia mówi o starości wczesnej do 74 roku życia i późnej, powyżej 75 roku. Z kolei amerykańscy geriatrzy i gerontolodzy wymieniają następujące okresy życia: wiek średni (50 - 70 lat), wczesna dojrzałość (70 - 85 lat) i późna dojrzałość (86 i więcej lat). Istnieje też pojęcie „przedpola starości”, które obejmuje wiek od 50 do 64 lat.

## Problemy starości: zdrowotne

Z wiekiem obniża się odporność organizmu i wydolność narządów. Osoby starsze częściej zapadają na różne choroby, wśród których przeważają przewlekłe, często prowadzące do niepełnosprawności. Seniorzy skarżą się na bóle stawów i kręgosłupa, uczucie zmęczenia i duszności przy wysiłku, bóle głowy, kołatanie i bóle serca, trudności z zasypianiem, nadmierną



nerwowość. Oprócz chorób układu krążenia, układu kostno-stawowego, pokarmowego zdarzają się też upadki, otępienia, zaburzenia wzroku i słuchu, nietrzymanie moczu.

Na każdym etapie starości wygląda to inaczej - problemy charakterystyczne dla starości pojawiają się najczęściej dopiero po 75 roku życia. Do tego czasu większość osób jest aktywna i radzi sobie samodzielnie. Za pacjentów geriatrycznych w Europie i USA uważa się osoby w wieku powyżej 80 lat.

### społeczne i psychiczne

Stosunkowo niedawno osoby starsze otaczane były szacunkiem, doceniało się ich wiedzę, mądrość wyływającą z doświadczenia. Było oczywiste, że powinny zajmować wyższe stanowiska, pełnić znaczące funkcje społeczne. Dzisiaj to się radykalnie zmieniło. Dla młodych ludzi nie jest autorytetem ktoś, kto nie potrafi posługiwać się sprawnie nowoczesnym sprzętem elektronicznym, a nieobecność na forach społecznościowych uchodzi za zacofanie. Osoby starsze czując się nieustannie narażone na krytykę, odrzucone czy wręcz dyskryminowane wycofują się z życia społecznego. Prowadzi to do osamotnienia i depresji. W takiej sytuacji częściej dochodzi do zaburzeń świadomości i otępienia. Przygnębienie, brak pozytywnych bodźców przyczyniają się z kolei do pogłębiającego się spadku odporności.

### bytowe

Do wszystkich powyższych problemów bardzo często dołącza się trudna sytuacja materialna. Niskie renty i emerytury nie wystarczają na zaspokojenie wszystkich potrzeb, co dodatkowo odbija się na zdrowiu, bo wybór, czy zapłacić za prywatną wizytę u lekarza i wykupić leki, czy kupić żywność – siłą rzeczy musi wypaść na korzyść jedzenia. Przekroczenie progu dostępności do pomocy socjalnej pozbawia bezpłatnych usług opiekuńczych, a że na zatrudnienie opiekunki na własny koszt starszej pani czy pana nie stać, muszą sami sobie radzić z domowymi porządkami, wieszaniem prania, większymi zakupami, co może skończyć

się tragicznie.

### Kiedy i jak wkroczyć z pomocą

Jak widać, wszystkie wspomniane problemy zazębiają się ze sobą. Leczenie chorego serca bez zwrócenia uwagi na problemy psychiczne i socjalne nie da spodziewanych efektów. Toteż działania podejmowane wobec osób starszych powinny być kompleksowe, uwzględniać wszystkie ich potrzeby jednocześnie. Jest to możliwe, gdy prowadzi je zespół specjalistów, co jest codzienną praktyką w krajach wysoko rozwiniętych. Według polskich standardów geriatrycznych taki zespół powinien składać się co najmniej z lekarza, pielęgniarki, fizjoterapeuty, psychologa i pracownika socjalnego, przy czym na jego czele stoi lekarz geriatra.

### Dlaczego geriatra

80-letnia pani leczy się u lekarza rodzinnego, kardiologa, neurologa, reumatologa i diabetologa – nie wspominając o okuliście. Od każdego z tych specjalistów przynosi co najmniej jeden, a przeważnie kilka leków. Rano ma do połknięcia garść tabletek. Wizyty u specjalistów odbywają się co kilka miesięcy, a żaden z nich nie interesuje się tym, co przepisują pozostali. Po pewnym czasie do tej „kolekcji” lekarzy musi dołączyć gastrolog – a efekty całego leczenia są raczej mierne. Jeżeli jeszcze właśnie umrze jej mąż, a dzieci nie dają znaku życia z zagranicy, dokłada tabletki na uspokojenie. Nie trzeba być doktorem medycyny, żeby zrozumieć, że nie może z tego wynikać nic dobrego. Tymczasem geriatra potrafi ogarnąć to wszystko, zredukować ilość leków, eliminując przede wszystkim te, które się wykluczają, albo mają podobne działanie, zwrócić uwagę na problemy psychiczne. Zamiast tabletek doradzi spacer, podpowie, gdzie można spotkać się z ludźmi, otrzymać pomoc. Wizyty u specjalistów ograniczą się do



foto. freemages.com

niezbędnych zabiegów. Nie wszystkie dolegliwości późnej starości są chorobą, mogą być objawem niewydolności związanych z wiekiem, na które żaden lek nie pomoże. Potrzebna jest tu specyficzna wiedza.

Chociaż pacjentem geriatrycznym jest się dopiero po osiemdziesiątce, to do geriatry warto udać się znacznie wcześniej, po to, żeby się dowiedzieć, jak w swoim przypadku opóźnić starzenie. Jest na to wiele sposobów, z których najważniejszy to aktywność umysłowa i fizyczna. Każdy organizm jest jednak inny, stąd porada geriatry może okazać się bezcenna.

### Najwyższy czas na geriatrów

Starszych ludzi jest coraz więcej, a geriatrów jak na lekarstwo – a właściwie jeszcze mniej. Rady Seniorów od dawna bez skutku monitują w samorządach, zapisują postulat utworzenia poradni geriatrycznych w programach społecznych na rzecz osób starszych. Za to dalsze zaniechania w tej dziedzinie będą miały ogromne skutki finansowe, gdy coraz większa liczba starszych osób w wyniku braku odpowiedniej opieki i profilaktyki geriatrycznej będzie potrzebować skomplikowanych zabiegów i intensywnej opieki medycznej oraz domagać się miejsc w domach pomocy społecznej, nie mówiąc o trudnych do wyobrażenia skutkach społecznych.

# Najlepsza taktyka to profilaktyka



Napisz do autora:  
**Aleksandra Garbecka**  
dziennikarz  
a.garbecka@razemztoba.pl

miejsce  
**Razem  
Tobą**  
osób niepełnosprawnych

Statystyki są nieubłagane – rak piersi jest najczęstszym nowotworem złośliwym u kobiet. O tym, jak ważna jest w tym aspekcie profilaktyka przypomina marsz „Kocham cię, życie”, organizowany corocznie przez elbląskie „Amazonki”, który przeszedł 18 października ulicami miasta. I choć frekwencja w tym roku była nieco gorsza niż w roku poprzednim, to niewątpliwie jedna z lepszych i potrzebnych inicjatyw prozdrowotnych, odbywających się w Elblągu.

Jak zwykle oprócz Amazonek oraz ich przyjaciół, w pochodzie nie zabrakło młodzieży z różnych elbląskich szkół, bo to głównie do nich jak podkreśla Alicja Tomczyk, prezes elbląskich „Amazonek”



kierowany jest ten przekaz.

– Pokazujemy młodych dziewczynom w jaki sposób same mogą badać swoje piersi, a przy okazji zachęcamy, aby przekazywały tę wiedzę swoim mamom i babciom. I to rzeczywiście działa. Przede wszystkim pamiętajmy, że rak to nie wyrok, a szybko wykryty, może być zupełnie wyleczony. Na szczęście w Elblągu mamy dobrze prosperujący

oddział oraz poradnię onkologiczną. Niestety żyjemy w pośpiechu i stresie, a to wszystko odbija się na naszym zdrowiu. Jeśli my tego nie zmienimy, to postępy w nowotworach będą zbierał coraz większe żniwa.

Marsz zakończył się pod Ratuszem Staromiejskim, w którym chętni mogli wykonać badania profilaktyczne: zmierzyć ciśnienie oraz poziom cukru.

## Szybsza walka z rakiem



Oprac. Redakcja

miejsce  
**Razem  
Tobą**  
osób niepełnosprawnych



Fot. nadesłane

**„Pakiet onkologiczny”, którego elementem jest Szybka Terapia Onkologiczna to rozwiązanie organizacyjne wprowadzone przez Ministerstwo Zdrowia z początkiem 2015 roku. Jego celem ma być szybsze i bardziej sprawne przeprowadzenie pacjenta, u którego podejrzewa się nowotwór, przez kolejne etapy diagnostyki i leczenia.**

Pierwszym krokiem do leczenia w ramach szybkiej ścieżki onkologicznej jest zgłoszenie się pacjenta do lekarza podstawowej opieki zdrowotnej (POZ). Lekarz

przeprowadza dokładny wywiad, w razie potrzeby zlecając wykonanie niezbędnych badań. Jeśli podejrzewa nowotwór, kieruje pacjenta do specjalisty lub bezpośrednio na zabieg diagnostyczno-leczniczy do szpitala. Równocześnie wystawia tzw. zieloną kartę (kartę DiLO – Diagnostyki i Leczenia Onkologicznego), pozwalającą na szybkie diagnozowanie. Kartę DiLO może wydać także lekarz specjalista w poradni ambulatoryjnej (AOS), jeśli zdiagnozuje nowotwór złośliwy u pacjenta, którego leczy. Pacjent może otrzymać kartę DiLO również w szpitalu, jeśli w wyniku hospitalizacji (nawet nie związanej z chorobą nowotworową) zostanie u niego wykryty nowotwór złośliwy. W takim przypadku warunkiem wydania karty jest potwierdzenie diagnozy. Na tych samych zasadach kartę

DiLO otrzyma pacjent hospitalizowany z powodu nowotworu. Po przeprowadzonej diagnostyce, w wyniku której zostanie rozpoznany i potwierdzony nowotwór, pacjent zapraszany jest na konsylium. Składa się ono z zespołu specjalistów z zakresu: onkologii, radioterapii, dziedziny zabiegowej, radiologii. Zadaniem konsylium jest opracowanie dla pacjenta dalszego, indywidualnego planu leczenia.

Od stycznia do sierpnia br. z leczenia w ramach ścieżki skorzystało w województwie warmińsko-mazurskim już ponad 5,5 tysiąca pacjentów. I choć wprowadzenie karty DiLO nałożyło na lekarzy dodatkowe czynności administracyjne, statystyki pokazują, że znacząco zmniejszył się czas oczekiwania na rozpoczęcie leczenia z 62 dni do 28.



# Tak to się zaczęło...

**Stowarzyszenie Amazonek, które nie tak dawno obchodziło dwudziestolecie swojego istnienia obecnie liczy 120 członków, ale przewinęło się przez nie około 650 kobiet. Elbląskie „Amazonki” objechały nie tylko okoliczne wsie i miasteczka, ale zawędrowały też do Kaliningradu i Kijowa. O początkach rozmawiamy Haliną Kulą – inicjatorką Elbląskiego Stowarzyszenia Amazonek, która jak sama mówi, dziś jest na „emeryturze stowarzyszeniowej”.**



**Napisz do autora:  
Teresa Bocheńska  
dziennikarz  
t.bochenska@razemzoba.pl**

mięsiecownik  
**Razem  
z Tobą**  
osób niepełnosprawnych

wziął nas pod swoje skrzydełka, byłyśmy jego filią. Zaczęłam od szukania pomieszczenia, które nie mogło nas drogo kosztować – dopiero zaczynałyśmy, było nas kilka, mogłyśmy się utrzymywać tylko z własnych składek.

## **Jak zwerbowała pani pierwsze uczestniczki?**

- Szybko po tej operacji wróciłam do pracy i tam znalazł mnie młody redaktor Gazety Wyborczej. Wcześniej był taki komunikat w radio, pani redaktor przeprowadziła ze mną wywiad u mnie w domu, który był puszczonej w radiu elbląskim i być może z tej audycji ten człowiek się o mnie dowiedział. Zaskoczył mnie w pracy, nie miałam nawet gdzie z nim porozmawiać, dużo osób pracowało w moim pokoju, ale znalazłam jakiś kącik. Pan redaktor piękny, duży artykuł napisał. Jedna z koleżanek – bodajże Renia, zgłosiła się na to pierwsze spotkanie, bo usłyszała wywiad, jej siostra usłyszała od niej. Druga koleżanka, Sława, była na oddziale, gdzie leżałam, oddziałową. Ona była już Amazonką i mnie – tylko mnie – się do tego przyznała, pokazała bliźnię, opowiedziała o historii swojej choroby i już tam się zaprzyjaźniłyśmy: ona – pielęgniarka i ja – pacjentka. Przez trzy tygodnie miałyśmy dużo czasu na rozmowy. Miałam z nią kontakt już po szpitalu i ona też na pierwszym spotkaniu się zjawiła. Pierwsze spotkanie udało mi się zorganizować w małej salce PAX-u, przy ul. Struga. Była to salka na przyszłość za mała i nie było możliwości przebywania tam po godzinie 18. Odbyły się w niej dwa lub trzy spotkania. A w międzyczasie już zaczęłam szukać następnego lokalu i pomyślałam o Pałacyku przy ul. Stoczniowej. Dyrektorem była tam wtedy pani Teresa

Wojcinowicz – sympatyczna bardzo kobieta, miła, która zrozumiała natychmiast nasz problem. O płatnościach żadnych nie było mowy, wspierała nas, miałyśmy zawsze tam pomieszczenia, jeśli jakieś było zajęte, to miała dla nas drugie. Obchodziła z nami naszą pierwszą rocznicę, pięknie o nas wtedy – jak pamiętam – powiedziała. Miałyśmy już wtedy załatwioną salę do rehabilitacji i naszą kochaną rehabilitantkę – panią Lucynę, która nas wtedy ćwiczyła i jest z nami do dziś.

Przez dwa lata nie mogłyśmy się zarejestrować, było nas mało, pracowałyśmy albo koleżanki brały np. chemię, co musiało potrwać i musiały potem dojść do siebie – i tak minęły nam te dwa lata. Miał nas pod swoją opieką Gdańsk, dostałyśmy nawet dotację na zakup rękawa do masażu i na materace do ćwiczeń. Gdańsk dbał o nas, koleżanki przyjeżdżały do nas na konferencje, na spotkania.

Mówiłam zawsze koleżankom: nie martwcie się, ja wiem, że przyjdzie taka osoba, która to ogarnie, weźmie w swoje ręce i poprowadzi, bo my, jak widzicie, nie dajemy rady, nie możemy. I rzeczywiście, któregoś dnia przyszła na spotkanie Ala (Tomczyk – red.), bo dowiedziała się o naszym istnieniu. Poprosiłam ją wtedy, żeby się zdecydowała i została z nami. Ala powiedziała, że ma jeszcze jakieś problemy zdrowotne i jak wszystko załatwi, to do nas przyjdzie. Jak przyszła – została. Ja byłam w zarządzie 8 lat, byłam sekretarzem, pisałam kronikę, sprawozdania z naszych zebrań. Teraz jestem na emeryturze – tak można powiedzieć – zawodowej i stowarzyszeniowej.

O tym, co działo się dalej, opowie Alicja Tomczyk, z którą wywiad opublikujemy w następnym numerze „Razem z Tobą”.

- Zachorowałam w 1994 roku. Okazało się, że rak jest złośliwy, ale na tyle wcześnie wykryty, że można go wyleczyć. Od razu poszłam na oddział, wzięto mnie na stół operacyjny, - nie potrzebowałam radioterapii, chemii, byłam więc w lepszej sytuacji niż moje wcześniejsze i późniejsze koleżanki. Przebywałam w szpitalu trzy tygodnie. Bodajże w trzecim dniu, nocą, poszłam do łazienki, tam jest takie duże okno od podłogi do sufitu. Była wtedy jesień, za oknem było, jak się powszechnie mówi, szaro i brzydko, ale dla mnie ten krajobraz był przepiękny – śniegiem przykryte liście, dalej drzewa bez liści, a na nich bardzo dużo kruków siedziało. Ktoś by powiedział, że jest bardzo brzydko, szaruga jesienna, ale ja, nie wiedząc dlaczego, ten obraz odebrałam zupełnie inaczej. I w tym momencie przyszła do mnie taka myśl, że muszę zrobić coś dla elbląskich „Amazonek”. Zaczęłam sama siebie pytać, czy coś takiego jest w Elblągu i sama sobie odpowiedziałam: chyba u nas nic takiego nie ma. Tej nocy wiedziałam, że po wyjściu ze szpitala zajmę się tym. Nie wiedziałam jak się za to zabrać, od czego zacząć, nie wiedziałam nic. Pierwszym moim działaniem było napisanie listów do klubów „Amazonek” w Gdańsku i w Warszawie. Gdańsk odpisał pierwszy. Od pani Ireny Polak, wówczas bodajże wiceszefowej tego klubu, dowiedziałam się, jak i co mogę zorganizować. Przez pierwsze dwa lata nie byłyśmy zarejestrowane w sądzie, nie miałyśmy zarządu, więc Gdańsk

# Warto trenować nasz mózg



Napisz do autora:  
**Aleksandra Garbecka**  
dziennikarz  
a.garbecka@razemztoba.pl



**Nasz mózg wykorzystuje tylko 30 proc. swojego potencjału. Warto podnieść jego sprawność, szczególnie kiedy mamy problemy z koncentracją, pamięcią, samooceną czy motywacją. W tego typu problemach niezwykle pomocna okazuje się terapia EEG Biofeedback. O jej zaletach i szerokim zastosowaniu rozmawiamy z Ewą Bidą oraz Małgorzatą Sierek, nauczycielkami-terapeutkami ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 w Elblągu.**



## Czym jest i na czym polega EEG Biofeedback?

Jest to coraz bardziej znana metoda terapeutyczna, zwiększająca skuteczność funkcjonowania naszego mózgu, łącząca w sobie elementy psycho i neurofizjoterapii. Warto dodać, że jest nieinwazyjna i nie ma żadnych ubocznych działań. Polega, najogólniej mówiąc, na nauczaniu mózgu samoregulacji na zasadzie sprzężenia zwrotnego. Podczas badania diagnostycznego, obserwuje się parametry fal mózgowych (amplitudę, częstotliwość, między-półkulową koherencję) i porównuje ich wartości z przyjętymi normami, związanymi z grupą wiekową. W zależności od problemu ucznia, modyfikuje się nieprawidłowe wartości fal mózgowych.

### Jak wyglądają zajęcia?

Uczestnik podłączony jest do specjalnej aparatury, która rejestruje fale mózgowie, a prowadzący wpły-

wa na nie, stopniowo przyzwyczajając mózg do nowego wzorca. Do dyspozycji jest 20 wideogier różniących się stopniem trudności i grafiką. W czasie gry uczeń stara się zdobyć jak najwięcej punktów, co zależy od jego koncentracji uwagi i wysiłku. Pobudzony nagrodą (zdobytym punktem) mózg dąży do kolejnych sukcesów

optymalizując swoją pracę. Sesja trwa 60 minut i, w zależności od dysfunkcji ucznia, wymaga od kilku do kilkudziesięciu spotkań. Ważna jest motywacja i pozytywne nastawienie pacjenta do terapii. Warunkuje to bowiem szybsze i trwalsze efekty. Prowadzący zajęcia terapeuta jest jedynie regulatorem gry i dba, aby nie była za łatwa ani zbyt trudna. Najlepsze efekty dają systematyczne spotkania dwa, trzy razy w tygodniu.

### Czy metoda jest skuteczna?

Metoda ta jest skuteczna w 80-95 proc. przypadków, w zależności od stopnia złożoności problemu. Jest to rzecz bardzo indywidualna. Stosując EEG Biofeedback możemy polepszyć pracę mózgu. Stwarza to duże możliwości w leczeniu zaburzeń neurologicznych, psychosomatycznych, psychiatrycznych. Z niektórymi uczniami efekty widać już po 15-20 spotkaniach, u uczniów w normie intelektualnej ten efekt jest szybszy. Z uczniami niepełnosprawnymi jest inaczej, tych treningów musi być o wiele więcej.

### Komu polecana może być ta metoda?

Zakres wskazań do terapii EEG Biofeedback jest bardzo szeroki. Treningi EEG Biofeedback wpływają pozytywnie na procesy poznawcze, funkcjonowanie w warunkach stresu, sprawność intelektualną – zwiększenie zdolności do zapamiętywania i koncentracji, reguluje funkcjonowanie emocjonalne, pozwala radzić sobie z trudnymi sytuacjami, likwiduje stany lękowe, normalizuje fazy snu. Ze względu na swoje działanie metoda EEG Biofeedback polecana jest w przypadkach problemów szkolnych, zaburzeń uwagi i koncentracji, zaburzeń zachowania, fobii, stanów lękowych, depresji, zaburzeń mowy, autyzmu. Z metody mogą korzystać również ludzie zdrowi, którzy chcą poprawić efektywność pracy mózgu (uczniowie, studenci, dziennikarze, sportowcy, artyści, naukowcy, menadżerowie). Metodę można stosować od momentu, kiedy dziecko jest w kontakcie z prowadzącym, reaguje na polecenia, czyli mniej więcej od 4 roku życia; górnej granicy wieku nie ma.

### Gdzie można się skorzystać z tej metody?

Z terapii EEG Biofeedback korzystają przede wszystkim uczniowie Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 w formie zajęć rewalidacyjnych. Dzieci i młodzież z elbląskich przedszkoli i szkół nieodpłatnie korzystają z tej formy terapii w ramach Centrum Wczesnego Wspomagania Rozwoju Dziecka oraz Elbląskiego Centrum Terapii i Rewalidacji, które funkcjonują przy naszym ośrodku. Warunkiem przyjęcia dziecka na terapię EEG Biofeedback jest opinia poradni psychologicznej – pedagogicznej.

# Dbajmy o naszą psychikę, bo inaczej będziemy chorować



Napisz do autora:  
**Aleksandra Garbecka**  
dziennikarz  
a.garbecka@razemztoba.pl



**10 października obchodziliśmy Światowy Dzień Zdrowia Psychicznego. Jak co roku Elbląskie Stowarzyszenie na Rzecz Pomocy Osobom Chorym Psychiczenie ich Rodzinom i Opiekunom „Pro-Familia” w ramach kampanii edukacyjno-informacyjnej, zorganizowało konferencję, poświęconą profilaktyce zdrowia psychicznego.**

## Profilaktyka przede wszystkim

Placówka cały czas stara się zwiększać świadomość społeczeństwa na temat chorób psychicznych, m.in. poprzez wykłady ze specjalistami nie tylko dla osób chorych, ale także terapeutów oraz rodzin i opiekunów chorych, spotkania integracyjne, pikniki, festyny, wyjazdy.

- Jeśli nie będziemy dbali o naszą psychikę, to niestety będziemy chorować - tłumaczy Ludwika Załuska - Problem ten wciąż jest duży, na szczęście coraz więcej osób ma świadomość, że są placówki, do których może się zgłosić, aby uzyskać pomoc.

Podczas konferencji poruszone zostały nie tylko płaszczyzny, z którymi osoby chore mają styczność takie jak np. przemoc, uzależnienia czy problemy seksualne, ale także te, które mają niebagatelny wpływ na nasze zdrowie psychiczne, a więc prawidłowe odżywianie, aktywność fizyczna oraz badania profilaktyczne. A te - jak przekonuje Danuta Stanicka, z Wojewódzkiego Szpitala Zespołowego w Elblągu - pełnią istotną rolę w naszym życiu. - Dzięki badaniom dowiadujemy się czegoś więcej o nas samych i zaczynamy systematycznie interesować się naszym zdrowiem. Najlepiej zgłosić się do lekarza pierwszego kontaktu i badania profilaktyczne dostosować do naszego wieku. Niezależnie od tego, warto raz na jakiś czas zbadać cukier, ciśnienie, cholesterol oraz wykonać podstawowe badanie morfologiczne - podsumowuje Danuta Stanicka.

## Nie bagatelizujmy seksualności

Okazuje się, że to, co przeżywamy w życiu, mocno wpływa na naszą seksualność. Niestety badania wciąż niewiele mówią na ten temat w przypadku osób chorujących na schizofrenię. Na problemy seksualne bardzo duży wpływ ma negatywny stereotyp w społeczeństwie, który często stwarza problem przyzwolenia na wchodzenie związku czy budowanie relacji intymnych przez osoby chore, co powoduje u nich radykalne zmniejszenie poczucia własnej wartości. Dysfunkcje seksualne powodują często brak współpracy w terapii, zwłaszcza u mężczyzn. Dlatego - jak zauważa Bożena Ziółkowska, psycholog oraz psychoterapeuta - tak ważne jest, aby poruszać również ten trudny aspekt w terapii ze względu na fakt, że sfera seksualna ma istotny wpływ na poprawę jakości życia pacjentów. Dysfunkcje seksualne występują już u 82 proc. kobiet i 96 proc. mężczyzn chorych na schizofrenię. Do objawów zaliczyć można: obniżenie potrzeb seksualnych, zmniejszenie zadowolenia, zaburzenia erekcji lub dewiacje seksualne. - Dysfunkcje seksualne mają jednak inny przebieg u kobiet i mężczyzn. Wynika to z faktu, że sam przebieg choroby jest odmienny u każdej z płci. Badanie pokazuje, że kobiety lepiej funkcjonują, chorują w późniejszym okresie, mają więcej czasu, aby nabyć umiejętności społecznych, które pozwalają na łatwiejsze radzenie sobie z chorobą, częściej



umawiają się na randki, częściej podejmują życie seksualne i częściej mogą być ofiarami molestowania seksualnego. W porównaniu z kobietami zdrowymi, mają jednak mniej satysfakcjonujące życie erotyczne. Jeśli chodzi o mężczyzn, to mają oni większe trudności w inicjowaniu i podtrzymywaniu relacji interpersonalnych, rzadziej żyją w stałych związkach, rzadziej opiekują się dziećmi, w porównaniu ze zdrowymi mężczyznami mają mniej partnerek seksualnych i nie są zadowoleni ze swojego życia seksualnego. W schizofrenii duże znaczenie mają prawdopodobnie także hormony m. in. testosteron, estrogen i prolaktyna. Testosteron i estrogen mogą mocno wpływać także na samopoczucie człowieka, na uczucia, na samoocenę. Bardzo znacząco na problemy seksualne oddziałują także farmakoterapia, na szczęście leki psychotyczne nowej generacji mają korzystniejszy wpływ na funkcje seksualne - wyjaśnia Bożena Ziółkowska.

# Spadki po nowemu

18 października weszła w życie ustawa, nowelizująca prawo spadkowe i wprowadzająca domniemanie przyjęcia spadku z dobrodziejstwem inwentarza w stosunku do wszystkich osób, które dziedziczą spadek. Nowelizacja ma na celu ograniczenie negatywnych skutków społecznych – nieświadome dziedziczenie długów.



Oprac. RS, EK

Razem z Tobą  
inwestycje  
osób niepełnosprawnych



Fot. freeimages.com

Dotychczas, zdarzały się przypadki, gdy spadkobiercy, którzy w ciągu sześciu miesięcy nie złożyli stosownego oświadczenia, np. o przyjęciu lub odrzuceniu spadku, nieświadomi wynikających z ich bierności konsekwencji, popadali w długi. Wiele osób nie zdawało sobie sprawy, że ich „milczenie” oznaczało przyjęcie spadku wprost, a tym samym nieograniczoną odpowiedzialność za długi wchodzące w skład spadku.

Dzięki nowym przepisom „milczenie” będzie się wiązało z przyjęciem spadku z dobrodziejstwem inwentarza, a więc odpowiedzialność za długi będzie ograniczona tylko do tzw. stanu czynnego spadku, tj. do wartości aktywów spadku. Jeśli zatem odziedziczyliśmy mieszkanie warte 100 tys. zł. i okazało się, że zmarły miał dług w wysokości np. 120 tys. zł. to musimy spłacić go, ale wyłącznie do wysokości wartości mieszkania. W ustawie zapisano m.in. zmianę zasad ustalania wartości majątku spadkowego – do tej pory majątek ten szacował komornik sądowy przy pomocy rzeczoznawców – co wiązało się dodatkowymi, często wielotysięcznymi kosztami dodatkowymi. Nowelizacja ustawy zakłada, że spadkobiercy będą mogli sami składać - w sądzie



lub u notariusza – wykaz inwentarza według wzoru ustalonego przez ministra sprawiedliwości. Będzie on dostępny w sądach rejonowych, sądach okręgowych i ich wydziałach zamiejscowych oraz na stronach internetowych tych sądów, ministerstwa sprawiedliwości albo u notariusza – który za sporządzenie wykazu inwentarza pobierze wynagrodzenie w wysokości 200 zł, powiększone o 23 proc. podatku VAT. To notariusz w wypadku wyboru protokołu notarialnego będzie zobowiązany do przesłania go do sądu, który na stronie internetowej umieści ogłoszenie o złożeniu wykazu inwentarza. Warto jednak pamiętać, że w chwili, kiedy po złożeniu wykazu inwentarza ujawnią się składniki majątku lub zobowiązania spadkowe nieumieszczone w wykazie, będzie istniał obowiązek uzupełnienia wykazu. Jeśli

jednak okaże się, że ktoś celowo zataił wartość majątku, lub jakiegokolwiek przedmioty wchodzące w skład spadku, będzie musiał przejąć cały spadek włącznie z długami bez dobrodziejstwa inwentarza.

Z kolei banki, które przez cały czas były przeciwne ustawie, twierdząc, że będzie ona niosła za sobą wiele nadużyć, już zapowiedziały, że będą jeszcze z większymi obwarowaniami udzielać np. kredytów osobom z grupy tzw. ryzyka. Banki są zdania, że ustawa ta spowoduje m.in., że osoby chore bądź starsze będą specjalnie zmuszane do zaciągania wielkich pożyczek i wyzbywania się majątku, by po ich śmierci nie było możliwości odzyskania pożyczonych pieniędzy, co może narazić banki na bardzo duże straty, a co za tym idzie większe koszty kredytów dla wszystkich.

# Promocyjna komórka w pakiecie abonamentowym

**W trakcie umowy promocyjnej zepsuł mi się telefon komórkowy. Oddawałem go już dwukrotnie do salonu, jednak mimo dokonanych napraw cały czas występują jakieś usterki. Czy mogę rozwiązać umowę z operatorem z jego winy?**

Jeśli chodzi o reklamację wadliwego telefonu, należy zweryfikować na wystawionej fakturze, kto nam telefon sprzedał: operator czy dealer. Do tego konkretnego podmiotu musimy złożyć reklamację i powołać się na niezgodność towaru konsumpcyjnego z umową. Zgodnie z przepisami prawa sprzedawca towaru odpowiada przez 2 lata właśnie „z tytułu niezgodności towaru z umową”, ale dotyczy to tego przedsiębiorcy, który nam sprzedał wadliwy telefon. Jeśli telefon sprzedał nam dealer to musimy opłacać abonament operatorowi w całości ze względu na jego gotowość do świadczenia usług. Za czas pozbawienia możliwości korzystania z usług trzeba obciążyć dealera. Gdyby wady nie udało się trwale usunąć lub telefonu wymienić na nowy albo inny model o tych samych parametrach, możemy żądać

od dealera 2 sposobów rozwiązania sytuacji: albo zwrotu ceny rynkowej, tak abyśmy mogli zakupić nowy telefon i dalej korzystać z usług operatora lub żądać pokrycia kosztów kary umownej za przedterminowe rozwiązanie umowy promocyjnej. Sytuacja wygląda dużo łatwiej w wypadku, w którym ten sam podmiot świadczy nam usługę i sprzedał wadliwy telefon, czyli podpisaliśmy umowę z operatorem, który „dał nam komórkę za ...zł”. Wówczas operator powinien samodzielnie dokonać potrącenia należności z abonamentu za czas, gdy telefon znajduje się w serwisie lub umowę rozwiązać bez konieczności zwrotu ulgi przyznanej w ramach promocji.

*Federacja Konsumentów*



foto. freeimages.com

# Musiałam wypisać córeczkę z przedszkola, czy mogę odzyskać pieniądze?

**Podpisałam umowę z małym prywatnym przedszkolem. Wpłaciłam wpisowe w kwocie 300 złotych. Mała ciągle chorowała, byłam częściej na zwolnieniu niż w pracy, dziecko do przedszkola chodziło bardzo niechętnie. Pomyśleliśmy, że jest za mała, spróbujemy w przyszłym roku, jak będzie starsza. Wypisałam córeczkę z przedszkola. Ale nie chcą mi zwrócić wpisowego. Czy mają prawo zatrzymać te pieniądze?**

Nawet jeżeli w umowie, którą ma przedszkole, zostało zapisane, że wpisowe nie podlega zwrotowi, jest to postanowienie niedozwolone. Wnieiona opłata zawsze podlega zwrotowi. Potwierdził to Sąd Ochrony Konkurencji i Konsumentów. W orzeczeniu stwierdził, że zasada niezwracania konsumentowi w całości wniesionej przez niego jednorazowej opłaty, wpisowego, bez względu na to, czy do realizacji umowy dojdzie, czy też nie, jest sprzeczna z dobrymi obyczajami i rażąco narusza interesy konsumentów. Tego typu za-

pisy, dotyczące „jednorazowych bezwrotnych opłat”, stosowane często w umowach właśnie przez prywatne przedszkola czy placówki edukacyjne, np. szkoły językowe, wpisane zostały do Rejestru Klauzul Niedozwolonych, prowadzonego przez Prezesa Urzędu Ochrony Konkurencji i Konsumentów. Konsumentka, w pierwszej kolejności, powinna wysłać listem poleconym za zwrotnym potwierdzeniem odbioru wezwanie do zwrotu wpłaconej kwoty w wyznaczonym przez nią terminie, np. 7 dni od otrzymania pisma. W pi-

śmie należy powołać się na fakt, że przedszkole w swojej umowie stosuje niedozwoloną klauzulę wpisaną do rejestru. Jeżeli wezwanie nie przyniesie rezultatu, radzimy zwrócić do najbliższego oddziału Federacji Konsumentów o pomoc w rozwiązaniu zaistniałego problemu. Niekiedy może się okazać, iż potrzebne będzie skierowanie sprawy na drogę postępowania sądowego w celu uzyskania zwrotu wpisowego.

*Federacja Konsumentów*

# Recenzja książki Eve Ainsworth „7 dni”

Tematyka poruszana przez powieść jest bardzo ważna, bo dotyczy problemu tzw. hejtowania, przemocy wobec słabszych i wzajemnej akceptacji. Wydanie książki patronatem honorowym objął Rzecznik Praw Dziecka Marek Michalak.

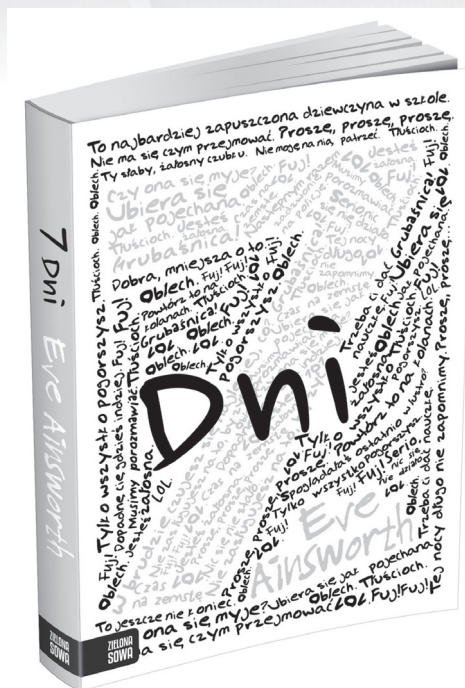
Tydzień – to tylko 7 dni, jednak w ciągu nich może wydarzyć się bardzo wiele dobrych i złych rzeczy. Jest to 168 godzin, podczas których każdy z bohaterów – a także każdy z czytelników – może znaleźć czas, by podjąć tę jedną, być może najważniejszą decyzję, która zmieni całe jego życie.

„Siedem dni” jest książką potrzebną. Przedstawione w niej losy Jess i Kez, dziewczyn z jednej klasy z typowej szkoły w Anglii, są bliskie wielu młodym ludziom

i pokazują nie tylko skutki agresji – hejtowania – ale także mechanizm jej narastania oraz przyczyny, które ją wywołują.

- Jestem przekonany, że śledzenie losów bohaterów będzie okazją dla wielu czytelników – młodszych i starszych – do refleksji nad własnym postępowaniem i zachęci ich do szukania rozwiązań na życiowe problemy innych, niż przemoc wobec słabszych. Jest to także rzecz o niezwykle istotnym akceptowaniu samego siebie, ale także akceptowaniu innych, zwłaszcza odmiennych osób, gdyż niejednokrotnie pozory mylą, a nasze działania mogą wyrządzić komuś nieodwracalną szkodę – mówi Rzecznik Praw Dziecka Marek Michalak.

Red.



## Polecamy



Jędrzejewska Bogna Anna

„Opuszczeni rodzice. Nagła śmierć dziecka. Jak dalej żyć?”

Celem publikacji jest poznanie najbardziej skutecznych możliwości pomocowych wobec osieroconych rodziców i następstw wynikających z braku wsparcia w zakresie poruszanej problematyki. Pierwszy rozdział traktuje o specyfice nagłej śmierci dziecka, zawiera treści mówiące o charakterystycznych cechach zjawiska, o różnych rodzajach i etapach przeżywania żałoby, które występują u osieroconych rodziców. W drugim rozdziale poruszone zostały kwestie związane z potrzebami rodziców, zachowaniami ich najbliższego otoczenia oraz zagadnieniami religijnymi i filozoficznymi w kontekście nagłej śmierci dziecka. Trzeci rozdział poświęcono możliwościom pomocowym różnych środowisk społecznych wobec cierpiących rodziców, poszukiwaniu oraz odrzucaniu przez nich wsparcia, a także znaczeniu procesów samopomocowych w życiu po stracie. Rozdział czwarty zawiera badania jakościowe przeprowadzone metodą indywidualnych przypadków, które odbywały się od stycznia do maja 2012 roku.

Fundacja Ośwoić Los

„Pomalujmy Świat na FOlorowo!”

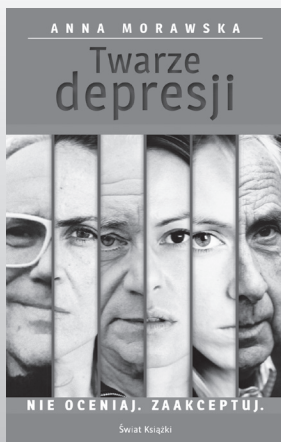


To pierwsza część ze zbioru kreatywnych rymowanych kolorowanek i zabaw dla dzieci. Książka ta pełna jest autorskich ilustracji oraz

ciekawych zadań dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym.



## Warto posłuchać



Depresja nie jest wymysłem gwiazd z pierwszych stron gazet. To choroba, która może dotknąć każdego. Depresja stygmatyzuje, więc mało kto przyznaje się do niej otwarcie, choć cierpi na nią co dziesiąty Polak. Bohaterowie książki „Twarze depresji” przełamali lęk i opowiedzieli o nierównej walce z najtrudniejszym przeciwnikiem w swoim życiu. Rozmówcami Anny Morawskiej są m.in.: Andrzej Bober, Tomasz Jastrun, Kamil Sipowicz, Patrycja Sokół, a także ludzie, którzy nie są osobami publicznymi, a zdecydowali się opowiedzieć o swoim „czarnym psie”, jak nazwał depresję

Winston Churchill. Choroba towarzyszy im na każdym kroku i trzeba ją „oswoić”, czyli leczyć. Na pytanie: Jak robić to skutecznie? odpowiadają psychiatrzy i psychoterapeuci. Ewa Jastrun, żona Tomasza, zdradza, jak sobie radzi, kiedy mąż mówi, że nie ma już siły żyć, nie ma siły walczyć z kolejnym epizodem depresyjnym. W takim momencie chory nie powinien być sam. „Weź się w garść” to najgorsze, co może usłyszeć. On już jest „w garści”... depresji. Jeśli zdecyduje się na leczenie, chciałby odebrać od otoczenia komunikat: „Nie oceniam. Akceptuję”.

## Warto posłuchać

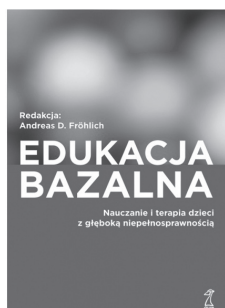


Rachel każdego ranka dojeżdża do pracy tym samym pociągiem. Wie, że pociąg zawsze zatrzymuje się przed tym samym semaforem, dokładnie naprzeciwko szeregu domów. Zaczyna się jej nawet wydawać, że zna ludzi, którzy mieszkają w jednym z nich. Uważa, że prowadzą doskonałe życie. Gdyby tylko mogła być tak szczęśliwa jak oni. I nagle widzi coś wstrząsającego. Widzi tylko przez chwilę,

bo pociąg rusza, ale to wystarcza. Wszystko się zmienia. Rachel ma teraz okazję stać się częścią życia ludzi, których widywała jedynie z daleka. Teraz się przekonają, że jest kimś więcej niż tylko dziewczyną z pociągu.

## Paula Hawkins, „Dziewczyna z pociągu”

Realizuje naszą misję osvajania z tematem niepełnosprawności od najmłodszych lat. Łączy zabawy wspomagające prawidłowy rozwój psychomotoryczny dziecka z poznawaniem świata dzieci z niepełnosprawnością. Wszystkie zwierzęta występujące w książce to jednocześnie terapeuci, którzy na co dzień pomagają w rehabilitacji i usprawnianiu osób niepełnosprawnych. Wspólne rozwiązywanie zadań to doskonała okazja dla rodziców, nauczycieli i pedagogów do naturalnej rozmowy na temat empatii, szacunku do odmienności, otwarcia na świat. Może również służyć jako materiał dydaktyczny, wykorzystywany w przedszkolach i szkołach podstawowych.



**Fröhlich Andreas D. (red.)**

**„Edukacja Bazalna. Nauczanie i terapia dzieci z głęboką niepełnosprawnością”**

Konfucjusz mawiał: „Powiedz mi, a zapomnę. Pokaż mi, a zapamiętam. Pozwól mi zrobić, a zrozumieję”. Ta myśl przyświeca również twórcom i propagatorom edukacji bazalnej, której głównym założeniem jest właśnie towarzyszenie dziecku w rozwoju, wspieranie go w poznawaniu i doświadczaniu otaczającej rzeczywistości. Nie chodzi tu o bierne przekazywanie wiedzy od nauczyciela do ucznia, ale o jej wspólne szukanie, nabywanie i utrwalanie. Andreas D. Fröhlich i współautorzy nie tylko szczegółowo charakteryzują zasady stymulacji bazalnej, ale przede wszystkim dokładnie pokazują, jak prowadzić ją na co dzień. Tłumaczą, jak planować zajęcia, jak wyznaczać i osiągać realne cele oraz jak wychowywać i przekazywać wartości. Dzieli się również wieloma propozycjami zajęć edukacyjnych dla dzieci z głęboką niepełnosprawnością. Opisywana przez nich metoda zyskała już uznanie specjalistów zachodnich, w Polsce zaś z każdym dniem zdobywa nowych zwolenników, którzy w swojej codziennej pracy przekonują się o jej skuteczności. Niniejsza książka będzie dla nich nieocenionym wsparciem.

Pod naszym patronatem

# Międzynarodowe Spotkania

Zbliża się 9. edycja Międzynarodowych Spotkań Artystycznych. To prawdziwe święto dla tych, którzy przez cały rok czekają na okazję, żeby się zaprezentować i zintegrować. To także mnóstwo artystycznych wrażeń dla miłośników muzyki, fotografii i teatru.



Oprac.  
Edyta Bugowska

Razem  
Tobą  
organizacja  
osób niepełnosprawnych



Na zdjęciu zespół Dubska  
Fot. Margoz

Międzynarodowe Spotkania Artystyczne rozpoczną się 19 listopada. O godzinie 19.00 na scenie Dużej Sali Kina „Światowid” zagości muzyka reggae – odbędzie się tu koncert gwiazdy, zespołu DUBSKA – grupy, która ma na swoim koncie kilkaset koncertów w kraju oraz koncerty w Grecji, Rosji, Niemczech, Austrii i Czechach.

W programie MSA jak zwykle znalazły się spektakle, warsztaty prowadzone m.in. przez terapeutów ze Szwecji i muzyków z Ukrainy, a także panel dla terapeutów.

- Nie zabraknie również reprezentantów naszego miasta – zapowiada Teresa Miłoszewska, organizatorka MSA. – Wystąpi elbląski zespół „Hipnoza”, czyli grupa taneczna działająca przy Stowarzyszeniu na Rzecz Osób Niepełnosprawnych „Sprawniejsi”, grupa teatralna „Soma la sita!” z Warsztatu Terapii Zajęciowej przy PSOOU w Elblągu i zespół wokalnoinstrumentalny „Szwagry” działający w Warsztacie Terapii Zajęciowej przy Stowarzyszeniu „Tacy Sami” w Elblągu.

Zobaczymy też występy grup teatralnych. Wśród nich grupę „Przebudzeni” z Polskiego Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym z Ostródy, która propaguje głównie teatr ruchu i muzyki, lecz nie obce są jej także inne techniki sceniczne, a swoje działania opiera na dramie. Spektakle grupy to pewnego rodzaju manifesty, nad którymi pracuje cały zespół. Grupa zapraszana



W programie MSA jak zwykle znalazły się spektakle, warsztaty prowadzone m.in. przez terapeutów ze Szwecji i muzyków z Ukrainy, a także panel dla terapeutów.

# Artystyczne już niebawem

jest na liczne festiwale teatralne w całym kraju, staje do rywalizacji z zespołami pełnosprawnymi i odnosi znaczące sukcesy.

Z Lubawy przyjedzie Młodzieżowa Grupa Teatralna „Ło/Men”, która działa i tworzy w Miejskim Ośrodku Kultury w Lubawie. Skupia młodzież szkół ponadpodstawowych i studentów, wszystkich tych, którym teatr w duszy gra. Grupa zdobyła m.in. II miejsce podczas Ogólnopolskiego Spotkania Teatrów Młodych „Czwarta Ściana” 2013 w Turku, II miejsce podczas Brodnickiej Uczty Teatralnej, czy I miejsce podczas 42. Rypińskiej Wiosny Teatralnej w maju tego roku.

Zobaczymy też spektakl w wykonaniu zespołu teatralnego „Bez kurtyny”, który działa od dziesięciu lat w Szkole Specjalnej Przesposabiającej do Pracy nr 26 im. ks. prof. Józefa Tischnera w Toruniu. Zespół jest laureatem wielu konkursów i przeglądów teatralnych (w Grudziądzu, Krakowie, Bydgoszczy i Tczewie). Tworzą go dorosłe osoby niepełnosprawne intelektualnie, a spektakle dotyczą problemów dorosłości, wyborów życiowych i ich konsekwencji, relacji międzyludzkich, akceptacji i odrzucenia.

- Od lat w naszych dzia-

łaniach uczestniczą osoby niesłyszące, w tym roku wystąpi DeaF Club Olecko, formacja taneczna, którą tworzy młodzież niesłysząca w różnym wieku. – dodaje Teresa Miłoszewska. – To tylko niektóre z atrakcji, jakie czekają nas podczas tegorocznego MSA – szczegóły dotyczące całego programu znaleźć można na naszej stronie www. oraz na facebooku.

W programie zawsze są wystawy. W tym roku organizatorzy zaplanowali trzy prezentacje. Fotografie oglądać będzie można na wystawie zatytułowanej „Václav Havel. Na wyciągnięcie ręki”, realizowanej we współpracy z Czeskim Centrum w Warszawie oraz wystawie „First and foremost I am” („Przede wszystkim jestem”) islandzkiej fotografi Soggi Elli, która sfotografowała 21 osób w różnym wieku, różnej płci i charakterze, posiadających jednak pewną cechę wspólną: 21 chromosomów, czyli zespół Downa. Trzecią z wystaw będzie prezentacja prac laureatów IX Ogólnopolskiego Konkursu Plastycznego „Kompozycje”, organizowanego przez Centrum Spotkań Europejskich „Światowid”.

Organizatorami 9. Międzynarodowych Spotkań Artystycznych są: Centrum Spotkań Europejskich „Światowid” w Elblągu oraz Stowarzyszenie Kulturalne „Viva art” w Elblągu.

Głównym Partnerem imprezy jest Grupa LOTOS S.A.

Sponsorem MSA jest FLSmidth MAAG Gear.

Dofinansowano ze środków: Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego, Samorządu Województwa Warmińsko-Mazurskiego oraz Gminy Miasto Elbląg.

Portal Razem z Tobą jest patronem medialnym tego wydarzenia.



# Bezpieczeństwo najważniejsze

Na terenie Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 2 w Elblągu spotkało się 30 śmiazków, aby wziąć udział w I Integracyjnym Turnieju Sprawnościowym „Bezpieczna droga”. Jak podkreślają organizatorzy impreza miała na celu nie tylko poszerzenie wiedzy z bezpieczeństwa ruchu drogowego, ale przede wszystkim dobrą zabawę.

– Z Wojewódzkim Ośrodkiem Ruchu Drogowego w Elblągu rozpoczęliśmy współpracę przy okazji zorganizowania dla naszych podopiecznych warsztatów z bezpieczeństwa w ruchu drogowym. Pomysł na tyle się spodobał, że postanowiliśmy pójść o krok dalej i zrobić coś na szerszą skalę – wyjaśnia Justyna Kirylczuk, terapeuta w WTZ im. Matki Teresy z Kalkuty.

W turnieju wzięło udział 6 drużyn z Elbląga: Środowiskowy Dom Samopomocy przy ul. Winnej, WTZ przy ul. Beniowskiego, WTZ im. Matki Teresy z Kalkuty, Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 i nr

2 oraz spółdzielnia socjalna „Eko-wymiatacze”. Zawody rozpoczęły się od testu wiedzy o ruchu drogowym, składającego się z 10 pytań, który – jak się okazało – większości uczestnikom nie sprawił większej trudności. Potem przyszedł czas na test sprawności z jazdy na rowerze. Uczestnicy, w zależności od preferencji, mieli do dyspozycji zarówno rower dwukołowy, jak i trójkołowy. Każdy z zawodników starał się jak tylko mógł, tym bardziej, że zadania nie należały do najłatwiejszych. Podczas zawodów odbył się także pokaz ratownictwa medycznego, dzięki czemu uczestnicy mogli zapoznać się z zasadami udzielania pierwszej pomocy. Zwieńczeniem całego turnieju było wręczenie nagród oraz pamiątkowych dyplomów.

Turniej zorganizował Warsztat Terapii Zajęciowej im. Matki Teresy z Kalkuty z Elbląga przy wsparciu Wojewódzkiego Ośrodka Ruchu Drogowego oraz „Automobilklubu” w Elblągu.

AG

## Wyniki z klasyfikacji zespołowej:

- I. SOSW nr 2 Elbląg
- II. SOSW nr 1 Elbląg
- III. Spółdzielnia Socjalna „Eko-wymiatacze” Elbląg
- IV. WTZ przy Stowarzyszeniu „Tacy Sami” Elbląg
- V. ŚDS filia nr 3 Elbląg
- VI. WTZ F.P.Dz.N. im. Matki Teresy z Kalkuty Elbląg

## Wyniki klasyfikacji indywidualnej:

1. Test z wiedzy z zakresu BRD:
  - I. Dietrych Przemysław - SOSW nr 1 Elbląg
  - II. Kurek Kamil - SOSW nr 2 Elbląg
  - III. Orłowski Piotr - WTZ F.P.Dz.N. im. Matki Teresy z Kalkuty Elbląg

## 2. Jazda sprawnościowa:

- I. Słomczyński Damian - SOSW nr 1 Elbląg
- II. Białek Rafał - ŚDS filia nr 3 Elbląg
- III. Piróg Sebastian - SOSW nr 1 Elbląg



# Tańczyć każdy może

Około 20 osób niepełnosprawnych uczestniczyło w pierwszych zorganizowanych w Elblągu warsztatach tanecznych, które poprowadził Włodzimierz Ciok – trener kadry Polski, choreograf a także twórca największych sukcesów par na wózkach.



**Napisz do autora:**  
**Aleksandra Garbecka**  
dziennikarz  
a.garbecka@razemztoba.pl

miesięcznik  
**Razem  
Tobą**  
osób niepełnosprawnych

– W takich warsztatach brałam udział po raz pierwszy. Bardzo mi się podobały i chętnie powtórzyłabym to w przyszłości – powiedziała Barbara Czerwień, która partnerowała Panu Waldkowi, podopiecznemu DPS przy ul. Toruńskiej.

Włodzimierz Ciok przyjechał do Elbląga ze swoimi podopiecznymi ze szkoły tańca „Swing-Duet” – Pawłem Karpińskim oraz Nadine Kinczel, którzy zaprezentowali swoje umiejętności taneczne w trakcie pokazów podczas tegorocznego festiwalu tanecznego – Baltic Cup. – W tańcu nie ma żadnych barier. Treningi wyglądają tak samo jak z osobami sprawnymi, jednak aby dojść do mistrzostwa potrzeba 4–5 lat. Gdy 15

lat temu, zaczynałem trenować pary na wózkach nie spodziewałem się, że w osobach niepełnosprawnych drzemie taki potencjał – wspomina Włodzimierz Ciok – Obecnie w kadrze Polski tańczy 10 osób, a w całym kraju około 30. Na tym polu odnosimy znaczące sukcesy. Byliśmy mistrzami świata i kilkakrotnie mistrzami Polski.

Paweł Karpiński i Nadine Kinczel są w naszej kadrze narodowej, razem tańczą od 4 lat. Paweł swoją przygodę z tańcem rozpoczął 16 lat temu, w wieku 11 lat. – Taniec to dla mnie przede wszystkim rehabilitacja. Odkąd zacząłem tańczyć, zacząłem być bardziej aktywny i bardziej otwarty na świat i ludzi. Taniec daje mi radość, dzięki niemu mogę wyrazić siebie, daje mi to dużo satysfakcji. Na pewno dojrzałem dzięki tańcu i myślę, że stałem się bardziej odpowiedzialny – podkreśla Paweł Karpiński, niepełno-

sprawy tancerz.

Razem z Nadine wytańczyli już 3 miejsce na Mistrzostwach Europy, Mistrzostwo Świata oraz 3 krotne Mistrzostwo Polski.

– Zupełnie inaczej tańczy się z partnerem na wózku. Inne jest prowadzenie, niżej jest też środek ciężkości – zauważa Nadine – Przed zawodami każdy wózkowicz przechodzi klasyfikację i w zależności od stopnia sprawności zaliczany jest do jednej z dwóch grup. Emocje i rywalizacja udzielają się na parkiecie, ale poza nim panuje raczej przyjazna atmosfera. W tej chwili w tańcu na wózkach prym wiodą Rosjanie, którzy tańczą na bardziej profesjonalnych wózkach – wyższych i bardziej zwrotnych. Na świecie taniec na wózkach bardzo się rozwija. W Polsce niestety nie, bowiem brak na to funduszy, nawet jako kadra Polski nie mamy żadnych stypendiów sportowych.

# Niepełnosprawni żeglarze na zgrupowaniu w Hiszpanii



Oprac. K. Prokopowicz



Fot. nadesłane

Razem z Tobą  
osób niepełnosprawnych

W połowie października nad Morzem Śródziemnym w Walencji odbywają się treningi naszych niepełnosprawnych żeglarzy trenujących w paraolimpijskiej klasie SKUD 18. Po długiej podróży i szybkiej aklimatyzacji dotarli do portu, gdzie poddają się ciężkiej pracy na wodzie, treningom w plenerze i na siłowni.

Warunki pogodowe są bardzo zmienne, dzięki temu mają możliwość trenowania zarówno przy słabym wietrze jak i bardzo porywistym. Wczoraj pływali w pięknym hiszpańskim słońcu, a dziś mają już przed sobą deszczową jesień. Dzień zaczynają wczesnie rano, a do portu spływają jako ostatni.

Wiedzą, że muszą dać z siebie wszystko, aby możliwie najlepiej przygotować się przed zbliżającymi MŚ i PŚ w Australii. Czas goni ale żeglarze wierzą,



że każdy dzień treningowy przybliży ich do upragnionej kwalifikacji do Rio 2016. Konkurencja z innych krajów też nie śpi, na wodzie mijają się z załogami Szwajcarii, Czech, Słowacji i Hiszpanii z klas Otomist, Finn, Laser i 420. Załogi klas paraolimpijskich też są już w drodze i od jutra zaczynają treningi z Holendrami, Włochami i Hiszpanami w klasie SKUD 18.

Zgrupowania i przygotowania naszych niepełnosprawnych sportowców są dofinansowane ze środków finansowych Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Polskiego Komitetu Paraolimpijskiego, Ministerstwa Sportu i Turystyki, Polskiego Związku Żeglarskiego i Olsztyńskiej Szkoły Wyższej im. J. Rusieckiego.

miesięcznik  
Razem z Tobą  
osób niepełnosprawnych

## MIESIĘCZNIK OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

### ADRES REDAKCJI:

82-300 Elbląg, ul. Związku Jaszczurczego 15  
tel./fax (055) 232-69-35  
e-mail: redakcja@razemztoba.pl  
[www.razemztoba.pl](http://www.razemztoba.pl)

### REDAKCJA:

Rafał Sułek (red. naczelny),  
Teresa Bocheńska, Aleksandra Garbecka,  
Aleksandra Kazuro.

### WSPÓŁPRACUJĄ:

Agnieszka Pietrzyk, Marta Kowalczyk,  
Paweł Rodziewicz, Magdalena Ulanowska.

Miesięcznik jest członkiem Polskiego Stowarzyszenia Prasy Lokalnej (PSPL).  
Autorzy zamieszczanych artykułów prezentują własne poglądy.  
NAKŁAD: 3000 egzemplarzy

### WYDAWCA:

Elbląska Rada Konsultacyjna  
Osób Niepełnosprawnych (ERKON)  
[www.softel.elblag.pl/erkon](http://www.softel.elblag.pl/erkon)  
e-mail: [erkon@softel.elblag.pl](mailto:erkon@softel.elblag.pl)

### DZIAŁ ŁĄCZNOŚCI Z CZYTELNIKAMI:

tel. (055) 232-69-35;  
e-mail: [redakcja@razemztoba.pl](mailto:redakcja@razemztoba.pl)

Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian i skracania dostarczonych materiałów.

## Stanęli w szachowo-warcabowe szranki

W połowie września br. w Ośrodku Wypoczynkowym „Luxus” w Krynicy Morskiej odbył się coroczny Turniej Warcabowo – Szachowy Osób Niewidomych i Słabowidzących im. Ludwika Hutnera, którego organizatorem był Elbląski Klub Sportowy „Elcross”. Wzięło w nim udział 48 osób, w tym: 34 zawodników reprezentujących 6 Klubów Stowarzyszenia Cross: z Elbląga, Giżycka, Suwałk, Krakowa, Przemysła i Warszawy.



Janina Maksymowicz



Fot. nadesłane



Rozgrywki warcabowe odbywały się systemem szwajcarskim kontrolowanym na dystansie 7 rund, natomiast szachowe systemem

rundowym. Uczestnicy turnieju się ogromnym duchem walki i sportową postawą. Po zaciętej sportowej rywalizacji i wspaniałej atmosferze towarzyszącej całemu turniejowi, wieczorem, na uroczystej kolacji, połączonej z wieczorkiem tanecznym, ogłoszono wyniki turnieju, wręczono puchary, dyplomy, drobne upominki oraz gadżety promujące miasto Elbląg ufundowane przez Urząd Miasta w Elblągu. Turniej wsparła także Warmińsko- Mazurska Federacja Sportu Osób Niepełnosprawnych w Olsztynie

Niewątpliwą atrakcją pobytu na turnieju była możliwość zwiedzenia Krynicy Morskiej, w tym latarni morskiej oraz korzystania z kąpieli słonecznych nad morzem. Organizatorzy starając się uatrakcyjnić pobyt zorganizowali ognisko i 2 wieczorki taneczne. Natomiast w niedzielę, 17 września przy pięknej słonecznej pogodzie zorganizowano przejażdżkę statkiem „Monika” po Zalewie Wiślanym. Ośrodek „Luxus” zapewnił świetną kuchnię i sympatyczną atmosferę. Zaletą turnieju były świetnie zorganizowane rozgrywki oraz wspaniała atmosfera panująca podczas całego pobytu, za co organizatorzy usłyszeli wiele ciepłych słów. Turniej spełnił funkcje sportowe, rehabilitacyjne, rekreacyjne i integracyjne.



## Ciemność, ciemność widzę...



W kawiarni „U Aktorów” z okazji Międzynarodowego Dnia Białej Laski odbyła się doroczna uroczystość Polskiego Związku Niewidomych Koła w Elblągu. Podczas spotkania miał miejsce pokaz „Czytaka”- urządzenia do odsłuchiwania książek oraz sprzętu optycznego. Nie zabrakło również akcentu rozrywkowo- artystycznego.



Aleksandra Kazuro



Fot. nadesłane



Uroczystość otworzyło wprowadzenie przez zastępowego działacza Wacława Zaniewskiego Sztandaru Polskiego Związku

Niewidomych koła w Elblągu. Imprezę poprowadziła prezes Koła Niewidomych Janina Maksymowicz wraz z Marianną Zielińską, która odpowiedzialna była również za część artystyczną, m.in występ zespołu „Uśmiech”. W tym roku dla wszystkich uczestników własnoręcznie przygotowano kartonik, dzięki któremu osoba niewidoma może stwierdzić jakim banknotem należy zapłacić w sklepie. Na spotkaniu rozdano także ulotki z informacją dotyczącą bezpłatnej infolinii lekowej. Numer infolinii łączy osobę niepełnosprawną z konsultantem, który odczytuje mu informacje zawarte na ulotce danego leku.

W pierwszej części imprezy zaprezentowano możliwości „Czytaka”, który jest nowoczesnym urządzeniem do odsłuchiwania książek przez osoby niewidome. Jest poręczny i łatwy w obsłudze. Treść książek znajduje się na karcie pamięci, w której można umieścić nawet 40 pozycji.

Kolejną atrakcją dnia była wystawa plastyczna pt. „Barwa i kształt dotyku”, która jest owocem czterech lat warsztatów arteterapii. Prace przygotowane zostały przez osoby niewidome i słabowidzące członków elbląskiego koła Polskiego Związku Niewidomych.

– Wystawa skierowana jest do osób zdrowych, niewidomych i z dysfunkcjami wzroku. Prace wykonane są w różnorodnych technikach m.in collage, assemblage - mówi Agnieszka Warsza, instruktor i terapeuta warsztatów arteterapii.

# Seniorzy zainaugurowali rok akademicki

1 października obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Osób Starszych, ustanowiony w 1990r. przez Zgromadzenie Ogólne ONZ. Święto seniorów szczególnie uroczącej fetują słuchacze Uniwersytetów Trzeciego Wieku, którzy - tak jak wszyscy studenci - tego dnia rozpoczynają kolejny rok akademicki.



T. Bocheńska

Razem  
Tobą  
osób niepełnosprawnych



Fot. nadesłane

W Elblągu ta podwójna uroczystość zaczęła się pod Urzędem Miasta, gdzie uformował się pochód, prowadzony przez zespół muzyczny „Gronowiaci”. Hasło senioriady 2015 brzmiało: „Żyj kolorowo!” Wśród pięknie uczesanych srebrnych, złotych i ciemnych głów rzucały się w oczy kolorowe kapelusze i hasła: „dojrzały wspaniały”, „siła wieku człowieka”, „młodzi duchem”.

W nowym roku akademickim elbląski Uniwersytet Trzeciego Wieku i Osób Niepełnosprawnych (UTWiON) ma dla swoich słuchaczy równie bogatą ofertę, jak w roku ubiegłym.

- Dzieje się dużo - mówi Iwona Orężak, dyrektor uniwersytetu. - Nasza oferta jest bogata, pracujemy

nad tym, żeby ją stale udoskonalać. Ilość sekcji jest tak duża, że trudno już coś nowego wymyślić. Jednak są nowości. Powstała jedna nowa sekcja - terapeutyczna. Tworząc ją mieliśmy na uwadze osoby z różnymi problemami emocjonalnymi. Zobaczymy, czy się przyjmie. Sekcję rękodzielniczo-artystyczną zamieniliśmy na rękodzielniczo-krawiecką, bo mieliśmy sygnały, że panie chcą pofantazjować ze swoją garderobą. Jeśli chodzi o wykłady, staramy się, żeby były jak najbardziej różnorodne, z różnych dziedzin nauki, od historii, geografii, po politykę. O zdrowiu też nie zapominamy, ale nie chcemy z tą tematyką przesadzać, przecież każdy z nas gdzieś się leczy. Na wybór tematów mają wpływ słuchacze. Jest rada słuchaczy, co najmniej dwa razy do roku robimy spotkania liderów sekcji, na których oczekujemy sugestii i propozycji dotyczących tematyki wykładów. Wykładowcy pochodzą z wyższych uczelni nie tylko z Elbląga, ale także

z Gdańska i Olsztyna. Poszukujemy ciągle nowych, zapraszamy też osoby, które mają dużą wiedzę w jakiejś dziedzinie i chcą się nią podzielić. Nasz uniwersytet jest wciąż otwarty dla nowych słuchaczy - zapraszamy, jeszcze się pomieścimy.

Inauguracja nowego roku akademickiego UTWiON odbyła się tradycyjnie już w wypełnionym po brzegi teatrze.

Wykład inauguracyjny, wygłoszony przez dr Małgorzatę Stompór nosił tytuł: „Promocja zdrowia u osób starszych”. Słuchacze otrzymali wskazówki, jak postępować, żeby jak najdłużej zachować dobrą kondycję i cieszyć się życiem. Jak to robić praktycznie, pokazał kabaret „Ale Babki” z UTWiON, a dzięki pięknym piosenkom zaśpiewanym przez aktorów Teatru im. A.Sewruka seniorzy opuścili gościnny teatr w wyśmienitym nastroju, gotowi do działania.

Galerię zdjęć można obejrzeć pod adresem: [www.razemztoba.pl/13070](http://www.razemztoba.pl/13070)

