Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

Miesięcznik finansowany jest ze środków PFRON

www.razemztoba.pl • dostępna także dla niewidomych • newsletter dla czytelników „Razem z Tobą”

Nr 03/219 2016

Spłacam dług u Pana Boga...

Oczekujemy równego traktowania

więcej str 8

Zgłoś się do Miss Polski

więcej str 9

Jak to jest z tym autyzmem?

więcej str 26

SPIS TREŚCI

6 Innowacyjne Centrum Usług Społecznych

Grupa elbląskich organizacji pozarządowych porozumiała się i stworzyła partnerski, innowacyjny projekt Centrum Usług Społecznych. Centrum jest alternatywną...

18 Niby jesteśmy pełnosprawni...

„Osobę niepełnosprawną trzeba przede wszystkim dostrzec, zbliżyć się do niej i wtedy dopiero można zobaczyć w niej zwyczajnego...

24 Elbląg chce kształcić lekarzy...

Elbląska Uczelnia Humanistyczno - Ekonomiczna zamierza otworzyć kierunek lekarski. Uczelnia ma już zapewnioną działkę na budowę nowego obiektu oraz przygotowaną...

13 Rodzina 500 plus w pigułce

Program „Rodzina 500 plus" ruszy w całej Polsce już od kwietniu tego roku. Zgodnie z projektem, z pomocy skorzystają rodzice oraz opiekunowie dzieci do 18. roku życia. Rodzina z dwojgiem niepełnoletnich dzieci będzie mogła otrzymać 500 zł na drugie i kolejne dziecko...

15 Oswójmy dzieci z tematem niepełnosprawności

W pewnym wieku dzieci zaczynają pytać – najpierw „Co to?", i wtedy po prostu odpowiadamy, że to np. motyl, dżdżownica czy samolot. Ale potem już pytają „Dlaczego...?".

Po naukę, po pracę:

Szkoła z sercem ..... str. 21

Pieniądze na doskonalenie nauczycieli ..... str. 20

Studenci nie mają łatwo ..... str. 25

Społeczeństwo:

Konkurs „Godni naśladowania" ..... str. 9

Śmiech najpiękniejszą muzyką ..... str. 20

Mówią o naszej przeszłości ..... str. 36

Zdrowie:

Terapeutyczna moc obcowania z naturą ..... str. 30

Biomarkerem w niewydolność serca ..... str. 31

Cukrzyca to nie wyrok ..... str. 32

Elbląg – Nasze Miasto:

Dzień Kobiet w Polskim Związku Niewidomych ..... str. 38

Wesoła wiosna w DPS na Kasprzaka ..... str. 39

Seniorzy grali, śpiewali... ..... str. 40

Sport:

Medale w Białymstoku ..... str. 37

Prawo:

Nowelizacja kodeksu pracy ..... str. 28

Dla jednych to dobra zabawa, dla innych codzienna przeprawa przez kłody rzucane im zarówno przez własne ograniczenia, jak również postęp cywilizacyjny oraz nierzadko, przez władze lub samych mieszkańców miasta. Często słyszymy o festynach integracyjnych, czy spontanicznych akcjach organizacji wspierających osoby z niepełnosprawnościami, to natykamy się na „zabawy" w stylu np. przejście labiryntu w specjalnych goglach, przez które nic nie widać, a kolejnym razem siedząc na wózku – pokonać tor przeszkód. Akcje jak najbardziej potrzebne i nikt nie ma ku temu najmniejszych wątpliwości. Pokazują one osobom zdrowym, z jakimi problemami borykają się np. ich sąsiedzi. Nie mają sensu puste wykłady, czy najlepsze kampanie reklamowe. Nic nie zastąpi przeżycia na „własnej skórze" - doświadczenia konkretnej sytuacji, która dla zdrowych może być zwykłą błahostką, a dla osób z niepełnosprawnościami urasta do rangi walki o własne zdrowie, a nawet życie.

Cieszy fakt, że takie akcje się odbywają, że zdrowi mają możliwość „zasmakowania" codzienności osób - choćby poruszających się na wózkach czy o lasce. Z drugiej strony, obserwując organizowany corocznie przez Elbląską Radę Konsultacyjną Osób Niepełnosprawnych, Tydzień Osób Niepełnosprawnych oraz inne podobne festyny i akcje odbywające się w całym kraju, można zaobserwować, ciekawą tendencję, którą moim zdaniem śmiało można – a wręcz trzeba wykorzystać do tego, by już za parę lat przestrzeń publiczna wyglądała zupełnie inaczej niż widzimy ją obecnie. We wspomnianych wyżej „atrakcjach" festynów integracyjnych i akcji najmniej oporów by wziąć w nich udział mają osoby młode. Starsze zazwyczaj ograniczają się do oglądania bądź przyjęcia ulotki, która – nie oszukujmy się, prędzej czy później wyląduje w koszu na śmieci i pozostaje tylko mieć cichą nadzieję, że została chociaż przeczytana lub pokazana komukolwiek z rodziny. Wniosek nasuwa się sam. Edukujmy młodzież od najmłodszych lat, pokazujmy im, że osoby z niepełnosprawnościami nie są gorsi, że są tacy sami jak my, lecz również uświadamiajmy, z jakimi problemami borykają się na co dzień. Osobiście znam kilka przykładów, kiedy to nauczyciele w szkołach na lekcje wychowawcze zapraszają osoby z niepełnosprawnościami by opowiedziały o swoim życiu, sukcesach, problemach ale również same powiedziały, jak w konkretnych sytuacjach takiej osobie pomóc. Bardzo często brak pomocy osobie potrzebującej nie wynika ze złej woli, lecz z braku wiedzy i obaw. Sami sobie zadajmy pytanie, czy wiemy jak należy przeprowadzić np. osobę niewidomą na drugą stronę ulicy? Swego czasu zadałem to pytanie około trzydziestu osobom ze swojego otoczenia. Mało kto udzielił poprawnej odpowiedzi. I nie należy tego spostrzegać jako coś złego. Sam jeszcze kilka lat temu nie wiedziałem i z pewnością, chcąc pomóc zrobiłbym to najgorzej jak się da. Dlatego też warto, nawet przez zabawę, edukować od najmłodszych lat, dla dobra nas wszystkich. Gdyż jak zawsze powtarzam, nigdy nie wiemy, czy za jakiś czas, sami nie będziemy potrzebowali pomocy i wówczas to my znajdziemy się po drugiej stronie i nie będzie to już „zabawa". Szkoła to najlepszy czas, by w atrakcyjny dla młodzieży sposób przekazać tę wiedzę, i nie potrzebujemy tutaj opasłych tomów podręczników i setek notatek. Wystarczy tylko chęć i dobra wola.

Kończąc, warto nawiązać jeszcze do tego, że jeszcze bardziej cieszy fakt, kiedy to osoby dorosłe/przedsiębiorstwa same występują z inicjatywą by się czegoś nauczyć, poznać problemy osób z niepełnosprawnościami. Z taką sytuacją mieliśmy do czynienia jeszcze przed świętami, kiedy to przedstawiciele Tramwajów Elbląskich zgłosili się do nas z prośbą, by zorganizować dla nich takie zajęcia, na których poznaliby potrzeby i problemy osób z niepełnosprawnościami, które podróżują na co dzień elbląskimi tramwajami.

Takie spotkanie się odbędzie i napiszemy o nim w kolejnych numerach „Razem z Tobą".

Rafał Sutek

Znajdź nas na Facebooku!

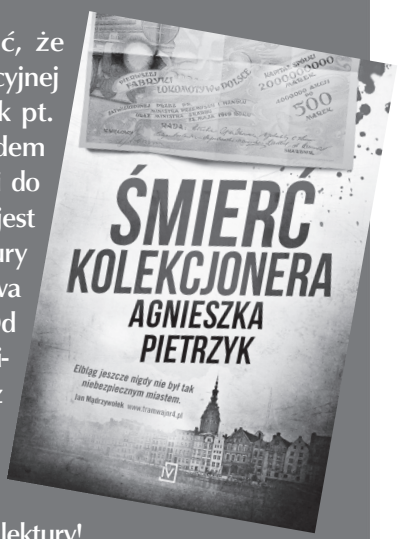
www.razemztoba.pl

Czy mogę skorzystać z pieniędzy rodziców zgromadzonych na ich koncie i przeznaczyć je na poczet ich pogrzebu?

Jeśli właściciel rachunku nie ustanowił dyspozycji na wypadek śmierci, to również możliwe jest sięgnięcie po środki zgromadzone na koncie, lecz tylko w ściśle określonym przypadku. Zgodnie z zapisem zawartym w prawie bankowym, bank jest zobowiązany do wypłacenia kwoty odpowiadającej kosztom pogrzebu osobie, która przedstawi dowody poniesionych na ten cel kosztów. Przepis ten obwarowano dodatkowym, lecz niezbyt precyzyjnym zastrzeżeniem – wypłacana kwota nie może przekraczać kosztów urządzenia pogrzebu „zgodnie ze zwyczajami przyjętymi w danym środowisku".

Warto przeczytać

„Śmierć kolekcjonera" - Agnieszki Pietrzyk



Miło nam poinformować, że czwarta książka naszej redakcyjnej koleżanki Agnieszki Pietrzyk pt. „Śmierć kolekcjonera" nakładem wydawnictwa Cztery Strony trafi do księgarń 13 kwietnia! Autorka jest elblążanką, historykiem literatury i doktorem literaturoznawstwa na Uniwersytecie Gdańskim. Od 12 roku życia jest osobą niewidomą. Do tej pory wydała już trzy powieści „Obejrzyj się, królu" (2008 r.) „Pałac tajemnic" (2011 r.) oraz „Urlop na morzem" (2013 r.). Zachęcamy do lektury!

„Śmierć kolekcjonera" to „elbląski kryminał" - mroczna, pełna nieoczekiwanych zwrotów akcji powieść kryminalna, która wciąga czytelnika nie tylko wartką akcją, ale też specyficzną atmosferą rzadkiego hobby, podsycanego przez teorie spiskowe – czytamy w recenzji na stronie wydawnictwa.

Nadmierna czystość w domu może być przyczyną alergii u dzieci?

PRAWDA: Pyłki, roztocza, sierść zwierząt, a także owoce warzywa, mleko i niektóre składniki leków - to najczęstsze czynniki, wywołujące alergię u Polaków. Uczulenie zdiagnozowano już u 15 milionów pacjentów. Alergia to szczególny rodzaj nadwrażliwości uwarunkowanej działaniem naszego układu immunologicznego. Oznacza, że na określone substancje reagujemy inaczej niż inni. Udowodniono bowiem nasz organizm nauczył się tolerować jakieś składniki, musi najpierw mieć z nimi kontakt. Stąd też, jak wynika z badań dzieci mieszkające na wsi, które od urodzenia stykają się z większą ilością „brudu", a także ze zwierzętami w gospodarstwie, znacznie rzadziej zapadają na alergię.

Wyjaśniamy w pigułce

„Jestem osobą niedosłyszącą i jak wielu innych, poznałem ostatnio urok jazdy rowerem po mieście. Jest szybko, tanio, a do tego jeszcze coś i dla zdrowia. Mój problem polega jednak na tym, że poruszam się jedynie po ścieżkach rowerowych, a gdy ich brak to po chodnikach, gdyż ze względu na swój defekt w słuchu nie chciałbym stwarzać zagrożenia w ruchu drogowym. Zastanawia mnie tylko, czy nie łamię tym samym prawa i nie narażam się na mandat."

W przepisach trudno znaleźć przypadek, który Pan opisuje, z tego co wiem nie ma w przepisach odstępstwa od ustalonych zasad, niemniej jednak jeżeli osoba taka porusza się po chodniku z uwagi na swoją nietypową sytuację, jedzie w sposób „normalny" tzn. ustępuje pierwszeństwa przechodniom itp. to na pewno nie będzie ukarana w żaden sposób przez policjantów, ponieważ szkodliwość tego typu wykroczenia będzie raczej znikoma – mówi Krzysztof Nowacki, z elbląskiej policji. - Wiele osób porusza się po chodnikach rowerami, chcąc uniknąć jazdy po pasie ruchu w miejskim ruchu drogowym uznając tę formę za bezpieczniejszą. Trudno, żeby policjanci karali takie osoby mandatami – dodaje.

Pomocna technika:

Coś więcej niż laska

Na rynku pojawił się nowy produkt dla seniorów: inteligentna laska. Laska, oprócz swojej tradycyjnej funkcji – pomocy w chodzeniu osobom z niepełnosprawnością nóg - oferuje szereg zaawansowanych technologicznie rozwiązań pomocnych osobom w podeszłym wieku, które w głównej mierze zwiększają poczucie bezpieczeństwa.

Laska wyposażona jest w moduł GSM, dzięki któremu użytkownik może zaalarmować bliskich o sytuacji zagrożenia naciskając przycisk SOS. Może również prowadzić rozmowy telefoniczne (nawiązywanie, odbieranie połączenia) tak jak odbywa się to przy użyciu zwykłego telefonu. Posiada też moduł GPS, co umożliwia monitorowanie lokalizacji użytkownika produktu w czasie rzeczywistym w dedykowanej do urządzania aplikacji na urządzenia mobilne.

Oprac. TB

Niezwykła mysz komputerowa

Polska Firma „Exelon" stworzyła myszkę komputerową dla osób niepełnosprawnych, umożliwiającą obsługę komputera osobom posiadającym ograniczenia ruchowe lub fizyczne, które sprawiają, że praca ze standardową myszką komputerową jest niemożliwa.

Exelon Mouse jest szansą na przełamanie barier i stereotypów związanych z brakiem aktywności osób o ograniczonej sprawności ruchowej. Jego wykorzystanie pozwala na odzyskanie poczucia własnej wartości i niezależności, kontakt ze światem, rozrywkę i sprawną pracę z komputerem. Urządzenie może być wykorzystywane w celu zawodowej aktywizacji osób u których dysfunkcje ruchowe wykluczają możliwość normalnej pracy. Funkcjonalność i ergonomia Exelon Mouse pozwalają na wielogodzinną i wygodną pracę z komputerem. Urządzenie dedykowane jest między innymi do grupy użytkowników cierpiących na postępujący zanik mięśni, porażenia kończyn, urazy kręgosłupa, paraliż oraz osób po zabiegach amputacji.

Oprac. AG

Znajdź nas
jak chcesz,
gdzie chcesz

http://www.razemztoba.pl

W KALENDARZU

11 kwietnia

Światowy Dzień Choroby Parkinsona

Celem tego święta, obchodzonego w dniu urodzin Jamesa Parkinsona, który jako pierwszy opisał objawy choroby, jest również wsparcie pacjentów z chorobą Parkinsona i ich rodzin oraz eliminacja dyskryminacji chorych osób w miejscu pracy. Symbolem Światowego Dnia Choroby Parkinsona na całym świecie jest czerwony tulipan.

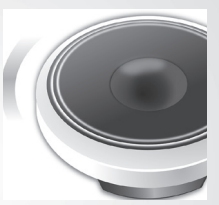
23 kwietnia

Światowy Dzień Książki

Ponad 63 proc. Polaków nie przeczytało w ubiegłym roku ani jednej książki – wynika z badania Biblioteki Narodowej. Mimo to temat czytelnictwa jest żywo dyskutowany w internecie i social mediach. Jak wynika z analizy Instytutu Monitorowania Mediów (IMM), w ubiegłym roku ukazało się na ten temat 67 tys. wzmianek, czyli prawie dwa razy więcej niż w 2014 roku. Internauci dyskutują o książkach, lajkują ich recenzje, ale niekoniecznie oznacza to, że je czytają.

25 kwietnia

Międzynarodowy Dzień Świadomości Zagrożenia Hałasem



Święto ustanowione w celu zwrócenia uwagi na powszechne występowanie hałasu w życiu ludzi, jego wpływu na zdrowie, i zwiększanie świadomości występowania tego szkodliwego zjawiska. Często mylnie nazywane Dniem Hałasu lub Dniem Walki z Hałasem.

Innowacyjne Centrum Usług Społ
– propozycja nie

Grupa elbląskich organizacji pozarządowych porozumiała się i stworzyła partnerski, innowacyjny projekt Centrum Usług Społecznych. Centrum jest alternatywną propozycją wykorzystania nadających się do rewitalizacji terenów powojskowych, odpowiadającą na problemy społeczne mieszkańców Elbląga.

Jedną z barier ograniczających rozwój usług społecznych w Elblągu świadczonych przez organizacje pozarządowe, jest brak odpowiednich lokali. Najdotkliwiej odczuwa go Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym Koło w Elblągu, które będąc częścią silnej organizacji ogólnokrajowej posiada duży potencjał merytoryczny i od lat zmierza do utworzenia kompleksowego systemu wsparcia dla swoich podopiecznych. Podobne potrzeby mają też inne organizacje zajmujące się rozwiązywaniem problemów społecznych. Gdy miasto wykupiło od wojska opuszczony teren przy ul Lotniczej, pojawiła się perspektywa zaspokojenia tych potrzeb.

Pierwsze dostrzegło ją PSOUU i to stowarzyszenie rozpoczęło starania o przekazane części obiektów. Gdy powstały plany utworzenia w Elblągu Centrum Integracji Społecznej przez Elbląskie Stowarzyszenie Inicjatyw Pozarządowych oraz Ośrodka Zatrudnienia Wspomaganego przez Elbląską Radę Konsultacyjną Osób Niepełnosprawnych, również te organizacje zaczęły poszukiwać potrzebnych obiektów na terenie powojskowym przy ul. Lotniczej. Zainteresowane organizacje spotkały się i porozumiały. Dołączyły do nich Bank Żywności w Elblągu, który musi poszukać nowej siedziby oraz Partnerstwo na rzecz Zatorza – dzielnicy, w której znajduje się ww. teren. Okazało się, że planowane przez te organizacje usługi uzupełniają się i łącznie stwarzają bogatą ofertę dla mieszkańców Elbląga.

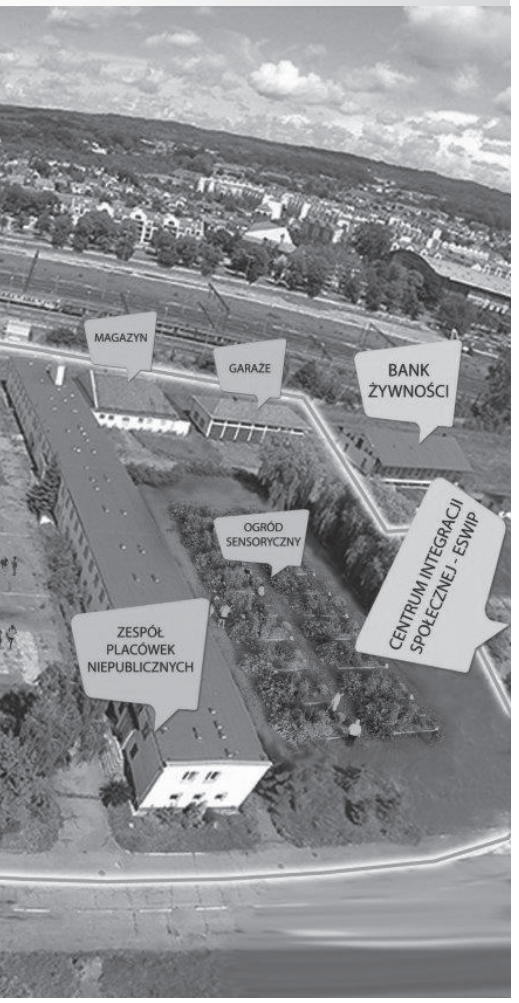
Pięć wymienionych organizacji podpisało porozumienie. W wyniku cyklu spotkań powstał wspólny program nazwany Centrum Usług Społecznych w Elblągu, który został przedłożony Prezydentowi Miasta.

Co zaoferuje Centrum?

W Centrum Usług Społecznych przy ul. Lotniczej miałyby się znaleźć:

- placówki prowadzone przez Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób Upośledzonych Umysłowo (PSOUU), w tym: warsztat terapii zajęciowej, Środowiskowy Dom Samopomocy, zespół niepublicznych placówek specjalnych (szkoła podstawowa specjalna, gimnazjum specjalne, szkoła przysposobienia do pracy, ośrodek rewalidacyjno-wychowawczy);
- Centrum Integracji Społecznej prowadzone przez Stowarzyszenie Wspierania Inicjatyw Pozarządowy-

ecznych
do odrzucenia



ch(ESWIP) oraz Elbląską Radę Konsultacyjną Osób Niepełnosprawnych (ERKON) - dla osób niepełnosprawnych;

- Bank Żywności;
- Dom Sąsiedzki dla mieszkańców dzielnicy Zatorze, prowadzony wspólnie przez PSOUU, Partnerstwo na Rzecz Zatorza oraz ESWIP;
- Kawiarenka z galerią przedmiotu, prowadzone przez PSOUU, Partnerstwo na Rzecz Zatorza oraz ESWIP;
- Biblioteka Społeczna – przeznaczona dla wszystkich mieszkańców miasta, prowadzona przez PSOUU.

Wartością dodaną są tu działania wspólne, które nie tylko służą integracji społecznej, ale i wzbogacają ofertę Centrum. Między innymi pracownie CIS świadczyć będą usługi w zakresie sprzątania pomieszczeń i terenu, uczestnicy CIS będą mogli odbywać staże w Banku Żywności i pozostałych placówkach, Bank Żywności będzie udzielał pomocy żywnościowej i prowadził zajęcia edukacyjne w zakresie zdrowego żywienia, stołówka prowadzona przez PSOUU może oferować wyżywienie uczestnikom CIS i innych placówek, Dom Sąsiedzki, Kawiarenka, Biblioteka - będą miejscem integracji i działań kulturalnych skierowanych do wszystkich osób korzystających z usług Centrum.

Kompleks placówek i usług będzie też generował sporą liczbę miejsc pracy – w tym dla osób niepełnosprawnych, również intelektualnie, przygotowanych do tego w wtz i CIS.

Potrzebne są duże pieniądze – nadzieja w funduszach unijnych

Wszystkie powyższe zadania mogą być zrealizowane w opuszczonych przez wojsko obiektach. Odbyło się kilka wizji lokalnych i szereg spotkań, w efekcie których zostało ustalone przeznaczenie poszczególnych budynków. Ich stan techniczny jest zróżnicowany, wszystkie wymagają remontu, przebudowy lub adaptacji. Największym problemem jest jednak infrastruktura techniczna: nie działają wodociągi i instalacja grzewcza, nie znany jest stan kanalizacji. Przywrócenie całego kompleksu do odpowiedniego stanu technicznego wymaga dużych nakładów finansowych. Na podstawie szacunkowych wskaźników wyliczono, że potrzeba na to około 16,5 mln zł.

Jako źródło pozyskania tych środków wskazany został Regionalny Program Operacyjny Warmia-Mazury (fundusz unijny), w ramach rewitalizacji terenów zdegenerowanych. Projekt zyskał wstępnie akceptację Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej, co zwiększa szanse na dofinansowanie. Pozostaje konieczność zapewnienia wkładu własnego. Zainteresowane organizacje liczą w tym względzie na miasto, chcą też pozyskiwać dotacje z innych dostępnych im źródeł.

Czas na decyzje

Wniosek do Prezydenta w sprawie utworzenia CUS prowadzonego przez organizacje pozarządowe został złożony w ubiegłym roku. Od tego czasu trwają rozmowy, zmieniają się koncepcje, miasto raz dokłada swoje własne propozycje, raz odejmuje. Ze względu na kłopoty finansowe miasta Prezydent w międzyczasie starał się sprzedać część terenów na cele komercyjne, ale jak dotąd bez powodzenia.

Centrum Usług Społecznych prowadzone przez partnerstwo organizacji pozarządowych, o tak szerokim spektrum, oparte na współpracy kilku organizacji, jest niewątpliwie projektem innowacyjnym w skali kraju. Mieszkańcom i władzom miasta przyniesie znaczną korzyść w zakresie rozwiązywania problemów społecznych, a tym samym także korzyści ekonomiczne. Może też stać się jego chlubą, tym bardziej, że w założeniu ma przed sobą perspektywę dalszego rozwoju. Zbliżający się termin składania wniosków do RPO wymaga szybkiego podjęcia decyzji o sposobie zagospodarowania i rewitalizacji tego terenu oraz przygotowania odpowiedniego wniosku. Dalsze przeciąganie sprawy może się skończyć tym, że wszyscy - i miasto, i organizacje – pozostaną na lodzie.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

Napisz do autora:
Teresa Bocheńska
e-mail: t.bochenska@razemztoba.pl

Oczekujemy równego traktowania

Rzadko zdarza się, żeby podczas sesji Rady Miejskiej w Elblągu zabierali głos mieszkańcy miasta. Na ostatniej sesji takie wydarzenie miało miejsce. Za zgodą Przewodniczącego Rady i wszystkich radnych wystąpiła przedstawicielka Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym Koło w Elblągu. Towarzyszyli jej rodzice z niepełnosprawnymi dziećmi.

Wystąpienie było wynikiem determinacji członków Stowarzyszenia w dążeniu do uzyskania obiektów niezbędnych do zaspokojenia ich rosnących potrzeb – a w szczególności braku pozytywnej decyzji Prezydenta Miasta w sprawie przekazania terenu i budynków powojskowych przy ul. Lotniczej, o które Stowarzyszenie ubiega się od 2 lat.

PSOUU nie jest jedyną organizacją, która widzi szansę rozwoju na terenie przy ul. Lotniczej. Pięć elbląskich organizacji pozarządowych zawarło porozumienie i opracowało wspólny program pod nazwą Centrum Usług Społecznych LOTNICZA, obejmujący szereg placówek i usług skierowanych do osób niepełnosprawnych, bezrobotnych, a także do mieszkańców dzielnicy. Program, poza zaspokojeniem różnego rodzaju potrzeb w obszarze pomocy społecznej, tworzy też sporą liczbę miejsc pracy. Program został przedłożony władzom miasta, odbyło się kilka spotkań – jednak te działania nie przyniosły rezultatu.

Tymczasem czas ucieka, wraz z nim narastają problemy i potrzeby osób niepełnosprawnych, zwłaszcza z niepełnosprawnością intelektualną, które nie mogą długo czekać na ich zaspokojenie.

– Starając się odpowiedzieć na potrzeby środowiska, nasza organizacja konsekwentnie buduje modelowy system wsparcia dla swoich podopiecznych – powiedziała w swoim wystąpieniu reprezentantka Koła PSOUU, Małgorzata Posadzy–Dymowska, matka 23.letniej, niepełnosprawnej Izy. – Obecnie prowadzimy działania dla 157 osób z niepełnosprawnością intelektualną i ich rodzin – mam, ojców, braci i sióstr: 4 placówki pobytu dziennego dla 122 dzieci, młodzieży i osób dorosłych i dwa programy z zakresu wczesnej interwencji dla 37 dzieci. Funkcjonowanie tych placówek pozwala większości z nas rodziców pracować, a nie żyć na koszt państwa z zasiłku.

Placówki dla osób niepełnosprawnych muszą spełniać coraz wyższe standardy. Nie da się ich zapewnić w obiektach, którymi obecnie stowarzyszenie dysponuje, tym bardziej, że rośnie liczba podopiecznych. Wśród problemów, jakie nurtują rodziców, jest potrzeba całodobowej opieki nad dorosłymi dziećmi, gdy rodzice lub opiekunowie się zestarzeją i nie dadzą sobie rady.

– Nie ma w nas zgody na umieszczanie ich w placówkach nieznanych im i z daleka od domu rodzinnego, a na terenie naszego miasta nie ma odpowiedniej całodobowej placówki – mówi pani Małgorzata.

Osoby niepełnosprawne tak, jak zdrowe, w pewnym momencie życia chcą się usamodzielnić – wyprowadzić się z rodzinnego domu, pracować. W wypadku niepełnosprawności intelektualnej trzeba je do tego starannie przygotować. Do pracy – w procesie rehabilitacji społecznej i zawodowej, do samodzielnego mieszkania poprzez naukę w mieszkaniu treningowym, a następnie wspierać je, zgodnie z indywidualnymi potrzebami, w mieszkaniach wspomaganych.

Do tego wszystkiego potrzebne są lokale. PSOUU ubiega się o trzy budynki powojskowe przy ul. Lotniczej, które pozwoliłyby zrealizować zaplanowany modelowy system wsparcia, spełniający wszystkie ww. potrzeby. Przedłużający się termin wydania decyzji w tej sprawie i zagrożenie brakiem zgody skłoniło członków Koła do bezpośredniego zwrócenia się o pomoc do Rady Miejskiej.

– Oczekujemy równego traktowania wszystkich obywateli naszego miasta, co wiąże się z przemyślaną, wieloletnią polityką społeczną i opracowaniem przemyślanego systemu wsparcia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, w tym zaplanowanie niezbędnych środków finansowych na jego realizację – powiedziała pani Małgorzata Posadzy–Dymowska, w imieniu rodziców osób z niepełnosprawnością intelektualną. – Prosimy o pomoc w rozwiązaniu powyższych problemów Panie Radne i Panów radnych naszego miasta oraz Panów Prezydentów, a także wszystkie inne osoby, mając nadzieję, że los naszych dzieci i nas nie wszystkim jest obojętny.

Teresa Bocheńska

Rusza konkurs Miss Polski na Wózku

Wybory Miss Polski na Wózku to wyjątkowa przygoda, do której zaprasza się wszystkie pełnoletnie panie korzystające z wózka inwalidzkiego. Celem konkursu jest wyłonienie tej najpiękniejszej. To wyjątkowe wybory, w których nie liczy się motoryka, bo na nią nie mamy wpływu, a piękna twarz i serce.

- Uważasz, że masz w sobie to coś? Patrzysz w lustro z uśmiechem? Chciałabyś zostać modelką? Korzystasz z wózka? Nie czekaj, zgłoś się do nas! Rekrutacja trwa do 24. kwietnia - zachęcają organizatorzy.

Wybory Miss Polski na wózku organizowane są przez Fundację „Jedyna Taka" i mają wpłynąć na zmianę wizerunku niepełnosprawnych kobiet w naszym społeczeństwie. Organizatorzy chcą pokazać piękne kobiety poruszające się na wózku jako kobiety aktywne, spełniające się w różnych rolach społecznych m.in. w roli matki. Kobiety pełne pasji, sił oraz wytrwałości w dążeniu do realizacji własnych marzeń. Kobiety, dla których wózek nie przesądza o ich atrakcyjności. Każda z kandydatek jest Jedyna Taka i nie chce być postrzegana przez pryzmat wózka inwalidzkiego.

- Biorąc udział w wyborach Miss Polski na Wózku możesz przeżyć przygodę, którą zapamiętasz do końca życia. W trakcie tygodniowych Warsztatów Miss poznasz inne finalistki i weźmiesz udział w specjalnie przygotowanych aktywnościach. Konkurs ma na celu zmianę wizerunkową kobiet z niepełnosprawnością, więc swoją postawą będziesz inspirować do działania, pokazywać, że można żyć jak się chce i warto dbać o siebie. To Twoja szansa, wykorzystaj ją! - czytamy na stronie organizatora konkursu.

W tym roku zmieniła się formuła wyborów. Najważniejsze zmiany, które nastąpiły w regulaminie, to:

- do konkursu mogą się zgłaszać osoby mające 18 lat i więcej,

- jury wybiera finałową dziesiątkę; dwie dzikie karty zostaną przyznane poprzez głosowanie SMS oraz MAIL (głosowanie to trwać będzie od 1 do 31 maja br.) Szczegóły w regulaminie konkursu.

- każde zgłoszenie musi zawierać krótki filmik, w którym finalistka odpowiada na pytania: Dlaczego właśnie Ty masz zostać Miss Polski na Wózku? Jakie działania, Twoim zdaniem, znacząco wpływają na pozytywną zmianę wizerunku osób z niepełnosprawnością? Co sprawia, że czujesz się piękna?

Nagranie nie powinno być krótsze niż 3 minuty a dłuższe niż 5 minut. Pełny regulamin konkursu dostępny jest na stronie: jedyna-taka.pl

Aby wziąć udział w wyborach, należy przesłać zgłoszenie na adres mailowy: rekrutacja@jedyna-taka.pl oraz adres Fundacji Jedyna Taka: 87-720 Ciechocinek ul. Słowackiego 15/2.

Zgłoszenie powinno zawierać:

- skany odręcznie podpisanych dokumentów rekrutacyjnych;

- ksero orzeczenia o niepełnosprawności;

- dwa zdjęcia: przedstawiające twarz oraz przedstawiające sylwetkę;

- krótki filmik, w którym kandydatka odpowiada na pytania. *Oprac. RS*

„Godni Naśladowania". Zgłoś kandydata

Rada Organizacji Pozarządowych Województwa Warmińsko–Mazurskiego ogłasza kolejną edycję konkursu „Godni Naśladowania". Ideą „Godnych Naśladowania" jest promowanie najlepszych inicjatyw społecznych organizacji pozarządowych, animatorów, ciał dialogu, samorządów w zakresie współpracy z III sektorem.

Nagrody przyznawane będą w następujących kategoriach: Kategoria I: Najlepsza inicjatywa organizacji pozarządowych województwa warmińsko–mazurskiego Kategoria II: Samorząd przyjazny organizacjom obywatelskim Kategoria III: Podmiot dialogu społecznego lub obywatelskiego województwa warmińsko–mazurskiego Kategoria IV: Najlepsza inicjatywa na rzecz osób starszych w województwie warmińsko–mazurskim Kategoria V: Animator społeczny Kategoria VI: Najlepszy produkt ekonomii społecznej województwa warmińsko–mazurskiego Kategoria VII: Najlepsza inicjatywa organizacji pozarządowych województwa warmińsko–mazurskiego o charakterze międzynarodowym Kategoria VIII: Grupa Młodzieżowa z Warmii i Mazur Godna Naśladowania Konkurs Rozstrzygnięcie konkursu nastąpi na Gali konkursu Godni Naśladowania w dniu 6 czerwca 2016 roku. Zgłoszenia należy przesyłać do 29 kwietnia 2016 roku (decyduje data wpływu wniosku, NIE data stempla pocztowego) na adres Rady Organizacji Pozarządowych Województwa Warmińsko–Mazurskiego, ul. Marka Kotańskiego 1, 10–167 Olsztyn lub w przypadku wersji elektronicznej na adres godninasladowania@gmail.com Serdecznie zachęcamy do przesyłania zgłoszeń i upowszechniania informacji o konkursie wśród organizacji i instytucji w regionie. W razie pytań należy kontaktować się z Anną Marią Nadgrabską, tel. 89 523 73 45; 510 903 547. Regulamin każdej kategorii Konkursu dostępny jest na stronie Centrum Organizacji Pozarządowych.

RN

Powstał program działań powi rzecz osób niepełnosprawnych

Ograniczanie skutków niepełnosprawności, rehabilitacja społeczna, rehabilitacja zawodowa oraz wspomagane rodziny wobec niepełnosprawności – to 4 obszary, w oparciu o które realizowany będzie program działań powiatu elbląskiego na rzecz osób niepełnosprawnych na lata 2015 – 2021.

Obszar I: Ograniczanie skutków niepełnosprawności

Podstawowym celem obszaru jest wyeliminowanie barier w dostępie do życia zarówno społecznego jak i zawodowego poprzez ograniczenie skutków niepełnosprawności, propagowanie zdrowego stylu życia, zachęcanie do aktywności zawodowej, a także przestrzeganie praw osób niepełnosprawnych. Cel będzie realizowany głównie przez przygotowanie beneficjentów z zaburzeniami ruchu i percepcji wzrokowej poprzez umożliwienie im włączenia się do społeczeństwa informacyjnego, umożliwienie osobom niepełnosprawnym włączenie się do życia społecznego i zawodowego poprzez likwidacje barier komunikacyjnych i w poruszaniu się. Osoby niepełnosprawne często z uwagi na swoją niepełnosprawność mają problemy w uczestnictwie w życiu codziennym, zdane są na pomoc osób trzecich w różnych sferach życia. Realizacja powyższego obszaru pozwoli na zwiększenie samodzielności, podniesienie kwalifikacji oraz ułatwi dostęp do życia zawodowego, społecznego oraz edukacji.

Obszar II: Rehabilitacja społeczna

Rehabilitacja społeczna ma na celu umożliwienie osobom niepełnosprawnym uczestnictwo w życiu społecznym. Realizowana jest przede wszystkim przez wyrabianie zaradności osobistej i pobudzenie aktywności społecznej osoby niepełnosprawnej, a w efekcie wyrabianie umiejętności samodzielnego wypełniania ról społecznych. Tymczasem warunki życia osób niepełnosprawnych, pomimo wsparcia udzielanego przez jednostki organizacyjne pomocy społecznej są dość uciążliwe, a jakość ich życia niska. Jest to spowodowane między innymi brakiem możliwości pełnego leczenia, kompleksowej rehabilitacji i odpowiedniej edukacji. Odnotowuje się utrudniony dostęp osób niepełnosprawnych do kultury i oświaty. Istniejące znaczne bariery urbanistyczne, architektoniczne i komunikacyjne ograniczają osobom niepełnosprawnym uprawianie sportu, turystyki i rekreacji. Z racji swojej niepełnosprawności osoby te mają trudności w otrzymaniu zatrudnienia. Sytuacja ta powoduje, że w Polsce znacznie więcej osób niepełnosprawnych, niż w innych krajach, nie włącza się lub nie powraca do czynnego życia, co przyczynia się do wykluczenia społecznego tych osób, a samym osobom niepełnosprawnym stwarza poczucie dyskomfortu psychicznego i społecz-

atu elbląskiego na na lata 2015 – 2021

nego oraz stanowi znaczne obciążenie ekonomiczne dla społeczeństwa. W demokratycznym państwie prawa należy podejmować skuteczne działania przeciwdziałające zjawiskom odrzucenia, alienacji i marginalizacji. Konstytucja RP, art. 32 ust. 2 stanowi,

że nikt nie może być dyskryminowany w życiu politycznym, społecznym lub gospodarczym z jakiejkolwiek przyczyny. Dlatego, w celu wyeliminowania tych niepożądanych zjawisk należy stymulować rozwój ruchu społecznego oraz wspierać samorządy lokalne i organizacje pozarządowe w działaniach na rzecz poprawy jakości życia osób niepełnosprawnych, ich uspołecznienia i aktywizacji w miejscu zamieszkania.

Obszar III: Rehabilitacja zawodowa

Rehabilitacja zawodowa ma na celu ułatwienie osobie niepełnosprawnej uzyskania i utrzymania odpowiedniego zatrudnienia i awansu zawodowego, przez umożliwienie jej korzystania z poradnictwa zawodowego, szkolenia zawodowego i pośrednictwa pracy. Podstawą wyodrębnienia tego obszaru stały się główne problemy społeczno – gospodarcze powiatu elbląskiego oraz towarzyszące im zjawisko bezrobocia, które pomimo małej skali w stosunku do ogólnej liczby, szczególnie dotyka osoby niepełnosprawne. Niepokojącym staje się fakt dziedziczenia bezrobocia przez młodych członków rodziny, którzy z racji swojej niepełnosprawności, niskich kwalifikacji zawodowych i braku odpowiednich ofert pracy nie mają szans na uzyskanie zatrudnienia. Dlatego istnieje pilna potrzeba podejmowania działań zmierzających do wyrównywania szans zatrudnienia i aktywizacji zawodowej osób niepełnosprawnych, które stały się głównym celem obszaru. Jego realizacji służyć będzie szereg celów szczegółowych i związanych z nimi działań.

Obszar IV: Wspomagane rodziny wobec niepełnosprawności

Podstawą wyboru tego obszaru stało się dążenie do prawidłowego funkcjonowania rodziny z problemem niepełnosprawności. Rodzina jest podstawowym środowiskiem, gwarantującym prawidłowy rozwój jej członków. Jej rola w prawidłowym rozwoju dziecka i zaspokajaniu jego potrzeb, ma szczególne znaczenie w sytuacji niepełnosprawności dziecka lub dorosłych członków rodziny. Dlatego należy tworzyć politykę społeczną ukierunkowaną na wspomaganie szczególnie rodzin z osobą niepełnosprawną, w celu zapobiegania nadmiernemu obciążaniu tych rodzin oraz umożliwiania osobom niepełnosprawnym uczestnictwa w życiu społecznym.

Opracowany „Program działań Powiatu Elbląskiego na rzecz osób niepełnosprawnych na lata 2015 – 2021" jest dokumentem, o charakterze interdyscyplinarnym, którego wdrażanie wymaga współpracy wielu partnerów społecznych, Powiatowego Urzędu Pracy, jednostek organizacyjnych pomocy społecznej, instytucji oświaty, kultury, jednostek służby zdrowia, podmiotów zajmujących się aktywizacją zawodową i rehabilitacją. Od ich zaangażowania w dużej mierze zależeć będą efekty zaplanowanych działań.

oprac. AG,
źródło pcpr.elblag.pl

Jesteś świadkiem ciekawego wydarzenia?
Coś Cię bulwersuje, smuci bądź cieszy?
Zadzwoń! lub napisz!
redakcja@razemztoba.pl
(55) 232-69-35

Spłacam dług u Pana Boga...

Mec. Elżbieta Montwiłł – Kołodziejczyk przez 27 lat pracowała czynnie jako wzięty radca prawny. 12 lat temu doznała bardzo ciężkiego udaru, z którego ledwo uszła z życiem. Jak przyznaje, to doświadczenie wywróciło jej życie do góry nogami. Przez cztery lata rehabilitowała się sama, a to, że chodzi uważa za cud. – Wtedy pomyślałam, że trzeba spłacić dług u Pana Boga – mówi z uśmiechem Pani Elżbieta, która już od 8 lat udziela pro bono pomocy prawnej w Elbląskim Stowarzyszeniu Organizatorów Pomocy Społecznej. Za tą działalność 13 marca br. z rąk prezesa Krajowej Rady Radców Prawnych w Warszawie odebrała statuetkę „Kryształowego Serca Radcy Prawnego".

Początki nie były łatwe. Przez pierwszy miesiąc po udarze Pani Elżbieta była nieprzytomna, a rokowania były nie najlepsze. – Gdy doszłam do siebie przez długi czas leżałam i patrzyłam w sufit bez celu. Załamałam się. To był dla mnie duży szok. Wcześniej bardzo dużo czasu poświęcałam swojej pracy, standard życia też był inny. Z czasem jednak zaczęłam się sama rehabilitować, poczułam silną potrzebę wyjścia do ludzi i tęsknotę za tym, co robiłam kiedyś. W związku z tym, że stała praca, zważywszy na stan zdrowia, nie wchodziła w grę, pojawiła się propozycja udzelania darmowych porad prawnych w Elbląskim Stowarzyszeniu Organizatorów Pomocy Społecznej, z ktorym współpracuję już od 8 lat. Radca prawny musi się uczyć przez całe życie, bowiem przepisy bardzo szybko się zmieniają i trzeba być na bieżąco. To dodatkowo mnie zmotywowało, tym bardziej, że od zawsze miałam skłonność, aby pomagać ludziom – przyznaje Pani Elżbieta.

Na uroczystą galę do Warszawy wybrała się razem z synem. Jak przyznaje, było to dla niej bardzo duże przeżycie. Na wręczenie nagród przyjechał nawet Prezes Okręgowej Izby Radców Prawnych w Gdańsku, który osobiście jej gratulował. – Statuetka jest uhonorowaniem mojej pracy. Cieszę się, że zostało to zauważone i docenione. Jestem przykładem na to, że niepełnosprawność nie musi oznaczać końca świata i pomimo niej można dalej realizować się zawodowo. Kiedy człowiek ociera się o ostateczne rzeczy, zmienia zupełnie spojrzenie na życie i sądzę, że zaczyna bardziej je doceniać – podkreśla Pani Elżbieta.

W stowarzyszeniu pani mecenas pracuje raz w tygodniu, w piątki od 10.00 do 14.00. Oprócz niej, we wtorki porad prawnych udziela jeszcze jeden radca. Mimo darmowych porad prawnych udzielanych także m.in. w Urzędzie Miasta w Elblągu, kolejki do nich nie zmiejszyły się. Średnio przyjmują 8 osób tygodniowo. Najczęściej z porad korzystają ludzie starsi. Są też młodzi, czynni zawodowo, ale nie wiedzący gdzie mogą zwrócić się po darmową pomoc oraz osoby z niepełnosprawnościami. – Wszyscy trafiają do mnie z podobnymi sprawami, głównie rodzinnymi, które są wyjatkowo trudne, a więc: rozwody, alimenty, widzenie się z dziećmi, a także sprawy spadkowe i mieszkaniowe, nierzadko związane również z problemami z sąsiadami. Pamiętam sprawę dwóch braci, z czego jeden był niepełnosprawny i ubezwłasnowolniony. Mieszkał wraz z ojcem, który był jego opiekunem prawnym. Drugi brat mieszkał z pozostałą rodziną w innym mieszkaniu i strasznie uprzykrzał życie swojemu niepełnosprawnemu bratu. Było to bardzo przykre, szczególnie, że podejrzewano go o bardzo niecne czyny, a on nie zrobił nikomu krzywdy – wspomina z żalem Pani Elżbieta. – W zasadzie powinnam udzielać ludziom tylko porady prawnej, ale w rzeczywistości, ponieważ jest mi żal tych ludzi, często pomagam im przygotowując dla nich różne pisma i pozwy. To nie jest rodzaj pracy, w której wychodząc, zamyka się drzwi i zapomina. Dobro, którym się dzielę z ludźmi do mnie wraca, zaklęte często w magicznym słowie „dziękuję" – podsumowuje.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych
Napisz do autora:
Aleksandra Garbecka
e-mail: a.garbecka@razemztoba.pl

Program „Rodzina 500 plus" ruszy w całej Polsce już od kwietniu tego roku. Zgodnie z projektem, z pomocy skorzystają rodzice oraz opiekunowie dzieci do 18. roku życia. Rodzina z dwojgiem niepełnoletnich dzieci będzie mogła otrzymać 500 zł na drugie i kolejne dziecko niezależnie od dochodu. W przypadku rodzin z dochodem poniżej 800 zł netto na osobę wsparcie otrzyma rodzina także na pierwsze lub jedyne dziecko. Dla rodzin z dzieckiem niepełnosprawnym kryterium dochodowe jest wyższe i wynosi 1200 zł netto. Dodatkowe wsparcie w wysokości 500 zł otrzymają także rodziny zastępcze oraz rodzinne domy dziecka na każde dziecko, na podstawie ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej.

Czy każda rodzina otrzyma wsparcie?

Świadczenie otrzyma rodzina bez względu na stan cywilny rodziców. Otrzymają je zatem zarówno rodziny, w których rodzice są w związku małżeńskim jak i rodziny niepełne oraz rodzice pozostający w nieformalnych związkach. W przypadku rodziców rozwiedzionych wsparcie otrzyma ten rodzic, który faktycznie sprawuje opiekę nad dzieckiem.

Co w przypadku rodzin patchworkowych i rodzin z niepełnosprawnym dzieckiem?

Jeżeli partnerzy żyją w związku nieformalnym i mają dzieci z poprzednich związków oraz wychowują co najmniej jedno wspólne dziecko, to wówczas świadczenie wychowawcze na pierwsze dziecko będzie uzależnione od kryterium dochodowego, a na pozostałe dzieci bez względu na dochód. Dziecko do 25. r. ż., które pozostaje na utrzymaniu rodziców, jest uwzględniane przy obliczaniu dochodu na osobę w rodzinie. Dzięki temu jego młodszy brat lub siostra może nadal otrzymywać wsparcie, jeśli dochód na osobę nie przekroczy 800 zł. W przypadku dziecka niepełnosprawnego kryterium dochodowe na pierwsze dziecko będzie wynosiło 1200 zł. Istotne jest, że w składzie rodziny brane będą pod uwagę pozostające na utrzymaniu dzieci do ukończenia 25 roku życia. Dodatkowo, wliczane też będą dzieci, które ukończyły 25. rok życia, legitymujące się orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności, jeżeli w związku z tą niepełnosprawnością przysługuje świadczenie pielęgnacyjne lub specjalny zasiłek opiekuńczy albo zasiłek dla opiekuna.

Kto będzie wypłacał świadczenie?

Świadczenie wychowawcze będzie realizowane w gminach, a w sprawach, w których zastosowanie będą miały unijne przepisy o koordynacji systemów zabezpieczenia społecznego, świadczenie realizować będą marszałkowie województw. Wybór optymalnych rozwiązań organizacyjnych w gminach, które zapewnią prawidłową i terminową realizację świadczenia wychowawczego, należeć będzie do wójtów, burmistrzów i prezydentów miast. Analogicznie do funkcjonujących od wielu lat rozwiązań organizacyjnych dotyczących świadczeń rodzinnych, świadczenie wychowawcze będzie mogło być realizowane w danej gminie, zarówno w urzędzie gminy/miasta lub w wyodrębnionej komórce organizacyjnej w ośrodku pomocy społecznej lub innej jednostce organizacyjnej w danej gminie np. w funkcjonujących już w wielu miastach w Polsce specjalnych centrach utworzonych do realizacji świadczeń socjalnych.

500 plus a inne świadczenia dla rodzin?

Świadczenie wychowawcze 500 zł nie będzie liczone do dochodu przy ustalaniu prawa do świadczeń z innych systemów wsparcia, dotyczy to w szczególności świadczeń z pomocy społecznej, funduszu alimentacyjnego, świadczeń rodzinnych, dodatków mieszkaniowych.

Jak załatwić formalności?

Wniosek o to świadczenie będzie trzeba składać raz do roku. Będzie można to zrobić przez internet lub osobiście w gminie. Osoby ubiegające się o wsparcie na pierwsze dziecko, będą dokumentowały sytuację dochodową dołączając do wniosku odpowiednie oświadczenie o dochodach. Gdy rodzina będzie ubiegać się o świadczenie wyłącznie

na drugie i kolejne dzieci nie będzie konieczności dokumentowania sytuacji dochodowej. Jedynie świadczenie na pierwsze dziecko uzależnione będzie od kryterium dochodowego i w takim przypadku co roku trzeba potwierdzić fakt nieprzekroczenia tego progu. We wniosku trzeba podać dane osoby starającej się o świadczenie, dane drugiego z rodziców oraz dane dzieci wraz z dodatkowymi zaświadczeniami i oświadczeniami jeśli takie będą w indywidualnej sprawie niezbędne Jednocześnie gmina sama będzie pozyskiwała podstawowe dane o dochodach, więc nie trzeba będzie już dołączać tych informacji. Świadczenie wychowawcze, tak jak wszystkie świadczenia rodzinne, będzie wypłacane w sposób dogodny dla rodziców, czyli przede wszystkim przelewem na konto.

Kiedy będzie można składać wnioski?

Wnioski będzie można składać od 1 kwietnia 2016 r. tj. od momentu startu programu. Jeśli wniosek zostanie złożony w ciągu pierwszych 3 miesięcy, rodzice dostaną wyrównanie wstecz od 1 kwietnia - pozwoli to uniknąć kolejek i zapewni płynność wypłat. Do programu będzie można dołączyć w dowolnym momencie. W kolejnych miesiącach świadczenie będzie wypłacane od miesiąca, w którym rodzice złożą wniosek. Co do zasady, dla osób korzystających z programu okres rozliczeniowy będzie trwał od 1 października do 30 września następnego roku kalendarzowego. Istotne jest, że pierwszy okres na jaki będzie przyznane prawo do świadczenia będzie dłuższy, gdyż rozpocznie się 1 kwietnia 2016 r. i trwać będzie do 30 września 2017 roku. Dzięki temu rodzice nie będą musieli składać dwóch wniosków w 2016 roku, kiedy program wejdzie w życie.

Źródło: MPRiPS

500 + w Elblągu

W Elblągu wnioski o świadczenie wraz z materiałami informacyjnymi na temat Programu 500+ można pobierać w sekretariatach szkół podstawowych, gimnazjalnych, przedszkoli i żłobków. Dostępne są one również w Departamencie Świadczeń Rodzinnych przy ul. Jaśminowej i w Punkcie Informacyjnym Urzędu Miejskiego przy ul. Łączności. Można je również pobrać ze strony internetowej Urzędu Miejskiego www.elblag.eu Wypełnione wnioski są przyjmowane od dnia 1 kwietnia 2016 r. - drogą elektroniczną (emp@tia, PUE ZUS, bankowość elektroniczna), za pośrednictwem poczty lub w siedzibie Departamentu Świadczeń Rodzinnych Urzędu Miejskiego w Elblągu przy ul. Jaśminowej 11, gdzie przygotowanych zostanie 7 stanowisk. Na ten cel pozyskane zostały dodatkowe pomieszczenia o powierzchni 75 m2 lub w Biurze Podawczym Urzędu Miejskiego w Elblągu przy ul. Łączności 1, gdzie będą 3 stanowiska do obsługi wnioskodawców.

W celu sprawnej obsługi mieszkańców składających wnioski godziny pracy powyższych punktów zostaną wydłużone. Wnioski będzie można składać od poniedziałku do piątku od godz. 07.30 do godz. 17.00.

Elbląg z budżetu państwa na realizację programu Rodzina 500 + dostał 41 125 557 zł, z czego 2 proc. przeznaczone są na koszty obsługi świadczenia wychowawczego w 2016 r. Kwota przyznanej dotacji została wyliczona przez Ministerstwo, które szacuje, że w naszym mieście z programu Rodzina 500 + skorzysta ok. 8900 dzieci.

UM Elbląg

500 + również przez bankowość internetową

Wnioski o przyznanie środków z rządowego programu można składać również poprzez wypełnienie wniosku w systemie bankowości elektronicznej. Będzie można go złożyć za pośrednictwem 18 banków.

Bank nie będzie dokonywał weryfikacji formalnej i merytorycznej danych podanych we wniosku oraz załączników i nie będzie posiadał informacji dotyczących dalszej obsługi wniosku, czym zajmować się będzie wybrany Organ prowadzący w gminie, po tym jak wniosek zostanie mu przekazany. Wniosek oraz załączniki po wysłaniu z systemu informatycznego emp@tia będą usuwane z serwerów Banku bezpowrotnie. Zanim zdecydujemy się na wysłanie wniosku internetowo ze strony banku, należy dokładnie zapoznać się z zasadami panującymi w danym banku przy składaniu wyżej wymienionego wniosku.

Warto też mieć świadomość, że zgodnie z wymaganiami Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, możliwość złożenia wniosku „Rodzina 500 plus" za pośrednictwem bankowości internetowej dostępna jest tylko dla osób, których tożsamość została zweryfikowana przez bank podczas ich fizycznej obecności w placówce. Jeśli Twój rachunek został założony w procesie zdalnym (poprzez potwierdzenie umowy przelewem z innego banku lub za pośrednictwem kuriera) i jesteś zainteresowany złożeniem wniosku „Rodzina 500 plus" za pośrednictwem systemu bankowości internetowej, w pierwszej kolejności należy udać się do oddziału w celu potwierdzenia tożsamości - wystarczy okazać dowód osobisty lub paszport. W przypadku braku potwierdzenia tożsamości w oddziale, nie będzie możliwości złożenia wniosku „Rodzina 500 plus" w systemie bankowości internetowej.

Oprac. RS

Oswójmy dzieci z tematem niepełnosprawności!

W pewnym wieku dzieci zaczynają pytać – najpierw „Co to?", i wtedy po prostu odpowiadamy, że to np. motyl, dżdżownica czy samolot. Ale potem już pytają „Dlaczego...?". I wśród tych pytań zdarzają się takie: „Dlaczego ten chłopiec nie ma nogi?" czy „Dlaczego ta dziewczynka ma taką inną twarz?". Wtedy często ze strachem strofujemy je: „Nie mów tak głośno!", „Nie pokazuj palcami!". I najchętniej uciekamy od tematu, bo w sumie sami nie wiemy, co odpowiedzieć. Dorosłym, trudno rozmawiać ze zdrowymi dziećmi o niepełnosprawności innych, w tym właśnie może pomóc książka Gabrieli Przybylskiej-Strelczuk pt. „Widzieć uszami", która powstała także przy współpracy z psychologiem dziecięcym.

Autorka jest z zawodu nauczycielką języka angielskiego. Prywatnie szczęśliwą mamą dwójki dzieci. Jej inspiracją, a jednocześnie pierwszą recenzentką była bratanica w wieku 5 lat, która widząc niepełnosprawne dziecko w sklepie, zareagowała jednocześnie przerażeniem i ciekawością. Pani Gabriela pomyślała wtedy, że istnienie niepełnosprawności jest przez rodziców często pomijane w rozmowach, być może dlatego, że nie wiadomo, jak taką rozmowę zacząć.

- Pomysł od razu mi się spodobał, ponieważ wiedziałam, jakie problemy mają rodzice z rozmawianiem z dziećmi na temat chorób i niepełnosprawności. A ja chciałam, by książki mojego wydawnictwa nie były pustymi opowiastkami. Chciałam, by coś zostawało w głowie po każdej naszej lekturze - tłumaczy Justyna Jakubczyk, z Wydawnictwa Omnibus. - Temat niepełnosprawności jest często omijany przez wydawnictwa, ponieważ wiadomo, że te książki nie znajdą wielu nabywców, zwłaszcza, że druk bajek jest naprawdę drogi. Mając tę świadomość, próbowaliśmy zainteresować tematem instytucje państwowe, fundacje. Staraliśmy się również o dotację z Ministerstwa, PFRON-u. Bez pomocy organizacji zajmujących się edukacją i osobami niepełnosprawnymi trudno byłoby pokazać tę książkę szerszej grupie odbiorców. Pojawił się pomysł na akcję na portalu Polak Potrafi, który dał nam szansę na zbiórkę pieniędzy na druk, na zbadanie rynku oraz rozpropagowanie pomysłu i zainteresowanie czytelników tematem. I udało się! - dodaje.

Z niepełnosprawnością za pan brat

Jak podkreśla Justyna Jakubczyk temat niepełnosprawności nie jest łatwy. Rodzice nie wiedzą, jak do niego podchodzić. Bo nie chcą smucić dzieci? Bo nie wiedzą, jak o tym rozmawiać? Bo przecież „to nie jest taki powszechny problem, nie trzeba o tym mówić". Bo boją się, jak dzieci zareagują, czy się nie przestraszą, a my nie chcemy straszyć dziecka. Bo nikt z nimi o tym nie rozmawiał. Słyszeliśmy tylko „Nie gap się", „To takie biedne dziecko".

- Trudno powiedzieć, co jest największą barierą. Pewnie po prostu nie wierzymy w to, że nasze dzieci będą umiały to zrozumieć. I odbieramy im tę możliwość.- wyjaśnia Justyna Jakubczyk - Niedawno opisywałam taką sytuację: Mój młodszy, 7-letni syn oglądał katalog lego. Na jednej stronie były figurki. Pokazywał każdą palcem i nazywał: rolnik, baletnica, niepełnosprawny, kosmonauta... Niepełnosprawny? Zdziwiłam się bardziej słowem, którego użył, niż figurką, bo widziałam w telewizji zapowiedzi figurki lego na wózku. Jednak dla niego taka figurka nie była niczym dziwnym, nazwa też nie była obca. Może być baletnica i może być osoba niepełnosprawna. Ot tak. Po prostu. Jestem pewna, że wielu dorosłych zareagowałoby na taką figurkę zdziwieniem. A nasze dzieci już może będą dorastać w świecie, w którym osoby niepełnosprawne funkcjonują na takich samych zasadach. Nie wzbudzają zdziwienia swoją obecnością w przestrzeni publicznej. Tylko my musimy uwierzyć, że dzieci wiele rozumieją. Rozmawiać z nimi. Sami przestać się

bać tego tematu – podkreśla.

Każde dziecko potrzebuje przyjaciela

Zdaniem Justyny Jakubczyk książka „Widzieć uszami" jest wartościowa przede wszystkim dzięki temu, że przedstawione w niej niepełnosprawne dzieci są ukazane jak wszystkie inne, które potrzebują przyjaźni i zabawy. Nie ma tu epatowania nieszczęściem, nie ma zbytniego współczucia – są zwykłe rozmowy, proste wytłumaczenia, które łatwo zrozumieć dzieciom. Owszem, życie dzieci, które spotyka w szpitalu zdrowy chłopiec, jest nieco inne niż jego rówieśników. Co ważne, autorka nie skupia się na niepełnosprawności swoich bohaterów, w pewnym momencie ich choroba zaczyna być drugoplanowa, a na pierwszy plan wysuwa się przyjacielska relacja z innymi. To bardzo ważne, bo osoby niepełnosprawne bardzo często podkreślają, że chciałyby być traktowane nie przez pryzmat swojej choroby, ale po prostu jako kolega, koleżanka, współpracownik. Chcą, by nie odnosić się do nich jak do niewidocznych, nieistniejących, ale – tak jak mały bohater książki – po prostu spróbować nawiązać z nimi relację. Autorce udało się uciec od schematycznego pokazywania osób niepełnosprawnych i wzbudzania litości wobec nich.

- Wierzę, że ta książka będzie ważnym elementem burzenia stereotypów i przede wszystkim pomoże dzieciom zrozumieć ich niepełnosprawnych rówieśników. Może uda się zainteresować nią instytucje, zajmujące się tematem integracji w szkołach i przedszkolach, bowiem na podstawie książki można poprowadzić ciekawe lekcje wychowawcze - podsumowuje Justyna Jakubczyk.

Część nakładu książki będzie można kupić w zwykłej sprzedaży detalicznej, w księgarniach stacjonarnych i internetowych. Część wydawca chciałby przekazać fundacjom zajmującym się osobami niepełnosprawnymi.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

Napisz do autora:
Aleksandra Garbecka
e-mail: a.garbecka@razemztoba.pl

Każdy ma w sobie moc!

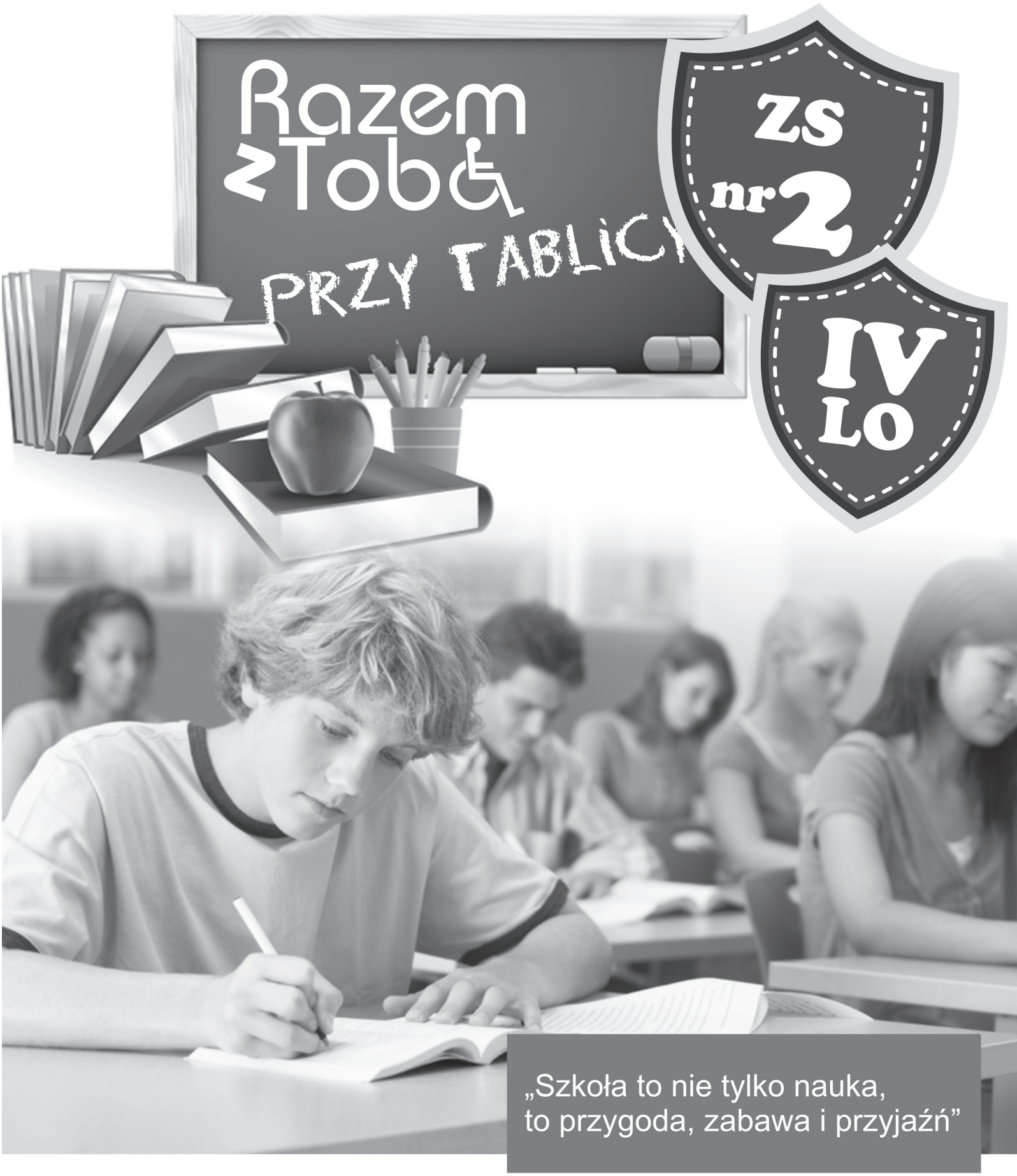
26-letni Kacper Hefta pochodzi z Bytowa. Od urodzenia choruje na rzadką chorobę genetyczną – Ataksję Friedreicha, która powadzi do zwyrodnienia części układu nerwowego i mięśnia sercowego, przez co mówiąc najprościej - ciało traci życiowe siły. Zmagania ze sobą i wewnętrznymi demonami trwały 3 lata, bo jak przyznaje, choroba złamała go i rozłożyła na części pierwsze. Udało mu się jednak pozbierać, zmienić myślenie i złapać pomyślne wiatry. Teraz stara się żyć normalnie, chodzi na siłownię, zdrowo się odżywia, dużo czyta. W większości czasu oddaje się swoim dwóm największym pasjom: tworzeniu muzyki oraz pisaniu. Niedawno do księgarń trafiła jego debiutancka książka pt. „Anderstand". Aby coś zmienić, najpierw trzeba to coś zrozumieć". Książka, jak jej autor – szczera, bezpretensjonalna z dużą dozą humoru, zbiera bardzo pozytywne recenzje.

Książka powstała w przeciągu pół roku z przerwami. Kolejne pół zajęło szukanie wydawnictwa. Kacper wysłał 30 maili do różnych wydawnictw, większość w ogóle nie odpisała, niektóre odpisały, że nie są zainteresowane. Jedyne wydawnictwo Capital Book dostrzegło w książce potencjał i postanowiło ją wydać.

- Książka zrywa maski i obnaża nasze stereotypowe myślenie o świecie ludzi niepełnosprawnych i pełnosprawnych. Nie mówię w niej o tym, że pełnosprawni to zło, bo nie rozumieją niepełnosprawnych, mówię, o tym, że większość ludzi nie wie, jak powinna wyglądać relacja z osobami niepełnosprawnymi. Książka jest odzwierciedleniem moich własnych przemyśleń dotyczących tego, jak ja odbieram ludzi i jak oni mnie odbierają. Staram się wcielić w skórę osoby pełnosprawnej i spojrzeć na mnie samego z jej perspektywy, bowiem zasmakowałem życia z obu stron - jako osoba chodząca i jako osoba na wózku a także uświadomić jak powinna wyglądać pomoc, bowiem w dzisiejszych czasach zatraciła się granica pomiędzy pomaganiem a wyręczaniem. Uważam, że każdy ma w sobie moc, każdy ma w sobie siłę do zrobienia czegoś, ale trzeba chcieć, trzeba się ruszyć z domu, stawiać sobie cele, mieć ambicje i marzenia, a nie siedzieć w domu, patrzeć w ścianę, narzekać i czekać, aż się coś wydarzy. Niestety nic się samo nie wydarzy, nie ważne czy jesteś pełno- czy niepełnosprawny, bo to od nas zależy jak wygląda nasze życie – tłumaczy Kacper Hefta, który gościł w Elblągu podczas konferencji zorganizowanej przez elbląskie PSOUU „ku nowym wzorom dorosłości osób niepełnosprawnych intelektualnie w świetle wdrażania Konwencji o Prawach Osób Niepełnosprawnych

Aleksandra Garbecka

więcej na razemztoba.pl



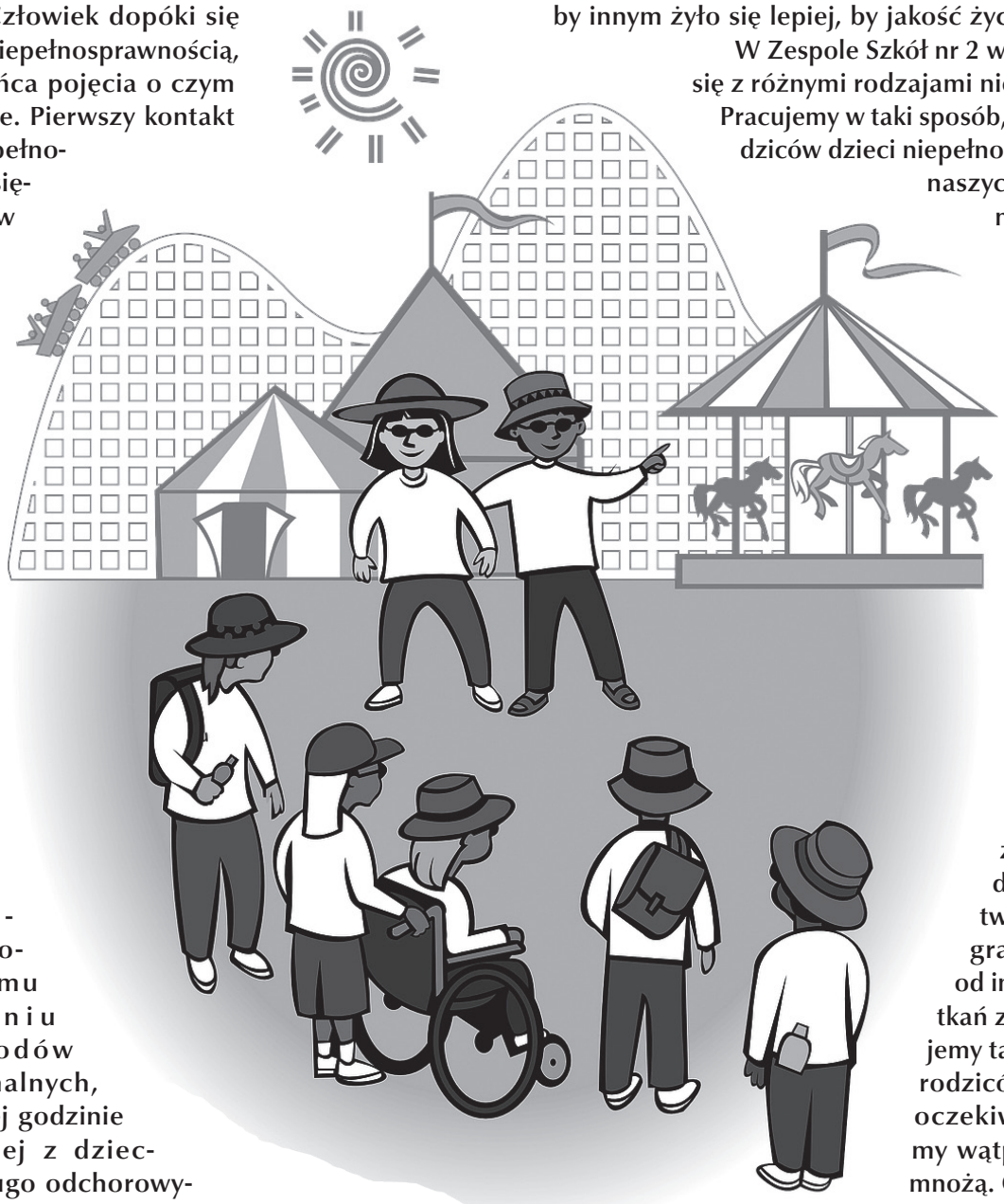
Materiał zredagował: Rafał Sułek (redaktor naczelny)
Materiał do wkładki przygotowali: Joasia Puchała (IV LO), Iwona Hul (IV LO)
oraz dyrekcja Zespołu Szkół nr 2 w Elblągu.

* * *

Wkładka stanowi integralną część miesięcznika „Razem z Tobą”.
Współredagowana jest przez uczniów i opiekunów klas integracyjnych z elbląskich szkół
oraz placówek specjalnych, wspierających niepełnosprawne dzieci i młodzież.

Niby jesteśmy pełnosprawni, ale prawie robi różnicę...

„Osobę niepełnosprawną trzeba przede wszystkim dostrzec, zbliżyć się do niej i wtedy dopiero można zobaczyć w niej zwyczajnego człowieka, który tak samo jak my, ma uczucia, talenty, ambicje, różne potrzeby i bardzo chce żeby go normalnie traktować..." - powiedziałą kiedyś aktorka Anna Dymna, prezes fundacji „Mimo wszystko". Niewątpliwie jej myśli są coraz bardziej mi bliskie, a zawdzięczam to pracy, jaką staram się wykonywać na rzecz dzieci, które mają szansę kształcić się w szkole z oddziałami integracyjnymi. Doświadczenie, które przeżywam od 01.09.2014 r pozwala mi na doświadczanie również siebie. Człowiek dopóki się nie zetknie z niepełnosprawnością, nie ma do końca pojęcia o czym mówi lub pisze. Pierwszy kontakt w pracy z niepełnosprawnością sięga początków mojej pracy w szkole, trudne doświadczenie, po którym nic już nie było takie samo...



Wiedziałam jednak wówczas, że jako dwudziestolatka nie jestem w stanie sprostać temu wyzwaniu z powodów emocjonalnych, po każdej godzinie spędzonej z dzieckiem, długo odchorowywałam, aż do następnego razu i tak przez dwa lata. Wtedy nie wiedziałam, że wrócę do integracji. Mój powrót jest jednak bardziej świadomy... Kiedy myślę o dzieciach niepełnosprawnych i młodzieży niepełnosprawnej natychmiast zastanawiam się, jak mogę pomóc jako człowiek, potem jako dyrektor szkoły, w następnej kolejności staram się przygotować grono pedagogiczne do pracy grupą, w której są dzieci niepełnosprawne, z którą będą pracować kolejne lata, by te lata były dla tych dzieci czasem nie tylko wspaniałej przygody z nauką, ale przede wszystkim czasem spędzonym wśród wszystkich, którzy mają wpływ na to, jak żyją, jak mogą żyć z każdym dniem, czy wreszcie, czy są w stanie tak pracować nad sobą, by ich jakość życia była coraz lepsza.... To zadanie dla nas wszystkich. Co możemy zrobić, by innym żyło się lepiej, by jakość życia poprawiała się?

W Zespole Szkół nr 2 w Elblągu spotykamy się z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Pracujemy w taki sposób, by oczekiwania rodziców dzieci niepełnosprawnych w miarę naszych możliwości spełniać. Jak to robimy? Przede wszystkim rozmawiamy. Dla rodziców wybór szkoły dla dziecka niepełnosprawnego to kolejny ogromny stres. Muszą mieć pewność, że dokonali właściwego. Są to rozmowy często trudne dla tych rodziców, bo wszyscy pragną dzieci zdrowych, pięknych i mądrych. A co jeśli życie przynosi inny dar? Dlatego, kiedy tworzymy klasy integracyjne zaczynamy od indywidualnych spotkań z rodzicami, poznajemy także dzieci. Pytamy rodziców o ich potrzeby, oczekiwania, rozwiewamy wątpliwości, które się mnożą. Chcemy im pomóc. Z moich doświadczeń najwięcej obiekcji mają rodzice dzieci zdrowych i z nimi także się spotykam po to, by idea integracji była odpowiednio realizowana, żeby wszyscy wchodząc w integrację, rozumieli, czemu ma służyć.

W klasie integracyjnej potrzeby wszystkich dzieci są ważne. Oczywiście nie wszystkie przeszkody można rozwiązać. Problemy, które mogę wyjaśnić na początku, są rozwiązywane. Rodzice dzieci niepełnosprawnych i dzieci zdrowych, rozpoczynające przygodę z edukacją po pierwszych spotkaniach wiedzą, co oznacza dla nas integracja, jakie konsekwencje rodzi idea integracji dla wszystkich: rodziców, dzieci, pracowników szkoły. Omawiamy zasady współpracy i musimy ich się trzymać, żeby odnieść sukces. W miarę możliwości, zaczynamy bardzo powoli budować więź.

Mam wspaniałą kadrę, która od 1999 r. poznaje zasady integracji. Coraz więcej rodziców nam ufa i chce zapisać swoje dziecko niepełnosprawne właśnie do naszej placówki. Marzę o takiej sytuacji, w której rodzice, przekraczając próg szkoły tej czy innej, będą mieli pewność, że idea integracji to nie puste słowo, którego znaczenia nie rozumie wiele osób i które jest nadużywane. Organizujemy dla rodziców niepełnosprawnych dzieci i niepełnosprawnej młodzieży raz w miesiącu spotkania, podczas których dowiadujemy się, z jakimi problemami zetknęli się od ostatniego spotkania i na bieżąco staramy się niwelować wszelkie nieprawidłowości, jeśli takie się pojawiają lub proszę o wskazanie potrzeb, które pojawiają się, a które możemy spełnić. I to jest cudowne, że dzięki takim spotkaniom nasza wiedza o potrzebach dzieci jest coraz większa, a nasza szkoła dzięki temu realizuje ideę integracji. Podczas takich spotkań planujemy także warsztaty psychologiczne dla rodziców, które mają przede wszystkim funkcję wspierającą, poza dziećmi niepełnosprawnymi chcemy zadbać także o potrzeby rodziców. Niełatwo budować integrację w środowisku, w którym potrzeby są tak różne. Z jednej strony rodzice dzieci zdrowych, którzy wyraźnie artykułują swoje potrzeby, z drugiej - rodzice dzieci niepełnosprawnych mniej odważnie mówiący o swoich. Naszym zadaniem jest znalezienie wspólnego mianownika, co często nie jest łatwe. Deklaracja Madrycka jasno wskazuje, że „działania na rzecz poprawy warunków życia osób niepełnosprawnych doprowadzą do zbudowania świata obejmującego wszystkich". To jest nasz wspólny interes. Integracja to nie jednodniowa akcja, a proces, który zmierza do zmiany mentalności najpierw szkolnego środowiska, potem na poziomie lokalnym, krajowym itd. To zmiana jednak najtrudniejsza, bo wymaga wysiłku nie tylko intelektualnego, ale i fizycznego. Kiedy wchodzimy na Facebooka, wiele osób „lajkuje" pomoc dla osób niepełnosprawnych i to jest proste, to nic nie kosztuje. Trzeba „zalajkować", bo to jest konieczność, wszyscy tak robią, choć wewnętrznie nie do końca wiedzą, o czym mowa, czego dotyczy akcja. Zetknięcie z żywym człowiekiem niepełnosprawnym wywołuje różne reakcje, niejednokrotnie nie potrafimy właściwie się zachować. Nie akceptujemy sytuacji. Trudno zrozumieć niepełnosprawność, a lęk przed chorymi osobami wynika najczęściej z niewiedzy. Nie wiemy jak się zachować, ale to, jak pisał ks. Jan Twardowski, „ nierówni potrzebują siebie, im najłatwiej zrozumieć, że każdy jest dla wszystkich i odczytywać całość." Powinniśmy uczyć się, że potrzebni jesteśmy sobie... Niepełnosprawność nie zawsze jest widoczna, ale nikt nie chce mówić o tym, kto ją przeżywa, nie chodzi z identyfikatorem: JESTEM NIEPEŁNOSPRAWNY. Bądźmy dla siebie, a nie obok siebie, bo choć widzimy, nie potrafimy patrzeć, potrafimy słyszeć, a nie umiemy słuchać... Niby jesteśmy pełnosprawni, ale prawie robi jednak różnicę....

Anna Jadwiga Śledzińska
dyrektor ZS Nr 2

Pieniądze na doskonalenie nauczycieli

Zespół Szkół nr 2 w Elblągu stawia w dużej mierze na rozwój wszystkich. Pracujący tam pedagodzy obserwują, że coraz więcej rodziców przychodzi i pyta, czy szkoła przyjmie dziecko autystyczne lub z zespołem Aspergera.

- Kiedy rozpoczęłam pracę w tej szkole, zobaczyłam, jak ważne dla rodziców jest zrozumienie ich sytuacji. Wówczas podjęłam decyzję o podjęciu doskonalenia w tym zakresie i w 2015 ukończyłam III stopniowy kurs doskonalący: „Terapia behawioralna dzieci z autyzmem", a w kwietniu 2016 kończę kurs w Poznaniu, po którym otrzymam Certyfikat Nauczyciela - Terapeuty Dziecka z Autyzmem. Powiedziałam o tym gronu pedagogicznemu, jak bardzo wartościowe ono jest dla mnie z punktu widzenia nauczyciela, w jaką wiedzę i umiejętności uczestnik takiego kursu zostaje wyposażony. Postanowiłam zrobić listę, by stwierdzić, czy mogę myśleć o zorganizowaniu takiego szkolenia na terenie Elbląga, oczywiście chętnych nie brakowało i ostatecznie wpisało się ponad 20 osób. W ramach programu Krajowego Funduszu Szkoleniowego otrzymaliśmy wsparcie finansowe na realizację tego zadania. Radość nasza jest tym większa, że wiedza uzyskana podczas tego szkolenia jest bezcenna. Nauczyciele nie tylko lepiej będą rozumieli sytuację dziecka autystycznego w szkole, a dzięki temu przede wszystkim okażą mu pomóc w nowych warunkach odnaleźć siebie. Rodzic z kolei będzie miał poczucie, że dziecko przebywa w otoczeniu, które doskonale rozumie i zna jego potrzeby, a przynajmniej będzie potrafiło do nich dotrzeć – podsumowuje Anna Jadwiga Śledzińska, dyrektor Zespołu Szkół nr 2 w Elblągu.

ZS nr 2 w Elblągu

Śmiech jest najpiękniejszą muzyką na świecie

Dobrze jest, gdy cieszymy się z życia, choćby dlatego, że jest to najpiękniejszy dar. Ale co zrobić, kiedy nie potrafimy go docenić? Ostatnio właśnie ten temat ciągle zaprząta mi głowę, więc przedstawiam kilka moich sugestii na uprzyjemnienie sobie życia. Po pierwsze i najważniejsze, powinniśmy być optymistami, ponieważ nie ma nic dobrego w ciągłym zamartwianiu się i narzekaniu na zdarzenia, które nas spotykają, przynajmniej należy pamiętać, że zawsze mogłoby być gorzej... Po drugie powinniśmy jak najwięcej się uśmiechać, nawet jeśli nie mamy do tego powodu. Śmiech jest najpiękniejszą muzyką na świecie. Nie zapominajmy również o wdzięczności; pamiętajmy, że w każdej chwili możemy wszystko stracić. Wielu ludzi nie ma pracy, rodziny, zdrowia, samochodu...można by wymieniać jeszcze długo. A ty? I co bardzo ważne. Rób w życiu to, co kochasz. Wspaniale jest mieć wymarzoną pracę i zarabiać pieniądze za coś, co rzeczywiście sprawia nam przyjemność. Jeśli się uczysz staraj się skupiać na przedmiotach, które najbardziej Cię interesują, bo jeśli chcesz zostać artystą, to wiedza z chemii raczej Ci się nie przyda, no chyba, że będziesz malować fiolki. Po wtóre trochę ruchu jeszcze nikomu nie zaszkodziło; jeżeli ciągle siedzisz w domu, to wyjdź na miasto, pobiegaj po parku, poznaj kogoś nowego i bądź otwarty(a) na nowe znajomości rzeczy. I na koniec, ale chyba najważniejszy. Zacznij już od teraz stosować te triki, a nie jest wykluczone, ze Twoje życie ulegnie zmianie. A jeśli już jesteś szczęśliwym człowiekiem to pomóż innym, aby byli tacy jak Ty.

Joasia Puchała kl. 1b, IV LO w Elblągu

Szkoła z sercem!

IV Liceum Ogólnokształcące w Elblągu to szkoła, w której możesz zdobywać rzetelną wiedzę, rozwijać swoje talenty, odkrywać pasje i ukierunkować przyszłą drogę zawodową, zwłaszcza jako osoba niepełnosprawna, która być może szuka szkoły dla siebie. Budynek przystosowany jest do potrzeb osób niepełnosprawnych posiada windę, podjazd i szerokie przestronne korytarze, ale przede wszystkim, co najważniejsze, nauczycieli z ogromnym sercem.

IV Liceum Ogólnokształcące – IV kroki do sukcesu! Po pierwsze – nauka! Szkoła umożliwi Ci rozwój zainteresowań humanistycznych, artystycznych, przyrodniczych oraz matematycznych. Będziesz mógł uczestniczyć w zajęciach praktycznych z biologii, meteorologii i hydrologii, prowadzonych przez pracowników naukowo-dydaktycznych w specjalistycznych laboratoriach. Czekają na Ciebie: Interaktywne Centrum Informacji Multimedialnej, dobrze wyposażone gabinety przedmiotowe, ogród ekologiczno-dydaktyczny.

Po drugie – pasja! W szkole możesz uczestniczyć w projektach edukacyjnych, olimpiadach i konkursach przedmiotowych, działaniach na rzecz ekologii. Możesz korzystać ze ścianki wspinaczkowej, uczęszczać na koła zainteresowań. Organizowane są Maratony Matematyczne, Festiwale Gier Planszowych, debaty, konkursy przedmiotowe i artystyczne, liga matematyczna, otrzęsiny, walentynki, happeningi, zawody sportowe, wycieczki, rajdy, akcje charytatywne. Mamy już 24 laureatów „Ośmiu Wspaniałych"! Możesz również rozwijać swoje pasje dziennikarskie, dzięki współpracy z miesięcznikiem „Razem z Toba".

Po trzecie – sport! Nasi uczniowie wyróżniają się pod względem wyników sportowych. Zajmujemy czołowe miejsca w Rankingu Sportowym Szkół Ponadgimnazjalnych woj. warmińsko-mazurskiego. IV LO otrzymało Odznakę Zbiorową Wojewódzkiego Szkolnego Związku Sportowego.

Po czwarte – wybór! W naszej szkole zdobędziesz rzetelną wiedzę, rozwiniesz talenty, odkryjesz pasje i na pewno wybierzesz studia dla siebie. Od 2011 roku w IV LO funkcjonują klasy integracyjne. Szkoła przystosowana jest do potrzeb osób niepełnosprawnych. Posiadamy wieloletnie doświadczenie w pracy z młodzieżą niepełnosprawną oraz posiadającą orzeczenia poradni psychologiczno-pedagogicznych o dostosowaniu wymagań do indywidualnych potrzeb ucznia. Zapewniamy wszechstronną pomoc psychologiczno-pedagogiczną. W szkole prowadzone są zajęcia specjalistyczne: rewalidacja indywidualna, terapia psychologiczna, terapia pedagogiczna, zajęcia korekcyjne i kompensacyjne, zajęcia dydaktyczno-wyrównawcze. Szkoła zatrudnia psychologa i pedagoga oraz specjalistów: oligofrenopedagogów, surdopedagoga, tyflopedagoga. Współpracujemy z Poradnią Psychologiczno – Pedagogiczną nr 1 w Elblągu. Profesjonalna kadra nauczycielska systematycznie kształci się i dostosowuje do wyzwań, jakie niesie nowoczesna edukacja, praca z młodzieżą zdolną, a także o specjalnych potrzebach edukacyjnych.

IV LO wyróżnia się pod względem zaangażowania uczniów w życie szkoły, miasta i regionu. Nasi uczniowie współpracują z Regionalnym Centrum Wolontariatu, Fundacją Elbląg, PCK, Bankiem Żywności, Hospicjum, Domami Pomocy Społecznej, Domem Dziecka, oddziałami dziecięcymi w szpitalach, świetlicami środowiskowymi, szkołami i przedszkolami, Schroniskiem dla Bezdomnych Zwierząt OTOZ Animals. W naszej placówce można uczestniczyć w projektach edukacyjnych, korzystać ze ścianki wspinaczkowej w ramach lekcji wychowania fizycznego, brać udział w działaniach na rzecz ekologii oraz w licznych olimpiadach i konkursach przedmiotowych, a także uczęszczać na koła zainteresowań. Szeroka oferta dostosowana jest do potrzeb uczniów. Posiadamy Interaktywne Centrum Informacji Multimedialnej, dobrze wyposażone gabinety przedmiotowe oraz ogród ekologiczno- dydaktyczny. Młodzież uczestniczy w spektaklach teatralnych, filmowych, wystawach artystycznych, wernisażach, wycieczkach edukacyjnych. W szkole sprawnie działa Samorząd Uczniowski, który jest inicjatorem ciekawych akcji i imprez szkolnych. Co roku organizujemy debaty zdrowotne, na które zapraszamy uczniów i nauczycieli ze szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych. Znane są nasze działania ekologiczne i akcje propagujące zdrowy styl życia, np.: Festyn Zdrowia, Dzień Zdrowego Śniadania, czy akcje informacyjno-edukacyjne. Jeżeli szukasz szkoły dla siebie albo Twojego dziecka to IV Liceum Ogólnokształcące w Elblągu to szkoła, która spełni oczekiwania Twoje i Twoich bliskich! *Iwona Hul*

Edukacja

Podręcznik do nauki migowego

Podręcznik autorstwa Damiana Rzeźniczaka to pierwszy tak obszerny podręcznik do nauki języka migowego dostępny na polskim rynku. Zawiera ponad 700 znaków, zarówno w formie zdjęć jak i filmów. Dlaczego filmów? Ponieważ język migowy jest językiem przestrzennym i bywa tak, że sama fotografia, nawet opatrzona stosownymi strzałkami, nie wystarcza, by w pełni oddać ruch. Z drugiej strony zdjęcia stanowią doskonałą pomoc w zapamiętywaniu i przypominaniu sobie konkretnych znaków.

W podręczniku zamieszczone są również różnego typu ćwiczenia, od rozsypanek zbudowanych z alfabetu palcowego, aż po tłumaczenia miganych dialogów na język polski. Nie zabrakło w nim także gramatyki, która jest przecież nieodłącznym elementem każdego języka. Do podręcznika dołączone zostały dwie płyty. Zawierają one filmy nagrane przez Głuchych pokazujące zarówno pojedyncze słówka, jak i dialogi z ćwiczeń. Na końcu podręcznika znajduje się indeks wszystkich znaków oraz odpowiedzi do ćwiczeń, żeby każdy mógł sprawdzić, czy wykonał je prawidło.

Oprac. AG

Bezpłatne Porady
Prawne i Specjalistyczne
ERKON

Zapisy:

*** ELBLĄG**
codziennie od 9:00 do 15:00
ul. Zw. Jaszczurczego 15, 55 235 69 35

*** GDAŃSK**
ul. Dyrekcyjna 6, pok. 310
tel. 55236 206 560

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

*** OSTRÓDA**
ul. Słowackiego 13A, pok. nr 8
tel. 785425131

RAZEM Z TOBĄ

Podatki

Na rozliczenie mamy czas do 2 maja

Ponieważ ostatni dzień kwietnia wypada w tym roku w sobotę, czyli dzień wolny od pracy, PIT–a z rozliczeniem za zeszły rok będziemy mogli złożyć do 2 maja – poinformował w środę dziennikarzy Paweł Jurek z biura prasowego resortu finansów.

– To dlatego, że 30 kwietnia wypada w dzień wolny od pracy. Ale nie proponowałbym odkładać tego na ostatni moment, choć istnieje także możliwość rozliczenia się z fiskusem do 2 maja. Zachęcamy do rozliczenia w sposób elektroniczny, ponieważ jest to szybsze, łatwiejsze i bezpieczniejsze – namawia Jurek.

Akcje związane z rozliczeniami resort finansów przewiduje w przyszłym miesiącu: w sobotę 16 kwietnia planowany jest dzień otwarty urzędów skarbowych, a w dniach 28–29 kwietnia urzędy skarbowe będą czynne dłużej niż zwykle. *Red.*

Technologie

O dostępności w sieci

Fundacja Widzialni oraz Szerokie Porozumienie na Rzecz Umiejętności Cyfrowych zapraszają 20 kwietnia br. do Sali Kolumnowej Sejmu RP na konferencję „Cyfrowo Wykluczeni". W ramach trzeciej edycji badania dostępności serwisów internetowych administracji publicznej w Polsce na konferencji zaprezentowany zostanie Raport Dostępności 2016. W badaniu udział wzięli eksperci z zakresu dostępności oraz użytkownicy z niepełnosprawnościami z różnych grup narażonych na wykluczenie cyfrowe. Zeszłoroczne badanie wykazało, że tylko 12.8 proc. serwisów internetowych instytucji publicznych spełniało minimalne wymagania dostępności dla osób o specjalnych potrzebach. Podczas konferencji ogłoszeni zostaną również zwycięscy VII edycji konkursu „Strona Internetowa bez Barier", którego celem jest nagrodzenie serwisów internetowych, najlepiej dostosowanych do międzynarodowych standardów dostępności WCAG 2.0. Patronat nad konferencją objął Pełnomocnik Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych. *Źródło:niepelnosprawni.gov.pl*

Zdrowie

Chorujesz na SM? Skorzystaj!

Polskie Towarzystwo Stwardnienia Rozsianego zaprasza do Telefonicznej Poradni Psychologicznej! Jeśli ty lub ktoś z twoich bliskich choruje na SM i potrzebujecie wsparcia – zadzwoń! 22 127 48 50 lub 801 313 333 lub wypełnij formularz na stronie www.ptsr.org.pl

W Stowarzyszeniu czekają wykwalifikowani psychologowie, którzy pomogą ci uporać się z problemami. Jeśli czujesz, że nie radzisz sobie z diagnozą lub codziennym życiem z chorobą, a każdy ranek staje się coraz trudniejszy, zwróć się do nas! A może potrzebujesz zwyczajnej rozmowy? Jeśli tak, zgłoszenie się do poradni, również jest dobrym pomysłem. Stowarzyszenie oferuje: konsultacje i poradnictwo psychologiczne (stacjonarne i telefoniczne), poradnictwo socjalne i porady neuropsychologa.

Źródło: PSTR.org

Elbląg

W sieci Zdrowych Miast

Na posiedzeniu Walnego Zgromadzenia Stowarzyszenia Zdrowych Miast Polskich, Elbląg został przyjęty w poczet członków zwyczajnych.

Stowarzyszenie Zdrowych Miast Polskich powstało w 1993 roku i aktualnie skupia 39 miast i gmin z terenu całego kraju, aktywnie działając na rzecz zdrowia swoich mieszkańców.

Cele Stowarzyszenia to: poprawa stanu zdrowia mieszkańców gmin, wdrażanie zasad i strategii polityki zdrowia w kraju, aktywizowanie społeczności w gminach do wspólnego rozwiązywania problemów ochrony środowiska i zdrowia, rozwijanie i popieranie współpracy pomiędzy innymi miastami i sieciami Zdrowych Miast w kraju i na świecie.

Do zadań stowarzyszenia należy: inspirowanie i wspieranie programów lokalnych zdrowych miast, powszechna edukacja w zakresie promocji zdrowia i ochrony środowiska, upowszechnianie zdobytych doświadczeń, materiałów, doradztwo dla gmin oraz współpraca z instytucjami i organizacjami zajmującymi się problematyką zdrowotną i ekologiczną oraz innymi zagadnieniami sprzyjającymi rozwojowi zdrowych miast.

UM Elbląg

Elbląg

PFRON przeznaczył więcej pieniędzy na zadania zlecone samorządom

Około 42 tys zł więcej, w porównaniu z 2015 r., popłynie w tym roku z PFRON na realizację zadań dla samorządów wojewódzkich i powiatowych. Łącznie z kosztami obsługi około 1.803 tys zł.

Zgodnie z podziałem środków województwo warmińsko-mazurskie otrzyma 64 tys więcej niż w ubiegłym roku, czyli ok. 8.278 zł. Powiatowi elbląskiemu przypadnie 2.553.796 zł (ok. 158 tys zł więcej w porównaniu z 2015 r.), z czego warsztatom terapii zajęciowej 1.919.520 (około 144 tys zł więcej).

Do Elbląga wpłynie ok. 143 tys więcej pieniędzy niż w ubiegłym roku (3.351.328 tys zł), z czego dla warsztatów terapii zajęciowej przypadnie w udziale 1.759.560 tys zł czyli o 132 tys zł więcej w porównaniu z rokiem poprzednim. Przypomnijmy, że w Elblągu dopłata samorządu do funkcjonujących 3 warsztatów, do których uczęszcza 110 uczestników wyniesie w skali roku 13.200 zł.

- W budżecie miasta na 2016 r. na działalność warsztatów terapii zajęciowej zostały zabezpieczone środki w wysokości 180.840 zł, w związku jednak ze zwiększeniem dotacji przez PFRON, kwota ta zostanie zwiększona o 14 667 zł do łącznej wysokości 195.507 zł - informuje Referat Zdrowia w Elblągu.

Oprac. AG

Społeczeństwo

Nie wpuścił niewidomej z psem do busa

Niewidoma kobieta, której prywatny przewoźnik zabronił wejścia do busa z psem przewodnikiem, ma otrzymać pisemne przeprosiny – tak orzekł sąd. Firma ma też wpłacić 5 tys. zł na cel społeczny.

Wyrok w procesie o ochronę dóbr osobistych zapadł przed Sądem Okręgowym Warszawa–Praga. Został wydany w trybie zaocznym, bo w imieniu firmy nikt nie odpowiedział na pozew ani nie pojawił się w sądzie na żadnej rozprawie.

W ustnym uzasadnieniu sędzia Eliza Nowicka–Skowrońska podkreśliła, że nie ulega wątpliwości, iż prawa powódki zostały naruszone.

– Fakt, że jest ona osobą niewidomą, nie powoduje, że nie może ona w pełni korzystać z życia publicznego. Posiadanie psa ułatwia jej życie; pies łagodzi skutki niepełnosprawności. Robienie przykrości z tego powodu że chce wejść z psem i zabranianie jej tego, jest ewidentnym aktem dyskryminacji – wskazała.

Sąd ocenił, że zachowanie kierowcy wynikało z braku zrozumienia, było jednorazowe i nienacechowane dużą złośliwością. Sędzia wyraziła na zakończenie nadzieję, że wyrok przyczyni się do zwiększenia świadomości społecznej.

Źródło: Kurier PAP - kurier.pap.pl , Oprac. RS

Społeczeństwo

„Niebieska" klubokawiarnia

Fundacja Ergo Sum otworzyła Klubokawiarnię „Życie Jest Fajne" na warszawskiej Ochocie, która prowadzona jest przez dorosłe osoby z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Jest to pierwsze tego typu przedsięwzięcie w Polsce i jedno z nielicznych na świecie. Uruchomienie przez Fundację Ergo Sum Klubokawiarni ma na celu włączenie osób autystycznych nie tylko w życie zawodowe, ale także kulturalne i społeczne. Lokal prowadzony jest na zasadzie non profit i w pełnej jawności finansowej. W ramach projektu Fundacja zatrudniła 8 pracowników z zaburzeniami ze spectrum autyzmu oraz 7 asystentów i terapeutów. Będą oni pracować w systemie „jeden na jeden", gdzie na jednego autystę przypada jeden opiekun, który w razie czego będzie go wspierał. W lokalu będzie funkcjonował także „pokój wyciszeń", z którego autyści będą mogli korzystać po to, żeby odpocząć i się wyciszyć. *Źródło:fundacjaergosum.pl*

Elbląg chce kształcić lekarzy

Elbląska Uczelnia Humanistyczno - Ekonomiczna zamierza otworzyć kierunek lekarski. Uczelnia ma już zapewnioną działkę na budowę nowego obiektu oraz przygotowaną koncepcję architektoniczną i organizacyjną. Potrzebna jest tylko zgoda Ministerstwa Zdrowia.

Kierunek lekarski ma być częścią Wydziału Nauk o Zdrowiu, na którym dziś kształcą się fizjoterapeuci, ratownicy medyczni (studia I stopnia) oraz pielęgniarki (studia magisterskie).

Realizację swoich planów władze uczelni rozpoczęły od zapewnienia terenu pod rozbudowę. W tym celu rektor Zdzisław Dubiella złożył wniosek do władz miasta o nabycie w drodze bezprzetargowej, znajdującej się w sąsiedztwie działki na terenie powojskowym. Rada Miasta przychyliła się do wniosku i podjęła uchwałę o sprzedaży EUHE wskazanej działki po uzyskaniu zgody na otwarcie kierunku lekarskiego.

Została opracowana koncepcja architektoniczna, odbyły się wstępne rozmowy na temat ewentualnej współpracy ze szpitalami w Gdańsku, Bydgoszczy i Białymstoku oraz źródeł finansowania.

Szpital na niby

Uczelnia zamierza wybudować nowy obiekt o powierzchni około 3000 m², który ma pomieścić cały Wydział Nauk o Zdrowiu oraz „szpital na niby": pomieszczenia symulujące salę operacyjną, OIOM, SOR z pełnym wyposażeniem, a także imitacje trudnych miejsc, w których mogą znaleźć się pacjenci, np. ciasna klatka schodowa, po której trzeba będzie znieść nieprzytomnego chorego, itp. Jest to rozwiązanie nowoczesne, ale nie wyjątkowe – spotyka się je na zachodnich uczelniach. Tu będzie służyło wszystkim kierunkom na Wydziale: przyszłym fizjoterapeutom, pielęgniarkom, ratownikom i oczywiście lekarzom. Zaletą tak rozbudowanego wydziału jest możliwość uczenia się pracy w zespole złożonym z tych wszystkich specjalistów. Niezbędne koszty inwestycyjne szacowane są

na 15 - 16 mln zł. Uczelnia bierze pod uwagę kilka źródeł pozyskania środków finansowych: fundusze unijne (Regionalny program Operacyjny Warmia- Mazury), Ministerstwo Zdrowia i środki własne.

Będą to pełne studia 6-letnie. Zawodu lekarza nie można nauczyć się teoretycznie. Studenci EUHE będą mieli możliwość odbywać zajęcia praktyczne w szpitalach w Gdańsku, Bydgoszczy i Białymstoku. Wstępne porozumienia już zostały zawarte. Pierwszy nabór ma objąć 75 studentów. Chętnych do studiowania medycyny nie brakuje. Uczelnie medyczne są oblegane, około 700 młodych ludzi studiuje na Ukrainie za niemałe pieniądze.

Samorząd jest za, uczelnia liczy na zgodę ministra

Zamysł EUHE zyskał poparcie władz samorządowych miasta i województwa oraz wojewody warmińsko – mazurskiego. Brakuje jeszcze tylko zgody Ministerstwa Zdrowia.

Z danych statystycznych GUS i Naczelnej Izby Lekarskiej wynika, że w 2015 roku w Polsce na 1000 mieszkańców przypadało 3,4 lekarza (bez dentystów), a w województwie warmińsko-mazurskim około 4 lekarzy na 1000 mieszkańców. Średnia wieku lekarza specjalisty wynosi w naszym kraju 55 lat. Lekarze pracują na dwóch, a nawet trzech etatach, nawet do 300 godzin miesięcznie, podczas gdy norma unijna to 48 godzin tygodniowo. Te wskaźniki są jedne z najgorszych w Europie. Ministerstwo Zdrowia szacuje, że aby dogonić europejskie standardy konieczne jest zwiększenie liczby studentów na kierunku lekarskim o 400 – 600 osób rocznie. To oznacza, że jest duża szansa na uzyskanie zgody na kształcenie lekarzy na elbląskiej uczelni. Przyczyniło by to się nie tylko do poprawy sytuacji w służbie zdrowia ale i do podniesienia prestiżu Elbląga, którego sytuacja bardzo się pogorszyła po utracie statusu miasta wojewódzkiego.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

Napisz do autora:
Teresa Bocheńska
e-mail: t.bochenska@razemztoba.pl

Studenci nie mają łatwo

Ścieżka edukacyjna osób z niepełnosprawnościami nie należy do łatwych. Stereotypowe myślenie i braki w wiedzy na temat ich potrzeb stanowią poważny problem. Raport Rzecznika Praw Obywatelskich (RPO) jest miażdżący– niektóre kierunki studiów są poza zasięgiem osób niepełnosprawnych. Zaledwie 9,1 proc. z nich może pochwalić się dyplomem ukończenia studiów.

Dla porównania wśród osób zdrowych odsetek ten wynosi 25,8 proc. RPO przekonuje, że problem ten jest złożony i przyczyna dysproporcji leży o wiele głębiej. Należy bezwzględnie wprowadzić zmiany o charakterze legislacyjnym, ale i unowocześnić praktyczne funkcjonowanie uczelni. Według raportu najbardziej niedostępne kierunki studiów to studia specjalistyczne lub na przykład sztuk pięknych. Winowajcą tego stanu rzeczy może być brak porozumienia lub nieudolna współpraca między uczelniami, a Ministerstwem Nauki i Szkolnictwa Wyższego. Każda uczelnia, publiczna czy prywatna otrzymuje dodatkowe środki na zapewnienie komfortu nauki osób niepełnosprawnych. Nie istnieją jednak jasne regulacje, które miałyby dokładnie precyzować jak gospodarować dotacjami z budżetu państwa. Z danych wynika również, że system pomocy nie jest dostępny również dla osób studiujących podyplomowo. Kolejny paradoks to fakt, że transport niepełnosprawnych na odcinkach wykraczających poza teren uczelni nie może być finansowany z otrzymywanych dotacji. Kolejną barierą jest konieczność zorganizowania dodatkowych pomocy, np. tłumaczy języka migowego dla osób głuchych. Rzekomo uczelnie obawiają się ich obecności podczas egzaminów. Bywa też tak, że sami głusi studenci nie są zadowolenie z tej formy wspomagania, gdyż tłumacz nie zna specjalistycznych pojęć z danej dziedziny nauki, co uniemożliwia im zrozumienie tematu.

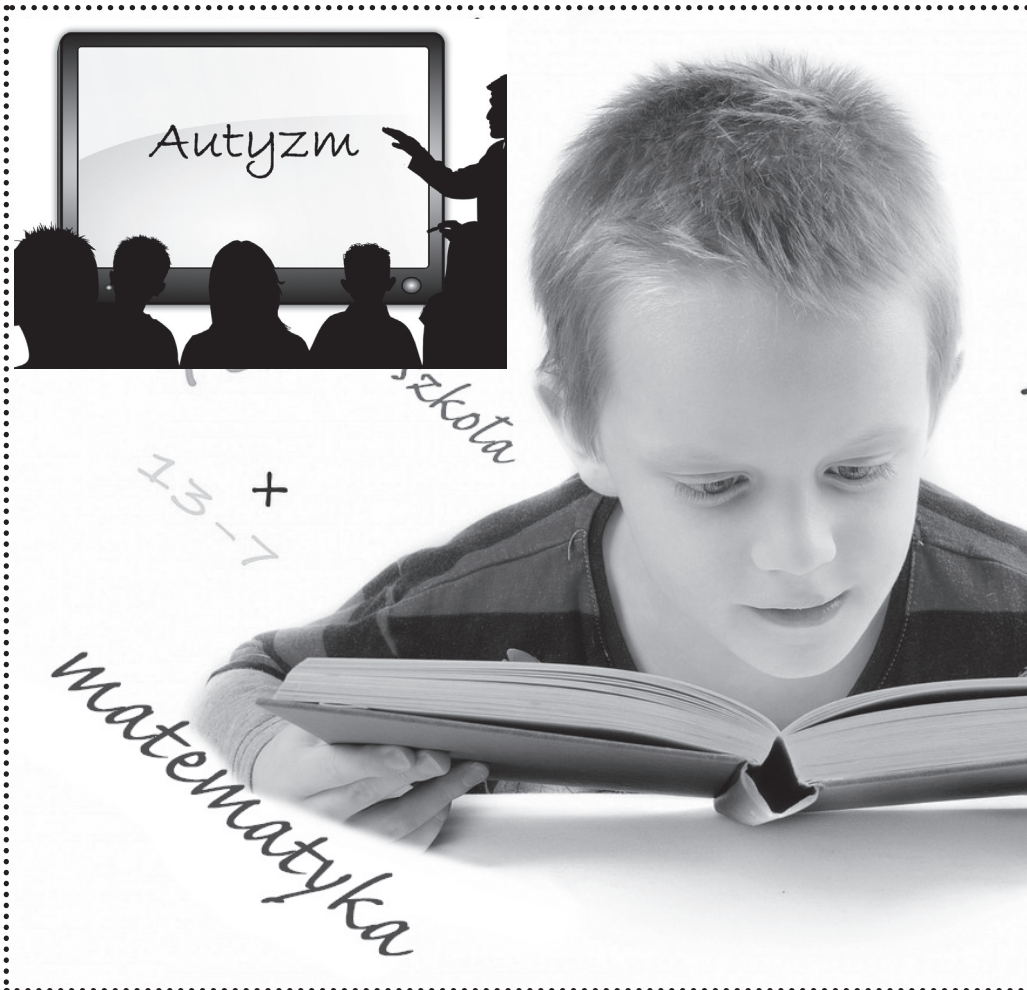
Ze środowiska akademickiego najbardziej wyizolowane są osoby cierpiące na choroby psychiczne. Z badania wynika, że środowisko akademickie wymaga takiego samego przygotowania i wiedzy, jakiej oczekuje się od pełnosprawnych studentów, tak więc nie powinno mieć miejsca specjalne traktowanie. Podkreślają też, że zdarzają się również przypadki nadużyć przez osoby niepełnosprawne, które próbują „ugrać" wyższą ocenę na egzaminie, dzięki swojej niepełnosprawności.

Najwięcej kontrowersji budziła kwestia samego prowadzenia zajęć przez wykładowców. Jedna trzecia twierdzi, że nie jest właściwym przygotowywanie zajęć, ich forma, materiały dydaktyczne specjalnie dla potrzeb niepełnosprawnych studentów. Nie bez echa pozostaje fakt, że niepełnosprawni studenci nie mogą skorzystać z materiałów naukowych, ponieważ materiały te nie są przystosowane do ich specyficznych potrzeb.

Oprac. AK
Źródło: PAP Nauka w Polsce

Jak to jest z tym autyzmem?

Fundacja JiM opracowała pierwszy w Polsce raport „Dziecko z autyzmem - dostęp do diagnozy, terapii i edukacji w Polsce", który niestety nie napawa optymizmem.



Dziecko autystyczne=niegrzeczne?

W marcu 2015 roku Centrum Badania Opinii Społecznej przeprowadziło badanie dotyczące społecznego obrazu autyzmu. Większość badanych (85 proc.) deklaruje, że słyszała o autyzmie, a z osobą nim dotkniętą zetknęło się (osobiście lub za pośrednictwem mediów, filmów, czasopism, literatury) ok. 62 proc. Ankietowani zostali także poproszeni o wyobrażenie sobie, że są świadkami następującego zdarzenia: podczas zakupów w sklepie czteroletnie dziecko bardzo głośno krzyczy i zachowuje się agresywnie, a rodzice przez dłuższy czas nie mogą go uspokoić. Zapytani o prawdopodobne przyczyny takiego zachowania najczęściej twierdzili, że dziecko jest niewychowane, niegrzeczne, rozkapryszone, rozpuszczone lub rozwydrzone. Tylko 5 proc. ankietowanych pomyślało o tym, że powodem takiego zachowania może być jakaś choroba.

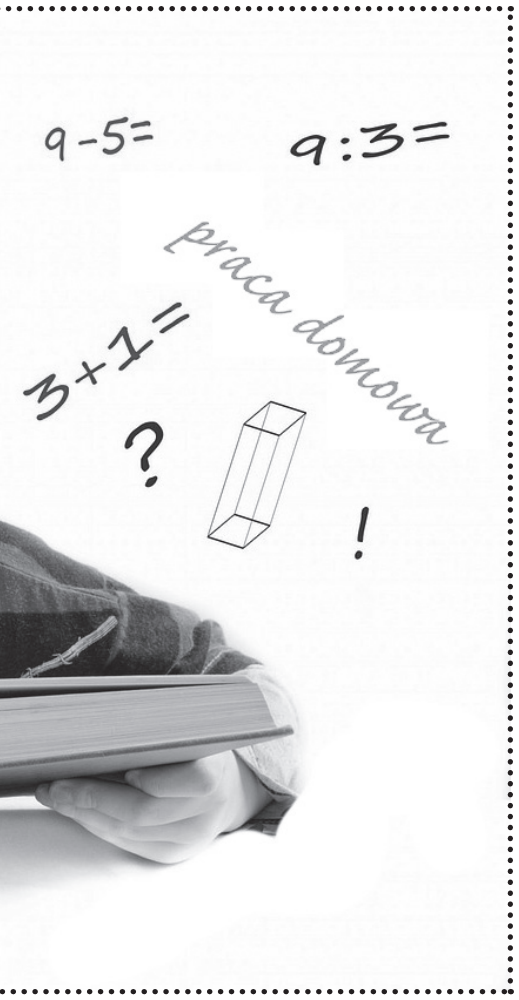
Odpowiedzi respondentów ujawniły również pokutujące w społeczeństwie, nieprawdziwe mity dotyczące autyzmu: 1/5 badanych uważa, że na autyzm chorują wyłącznie dzieci: 1/3 twierdzi, że autyzm można rozpoznać na pierwszy rzut oka, a według 12 proc. ankietowanych autyzm jest uleczalny.

Z badań wynika, że na świecie żyje ponad 7 milionów osób dotkniętych zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Nie ulega wątpliwości, że z każdym rokiem rośnie częstość występowania autyzmu w populacji. Wśród możliwych przyczyn upatruje się rzeczywisty wzrost zapadalności (m. in. rola czynników genetycznych, problemy okołoporodowe itp.) ale także wzrost świadomości społecznej oraz dynamiczny rozwój badań i wzrost wiedzy lekarzy specjalistów odpowiedzialnych za postawienie diagnozy. W Polsce nie są niestety prowadzone badania pozwalające oszacować częstość występowania zaburzeń ze spektrum autyzmu. Publikacje naukowe podają, że autyzm i zaburzenia z jego spektrum występują 4-5 razy częściej u chłopców niż u dziewczynek.

Rodzice coraz bardziej czujni

W ostatnich latach obserwujemy stale rosnące zainteresowanie autyzmem. Wzrost świadomości skutkuje zwiększoną uważnością rodziców, którzy wcześniej obserwują nieprawidłowości rozwojowe swoich dzieci i szybciej szukają pomocy. Połowa ankietowanych rodziców uważa, że pierwsze niepokojące objawy zaobserwowali przed 2. rokiem życia dziecka. Większość z nich (159 osób) twierdzi, że nastąpiło to między 12 a 24 miesiącem. Dane te pokrywają się z odpowiedziami udzielonymi przez rodziców i opiekunów dzieci, u których rozpoznano autyzm. W przypadku zdiagnozowanego Zespołu Aspergera tylko 28 proc. respondentów zauważyło objawy przed 2. rokiem życia. Ponad połowa deklaruje natomiast, że pierwsze niepokojące objawy zauważyli pomiędzy 2 a 5 rokiem życia Najwięcej badanych osób (79 proc.) było zaniepokojonych brakiem lub kłopotami z mową, które wystąpiły u ich dzieci. Ponad połowa twierdzi, że ich uwagę zwróciła trudność z nawiązywaniem relacji (66 proc.) oraz brak kontaktu wzrokowego (62 proc.). Inne niepokojące zachowania zgłaszane

przez rodziców to przede wszystkim: niestereotypowe zachowania i zainteresowania, agresja lub autoagresja oraz nadpobudliwość psychoruchowa. Wielu rodziców zaalarmowanych brakiem reakcji na imię udało się na konsultację do laryngologa podejrzewając, że dziecko nie słyszy.



Zbyt późna diagnoza

Z uwagi na niejednorodny obraz kliniczny choroby, inne schorzenia współwystępujące (jak np. padaczka, zaburzenia snu czy upośledzenie umysłowe) oraz zróżnicowanie poszczególnych systemów opieki medycznej w Polsce, pacjenci trafiają do lekarzy specjalistów różnych dziedzin. Niezależnie od specjalizacji każdy z nich powinien pamiętać, że wczesna i szybka diagnoza odgrywa kluczową rolę w efektywnym wykorzystaniu potencjału dziecka, gdyż jej implikacją są ukierunkowane działania terapeutyczne dające mu szansę na optymalny rozwój. Z powodu braku wystandaryzowanych narzędzi badawczych diagnoza medyczna (nozologiczna, psychiatryczna) jest formułowana w oparciu o model hipotetyczno-dedukcyjny. Proces diagnozy obejmuje wywiad z rodzicami (lub opiekunami dziecka), badanie dziecka, analizę zebranej wcześniej dokumentacji medycznej i psychologicznej oraz obserwację (często kilkukrotną). W przypadku wątpliwości wykonywane są dodatkowe testy psychologiczne lub opiekunowie zostają poproszeni o przygotowanie materiału wideo dokumentującego funkcjonowanie dziecka w warunkach domowych. Jak wynika z raportu jedynie 46 proc. dzieci otrzymało diagnozę przed ukończeniem 3 roku życia. Uważa się, że właśnie wtedy obserwujemy pełną manifestację kliniczną zaburzeń ze spektrum autyzmu. Jest to również czas, kiedy dzieci z zaburzeniami rozwojowymi zaczynają wyraźnie odstawać od zdrowych rówieśników. Wśród ankietowanych istnieje duża rozbieżność między wiekiem dziecka w momencie otrzymania diagnozy a postawionym rozpoznaniem. Połowa dzieci z autyzmem otrzymała diagnozę przed ukończeniem 3 roku życia. Dzieci z Zespołem Aspergera zostają prawidłowo zdiagnozowane zdecydowanie później- 70 proc. z nich otrzymało diagnozę po 6 roku życia. Światowe doniesienia informują o tym, że prawidłowa diagnoza może być postawiona już w wieku 2 lat- jest ona rzetelna, wiarygodna i nie ulega zmianie w czasie. Tak szybkie rozpoznanie zaburzeń ze spektrum autyzmu umożliwiają m. in. wystandaryzowane narzędzia stosowane w wielu krajach: ADOS-2 (protokół bezpośredniej obserwacji dziecka) oraz ADI-R (wywiad kliniczny przeprowadzany z rodzicem lub opiekunem) będące tzw. złotym standardem diagnozy.

Brak specjalistów

Blisko połowa rodziców (205 osób) pierwsze kroki po pomoc kieruje do lekarza rejonowego. Około 1/3 zgłasza swój niepokój do psychologa lub lekarza specjalisty. 50 proc. po zaobserwowaniu u dziecka niepokojących zachowań szuka pomocy u lekarza pierwszego kontaktu w najbliższej okolicy, 75 proc. z nich wraca do domu bez skierowania do Poradni dla Osób z Autyzmem. Co trzecia ankietowana osoba twierdzi, że diagnozę medyczną postawił psycholog, nauczyciel lub terapeuta, a tak nie powinno być. Ostateczną diagnozę, czyli rozpoznanie medyczne może postawić wyłącznie lekarz. Najczęściej stawia ją lekarz ze specjalizacją z psychiatrii, psychiatrii dzieci i młodzieży lub neurolog. W Polsce żyje obecnie 7.802.648 osób poniżej 20 roku życia. Psychiatrów dziecięcych pracujących w zawodzie jest w naszym kraju 333. Oznacza to, że na 1 psychiatrę przypada około 23.431 osób poniżej 20 r.ż. Raport obnaża ponadto dysproporcje pomiędzy województwami w wysokościach kontraktów z NFZ. I tak np. woj. mazowieckie otrzymuje na diagnozę i terapię dzieci z autyzmem 7 mln, zaś np. opolskie, śląskie, kujawsko-pomorskie – zero. Województwo warmińsko-mazurskie uplasowało się na 4 miejscu z najniższym dofinansowaniem w wysokości zaledwie 0, 22 mln zł.

Edukacja do poprawki

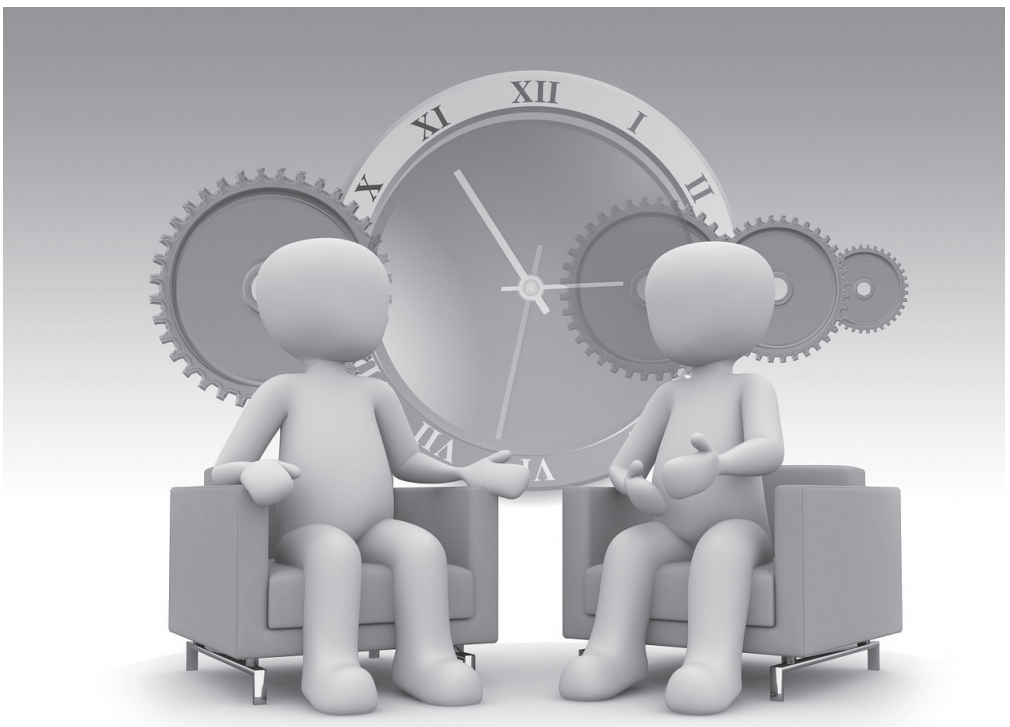
Według informacji podanych w ankietach 51 proc. osób z Zespołem Aspergera uczęszcza do szkół masowych. W przypadku autyzmu jedynie co piąte dziecko uczy się placówce masowej, natomiast 47 proc. korzysta z zajęć w placówkach specjalnych. Co 10 osoba z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (zarówno z autyzmem jak i Zespołem Aspergera) korzysta z nauczania indywidualnego. 72 proc. rodziców osób z zespołem Aspergera, a 42 proc. rodziców dzieci z autyzmem, było wzywanych do szkoły z powodu wystąpienia zachowań niepożądanych: „dziecko jest niegrzeczne," „nie wykonuje poleceń nauczyciela". Co trzeci zapytany w ankiecie rodzic przyznaje, że spotkał się z sugestią zmiany formy zajęć na nauczanie indywidualne z powodu trudnych zachowań dziecka. Najczęściej takie rozwiązanie było sugerowane mieszkańcom wsi (40 proc.). Aż w 7 na 10 badanych rodzin, ktoś zrezygnował z pracy zawodowej w związku z koniecznością opieki nad dzieckiem z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Ponadto wiele osób deklaruje, że swoją aktywność zawodową musiało ograniczyć do minimum.

Oprac. AG

Źródło: www.jim.org

Nowelizacja Kodeksu Pracy – najważniejsze zmiany

21 sierpnia 2015 r. opublikowana została ustawa 25 czerwca 2015 r. o zmianie ustawy – Kodeks pracy oraz niektórych innych ustaw. Zgodnie z ustalonym vacatio legis, wynoszącym 6 miesięcy, zmiany weszły w życie od 22 lutego 2016 r. Nowelizacja ma na celu wzmocnienie pozycji pracownika i ustabilizowanie rynku pracy. Co dokładnie zmieniają na gruncie relacji pracownik – pracodawca?



Zgodnie z nowymi przepisami, zmienia się liczba typów umów o pracę. Po usunięciu spośród nich umowy na zastępstwo, ogranicza się ona do trzech:

- umowy o pracę na okres próbny,
- umowy o pracę na czas określony,
- umowy o pracę na czas nieokreślony.

Precyzyjnie określony został cel zatrudnienia pracownika na podstawie umowy o pracę na okres próbny. Taka umowa jest zawierana w celu sprawdzenia kwalifikacji pracownika i możliwości jego zatrudnienia w celu wykonywania określonego rodzaju pracy. Nowe przepisy będą dopuszczały ponowne zawarcie umowy na okres próbny z tym samym pracownikiem w dwóch sytuacjach. Pierwsza zakłada, że pracodawca będzie chciał zatrudnić pracownika w celu wykonywania innego rodzaju pracy. Druga z kolei zakłada, że pracownik ma być zatrudniony w celu wykonywania tego samego rodzaju pracy po upływie co najmniej 3 lat od dnia rozwiązania lub wygaśnięcia poprzedniej umowy o pracę.

Największe zmiany nowelizacja wprowadza na gruncie umów na czas określony. Do tej pory przepisy nie przewidywały ograniczeń w okresie zatrudnienia na jednej umowie. Nowe przepisy ograniczają możliwości zawierania umów na czas określony do maksymalnie 33 miesięcy. Oznacza to, że wszystkie tego typu umowy, których termin zakończenia przypada po 21 listopada 2018 r., przekształcą się w umowy na czas nieokreślony.

Nowelizacja przewiduje możliwość zawarcie trzech umów na czas określony. Czwarta, a nie jak dotychczas trzecia, umowa przekształca się z mocy prawa w umowę bezterminową. Nowe przepisy nie przewidują także okresu przerwy od stosunku pracy, który powoduje, że ilość ta liczona jest od nowa.

Utrzymano przy tym w mocy zasadę, zgodnie z którą przedłużenie czasu trwania umowy jest równoznaczne z zawarciem kolejnej umowy na czas określony z datą początkową oznaczoną w dniu, w którym pierwotnie poprzednia umowa miała się rozwiązać.

Kolejne zmiany wprowadzone przez nowelizację dotyczą okresów wypowiedzenia. Zgodnie z nimi za wypowiedzeniem będzie można rozwiązać każdą umowę o pracę na czas określony, niezależnie na jaki czas została zwarta i czy odpowiedni zapis pojawił się w umowie. Okresu wypowiedzenia umowy o pracę na czas określony będzie taki sam, jak w przypadku umów o pracę na czas nieokreślony, tj. uzależniony od okresu zatrudnienia pracownika u danego pracodawcy.

Nowe okresy wypowiedzenia odpowiednio wynoszą:

- 2 tygodnie, jeżeli pracownik był zatrudniony krócej niż 6 miesięcy,
- 1 miesiąc, jeżeli pracownik był zatrudniony co najmniej 6 miesięcy,
- 3 miesiące, jeżeli pracownik był zatrudniony co najmniej 3 lata.

Na mocy przepisów przejściowych przy wypowiadaniu umów o pracę na czas określony zawartych na okres dłuższy niż 6 miesięcy, w których przewidziano możliwość ich rozwiązania z zachowaniem 2-tygodniowego okresu wypowiedzenia, trwających w dniu wejścia w życie nowelizacji, stosuje się nowe okresy wypowiedzenia.

W przypadku umów o pracę na czas określony zawartych po dniu wejścia w życie ustawy przy ustalaniu długości okresu wypowiedzenia należy uwzględnić cały dotychczasowy okres zatrudnienia u pracodawcy, w tym także przypadający przed 22 lutego 2016 r. Nie wliczamy tego okresu w przypadku, kiedy stosunek pracy trwał w momencie wejścia w życie ustawy.

Nowelizacja ustawy uregulowała także kwestię zwolnienia pracownika z obowiązku świadczenia pracy w czasie okresu wypowiedzenia. Do niedawna pracodawca, mimo braku podstawy prawnej, zwalniał z obowiązku świadczenia pracy pracowników w okresie wypowiedzenia przy jednoczesnym zachowaniu prawa do wynagrodzenia, w przypadku kiedy takie rozwiązanie było dla niego korzystne. Nowe przepisy uprawniają pracodawcę do zwolnienia pracownika z obowiązku świadczenia pracy w drodze jednostronnej decyzji nie wymagającej zgody pracownika. Pracodawca nie może jednak w takiej sytuacji żądać powrotu pracownika do firmy. Nie ma prawa także wyciągać wobec niego żadnych konsekwencji, jeśli ten podejmie nową pracę.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

Napisz do autora:
Paweł Rodziewicz
e-mail: prawnik@razemztoba.pl

Komu pełnomocnik z urzędu?

Kodeks postępowania cywilnego przewiduje ustanowienie adwokata lub radcy prawnego z urzędu przez wzgląd na realizację równego dostępu do wymiaru sprawiedliwości. Ograniczenia finansowe są w tym przypadku istotnym, lecz nie jedynym kryterium otrzymania pełnomocnika z urzędu.

Zgodnie z obowiązującymi przepisami Kodeksu postępowania cywilnego t.j. art. 117 – art. 124 KPC, sąd może ustanowić dla jednej ze stron adwokata lub radcę prawnego, jako tzw. pełnomocnika z urzędu. Tak wyznaczonemu pełnomocnikowi strona nie musi płacić honorarium – czyni to za nią Skarb Państwa po prawomocnym zakończeniu sprawy lub druga strona procesu.

Sąd ustanawia pełnomocnika na wniosek strony. Wniosek ten należy zgłaszać wraz z wnioskiem o zwolnienie od kosztów sądowych lub osobno, na piśmie lub ustnie do protokółu, w sądzie, w którym sprawa ma być wytoczona lub już się toczy. Złożenie takiego wniosku jest wolne od opłaty sądowej.

Składając do sądu wniosek o pełnomocnika z urzędu należy załączyć do niego wypełniony formularz „Oświadczenie o stanie rodzinnym, majątku, dochodach i źródłach utrzymania". Do wniosku wskazane jest również załączyć dokumenty poświadczające np. wysokość zarobków, status bezrobotnego, wysokość renty czy emerytury itp. Jeśli strona składa wniosek o ustanowienie adwokata ustnie do protokołu, wówczas sąd może przyjąć jej ustne oświadczenie o stanie rodzinnym, majątku, dochodach i źródłach utrzymania, wpisując je do protokołu.

Czynnik finansowy jest najczęstszą przesłanką, jednakże wnioskodawca może również uzasadniać potrzebę przyznania pełnomocnika tym, że zamieszkuje daleko od siedziby sądu i z różnych powodów nie może stawić się w sądzie osobiście. Takimi powodami może być np. choroba lub konieczność stałej opieki nad członkiem rodziny.

Niezależnie od tego, czym argumentowany jest wniosek, sąd zbada również czy charakter oraz stopień zawiłości sprawy wymaga tego, by stronę reprezentował pełnomocnik.

Istnieje również możliwość wskazania przez wnioskodawcę konkretnego adwokata bądź radcy prawnego, który miałby reprezentować go w sprawie. Wskazanie to nie jest jednak wiążące, gdyż wyznaczenie wskazanego pełnomocnika wymaga porozumienia właściwej okręgowej rady adwokackiej lub okręgowej izby radców prawnych ze wskazanym adwokatem lub radcą prawnym.

Sąd decyduje o ustanowieniu dla strony pełnomocnika z urzędu w drodze postanowienia. Może ono zostać wydane na posiedzeniu niejawnym. Postanowienie to sąd doręcza wyłącznie tej stronie, która złożyła wniosek.

W przypadku gdy nie jesteśmy zadowoleni z przyznanego przez sąd pełnomocnika, istnieje możliwość wystąpienia z wnioskiem o jego zmianę. Wniosek należy rzeczowo uzasadnić.

Na postanowienie odmawiające ustanowienia pełnomocnika z urzędu przysługuje zażalenie, które należy wnieść w terminie tygodnia od dnia doręczenia lub ogłoszenia postanowienia o odmowie do sądu, który wydał to postanowienie.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

Napisz do autora:
Paweł Rodziewicz
e-mail: prawnik@razemztoba.pl

Terapeutyczna moc obcowania z naturą

Poddajemy się jej nieświadomie, szczególnie kiedy odnajdujemy przyjemność w dbaniu o nasz ogródek działkowy czy pielęgnowaniu kwiatów na parapetach. O czym mowa? O hortiterapii czyli leczeniu ogrodem. O tej ciekawej metodzie i jej terapeutycznym zastosowaniu opowiada Elżbieta Radwaniecka, nauczyciel-terapeuta z Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 w Elblągu.

Hortiterapia nie jest u nas zbyt popularna. Na czym polega ta metoda?

To prawda. W Polsce hortiterapia jest jeszcze w powijakach. Jak na razie tylko jedna uczelnia proponuje studia podyplomowe w tym zakresie. Hortiterapia wywodzi się ze Stanów Zjednoczonych, gdzie miała głównie zastosowanie w resocjalizacji, w więzieniach oraz przy traumach kombatantów wojennych. Generalnie mówiąc hortiterapia jest terapią ogrodem. Opiera się na sensoryce, na naszych doznaniach poprzez zmysły: wzroku, słuchu, smaku, dotyku. Znaczenie mają tu wszelkie barwy, gdyż jedne wyciszają, inne pobudzają, dźwięki, które wydają rośliny, np. len, szum traw, liście, wszelkiego rodzaju faktury, bo są kwiaty przyjemne w dotyku, ale są też kłujące, oraz smaki roślin, które mogą być słodkie, gorzkie czy cierpkie. Hortiterapia może być prowadzona w dwóch formach: biernej lub czynnej. W tej pierwszej już sam fakt przebywania w ogrodzie, lesie, parku, w otoczeniu przyrody wpływa na nas relaksująco. W formie czynnej zaś walorem terapeutycznym są już konkretne prace z roślinami, związane np. z sadzeniem, pielęgnacją, zbieraniem owoców. Ludzie często nieświadomie poddają się tej terapii, dotyczy to głównie tych, którym sprawia przyjemność dbanie o ogródki działkowe czy pielęgnowanie kwiatków na parapetach.

Fot. nadesłane
Ogród Dydaktyczno - Doświadczalny w katedrze Ogrodnictwa UWM w Olsztynie

Komu dedykowana jest ta terapia?

Rewelacyjnie sprawdza się wśród osób starszych, w Domach Opieki Społecznej, gdzie ma miejsce nie tylko przebywanie wśród roślin, ale także prac, manualne, gdzie trzeba użyć sekatora lub innych narzędzi. Z kolei przy zaburzeniach sensorycznych działamy na zmysły i w tym przypadku ta metoda dobrze sprawdza się w takich placówkach, jak nasza. Praca w ogrodzie sprzyja lepszemu poznawaniu się i rozwiązywaniu problemów. Ogród daje osobom niepełnosprawnym wiele możliwości osiągnięcia ich osobistych mniejszych lub większych sukcesów. Właściwie hortiterapię można zaczynać już w przedszkolach, po to, aby wdrożyć młode pokolenie do obcowanie z naturą.

Jak wyglądają zajęcia hortiterapii w Waszym Ośrodku?

To jest nowość i dopiero wszyscy w ośrodku się z tym zapoznają. Jak w każdej terapii najważniejsze jest poznanie deficytów i zaleceń terapeutycznych aby wiedzieć, w jakim kierunku pracować. Potrzeby rewalidacji naszych uczniów określa zespół ds. pomocy psychologiczno-pedagogicznej. Na jego spotkaniach mogę wskazywać możliwości ogrodolecznictwa w poszczególnych przypadkach. Zespół może uznać, że np. stymulację polisensoryczną , terapię ręki czy rehabilitację warto wesprzeć hortiterapią, Na razie zaczynamy od 2 godzin. Z dziećmi, które nie mają typowych zaburzeń sensorycznych, pracuję pod kątem terapii zajęciowej, arteterapii. W tej chwili prowadzę zajęcia właśnie

z takimi dziećmi z gimnazjum. W związku z tym, że zaczęliśmy jesienią, dużo czasu spędzaliśmy w parku i na terenach zielonych Ośrodka. Z czasem, jak pogoda zrobiła się niesprzyjająca, zeszliśmy do pracowni. Tutaj wszelkie techniki są dopuszczalne - układanie bukietów, kompozycji kwiatowych, wyklejanie liśćmi, plecenie wianków, pielęgnacja kwiatów doniczkowych. Wykorzystywaliśmy do tego żywe rośliny, poznawaliśmy je pod kątem faktury, zapachu, sprawdzaliśmy czy wydają dźwięki. Moi uczniowie bar-

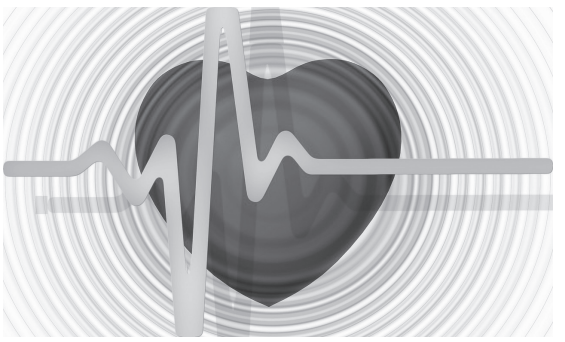
dzo polubili pracę z roślinami. Teraz idzie wiosna, więc częściej będziemy wychodzić na tereny zielone i obserwować jak przyroda budzi się dożycia. Marzy mi się, aby na terenie naszego ośrodka powstał ogród sensoryczny z prawdziwego zdarzenia. Taki ogród musi mieć swoje sfery, gdzie w każdej posadzone są rośliny oddziaływające na konkretny zmysł. Mamy warunki, ale stworzenie takiego ogrodu to też olbrzymie nakłady finansowe. Mam nadzieję, że w niedalekiej przyszłości uda nam się go stworzyć.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

Napisz do autora:
Aleksandra Garbecka
e-mail: a.garbecka@razemztoba.pl

Biomarkerem w niewydolność serca

Biomarkery to substancje, dzięki którym lekarze szybko i nieinwazyjnie rozpoznają wiele chorób. Nowe biomarkery, umożliwiające wykrywanie niewydolności serca, znaleźli naukowcy z Uniwersytetu Medycznego w Łodzi.



Niewydolność serca to zespół objawów spowodowanych uszkodzeniem mięśnia sercowego. Schorzenie cechuje się dużą śmiertelnością, znacznie większą niż w przypadku wielu nowotworów np. raka piersi czy raka prostaty. Zmagają się z nim głównie osoby po 65. roku życia. Szacuje się, że w Polsce problem niewydolności serca dotyczy około miliona osób. Blisko połowa z nich umiera w cztery lata od momentu otrzymania diagnozy. Liczbę hospitalizacji z powodu niewydolności serca szacuje się w Polsce na 100 tys. rocznie, a w najbliższych dwudziestu latach może przybyć około 250 tys. chorych.

– W praktyce, jeśli pacjent zgłasza się do lekarza z podejrzeniem niewydolności serca, to kieruje się go na badanie echokardiogaficzne. To stwarza problemy, bo dostępność do specjalistów i samego badania jest niewystarczająca nie tylko w Polsce, ale wszędzie na świecie. Trzeba mieć drogi sprzęt, wykwalifikowanego kardiologa, który takie badanie przeprowadzi. To wszystko wydłuża rozpoczęcie procesu leczenia. Często pacjenci trafiają do szpitala z zaawansowaną, ciężką postacią choroby. Długotrwałe hospitalizacje związane z leczeniem niewydolności serca generują duże koszty, a rokowanie jest niepewne – mówi PAP dr Agata Bielecka–Dąbrowa.

Badaczka kierowała pracami nad znaczeniem biomarkerów w niewydolności serca.

– Chcieliśmy przewidzieć, u których osób może wystąpić niewydolność serca – tłumaczy badaczka.

Poszukuje ona biomarkerów, które umożliwiłyby diagnostykę niewydolności serca na bardzo wczesnym etapie. To badania pionierskie, bo choć biomarkery wykorzystuje się w diagnostyce wielu chorób czy zawału serca, to do wczesnego wykrywania niewydolności serca nie były używane.

Biomarkery to różnego rodzaju substancje – rodzaj wskazówki, która może powiedzieć lekarzom i naukowcom, że w organizmie pacjenta zaczyna dziać się coś niedobrego.

– Samo badanie z ich wykorzystaniem jest stosunkowo proste i polega na pobraniu od pacjenta małej próbki krwi. W zasadzie nie ma przeciwwskazań do wykonania analizy stężeń biomarkerów, a badanie nie wiąże się z żadnymi skutkami ubocznymi. W pobranej próbce krwi oznaczone zostaje stężenie biomarkerów. Na podstawie stężeń można ocenić prawdopodobieństwo wystąpienia choroby – tłumaczy dr Bielecka–Dąbrowa.

Naukowcy z Uniwersytetu Medycznego w Łodzi badali dużą liczbę biomarkerów, z których wybrali te najbardziej przydatne. Trzy–cztery z nich zwiększają szanse na rozpoznanie istniejącej już choroby, a jeden kolejny umożliwia jej przewidzenie.

Źródło: PAP – Nauka w Polsce,
Ewelina Krajczyńska
Więcej w tym temacie na
razemztoba.pl/13709

Cukrzyca to nie wyrok

Ma 37 lat, rodzinę, pracę. O tym, że ma cukrzycę dowiedział się osiem miesięcy temu... przez przypadek. Choroba dawała objawy urologiczne i dermatologiczne, dlatego zrobił podstawowe badania. Lekarze stwierdzili stan pośredni między cukrzycą typu 1 i 2. Teraz pan Mateusz przyjmuje insulinę i jest na dobrej drodze, by z cukrzycą się rozstać.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

Napisz do autora:
Marta Kowalczyk
e-mail: m.kowalczyk@razemztoba.pl

Cukrzyca zaliczana jest do grupy chorób metabolicznych, czyli takich, które wynikają z zaburzenia procesów przemiany materii, a konkretnie gospodarki cukrami. Pan Mateusz dowiedział się, że ma cukrzycę przypadkiem, kiedy zrobił badanie moczu, by sprawdzić co się dzieje z jego pęcherzem.

- Myślałem, że mam zapalenie pęcherza, albo coś z układem moczowym. Ciągle chciało mi się pić, chodziłem często do toalety i miałem uczucie „parcia" na pęcherz. Wyniki były porażające, bo okazało się, że mam cukier w moczu w dodatku w ogromnej ilości.

Pielęgniarka powiedziała mi, że mam szczęście, że nie zapadłem w śpiączkę albo, że coś gorszego mi się nie przytrafiło...

- Miał pan jeszcze jakieś objawy cukrzycowe?

- Miałem, ale nie zdawałem sobie z tego sprawy. Ciężko goiły mi się rany, skaleczenia. Miałem problemy skórne. Byłem nawet u dermatologa, przepisał mi maść, ale nie skierował mnie na badania pod kątem cukrzycy. Gdyby nie to, że myślałem, że mam problemy z pęcherzem i nie poszedłbym zrobić analizy moczu pewnie mój stan byłby gorszy, bo cukrzyca uszkadza wiele organów. Teraz wiem, że problemy ze wzrokiem, które zacząłem mieć też były związane z cukrzycą.

- A jak jest teraz?

- Na początku lekarz przepisał mi 8-10 jednostek insuliny dwa razy dziennie. Musiałem się przełamać do codziennego kłucia palców, sprawdzania poziomu cukru i robienia sobie zastrzyków. Musiałem zmienić dietę, bo wypijałem nawet 1,5 litra coli dziennie, jadłem burgery, pizzę, tzw. śmieciowe jedzenie. Dużo pracowałem i nie miałem czasu przygotowywać sobie jedzenia. Tak myślałem. Teraz moje życie zmieniło się diametralnie. Zrezygnowałem z napojów gazowanych. Zdrowo się odżywiam, mniej solę posiłki, ćwiczę, bo lekarz mi zalecił siłownię i więcej ruchu, przy siedzącej pracy.

- I jak się pan teraz odżywia?

- Staram się jeść regularnie. Jem mięso, jajka, dużo warzyw, jabłka. Na początku musiałem próbować, co mogę, bo po bananach bardzo mi podnosił się cukier. Teraz wiem, że przy cukrzycy bananów lepiej unikać. Piję wodę mineralną, herbatę, sok pomarańczowy, ale wyciskany, a nie z kartonu, bo te są zazwyczaj dosładzane. Schudłem 14 kilogramów. Mam lepszą kondycję i czuję się lepiej. Moje problemy urologiczne i dermatologiczne „zniknęły" już po ok. tygodniu, dwóch przyjmowania

1 Cukrzyca typu 1 dawniej nazywana była cukrzycą młodzieńczą, gdyż początek choroby najczęściej pojawia się w młodym wieku. Leczenie tego typu cukrzycy najczęciej polega na wprowadzeniu specjalnej diety i podawaniu odpowiednich dawek insuliny. W cukrzycy typu 1 dochodzi do niszczenia komórek beta trzustki, które są odpowiedzialne za produkcję insuliny. Proces ten przebiega stopniowo i niemal niedostrzegalnie, a objawy cukrzycowe pojawiają się nagle, gdy zniszczeniu ulegnie około 90 procent komórek beta.

2 Leczenie cukrzycy zakłada:
- wprowadzenie diety
- zwiększenie wysiłku fizycznego (regularne spacery, sport, siłownia)
- podawanie insuliny (lub stosowanie doustnych środków przeciwcukrzycowych)
- przeszczep trzustki lub wysp trzustkowych w cukrzycy typu 1 osobom, które mogą być do takiego zabiegu zakwalifikowane (zabiegi wykonują specjaliści m.in. w Szpitalu Klinicznym Dzieciątka Jezus; ul. Nowogrodzka 59, 02-006 Warszawa).

3 Cukrzyca typu 2 nazywana jest cukrzycą insulinoniezależną. Na rozwój tej choroby znacząco wpływa otyłość, nadciśnienie tętnicze, genetycznie obciążenie skłonnością do cukrzycy typu 2. Problem dotyczy też często kobiet w ciąży, u których cukrzyca występuje w rodzinie. W cukrzycy typu 2 występuje brak działania insuliny i niewystarczająca jej produkcja przez trzustkę, co prowadzi do wzrostu poziomu cukru we krwi. Jeżeli podwyższony poziom cukru utrzymuje się długo, może uszkodzić naczynia krwionośne w oku (retinopatia cukrzycowa uszkadza siatkówkę oka), mózgu, sercu, nerwach (neuropatia cukrzycowa prowadzi do dysfunkcji nerwów obwodowych) i w nerkach (nefropatia cukrzycowa to niewydolność nerek objawiająca się m.in. zwiększeniem białka wydalanego z moczem). Cukrzyca typu 2 zazwyczaj ujawnia się w dojrzałym wieku.

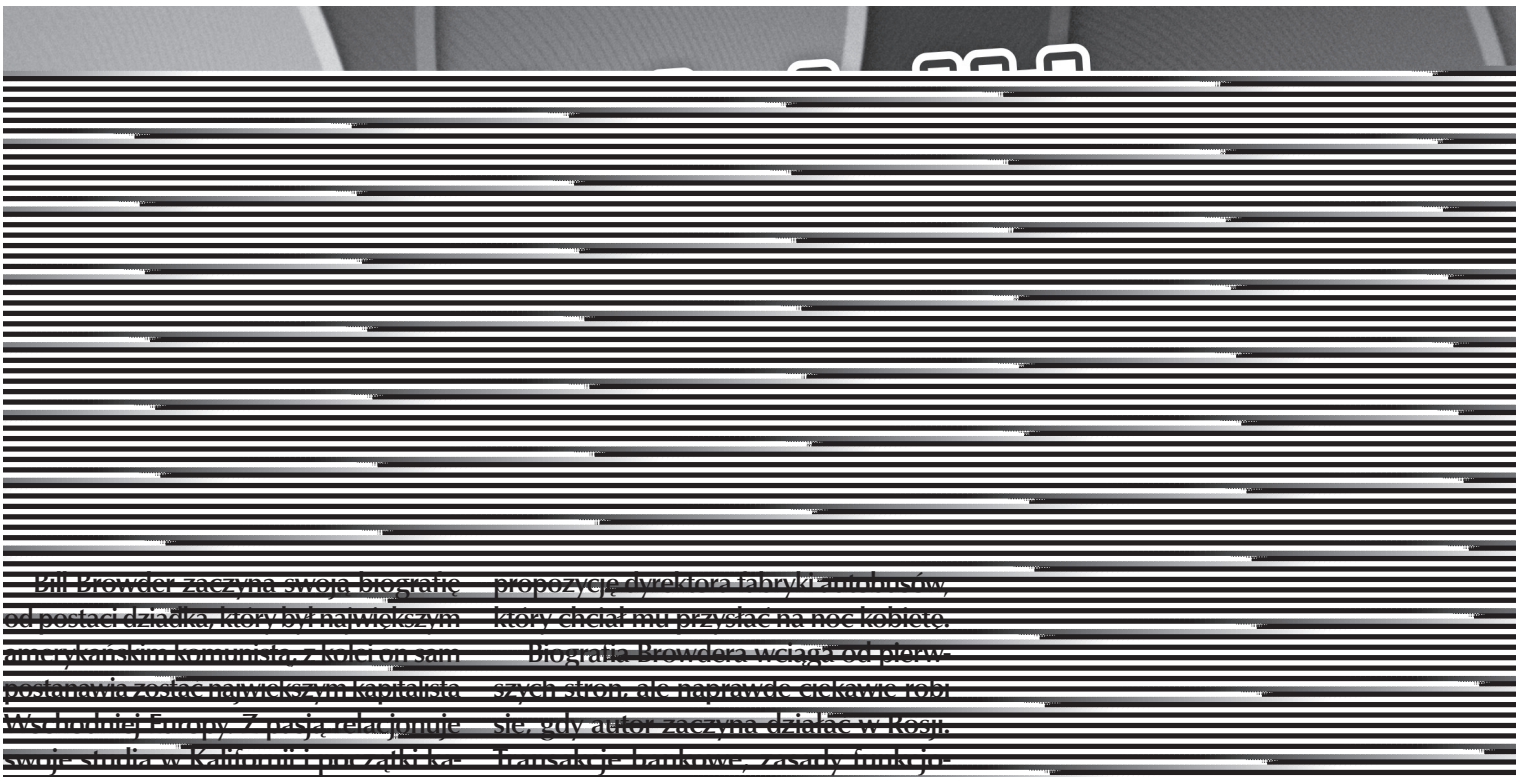
insuliny. Dawki insuliny lekarz kazał mi już stopniowo zmniejszyć. Mam szansę, że z tego wyjdę. Kluczem jest dieta i ruch.

- Czego panu życzyć oprócz powrotu do zdrowia?

- Wystarczy, że z tego wyjdę. Wiem, że mam szansę. Niech ludzie się badają, zwłaszcza młodzi, bo mi przez głowę nie przechodziło, że mogę mieć to draństwo. Cukrzyca jest podstępna, daje mylne objawy, a wystarczy zrobić badanie moczu albo krwi.

- Dziękuję za rozmowę.

4 Objawy cukrzycy to przede wszystkim: senność, szybkie męczenie się, poliuria (czyli częste oddawanie moczu), polidypsja (zwiększone pragnienie polegające na piciu do kilku litrów dziennie więcej, niż zalecana norma), uczucie suchości w ustach, infekcje drożdżakowe w okolicach narządów płciowych, w fałdach skórnych lub w jamie ustnej, czyraki na skórze, stany zapalne skóry i śluzówki, świąd sromu, zaburzenia widzenia, drętwienia kończyn, spowolnione gojenie ran, uczucie mrowienia w kończynach, zapach acetonu w wydychanym przez chorego powietrzu, śpiączka.



Bill Browder zaczyna swoją biografię od postaci dziadka, który był największym amerykańskim komunistą. Z kolei on sam postanawia zostać największym kapitalistą Wschodniej Europy. Z pasją relacjonuje swoje studia w Kalifornii i początki kariery w londyńskich instytucjach finansowych oraz pierwszą upragnioną pracę na wschodzie, a mianowicie w Polsce. Na zlecenie Banku Światowego ma przygotować projekt przekształcenia upadającej fabryki autobusów, w tym celu udaje się do Sanoka. Ten fragment biografii Browdera zapewne zainteresuje polskiego czytelnika. Możemy przeczytać jak to Bill pokonywał setki kilometrów, żeby znaleźć coś do zjedzenia, od czego nie będzie go bolał żołądek albo jak z zażenowaniem odrzucał propozycję dyrektora fabryki autobusów, który chciał mu przysłać na noc kobietę.

Biografia Browdera wciąga od pierwszych stron, ale naprawdę ciekawie robi się, gdy autor zaczyna działać w Rosji. Transakcje bankowe, zasady funkcjonowania giełdy moskiewskiej i początki prywatyzacji rosyjskich przedsiębiorstw, wszystko to zostało opisane sugestywnie i zrozumiale nawet dla największego laika. Na początku Browder odnajduje się w gąszczu rosyjskich absurdów i nadużyć, udaje mu się zarobić dla swoich klientów ogromne pieniądze. Gdy jednak zaczyna walczyć z tamtejszymi oligarchami, zostaje wydany na niego „wyrok". Jego fundusz inwestycyjny ma zostać zniszczony, on sam również.

Polecamy

Temple Grandin, Richard Panek
Mózg autystyczny. Podróż w głąb niezwykłych umysłów

Fascynująca podróż do wnętrza autystycznego umysłu wiedzie przez rozmaite struktury mózgowe, geny oraz codzienne doświadczenia osób autystycznych i ich opiekunów. Temple Grandin, sama będąca osobą autystyczną, pokazuje, że kluczem do zrozumienia autyzmu są zmysły, których odmienne funkcjonowanie warunkuje sposób doświadczania świata. Przygląda się różnym typom myślenia, których właściwe wykorzystanie może prowadzić do zdumiewających rezultatów. Książka uczy osoby autystyczne, ich rodziny, lekarzy i terapeutów, jak rozpoznać i wykorzystać potencjał drzemiący w mózgu autystycznym, a pozostałym czytelnikom pozwala lepiej zrozumieć funkcjonowanie umysłu i działanie mózgu w ogóle.

Dana Caspersen
Powiedz to inaczej. 17 zasad rozwiązywania konfliktów

Każdy dzień przynosi nowe okazje do konfliktu. Zarówno w relacjach zawodowych, jak i osobistych powodzenie lub porażka zależą od twojej umiejętności manewrowania w konfliktowych sytuacjach. W książce napisanej przez

Święto Kobiet w elbląskim Polskim Związku Niewidomych

Z okazji Dnia Kobiet Kawiarnia u Aktorów gościła panie z elbląskiego koła Polskiego Związku Niewidomych. - Dużo zdrowia, szczęścia, uśmiechu i jak najmniej trosk – życzył wszystkim Stanisław Brandt, honorowy prezes PZN.

Uroczystość swoim programem kabaretowym uświetnił zespół „Uśmiech", z którym zebrani goście przemierzyli różne regiony Polski w poszukiwaniu najciekawszych kobiet. Każda stacja zaś okraszona została odpowiednią piosenką i konkursem. Pojawiła się więc góralka Hanka, Wanda co Niemca nie chciała, Hanka Czarna Mańka,Danuta Rinn, a nawet... Beata Szydło. Za najbardziej znaną elblążankę została uznana prezes elbląskiego koła Polskiego Związku Niewidomych – Janina Maksymowicz. Na zakończenie imprezy odbyła się loteria z nagrodami oraz wspólna zabawa. Obowiązkowo każda z pań otrzymała także kwiatka.

AG

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

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

WSPÓŁPRACUJĄ:
Agnieszka Pietrzyk, Marta Kowalczyk,
Paweł Rodziewicz, Magdalena Ulanowska, Aneta Puzdrowska.

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

DZIAŁ ŁĄCZNOŚCI Z CZYTELNIKAMI:
tel. (055) 232-69-35;
e-mail: redakcja@razemztoba.pl

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

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

Są świąteczne paczki

W Wielkanocnej Zbiórce Żywności do koszy Banku Żywności trafiło 6,1 tony produktów spożywczych. Transporty żywności wyjechały do organizacji charytatywnych, które przygotowały z nich paczki dla swoich podopiecznych.

Najwięcej zebrano niezbędnej do świątecznych wypieków mąki – około 1700 kg, trochę mniej cukru – około 1000 kg, w dalszej kolejności olej i makaron – po około 900 kg. Są konserwy, majonezy, słodycze i inne produkty, dzięki czemu świąteczne paczki będą urozmaicone. Zbiórka trwała cały weekend – od piątku do niedzieli. Najobfitszy był piątek. W magazynie trzeba było się dobrze zwijać, żeby zdążyć rozładować kolejne samochody, posortować, policzyć i spisać przywiezione produkty. Oprócz pojedynczych opakowań zdarzały się całe zgrzewki mąki czy cukru, lub reklamówki pełne różności. Magazyn pracował także w niedzielę. Pracownicy Banku nie mieli możliwości odetchnąć, bo w poniedziałek od rana przygotowywali transporty dla zainteresowanych organizacji oraz paczki dla podopiecznych Banku. Dzięki temu świąteczne paczki trafiły do rąk osób potrzebujących pomocy na czas.

W sklepach i supermarketach, oprócz wolontariuszy Banku Żywności, pracowali wolontariusze z elbląskich szkół i organizacji. *TB*

Wesoła wiosna w DPS na Kaprzaka

Nauczyciele SOSW Nr 1 w Elblągu prowadzący zajęcia rewalidacyjno–wychowawcze z dziećmi niepełnosprawnymi w Domu Pomocy Społecznej dla Dzieci i Młodzieży przy ul Kasprzaka po raz kolejny wzięli udział w tworzeniu i realizacji projektów wolontariackich we współpracy z pracownikami firmy Siemens, Fundacją Psy Dzieciom oraz Szkołą Tenisa Score. Dzięki wspólnym wysiłkom pozyskano 8.700 zł.

Projekt „Czas zamków i rycerzy" obejmuje organizację wycieczek oraz zajęć celem poznania życia i zwyczajów rycerzy. Dzieci zwiedzą zamek w Malborku i Fromborku, wezmą udział w przygotowaniu strojów rycerskich oraz w festynie nad jeziorkiem w Pasłęku. Dzięki funduszom pozyskanym podczas Turnieju Charytatywnego w Squash–„Gramy i Pomagamy" który odbył się w grudniu 2015 roku wychowankowie DPS pojadą do Teatru Muzycznego w Gdyni na sztukę „Piotruś Pan" oraz na wycieczkę do Jantara. Za pieniądze pozyskane z projektu zostaną zakupione różnorodne zabawki i pomoce.

Ewa Skorek

„Trzeci wiek” śpiewał, tańczył, grał i się bawił

Już po raz czwarty seniorzy pokazali co im w duszy gra. Na dużej scenie kina „Światowid" królowali w dużej mierze przedstawiciele „trzeciego wieku". Wraz z nimi występowali również o wiele młodsi – tych jednak było znacznie mniej. Tańczyli, przedstawiali małe formy teatralne, a przede wszystkim – śpiewali. A wszystko w klimacie rosyjskim.

Fot. RS
Więcej zdjęć: razemztoba.pl/13743

-Niezmiernie się cieszę, że już po raz czwarty udało się zorganizować ten wyjątkowy przegląd. Ilość chętnych do występu na scenie, pokazuje jak bardzo seniorzy są aktywni i potrzebują takich wydarzeń – mówiła Teresa Urban, Pełnomocnik Prezydenta Elbląga ds. seniorów. - Z roku na rok jest coraz większa ilość chętnych i gdyby tylko w mieście była dostępna większa sala z miejscami siedzącymi, zapełnilibyśmy i ją – dodaje pani Teresa.

W tegorocznym przeglądzie wzięło udział osiemnaście zespołów oraz solistów z Elbląga, Fromborka, Braniewa, Tolkmicka, Suchacza.

Jako że, tegoroczny Przegląd odbywał się w klimacie rosyjskim, nie brakowało znanych pieśni z tego kraju. Można było usłyszeć m.in. „Biełyje rozy", „Kanikuły", „Kagda morie było z wodki" czy „Pust wsiegda budziet sonce". Publiczność śpiewała wspólnie z wykonawcami, jak również spontanicznie tańczyła pod sceną w rytm wygrywanej melodii.

Na zakończenie Przeglądu, na scenie pojawił się gość specjalny – seniorki ze Sławska (Rosja – Obwód Kaliningradzki) z zespołu „Barynia", które w tym roku obchodzą 35. lecie swojego istnienia.

Organizatorami Przeglądu byli: Centrum Spotkań Europejskich „Światowid" i Pełnomocnik Prezydenta Elbląga ds. Seniorów Teresa Urban.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych
Napisz do autora:
Rafał Sułek
e-mail: naczelny@razemztoba.pl