

Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych

Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

Miesięcznik finansowany
jest ze środków PFRON

Nr 05/221

2016

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



Niepełnosprawni nadali TON



Z pasji do
ortopedii

więcej str 6



Wózkiem dookoła
Polski

więcej str 21



Udział w konkursie
traktuję jako przygodę

więcej str 39

SPIS TREŚCI

10

Niepełnosprawni nadali TON

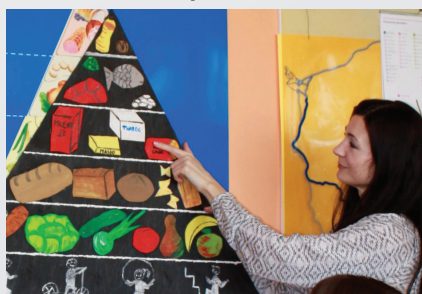
Imprezy kulturalne i sportowe, wystawy, konkursy, warsztaty, konferencje, drzwi otwarte w placówkach - tak przedstawiał się program tegorocznych obchodów...



30

Życie na zwolnionych obrotach

Tarczycza- 20 gramowa „skrzynia biegów” w organizmie. Jej niedoczynność powstaje gdy mechanizm ten nie nadąża produkować...



36

Tu nie liczą się wyniki, lecz chęci

W Międzyszkolnym Ośrodku Sportowym odbyły się I Zmagania Sportowe z Zakresu Umiejętności Motorycznych MATP - programu treningu, nawiązującego...



24

Czekali na posta, ale się nie doczekali

Około 20-osobowa grupa rodziców oraz opiekunów osób niepełnosprawnych przybyła wczoraj, 16 maja br., pod biuro poselskie Jerzego Wilka z petycją, w której proszą...



25

Podróżowanie bez barier

Osoby z niepełnosprawnościami w tramwaju, autobusie, pociągu nie mają łatwego życia. Niewidomi, niedowidzący, niedosłyszący, osoby o kulach, czy na...



Spółeczeństwo:

Sytuacja polskich seniorów do poprawki str. 12

Dom otwarty na potrzebujących str. 14

Będzie wyrównanie dofinansowania do WTZ str. 15

Edukacja:

Jak być fioletową krową?... str. 16

Biwaki, wyjazdy, wycieczki... str. 18

Zintegrowany AS PIK str. 20

Szkoła dla rodziców str. 23

Ośmiu Wspaniałych nagrodzonych str. 38

Akademia Zdrowia:

Fundacja „Końskie Zdrowie” zyska drugie życie str. 28

Ręce - nasze okno na świat str. 33

Prawo:

Opiekunowie osób niepełnosprawnych chcą być traktowani jak przedstawiciele innych zawodów str. 34

Ze składki audiowizualnej zwolnione będą nie tylko osoby niepełnosprawne str. 35

Sport:

Biegi Przełajowe Olimpiad Specjalnych za nami str. 37

Wstyd się bać

Św. Jan Paweł II swój pontyfikat rozpoczął od zawołania „nie lękajcie się!”. Wiedział, co mówi. Lęk jest ciągle obecny w naszym życiu, wpływa na nasze zachowanie, na nasze decyzje, rodzi nieufność do innych ludzi i każe zamykać się przed światem. Boimy się przede wszystkim tego, czego nie znamy, co jest inne, obce. Ten lęk był jednym z powodów, dla których przez wiele lat osoby niepełnosprawne, zwłaszcza intelektualnie i z widoczną niepełnosprawnością były ukrywane w domach lub zamkniętych placówkach. Jeszcze dziś zdarza się, że rodzice zdrowego dziecka nie życzą sobie, żeby w klasie ich syna czy córki uczyło się dziecko niepełnosprawne, bo boją się, że ich dziecko przejmie jakieś niezdrowe nawyki czy zachowania i będzie się gorzej rozwijało. Jednak lęk przed osobami niepełnosprawnymi zbladł wobec strachu przed uchodźcami. W uchodźcach zdaje się zawierać wszystko, co najgorsze: widzimy w nich terrorystów, dżihadystów, gwałcicieli, nosicieli strasznych chorób, boimy się, że zamienią kościoły na meczety. Stawiamy warunki: mówimy, że jeżeli musimy kogoś przyjąć, to tylko chrześcijan, ale tych też nie chcemy, bo trzeba by się było podzielić z nimi chlebem i pracą, a przecież sami jesteśmy tacy biedni! Lęk przed osobami niepełnosprawnymi ukrywamy - w dobrym towarzystwie nie uchodzi. Lęku przed uchodźcami nie musimy się wstydzić, wprost przeciwnie, jest wręcz uznawany za wyraz patriotyzmu - podziela go przecież rząd, który z obrony granic przed migrantami uczynił rację stanu.

Według najnowszych statystyk biedniejsi od nas są Grecy. Na grecką wyspę Chios, gdzie codziennie przybijają łodzie i pontony z uchodźcami, wybrał się dziennikarz Paweł Reszka. Portowe

miasto Chios jest niewielkie i starożytne: wąskie uliczki, kamienne domy, małe sklepiki i restauracyjki. Wielu mieszkańców od dawna nie ma pracy, nikt nie wie, jak sobie dają radę. Paweł Reszka poznał tam dwóch bliźniaków - Antonisa i Mikadesa. Antonis jest elektrykiem i od dawna jest bezrobotny, Mikades - kucharz, ma pracę tylko w weekendy. Obaj są ratownikami. Co noc wyciągają z wody dzieci, kobiety i mężczyzn, i nie patrzą na nikogo podejrzliwie. Wyciągają też z wody martwe ciała. Jak opowiadają, dzieje się tak od lipca 2015r. Nikt im za to nie płaci. - Ale przecież nie będziemy siedzieć w domu, jak tam toną ludzie! - mówią. Wśród wolontariuszy, którzy im pomagają, jest Polka, Aneta. - Każdego dnia jest inaczej - opowiada - każdy ponton, każda rodzina to dramat. Ci, co przeżyją straszną noc na falach, gdy wydostaną się na ląd, całują ziemię. W szczytowych okresach na wyspę przybywało 2 - 3 tysiące uchodźców na dobę. Początkowo mieszkali na placu w środku miasta, na gołej ziemi. Mieszkańcy wyspy przyjęli ich z otwartymi ramionami, przynosili im namioty, żywność, ubrania. Później urządzone zostały obozy, gdzie jest dach nad głową i jedzenie. Plaża od strony Turcji ma podobno kolor pomarańczowy od porzuconych tam kamizelek ratunkowych, które tak naprawdę nie ratują, tylko nabierają wody i toną, bo to tandeta, na której zarabiają nieuczciwi handlarze.

Tak wygląda całe południowe wybrzeże Grecji i Włoch. Według danych UNHCR w 2016 roku do Grecji poprzez morze dotarło niemal 150 tysięcy uchodźców. Około 500 poniosło śmierć podczas przeprawy lub zostało uznanych za zaginionych. W 2015 r. do Europy przepравиło się ponad milion osób, 3,7 tysiąca straciło życie lub zaginęło.

Odwiedzał te miejsca papież Franciszek i w przemówieniu noworocznym do korpusu dyplomatycznego powiedział:

Zatem słyszymy dziś, tak, jak w owych czasach, krzyk Racheli, oplakującej swoje dzieci, bo ich nie ma. Jest to głos tysięcy ludzi płaczących podczas ucieczki przed strasliwymi wojnami, przed prześladowaniami i łamaniem praw człowieka lub niestabilnością polityczną czy społeczną, które często sprawiają, że życie w ojczyźnie staje się niemożliwe. (...) Jest to głos tych, którzy uciekają przed skrajną nędzą, z powodu niemożliwości nakarmienia rodziny czy dostępu do opieki medycznej czy edukacji. (...) Groźną rzeczą jest przyzwyczajanie się do tych sytuacji ubóstwa i potrzeby, do dramatów wielu osób i traktowanie ich jako „normalności”. Ludzie nie są już postrzegani jako podstawowa wartość, którą należy szanować i chronić, szczególnie, jeśli są ubodzy i niepełnosprawni, jeśli „nie są jeszcze potrzebni” - jak dzieci nienarodzone, albo „już nie są potrzebni” - jak osoby starsze.

Moje pokolenie przeżyło życie w pokoju - mogliśmy spokojnie uczyć się, pracować, zakładać rodziny, wychowywać dzieci. Czy taki szczęśliwy los będzie też udziałem kolejnego pokolenia - nie wiadomo. Na świecie wrze. Na każdym kontynencie trwa wojna, tli się jakiś konflikt. Światowe koncerty wykorzystują każdą okazję do zdobycia kolejnych złóż ropy, producenci broni szukają klientów - kto wie, czy w tym celu nie podsycają różnego rodzaju konfliktów. Co będzie, jeśli nasze dzieci czy wnuki będą musiały szukać ratunku poza granicami swojego kraju? Z doświadczenia wiadomo, że dobro i zło wraca do człowieka. Mam nadzieję, że gdy pod drzwiami polskiego domu stanie rodzina uchodźców, wymęczona daleką drogą, głodna i obawiająca się przyszłości - to te drzwi się otworzą, chociaż dzisiaj robimy wszystko, żeby nikt do nas nie zapukał.

Teresa Bocheńska



Znajdź nas na Facebooku!

www.razemztoba.pl

Z korespondencji:

Jaki dress code obowiązuje gości weselnych?

Odpowiedź jest prosta jeżeli chodzi o panów bowiem męski strój weselny jest ponadczasowy i jasno określony. Garnitur jest zawsze odpowiedni. Kwestia ubioru pań ma większe pole do popisu, jednak nie oznacza to, że mają łatwiej, wręcz przeciwnie. Aby nie popełnić faux pas muszą pamiętać o kilku zasadach, aby wypaść z klasą i nie przyćmić stylizacji panny młodej, która w tym dniu powinna świecić najjaśniejszą gwiazdą. Kardynalne wpadki to między innymi: zbyt krótka sukienka lub spektakularna niedopasowana do właścicielki, gorsety, przesadne nakrycia głowy, spódnice z tafty, czerni, zbyt wysokie obcasy, intensywny połysk, nachalny, nieprofesjonalny makijaż, odznaczająca się bielizna i przede wszystkim biel. Chociaż trendy zmieniają się, warto trzymać się tradycji i biel pozostawić pannie młodej. Tylko w Anglii drużyna w zwyczaju mają ubierać się na biało. Na ślubach które odbywają się w ciągu dnia obowiązują stroje koktajlowe z zakrytymi ramionami. Jednak pomimo wytycznych blogerów i stylistów warto porozmawiać z państwem młodym, czy nie mają w planach ślubu awangardowego.

Warto posłuchać

Zwierzaki świata

Dlaczego słonie boją się myszy, czy to prawda, że mrówkojady mają język 10 razy dłuższy od naszego, a orangutany uwielbiają jeść duriany, najbardziej śmierdzące owoce świata, i że można oswoić hipopotama i razem z nim oglądać w telewizji seriale? Z tą książką wasze dzieci odbędą niesamowitą podróż do najbardziej egzotycznych zakątków świata i poznają historie Jessiki, Happiego, Fusiego, Balgira i Carlito piętki fantastycznych zwierzątek. Dzięki tym opowiadaniom, które są, jak to w życiu bywa, czasami wesołe, czasami smutne, wszyscy mamy szansę stać się lepszymi ludźmi. A od tego, jacy jesteśmy zależy przyszłość Ziemi i los zwierząt. Czyta Martyna Wojciechowska, czas nagrania: 2h, 5 min.

Spirulina bombą składników odżywczych?

PRAWDA - Spirulina to zielono niebieska alga istniejąca na świecie od 3.5 miliarda lat. Znakiem sposobu na odkwaszenie, odtrucie i oczyszczenie organizmu. W smaku specyficzna, dlatego najczęściej spirulinę stosuje się w formie tabletek. Bogata w żelazo, potas, wapno, kwas foliowy, witaminę A, B1, B2, B3, B6, E, C i magnez. Długotrwale zwiększa energię, wspomaga układ odpornościowy, hamuje alergie, odżywia i chroni wątrobę, wspiera zdrowy poziom cholesterolu, pomaga utrzymać prawidłowy poziom ciśnienia krwi, chroni przed wolnymi rodnikami. Składa się w ok 70 proc. z białek i jest ich pełnowartościowym źródłem. Zawiera 18 aminokwasów, w tym kilka zbudowanych z białek jest to najwyższe stężenie jakie można znaleźć w jakimkolwiek produkcie, zaliczana jest więc do kategorii produktów superfood.



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),
Aleksandra Garbecka (red. wydania),
Aleksandra Kazuro, Teresa Bocheńska.

WSPÓŁPRACUJĄ:

Agnieszka Pietrzyk, Marta Kowalczyk,
Paweł Rodziewicz, Magdalena Ulanowska, Aneta Puzdrowska.
Miesięcznik jest członkiem Polskiego Stowarzyszenia Prasy Lokalnej (PSPL).

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



**ZADZWOŃ
DO NAS**

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

Zadzwoń!

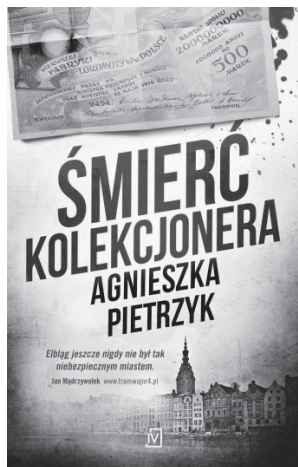
Czekamy na Twój telefon!
(55) 232-69-35

lub napisz

zastępcę sobie prawo
zmiany zmian
przeznaczonych materiałów.

KONKURS!

Wygraj „Śmierć Kolekcjonera” oraz „Umysł Andrew”



W kwietniowym numerze naszego pisma ukazał się artykuł ze spotkania autorskiego elblążanki Agnieszki Pietrzyk, która opowiadała o swoim najnowszym kryminale „Śmierć kolekcjonera” oraz recenzja książki E.L. Doctorowa „Umysł Andrew”. Aby zostać posiadaczem jednej z książek, wystarczy tylko na adres mailowy konkurs@razemztoba.pl do końca czerwca 2016r. wysłać swoje imię i nazwisko. Zwycięzca o wygranej zostanie poinformowany drogą elektroniczną. Wyniki ogłosimy w kolejnych numerach „Razem z Tobą”. Zapraszamy do udziału w konkursie i życzymy powodzenia!

W KALENDARZU

14 czerwca

Światowy Dzień Krwiodawstwa

Wydarzenie to jest okazją do podziękowania honorowym krwiodawcom za ratujący życie dar krwi i podniesienia świadomości na temat potrzeby regularnego oddawania krwi w celu zapewnienia dostępnej, wysokiej jakości i bezpiecznej krwi oraz produktów krwiopochodnych dla potrzebujących pacjentów. Transfuzje krwi i produkty krwiopochodne co roku ratują życie milionom ludzi. Dzięki temu można pomóc pacjentom cierpiącym na choroby stanowiące zagrożenie dla życia, przedłużając im życie i zapewniając jego lepszą jakość.

Pomocna technika:

Tajemniczy Hermes

Hermes to nazwa hybrydowej przystawki do napędu wózka osoby niepełnosprawnej. Innymi słowy urządzenie pomagające w przemieszczaniu się osobom na wózku inwalidzkim. Jest to projekt autorstwa studentów inżynierii biomedycznej na Wydziale Mechanicznym Politechniki Białostockiej. Twórcy wyjaśniają, że jest to hybryda o zaawansowanej technologii będącej przystawką z silnikiem hybrydowym, z częściowym odzyskiem energii. Jego moc, przyspieszenie i siłę hamowania użytkownik może regulować za pomocą oprogramowania sterującego (poprzez złącze USB). Dodatkowo, pojazd może być napędzany poprzez mechanizm korbowy, a regulacja obciążenia odbywa się poprzez przerzutkę. Oba rodzaje napędu mogą być stosowane zamiennie lub równolegle. Bezpieczeństwo zapewniają dwa hamulce: elektryczny wbudowany w silnik oraz hydrauliczny, tarczowy.

Aplikacja mobilna dla niepełnosprawnych

Monika Dziadosz wymyśliła aplikację, która zrewolucjonizować może życie niepełnosprawnych. Aplikacja na urządzenie mobilne dla osób np. głuchoniemych umożliwi na przykład swobodne korzystanie ze środków komunikacji miejskiej bądź zrobienie zakupów. Za realizację projektu odpowiada firma Ibif z Lublina. Idealne rozwiązanie dla osób które ze względu na chorobę nie mogą wyartykułować swoich myśli czy potrzeb. Wersja demo będzie bezpłatna, natomiast edycja zawierająca pełny program i dodatkowe funkcje płatna. Autorka nowatorskiego urządzenia lepiej niż ktokolwiek inny, zna problemy i trudności z jakimi zmagają się na co dzień niepełnosprawni, gdyż sama jest rodzicem niepełnosprawnej córki która z powodu swojej choroby nie mówi. Zdaniem Pani Moniki aplikacja jest niezbędna w codziennej pracy z niepełnosprawnymi dziećmi, jej podstawową zaletą jest prostota w obsłudze. Stworzenie takiej aplikacji popierają również neurologopedzi, pedagogzy i psychologzy. Aplikacja będzie podzielona na kategorie wiekowe od 3-6 lat i 6-12 lat. Powyżej 12 roku życia odpowiednia będzie aplikacja przeznaczona dla osób dorosłych.

24 czerwca

Światowy Dzień Chorych na Osteoporozę

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) uznała osteoporozę za drugą chorobą o zasięgu społecznym. Co więcej według IOF (Międzynarodowej Fundacji Osteoporozy) jedna z trzech kobiet w wieku powyżej 50 r. ż. będzie miała osteoporozę, podobnie jeden z pięciu mężczyzn. Według statystyk w Polsce na osteoporozę choruje około 25 proc. kobiet i 13 proc. mężczyzn po 60. roku życia.

30 czerwca

Dzień Walki z Przewlekłą Niewydolnością Żylną (PNŻ)

Dzie ten został powołany w celu przeciwdziałania skutkom nieleczzonej przewlekłej niewydolności żylny poprzez zwiększenie świadomości i wiedzy na temat tej choroby wśród pacjentów oraz w środowisku medycznym. Czynniki sprzyjające rozwojowi PNŻ są: praca w pozycji stojącej lub siedzący tryb pracy, brak aktywności fizycznej, otyłość (bmi > 30), uraz nóg, wiek, płeć (kobiety, wieloródki), występowanie PNŻ w rodzinie.

Z pasji do ortopedii

Profesor Marek Józwiak to światowej sławy ortopeda dziecięcy, autor publikacji medycznych, wykładowca na zagranicznych Uniwersytetach, kierownik kliniki Ortopedii i Traumatologii Dziecięcej w Poznaniu. Z nami rozmawia o swoich podróżach naukowych, innowacyjnych metodach leczenia oraz zbliżającym się 25 czerwca II Forum Rodziców Dzieci Niepełnosprawnych w Suchym Lesie.

Jak wyglądał przebieg Pana kariery zawodowej?

Po studiach zacząłem pracę pod kierunkiem prof. Witolda Marciniaka w Klinice Ortopedii Dziecięcej w Poznaniu i to właśnie on ukierunkował mnie na zainteresowanie się wówczas nieznanym tematem, jakim była neuroortopedia dziecięca. Jest to dział ortopedii, który miał się zajmować dziećmi z mózgowym porażeniem dziecięcym, przepukliną oponowo-rdzeniową, artogrypozą i podobnymi problemami funkcjonalnymi, wynikającymi z uszkodzenia mózgu oraz układu nerwowego. To stało się przyczyną moich dalszych podróży naukowych, ponieważ w Polsce nie było wówczas autorytetów, które mogłyby służyć mi swoją wiedzą i doświadczeniem. Stąd też podróże przez Danię, gdzie poznałem

prof. Jorgena Reimers, poprzez Kanadę, gdzie miałem tę przyjemność i zaszczyt być stypendystą u prof. Mercer Ranga, a następnie do Stanów Zjednoczonych - do Wilmington, gdzie do dziś utrzymuję bardzo ciepłe kontakty z profesorem Freemanem Millerem, jednym z liderów neuroortopedii dziecięcej na świecie. Obecnie wykładam na Uniwersytecie Medycznym im Karola Marcinkowskiego w Poznaniu, ponadto jestem wykładowcą w jeszcze kilku innych miejscach, między innymi na Uniwersytecie Humboldta w Berlinie. Do 2008 roku wykładałem również na Uniwersytecie w Kairze.

Dlaczego akurat ortopedia dziecięca? Co skłoniło Pana, aby postawić właśnie na tę dziedzinę medycyny?

Na początku moją pasją była ortopedia ogólna - „dorosła”, wobec czego mój doktorat był z zakresu



endoprotezoplastyki stawu biodrowego. W ogóle dlaczego ortopedia? Z bardzo prozaicznej przyczyny. Przyjaciół moich rodziców był miejscowym ortopedą o tak silnej, urzekającej młodych adeptów medycyny osobowości, że pod jego wpływem już będąc w liceum zamierzałem zdawać na medycynę z myślą, że zostaną ortopedą. Stąd też taki wybór. Czyli pierwsze moje kroki to była ortopedia ogólna, traumatologia. Drugim krokiem było odkrycie, że ortopedia dziecięca niesie za sobą dużo więcej zagadek do rozwiązywania, ciekawych problemów i dużo więcej satysfakcji z obserwowania skutków podjętych,

trafnych decyzji terapeutycznych. Niestety rozczarowania z niepowodzeń są równie silne i przykre. Zawsze interesowała mnie praca w charakterze chirurga - ortopedy podejmującego wyzwania o charakterze zwiększonego ryzyka śródoperacyjnego. Poza tym wydawało mi się, że w ortopedii dziecięcej potrzeby społeczeństwa są dużo większe niż w zakresie ortopedii dorosłych.

Mówi się, że Poznań to kolebka polskiej ortopedii dziecięcej.

Poznań jest kolebką nie tylko ortopedii dziecięcej ale i ortopedii samej w sobie. To tu właśnie urodziła się ortopedia,

gdzie profesor Ireneusz Wierzejewski odłączył ją od chirurgii ponad 100 lat temu. Powstała słynna Poznańska Klinika Ortopedii. To tutaj profesor Raszeja, prof. Wiktor Dega tworzyli tę ortopedię, budowali ją cegła po cegle i ten gmach ortopedii rzeczywiście w Poznaniu powstał bardzo okazały - stąd też ukuto pojęcie Poznania jako kolebki polskiej

wszystkim na wady wrodzone narządu ruchu, wady neuroortopedyczne, choroby kręgosłupa, wady nabyte u dzieci. Otworzyliśmy pracownie diagnostyczne: tzw. Laboratorium Chodu oraz Pracownię Oceny Wad Postawy, będące placówkami o najwyższych standardach laboratoryjnych. Muszę zaznaczyć, że szpital, w którym pracujemy, nosi imię Profesora Wiktora Degi.

Pana klinika jest sławna w całym kraju, pacjenci przyjeżdżają z całej Polski by powierzyć niepełnosprawne dzieci w Pana ręce. W czym się specjalizuje?

Trudno powiedzieć o jednorodnej specjalizacji, ponieważ w tej chwili praktycznie każdy z pracujących w naszej klinice lekarzy, konsultantów, ma swój profil, swoją własną specjalność. Zajmujemy się schorzeniami stawu biodrowego, schorzeniami wrodzonymi stóp, wadami ubytkowymi kończyn dolnych. Właśnie otwieramy w Polsce możliwości leczenia operacyjnego dzieci z brakami kończyn spełniając standardy porównywalne ze standardami znanych ośrodków amerykańskich, do których tak często migrują polscy pacjenci.

Czy można powiedzieć, że Pana klinika dysponuje wszelkimi dostępnymi na świecie metodami leczenia?

Z całą pewnością dysponuje wiedzą na temat wszelkich dostępnych metod leczenia, natomiast niestety musimy sobie zdać sprawę z tego, że żyjemy w pewnych realiach finansowych, które nie pozwalają nam na rozwinięcie swoich możliwości, wiedzy i umiejętności. I tu tkwi cały problem. Chcielibyśmy leczyć lepiej, inaczej, nowocześniej, ale jednak niektóre urządzenia musimy zastępować pewnymi substytutami, które są może i równie skuteczne, ale mniej komfortowe w użyciu, mniej wizerunkowe, co powoduje, że to leczenie jest dla nas trudniejsze i często, niestety, trudniejsze dla pacjentów. Jeszcze w tym roku podejmiemy wyzwanie, aby skrócić czas pobytu pacjenta na oddziale i czas oczekiwania na leczenie. Mamy pewne gotowe rozwiązania organizacyjne, do których realizacji będziemy dążyć.

Jaki był najtrudniejszy przypadek w Pana karierze?

To było dziecko dosłownie „znalezione” w Domu Pomocy Społecznej pod Bydgoszczą, nad którym sprawuję od wielu lat opiekę. Z powodu zespołu sztywności wielostawowej przez kilkanaście lat swojego życia chłopiec ów nie był w stanie opuścić swojego łóżka. Leżał i jedyne co widział, to sufit ...dosłownie. Chłopiec rósł, był coraz większy i w konsekwencji jego mobilność malała. Siostry zakonne sprawujące nad nim opiekę stawały się bezsilne wobec jego masy ciała i dominującej sztywności wielostawowej. Po leczeniu operacyjnym udało się posadzić Adasia na wózku, pokazać mu ulice, drzewa, samochody... To była ogromna satysfakcja, radość płynąca z leczenia, które było bardzo trudne. Po kilku latach, zaraz po tym jak osiągnął pełnoletność, moc choroby spowodowała, że ten chłopak odszedł od nas, ale mimo wszystko miałem takie poczucie, że zmieniliśmy jego życie, złagodiliśmy rozmiar nieszczęścia. Poznałem wartość posiadanej mocy leczenia operacyjnego.

Co Pana zdaniem leczy się najtrudniej?

Wszystkie te choroby, które zakorzenia się w psychice pacjenta bądź jego rodziców. To jest chyba najtrudniejsze.

Jakie są obecnie trendy w ortopedii dziecięcej?

Przede wszystkim mała inwazyjność postępowania, jednorazowe postępowanie operacyjne, a nie dzielenie leczenia operacyjnego na wiele różnych mniejszych fragmentów. W odniesieniu do osób z mózgowym porażeniem dziecięcym istotne jest zastępowanie leczenia operacyjnego dostępnymi możliwościami farmakologicznymi, po to, żeby leczenie operacyjne wykonać w najbardziej właściwym momencie. Redukcja liczby operacji pozwala uniknąć tzw. „zespołu urodzinowego”, w którym corocznie dzieci przebywały w szpitalu w celach dokonania jakiejś interwencji operacyjnej. Ponadto modne jest jak najczęstsze zastąpienie unieruchomienia w opatrunkach gipsowych stabilizacją



ortopedii. Rozwój kliniki doprowadził do braku możliwości utrzymania jej w całości - zajmującej się wszystkimi problemami - dorosłych, dzieci, skutkami urazów i wadami kręgosłupów itd. Stąd też w 1989 roku nastąpił rozdział na Klinikę Ortopedii zajmującą się problemami dorosłych i Klinikę Ortopedii Dziecięcej. Nie była to klinika powstała na jakiś gruzach ortopedii. To była klinika, która została nadbudowana na istniejącym potężnym gmachu ortopedycznym. Pierwszym kierownikiem i jej bezpośrednim twórcą został prof. Witold Marciniak. Od tego czasu kreowaliśmy jej ogólny profil, ukierunkowany przede

stabilną, tzn. stabilizacją kości która jest zgodna z tzw. zasadami osteosyn-tezy stabilnej.

Czy Pana zdaniem widać na horyzoncie nowe metody leczenia w ortopedii?

Ortopedia nie jest dziedziną, w której możemy znajdować jakieś fajerwerki terapeutyczne. Z całą pewnością są kompleksowe metody postępowania, które potrafią zrobić wrażenie pewnego zaszkowania nowoczesnością, ale z drugiej strony jak się im przyjrzymy bliżej, są to znane, wcześniej publikowane metody, które w jakiś sposób zostały zaadoptowane do rozwiązywania współczesnych problemów. Na tym polega ortopedia dziecięca. Leczenie bocznych skrzywień kręgosłupa zgodnie z koncepcją odrotowywania tej deformacji, leczenie deformacji kończyn u dzieci niechodzących z powodu mózgowego porażenia, z powodu przepukliny oponowo-rdzeniowej, poprzez wielopoziomowe operacje, które łączą leczenie wszystkich elementów zniekształcenia. Na tym polega nowoczesność. W zakresie diagnostyki, wprowadzenie nowoczesnych rozwiązań diagnostycznych, diagnostyki laboratoryjnej i zaadoptowanie tejże diagnostyki do potrzeb ortopedycznych, wprowadzenie nowoczesnych metod obrazowania, tomografii komputerowej, to znowu był kolejny krok w nowoczesność. W tej chwili stoimy u progu wprowadzenia trójwymiarowej radiografii cyfrowej, czyli tzw. systemu EOS - to będzie z całą pewnością kolejny rewolucyjny moment w życiu nas, ortopedów dziecięcych. 15 lat temu natomiast takim wielkim krokiem do przodu było wprowadzenie leczenia spastyczności toksyną botulinową.

Mówi się jednak, że istnieje niewiele danych, które potwierdzają skuteczność tej metody.

Absolutnie się nie zgadzam. Istnieją dane, które potwierdzają skuteczność tej terapii i nie ukrywam, że nawet sam jestem autorem publikowanych przed dwoma laty bardzo wiarygodnych danych, jako członek międzynarodowych grup badaczy. Jednak musimy pa-

miętać o tym, że toksyna botulinowa, czyli lek podawany bezpośrednio do mięśnia, działający na połączenia nerwowo mięśniowe będzie działał tylko tam, gdzie jest stosowany we właściwych wskazaniach, we właściwych dawkach i we właściwe mięśnie. Czyli tylko i wyłącznie wtedy będzie ona działała. Ale jeżeli te trzy warunki skuteczności leczenia toksyną botulinową nie są spełnione, bądź jakkolwiek z nich, to wtedy niestety będziemy się spotykali z rozczarowaniem. Stąd też, jak myślę, istnieje taka krzywdząca opinia dla tej metody leczenia. Z drugiej strony nie może być stosowana bez przerwy, ona ma bardzo krótkie i określone w czasie ramy działania. Stosowanie przez 1,5, 2 lata, to jest 3 najwyżej 4 iniekcje co pół roku jest maksymalną dopuszczalną dawką którą można stosować. Późniejsze stosowanie wydaje mi się, że jest dosłownym podawaniem bezużytecznej trucizny, natomiast wcześniej jest absolutnie leczeniem.

Jakie jest Pana zdanie na temat pompy baklofenowej w leczeniu spastyczności u dzieci z mózgowym porażeniem dziecięcym?

Tak jak inne metody leczenia spastyczności jest to metoda bardzo skuteczna, ale pod jednym warunkiem. Że jest właściwie zadana, we właściwym momencie i przy właściwych wskazaniach. To urządzenie, które montuje się w powłokach brzusznych pacjenta, łączy się za pośrednictwem specjalnie zamontowanego cewnika z kanałem kręgowym i z płynem mózgowo-rdzeniowym i bezpośrednio tuż koło rdzenia kręgowego podaje baklofen, czyli lek, który również obniża napięcie mięśniowe. Zaletą tego jest fakt, że nawet niewielka ilość baklofenu trafia bezpośrednio tam, gdzie ma działać, a nie tak, jak w przypadku leków doustnych. Stąd też duża skuteczność leczenia pompą baklofenową spastyczności i w sytuacjach w których nawet leczenie doustne niekoniecznie musiało być skuteczne.

Na czym polega laboratorium chodu?

Jest to miejsce, w którym można podać dokładnej szczegółowej diagnostyce trójwymiarowej jak się ruszamy, jak



chodzimy. Przy czym analizujemy to jak ruszają się nasze stawy, jakie siły oddziałują na nasze ciało oraz jakie mięśnie muszą działać, żeby te siły pokonać i czy one działają we właściwy sposób. Zbiór tych wszystkich informacji stanowi bazę, podstawę do podejmowania decyzji leczniczych u osoby, u której danych chód badamy. Oczywiście proszę pamiętać o jednym: laboratorium chodu służy do badania chodu u osób które chodzą, zdaje się to być truizmem, ale osoby niechodzące czy bardzo źle chodzące nie są kandydatami do badania. Dziecko, które jest prowadzone przez mamę, tatę nie może być zbadane w laboratorium chodu - to musi być pacjent samodzielnie chodzący przy pomocy kul łokciowych, balkonika, ale nie prowadzony przez osobę trzecią.

Gdzie Pana zdaniem jest najwyższy poziom leczenia ortopedycznego na świecie?

Tam gdzie są największe pieniądze skierowane na leczenie. To są te kraje,



które nie cierpią problemów związanych z organizacją finansowania ochrony zdrowia. Gdybym powiedział, że są to najbogatsze i najbardziej socjalnie rozwinięte kraje europejskie i Stany Zjednoczone, to chyba bym się nie pomylił.

Czy są jakieś aspekty Pana pracy które są stresujące?

Od organizacyjnych poprzez bezpośrednio medyczne oczywiście, że są. Aczkolwiek dla uspokojenia mogę powiedzieć jedno - pomimo podejrzanej obecności tego stresu, którego przeżywanie przez nas podczas operacji spodziewa się każdy nie - chirurg i nie - lekarz, to ten stres śródoperacyjny jest chyba dość rzadkim zjawiskiem. Najczęściej stres wynika z konieczności rozwiązywania innych poważnych problemów diagnostycznych, organizacyjnych i niestety finansowych. Natomiast myślę, że chirurdzy generalnie rzadko się denerwują.

Ma Pan jakieś zawodowe marzenia?

Z całą pewnością chciałbym zrealizować cały pakiet planów i propozycji, które przygotowałem dla kliniki. Żeby przy ogólnej akceptacji wszystkich, realizacja tych moich marzeń spowodowała, że wszyscy, łącznie pacjenci, lekarze, studenci, rezydenci, będą się czuli jak u siebie w domu, będą gospodarzami tej kliniki, a nie tylko jej użytkownikami bądź gośćmi.

25 czerwca odbędzie się II Forum Rodziców Dzieci Niepełnosprawnych w Suchym Lesie pod Poznaniem. Jaka tematyka będzie poruszana?

Organizujemy już po raz drugi Forum Rodziców Dzieci Niepełnosprawnych, gdzie rodzice mają spotkać się z ekspertami w dziedzinie nie tylko medycyny, ale i psychologii, prawa, pedagogiki. To wydarzenie jest dla mnie niezwykle ważne, gdyż jest to świetna okazja, aby ze sobą porozmawiać w trochę swobodniejszych

warunkach. Odbędzie się w podpoznańskiej gminie Suchy Las, dzięki temu, że uzyskaliśmy z tej gminy doskonałe warunki do zorganizowania spotkania. Forum jest absolutnie bezpłatne dla rodziców i uczestników. Zaproszeni są nie tylko rodzice, ale i ich pociechy zarówno te sprawne, jak i niepełnosprawne. Będzie szereg atrakcji pozwalających miło spędzić czas dla dzieci. Każde z nich będzie miało swojego wolontariusza, opiekuna. Będziemy starali się zapewnić zakres wiedzy, informacji dla rodziców ale równocześnie pozwoli to na wspólne, miłe spędzenie czasu. Istniejemy również na facebooku i zainteresowanie tym wydarzeniem wydaje się być bardzo duże. Dlatego też liczymy na to, że to spotkanie pozwoli na zgromadzenie wielu rodziców, a tym samym poszerzenie wiedzy i doświadczeń na temat dzieci niepełnosprawnych. Głównym tematem tego spotkania będzie przeprowadzenie dziecka niepełnosprawnego przez bardzo trudny okres, w którym to z dziecka staje się osobą dorosłą - nadal z niepełnosprawnością, by nauczyć i pokazać jak można realizować siebie jako rodzica, siebie jako opiekuna, ale również pozwolić realizować dziecku siebie samego w granicach o określonych niepełnosprawnościach. Powiemy o wielu aspektach medycznych niepełnosprawności i obaw z nią związanych : o szczepieniach, dojrzewaniu płciowym, zagrożeniach rozwoju chodu, sporcie dla niepełnosprawnych. Będziemy wskazywać gry i zabawy dla dzieci niepełnosprawnych oraz metody znalezienia pracy bądź pomocy społecznej. Serdecznie zapraszam na to wydarzenie. Oczywiście udział rodziców i ich dzieci jest w nim bezpłatny. Szczegółowy program Forum znajdziecie Państwo na www.facebook.com/forumrodzicowmpd Tam też są umieszczone, zapamiętane aparatem fotograficznym fragmenty Forum 2015.

Dziękuję za rozmowę



Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych



Napisz do autora:
Aleksandra Kazuro

e-mail: a.kazuro@razemztoba.pl

Niepełnosprawni nadali TON

Imprezy kulturalne i sportowe, wystawy, konkursy, warsztaty, konferencje, drzwi otwarte w placówkach - tak przedstawiał się program tegorocznych obchodów Tygodnia Osób Niepełnosprawnych w Elblągu, który trwał od 13 do 20 maja br. Niepełnosprawni w towarzystwie przyjaciół było widać wszędzie.

Na ulicach miasta

Tydzień Osób Niepełnosprawnych zainaugurował barwny pochód ulicami miasta, w którym wzięły udział dzieci z elbląskich przedszkoli oraz młodzież z gimnazjum i szkół ponadgimnazjalnych. Uczestnicy nieśli z sobą transparenty z hasłami nawiązującymi do niepełnosprawności. „Jestem cool mimo kul”, „Niepełnosprawni to też ludzie”, „Każdy inny. Wszyscy równi”, to tylko niektóre z transparentów jakie można było zobaczyć w tym barwnym pochodzie. - Jesteśmy tutaj, by zmanifestować swoją jedność z osobami niepełnosprawnymi i pokazać, że zawsze mogą na nas liczyć - mówili organizatorzy. Po zakończeniu marszu każde przedszkole oraz szkoła otrzymały drobne upominki oraz pamiątkowe dyplomy.

Tego dnia odbyła się także wystawa fotograficzna w Warmińsko-Mazurskiej Bibliotece Pedagogicznej w Elblągu pt. „Most na drugą stronę tęczy” przygotowana przez przez PSOOU koło w Elblągu. Jak tłumaczyła organizatorzy, jej celem było zaakcentowanie obecności osób z niepełnosprawnością w naszym społeczeństwie wpływając w ten sposób na kształtowanie postaw szacunku i życzliwości wobec odmienności, jednocześnie zachęcając do łamania stereotypów dotyczących osób z niepełnosprawnością. Na wystawie można zobaczyć 36 zdjęć wychowanków wszystkich placówek Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym, w ich codziennej wędrówce przez życie. - Tytuł wystawy jest symboliczny. Odnosi się do bajkowych wyobrażeń,

gdzie tęcza staje się pomostem niewidzialnego świata, na końcu którego możemy znaleźć cenny skarb - tłumaczyła podczas wystawy Aleksandra Kojtych, kierownik ŚDS, działającego przy elbląskim PSOOU - Most, jego budowanie, jest uznawane za pewien rodzaj przełomu w życiu. To inwestowanie w siebie oraz przekraczanie własnych granic przy pomocy siły woli i pracy na sobą. Nasz tęczy most, jego przesła, stanowią ludzie, którzy wspierają osoby niepełnosprawne w drodze ku lepszemu. Mogą to być rodzice, terapeuci, koledzy i koleżanki oraz każdy, kto zechce podążać za drugim człowiekiem potrzebującym wsparcia - podsumowała Aleksandra Kojtych.

W niedzielę na festynie

W niedzielę, 15 maja na Bulwarze Zygmunta Augusta odbył się 24. integracyjny festyn „Nadajemy TON” im. E. Sprawki. Mimo niesprzyjającej pogody, humory dopisały. Bulwar zapełniał się stopniowo - pod namiotami robiło się coraz bardziej kolorowo, na stolikach czekały na dzieci przybory do malowania, modele do składania, na trawniku rozłożono gry zręcznościowe dla maluchów, rycerze z Elbląskiej Szkoły Fechtunku FORTIS demonstrowali miecze i zbroje, zachęcając do nauki fechtunku, Krzysztof Skrobotun pokazywał różne sztuczki iluzjonistyczne, sportowe umiejętności prezentowała sekcja judo młodzieży niepełnosprawnej IKS „Atak”, leciały z wiatrem wielkie bańki mydlane, panie przymierzały strojne kapelusze przy stoisku Stowarzyszenia Kobiet Aktywnych „Fantazja”, nie zabrakło również pokazu sprzętu rehabilitacyjnego. Pachniało grochówką, kawą i wymyślnymi ciastami,

smalcem i kiszonym ogórkiem, wirowała wata cukrowa. Gdy wyszło słońce zaczęły się występy. Rzędy ławek prawie w całości zajęli widzowie. Było zimno, ale wesołe, znane piosenki rozgrzewały publiczność i wszyscy dobrze się bawili. Niestety niebo za rzeką coraz bardziej ciemniało i ciężkie chmury spuściły nie tylko strugi deszczu ale i grad. Uczestników ubyło, ale ci, co



zostali, byli pełni wigoru i rozgrzewali się tańcem. Dariusz Bocian - prowadzący festyn, dwoił się i troił, żeby nie dopuścić do awarii sprzętu nagłaśniającego, który podczas deszczu musiał zniknąć pod plandeką i odetchnął z ulgą, gdy przebrzmiał ostatni akord. Wystąpiły zespoły: zespół z DPS „Niezapominajka”, „Lazurki” z ŚDS „Lazarus”, „Traugutki” z ŚDS przy ul. Traugutta, „Koperniczki” z SOSW nr 1, Stowarzyszenie Kobiet Aktywnych „Fantazja”, „Szwagry” ze Stowarzyszenia „Tacy Sami”, zespół wspólny w/wz we Władysławowie i ŚDS „Krokus”, Kabaret „Ale Babki” z UTWiON.

Na łonie natury

Tradycyjnie, również w ramach Tygodnia Osób Niepełnosprawnych wiele ciekawych imprez integracyjnych przygotował Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 w Elblągu. Jedną z nich była Wielka Majówka w Bażantarni. Tym



razem nie tylko humor, ale i pogoda dopisała. Każdy mieszkaniec miasta, bez względu na sprawność, mógł przyjść i miło spędzić czas. Tradycyjnie na przybyłych gości czekało mnóstwo atrakcji. Można było poskakać na trampolinie, popatrzeć na mecz pokazowy w wykonaniu IKS „Atak”, zajrzeć do środka wozu strażackiego, zagrać w boccie, sprawdzić swoją sprawność na torze przeszkód, zjechać z dmuchanej zjeżdżalni, zobaczyć jak działa nasz mózg pod wpływem alkoholu, wkładając specjalne okulary, zwiedzić zakamarki Bażantarni z przewodnikiem oraz zjeść pyszną kielbasę przy ognisku. Organizatorzy: Tomasz Chwoszcz, Jakub Hryniewicz, Michał Szablewski dziękują wszystkim przyjaciołom i pracownikom ośrodka za pomoc w organizacji imprezy.

W przybytkach sztuki

Również Centrum Spotkań Europejskich „Światowid” w Elblągu włączył się w organizację różnorodnych wydarzeń artystycznych w ramach Tygodnia Osób Niepełnosprawnych. 14 maja odbyły się tam warsztaty z papieroplastyki i muzykoterapii dla osób niepełnosprawnych, w realizację których zaangażowani byli także słuchacze Policealnej Szkoły im. Jadwigi Romanowskiej w Elblągu, na kierunku Terapia Zajęciowa. Zaś 16 maja w Kinie „Światowid” odbył się pokaz specjalny filmu „Anioł”, niezwykle ciepłej i chwytającej za serce historii rodzicielskiej miłości, która jest w stanie zwalczyć nietolerancję, gniew i nikczemność.

Z kolei 17 maja Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 zaprosił na wystawę pokonkursową I Wojewódzkiego Konkursu Plastycznego „W zaczarowanym świecie Braci Grimm” oraz wręczenie nagród laureatom konkursu, przeznaczonego dla uczniów szkoły podstawowej Specjalnych Ośrodków Szkolno - Wychowawczych z województwa warmińsko - mazurskiego. Jego celem było zainteresowanie dzieci twórczością braci Grimm oraz rozwijanie zdolności plastycznych i wyobraźni twórczej.

W konkursie wzięło udział 51 uczestników z 12 placówek: Braniewa, Miłakowa, Ostródy, Kętrzyna, Iławy, Bartoszyce, Nidzicy, Elku, Olsztyna, Żardeniki, jak również z obu ośrodków z Elbląga. Prace

wykonano różnymi technikami, przy użyciu takich materiałów jak kredki, ołówki, pastele, farby, wełna, materiały, wycinanki, płótno, dzięki czemu powstały kolorowe wydzieranki, grafiki, kolaże i batiki. Wystawę będzie można oglądać na I piętrze CSE „Światowid” do połowy czerwca. W kategorii zespoły edukacyjno - terapeutyczne I miejsce zajął Dominik Jabłoński, z Zespołu Placówek Szkolno - Wychowawczych w Iławie, II miejsce zajęła Julia Żydek, ze Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego w Bartoszycach, III miejsce przypadło Arkowi Stence, e Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego nr 1 w Elblągu.

W kategorii klasy I - VI: I miejsce - Patrycja Zakrzewska z Ośrodka Szkolno - Wychowawczego w Nidzicy, II miejsce - Robert Wojtkowski ze Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego w Bartoszycach, zaś III miejsce - Ewa Kożuch, ze Specjalnego Ośrodka Szkolno - Wychowawczego w Elku.

W otwartych drzwiach

Tradycyjnie w czasie Tygodnia Osób Niepełnosprawnych elbląskie organizacje na co dzień wspierające osoby niepełnosprawne organizowały drzwi otwarte, gdzie można było np. wziąć udział w warsztatach plastycznych, rękodzielniczych, muzycznych (ŚDS ul. Winna) lub pobawić się wspólnie podczas zajęć z chustą animacyjną i nauczyć się kilku kroków zumbi oraz capoeiry (PSOUU).

W programie tegorocznych obchodów znalazła się również konferencja pt. „Niebezpieczne związki”, organizowana przez Szkołę Policealną im. Jadwigi Romanowskiej w Elblągu, ale szerszą relację z tego wydarzenia przedstawimy w następnym numerze „Razem z Tobą”.

Obchody Tygodnia Osób Niepełnosprawnych objął patronatem Witold Wróblewski - Prezydent Elbląga.

Organizatorzy: Elbląska Rada Konsultacyjna Osób Niepełnosprawnych, Regionalne Centrum Wolontariatu, Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1.

Wydarzenie dofinansowane ze środków PFRON. TB, RS, AG

NIK: Sytuacja polskich seniorów

Na wolne miejsce w domu pomocy społecznej nie czeka się już latami. Kolejki teoretycznie się skróciły, w niektórych domach można dostać miejsce od ręki, a część nawet ogranicza swoją działalność z powodu braku chętnych. Jest to jednak złudne, bo opieki wymaga coraz więcej osób starszych. Nieuzasadnione różnice w opłatach przeniosły ciężar zainteresowania seniorów na zakłady opiekuńczo - lecznicze. Część pensjonariuszy przejmują też placówki niepubliczne - tańsze, bo standardy jakie muszą spełniać są niższe, niż w placówkach publicznych - takie wnioski wyływają z raportu Najwyższej Izby Kontroli.

Seniorów będzie przybywać

W Polsce, podobnie jak w innych krajach europejskich, zmienia się struktura demograficzna. W 2035 r. emeryci będą stanowili prawdopodobnie ok. 1/3 społeczeństwa. Przewiduje się, że w 2030 r. już ponad połowa (53 proc.) gospodarstw będzie prowadzona przez osoby powyżej 65 roku życia. Polskie prawo stanowi, że osobie samotnej, która z powodu wieku czy choroby wymaga pomocy, przysługują usługi opiekuńcze. Gdy potrzebna jest opieka całodobowa, seniorzy mogą skorzystać z domu pomocy społecznej. Ogólna liczba osób starszych, kierowanych właśnie tam, rośnie. W skali kraju o ok. 25 proc. w ciągu pięciu lat. Co roku coraz bardziej obciąża to budżety gmin. W latach 2011-2014 wydatki gmin na utrzymanie domów pomocy wzrosły w całej Polsce z 680 mln zł do ponad 1 mld zł, czyli o 52 proc. W raporcie wynika, że część samorządów, tłumacząc się ograniczonymi środkami finansowymi, niechętnie kierowała osoby wymagające całodobowej opieki do publicznych domów pomocy społecznej. Zdarzały się też sytuacje, odsyłania seniorów do placówek prowadzonych przez podmioty niepubliczne. W większości skontrolowanych gmin kolejki oczekujących na miejsce w domu pomocy społecznej się nie wydłużały. W niektórych domach były nawet wolne miejsca, a władze pojedynczych placówek wnioskowały o ograniczenie działalności z uwagi na brak chętnych. Szybkie przyjęcie seniora nie jest możliwe właściwie jedynie w dużych miastach, ale nawet tam czas oczekiwania nie przekracza kilku miesięcy. Niezmiennie natomiast brakuje miejsc opieki dla



osób (w każdym wieku) z zaburzeniami psychicznymi.

Zakłady opiekuńczo-lecznicze tańsze niż DPS

W toku kontroli stwierdzono, że największą popularnością i uwagą cieszą się obecnie nie domy pomocy, ale oferujące tożsamą opiekę zakłady opiekuńczo-lecznicze. Taki wybór wynikał z korzystniejszych dla pensjonariuszy, ich rodzin i gmin warunków odpłatności. Obecnie bowiem opieka nad osobą starszą, przewlekle chorą i niesamodzielną odbywa się w dwóch systemach: pomocy społecznej i ochrony zdrowia.

Nie tylko nie są one skoordynowane, ale wręcz oddzielne i organizowane przez różne instytucje. Stąd wynikają - w ocenie NIK niczym nie uzasadnione - różnice w formach płatności i kosztach pobytu: rachunki za opiekę w zakładach opiekuńczych niemal w całości pokrywa NFZ, natomiast w domach pomocy pensjonariusz, rodzina i gmina. W konsekwencji ze względów finansowych rodzina często stara się więc o umieszczenie osoby wymagającej całodobowej opieki w zakładzie, a nie w domu pomocy. Rozwiązanie to jest korzystne także dla gmin, które w tym wypadku nie ponoszą żadnych kosztów. W skontrolowanym

do poprawki



proc. PKB, Finlandii - 0,8 proc. PKB. Dla 25 państw członków Unii Europejskiej średnia kształtuje się na poziomie około 0,5 proc. PKB. Wysokie opłaty za pobyt seniorów w publicznych domach pomocy powodują rosnącą popularność tańszych, niepublicznych domów opieki. Z roku na rok powstaje coraz więcej prywatnych placówek tego typu. Placówki te muszą wprawdzie spełniać określone standardy, ale wymogi wobec nich są niższe, niż w placówkach publicznych. Niepubliczne domy opieki nie muszą np. stosować ustawowych norm zatrudnienia i kwalifikacji personelu, który ma opiekować się osobami starszymi. Dlatego, choć świadczą tożsame usługi, są konkurencyjne cenowo. Ich przewaga nad tradycyjnymi domami pomocy polega także na tym, że mogą natychmiast przyjąć potrzebującego, bez długotrwałej procedury postępowania administracyjnego. Niepubliczne domy pomocy mają też możliwość elastycznego dostosowywania się do potrzeb pacjentów, w tym m. in. ofertę pobytów krótkoterminowych. NIK alarmuje jednak, że wykorzystywanie luk w przepisach umożliwia istnienie sporej, ale nieujętej w statystykach, liczby prywatnych domów całodobowej opieki funkcjonujących „na dziko”, bez wymaganego zezwolenia. Takich miejsc funkcjonujących na granicy, albo z naruszeniem prawa powstaje coraz więcej.

okresie zapotrzebowanie na usługi zakładów opiekuńczo - leczniczych było tak duże, że wolnych miejsc zaczęło brakować właśnie w tych placówkach. Skala zjawiska, zdaniem NIK, jest na razie trudna do określenia. Szacunkowo w poszczególnych zakładach może brakować od 20 do nawet 80 proc. miejsc.

Coraz więcej niepublicznych domów opieki

Wydatki na opiekę socjalną nad osobami starszymi w Polsce (0,25 proc. PKB) są niższe niż w innych państwach Unii Europejskiej. Np. w Szwecji wynoszą 2,7 proc. PKB, w Norwegii 1,8

Usługi opiekuńcze zamiast domów opieki

Z całego katalogu form pomocy seniorom samorządy - oprócz tradycyjnych domów opieki - wykorzystywały jeszcze praktycznie tylko jedną możliwość, tą relatywnie najmniej obciążającą ich budżety, czyli świadczenie usług opiekuńczych. Obejmują one pomoc w zaspakajaniu codziennych potrzeb życiowych, opiekę higieniczną oraz pielęgnacyjną i w miarę możliwości kontakt z otoczeniem. Świadczone w dotychczasowych miejscach zamieszkania, dają seniorom poczucie bezpieczeństwa i stabilizacji, a dodatkowo są czterokrotnie tańsze niż pobyt w domu opieki. W 2014 r.

z usług opiekuńczych w skali kraju korzystało blisko 89 tys. osób. Wydatki na te świadczenia wyniosły ponad 385 mln zł. Niepokojącym zjawiskiem jest to, że przy wyborze firm świadczących usługi opiekuńcze często jedynym kryterium brany przez gminy pod uwagę jest cena. Wybierane są najtańsze firmy, które często nie zatrudniają wykwalifikowanego personelu, co przekłada się na jakość usług świadczonych seniorom. Samorządy często nie określają także standardu usług opiekuńczych i katalogu świadczeń wchodzących w ich zakres. Uniemożliwia to dokładną kontrolę wykonania zamówionych usług. Samorządy nie są zainteresowane rozwijaniem innych form pomocy, alternatywnych wobec tradycyjnych domów i usług opiekuńczych, chociaż liczba seniorów wciąż rośnie, a ustalenia kontroli (badania ogólne i ankiety) wskazują, że najszybszą formą opieki nad osobami starszymi są usługi środowiskowe (np. mieszkania chronione, rodzinne domy pomocy, domy dziennego pobytu). Argumentem dla samorządów nie są ani korzyści społeczne, ani to, że wszelkie formy opieki środowiskowej są także o wiele tańsze od całodobowego pobytu w domach pomocy społecznej. W latach 2011-2014 liczba środowiskowych domów samopomocy wzrosła tylko z 690 do 734 (liczba miejsc z niespełna 23 tysięcy do nieco ponad 26 tysięcy), natomiast liczba dziennych domów pomocy zmniejszyła się z 201 do 194 (przy wzroście liczby miejsc do ponad 13 tysięcy). Rodzinnych domów pomocy w całej Polsce jest zaledwie 13, a w nich 111 miejsc. Sporadycznie tylko przyznawane są mieszkania chronione. Rozwijanie środowiskowych form pomocy osobom starszym może być szczególnie trudne w mniejszych gminach, które nie posiadają wystarczających środków finansowych. Jednak jak podkreślają kontrolerzy NIK, także większe miasta, które mają korzystniejsze warunki do organizowania wszystkich form wsparcia, nie zawsze z tych możliwości korzystają.

Źródło mpips.gov.pl

Dom otwarty na potrzebujących



Kupili dom, nieco większy niż na ich własne potrzeby, z myślą o tym, aby przyjmować pod swój dach osoby niepełnosprawne, które nie mają rodziny i nie ma się nimi kto opiekować. - Nie ma być to instytucja, w której pobierana jest opłata za opiekę, lecz dom rodzinny, oparty na wzajemnej relacji i zaufaniu - wyjaśnia Jarosław Sławek prezes Stowarzyszenia „Nasza Arka” z Elbląga. - Będziemy się opiekować głównie osobami z naszego stowarzyszenia, ale jesteśmy też otwarci dla wszystkich potrzebujących.

Stowarzyszenie „Nasza Arka” w swoim działaniu wzoruje się na wspólnotach życia chrześcijańskiego osób niepełnosprawnych założonych przez Jeana Vaniera z organizacji „La’Arche”, której celem statutowym jest budowanie domów - Ark dla osób niepełnosprawnych.

- Warunki lokalowe pozwalają nam na przyjęcie 3-4 osób niepełnosprawnych, które będą potrzebowały wsparcia i opieki. Jednak, aby zostali „współlokatorami”, po pierwsze musi być między nami bliska, wzajemna relacja, musimy się poznać i sobie zaufać, po drugie musi to być osoba, która nie ma gdzie mieszkać, nie ma rodziny, która mogłaby się nią opiekować lub została przez nią odrzucona. Nie dążymy do tego, aby była to instytucja, dom pomocy, staramy się raczej stworzyć wolną przestrzeń. Nie tworzymy tego w celach zarobkowych, w związku z czym nie możemy pobierać opłat za opiekę, która w naszym rozumieniu będzie miała formę wolontariatu. W związku z tym, że nie zatrudniamy także żadnego personelu medycznego, nie możemy

przyjąć pod swój dach osoby, która wymaga stałej opieki i jest osobą leżącą. Aktualnie Stowarzyszenie opiekuje się dziewczyną niepełnosprawną intelektualnie, która popadła w olbrzymie tarapaty finansowe i przestała sobie z tym radzić. Jej mama umarła, zaś brat narobił długów i uciekł do Anglii, zostawiając ją samą z zadłużonym mieszkaniem i niespłaconymi kredytami - tłumaczy Jarosław Sławek.

Okres adaptacyjny - 2 lata

Remont domu wciąż trwa. Będzie w nim przystosowana łazienka dla osób na wózkach oraz podjazd. Planowane jest także pomieszczenie przeznaczone na spotkania „przy kawie” dla grupy wsparcia, aby zachęcić ich do działania i wyjścia z domu. Jak podkreśla Jarosław Sławek plany i pomysły są wciąż w fazie realizacji. Na ich adaptację dają sobie 2 lata.

- Celem naszego Stowarzyszenia jest świadczenie pomocy osobom z niepełnosprawnościami intelektualnymi i fizycznymi, ich rodzinom i opiekunom, opartej na współistnieniu, współpracy i partnerstwie we wszystkich dziedzinach życia społecznego. Mamy plan i powoli będziemy go realizować. Jaka będzie to forma, zobaczymy w przyszłości. Być może coś w rodzaju bezpłatnego hostelu, w którym opiekun mógłby na kilka dni zostawić podopiecznego, na wypadek np. pójścia do szpitala. Jeśli zaistnieje taka potrzeba, w przyszłości powstanie drugi dom - Arka, w sensie rozumienia Fundacji „L’Arche” - dodaje Jarosław Sławek.

Pomoc nie tylko niepełnosprawnym

Stowarzyszenie „Nasza Arka” ma również inne, ciekawe pomysły. Jednym z nich jest powstanie spółdzielni socjalnej, która zatrudniałaby nie tylko osoby niepełnosprawne, ale także osoby wykluczone społecznie, bezrobotne, które odbiły się od dna, wychodzące z nałogów. Spółdzielnia oprócz tego 2-3 razy w roku bezpłatnie remontowałaby mieszkania osób niepełnosprawnych, których nie stać na remont, a zachodzi taka potrzeba. Planuje również przeprowadzić zbiórkę publiczną „Przygoda z Naszą Arką” na terenie Elbląga. Zebrane fundusze pozwolą na dofinansowywanie wszelkich akcji i projektów wyjazdowych związanych z opłatami, np. wycieczki, obozy rehabilitacyjne, rekolekcje itp. organizowanych przez Stowarzyszenie razem ze Wspólnotą „Wiara i Światło” przy parafii Św. Rodziny w Elblągu.



Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych



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

Będzie wyrównanie dofinansowania dla wtz



1 stycznia br. podwyższona została wysokość dofinansowania działalności warsztatów terapii zajęciowej w całej Polsce. Zgodnie z nowym rozporządzeniem podwyżka wynosi 100 zł na każdego uczestnika na miesiąc, w tym 90 zł ma pochodzić z PFRON, zaś 10 zł z samorządu. W Elblągu dopłata ze środków miejskich, dla 3 warsztatów, które swoją działalnością obejmują 110 osób niepełnosprawnych, wynosi w skali roku 13.200 zł. Jak się okazało, proste w założeniu, trudniejsze w wykonaniu.

Problemy pojawiły się już na samym początku, kiedy prezydent Elbląga stwierdził, że w budżecie miejskim nie ma na podwyżki pieniędzy i on nie wie skąd je wziąć. W tej sprawie interweniowali zarówno elbląscy radni jak i elbląskie organizacje pozarządowe. Apel przyniósł skutek i fundusze na ten cel zostały zabezpieczone. Nie był to jednak koniec problemów. Okazało się bowiem, że pieniądze owszem są, ale dopiero od maja br. i bez wyrównania za 4 minione miesiące. Wywołało to kolejny sprzeciw, bowiem PFRON przydziela pieniądze na cały rok, więc decyzja miasta nie była zgodna z prawem.

Dopiero po ostatniej, kwietniowej sesji Rady Miasta sprawa przybrała pozytywny obrót. Jak tłumaczy Łukasz Mierzejewski, z biura prasowego Urzędu Miasta zwiększone środki finansowe dla trzech elbląskich warsztatów terapii zajęciowej

po podpisaniu stosownych aneksów do zawartych umów, zostały przekazane w maju br. z wyrównaniem od stycznia br. Zwiększenie to dotyczy zarówno środków finansowych pochodzących z PFRON (90 proc.), jak i środków finansowych z budżetu miasta Elbląg (10 proc.).

- Sądzę, że nastąpiło tu małe nieporozumienie i nastąpiła „błędna interpretacja algorytmu” przez nasze władze samorządowe. Nie mniej cieszymy się z podjętej decyzji - wyjaśnia Iwona Pietraszkiewicz, wiceprzewodnicząca Forum Warsztatów Terapii Zajęciowej Województwa Warmińsko - Mazurskiego. - Te dodatkowe 100 zł jest na wszystko: na rachunki, na przewozy, na materiały do terapii. Niestety nie na wzrost wynagrodzeń. Ubolewam nad tym, gdyż rzadko mówi się tu o pracownikach warsztatów, którzy robią naprawdę dobrą robotę,

o ich zaangażowaniu i wykształceniu, które należałoby docenić. Często są to osoby, które ukończyły po dwa fakultety, a które się ciągle kształcą, jeżdżą na różne szkolenia, kursy, często na swój koszt - podkreśla Iwona Pietraszkiewicz.

Widać jednak światelko w tunelu. Ogólnopolskie Fora Warsztatów Terapii Zajęciowej, zawiązywane w całej Polsce nie spoczywają na laurach i zapowiadają, że będą walczyć o swoje prawa w myśl zasady „nic o nas bez nas”, dlatego w czerwcu planowana jest ogólnopolska konferencja w Warszawie z udziałem ich przedstawicieli oraz ministrów.



Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych



Napisz do autora:
Aleksandra Garbecka

e-mail: a.garbecka@razemztoba.pl



Życie oczami uczniów

Jak być fioletową krową?

Jak często słyszysz „Nie zmieniaj się, pozostań sobą, bądź taki, jaki jesteś...”, a ja mówię „zmieniaj się, bo jesteś człowiekiem!”.

Jesteśmy ludźmi, rozwijamy się, mamy pasje i zainteresowania, które często zmieniają się o 180 stopni. Warto o tym pamiętać! Jak często słyszałeś opinie o kimś lub o czymś? „Słyszałeś. To jest zła szkoła, nie idź do tej szkoły!” A co, jeżeli to akurat twoja pasja, chcesz to robić i ta konkretna szkoła właśnie w tym by ci pomogła? Wyobraź sobie przysłowiowego Jasia; gdyby Jaś spotkał na swojej drodze pasjonata motoryzacji i powiedziałby mu, że ta szkoła jest świetna, to Jaś, bez zastanowienia, zapisałby się do niej. Natomiast, jeśli spotkałby ludzi, którzy by mu to odradzali, to nawet nie przeszłoby mu to przez myśl i zmarnowałby swój talent i swoje pasje. Tak jest też z nami, dlatego jeżeli rzeczywiście chcesz coś robić w życiu, coś jest twoją pasją, to nie idź tylko biegnij pod prąd, bo w przeciwnym razie zgubisz marzenia. Wyobraź sobie teraz stado czarno-białych krow, a wśród nich tylko jedną fioletową krowę. To metafora naszej osobowości. Zastanów się ilu znasz ludzi, którzy mają swoje pasje, a teraz, co robią, aby je z nimi kojarzyli? Możesz sobie oczywiście pomyśleć „I co z tego, skoro i tak jestem czarno-białą krową?” Mylisz się! Wyróżnia cię sposób, w jaki mówisz, twoja osobista historia życia, a nawet uśmiech. Uświadom sobie, że nie ma dwóch takich samych ludzi na świecie, tylko nie wszyscy potrafią wyeksponować to, co posiadają. Zmierzam do tego, byś i ty znalazł swoje pastwisko, na którym będziesz fioletowy, a wszyscy będą czarno-biali. Nie bój się tego, że będą cię chcieli przemalować na czarno-biało, bądź sobą!

Podsumowując, wystarczy być po prostu sobą i nawet, kiedy wszystko się wali i nikt w nas nie wierzy, to najważniejsze, że my wierzymy w siebie, bo w końcu w coś trzeba wierzyć?

*Joasia Puchała kl.1 b
z IV LO w Elblągu*

Potrzebujemy przeciwieństw, żeby lepiej zrozumieć rzeczywistość...

Często poddajemy się chwili i puszczaamy wodze wyobraźni. Oddalamy się od szarej rzeczywistości, odruchowo wkraczając w swój własny świat, tam gdzie nie królują zło, nienawiść i nietolerancja, gdzie wszystko jest możliwe i dzieje się to, czego tak naprawdę pragniemy.

Zostaliśmy stworzeni po coś. W dzisiejszych czasach każdy żyje według własnych zasad. Do tego, żeby wszystko dobrze się układało potrzebujemy wielu ważnych rzeczy. Musimy tu być, aby świat mógł działać, a przecież czarne nie jest białe, miłość nie jest nienawiścią, chaos nie jest pokojem. My, jako osoby, musimy istnieć, tak by inni mogli istnieć wokół nas. Jeśli to jest sposób na życie, to po co się ograniczać? Dlaczego poprzestawać na przeciętności? Według mnie wewnętrzna energia to kluczowe słowo. Powinniśmy stać się bardziej satysfakcjonującą energią, z której inni mogliby czerpać. Wyjdźmy na zewnątrz, pokażmy, na co nas stać. Jesteśmy warci tego świata, jesteśmy jego częścią. Mamy prawo do błędów, potrzebujemy porażek, żeby nadeszły dobre dni, na tym powinno nam zależeć, aby minął ból i żeby odzyskać oddech. To powinien być nasz cel, bo kiedy czegoś pragniemy i bardzo nam na tym zależy, zdobędziemy to! Żyjmy razem, wzajemnie na siebie wpływając. Przestańmy narzekać i czekać aż zrobią coś inni. Żyjmy na granicy, przesuwać granicę, granicę marzeń. Potrzebujemy przeciwieństw, aby lepiej zrozumieć rzeczywistość, która nie zawsze musi być kolorowa. Możemy stać się kimkolwiek zechcemy. Chęci nie wystarczą, trzeba działać, a więc zmienmy krainę marzeń w życie. Zawsze trzeba działać, źle czy dobrze, bo żałuje się wyłącznie bezczynności i wahania.

Daria Lewandowska kl. 1 b z IV LO w Elblągu

**W tym roku w etapie wojewódzkim
ogólnopolskiego konkursu**

„Ośmiu Wspaniałych”

wyróżniono działającą od 16. lat

Grupę Wsparcia

IV Liceum Ogólnokształcącego w Elblągu

a wraz z nią Teresę Mikułę - opiekunkę grupy.

Celem grupy jest promowanie postaw prospołecznych oraz integracja uczniów z różnych zespołów klasowych, uczniów z trudnościami adaptacyjnymi, uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych, uczniów, którzy chcą robić coś dla innych. W grupie są zarówno pełnosprawni jak i niepełnosprawni uczniowie, a obecnie także absolwenci.



Razem
z Tobą 

PRZY TABLICY

SP
6



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

Materiał zredagowała: Aleksandra Garbecka (redaktor wydania)

Materiał do wkładki przygotowali: Kacper Bulczak z klasy IVa, Patrycja Paź z klasy VIa oraz uczniowie z klasy IVc oraz klasy Va z SP6 a także Daria Lewandowska oraz Joasia Puchała z IV LO.

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.

Biwaki, wyjazdy, wycieczki...

Jesteśmy uczniami klasy IV c i chodzimy do Szkoły Podstawowej nr 6 w Elblągu. Chcielibyśmy opowiedzieć trochę o naszej klasie, wspólnych wyjazdach i wyściach. Od pierwszej klasy nauczyliśmy się nie tylko współpracować, ale i rywalizować. Zawsze chętnie braliśmy udział i aktywnie uczestniczyliśmy we wszystkich proponowanych działaniach. Nasze wychowawczynie uczyły nas budowania więzi koleżeństwa i przyjaźni, tolerancji i akceptacji oraz pomagania sobie nawzajem. W naszej klasie jest chłopiec niepełnosprawny ruchowo, jeździ na wózku, ma na imię Filip. Jest bardzo sympatycznym i koleżeńskim kolegą. Jego niepełnosprawność nie przeszkadza nam we wspólnej zabawie, czy nauce. Wiemy jak się z nim komunikować i jak pomagać. Zawsze chętnie pracujemy z Filipem, jeśli są zajęcia w grupach, dobrze go rozumiemy, ponieważ Filip bardzo słabo mówi i czasem niewyraźnie, ale od pierwszej klasy już się dobrze poznaliśmy.

Największe możliwości poznania siebie nawzajem dają nam szkolne, ale przede wszystkim pozaszkolne imprezy. Już w pierwszej klasie mieliśmy okazję do poznania się na biwaku szkolnym, który był poprzedzony wspólnym ogniskiem z rodzicami. Oczywiście były obawy przed nocą w obcym miejscu, ale już po kilku godzinach wszyscy w świątecznych humorach leżeliśmy w śpiworach i oglądaliśmy „Magiczne drzewo”. Dla niektórych dzieci był to pierwszy raz poza domem. Najbardziej stresował się Filip, ponieważ wcześniej nie spał bez rodziców. Jak to mówią „ pierwsze koty za płoty” i się potoczyło ...

Były wyjścia do Parku linowego, gdzie wszyscy spróbowali swoich sił na trasach według własnych możliwości, łącznie z Filipem na Pani plecach. Kolejnym wypadem był dwudniowy biwak w Stacji Wodnej w Nadbrzeżu, tam dopiero było mnóstwo atrakcji ... w związku z tym, że nasza klasa miała zajęcia z nurkowania to jedną z niespodzianek była przejażdżka motorówką, nauczyliśmy się również wiązania węzłów. Mieliśmy zajęcia z Panem Adamem Kozakiewiczem, mężem naszej wychowawczynie, który uczył nas m.in. zasad udzielania pierwszej pomocy, jak bezpiecznie zachowywać się na wodzie. Na terenie ośrodka było boisko do gry w piłkę nożną i kosza. Wszyscy wiedzieliśmy, że piłka nożna to ulubiony sport Filipa, a ze względu na to, że nie potrafi sam się poruszać, to stał razem z Panią na bramce. W zabawach i wolnym czasie Filipowi najchętniej towarzyszą nasze koleżanki, świetnie się z nim dogadują. Koledzy natomiast chętnie wożą go wózkami, często wygłupiają się i szaleją, ale Filip bardzo to lubi.

Dużym wyzwaniem dla nas był wyjazd na Zieloną Szkołę do Wygonina, aż na cztery dni!

Było mnóstwo zajęć od rana do wieczora, a właściwie do późnej nocy. Mieliśmy lekcje, ale takie inne niż w klasie, które odbywały się na świeżym powietrzu, np.



w lesie. Nauczyliśmy się i zobaczyliśmy wiele ciekawostek, w szkole nie mamy takiej możliwości. Braliśmy udział w mega ciekawych konkurencjach sportowych, których wcześniej nie znaliśmy. Każdy miał szansę się w czymś wykazać, niektórzy w budowaniu szałasów, inni w strzelaniu z łuku, w bieganiu, rozszyfrowywaniu zagadek. Pierwsza doba zleciała bardzo szybko, kolejnego dnia były nowe wyzwania i podejmowane przez nas działania. Niestety wieczorem kilkoro z nas zatekniło za domem, połało się trochę łez, ale zawsze pomocą i wsparciem były nasze Panie. Ciekawe dni szybko mijają, i tak nasz pobyt na zielonej szkole dobiegł końca, ale z mnóstwem wspomnień, zdjęć i filmików.

Bardzo ciekawym wydarzeniem był rajd rowerowy do Bażantarni. Wyjechaliśmy rowerami spod szkoły prosto do parku, było mnóstwo wrażeń po drodze. W Bażantarni graliśmy w piłkę nożną, w kosza i pokonywaliśmy wiele leśnych szlaków. Piekliśmy też kielbaski na ognisku, pogoda nam dopisała, humory również. Pomimo tego, że Filip nie jeździ na rowerze to także uczestniczył w naszej wyprawie, rodzice przywieźli go samochodem, aby mógł wspólnie z nami brać udział w innych zajęciach.

W trakcie roku szkolnego mieliśmy wiele wyjść do kina, teatru i muzeów, niestety nie wszędzie były dostosowane wejścia dla osób niepełnosprawnych i zdarzało się, że Filip nie mógł wszystkiego zobaczyć, było nam z tego powodu przykro.

Pod koniec trzeciej klasy wybraliśmy się na wycieczkę nad morze. Podróż była długa, ale ciekawa. Najpierw pojechaliśmy busem do Tolkmicka, a stamtąd statkiem do Krynicy Morskiej. Dla niektórych dzieci było to pierwsze spotkanie

z morzem. Zabawa była niesamowita, mogliśmy się trochę pokapać, poopalać, aż tu nagle niebo zachmurzyło się, zaczął padać deszcz. Szybko się ubraliśmy i schroniliśmy w barze na plaży. Skorzystaliśmy z okazji i każdy mógł kupić sobie coś do zjedzenia lub zjeść swoje kanapki. Po chwili podszedł do nas barman, który obdarował nas naszyjnikami z kwiatów i spódniczkami hula hula, wszyscy się bardzo ucieszyli i podziękowali. Po chwili nie było śladu po deszczu i mogliśmy dalej cieszyć się pobyt nad morzem. Budowaliśmy zamki z piasku, graliśmy w piłkę. Chłopcy na zmianę pomagali Pani w pchaniu wózka z Filipem, nie było łatwo. Zwiedziliśmy również latarnię morską, widoki z góry były niesamowite.

To jest jedynie część naszych wspólnych wypadów, w których uczestniczyliśmy. Wymieniliśmy tylko kilka, ale chcieliśmy powiedzieć, że „dla chcącego nic trudnego”, tzn., że czy jesteśmy sprawni czy, niepełnosprawni możemy brać udział w wielu imprezach, wypadach, choć czasem z pomocą drugiej osoby. Zależy to od chęci, ciekawości i zaangażowania uczniów, ale przede wszystkim nauczycieli. Każdy z nas zapamiętał z tych wyjazdów coś innego, a to dlatego że każdy z nas jest inny, a inny nie znaczy gorszy. Nasze Panie wychowawczynie nauczyły nas tolerancji, akceptacji i bycia



sobą, bo to jest nasz „skarb”, który mamy chronić.

Wyjazdy i wycieczki są doskonałą okazją do sprawdzenia siebie w nietypowych sytuacjach i warunkach. Możemy zaobserwować zupełnie inne niż w warunkach szkolnych zachowania i reakcje na różne zdarzenia, w ten sposób zdobywamy wiedzę i doświadczenie.

klasa IV c

ZWYCZAJNIE NIEZWYCZAJNI

Zwyczajny, czy istnieje ktoś taki?

Czy wokół nas można w ogóle spotkać człowieka, który jest dokładnie taki sam, jak ktoś inny? Czy są ludzie, których można określić mianem zwyczajnych?

Myszę, że nie istnieją na świecie ludzie przeciętni. Każdy ma w sobie coś, co wyróżnia go spośród innych, coś co sprawia, że jest wyjątkowy i niepowtarzalny. A co za tym idzie bardzo ważny i potrzebny w społeczeństwie, niezbędny do jego prawidłowego funkcjonowania. Dzięki różnorodności świat jest piękniejszy, pełniejszy. To właśnie odmienność sprawia, że potrafimy dostrzec różne aspekty i kolory życia, doceniamy to co mamy.

Sama też jestem wyjątkowa i mam szczęście chodzić do takiej właśnie „barwnej” szkoły, pełnej uczniów „w kolorach tęczy”. Fantastyczne jest również to, że prowadzą nas nauczyciele, którzy rozumieją tę różnorodność, akceptują nas, potrafią każdego z nas docenić i pomóc nam w wielu dziedzinach. Dostrzegają w nas zalety i starają się nami tak pokierować, aby wydobyć z nas jak najwięcej. Dlatego uważam, że bycie „innym” jest fantastyczne, choć niekiedy nie doceniane.

A Ty? Czy Ty też czujesz się nadzwyczajny?

*Nadzwyczajnie niezwykajna :)
uczennica klasy V a w SP 6*



ZINTEGROWANY AS PIK

Zapytacie pewnie - co to znaczy? Dlaczego taki tytuł?

AS PIK to ja, Kacper z IV klasy. Zintegrowany - bo chodzę do Szkoły Podstawowej nr 6 z klasami integracyjnymi. Ja jestem niezwykły i szkoła do zwyczajnych nie należy.

Dlaczego piszę o sobie AS PIK? Wszyscy wiedzą, że as pik to taka karta. Wyróżnia się tym, że ma znak pojedynczego, czarnego listka i w talii kart wiele znaczy. Ja też się wyróżniam - mam Zespół Aspergera, a pieszczotliwie takie dzieci nazywa się Aspikami. Zespół Aspergera to nie jest choroba i nie da się go wyleczyć. Nie bierze się też z tego powodu lekarstw i nie widać „na zewnątrz”, że ktoś to ma. Ale...

Czasami zachowuję się trochę inaczej niż moi koledzy, bardzo denerwują mnie „zwykłe” hałasy np. dzwonek w szkole czy jadące po ulicy samochody. Nienawidzę chodzić po schodach, nie umiem zawiązać sznurowadeł i jeździć na rowerze. Za to znam na pamięć wszystkie zestawy klocków LEGO, wszystkie wytwórnie filmowe z całego świata i ich produkcje; a rysunki i komiksy, które tworzę, podpisuję nie po polsku, tylko po angielsku. Ciężko mi przyswoić wiadomości pozornie łatwe np. dodawanie, za to czytać umiałem już w wieku 2 lat (i nikt mnie tego nie uczył!).

Dlatego, że nie zawsze jestem taki jak wszyscy, potrzebuję szkoły, która by do mnie pasowała, a ja do niej. I właśnie chodzę do takiej - SP nr 6 w Elblągu. Czym ona się wyróżnia, dlaczego jest taka niezwykła?

Otóż wyobraźcie sobie, że w naszej klasie jest tylko

16 osób, z czego 3 niepełnosprawne. Ci uczniowie mają tzw. orzeczenia o kształceniu specjalnym. Trudne sformułowanie, prawda? Oznacza to, że jest tam dokładnie napisane, jak nauczyciele mają postępować z taką osobą, żeby mogła się wszystkiego, co trzeba nauczyć i, żeby dobrze czuła się w szkole. Ja też mam takie orzeczenie.

Na lekcjach pomaga takim dzieciom druga pani nauczycielka, która jest obecna na prawie wszystkich lekcjach; tłumaczy, jeśli czegoś nie rozumiemy i opiekuje się nami. Fajnie, prawda?

Ja nie zawsze lubię przerwy, bo jest za głośno. Wtedy mogę iść do biblioteki, albo zostać w klasie, żebym się nie denerwował.

Pomagają mi nie tylko nauczyciele, ale także moi koledzy i koleżanki. Nie dokuczają mi, nie śmieją się ze mnie, starają się zrozumieć moją „inność”, a nawet się mną opiekują np. na wycieczce. Dobrze jest wiedzieć, że w trudnych sytuacjach można na kogoś liczyć.

Nasza szkoła organizuje też różne zabawy, konkursy i zajęcia, w których biorą udział dzieci niepełnosprawne razem ze zdrowymi.

Bo to, że jesteśmy inni, nie oznacza gorsi! „Inność” może być fajna i atrakcyjna, wystarczy chcieć ją poznać i zrozumieć. Bardzo chciałbym, żeby to wszyscy zapamiętali. Nie tylko dzieci, ale i dorośli!

Kacper Bulczak kl. IV a, SP nr 6, Elbląg

II TURNIEJ BOCCIA

12 maja 2016 roku w naszej szkole został zorganizowany II turniej Boccia, w którym wzięli udział uczniowie z klas integracyjnych. Z tej okazji gościliśmy Warsztaty Terapii Zajęciowej przy Stowarzyszeniu „Tacy Sami”, którzy pomagali naszym nauczycielkom w zorganizowaniu imprezy.

Zawodnicy zostali podzieleni na cztery trzyosobowe drużyny walczące o miejsca na podium. Podczas rozgrywek na twarzach uczestników dało się zauważyć zarówno skupienie, jak i wielką radość. Walka była bardzo zacięta. Dwie drużyny prawie do końca rozgrywek remisowały i dopiero ostatnia runda zdecydowała o zwycięstwie. Do walki uczniów zagrzewała publiczność.

Uczestnicy otrzymali pamiątkowe dyplomy oraz medale za I, II i III miejsce. Ponadto wyłoniono najlepszego strzelca, którym został Patryk z klasy VIa i otrzymał nagrodę ufundowaną przez Panią kierownik WTZ przy Stowarzyszeniu „Tacy Sami” w Elblągu.



Fajnie jest, kiedy w szkole możemy nie tylko się uczyć, ale również brać udział w różnorodnych konkursach, turniejach i zawodach na miarę swoich możliwości.

Patrycja Paż, uczennica kl. VIa

Wózkiem dookoła Polski

Jest młody, ale swoją determinacją, odwagą, a przede wszystkim niebywałym hartem ducha i pozytywną energią obdarzyć mógłby niejednego. Adrian Beściak z Rzeszowa w trakcie wakacji wyruszy w podróż wzdłuż polskich granic, przemierzając 2300 km na wózku inwalidzkim, po to, aby zebrać pieniądze dla potrzebujących niepełnosprawnych dzieci. Swoją akcję nazwał „The Best Trip. W drodze po pomoc”. To będzie jej trzecia odsłona. Trasa jego wyprawy przebiegać będzie m. in. przez Elbląg.

Jak zrodził się u Ciebie pomysł na akcję „The Best Trip. W drodze po pomoc”?

Pomysł na akcję The Best Trip „W drodze po pomoc” zrodził się w mojej głowie w bardzo prosty sposób. Postanowiłem połączyć dwie rzeczy, które sprawiają mi największą radość w życiu czyli sport oraz pomaganie innym. Sport dlatego, że trenuję od 6 roku życia. Najpierw były to dalekowschodnie sztuki walki, m. in. kick-boxing. Realizowałem się w tym w 100 procentach, o czym może świadczyć fakt, że w kategorii juniorów udało mi się tak naprawdę zdobyć wszystkie najważniejsze tytuły: kilkukrotne Mistrzostwo Polski, trzykrotny tytuł Mistrza Europy oraz tytuł Mistrza Świata dwóch federacji. Dlaczego tak lubię pomagać? Można powiedzieć, że nauczyła mnie tego Fundacja Aktywnej Rehabilitacji, w której jestem instruktorem. To uczucie radości i satysfakcji, gdy jadę na obóz z osobami świeżo po urazie, które kompletnie nie potrafią nic koło siebie zrobić, a my pokazujemy im wraz z innymi instruktorami, że wózek to żadna bariera w życiu, uczy my ich techniki jazdy na wózku, samoobsługi, dyscyplin sportowych i wiele innych przydatnych umiejętności, dzięki czemu po kilkunastu dniach wracają do domu naprawdę dużo sprawniejsi, z większą pewnością siebie. Czasami zdarzy się też, że uczestnicy pod koniec obozu wypowiadają magiczne słowa „dziękuję” i to dodaje mnóstwa pozytywnej energii i chęci do dalszej pracy. Te dwa czynniki czyli zamiłowanie do sportu i radość z pomagania innym połączone razem utworzyły „The Best Trip. W drodze po pomoc”.

Sam jesteś osobą niepełnosprawną, nie myślałeś o tym, by w pierwszej kolejności pomóc sobie? Czy jesteś osobą niepełnosprawną od urodzenia?

Czy myślałem o tym, żeby w pierwszej kolejności pomóc sobie? Nie, ponieważ zaraz po urazie dużo osób pomogło mi pod każdym względem, także finansowym, za co bardzo im dziękuję. Ale uważam, że nie można całe życie myśleć tylko o sobie! Polecam zrobić proste doświadczenie - zbić lustro, które jest przed każdym z nas i które sprawia, że patrzymy tylko na siebie. Jeśli to zrobimy, to dopiero wtedy widać, jak wielu ludzi potrzebuje pomocy. Na wózku poruszam się od 3 czerwca 2011 r., wtedy właśnie miałem wypadek komunikacyjny na motorowerze.

1 lipca br. planujesz trzecią edycję akcji, jak wspominasz te poprzednie? Co było najtrudniejsze, a co najmilej wspominasz? Co ci dała wewnętrznie ta wyprawa?

Pierwsza odbyła się w 2014 roku. Wtedy właśnie przejechałem trasę Rzeszów - Kraków - Warszawa, około 500 kilometrów, które przejechałem w 8 dni. Druga edycja odbyła się w 2015 r. Pokonałem wtedy trasę Rzeszów - Suwałki, ok 600 kilometrów, zajęło mi to 12 dni. Te dwie poprzednie edycje wspominam zawsze z ogromnym uśmiechem na twarzy, ponieważ za każdym razem udało się pomóc, a poza tym taka wyprawa to niesamowite przeżycie i wspaniała przygoda. Najtrudniejszymi etapami były te, podczas których pogoda mnie nie rozpieszczała. Mam na myśli ulewne deszcze oraz upalne dni, niekiedy temperatura sięgała 60 stopni, kiedy



tak mocno nagrzanym był asfalt. Te wyprawy działają na mnie w niesamowity sposób, ponieważ z każdym kilometrem na trasie, z każdym odepchnięciem się uświadamiam sobie, że nie ma rzeczy niemożliwych, że wszystko siedzi w naszej głowie i nie ważne, czy chodzi o pewność siebie czy o siłę fizyczną. Dzięki The Best Trip z każdym dniem staję się innym człowiekiem, lepszym człowiekiem. To działa tak trochę jak obsesja doskonałości, do której uważam każdy z nas powinien dążyć, nie ważne czy to w życiu osobistym, zawodowym czy sportowym.

Mógłbyś opisać w skrócie jak ma wyglądać tegoroczna wyprawa? Ile km dziennie będziesz pokonywał, gdzie będziesz nocował, czy ktoś będzie Cię wspierał na trasie? Czy będziesz się gdzieś zatrzymywał na dłużej? Jak będzie przebiegać trasa?

Tegoroczna wyprawa będzie liczyła 2 300 km, z czego dziennie będę pokonywał średnio od 50 do 60 kilometrów. Oczywiście niektóre etapy będą

krótsze po to, by przez resztę dnia mieć więcej czasu na regenerację. Każdy etap będzie zakończony w hotelu, gdzie wraz z ekipą, będę nocował. Co 6 etapów będzie zaplanowany dzień przerwy na regenerację oraz na odpoczynek dla ekipy, która ze mną jedzie. Całości wyprawy zajmie mi około 54 dni. Trasa będzie przebiegać następująco: Rzeszów -Dębica - Brzesko -Kraków - Chrzanów -Katowice -Strzelce Opolskie -Opole -Brzeg -Wrocław -Prochowice - Bolesławiec - Żary - Zielona Góra -Świebodzin - Skwierzyna -Myślibórz - Stargard Szczeciński - Nowogard- Wolin - Niechorze - Kołobrzeg - Koszalin - Darłowo - Ustka - Łeba -Cetniewo - Gdynia - Gdańsk - Elbląg -Pieniężno - Bartoszyce - Kętrzyn - Wilkasy - Olecko - Suwałki - Augustów - Suchowola - Białystok - Bielsk Podlaski - Siemiatycze - Biała Podlaska - Włodawa - Chełm - Zamość - Biłgoraj - Leżajsk - Rzeszów

Jak się przygotowujesz do tegorocznej wyprawy logistycznie i fizycznie? Przejechanie tyle kilometrów na wózku, to ogromny wysiłek...

Przygotowania do tak wielkiej wyprawy okupione są litrami potów wylanych na siłowni podczas zajęć z crossfitu oraz

setkami kilometrów przejechanych na treningach w trasie. Trenuję 5-6 razy w tygodniu. Skończyła się zima i zaczyna się robić ładna pogoda, więc większość swoich przygotowań spędzę podróżując wokół Rzeszowa na treningach przejeżdżając po około 30-50 kilometrów. Logistycznie wygląda to tak, że codziennie obieram sobie nowe zadanie, które przybliży mnie do startu. Wysyłam setki e-maili do sponsorów, udzielam wywiadów w mediach tak, aby jak najwięcej ludzi się o tym dowiedziało, ponieważ wiadomo: większą liczbą zainteresowanych równa się większej kwocie zebranej na cele charytatywne. Chciałbym zaznaczyć, że od zebranej kwoty ja nie odliczam dla siebie żadnego procentu, całość zebranej kwoty przekazuje, na cele charytatywne.

Jaki obrałeś sobie cel w tym roku? Czy wiesz już kogo wesprzesz?

Na pewno pieniądze przeznacze na dziecko niepełnosprawne, które naprawdę będzie tego potrzebowało na rehabilitację, sprzęt medyczny, który niestety jest bardzo drogi. Nie znam jeszcze bohatera tej wyprawy, ponieważ to jest bardzo trudna decyzja. Z pewnością za niedługo na moim funpage na facebooku zamieszczę

informację, kto będzie tym bohaterem The Best Trip 2016.

Taka wyprawa to dla Ciebie spory wydatek, masz jakichś sponsorów, ktoś Ci pomaga?

Tak, taka wyprawa to nie są małe koszty, ponieważ wlicza się w to reklama, koszty hoteli, zorganizowanie startu oraz mety, opłacenia samochodu, w którym będzie ekipa za mną jechała, paliwo, wyżywienie itp tego jest naprawdę dużo i pieniądze, które są potrzebne do zorganizowania tego typu przedsięwzięć są naprawdę duże. W tym momencie jestem dalej na etapie poszukiwania sponsorów, którzy te wszystkie koszty pokryją, gdyż ja sam nie jestem stanie z własnej kieszeni tego opłacić. A te w tym roku, są kilkukrotnie większe niż były w poprzednich edycjach.



Razem z Toba
dobra strona niepełnosprawnych



**Napisz do autora:
Aleksandra Garbecka**

e-mail: a.garbecka@razemztoba.pl

Niewidomi na tandemach zwiedzali Dolny Śląsk

Pod koniec maja 2016 z ramienia Fundacji Niewidomi na Tandemach odbył się rajd rowerowy, organizowany w ramach projektu: „Odkrywamy 60 Pomników Historii Polski. Integracja społeczna osób zagrożonych wykluczeniem w dostępie do kultury II edycja”.

W rajdzie wzięło udział 20 osób (10 uczestników z dysfunkcją wzroku oraz 10 pilotów). Rowerzyści wyruszyli z Wrocławia a później przez Sobódkę, Szczawno Zdrój, Krzeszów, Jelenią Górę, Jawor udamy się do Legnicy. Dziennie pokonywani dystans około 50 km. Trasa została zaplanowana przez Adama Zarzyckiego, znanego podróżnika, autora książki „Na podbój Europy”, który jest także sekretarzem Dolnośląskiego Towarzystwa Cyklistów. W rajdzie wzięło udział również przewodnik PTTK. Projekt poza rajdem zakła-

da także dodruk publikacji w brajlu i druku powiększonym „Przewodnika po polskim dziedzictwie narodowym, dostępny dla osób niewidomych i słabo widzących”. Celem całego projektu, jak podkreślają organizatorzy, jest m.in. ułatwienie dostępu do kultury dla osób z niepełnosprawnością wzroku; niwelowanie barier w dostępie do kultury osób zagrożonych wykluczeniem oraz walka z barierami mentalnymi, kulturowymi oraz w dostępie do informacji osób które znajdują się poza obiegiem życia kulturalnego.

Oprac. AG



„Szkoła dla rodziców” - uczy i wspiera

Od kilku lat w Specjalnym Ośrodku Szkolno - Wychowawczym nr 2 w Elblągu działa „Szkoła dla rodziców” oraz Grupa wsparcia dla rodziców. Głównymi celami cyklicznych spotkań organizowanych przez psychologa i pedagoga placówki jest tworzenie optymalnych warunków do wszechstronnego i prawidłowego rozwoju dziecka niepełnosprawnego w oparciu o potencjał rodziców, zachęcenie rodziców do włączania się w proces edukacyjny, wychowawczy, rewalidacyjny i opiekuńczy Ośrodka, pedagogizacja rodziców, rozwijanie kompetencji rodzicielskich i wychowawczych, wspieranie rodziców w trudach opieki nad dzieckiem niepełnosprawnym, umożliwienie spotkań w gronie rodziców, wymiana doświadczeń, informacji.

Do organizacji spotkań z rodzicami chętnie włączają się inni nauczyciele, specjaliści, którzy dzielą się swoimi umiejętnościami, wiedzą i doświadczeniem w zakresie pracy z dzieckiem niepełnosprawnym oraz zapraszani są goście, którzy skutecznie wzbogacają ofertę „Szkoły dla rodziców”. W roku szkolnym 2015/2016 w ramach prowadzonej w Ośrodku „Szkoły dla rodziców” przeprowadzono między innymi spotkania: „Makaton - alternatywna i wspomagająca metoda komunikacji”, „Spotkanie z dietetykiem”, „Pokolenie Z - plusy i minusy życia w cyberprzestrzeni”, „Mutyzm wybiórczy”, „Anatomia stresu”, „Osoby uzależnione i współuzależnione”, „Wspieranie kompetencji rodzicielskich”.

Podczas wszystkich spotkań rodzice uczniów chętnie włączają się do zajęć i dyskusji, wymieniają się swoim doświadczeniem, planują kolejne spotkania. „Szkoła dla rodziców” prowadzona w placówce sprzyja integracji rodziców i nauczycieli, co daje niewymierne korzyści w postaci tworzenia optymalnych warunków do rozwoju dziecka. Rodzice zmęczeni trudami edukacji, wychowania, rewalidacji i opieki nad dzieckiem niepełnosprawnym poszukują wytchnienia, ale też zrozumienia dla swojej sytuacji, a któż ich lepiej zrozumie niż inny rodzic dziecka z dysfunkcją. Dzięki cyklicznym spotkaniom nie tylko wzrasta świadomość współodpowiedzialności na linii rodzic - nauczyciel, zwiększa się aktywność szkolna rodziców, rozwijają się kompetencje rodzicielskie i wychowawcze, lecz także nawiązują się bliższe relacje. Rodzice chętnie kontaktują się ze sobą poza murami szkoły, dzielą informacjami, doświadczeniem i wspierają się nawzajem.



Bardzo ważną działalnością „Szkoły dla rodziców” jest też włączanie rodziców oraz opiekunów uczniów w realizację projektów („Mama, tata i ja - razem poznajemy świat”, „Razem łatwiej”, „W podróż z Królem Maciusiem...”, itd.), wspólne z dziećmi wyjazdy i inne działania wpływające na zacieśnianie więzi dziecko - rodzic, ale też dające szansę na poznanie siebie i swojego dziecka w sytuacjach innych niż szkolne czy domowe.

Nie zawsze współpraca szkoły z rodzicami, opiekunami uczniów jest prosta, niewątpliwie wymaga od nauczycieli dużego zaangażowania i otwarcia na problemy rodziny, w której niepełnosprawność dziecka zdominowała niemal wszystkie aspekty życia. Jednak brak płaszczyzny porozumienia nie pozwala na stworzenie warunków do optymalnego rozwoju dzieci, bo tylko prawidłowa, oparta na partnerstwie, otwartości, zro-

zumieniu i szacunku współpraca z rodzicami jest podstawą wielostronnego rozwoju ucznia. Dodatkowo atmosfera zaufania powoduje, iż rodzice chętniej uczestniczą w życiu szkoły, czują się jej gospodarzami, a jednocześnie lepiej radzą sobie w codziennych relacjach z dzieckiem i otoczeniem, a w sytuacjach trudnych są otwarci na konstruktywny dialog. Spotkania odbywają się nie przy tablicy i w szkolnej ławce, lecz w swobodnej atmosferze, przy kawie i słodkościach zrobionych przez mamy, gdzie jak mówi Janusz Korczak „nie takie ważne, żeby człowiek dużo wiedział, ale żeby dobrze wiedział, nie żeby umiał na pamięć, a żeby rozumiał, nie żeby go wszystko troszkę obchodziło, a żeby go coś naprawdę zajmowało.”

Agnieszka Zych,
Marzena Żachowska

Czekali na posta, ale się nie doczekali

Około 20-osobowa grupa rodziców oraz opiekunów osób niepełnosprawnych przybyła 16 maja br., pod biuro poselskie Jerzego Wilka z petycją, w której proszą elbląskiego posła o podjęcie działań w Sejmie w kierunku podniesienia kwoty zasiłku pielęgnacyjnego dla osób niepełnosprawnych oraz podniesienia wysokości renty socjalnej z tytułu całkowitej niezdolności do pracy. Niestety, poseł nie pojawił się na spotkaniu. Aby nie być gołosłownym, zostawił jedynie dwa pisma przyklejone do drzwi, z których wynika, że zwrócił się w tej sprawie do Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej.



- Jesteśmy rozczarowani i zbulwersowani tym, że nikt do nas nie wyszedł. Czujemy się zlekceważeni - podkreślali protestujący rodzice. - Tym bardziej, że spotkaliśmy się z Panem Wilkiem 25 kwietnia br., zostawiliśmy mu naszą petycję i poprosiliśmy, żeby wyszedł do nas podczas protestu. Wygląda na to, że stchórzył.

Jak tłumaczy Jadwiga Król, jedna z inicjatorek akcji, zasiłek pielęgnacyjny jak i renta socjalna są zdecydowanie za niskie. Obecnie jego wysokość wynosi 153 zł miesięcznie i jest niezmienna od 9 lat, czyli od roku 2006. Niestety nie pokrywa on nawet częściowych potrzeb związanych z opieką nad osobami niepełno-

sprawnymi. Drugą niezmiernie istotną kwestią jest renta socjalna. Stanowi ona 84 proc. kwoty najniższej renty z tytułu całkowitej niezdolności do pracy ustalonej i podwyższonej zgodnie z ustawą o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych i wynosi od 1 marca br. 741 zł brutto, czyli 644,63 zł netto. W praktyce wygląda to tak: do 18. roku życia rodzic wychowujący osobę niepełnosprawną od urodzenia otrzymuje 1 200 zł. Schody zaczynają się po osiągnięciu pełnoletności przez dziecko, bowiem dziecko staje wtedy na komisji i przyznaje się mu rentę socjalną. Z kolei rodzic nie dostaje już żadnego wsparcia, poza tym przez tyle lat zdąży także wypaść z rynku pracy.

- Prezydent Andrzej Duda często podkreśla, że pochyla się nad problemami

osób niepełnosprawnych. Niestety nie idą za tym żadne czyny. Jako rodzice dzieci niepełnosprawnymi chcemy w sposób świadomy budować i wspierać system polityki społecznej naszego kraju. Jeśli „dół” nie chce słyszeć, będziemy tak głośno krzyczeć, aby usłyszała nas „góra”. Zastanowimy się teraz co dalej, gdyż nie pozwolimy na takie traktowanie - zapowiadają manifestujący rodzice.

Więcej na ten temat pisaliśmy w poprzednim numerze Razem z Tobą.



Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych



Napisz do autora:
Aleksandra Garbecka

e-mail: a.garbecka@razemztoba.pl

Podróżowanie bez barier

Osoby z niepełnosprawnościami w tramwaju, autobusie, pociągu nie mają łatwego życia. Niewidomi, niedowidzący, niedostępszący, osoby o kulach, czy na wózkach inwalidzkich potrzebują pomocy, dostosowanej do rodzaju ich niepełnosprawności. Warto wiedzieć jak się zachować, co zrobić, jak w bezpieczny sposób pomóc niepełnosprawnemu w dotarciu do celu.

Osoby niepełnosprawne spotyka na co dzień każdy. Warto zdać sobie sprawę, że niepełnosprawność nie musi być widoczna a „dziwne” zachowanie np. osoby próbującej wsiąść do pojazdu komunikacji miejskiej może być powodem niepełnosprawności. Warto więc wiedzieć jak takim osobom skutecznie pomóc bez zagrożenia ich zdrowia i życia. Z takiego założenia wyszli też ci, którzy w Elblągu odpowiadają za przewóz pasażerów tramwajami. Tramwaje Elbląskie, by poszerzyć swoją wiedzę w tym zakresie, zwróciły się do Elbląskiej Rady Konsultacyjnej Osób Niepełnosprawnych z prośbą o zorganizowanie spotkania dla motorniczek, celem poznania najważniejszych aspektów pomocy osobom z różnymi dysfunkcjami przy codziennym korzystaniu z komunikacji zbiorowej. Wymieniliśmy się praktycznymi informacjami, aby zdobyć więcej wiedzy, dotyczącej pewnych zachowań w stosunku do niepełnosprawnych, którzy mają kłopoty podczas podróżowania środkami komunikacji miejskiej. Nie chcemy być postrzegani jako ci, którzy czegoś nie robią lub czegoś nie chcą zrobić. Jeśli czegoś nie robimy, wynika to z braku możliwości, a nie z niechęci. Dobro i bezpieczeństwo niepełnosprawnych jest dla nas naprawdę ważne - zauważa Marek Prochera, kierownik działu Eksploatacji Tramwaje Elbląskie.

Podczas spotkania, które poprowadził nasz redaktor naczelny Rafał Sułek wspierany przez Manuę Kusaj - osobę na wózku oraz przedstawicieli Polskiego Związku Niewidomych Koło w Elblągu, osoby, które na co dzień wożą elblążan tramwajami mogły dowiedzieć się między innymi, w jaki sposób bezpiecznie wsiąść i wysiąść z pojazdu osobie na wózku, jak „pokierować” osobę niewidomą do miejsca, gdzie może usiąść w pojeździe oraz dlaczego nie należy krzyczyć do osób mających problemy ze słuchem a posiadających aparaty słuchowe. Uczestnicy



spotkania mieli wiele pytań, na które otrzymali odpowiedzi, jednocześnie pokazywali swoje codzienne spostrzeżenia dotyczące osób niepełnosprawnych i ich zachowań.

- Niektórzy niepełnosprawni są na tyle sprawni, że my nie zdążymy się obejrzeć a oni sami zdołają wejść do pojazdu. Zauważamy pewną modę, że niepełnosprawni chcą być jak najbardziej samodzielni. To nie jest złe, ale towarzystwo opiekuna też jest dobre, szczególnie, że my nie zawsze jesteśmy w stanie pomóc, a osoba towarzysząca doskonale wie, czego jej podopieczny potrzebuje - podsumowuje jeden motorniczek.

Podczas spotkania nie mogło oczywiście zabraknąć tematu powracającego niczym bumerang, czyli „uciekania przed nosem” motorniczek z przystanku osobie, chcącej wsiąść.

- Nie chcę, aby to zabrzmiało jako forma tłumaczenia naszych motorniczek, ale teraz wykonują one wiele czynności jednocześnie. Nie tylko zajmują się kierowaniem pojazdu. Dodano wiele innych czynności, np. sprzedaż biletów. Podzielność uwagi jest wtedy znacznie ograniczona i nie widzimy, że drzwi już się zamykają. Dużo

ludzi postrzega nasze zachowanie jako objaw braku kultury czy braku szacunku. W wewnętrznym lusterku niewiele widać, a w zewnętrznym jeszcze mniej - dodaje Marek Prochera, kierownik działu Eksploatacji Tramwaje Elbląskie. - Jak ktoś nam nie wierzy, zapraszamy do kabiny motorniczek, sprzedajemy bilet, pilnujemy rozkładu i sytuacji przed tramwajem na torowisku - to najlepsza okazja, by przekonać się jak wygląda nasz dzień pracy i że wiele rzeczy i sytuacji, wynika nie z naszej winy - podsumowuje pan Marek.

Szerzej o tym, jak pomóc osobie z różnymi typami niepełnosprawności w codziennym korzystaniu z komunikacji miejskiej napiszemy już w kolejnym numerze „Razem z Tobą”. Szczególnie, że jak zdało się wiele razy słyszeć na powyższym spotkaniu, często to sami pasażerowie nie garną się do pomocy tylko odwracają głowę, jakby szukając czegoś w oddali lub zza oknem pojazdu. Warto też byśmy sami wiedzieli jak osobom z niepełnosprawnościami pomóc w codziennych sytuacjach „na mieście”.

Aleksandra Kazuro

Recenzja książki E. L. Doctorow „Umysł Andrew”

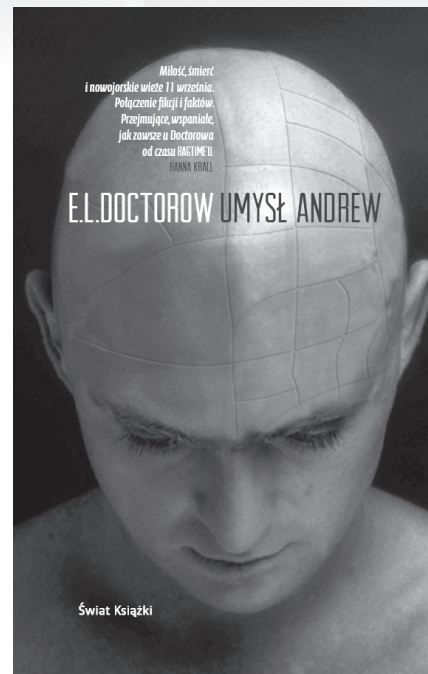
Czy rozwiązanie zagadki umysłu jest możliwe?... Książkę tę można albo pokochać albo znienawidzić. Psychologiczny kołowrotek z odrobiną kolokwialnej narracji. Powieść zagmatwana i pokrętna, demaskująca zakamarki ludzkiego mózgu, skłaniająca do refleksji na tematy, które w ferworze dnia codziennego są dla nas niewidzialne.

Tytułowy Andrew, kognitywista, znawca umysłu, zabiera nas w podróż w głąb swojego własnego. Występuje w roli pacjenta, który leżąc na przysłowiowej kozetce dzieli się osobistymi przeżyciami, opowiadając o stracie najbliższych czy romansie z młodą studentką. Jego skorupa pęka odsłaniając paletę grzechów na koncie swego sumienia. Andrew to istna

klątwa dla otoczenia, gdyż na bliskie mu osoby z niewiadomych powodów spada plaga nieszczęść, nawet śmierć.

Fani psychologicznych dywagacji na pewno uplasują tę pozycję wysoko, jednak moim zdaniem nudnawe, nużące fragmenty wkradają się za często.

Okładka książki to zdecydowany atut, gdyż bardzo przykuwa uwagę.



Polecamy

Oficyna Wydawnicza „Impuls”



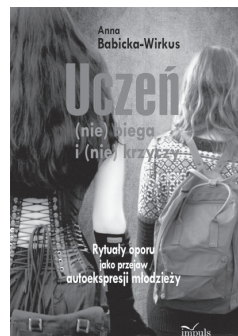
**Aleksandra Tomkiewicz-Bętkowska
ABC pedagoga specjalnego.**

Razem łatwiej. Nowe doświadczenia

Książka jest kontynuacją i aktualizacją książki ABC pedagoga specjalnego, której współautorką jest Alicja Krztoń. Zmieniły się rozporządzenia, podstawa programowa, nieco inne jest obecnie nazewnictwo. Również doświadczenia autorki stały się bogatsze, a warsztat pracy pełniejszy. Tak więc wydanie to uzupełniono o nowe doświadczenia, biorąc pod uwagę cenne uwagi, codzienne rozmowy i spojrzenie na ideę kształcenia integracyjnego osób bardzo zaangażowanych w swoją pracę. Niezmienne pozostały: bardzo dobra współpraca z rodzicami, chęć poszukiwania nowych rozwiązań, satysfakcja z wykonywanej pracy oraz sukcesy - małe i duże - podopiecznych autorki.

**Anna Babicka-Wirkus
Uczeń (nie) biega
i uczeń (nie) krzyczy**

Kategoria rytuału oporu, stanowiąca zarazem oś konstrukcyjną i myślową najnowszej książki badaczki, niezwykle rzadko pojawia się pedagogicznej literaturze przedmiotu, kojarząc się raczej z antropologią czy, szerzej, z kulturoznawstwem w ogóle. Tymczasem to właśnie w jednej z najsilniej uregulowanych instytucji, jaką bez wątpienia jest szkoła, Babicka-Wirkus dostrzega znakomite pole dla



Przechodząc między półkami w księgarni trudno nie zauważyć czarno-czerwonego zdjęcia z niemalże otwartym mózgiem krzyczącym do nas: „zajrzyj co mam wewnątrz”.

„Szczęście polega na życiu codziennością w nieświadomości tego, jak bardzo jest się szczęśliwym. Prawdziwe szczęście jest wtedy, kiedy się nie wie, że jest się szczęśliwym. To naturalny spokój, coś pośredniego między rado-

ścią, a zadowoleniem, pewność płynąca z osadzenia jaźni w świecie. Umiarkowane oddanie się codziennym sprawom, pogodzenie się z sytuacją życiową, czerpanie przyjemności z seksu, jedzenia, umiejętność korzystania z dobrej pogody. Kocha się nie tylko ukochaną osobę, kocha się świat jaki jest dany. Za to uczucie prawdopodobnie odpowiedzialna jest endorfina, narkotyk wytwarzany przez mózg. Wiem, to skrzywienie za-

wodowe, znów przemawia przeze mnie znawca mózgu. I co z tego!”

fragment książki



Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych



Napisz do autora:

Aleksandra Kazuro

e-mail: a.kazuro@razemztoba.pl

Warto obejrzeć

„Anioł” reż. Amin Dora, produkcja: Liban

Fabula: Przykładem wzorowego i wiernego obywatela jest Leba, mąż i ojciec dwóch córek oraz chłopca o imieniu Ghadi, który urodził się z zespołem Downa. Sąsiedzi nie są w stanie go zaakceptować, gdyż młodzian upodobał sobie siadanie w oknie i zawrodozenie z niego ponad głowami przechodniów. Mieszkańcy chcą wystosować petycję do władz, która nakazywałaby umieszczenie chłopaka w odpowiednim zakładzie. Ojciec wpada jednak na pewien plan przeciwdziałania temu - przekonuje wszystkich, że Ghadi to anioł ubolewający głośno nad złymi wyborami miejscowych ludzi...

Amin Dora, reżyser, nie stara się tworzyć skomplikowanej fabuły. Upraszcza ją i nadaje jej uniwersalnego charakteru, tworzy baśń z jasnym i czytelnym morałem. Bohaterowie filmu są lekko przerysowani, jednak mimo że żyją w obcej nam kulturze, to z łatwością można odnaleźć ich odpowiedniki w codziennym życiu na każdej szerokości geograficznej. Z obrotu wyłaniają się proste przesłania - o szanowaniu bliźniego,

trosce o innych czy o umiłowaniu rodziny. Tego właśnie potrzeba państwu libańskiemu, całemu Wschodowi, każdemu człowiekowi na świecie. Krytyka krwawych konfliktów

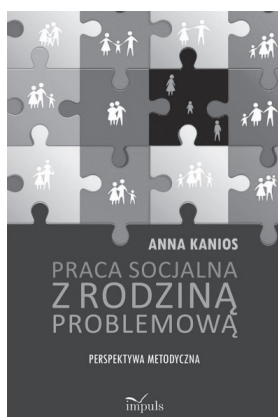


Kadr z filmu

nie musi się odbywać poprzez ich ukazywanie, a poprzez zupełnie odwrotne działanie. Twórca przedstawia wizję życia w ładzie i harmonii, może nieco banalną i naiwną, ale wypełnioną wzruszeniami. Formą sprzeciwu nie zawsze musi być krzyk.

źródło: film.onet.pl

wszelkich form autoekspresji oraz oporu. Opór nie zaistnieje bez zakazu, szkoła zbyt (jeśli można ten przymiotnik stopniować) demokratyczna nigdy nie wychowa krytycznej indywidualności, nie wykrzesze nonkonformizmu z uspiionych umysłów. Babicka-Wirkus upomina się w swej książce o rozszerzenie i uzupełnienie spojrzenia na szkołę: już nie tylko jako na utrwalony w stereotypach ponury moloch, rodem z pamiętnej piosenki Pink Floyd, lecz także jako na kuźnię przyszłych rewolucjonistów, indywidualności, które będą w stanie zmienić zastany porządek i dopasować go do nowych potrzeb



Anna Kanios

Praca socjalna z rodziną problemową

Niniejsza publikacja jest próbą określenia standardu działań ośrodka pomocy społecznej w dziedzinie wspierania rodziny przeżywającej trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych, ze szczególnym uwzględnieniem działań profilaktycznych, zapobiegających odebraniu dziecka biologicznym rodzicom. Publikacja zawiera charakterystykę systemu wspierania rodziny oraz opis roli ośrodka pomocy społecznej w systemie wspierania rodziny, przedstawia zakres zadań ośrodka w kontekście pracy z rodziną i optymalny standard wykonywania zadań na rzecz wspierania rodzin przeżywających trudności w wypełnianiu funkcji opiekuńczo-wychowawczych. Książka została opracowana w sposób, który umożliwi analizę działań i czynności ośrodka pomocy społecznej w różnych sytuacjach problemowych.

Fundacja „Końskie Zdrowie”

2-3 mln zł - taką kwotę trzeba zainwestować, aby tchnąć nowe życie w obiekty przy ul. Okólnik, użytkowane od ponad 25 lat przez Fundację „Końskie Zdrowie”. Do tej pory nie było to możliwe, gdyż umowy z miastem na dzierżawę tego terenu, zawierane były na zbyt krótkie okresy czasu, aby ubiegać się o dofinansowanie ze środków Unii Europejskiej. Teraz jest szansa, gdyż podczas ostatniej sesji radni jednogłośnie uznali za zasadne wydzierżawienie fundacji gruntów na okres 10 lat.

- Cieszę się z tej decyzji, chociaż żałuję, że nastąpiła ona tak późno, gdyż niestety dużo programów na nowe inwestycje już się zamknęło i wiele szans zostało niewykorzystanych. W 1998 r. była możliwość wykupu tego miejsca, lecz wycena była tak wysoka, że nie byliśmy w stanie tego udźwignąć - podkreśla Zygmunt Obrycki, prezes Fundacji „Końskie Zdrowie” - W tej chwili staramy się o fundusze unijne z programu RPO na rewitalizację starych obiektów. Potrzebujemy na ten cel 2-3 mln zł. Jesteśmy obecnie na etapie gromadzenia niezbędnej dokumentacji i pisania wniosku, który musimy złożyć do początku czerwca. Szukamy też wszelkich możliwości pozyskania funduszy na wkład własny, bowiem wynosi on aż 15 proc., a to jest bardzo dużo, jak na nasze warunki - dodaje Obrycki.

Nowa stajnia, więcej boksów

Jak tłumaczy Aleksander Obrycki o tym, że obiekt wymaga dofinansowania, fundacja wiedziała od samego początku, kiedy tam weszła.

- Zrobiliśmy błąd, że nie udokumentowaliśmy tego jaka to była ruina 25 lat temu. Całe obejście było wybudowane w latach 1949-1951 jako budynki tymczasowe dla zakładów mięsnych. Nie było okien, instalacje były powyrywane. Około 5 lat zajęło nam, żeby doprowadzić to miejsce do „jako takiego” wyglądu - wspomina Obrycki.

Obecnie nieruchomość przy ul. Okólnik zajmuje powierzchnię około 7 ha. Zgodnie z założeniami nowego projektu zmodernizowana będzie stajnia, budynek socjalno-biurowy oraz magazyn. Liczba boksów zwiększy się z 18 do 22.



W planach jest również stworzenie w miejscu starej stodoły, małej hali do hipoterapii zimą.

- Chciałbym, aby w przyszłości powstał w tym miejscu ośrodek jeździecko-rekreacyjno-rehabilitacyjny z prawdziwego zdarzenia, tętniący życiem, w którym mieściło by się wszystko: hala, stajnie, hotel, całe zaplecze socjalno-sanitarne, restauracja. Można byłoby wykorzystać także teren przyległy do nieruchomości, czyli dawny poligon, gdzie mogłyby powstać ścieżki rekreacyjne, hipoterapeutyczne czy sportowe - wyjaśnia Obrycki.

Dzieci z całego świata

Hipoterapię w Europie zaczęto stosować już w latach 1850-1860. W Polsce pojawiła się dopiero w latach 90-tych. Fundacja „Końskie Zdrowie” była jedną z pierwszych w naszym kraju, która zaczęła ją stosować, zaś stworzona przez nich ankieta medyczna służyła przez wiele lat za wzór dla Polskiego Towarzystwa Hipoterapeutycznego. Zygmunt Obrycki był także jednym z pierwszych, którzy ukończyli kurs dla hipoterapeutów w Polsce.

- Boleję nad tym, że w tej chwili nie jest wymagany od kursantów pełen zakres umiejętności jeździeckich, a jest to bardzo ważne, gdyż terapeuta pra-

zyska drugie życie



cuje z dzieckiem nie tylko z ziemi, lecz w wielu przypadkach powinien to robić również z góry, czyli siedzieć na koniu razem z dzieckiem - zwraca uwagę Obrycki.

Rocznie przez ośrodek przewija się 70 dzieci, nie tylko z Elbląga i okolic. Zdarzają się także ludzie z południa Polski, a nawet z zagranicy: USA, Kanady, Meksyku, Afganistanu, Australii czy Nowej Zelandii, którzy korzystają również z organizowanych przez fundację półkolonii. Jednak wszystko to, co fundacja robi przez cały rok, a więc pensjonat koni, obsługa imprez, szkołka jeździecka, jest z myślą o tym, żeby poprowadzić hipoterapię czyli, aby móc

utrzymać konie do hipoterapii, kupić sprzęt i zapłacić hipoterapeucie. Każde dziecko, chcące skorzystać z tej formy rehabilitacji, jest opisane na karcie informacyjnej. Kartę otrzymuje terapeuta i on na bazie tych informacji wykonuje zalecenia. Aby hipoterapia przyniosła efekt, nie wystarczy kilka spotkań. Jej intensywność bywa różna. Jednemu wystarczy kilkanaście zajęć, innemu kilkadziesiąt.

Ważne jest - jak mówi Zygmunt Obrycki - żeby zobaczyć najpierw dziecko, czy stan opisu zgadza się ze stanem rzeczywistym. Przyjrzeć się mu, poobserwować.

- Byłem kiedyś świadkiem podczas praktyki w Bydgoszczy, jak młody chłopak, który nie miał napięcia mięśniowego, a rokowania były kiepskie, po 10 dniach bardzo intensywnej rehabilitacji siedział na koniu. To było niesamowite - dodaje.

W tej chwili Fundacja „Końskie Zdrowie” posiada łącznie 18 koni. Warto podkreślić, że na swoim koncie ma wiele sukcesów. Jej konie, co ciekawe kupowane z myślą nie o sporcie, lecz do rekreacji, startowały dwukrotnie w Mistrzostwach Europy, zdobywając liczne nagrody w bardzo wielu prestiżowych zawodach nie tylko w Polsce, ale też za granicą.

- Całe życie kręciłem się koło koni, i mam nadzieję, że tak pozostanie. Naszym największym sukcesem jest to, że przetrwaliśmy. Jednak czy następne 25 lat będzie bardziej udane? Chciałbym, ale jak będzie, czas pokaże - podsumowuje Zygmunt Obrycki.



Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych



Napisz do autora:

Aleksandra Garbecka

e-mail: a.garbecka@razemztoba.pl

O hipoterapii...

Hipoterapia jest jedną z form rehabilitacji wieloprofilowej, definiowana jako ogół zabiegów terapeutycznych, do których wykorzystuje się konia. Uniwersalność i uniwersalność tej metody polega na jednoczesnym oddziaływaniu ruchowym, sensorycznym, psychicznym i społecznym.

Dzięki hipoterapii m.in. kodowany jest w mózgu prawidłowy wzorec ruchu miednicy podczas chodu, normalizowane napięcie mięśniowe, doskonała równowaga, koordynacja, orientacja w przestrzeni i poczucie rytmu oraz zredukowane są skutki zaburzeń emocjonalnych. Zajęcia przeznaczone są dla dzieci z problemami neurologicznymi, w tym z mózgowym porażeniem dziecięcym, wszelkimi problemami ortopedycznymi, dla dzieci z problemami natury psychicznej i społecznej: autyzmem, zespołem Downa, upośledzeniem umysłowym, nerwicami, nadpobudliwością psychoruchową, zaburzeniami zachowania, problemami szkolnymi wynikającymi z zaburzeń integracji zmysłów i typu dyflektycznego. Hipoterapia prowadzona jest przez wykwalifikowanego hipoterapeutę zgodnie z zaleceniami lekarza kierującego na terapię i we współpracy z innymi specjalistami prowadzącymi danego pacjenta. Występuje kilka form hipoterapii: fizjoterapia na koniu będącą gimnastyką leczniczą na koniu poruszającym się stępem, mająca na celu usprawnienie ruchowe prowadzona przez fizjoterapeutę lub pod jego kierunkiem. Psychopedagogiczna jazda konna i woltyżerka to zespół działań jeździeckich, pedagogicznych i psychologicznych podejmowanych w celu usprawnienia intelektualnego, poznawczego emocjonalnego i fizycznego; prowadzona przez psychologa, pedagoga, terapeuta zajęciowego. Terapia kontaktem z koniem - celem terapii jest nawiązanie kontaktu pacjenta ze zwierzęciem, z otaczającym środowiskiem, wreszcie z innymi ludźmi, jej istotą jest kontakt pacjenta z koniem, stworzenie sytuacji terapeutycznej, a nie samo dosiadanie konia. Oprac. AK

Życie na zwolnionych obrotach

Tarczycza- 20 gramowa „skrzynia biegów” w organizmie. Jej niedoczynność powstaje, gdy mechanizm ten nie nadąża produkować wystarczającej ilości hormonu tarczycy. Gdy zaczyna szwankować - procesy życiowe zwalniają, co objawia się spadkiem energii, przyrostem masy ciała i pogorszeniem wyglądu. „Oprócz kuracji polegającej na podawaniu syntetycznego hormonu tarczycy, warto zadbać o prawidłowy styl życia i odpowiednią dietę, która wspomogłe działanie leku” mówi elbląski specjalista ds. żywienia, mgr Ewa Bidzińska.

Mówi się, że niedoczynność tarczycy staje się chorobą cywilizacyjną. Coraz częściej słyszy się o niej w mediach, głównie za sprawą osób publicznych, które przestrzegają, aby nie bagatelizować z pozoru niegroźnych symptomów typu osłabienie czy senność. Czym jeszcze się objawia?

Chorzy mogą odczuwać narastające zmęczenie. Często skarżą się na problemy z koncentracją i zapamiętywaniem. Skarżą się na łatwe marznięcie, przyrost masy ciała. W postaci bardziej zaawansowanej może pojawić się opuchlizna na twarzy, obrzęki powiek. Często spotyka się zmiany nastroju, jest z reguły obniżony, łatwiej o stany depresyjne. Objawy niedoczynności dotyczą głównie obniżonego metabolizmu spowodowanego przez obniżenie poziomu dwóch hormonów: T4 - tyroksyny i T3 - trójiodotyroniny.

Problemy z tarczycą są zatem zauważalne gołym okiem.

Często otoczenie zauważa, że coś jest nie tak. Człowiek który zawsze był pełen energii i humoru, nagle traci wigor, ochotę na cokolwiek, śpi w ciągu dnia, jest poirytowany, smutny bez humoru, izoluje się od znajomych. Nie chodzi o to, że nie ma ochoty, ale o to, że nie ma siły. Zaczyna zachowywać się jak nie ta sama osoba, jakby coś wysysało z niego życie. Zapomina nazwisk, czy staje się mniej wydajny w pracy, rozkojarzony. Bardzo często występują tzw. huśtawki nastrojów. Wszystko to sprawia, że chory czuje się jakby wegetował, jakby „żył w uspiewniu”. Otoczenie widzi, że dana

osoba mówiąc kolokwialnie „chodzi półmartwa” i dziwnie się zachowuje - jakby otepiła. Często nie zdajemy sobie sprawy, że tak naprawdę hormony rządzą życiem. Osoby, które zachowują się depresyjnie, gorzej zaczynają sobie radzić w codziennym funkcjonowaniu, często są odsyłani przez rodzinę do psychologów, a tymczasem warto pobrać krew, zrobić badanie TSH i poddać się leczeniu endokrynologicznemu. Po wyrównaniu poziomu hormonów, z czasem chora osoba „wróci do życia”. Jedna tabletka dziennie podawanego hormonu może w tym przypadku zdziałać cuda.

Kiedy można odczuć poprawę samopoczucia i „powrót do normalnego życia”?

Nie można jednoznacznie określić, kiedy pacjent odczuje poprawę. Ustabilizowanie hormonu tarczycy to proces długotrwały i indywidualny.

Jak jest norma dla TSH?

Laboratoria mogą mieć różne normy i trzeba na nie zwracać uwagę przy interpretacji badań, także jednostki mogą być inne w zależności od tego w jakim laboratorium dokonano pomiarów. Zawsze na wydruku papierowym powinien widnieć prawidłowy zakres normy i pacjent może go z łatwością odczytać. Najczęściej podawany zakres normy TSH podawany jest jako 0,27-4,20 uIU/ml, ale należy pamiętać że inna wartość będzie dla dzieci poniżej 14 roku życia, inna dla kobiet w ciąży, a jeszcze inna dla ludzi starszych, czy z poważnymi współistniejącymi schorzeniami. Pamiętajmy więc o tym, że oceny w kierunku niedoczynności tarczycy dokonuje lekarz stosownie do wieku i stanu pacjenta.

Jak wygląda leczenie?

Podstawową metodą leczenia jest podawanie syntetycznych hormonów tarczycy, np. leku o nazwie Euthyrox. Stosownie do wyników krwi, lekarz dobiera dawkę tyroksyny. Dawki leków ustala indywidualnie na podstawie kontrolnych badań hormonalnych. Lek zażywa się minimum pół godziny przed śniadaniem. Dobre leczenie umożliwi mniejsze nasilenie objawów i lepszą jakość życia. Pacjenci często muszą brać leki do końca życia i wg wskazań lekarza okresowo wykonywać określone badania krwi. Podjęcie wczesnego i skutecznego leczenia wpływa na poprawę jakości życia.

Jakie są przyczyny niedoczynności tarczycy?

Co do przyczyn choroby - wskazuje się, że choroba jest spowodowana najczęściej przewlekłym autoimmunologicznym zapaleniem tarczycy typu Hashimoto. Najprościej mówiąc - układ odpornościowy człowieka zaczyna źle pracować i organizm wytwarza przeciwciała niszczące własną tarczycę, a konkretnie są to przeciwciała przeciwko enzymom naturalnie występującym w gruczole tarczycy. Rzadziej zdarza się, że przyczyną niedoczynności może być też niedobór jodu w diecie, stosowanie niektórych leków. W takim przypadku, uzupełnienie jodu, czy odstawienie tych leków - może cofnąć rozwijającą się niedoczynność tarczycy. Ponadto chorobę może spowodować zastosowanie jodu radioaktywnego, napromieniowanie okolicy szyi z powodu nowotworów np. chłoniaka, usunięcie tarczycy z powodu raka. Wtedy brakuje produkcji hormonów przez tarczycę.

- część I



Czy niedoczynność występuje tylko w jednej odmianie?

Początek choroby może być podstępny i nawet przez kilka lat można nie odczuwać objawów choroby lub odczuwać je tylko w lekkim stopniu. Mówimy wtedy o subklinicznej niedoczynności tarczycy (utajonej), bo pacjent nie ma typowych objawów chorobowych, ale widać ją w wynikach badań krwi (podwyższone TSH, a T3 i T4 w normie). Jest najłagodniejszą postacią i może być wstępem do pełnoobjawowej, czyli jawnej niedoczynności tarczycy.

Jak wygląda rozpoznanie zaawansowanej niedoczynności tarczycy?

Przede wszystkim objawy są bardziej nasilone. Większe osłabienie i zmęczenie, mniejsza tolerancja wysiłku, łatwe marznięcie, zwłaszcza rąk i stóp, zaparcia. Często chorzy skarżą się na zaburzenia koncentracji i uwagi, suche, wypadające włosy. Nierzadko stwierdza się też suchą z nadmiernym rogowaceniem skórę, zwłaszcza na łokciach. Może pojawić się ochrypty głos. Z powodu obniżonego metabolizmu, pacjenci przybierają na wadze. Badania laboratoryjne i ich zakres

ustala lekarz. W badaniu krwi widoczny jest znacznie większy poziom TSH. Duże znaczenie diagnostyczne ma także oznaczenie hormonów FT3 i FT4, które mogą być poniżej dolnej granicy normy. W różnicowaniu przyczyn zaawansowanej niedoczynności tarczycy pomagają badanie stężenia przeciwciał przeciw tarczycowym, które jest zwiększone w przypadku autoimmunologicznych chorób tarczycy. Lekarz może zlecić również inne dodatkowe badania, np. w kierunku zaburzeń lipidowych, niedokrwistości.

Lub USG tarczycy

Tak. Wykonanie badania USG jest pomocne w ustaleniu przyczyn niedoczynności tarczycy - np. w chorobie Hashimoto. USG może wykazać różne zmiany, np. zmniejszenie lub zwiększenie tarczycy (norma u kobiet to 18 ml a u mężczyzn 25 ml), zmiany w echogeniczności mięszu tarczycy, czy nie ma guzków, torbieli czy innych zmian. Należy jednak pamiętać, że pomimo właściwego obrazu USG - tarczyca może funkcjonować nieprawidłowo, jak również zmniejszona w obrazie USG tarczyca może dobrze pracować.

Niedoczynność tarczycy pojawia się zazwyczaj u kobiet po 60. roku życia. Jak można wytłumaczyć fakt, że zapada na nią 20-latk?

Rzeczywiście częściej zapadają na tą chorobę osoby po 60 roku życia. Jednak stwierdza się, że 1-6% przypadków niedoczynności tarczycy dotyczy młodszych osób, w tym 5-krotnie częściej kobiet niż mężczyzn. Choć ostatnio mówi się coraz częściej o wzroście ilości zachorowań. Osób z subkliniczną postacią może być więcej - dokładnie statystyk nie znamy, bo nie wszystkie zgłaszają się do lekarza, z powodu braku lub słabo nasilonych objawów. Skąd u młodej osoby choroba? Cóż, niedoczynność spotyka też dzieci i młodzież. Młode kobiety są bardziej narażone w okresie ciąży i poporodowym. Mogą to być też czynniki genetyczne, skłonność w rodzinie do chorób autoimmunologicznych, zbyt mała ilość przyjmowanego pożywienia, niedobory jodu, jak również nadmierne spożycie jodu z lekami, suplementami.

Czy przez chorą tarczycę mogą być zaburzone inne hormony, np. testosteron?

Zawsze zaburzenia wydzielania hormonalnego któregoś z narządów mogą zaburzyć pracę innych organów - jak w efekcie domina. Podwyższony poziom testosteronu może występować dodatkowo u np. kobiet z zespołem policystycznych jajników, chorobach nadnerczy. Może też występować predyspozycja genetyczna.

Jaki związek z niedoczynnością ma podwyższony poziom cholesterolu?

Hormony tarczycy kontrolują tempo przemiany materii, więc w sytuacji gdy tarczyca niedomaga - obniża się podstawowa przemiana materii, więc w organizmie wiele przemian zaczyna mieć wolny przebieg - w tym metabolizm lipidów - cholesterolu i triglicerydów. Ponadto kiedy stężenie hormonów tarczycowych spada, procesy lipolizy (polegające na rozkładzie tkanki tłuszczowej i uwolnienia

dzięki temu kwasów tłuszczowych będących źródłem energii w naszych komórkach) - jest upośledzone. Zwiększa się więc nie tylko przez to poziom cholesterolu i triglicerydów. Prawdopodobnie przez spowolnioną lipolizę - trudniej pacjentom pozbyć się tkanki tłuszczowej.

Jaką rolę odgrywa jod?

Jest on pierwiastkiem niezbędnym do wytwarzania hormonów tarczycy. Jego brak będzie więc powodował niedostateczne wytwarzanie hormonów gruczołu tarczowego przez co może rozwinąć się wole, czyli powiększenie tarczycy. Jego niedobory są niebezpieczne. U kobiet w ciąży może dojść do nieodwracalnego niedorozwoju mózgu płodu, a u dzieci do opóźnionego rozwoju psychofizycznego. Jod nie jest magazynowany w organizmie, dlatego ten pierwiastek musi być stale dostarczany z dietą. Znajdziemy go w pewnych produktach oraz w wodzie.

W Polsce są niedobory jodu?

Polska jest krajem, w którym zasoby jodu w środowisku naturalnym są ograniczone. Tak więc, aby zapobiegać skutkom niedoboru jodu - w Polsce jak i w wielu innych krajach wprowadzono profilaktykę jodową, mającą na celu zmniejszenie zapadalności na choroby tarczycy. Od 1997 r. stosuje się wzbogacenie soli kuchennej. Musimy jednak pamiętać, że według obowiązujących aktualnie norm - nie można spożywać więcej niż 5g soli (1 łyżeczka) dziennie ze względu na ryzyko chorób układu krążenia np. nadciśnienia. Ilość ta dostarcza 115 mikrogramów jodu, a dzienne zalecane spożycie to 150 mikrogramów.

Czy osoby z niedoczynnością tarczycy mogą stosować pomocniczo suplementy jodu?

Ich zażywanie zawsze powinno być konsultowane z lekarzem- nie można działać na własną rękę.

Jeżeli pacjent ma prawidłowe wyniki dzięki leczeniu brakującym hormonem, czuje się dobrze, odżywia się prawidłowo, nie należy zaburzać tej równowagi. Widziałam suplementy o zawartości w jednej dawce 150 mikrogramów, a przecież to jest już dzienna dawka jodu! Wliczając jeszcze doprawianie potraw solą jodowaną (1 łyżeczka 115 mikrogram) i jeszcze jod z naturalnego pożywienia- można poważnie przesadzić. Suplementację zaleca się oczywiście kobietom w ciąży i w okresie laktacji z uwagi na większe zapotrzebowanie w tym okresie. Pacjenci z wolem mięszowym obojętnym, też mogą mieć wprowadzone dodatkowe spożycie jodu, ale o tym zawsze decyduje lekarz. Znane są przypadki pacjentów, które bez wiedzy lekarza sięgały po preparaty jodu i rozregulowały równowagę hormonalną, osiągniętą dzięki wcześniejszemu leczeniu. Przedawkowanie wysokimi dawkami prowadzi też do wystąpienia ślinotoku, zaburzeń ze strony układu pokarmowego w postaci wymiotów, biegunek.

Czyli przedawkowanie jest równie niekorzystne jak niedobory. Trzeba znaleźć balans, złoty środek. Gdzie więc szukać najbezpieczniejszych jego źródeł, aby poziom jodu był odpowiedni?

Najbezpieczniejszym źródłem jodu są zawsze źródła naturalne. Bogate w jod są: ryby (dorsz, mintaj, makrela, sardynki, tuńczyk), owoce morza, sery, orzechy laskowe, otręby, niektóre wody mineralne. W warzywach i owocach oraz produktach zbożowych i mlecznych - zawartość jodu jest zmienna i w dużym stopniu zależy od czynników środowiskowych, ilości tego pierwiastka w glebie, zawartości jodu w paszy podawanej zwierzętom hodowlanym. Jod znajdziemy też w brokułach, grochu, jednak tutaj trzeba uważać, gdyż posiadają one substancje, które utrudniają jego wchłanianie, powinny więc być jądane tylko w ramach urozmaiconej diety, a nie jako idealne źródło jodu. Warto też wybrać się na wakacje nad morze - pamiętajmy jednak, że naj-

więcej jodu nawdychamy się tuż nad samym brzegiem.

Jakie mogą nastąpić konsekwencje braku leczenia lub zbyt późno postawionej diagnozy?

Konsekwencje są różne w zależności od wieku pacjenta i chorób współistniejących. Kobiety mogą mieć problem z zajściem w ciążę. Mogą pojawić się powikłania pociążowe, a także kłopoty z jej donoszeniem, a nawet upośledzenie rozwoju intelektualnego dziecka. W przypadku nie podjęcia leczenia, subkliniczna niedoczynność tarczycy może przejść w zaawansowaną. Ponadto nieleczenie w ogóle niedoczynności tarczycy już zaawansowanej, może doprowadzić do rozwinięcia się nieprawidłowego ciśnienia krwi - jest to często niskie ciśnienie, ale może być też nadciśnienie. Inne objawy to również zwolnienie czynności serca, odczuwanie mrowienia, pieczenia, osłabienie słuchu, zmniejszenie siły mięśniowej, obrzęki stawów, spłycenie i zmniejszenie częstości oddechu. Groźniejszym powikłaniem jest niedrożność jelit czy śpiączka hipometaboliczna. Podjęcie wczesnego i skutecznego leczenia wpływa na poprawę jakości życia. W ramach leczenia wskazane jest przyjmowanie syntetycznych hormonów tarczycy oraz wykonywanie regularnych badań kontrolujących ich poziom we krwi. W przypadku niedoczynności wyrównanej, gdzie są prawidłowe wyniki badań, dzięki leczeniu- objawy nie występują.



Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych



Napisz do autora:
Aleksandra Kazuro

e-mail: a.kazuro@razemztoba.pl

Ręce - nasze okno na świat

Ręce są najbardziej precyzyjnym narzędziem, dzięki któremu badamy, odczuwamy i poznajemy świat. Umożliwiają nam wszechstronny rozwój oraz nabywanie rozmaitych umiejętności. O terapii ręki - metodzie, która kładzie nacisk na usprawnianie tej części ciała, rozmawiam z Anną Belzą, nauczycielem-terapeutą z Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 w Elblągu.



Co kryje się pod pojęciem terapia ręki?

Terapia ręki to usprawnianie motoryki małej, czyli precyzyjnych ruchów dłoni i palców.

Zajęcia wzmacniają koncentrację, poprawiają koordynację wzrokowo-ruchową. Terapia ręki to wspieranie dziecka w rozwoju i zapobieganie głębszym zaburzeniom. Metoda powinna dostarczać dziecku takiej aktywności, która pozwoli mu lepiej panować nad ręką i sprawniej się nią posługiwać. Generalnie wszelkie czynności manualne mają związek z rozwojem języka, a ta aktywność słowna wspomaga działanie ręki.

Jakie objawy powinny zaniepokoić rodziców?

Powinny nas zaniepokoić zakłócenia koordynacji wzrokowo-ruchowej przy czynnościach wykonywanych pod kontrolą wzroku oraz sytuacje, w których dziecko niechętnie podejmuje czynności manualne (wycinanie, malowanie, lepienie z plasteliny lub masy solnej, układanie drobnych przedmiotów), ma problemy z nauką czynności samoobsługowych (ubieranie, mycie się, wiązanie sznurowadeł, zapinanie guzików), unika dotykania nowych przedmiotów, różnorodnych faktur, poszukuje zbyt

mocnego ucisku (za mocno zaciska dłonie na zabawkach lub przedmiotach)

Kiedy sami rodzice mogą wpłynąć na usprawnienie rąk, a kiedy należy się udać do specjalisty?

Usprawnianie ręki w domu należy traktować jako zabawę. Dzięki temu chętniej jest wykonywana przez dziecko. Proste zabawy w domu to: zabawy z klamerkami białoznianymi (wieszanie prania, przypinanie klamerek do wiaderka), zabawy z wodą (pranie ręczne, mycie naczyń), przesypanie różnych ziaren z jednego pojemnika do drugiego, wycinanie nożyczkami, itp. Jak każda terapia, aby dała jak najlepsze efekty musi być współpraca między terapeutą a rodzicem i oczywiście dzieckiem.

Jak wyglądają zajęcia z terapii ręki?

Zazwyczaj zajęcia z terapii ręki rozpoczynają się od powitania poprzez podanie ręki lub zaśpiewanie piosenki. Następnie przechodzi się do ćwiczeń rozmachowych, których zadaniem jest pobudzenie czucia głębokiego oraz zaangażowanie całego ciała, np. kreślenie w powietrzu dużych, płynnych, swobodnych ruchów w kształcie fal i ósemek, przypominających lot ptaka, czy szum drzew. Potem przychodzi

czas na ćwiczenia manualne, mające na celu poprawę ruchomości w obrębie stawu łokciowego i nadgarstka, takie jak: przekładanie różnych przedmiotów z ręki do ręki, przelewanie płynu z kubka do kubka, nawijanie nitki na kłębek. Ostatnia seria - to ćwiczenia ruchów precyzyjnych, wykonywanych w stawach śródrečna i palców, np. zamalowywanie małych przestrzeni kredkami, nawlekanie koralików na sznurek, zbieranie drobnych elementów palcami. Zajęcia kończą się słuchaniem muzyki relaksacyjnej oraz pożegnaniem poprzez podanie ręki i zaśpiewanie piosenki.

Komu dedykowana jest ta metoda?

Terapia ręki przeznaczona jest dla dzieci z nadwrażliwością dotykową, dla dzieci, które mają problemy z koordynacją wzrokowo-ruchową oraz samoobsługą oraz dla dzieci, które niechętnie podejmują czynności manualne takie jak: malowanie, lepienie z plasteliny.



Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych



Napisz do autora:
Aleksandra Garbecka

e-mail: a.garbecka@razemztoba.pl

Opiekunowie osób niepełnosprawnych chcą być traktowani jak przedstawiciele innych zawodów

Czy opiekun osoby z niepełnosprawnością będzie traktowany jak osoba wykonująca pracę i będzie mieć prawo do korzystania z rozwiązań przewidzianych w ustawie o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy? Projekt nowelizacji ustawy budzi szereg wątpliwości.

Przedmiotem gorącego sporu stał się projekt z 22 lutego 2016 r. nowelizacji ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy oraz ustawy o świadczeniach przedemerytalnych przygotowany przez MRPiPS, która miałaby wejść w życie 1 stycznia 2017 r. Projekt, który jest obecnie w fazie konsultacji społecznych, zakłada wprowadzenie prawa do zasiłku dla bezrobotnych oraz prawo do świadczenia przedemerytalnego. Na jakich zasadach? Opiekunowie osób niepełnosprawnych w razie śmierci podopiecznego albo utraty ważności orzeczenia o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności osoby, nad którą opieka była sprawowana, otrzymają zasiłek dla osoby bezrobotnej na takich samych zasadach, jak pracownicy tracący zatrudnienie. Będą również mogli skorzystać tak jak każda osoba bezrobotna m. in. ze staży, szkoleń czy dotacji na rozpoczęcie działalności gospodarczej. Do okresu 365 dni, w czasie 18 miesięcy bezpośrednio przed zarejestrowaniem się jako osoba bezrobotna, który uprawnia do nabycia prawa do zasiłku dla bezrobotnych, zaliczany będzie okres pobierania świadczenia pielęgnacyjnego, specjalnego zasiłku opiekuńczego lub zasiłku dla opiekuna. Będzie to możliwe mimo nie odprowadzania składki na Fundusz Pracy - jeżeli utrata prawa do świadczenia lub zasiłków była spowodowana śmiercią osoby, nad którą opieka była sprawowana albo utratą ważności jej orzeczenia o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności.

Z prawem do świadczeń emerytalnych

Zgodnie z przepisami nowelizacji opiekunowie osób niepeł-

nosprawnych będą mogli ubiegać się także o świadczenie przedemerytalne, jeżeli utrata prawa do świadczenia pielęgnacyjnego, specjalnego zasiłku opiekuńczego lub zasiłku dla opiekuna spowodowana była śmiercią podopiecznego albo utratą ważności orzeczenia o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności osoby, nad którą opieka była sprawowana. Aby je otrzymać trzeba będzie:

1. Zarejestrować się w urzędzie pracy w ciągu 60 dni od dnia ustania prawa do świadczenia pielęgnacyjnego, specjalnego zasiłku opiekuńczego lub zasiłku dla opiekuna,

2. Przed rejestracją jako osoba bezrobotna przez okres co najmniej 365 dni pobierać nieprzerwanie świadczenie pielęgnacyjne, specjalny zasiłek opiekuńczy lub zasiłek dla opiekuna,

3. Do dnia ustania prawa do świadczenia pielęgnacyjnego, specjalnego zasiłku opiekuńczego lub zasiłku dla opiekuna: mieć ukończone 55 lat w przypadku kobiet lub 60 lat w przypadku mężczyzn,

4. Legitymować się okresem uprawniającym do emerytury co najmniej 20 lat dla kobiet i 25 lat dla mężczyzn.

Według szacunków Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej co roku ok. 30 tys. osób uzyska uprawnienia do zasiłku dla bezrobotnych lub świadczenia przedemerytalnego z tytułu zakończenia opieki w związku ze śmiercią podopiecznego lub utratą ważności jego orzeczenia o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności. Zdaniem resortu sprawowanie opieki nad niepełnosprawnym członkiem rodziny należy traktować jak czas zatrudnienia i zaliczać go do wymaganego prawem okresu uprawniającego do nabycia prawa do zasiłku dla bezrobotnych czy świadczenia przedemerytalnego - jednak tylko w sytuacji śmierci pod-

opiecznego albo wówczas, gdy utracił on orzeczenie o niepełnosprawności lub o danym stopniu niepełnosprawności. Stowarzyszenie Opiekunów „STOP Wykluczeniom” i Ruch „Wykluczeni Opiekunowie” opiniowały projekt ustawy z 22 lutego 2016 r. o zmianie ustawy o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy oraz ustawy o świadczeniach przedemerytalnych. Według stowarzyszeń opiekunów, prawo do zasiłku powinno przysługiwać nie tylko z tych dwóch przyczyn, ale również w tych przypadkach, w których utrata prawa do świadczenia opiekuńczego nastąpiła z przyczyn niezależnych od opiekuna lub innych zdarzeń losowych. Podano kilka przykładów takich sytuacji, np. gdy stan zdrowia opiekuna po 30 latach sprawowania opieki ulega pogorszeniu na tyle, że nie jest w stanie dalej wykonywać swych obowiązków i rezygnuje z prawa do świadczenia opiekuńczego albo gdy podopieczny, po wielu latach, zmienia opiekuna. W obu przypadkach - nie mają oni prawa do zasiłku dla bezrobotnych czy wcześniejszej emerytury.

Według MRPiPS rozszerzenie katalogu uprawnionych do świadczeń nie jest możliwe ze względu na możliwości finansowe państwa. Brakuje możliwości oszacowania liczby osób, które w takim przypadku mogłyby być uprawnione do zasiłku dla bezrobotnych lub świadczenia przedemerytalnego.

Nie tylko w przypadku śmierci podopiecznego

Opiekunowie osób niepełnosprawnych posiadający prawo do wymienionych przez ustawodawcę świadczeń opiekuńczych, to osoby które zrezygnowały, lub nie podejmowały pracy zarobkowej w związku z podjęciem się sprawowania opieki nad osobą niepełnosprawną niezdolną do samodzielnej egzystencji. W związku z czym ustawo-

dawca zapewnił im prawo do świadczeń opiekuńczych.

- Z chwilą zaprzestania sprawowania opieki osoby takie pozostają bez dochodów. Bez możliwości podjęcia natychmiast innej pracy zarobkowej na obecnym rynku pracy. Celem wprowadzenia prawa do zasiłku dla bezrobotnych i wcześniejszej emerytury jest pomoc państwa w przystosowaniu się do nowych warunków życiowych opiekunom osób niepełnosprawnych, którzy często po długim okresie sprawowania opieki muszą odnaleźć się w nowych okolicznościach społecznych i gospodarczych - twierdzą przedstawiciele Ruchu Społecznego „Wykluczeni Opiekunowie” oraz Stowarzyszenia Opiekunów Osób Niepełnosprawnych „STOP Wykluczeniom”

W spór włączył się również Rzecznik Praw Obywatelskich Adam Bodnar, który w piśmie z dnia 9 marca 2016 r. do Elżbiety Rafalskiej Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej krytykuje projekt.

- Proponowane rozwiązanie może być narażone na zarzut naruszenia konstytucyjnej zasady równego traktowania oraz sprawiedliwości społecznej. Rozszerzenie dostępu do zasiłku dla bezrobotnych oraz świadczenia przedemerytalnego nie obejmuje osób, które faktycznie opiekują się bliskim niepełnosprawnym, lecz z powodu braku spełnienia przesłanek nie pobierają świadczeń opiekuńczych z ustawy o świadczeniach rodzinnych - argumentuje Adam Bodnar.

Czy projekt w obecnym kształcie zostanie skierowany do kolejnych etapów procesu legislacyjnego bez zmian? Nie da się tego wykluczyć. Lobby ze strony środowisk zrzeszających opiekunów jest jednak silne, a wprowadzenie poprawek jest możliwe aż do momentu złożenia podpisu przez Prezydenta. Czas pokaże jakie będą efekty licznych nacisków. Z pewnością będziemy jeszcze o sprawie informować.

Ze składki audiowizualnej zwolnione będą nie tylko osoby niepełnosprawne

Od 1 stycznia 2017 r. zapłacimy nową składkę audiowizualną w wysokości 15 zł miesięcznie, która będzie pobierana z rachunkiem za prąd. Zwolnienia z opłat obejmą osoby po 75 r. życia, niepełnosprawnych oraz ubogich.

Poselski projekt ustawy o składce audiowizualnej trafił 27 kwietnia do Sejmu. Ustawa stanowi część pakietu ustaw kompleksowo regulujących zadania, organizację i finansowanie mediów narodowych w Polsce. Pakiet ten obejmuje: ustawę o mediach narodowych, ustawę o składce audiowizualnej oraz ustawę przepisy wprowadzające ustawę o mediach narodowych i ustawę o składce audiowizualnej. Na wdrażaniu tych ustaw będzie oparty proces reformy publicznego sektora mediów, który oprócz radiofonii i telewizji obejmie także Polską Agencję Prasową. Zwolnienie będzie polegać po prostu na tym, że organ podatkowy nie będzie wszczynał czynności egzekucyjnych wobec osoby korzystającej ze zwolnienia. Przewiduje się zwolnienia ze względu na:

a) niskie dochody, uniemożliwiające samodzielnie pokrywanie kosztów zużycia energii - jeżeli odbiorca końcowy jest uprawniony do zryczałtowanego dodatku energetycznego na podstawie prawa energetycznego

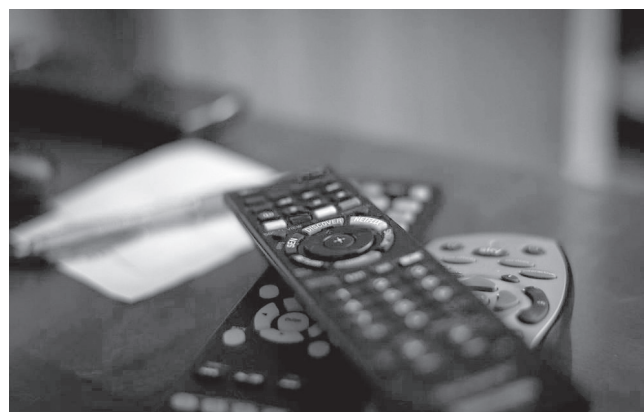
b) wiek - jeżeli odbiorca końcowy lub mieszkający z nim małżonek ukończył 75 lat

c) niepełnosprawność w stopniu znacznym - jeżeli odbiorca końcowy lub mieszkający z nim małżonek legitymuje się odpowiednim orzeczeniem

d) uprawnienie do ryczałtu energetycznego, przysługującego kombatanom i osobom represjonowanym

e) opiekę nad osobą niezdolną do samodzielnej egzystencji - jeżeli odbiorca lub mieszkający z nim małżonek jest uprawniony do jednego ze świadczeń opiekuńczych na podstawie przepisów o świadczeniach rodzinnych

f) wychowywanie dzieci w rodzinach o niskich dochodach - jeżeli odbiorca



końcowy lub mieszkający z nim małżonek jest uprawniony do świadczenia wychowawczego na pierwsze dziecko w ramach programu 500+

g) status gminnej jednostki organizacyjnej niemającej osobowości prawnej - jako zryczałtowane wynagrodzenie za udział gminy w wykonywaniu zadań wynikających z projektowanej ustawy

Ponadto przewiduje się zwolnienie od obowiązku zapłaty składki od każdego dodatkowego punktu poboru w miejscu zamieszkania, przy spełnieniu dodatkowych warunków. W istocie chodzi o sytuację, w których dodatkowy punkt poboru służy zaopatrzeniu w energię elektryczną miejsca związanego z funkcjonowaniem gospodarstwa domowego lub rodzinnego gospodarstwa rolnego, jeżeli potrzeba korzystania z tego dodatkowego punktu poboru wynika ze szczególnych uwarunkowań technicznych (np. punkt poboru w garażu obok budynku mieszkalnego, w piwnicy, w stodole położonej blisko siedliska domu mieszkalnego rolnika, w części zajmowanego przez jedną rodzinę domu, który w czasach PRL podlegał tzw. kwaterunkowi, co wiązało się z instalowaniem liczników energii elektrycznej w poszczególnych lokalach).

www.sejm.gov.pl



Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych



Napisz do autora:
Paweł Rodziewicz

e-mail: prawnik@razemztoba.pl

Tu nie liczą się wyniki, lecz chęci

W Międzyszkolnym Ośrodku Sportowym odbyły się I Zmagania Sportowe z Zakresu Umiejętności Motorycznych MATP - programu treningu nawiązującego do dyscyplin sportu uprawianych w Olimpiadach Specjalnych i skierowanego do najmniej sprawnych niepełnosprawnych dzieci, które ze względu na swoje ograniczenia często nie mają okazji wykazać się na polu sportowym.



W imprezie, organizowanej przez Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 2 w Elblągu, wzięło udział 30 zawodników m.in. z: SOSW nr 1 i 2 z Elbląga, SOSW z Ławy, IKS Atak, Ośrodka Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczego, działającego przy elbląskim PSOUU oraz klasa integracyjna ze Szkoły Podstawowej nr 6 w Elblągu. Podczas „zawodów” dzieci miały do pokonania 3 tory o różnej skali trudności. Na torze pierwszym, najdłuższym i najbardziej wszechstronnym, startowali zawodnicy sprawni ruchowo. Tor drugi przeznaczony był dla uczestników na wózkach oraz takich, które poruszają się np. o kulach, zaś trzeci, najkrótszy tor, dedykowany był dla dzieci, które nie potrafiły samodzielnie się poruszać. Jak tłumaczą organizatorzy w od-

różnieniu od dyscyplin sportowych, nie występuje tu element współzawodnictwa pomiędzy uczestnikami oraz ścisłego przestrzegania przepisów i zasad, zaś konkurencje zostały dostosowane do poziomu sprawności zawodników, tak by mogli oni zademonstrować swoje maksymalne możliwości. Imprezę oficjalnie rozpoczęła złożona przez zawodników uroczysta obietnica, że „zrobią wszystko by godnie reprezentować imię szkoły, wkładając w to serce, własny wysiłek i zaangażowanie”.

- Każda rywalizacja sportowa wymaga od zawodników chęci sprostania postawionym zadaniom. Wysiłek fizyczny jest nieporównywalny do tego, jaki oglądamy w mediach. I choć osiągnięcia nie są może tak spektakularne jak w wyczynowym sporcie, to na pewno doniosłe i najważniejsze w świecie dla każdego przybyłego zawodnika - tłumaczy Do-

nata Kalińska-Sarapuk, z SOSW nr 2 w Elblągu. - Mam nadzieję, że nasza impreza dała uczestnikom możliwość przeżywania radości i poczucia dumy ze swoich osiągnięć oraz pokonywania swoich słabości.

Imprezę uświetnił występ mażorettek ze Szkoły Podstawowej nr 11 w Elblągu oraz zespołu tanecznego „Hipnoza”, działającego przy elbląskim WTZ im. Matki Teresy z Kalkuty. Nieocenionym wsparciem okazali się również wolontariusze z Gimnazjum nr 4, którzy dzielnie asystowali wszystkim uczestnikom podczas ich sportowych zmagania.



Biegi Przełajowe

Olimpiad Specjalnych za nami

W Parku Komunalnym Bazantarnia w Elblągu odbył się XI Regionalny Mityng w Biegach Przełajowych Olimpiad Specjalnych, którego organizatorem był Ośrodek Szkolno-Wychowawczy Nr 1 oraz Klub Olimpiad Specjalnych „Rekord” w Elblągu. Głównym celem zawodów była popularyzacja biegów przełajowych, podsumowanie efektów szkoleniowych uzyskanych w czasie treningów i zajęć dla osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz stworzenie możliwości rywalizacji i sprawdzenia zawodników z różnych klubów.

W zawodach udział wzięli reprezentanci Klubów Olimpiad Specjalnych województwa warmińsko-mazurskiego: Elbląg SOSW nr 2, Hawa, Łupki, Szymbanowo, Węgorzewo oraz gospodarze SOSW nr 1. Dopisali również najmłodsi miłośnicy sportu z Przedszkola przy SOSW nr 2 w Elblągu. Tradycyjnie, po biegu integracyjnym, rozpoczęły się konkurencje sportowe na dystansach: 400 m, 800 m, 1600 m, w poszczególnych grupach sprawnościowych i wiekowych. Zwycięzcy biegów będą reprezentować województwo warmińsko-mazurskie na XIII Ogólnopolskim Mityngu w Biegach Przełajowych OS, który odbędzie się w dniach 09-12. 06. 2016 r. w Kwidzynie. Uroczysty moment inauguracji biegów przełajowych rozpoczęto hymnem i prezentacją Flagi Olimpiad Specjalnych, po czym z ogromnym zainteresowaniem wysłuchano występu Zespołu „Szwagry” z WTZ, działających przy Stowarzyszeniu „Tacy Sami”.



Rozpowszechnianie idei Olimpiad Specjalnych w regionie pozwala młodym ludziom integrować się, daje możliwość pokonywania własnych słabości oraz odczuwania radości z odniesionego sukcesu. Wszystkim przyjaciołom, darczyńcom oraz współorganizatorom tego przedsięwzięcia, serdecznie dziękujemy!

Klub OS „Rekord”

Wyniki:

400 m dziewcząt:

1. Magdalena Ptak SOSW nr 1,
2. Elwira Wileńska SOSW nr 1,
3. Maria Wileńska SOSW nr 1

400 m chłopców:

1. Arkadiusz Stenka SOSW nr 1,
2. Mateusz Król SOSW nr 1,
3. Sebastian Zambrzycki SOSW nr 1

800 m chłopców:

1. Karol Musik SOSW nr 1

Wrócili z medalami!

W maju w Luboniu k/Poznań odbyły się IV Mistrzostwa Polski Osób Niepełnoprawnych w Judo. Drużynowo sekcja judo IKS „Atak” zajęła wysokie II miejsce. W zawodach wzięło udział 76 zawodników z 13 klubów. Uczestnicy startowali w 18 grupach, które zostały podzielone według wagi, poziomu umiejętności, stopnia zaawansowania i grupy sprawnościowej zgodnej z zasadami międzynarodowej organizacji judo -ijf.

Klub IKS „Atak” reprezentowało 14 judoków, których do startu przygotowała trener Adrianna Romanowska, wszyscy zawodnicy zaprezentowali piękne, waleczne i pełne emocji judo, zdobywając następujące medale: 5 złotych: Weronika Fercho, Michał Weroński, Marcin Liszcz, Dastin Kulik, Mirosław Kostka,

3 Srebrne: Michał Bryl, Norbert Jaworski, Kamil Grdeń, 5 Brązowych: Ania Rybicka, Maria Mierzińska, Adam Wiśniewski, Robert Jaworski, Marek Chrust IV miejsce zajął debiutujący zawodnik Daniel Dawid. Zawodnicy otrzymali pamiątkowe medale, dyplomy i drobne upominki ufundowane przez organiza-

tora turnieju Akademię Judo Poznań. Wszystkim zawodnikom należą się gratulacje za udział w mistrzostwach i podziękowania za chęć, wysiłek i ciężką pracę na treningach.

Joanna Cesarska

Ośmiu Wspaniałych nagrodzonych

„Wspaniali - to oni zmieniają ten świat na lepsze i sprawiają, że wiara w dobro pozostaje nadal żywa. To oni swoimi małym - wielkimi uczynkami sprawiają, że szarość dnia nabiera kolorów”. Tak w skrócie opisać można osiem dziewcząt, które odebrały z rąk wiceprezydenta Jacka Boruszki laury w regionalnym etapie konkursy Ośmiu Wspaniałych.

Samorządowy Konkurs Nastolatków „Ośmiu Wspaniałych” realizowany jest przez samorządy w całym kraju. Elbląg może poszczycić się trzykrotnie zdobytą nagrodą Ogólnopolskiego Laureata Konkursu. W naszym mieście mieszka wielu wolontariuszy, którzy swój wolny czas poświęcają potrzebującym pomocy. Pomagają w nauce, opiekują się niepełnosprawnymi i starszymi osobami, odwiedzają hospicjum oraz organizują cenne akcje. Ten konkurs, daje możliwość podziękowania im za tę dobroć którą przekazują innym. „Wspaniali” to młodzi ludzie, którzy budują lepszy, bardziej humanitarny świat. Wśród laureatów znaleźli się Aleksandra Biłas z IV LO, Agata Dworzańska z Gimnazjum nr 8, Oliwia Forsyjak z Zespołu Szkół Techniczno-Informacyjnych, Agnieszka Mojsiewicz z Zespołu Szkół Ogólno-

kształcących, Anna Stempniewska z Gimnazjum nr 2, Monika Sulich z Zespołu Szkół Gastronomicznych, Aleksandra Tomczak z II LO i Magdalena Witkowska z IV LO w Elblągu. Na eliminacjach ogólnopolskich konkursu, które odbyły się w Warszawie Elbląg reprezentowała Aleksandra Biłas z IV LO. Wielka Gala kończąca Jubileuszową XXII Ogólnopolską Edycję Samorządowego Konkursu Nastolatków „Ośmiu Wspaniałych” odbędzie się 17 - 19 czerwca 2016 r. w Prudniku. Uczestniczyć w niej będą przedstawiciele władz samorządów terytorialnych oraz laureaci konkursu edycji lokalnych z całej Polski, spośród których wybrana



zostanie ósemka najlepszych wolontariuszy. Prezydent Elbląga ufundował, w formie nagrody, wyjazd do Prudnika dla całej „Ósemki” laureatów Konkursu „Ośmiu Wspaniałych”.

RS

Dni Elbląga z mnóstwem atrakcji

Maryla Rodowicz, Varius Manx, Video, Happysad, Jamal, Rafał Brzozowski, Liber zagrają w Elblągu 24-26 czerwca. Dni Elbląga to cykliczna już impreza plenerowa, organizowana w ramach obchodów rocznicy nadania praw miejskich dla Elbląga.

W piątek, 24 czerwca zabawa rozpocznie się o 16:30 w rytmach muzyki Rafała Brzozowskiego, a potem zagrają zespół VIDEO i grupa Liber & Mateusz Ziółko & Aleksandra Nizio .

Gwiazdą sobotniego wieczoru będzie obchodzący 25 lecie zespół Varius Manx z Kasią Stankiewicz. W sobotę już od godziny 15.30 na scenie wystąpią miejscowe zespoły związane z rozwojem kultury i sztuki w Elblągu. Potem scena należeć będzie do Jamala, Happysad. Finałowy koncert należeć będzie do Maryli Rodowicz. Zakończeniem sobotniego wieczoru koncertowego będzie pokaz sztucznych ogni. Zaraz po pokazie organizatorzy zapraszają na nocne party z duetem KALWI & REMI.

Niedzielne obchody dni Elbląga zostaną przeniesione na plac Katedralny, a tam na scenie zaprezentuje się Elbląska Orkiestra Kameralna z gośćmi specjalnymi. Zagrają koncert pt. „W krainie Barona Cygańskiego”.

Oprócz koncertów organizatorzy przewidzieli atrakcje towarzyszące. Wśród nich będzie namiot świata iluzji. Będzie tor przeszkód - wipe - out, skoki na bungee, game zone, lunapark, strefa dziecka. Nie zabraknie stoisk gastronomicznych i handlowych. Przede wszystkim dla kibiców piłki nożnej przewidziana jest strefa kibica, w której transmitowane będą



na żywo mecze 1/8 finału Euro 2016. W strefie przewidziano także konkursy i zabawy dla kibiców.

RS

Udział w konkursie traktuję jako przygodę

Do końca maja można było wziąć udział w internetowym głosowaniu na Mistra Polski na Wózku. W chwili ukazania się gazety do druku prowadził w nim 31-letni Marcin Kamiński z Elbląga, więc został jednym z 12 finalistów walczących o ten zacny tytuł. Czy przypadnie on właśnie jemu? Dowiemy się w następnym numerze „Razem z Tobą”.

Rodzina to największa mobilizacja

Marcin 4 lata temu podczas wakacji nieszczęśliwie skoczył na główkę do wody w Siemianach, w wyniku czego doznał paraliżu i porusza się teraz na wózku. Zaraz po wypadku leżał miesiąc w śpiączce, także nie zdawał sobie sprawy jak poważnemu wypadkowi uległ. Gdy go wybudzili nie docierało do niego, że nie będzie mógł chodzić. Cały czas wmawiał sobie, że jeszcze trochę poleży w szpitalu, a później wstanie i pójdzie do domu. Dopiero po jakimś czasie zdał sobie sprawę z tego, że już zawsze będzie poruszał się na wózku i musi nauczyć się żyć inaczej. Najgorsze były dla niego pierwsze 2-3 lata, bo wszystkiego uczył się od nowa. Teraz z większością rzeczy radzi sobie sam, aczkolwiek - jak przyznaje - gdyby nie pomoc najbliższych osób nigdy nie doszedłby do tego stanu w jakim jest teraz. Największą mobilizacją była i jest dla niego rodzina.

- Narzeczona od samego początku mobilizowała mnie do pracy i ćwiczeń. Mam też 4-letniego syna, dla którego czym prędzej musiałem wracać do formy. Dlatego rehabilitacja odgrywa dużą rolę w moim życiu, ale niestety jest strasznie droga i dopóki jest ciepło zastępuję ją jeżdżeniem na wózku po mieście. Im więcej jeżdżę tym mam silniejsze ręce i wszystko mi łatwiej wychodzi. Zawsze interesowałem się sportem, a w szczególności sztukami walki. Przed wypadkiem przez wiele lat trenowałem karate i w tej dyscyplinie mam też czarny pas (1 dan) - mówi Marcin.

Przygoda i dystans do siebie

Pomysł na udział w konkursie narodził się spontanicznie. Siedział któregoś wieczoru przed komputerem i na Facebooku zobaczył informację o tym wydarzeniu.

- Pokazałem ją Kasi, swojej narzeczonej, a ona uśmiechnęła się i powiedziała



zebym się zgłosił. I tak też zrobiłem. Jestem mile zaskoczony, że prowadzę w głosowaniu. Czuję się z tym świetnie, bo kto nie lubi wygrywać? - przyznaje z uśmiechem Marcin.

Udział w konkursie Marcin traktuje jako przygodę, ale jest przekonany, że tego typu konkursy mają ogromny wpływ na postrzeganie osób niepełno-

sprawnych w społeczeństwie.

- Wydaje mi się, że im więcej takich projektów, tym więcej osób zauważy, że ludzie przykuci do wózka też mogą być atrakcyjni, potrafią się dobrze bawić i mieć do siebie dystans - dodaje.

Aleksandra Garbecka

24. Tydzień Osób Niepełnosprawnych w obiektywie...

