

Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

Miesięcznik finansowany
jest ze środków PFRON

www.razemzoba.pl • Razem Każdego Dnia • Razem już 21 lat

Nr 01/241
2018

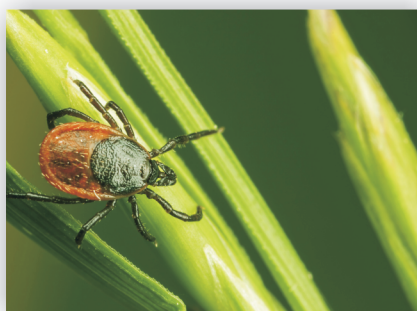


Piękno jest w nas



Awantura o znak

więcej str. 10



**Ryzyko boreliozy
nadal wysokie**

więcej str. 14



**Tandemem
na Kilimandżaro**

więcej str. 43

Znajdź nas
jak chcesz,
gdzie chcesz



<http://www.razemztoba.pl>



Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

Najnowsze wydania "Razem z Tobą"
najszybciej dostępne na razemztoba.pl.
Wejdz, pobierz PDF i czytaj!

Codziennie
Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych



facebook.com/portalarazemztoba
facebook.com/razemztobawtrojmiestnie
facebook.com/razemztobawolsztynie
facebook.com/razemztobawtoruniu



instagram.com/razem_z_toba



twitter.com/razemztoba

FELIETONY:

- 4 Okiem naczelnego
- 5 Wolontariuszu, gdzie jesteś?
- 6 Pomiędzy muszę a nie wolno mi

SPOŁECZEŃSTWO:

- 11 Prawo jazdy...
- 12 Piękno jest w nas
- 13 Wyjątkowa restauracja
- 16 WTZ-y potrzebują lepszego wsparcia

ZDROWIE:

- 14 Ryzyko boreliozy nadal duże
- 38 Prawidłowa diagnoza zajmuje nawet kilka lat
- 39 Nie wahałam się ani chwili

SENIOR:

- 17 Starość też radość
- 18 Nasza pasja, nasze życie
- 19 Seniorzy w rytmie disco

ELBLĄG - NASZE MIASTO:

- 20 Historyczna flaga w Ratuszu
- 21 „Nowa” karetka dla Szpitala Miejskiego
- 24 Czas na projekty obywatelskie
- 25 Dzięki teleopiece czują się bezpiecznie
- 26 Piłkarsko i muzycznie

PRAWO:

- 34 Numer 997 już nie połączy z policją
- 35 Sprawdź jak dostać wyższe świadczenie
- 36 Papierowe zwolnienia znikają
- 37 Czy osoba całkowicie niezdolna do pracy może pracować?

EDUKACJA:

- 22 Krew i pot na szkolnych korytarzach
- 23 Z ekologią za pan brat
- 23 Studencka współpraca z PFRON-em



SPOŁECZEŃSTWO

10 Awantura o znak

Bus dowożący do ośrodka córkę pani Barbary nie miał wyznaczonego obszaru postojowego. Z braku wolnej przestrzeni, którą zajmowały parkujące przed blokiem samochody, kierowca zmuszony był zatrzymać się w jedynym wolnym miejscu – na wjeździe – blokując przy tym drogę pozostałym osobom.



KULTURA

32 Elbląg kolejny raz na kartach powieści

„Przeglądałam wykaz przestępstw, jakie uwzględni kodeks postępowania karnego – jest tam ich naprawdę sporo, ale trudno zrobić zagadkę kryminalną np. z kradzieży samochodów. Stwierdziłam, że przyda mi się nowe wyzwanie, dlatego wybrałam tematykę porwania”.



PasjONaci

43 Tandemem na Kilimandżaro

Plany są bardzo ambitne. Na pytanie „Co jeśli nie uda się zdobyć szczytu?” Michał odpowiada: Na takich wyprawach, jak w życiu, trzeba wszystkie opcje wziąć pod uwagę. Nie da się przewidzieć wszystkiego. Jesteśmy jednak dobrej myśli. Będziemy starali się jak najlepiej przygotować do tego pod każdym względem.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

PORTAL I GAZETA 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, Monika Szałas,
Teresa Bocheńska, Krzysztof Wójcik
Paweł Rodziewicz, Magdalena Ulanowska,
Eliza Krakowska-Mowińska, Damian i Ilona Nowaczy

© Wszelkie materiały zawarte w gazecie chronione są prawem autorskim.
Wszelkie prawa zastrzeżone, dalsze rozpowszechnianie artykułów i zdjęć tylko za zgodą wydawcy.
Miesięcznik jest członkiem Polskiego Stowarzyszenia Prasy Lokalnej (PSPL).
Autorzy zamieszczanych artykułów prezentują własne poglądy.
NAKŁAD: 4000 egzemplarzy
Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonywania zmian i skracania dostarczonych materiałów.

WYDAWCA:

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

DZIAŁ ŁĄCZNOŚCI Z CZYTELNIKAMI:

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

DRUK:
PPUH APLAUZ



**ZADZWOŃ
DO NAS**

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

Zadzwoń!

Czekamy na Twój telefon!

(55) 232-69-35

lub napisz!

redakcja@razemztoba.pl

Fotografia na okładce: zdjęcie mam biorących udział w kampanii społecznej Piękno jest w nas, realizowanej przez Fundację im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ, www.podajdalej.org.pl
fot. Marika Sypniewska



Po dłuższej przerwie powracamy na łamy drukowanej wersji „Razem z Tobą”. W imieniu swoim jak i całej redakcji serdecznie dziękuję za wszystkie miłe słowa, życzenia z okazji jubileuszu oraz wszelkie przejawy wsparcia, jakie otrzymywaliśmy od wielu osób w ostatnich tygodniach. Zabieramy się zatem do pracy i jak zawsze życzymy miłej lektury, a zarazem zachęcamy do kontaktu z nami, jeśli mają Państwo jakieś opinie i sugestie dotyczące tego, o czym chcieliby Państwo przeczytać na łamach „Razem z Tobą”.

W ostatnich miesiącach sporo się działo, trudno więc wybrać kilka wydarzeń by okraszać je „okiem naczelnego”. Na pierwszy plan wysuwają się oczywiście wydarzenia ostatnich tygodni w Sejmie, gdzie matki dorosłych dzieci z niepełnosprawnościami okupują tamtejsze podłogi. Przez ten niemal miesiąc znaleźli się już tacy, co na ratunek podłogom chcieli wysłać straż marszałkowską oraz tacy, co z chęcią znaleźliby paragrafy na protestujących. Z kolei z drugiej strony politycznej barykady słychać słowa wsparcia dla walczących o „godność” i „zabezpieczenie przyszłości” swoich dzieci – paradoksalnie, mówią to ci, za których kadencji podobny protest już się odbywał i nic od tamtej pory nie zostało zrobione. I żeby była jasność, wówczas obiecywali jedni, dziś drudzy. A koniec końców, jedyne co się przez ten czas zmieniło (pomimo wielu obietnic), to podział sił w sejmie.

To, co dzieje się w Sejmie, komentować można godzinami. Oceniać zarówno jednych jak i drugich można dniami. O zasadność tego protestu oraz jego formułę też można się spierać. Najlepiej jest dać się wypowiedzieć samym zainteresowanym – w tym numerze, na kolejnych stronach przedstawiamy tekst: świadectwo jednej z matek opiekującej się niepełnosprawnym dzieckiem. W następnym numerze oddamy głos kolejnym osobom, by wypowiedziały się w tej kwestii. Wszystko w myśl zasady: politykę się robi – rodzicem niepełnosprawnego dziecka się jest.

Sporym echem w mediach odbiło się również wyznanie 104-letniego australijskiego naukowca, który zmęczony życiem i coraz mniejszą kontrolą nad własnym organizmem, skarżąc się jednocześnie na to, że przyszło mu dożyć tak sędziwego wieku, postanowił sam wykonać „robotę” kostuchy, która, jak sam twierdził, chyba o nim zapomniała. Wyruszył więc na swoją ostatnią drogę z Australii do Austrii, by tam ostatecznie samemu zdecydować o końcu swojego istnienia. Czy miał do tego prawo? W końcu dano człowiekowi wolny wybór. Lecz pozostaje pytanie, czy w tym wieku można jeszcze racjonalnie podejmować decyzje? Przecież tylu ludzi (niejednokrotnie dużo młodszych) na co dzień ma szaleńczą chęć życia mimo postępujących chorób, a tutaj ktoś marzy o śmierci. Nie przypomina to depresji?

Na skalę światową rozrosła się także walka rodziców Alfiego Evansa, którzy za wszelką cenę nie chcieli dopuścić do wykonania wyroku sądu, który zgodził się na odłączenie chłopca od aparatury podtrzymującej życie. Chłopiec cierpiał na niezdiagnozowaną, śmiertelną chorobę i przebywał w stanie śpiączki farmakologicznej. Zdaniem lekarzy dziecko miało poważnie uszkodzony mózg, przez co nie było w stanie normalnie funkcjonować poza szpitalem. W swojej argumentacji lekarze stan dziecka zaopiniowali jako wegetatywny i nieodwracalny, przekonując, że degradacja tkanki nerwowej jest postępująca. Dalsze podtrzymywanie Alfiego przy życiu było więc ich zdaniem niehumanitarne i tylko potęgowało jego cierpienie. Sąd nakazał przerwanie leczenia. Kilkadziesiąt godzin po odłączeniu od aparatury chłopiec zmarł. Sprawa ta podzieliła opinię publiczną i uzyskała taki rozgłos, że pomoc oferował sam Papież Franciszek. W tej sprawie każdy miał rację. Sąd oraz lekarze – dobrze wiedzieli, że przy takim uszkodzeniu mózgu nie ma cienia szansy na poprawę – rokowania medyczne w takich przypadkach są bezlitosne. Z kolei trudno dziwić się rodzicom, że walczyli jak lwica broniąca swojego potomstwa przed stadem silniejszych zwierząt, kierując się sercem i miłością rodzicielską a nie zdrowym rozsądkiem. Jak pokazuje wiele przykładów, niejednokrotnie miłość rodzicielska jest równie bezgraniczna i głęboka, co ślepa – ale w tym wypadku jest to całkowicie zrozumiałe i dla mnie, jak najbardziej na plus. Nikt z nas nie chce przecież stracić własnego dziecka i nigdy nie przyjmie tego do wiadomości, choćby nie wiem jakim uczonym był...

Rafat Sutek

Wolontariuszu, gdzie jesteś?

Szpital w NN to duży budynek, niegdyś znajdował się w stolicy województwa i zachował swoją nazwę, mimo że województwo ma już inną stolicę, ponieważ znacznie poszerzyło swoje granice. Znajduje się tutaj wiele oddziałów: Chirurgiczny, Onkologiczny, Wewnętrzny, Anestezjologii i Intensywnej Terapii, Diabetologiczny, Dermatologiczny, Kardiologiczny, Położniczy, Pediatriczny, Okulistyczny, Urologiczny. Jest także duży blok operacyjny.

Tutaj przyjeżdżają lub są dowożeni pacjenci z całego województwa. Pacjenci są zadowoleni z metod i wyników leczenia, narzekają jednak na zbyt małą ilość pielęgniarek, które są „złe jak osy”, gdy chory przywoła je z błahego powodu. A nieistotnym powodem jest wietrzenie sali. Pielęgniarka otwiera okna i wychodzi, nie popatrzy, czy chory jest dobrze okryty, czy nie trzeba mu poprawić koca i poduszki, a może jak właśnie siedzi, pomóc nałożyć podomkę. Wychodzi i wyiębia pacjenta na te dziesięć minut wietrzenia pokoju. Zwłaszcza starsi pacjenci skarżą się często na zimno, jeżeli rodzina nie zadbała o dodatkowy koc i skarpetki czy cieplejszą koszulkę lub piżamę. W każdej sali jest termometr i przepisowa temperatura, niestety, gdy krążenie jest niewydolne, to pojawia się zimnica. Wtedy dziewięćdziesięcioletniemu choremu nie wystarcza jeden regulaminowy szpitalny koc czy kołdra.

Innym problemem szpitala jest brak sztućców, chory musi przyjechać na leczenie z własnym nożem, widelcem i łyżką. Jeżeli nie ma, pielęgniarka lub rodzina kupują w kiosku sztućce plastikowe, jeżeli natomiast nie ma pieniędzy, z łaski dostanie plastikową łyżkę i widelec. Salowe zabierające brudne naczynia zostawiają więc sztućce na szafkach przy chorym. Leżący pacjenci jedzą obiady brudnymi łyżkami, ponieważ sami nie podejść do zlewu, żeby je umyć.

W tym to szpitalu leczone były dwie moje starsze znajome. Obie bardzo cierpiące i słabe, same nie były w stanie zjeść łyżką



Fot. pixabay.com

zupy. Salowa po wejściu do sali pytała zwykle – gdzie postawić posiłek. Chora odpowiadała – na szafce, którą trzeba było jednak odpowiednio dostawić, czego już się opiekunka nie domyśliła, żeby chory spróbował o własnych siłach coś zjeść, albo dopowiadała – tam gdzie miejsce, więc obiad trafiał nawet na parapet okienny, do którego pacjent czy pacjentka unieruchomieni w łóżku nie byli w stanie podejść. Do jednej mojej znajomej przychodziła jednak codziennie po pracy córka, przynosiła termos z ulubioną i ciepłą zupą mamy. Tak było przez cały pobyt w szpitalu. Nietknięty szpitalny obiad wracał do kuchni.

Druga starsza znajoma też miała rodzinę, ale niestety, nie miała ciepłych posiłków, rodzina przychodziła po piętnastej, przynosiła drożdżówki i ciasto, chora skarżyła się przez to na bóle trzustki. Sama nie radziła sobie z jedzeniem, wylewała zupę na siebie, ponieważ nie utrzymała łyżki w dłoni. Nie było nikogo, kto by ją nakarmił. Salowe przychodziły, stawiały posiłek na parapecie okiennym, potem zbierały pełne talerze. Jej sąsiadka była w podobnym, a nawet jeszcze trudniejszym stanie, bo bez kontaktu, obok jej łóżka stawiano rozdrobnione przy pomocy blendera papki warzywne, po godzinie zabierano je nietknięte. Nie było nikogo, kto zająłby się nakarmieniem leżących pacjentów.

Nie wiem, czy salowe robiły spis pacjentów, którzy nie jedzą, czy gdy chorzy znaleźli się w sytuacji krytycznej, podłączano ich po prostu do kroplówek. Wiem, że nie było nikogo, kto zająłby się podaniem pokarmu pensjonariuszom, którzy przecież w domu, korzystając z pomocy rodziny lub opieki, jedli posiłki.

Moim zdaniem, szpital powinien mieć kilka opiekunek – salowych, pielęgniarek lub wolontariuszek, które w takiej sytuacji po otrzymaniu listy i numeru sali, zajęłyby się nakarmieniem chorych, którzy sami nie są w stanie się najeść, lub uzgadniałyby z rodziną możliwości opieki w czasie posiłków. Prawdopodobnie efekty leczenia byłyby wówczas lepsze. Człowiek, który potrzebuje pomocy przy myciu, leży i nie potrafi utrzymać łyżki w dłoni, musi mieć pomoc i opiekę nie tylko przy toalecie porannej i wieczornej, ale i jedzeniu, a tego w wielu szpitalach nie ma. ■

Helena ML

Moim zdaniem, szpital powinien mieć kilka opiekunek - salowych, pielęgniarek lub wolontariuszek, które w takiej sytuacji po otrzymaniu listy i numeru sali, zajęłyby się nakarmieniem chorych, którzy sami nie są w stanie się najeść, lub uzgadniałyby z rodziną możliwości opieki w czasie posiłków.

Wylało mi się. Każdy ma przecież gdzie swoją granicę

Pomiędzy muszę a nie wolno mi

Pierwszy dzień turnusu. Zaczynamy rano. Śniadanie dostosowane do zgłoszonej diety, więc bez problemu. Po ósmej zaczynamy zajęcia, które są rozplanowane do popołudnia z krótkimi przerwami. Nie narzekam, zapłaciliśmy w końcu 6 tysięcy za dwa tygodnie. Powinniśmy mieć takich kilka rocznie, ale to by było ciężkie do udźwignięcia. PCPR raz w roku daje ponad 2000 dofinansowania. Na dzieci. Na dorosłych tylko czasami. Oczywiście pieniądze na turnus zbieramy w ramach jednego procenta, więc nas stać, bo jest wiele osób zaangażowanych w pomoc młodemu. Zaczynamy zajęcia delikatnie. Wchodzi mama innego dziecka (jeszcze nie wiem jakiego) i prosi o pomoc, bo ma stan zapalny w barku. Szybko jest podłączona pod tonolizę i zaczyna się wywiad. Czy to jest ta sama kontuzja, co ostatnio? I okazało się, że wtedy był łokieć. Syna spotykamy później. Ma około szesnaście lat. Jest mocno spastyczny, bez kontaktu i na bardzo specjalistycznym wózku. Bo taki mieć musi, żeby w ogóle się przemieszczać.

Strajk jest gdzieś poza

Tutaj nie dyskutuje się o tym strajku, chociaż pewnie każdy o tym myśli. Tam dzieci śpią na podłodze z rodzicami bez dostępu do rehabilitacji, lekarzy czy też nawet spaceru. Bez prozaicznych przyjemności. Temat osób niepełnosprawnych wraca jak bumerang, bo jest wrzodem na dupie kolejnych rządów, urzędów i w dużej części społeczeństwa. Nikt nie ma pomysłu, co z nimi zrobić, a wszyscy mają świadomość, że pomoc to studnia bez dna, bo cały czas społecznie nie dorośliśmy do jakiegoś programu wsparcia. Wszystko jest na jakiś cel. A nie ma zmiany myślenia i traktowania innych. Bo tu nie chodzi o pieniądze. Tu chodzi o to, by zapewnić godne życie nawet, jeśli jest ono bardziej wymagające. Z drugiej strony skoro je powołaliśmy, uparcie dążymy do zaostrzenia ustawy antyaborcyjnej i płacimy za urodzenie chorych dzieci, to dlaczego potem odwracamy od nich wzrok, komentujemy artykuły o potrzebach opiekunów hasłami, że trzeba było się zbadać i nie rodzić czy też oddać. Komu? DPS? Caritas? Dom dziecka?

Życie liczy się w tysiącach

Piszę, że nie chodzi o pieniądze, bo żadne środki nie załatwią sprawy. Rodzice teoretycznie zdrowych dzieci też przecież mogą tłumaczyć, że dużo wydają na leczenie. Być może, ale pewnie w większości to jest czasowe. W przypadku osób niepełnosprawnych to jest worek bez dna, ponieważ im dziecko starsze, tym jego potrzeby są większe i droższe, a państwo sukcesywnie zakręca kurek. Gdy obserwuję dzieci tu, to widzę ogromne pieniądze w każdym z nich, pomimo tego że każde ma inne potrzeby. Widzę specjalne buty za 300, 600, 1000, które pomagają stawiać prawidłowo stopy, widzę ortezy, które potrafią kosztować kilka tysięcy, wózki za kilkadziesiąt, systemy komunikacji za kolejne



Fot. nadesłane

czterdzieści, chociaż przecież są i za 100000. Widzę pieluchy, do których miesięcznie trzeba dopłacić 200 złotych, o ile się człowiek załapał na „Ustawę za życiem” i większy limit. Widzę aparaty, które pozwalają słyszeć, widzieć, jeść. A dziecko (bo będę się odnosić do własnego podwórka) otrzymuje zasiłek w wysokości 153 zł miesięcznie. Jak ktoś zauważył, nie wspominałam o wydatkach na rehabilitację, lekarzy, hospitalizację czy leki. Nie jest lekko, a przecież maluch ma swoje potrzeby - musi jeść, chodzić do szkoły czy przedszkola, ubrać się jakoś i mieć rozrywki. Jest 1%. I są dofinansowania z NFZ czy PFRON - dość mocno limitowane, ale są. Z tego nie da się jednak zapewnić potrzeb, szczególnie tych wysoko specjalistycznych. Wymaga to natomiast wypełniania tony dokumentów, przedzierania się przez rubryki i formularze, posiadania zaświadczeń od lekarzy i oczywiście aktualnego orzeczenia. A komisje orzekające mają zbawczą moc uzdrawiania. Do legendy przechodzą historie niepełnosprawnych, którzy po latach okazali się zdrowi dla systemu pomimo bardzo ciężkich chorób. Pamiętać należy, że orzeczenie to nie tylko 153 zł zasiłku dla dziecka i czasem 1466 zł dla opiekuna (o ile lekarz zdecyduje, że mu się należy, a rodzic zrezygnował z pracy). Brak dokumentu to również odcięcie od możliwości jakiegokolwiek wsparcia. Nawet wy-

jazdu na prywatny turnus czy też możliwości uczęszczania do przedszkola/szkoły/ na warsztaty terapii zajęciowej specjalnych lub integracyjnych. Tony dokumentów i zaświadczeń, jakie trzeba dostarczyć, aby otrzymać orzeczenie to historia człowieka, którego na komisji nikt nie bada, nikt z rodzicem nie rozmawia, a petentów traktuje się jak potencjalnych złodziei. Potem kolejne legitymacje, druki i zaświadczenia. Orzecznictwo to również najczęściej poruszany temat przez rodziców na forach internetowych. A za tym idzie oczywiście cała procedura odwołań. Priorytetem jest zdrowie i życie dzieci oraz zapewnienie im opieki, a w praktyce to wędrówki pomiędzy urzędami, specjalistami, papierkami i komisjami. W przypadkach częstych również sądy. Dla przykładu, żeby dostać się do Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej, do której przynależymy, musimy pokonać 28 schodów – bez windy czy nawet podjazdu. Dodam, że instytucja mieści się w szkole integracyjnej.

Zwyrodniali rodzice

Pod adresem rodziców osób niepełnosprawnych padło wiele nieprzyjemnych słów. Przede wszystkim, że wykorzystują dzieci, nie tak spożytkują te (ogromne) 500 zł i robią podopiecznym krzywdę. No cóż. Myślę, że nikt z opiekunów na taki los się nie pisał. I niejeden usłyszał, że takie dziecko to kara za grzechy, siedlisko Szatana, czy też choroba, która może się przenieść na jego zdrowe dziecko. To spychanie na margines w niemalże wszystkich sferach życia. Dziecko niepełnosprawne jest „łatką” i jak pokazuje przykład z obecnego i poprzedniego protestu okazuje się, że opiekunowie nie mogą jechać na wakacje, iść do fryzjera, czy ze znajomymi na piwo, bo mają chore dziecko i muszą mu poświęcać cały czas, każdą złotówkę i życie.

Nie jestem matką heroiczną

A ten heroizm zniszczył wiele rodzin, karier zawodowych, wpędził wielu w depresję lub w wyrzuty sumienia, a pozostałe dzieci zepchnął na drugi, trzeci lub też bardzo odległy plan. To tytułowe „musieć” wynika z pewnej odpowiedzialności za życie, które się powołało, pomimo tego że jest ono koślawe, śliniące się, krzyczące czy też inne od normy. To nie jest kara ani nagroda. Ten bardzo trudny egzamin z życia przystaje zdawać w bardzo trudnych warunkach. Do szału doprowadzają mnie zdania, że ktoś podziwia takich rodziców, albo że oni zawsze dają radę. Bo właśnie mi się chce nie dać rady i nie stawać na wysokości zadania. Zastanawiam się, gdy nie mam siły wstać z łóżka, bo kręgosłup odmawia mi posłuszeństwa lub kolana nie pozwalają się schylić, jak wsadzić syna na wózek albo do wanny. Co będzie, gdy kiedyś się nie obudzę, albo nie będę w stanie nawet sięgnąć po telefon. A potem. Jak zmienić pampersa szesnastolatкови, który nie ma już małego ptaszka tylko śmierdzące jajka i waży tyle ze swoją wiotkością, że można

nie dać rady unieść mu tyłka. A dojrzwianie? A kolejny wózek? Jeszcze większy, mniej praktyczny czy też za drogi. Czy jak umrę, to czeka na niego miejsce w DPS-ie, czy już teraz powinnam mu zarezerwować i opłacić? O dziwo miesięczne utrzymanie jednej osoby wlicza się tam na koszt przekraczający 3000 zł.

Dajcie nam żyć!

Na razie jednak nie umieram, życie jednak pokazuje, że w przypadku jakiegokolwiek choroby, wypadku czy też czasowej niezdolności do opiekowania się dzieckiem niepełnosprawnym w praktyce nie można liczyć na pomoc jakiegokolwiek instytucji. Pozostają bliscy, ale z nimi też jest przecież różnie.

Niepełnosprawność dotyka całej rodziny, zamiast słów o podziwieniu powinna rodzić chęć pomocy czy to w formie jakiegokolwiek wsparcia czy też na przykład zabrania dziecka na spacer lub też innych działań, które czasem polegają na tym, że się po prostu przy kimś jest. Wielu rodziców, rezygnując z pracy, na stałe odcina się od innych, zostają zepchnięci na margines społeczny, który wcale nie jest taki ciasny. Poza tym uważam, że zakaz wykonywania pracy zarobkowej pozbawia opiekunów godności, bo każe im się żyć w pozycji żebraczej za niemalże głodowe stawki, eliminuje z życia zawodowego oraz ogranicza możliwości kontaktu z ludźmi – czyli odcięcia się od „łatki”. A praca to samorealizacja. A ta jest szczególnie potrzebna w poczuciu, że nie przegrało się swojego życia, żyjąc cudzym.

P.S.

Dla rządzących mam tylko te słowa z Ewangelii Św. Mateusza (Mt 25):

- 35 Bo byłem głodny, a daliście Mi jeść;
byłem spragniony, a daliście Mi pić;
byłem przybyszem, a przyjęliście Mnie;
36 byłem nagi, a przyodzialiście Mnie;
byłem chory, a odwiedziliście Mnie;
byłem w więzieniu, a przyszliście do Mnie".
37 Wówczas zapytają sprawiedliwi: "Panie, kiedy widzieliśmy Cię głodnym i nakarmiliśmy Ciebie? spragnionym i daliśmy Ci pić?
38 Kiedy widzieliśmy Cię przybyszem i przyjęliśmy Cię? lub nagim i przyodzialiśmy Cię?
39 Kiedy widzieliśmy Cię chorym lub w więzieniu i przyszliśmy do Ciebie?"
40 A Król im odpowie: "Zaprawdę, powiadam wam: Wszystko, co uczyniliście jednemu z tych braci moich najmniejszych, Mnieście uczynili".

Zanim skomentujesz ten post językiem nienawiści, idź na jeden dzień zaopiekować się niepełnosprawną osobą. Jeśli to ci nie pomoże, to chodź do niej przez tydzień. ■

Dominika Lewicka-Klucznik

Dominika Lewicka-Klucznik – animatorka kultury, poetka, redaktor i recenzent. Prezes Stowarzyszenia „Alternatywni”, które zajmuje się organizacją wydarzeń literackich w Elblągu – w tym Festiwalu Literatury „Wielorzecz”. Prywatnie żona, mama czternastoletniej córki i siedmioletniego syna Olgerda (<https://www.facebook.com/oloklucznik/>), który jest znacznie opóźniony w rozwoju. Pomimo rozległej diagnostyki nie udało się ustalić przyczyn niepełnosprawności ani ustalić rokowań na przyszłość.

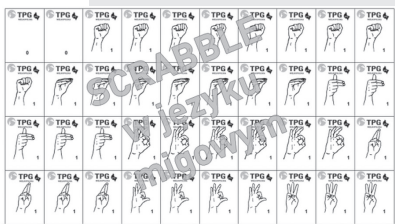


Uwaga na podejrzane maile

Ministerstwo Finansów nadało komunikat z ostrzeżeniem dla użytkowników poczty elektronicznej, dotyczący próby wyłudzenia danych. Falszywe e–maile dotyczą „zwrotu pieniędzy za ostatni rachunek podatkowy”. Żeby go otrzymać, adresat wiadomości ma uzupełnić formularz elektroniczny na stronie internetowej ministerstwa. Jednak odnośnik prowadzi do fałszywej witryny, która wyłudza dane osobowe, hasło logowania do poczty elektronicznej oraz dane karty kredytowej.

„Do wiadomości dołączony jest załącznik o nazwie DYREKCJA GENERALNA FINANSA PUBLICZNA - pdf, który udaje oficjalną korespondencję urzędową. W pliku nie stwierdzono obecności żadnego znanego kodu złośliwego, jednak zalecamy, aby go nie otwierać” – czytamy na stronie Ministerstwa Finansów.

Źródło i fot.: www.mf.gov.pl



Zagraj w „Scrabble” w języku migowym

„Scrabble” to jedna z najpopularniejszych na świecie gier słownych. Jej wersję w języku migowym przygotowała i udostępniła Wielkopolska Jednostka Towarzystwa Pomocy Głuchoniewidomym.

Twórcy wierzą, że zabawa to doskonały sposób na naukę, dlatego dla osób nieznających języka migowego przygotowali ściągawkę z polskiego języka migowego. Kartę z literami należy wydrukować (zaleca się grubszy papier oraz zabezpieczenie wydrukowanego arkusza), a następnie wyciąć poszczególne litery. Wystarczy przygotować podstawki i zacząć grę, którą można bezpłatnie pobrać na razemztoba.pl/17953.

Red.



„uDARuj zdrowie”, czyli jak pomóc choremu

270 minut – to maksymalny czas, jaki powinien upłynąć od wystąpienia pierwszych objawów udaru mózgu do interwencji lekarskiej. Bydgoscy studenci prowadzą kampanię edukacyjną „uDARuj zdrowie”, z której można dowiedzieć się, jak rozpoznać objawy choroby, by sprawnie udzielić pomocy. W Polsce blisko 90 tysięcy osób rocznie doznaje udaru mózgu, który jest przyczyną trwałej niepełnosprawności i zgonów. Najczęściej dotyczy to osób starszych, dlatego studenci zrzeszeni w Studenckim Kole Naukowym przy Klinice Neurologii Collegium Medicum UMK przygotowali filmy edukacyjne dla seniorów i uczniów. Wiedza na temat objawów udaru i odpowiednio szybka reakcja mogą uchronić przed przykrymi konsekwencjami udaru, utrudniającymi normalne funkcjonowanie osoby, która go doznała. Z dwóch filmów przygotowanych przez bydgoskich studentów można dowiedzieć się, czym jest udar mózgu i na czym polega, jakie są jego objawy i jak je rozpoznać, a także co należy zrobić, gdy je zauważymy. Studenci będą też dzielić się wiedzą podczas prelekcji, pogadarek i prezentacji. ■

Prezentacje można obejrzeć na: razemztoba.pl/17947

Red.



Muzyką o miłości

„Kochanie, nie bój się, kochałam cię przez tysiąc lat i będę kochać przez kolejny tysiąc” – śpiewało 50 mam dzieci z zespołem

Downa w filmiku, który podbił serca internautów.

Video „50 zwykłych mam, 50 zwykłych dzieci, 1 dodatkowy chromosom” pojawiło się w internecie niedługo przez Światowym Dniem Zespołu Downa. Jego autorkami są matki zrzeszone w facebookowej grupie „Designer Genes”, które ze swoimi dziećmi zaśpiewały piosenkę Christiny Perri „A thousand years”. Jej autorka poinformowała na Twitterze, że czuje się zaszczycona wyborem utworu.

Inspirację zaczerpnięto z działalności Singing Hands – organizacji, która tworzy materiały dotyczące systemu gestów i symboli graficznych składających się na Program Językowy Makaton. Wzruszający filmik powstał na wzór słynnego samochodowego karaoke. ■

Film zobaczyć można na: razemztoba.pl/17899

Red.

Źródło: pw.edu.pl



Przywrócić sprawność społeczeństwu

Politechnika Warszawska, która od lat realizuje projekty z korzyścią na rzecz społeczeństwa, włączy się w działania Narodowego Centrum Rehabilitacji Ruchowej, by wspierać inicjatywy prozdrowotne.

Pod koniec lutego odbyło się spotkanie, podczas którego omówiono temat współpracy mającej na celu przywrócenie sprawności społeczeństwu poprzez wykorzystanie wiedzy i doświadczenia uczelni w zakresie biotechnologii. W spotkaniu z honorowym patronem inicjatywy Marszałkiem Seniosem Kornelem Morawieckim wzięli udział przedstawiciele uczelni.

Działalność związana z inicjatywami na rzecz społeczeństwa nie jest dla Politechniki Warszawskiej nowością. Pisaliśmy o tym już wielokrotnie, m.in. przy okazji budowy elektrycznego holidu dla niepełnosprawnych oraz prac nad zaawansowanym wewnątrzbudynkowym GPS dla osób z dysfunkcją wzroku. Warto również wspomnieć, że zespół badaczy z Wydziału Inżynierii Chemicznej i Procesowej stworzył sztuczne naczynia krwionośne (protezy naczyń wieńcowych).

Fundacja Poland Business Run z grantem na innowację społeczną



Na podstawie doświadczenia związanego z kompleksową pomocą osobom niepełnosprawnym ruchowo, w tym osobom po amputacji, Fundacja Poland Business Run postanowiła otoczyć swoich podopiecznych jeszcze skuteczniejszą opieką. W tym celu wprowadza w życie projekt „Trenerzy Wsparcia”, który pozwoli osobom tuż po amputacji wrócić do życia sprzed zabiegu, a osobom już oprotezowanym umożliwi powrót na rynek pracy. Trenerzy Wsparcia to osoby oprotezowane, które wróciły już do codziennych

obowiązków, jednak to, co przeszły, skłania je do dzielenia się wiedzą. Doskonale rozumieją każdy etap związany z oswojeniem nowej rzeczywistości. Są w stanie wczuć się w potrzeby głównych odbiorców projektu – osób, które oczekują na zabieg amputacji lub są tuż po nim. Potrafią znaleźć optymalne rozwiązania dla powstających problemów związanych z oswojeniem nowej rzeczywistości. Trenerzy będą mogli również wskazać źródła finansowania protez i pomóc przejść przez formalności w instytucjach publicznych, takich jak PFRN, NFZ, ZUS. Z drugiej strony otrzymają możliwość aktywizacji zawodowej, pracując w ramach projektu w roli asystenta osoby amputowanej.

– Z doświadczenia wiemy, że lęk przed samotnym znoszeniem trudnej sytuacji sprawia, że osobom po amputacjach trudno wrócić do życia zawodowego i społecznego. Osoby te potrzebują wsparcia i motywacji do działania. Pomoc asystenta osoby amputowanej jest na tym etapie bardzo ważna. Dzięki wdrożeniu takiej innowacji nasi podopieczni otoczeni będą jeszcze skuteczniejszą opieką, a to jest dla nas najważniejsze – wyjaśnia Agnieszka Pleti, Prezes Fundacji.

Fundacja Poland Business Run

Awantura o znak

Barbara Falenta z Elbląga przez 2 lata starała się, aby Mała Spółdzielnia Mieszkaniowa „Jutrzenka” zamontowała specjalny znak pod jej klatką przy ul. Fromborskiej. Miał on umożliwić wjazd busa dowożącego jej niepełnosprawną córkę do Środowiskowego Domu Samopomocy. W lipcu ubiegłego roku, ku zadowoleniu pani Barbary, znak postawiono. Niestety 3 miesiące później został on zdjęty i od tamtej pory nie wrócił na swoje miejsce. Bezsilna zwróciła się o pomoc do naszej redakcji.



Fot. Aleksandra Garbecka

KRZYSZTOF WÓJCIK

– Córka jest niepełnosprawna, porusza się na wózku, gdyż ma niedowładny kończyn dolnych, nie mówi. Dopóki miałam siłę i byłam młodsza, nosiłam córkę na rękach z i do samochodu, ale córka dorosła i waży teraz o wiele więcej niż kiedyś – tłumaczy 60-letnia Barbara Falenta.

Rzecz w tym, że bus dowożący do ośrodka córkę pani Barbary nie miał wyznaczonego obszaru postojowego. Z braku wolnej przestrzeni, którą zajmowały parkujące przed blokiem samochody, kierowca zmuszony był zatrzymać się w jedynym wolnym miejscu – na wjeździe – blokując przy tym drogę pozostałym osobom.

Początkowo w spółdzielni zaproponowano wyznaczenie koperty

na parkingu pod blokiem.

– Bus do transportu osób niepełnosprawnych jest duży i potrzebowałby aż dwóch miejsc parkingowych, poza tym trzeba dodatkowo rozłożyć rampę dla wózka, więc mimo szczerych chęci spółdzielni, nie był to do końca trafiony pomysł – wyjaśnia pani Barbara.

Po licznych konsultacjach ostatecznie postawiono znak zakazujący postoju w odległości 10 m wzdłuż bloku w godzinach 7–8 i 16–17. Niestety, jak podkreśla pani Barbara, sąsiedzi nie zawsze się do niego stosowali. Po paru miesiącach z bezsilności zadzwoniła na policję, która „wlepiała” mandaty właścicielom aut parkujących niezgodnie z przepisami.

– Po tym incydencie moje relacje z sąsiadami mocno się niestety oziębily. Podejrzewam, że komuś ta sytuacja nie spodobała się na tyle, że wymusił

na spółdzielni zdjęcie znaku – mówi rozżalona kobieta.

Dopóki znaku nie będzie, bus nadal będzie stawał w miejscu w którym nie powinien, blokując przy tym drogę samochodom z obu stron, które zgodnie z prawem mają pierwszeństwo.

– To bardzo stresujące, kiedy słyszę jak z jednej i z drugiej strony trąbią na kierowcę busa, który stoi pod klatką czasem i 20 minut – przyznaje ze smutkiem pani Barbara.

O komentarz w tej sprawie poprosiliśmy Zarząd Małej Spółdzielni Mieszkaniowej „Jutrzenka”. Sytuacja pani Barbary jest im znana. Kwestię usunięcia znaku zakazu postoju (B-35) spółdzielnia tłumaczy faktem, że znalazły się osoby, które jego ustawienie zakwestionowały. Musiał on zostać zdjęty ze względu na konflikt z innym znakiem

– oznaczającym strefę zamieszkania D-40, który stoi przy wjeździe na drogę wewnętrzną. Po interwencji mieszkańców spółdzielnia otrzymała pismo z Komendy Miejskiej Policji wzywające do prawidłowego oznakowania drogi. Ich zdaniem jednoczesne ustawienie obu znaków wprowadza dezinformację, podczas gdy oznaczenia dróg powinny być jasne i czytelne.

– Spółdzielnia mieszkaniowa jest zobowiązana do działania zgodnie i w granicach prawa. Pomimo tego, chcąc

pomóc pani Barbarze, ustawiliśmy znak B-35 z uwzględnieniem godzin w jakich bus odwozi i przywozi jej córkę – pisze w odpowiedzi Alicja Sosnowska, prezes spółdzielni.

W związku z powyższym nasza redakcja postanowiła zwrócić się pisemnie w tej sprawie do Komendy Miejskiej Policji w Elblągu.

– Wspólne rozpoznanie sytuacji w terenie pozwoliło na konstruktywne wnioski. Skierowaliśmy do spółdzielni pismo, w którym wskazujemy sposób oznako-

wania terenu znakami pionowymi, tak by innym mieszkańcom jednoznacznie wskazać konieczność pozostawienia miejsca dla pojazdu służącego do transportu córki Pani Barbary – pisze st. asp. Wiktor Kaczmarek.

Spółdzielnia „Jutrzenka” poinformowała z kolei, że w maju tego roku planuje przebudowę drogi przy ulicy Fromborskiej zgodnie z zaleceniami policji. Zostanie ona oznakowana w taki sposób, aby uwzględnić także potrzeby pani Barbary i jej niepełnosprawnej córki. ■

TRANSPORT

Prawo jazdy na ciężarówce dla osób niesłyszących i niedosłyszących

Powstał projekt nowelizacji ustawy pozwalający osobom z niepełnosprawnością słuchu zdobyć prawo jazdy kategorii C i C1. Trafi on pod głosowanie w Sejmie, a jeśli zostanie zaakceptowany, niepełnosprawny będzie mógł ubiegać się o uprawnienie po dwóch latach od zdania egzaminu na samochody osobowe.



Fot. pixabay.pl

Proponowana przez posłów nowelizacja jest zapewnieniem, że całkowity lub częściowy ubytek słuchu nie będzie przeciwwskazaniem zdrowotnym do uzyskania prawa jazdy kategorii C i C1, a nabyta niepełnosprawność słuchowa nie będzie powodem do cofnięcia posiadanych uprawnień. Obecnie osoby niedosłyszące i niesłyszące nie mogą się ubiegać o prawo jazdy na samochody ciężarowe właśnie z powodu swojej niepełnosprawności.

Sejmowa komisja infrastruktury po pierwszym czytaniu i rozpatrzeniu

projektu ustawy wniosła o jego uchwalenie. Zmiana pozwoli osobom niepełnosprawnym zdobyć nowe kompetencje, co przełoży się na większe możliwości zatrudnienia.

Nowa ustawa daje także możliwość osobom niesłyszącym i niedosłyszącym nieodpłatnego skorzystania z pomocy tłumacza języka migowego podczas egzaminu państwowego. Do tej pory, ze względu na brak zapisów prawnych regulujących tę kwestię, niepełnosprawne osoby nierzadko miały problemy ze zrozumieniem poleceń i komunikacją

z egzaminatorem. Nawet, gdy Wojewódzki Ośrodek Ruchu Drogowego wyraził zgodę na pomoc tłumacza, jego koszty musiał ponieść egzaminowany.

Chcąc uzyskać prawo jazdy kategorii C lub C1, osoby z niepełnosprawnością słuchu będą musiały mieć prawo jazdy kategorii B od minimum dwóch lat.

Poparcie dla nowelizacji zadeklarowały wszystkie kluby parlamentarne. Miałyby ona wejść w życie 1 października tego roku. ■

Oprac. Krzysztof Wójcik

Piękno jest w nas

Dziewięć wspaniałych kobiet wzięło udział w kampanii „Piękno jest w nas”. Stanęły przed obiektywem aparatu wspólnie ze swoimi dziećmi, które uwielbiają grać w koszykówkę i mają mnóstwo energii. I nie byłoby w tym nic nadzwyczajnego, gdyby nie fakt, że wszystkie maluchy poruszają się na wózkach inwalidzkich.

JUSTYNA GACH

– Do tegorocznej kampanii zaprosiliśmy mamy naszych Podopiecznych, których łączy miłość do koszykówki i Klub Sportowy Mustang Young! Te mamy to wspaniałe i piękne kobiety, które pozwalają swoim dzieciom rozwijać pasje, ale też wymagają od nich i uczą samodzielności – mówi Zuzanna Janaszek-Maciaszek, Prezes Fundacji Podaj Dalej, inicjatorka kampanii.

Nie oceniaj przez pryzmat niepełnosprawności

Bohaterki kampanii podkreślają, że przeżywają komentarze, reakcje i pytania ludzi na widok ich niepełnosprawnych dzieci. To bardzo boli...

Ania chce, aby w życiu Kubę było miejsce na pasje, a nie tylko na leczenie, aby był postrzegany jako chłopiec, który wiele potrafi, a nie jako niepełnosprawny chłopiec na wózku. Dorota prosi, aby traktować niepełnosprawnych normalnie, nie gapić się na nich i nie wytykać palcami. Kasia nie lubi, gdy ludzie natarczywie się im przyglądają, czasami też komentują. Adrian też to zauważa, ale nie reaguje. Ma do tego dystans.

– Ktoś kto nie przeszedł lęku o życie swojego dziecka, mimo najszerszych chęci nigdy nie czuje się w naszą sytuację. I doskonale to rozumiemy! Ale jeżeli czegoś nie wiesz, to zapytaj jak wygląda takie życie! Nie oceniaj! Nie chcemy współczucia, chcemy tylko, żeby ludzie byli choć trochę empatyczni wobec inności, wobec naszych Dzieci. – podkreśla Iza.

Chcemy normalnie żyć

Kasia lubi szydełkować. Jest dokładna, a własnoręcznie zrobione rzeczy dają jej dużo radości. Na zabawę z Witkiem nie ma zbyt wiele czasu, bo w gospodarstwie jest dużo obowiązków. Witek uwielbia gotować i zna mnóstwo prze-



Fot. Marianna Sypniewska/Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ

pisów. Chciałby kiedyś wystąpić w programie MasterChef.

Druga Kasia szyje i czyta książki oparte na faktach, a z Adrianem lubi grać w Rummikub. Joanna spełnia się pracując jako neurologopeda kliniczny z dziećmi zaburzonymi i osobami dorosłymi po urazach mózgowo-czaszkowych. Wspólnie z Jagienką pysznie gotują i grają w planszówki. Ulubione gry to Pociągi i 5 sekund. Ania odpręża się, gdy gotuje i piecze. Wspólnie z Kubą grają w planszówki i dbają o rybki. Iza uwielbia pracę w ogrodzie, który dopiero powstaje. Tam ładuje akumulatory. Antoś podziela pasję mamy, dlatego każdą wolną chwilę chcieliby spędzać tam razem. Antoś lubi przyrodę i wszystko co się wokół niej dzieje. Kocha wędkować. Ma już swoje pierwsze zdobycze! Ostatnio zaczął majsterkować i poznawać świat elektroniki. Lidka lubi dbać o siebie i zaczytuje się w książkach o II wojnie światowej. Razem z Igusią śpiewają karaoke i grają w rzutki.

Dorota chciałaby podróżować. Jest to trochę trudne, bo wiele miejsc, atrakcji turystycznych i transport nie jest w pełni dostępnych dla turystów na wózkach. Z Bartkiem lubią grać w statki i Dobble. Beata lubi, gdy wokół

niej jest ładnie. Ostatnio zabrała się za odnawianie starych mebli. Z Dawidem gra w planszówki. Lubią też jeździć do kina i na termy. Anita własnoręcznie dekoruje mieszkanie. Od dłuższego czasu stosuje dietę i stara się dbać o siebie. Razem z Krzysiem lubią rajdy piesze z PTTK. Wspólnie też gotują i pieką ciasta. Wiele radości sprawia Anicie praca jako wolontariusz w szkole Krzysia.

Prawdziwym szczęściem może obdarzyć ktoś, kto sam jest szczęśliwy

Wszystkie bohaterki są wspaniałymi mamami i pięknymi kobietami, które jak każdy mają swoje lepsze i gorsze dni. W Fundacji Podaj Dalej znalazły wsparcie dla swoich dzieci i dla siebie. Wiedzą, że nie mogą się poświęcać i zapominać o sobie. Starają się żyć normalnie, chociaż czasem to nie jest wcale proste. Udział w kampanii wzięli: Iza Chruszcz z Antosiem, Kasia Jankowska z Adrianem, Joanna Karczyńska z Jagienką, Katarzyna Lubka z Witkiem, Beata Maksymowicz z Dawidem, Anita Marczak z Krzysiem, Dorota Powązka z Bartkiem, Lidka Rafalska z Igą, Ania Świdorska z Kubą. ■

Wędkarze bez barier

Wodę traktuje jak swój drugi dom, wędkarzy jak swoich braci. Tych dotkniętych niepełnosprawnością aktywizuje i udowadnia im, że mogą robić to co kochają najbardziej, czyli... łowić ryby. Norbert Stolarczyk od zawsze kochał wędkować.

Po wypadku, w wyniku którego doznał urazu kręgosłupa i usiadł na wózku, sądził, że już nigdy nie wróci do swojej pasji. Stało się jednak inaczej. Dziś z powodzeniem prowadzi stronę wedkarzebezbarier.pl i organizuje liczne imprezy wędkarskie dla osób niepełnosprawnych.

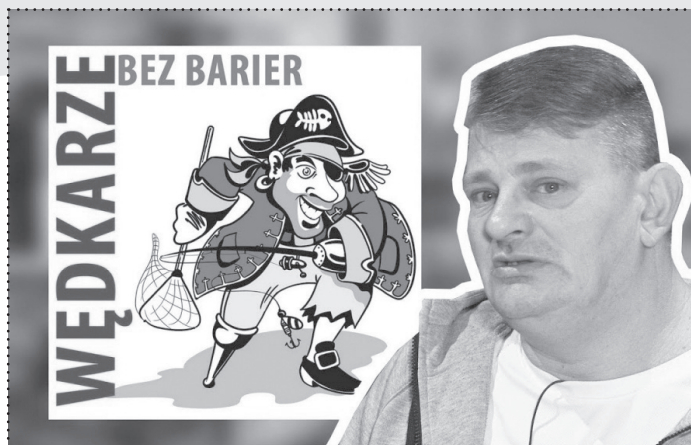
– Swoje pierwsze wędkarskie kroki stawiałem nad Świdrem, niedużą, ale uroczą mazowiecką rzeką. Przez wiele lat mieszkalem tuż nad jej brzegiem, nieopodal ujścia Mieni. Dziś mam 52 lata i od 25. wędkarskich sezonów poruszam się na wózku inwalidzkim. Zaczynałem nietypowo jak na wędkarza z nizin. Po krótkim okresie zabawy ze spławikówką zafascynowało mnie łowienie na sztuczną muchę. Następnie przyszedł czas na spinning. Potem niestety wypadek, ciężki uraz kręgosłupa i wózek.

Jeden sezon wypadł mi z życia. Załamałem się, oddałem nawet wędkarski sprzęt. Przyszło jednak opamiętanie i powrót do pasji. Wolałem być wędkarzem na wózku niż inwalidą pijackim – wspomina Norbert Stolarczyk na swojej stronie wedkarzebezbarier.pl – Pomógł mi tata. Woził mnie autem nad Wisłę. Znow łowiłem, a raczej

uczyłem się łowić na kółkach. Ciężkie, wiślane łowienie na grunt szybko mnie znudziło. O muszkarstwie nie było co marzyć. Spinning z wózka jest zbyt uciążliwy dla faceta z uszkodzonym kręgosłupem, więc pozostał spławik. Chciałem łowić jak najlepiej, najnowocześniej, tak samo

jak ci siedzący na koszach i eleganckich podestach. Bat, tyczka, odległościówka stały się moją pasją. Od 2000 roku startuję w zawodach spławikowych. Byłem na wszystkich imprezach, na pierwszych MP udało mi się być drugim, później zająłem czwarte miejsce. Zostałem reprezentantem Polski i mam możliwość startować na międzynarodowych i zagranicznych zawodach dla niepełnosprawnych wędkarzy – dodaje.

Norbert założył już stronę, którą z zaangażowaniem prowadzi, marzy jednak jeszcze o założeniu własnej fundacji. Z jej pomocą chce łamać stereotypy i uprzed-



Fot. nadesłane

nia. Już teraz popularyzuje turystykę osób niepełnosprawnych, współorganizując dla nich liczne wydarzenia wędkarskie.

Swoją charyzmą Norbert pokazuje, że nie ma rzeczy niemożliwych. W ubiegłym roku w Szczecinku udało mu się zorganizować I Ogólnopolskie Zawody Spinningowe z Łodzi dla Osób Niepełnosprawnych, których zwieńczeniem był koncert Moniki Kuszyńskiej, byłej wokalistki Varius Manx, która porusza się na wózku. Zdaniem Norberta nie ma barier, których nie można pokonać, bowiem wszyscy łowimy tak samo. Oprac. AG

SPOŁECZEŃSTWO

Wyjątkowa restauracja

Niedawno swoje drzwi otworzył lokal, w którym goście mogą zjeść posiłek w niecodziennych warunkach. W restauracji bowiem panuje ciemność, zawartość talerza jest owiana tajemnicą, a obsługą kelnerską zajmują się osoby niewidome.

MONIKA SZALAŚ

– Wyobraź sobie podróż w kierunku nowych doznań, wypełnioną po brzegi feerią niecodziennych smaków i aromatów. Podróż, w którą zabiorą Cię wszystkie Twoje zmysły... za wyjątkiem wzroku – tak pomysłodawcy zachęcają do odwiedzenia lokalu, który powstał przy Al. Jerozolimskich 123 w Warszawie (budynek Millennium Plaza, obok Niewidzialnej Wystawy).

Uroczyste otwarcie dla gości specjalnych miało miejsce 20 kwietnia, natomiast dzień później ruszyła rezerwacja stolików. Oprócz

specjalnie wyciemnionej sali restaurację wyróżnia też to, że goście nie do końca wiedzą, co znajdują na swoim talerzu. Podczas zamawiania stolika w panelu rezerwacyjnym można wybrać zestaw (mięsny, wegański lub rybny), określić swoje preferencje kulinarne (np. spożywanie produktów wyłącznie bezglutenowych, brak określonych produktów w zamówieniu) i poinformować o alergiach pokarmowych. Danie, które otrzymają goście, będzie niespodzianką.

Restauracja Different to działalność gospodarcza Fundacji Pomocy Rodzinie „Człowiek w potrzebie”, której celem jest

„otwieranie oczu” osób widzących na życie osób niewidomych, ale też przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu i zawodowemu osób niepełnosprawnych oraz umożliwianie realizacji marzeń właścicieli, pracowników, klientów, dostawców i współpracowników. Docelowo mają powstać cztery takie lokale. W restauracjach mogą odbywać się uroczystości rodzinne i wydarzenia firmowe, wieczory kulturalne z muzyką, a także spotkania integracyjne i edukacyjne dla uczniów. ■



Ryzyko boreliozy nadal wysokie

Jak wynika z informacji Państwowego Powiatowego Inspektoratu Sanitarnego w Elblągu zawartej w corocznym Raporcie o stanie sanitarnym miasta Elbląga, mieszkańcy są wysoce narażeni na boreliozę. W ubiegłym roku stwierdzono 24 takie przypadki.

Elbląg leży w rejonie uznawanym już od wielu lat za endemiczny dla tej choroby (czynnik ją wywołujący „zadomowił” się na tym terenie, znajdując optymalne warunki do życia). Stan taki z pewnością będzie się utrzymywał do czasu wyprodukowania skutecznego lekarstwa przeciw tej bakterii.

Do okoliczności sprzyjających utrzymywaniu się tego stanu należą między innymi duże powierzchnie lasów liściastych, obszarów pokrytych roślinnością krzaczastą i trawiastą oraz nieużytków, obecność licznej populacji zarażonych kleszczy, a także równie licznej populacji małych i średnich ssaków polno-leśnych, będących żywicielami kleszczy.

Do Państwowego Powiatowego Inspektoratu Sanitarnego w Elblągu w 2017 roku zgłoszono 24 przypadki zachorowania na boreliozę (w roku 2016 zgłoszono 31 przypadków). Charakterystyczny pierwotny objaw choroby – rumień wędrujący – był stwierdzany w 19 przypadkach. Pozostałe przypadki rozpoznano na podstawie badań serologicznych.

Wskaźniki epidemiologiczne dla Elbląga mieszczą się obecnie poniżej średniej dla województwa warmińsko-mazurskiego, a także średniej krajowej.

W związku z brakiem skutecznej szczepionki przeciw boreliozie, najskuteczniejszym sposobem ustrzeżenia się przed tą chorobą jest przestrzeganie określonych zasad profilaktyki.

Przypomnijmy

Boreliozę wywołują kleszcze, stawonogi, żyjące zazwyczaj w środowisku lekko wilgotnym, obfitującym w roślinność (preferują rośliny liściaste). Można je spotkać zarówno w lasach, jak i na nieużytkach, łąkach, leśnych polanach, w parkach i przy domowych ogródkach. Żywią się krwią kręgowców (głównie drobne gryzonie, ale także zwierzęta większe – zające, sarny). Przenoszą bakterie i wirusy, które wprowadzają do organizmu żywiciela w trakcie picia jego krwi. Drobnoustroje te są niezwykle groźne dla zdrowia ludzi (wywołana przez bakterie borelioza oraz wirusowe kleszczowe zapalenie mózgu), a także dla zwierząt, np. psów (babeszjoza i leiszmanioza).

Kleszcze są aktywne przez większą część roku - praktycznie już od marca (pierwsze cieplejsze dni) do października. W naszym klimacie, szczególną aktywność kleszczy obserwuje się w 2 okresach: wiosennym (kwiecień - maj) i późno letnim (sierpień - wrzesień).



Jak chronić się przed kleszczami?

Aby chronić się przed atakiem kleszczy konieczne jest stosowanie kilku prostych zasad. Należy unikać siadania, leżenia na trawie i pod krzakami. Także noszenie właściwego ubioru podczas przebywania w siedliskach kleszczy może utrudnić przedostanie się kleszczy na skórę (spodnie z długimi nogawkami, bluzki, koszule z długimi rękawami, kryte obuwie i nakrycie głowy). Mniejsze zainteresowanie kleszcza wzbudzi także odzież w ciemnych kolorach. Zawsze po powrocie do domu z miejsc stanowiącego siedlisko kleszczy, należy dokonać dokładnych oględzin odzieży oraz skóry (zwłaszcza w miejscach preferowanych przez

kleszcze). Odzież należy po powrocie dokładnie wytrzeć – najlepiej nad wanną lub inną powierzchnią, z której będzie można łatwo je usunąć. W każdym przypadku, przed zamierzonym pobylem w miejscach bytowania kleszczy, wskazane jest użycie środków odstraszających – repelenty (płyny, aerozole itp.), dostępnych w aptekach.

Kleszcz zanim zakotwaczy się w skórze poszukuje odpowiedniego miejsca do

takiej możliwości, należy zastosować jedną bezpieczną metodę: uchwycić delikatnie pincetą przyczepionego kleszcza przy samej skórze i wyciągnąć zdecydowanym ruchem ku górze. Po wyjęciu kleszcza miejsce ukłucia starannie zdezynfekować. Nie należy podczas usuwania kleszcza naciskać na jego ciało. Może to doprowadzić do wyrzucenia treści pokarmowej do rany i tym samym zwiększyć ryzyko zaka-

wystąpieniem w miejscu wkłucia się kleszcza charakterystycznej różowej zmiany skórnej o owalnym kształcie, która w miarę upływu czasu powiększa się (tzw. rumień wędrujący). W typowych przypadkach zmiana przybiera kształt obrączkowaty, jednak czasami może mieć inną postać, lub w ogóle nie występuje (ok. 60-70% przypadków). Rumieniowi towarzyszyć mogą objawy grypopodobne: gorączka, zmęczenie, ból głowy, uczucie rozbicia. Na tym etapie choroba jest całkowicie uleczalna. Po pojawieniu się takiego objawu należy natychmiast zgłosić się do lekarza. Zlekceważenie tego sygnału może doprowadzić do nieuleczalnych poważnych zmian chorobowych. Zakażenie wirusem KZM jest prawie niezauważalne. Odczuwalne są dopiero późne skutki choroby, które są poważne i pozostają do końca życia. Ponieważ nie posiadamy obecnie skutecznego leku przeciw KZM, jedną pewną metodą zabezpieczenia się przed zachorowaniem jest szczepienie ochronne.

Szczepienia przeciw KZM

Obecnie szczepienia są uznawane za najskuteczniejsze zabezpieczenie przed kleszczowym zapaleniem mózgu i jego następstwami. Są zalecane przez Głównego Inspektora Sanitarnego osobom na stałe lub czasowo przebywającym na terenie nasilonego występowania tej choroby. Szczepienie można rozpocząć w dowolnym czasie. Najlepiej rozpocząć je zimą lub wczesną wiosną, by zapewnić odporność przed początkiem sezonu żerowania kleszczy na wiosnę.

Szczepienie podstawowe składa się z trzech kolejnych dawek. Już po przyjęciu dwóch dawek szczepionki w odstępie 1-3 miesięcy większość zaszczepionych osób uzyskuje ochronę na rok. Dawka trzecia oraz dawki przypominające są niezbędne dla uzyskania i utrzymania długotrwałej odporności.

Cykl szczepienia podstawowego zabezpiecza przed zachorowaniem na okres 3 lat. Po tym czasie zalecane są szczepienia przypominające podawane w odstępach kilkuletnich (3 do 5 lat) w zależności od wieku pacjenta. O terminach ich podania decyduje lekarz. ■

Oprac. RS

żerowania. U dzieci najczęściej (w około 70% przypadków) kleszcze lokalizują się na głowie, zazwyczaj na granicy włosów i za uszami, zaś u dorosłych w miejscach, gdzie skóra jest delikatna (np. pod kolanami, w pachwinach, na brzuchu).

Jak usunąć przyczepione do skóry kleszcze?

Nieumiejętne usuwanie kleszcza tkwiącego w skórze może spowodować więcej złego niż dobrego. O ile to możliwe, należy w takim przypadku skorzystać z pomocy personelu medycznego w przychodni. Jeżeli brak jest

żenienia. Zdecydowanie niewskazane są inne metody polegające na smarowaniu kleszcza tłuszczem, polewaniu alkoholem itp.

Borelioza i Kleszczowe Zapalenie Mózgu (KZM)

Borelioza i kleszczowe zapalenie mózgu (KZM) są bardzo niebezpiecznymi chorobami zakaźnymi. W chwili obecnej posiadamy skuteczną szczepionkę przeciw KZM, ale nie możemy niestety zapobiegać w ten sposób boreliozie. Borelioza może ujawniać się już po kilkunastu dniach od zakażenia,



Fot. nadesłane

WTZ-y potrzebują lepszego finansowania

Wyspecjalizowany personel skupiony wokół ponad 700 placówek WTZ w całej Polsce pomaga blisko 26 tys. osób niepełnosprawnych. Organizacje prowadzące te placówki zwracają uwagę na fakt, że ci sami specjaliści pracują za najniższą krajową, a jedyną motywacją pozostania u obecnego pracodawcy jest idea niesienia pomocy potrzebującym.



Fot. pixabay.pl

Na niepokojący stan WTZ-ów zareagowało Ogólnopolskie Forum Warsztatów Terapii Zajęciowej (OF WTZ), które 27 marca wystosowało pismo do Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Elżbiety Rafalskiej. Organizacja poinformowała o braku środków finansowych, zwracając jednocześnie uwagę na wciąż wzrastające koszty życia oraz prosząc o podjęcie działań zmierzających do polepszenia stanu placówek i wynagrodzenia ich pracowników.

Nie czekając na reakcję przedstawicielki rządu, 6 kwietnia OF WTZ wysłało kolejny list do minister Rafalskiej, tym razem prosząc o spotkanie celem omó-

wienia wcześniej nakreślonego problemu. Powołując się na jego nadzwyczajną wagę, przedstawiciele Forum oznajmili swoją otwartość na propozycje mające rozwiązać problemy finansowe WTZ-ów.

Idąc za przykładem, podobne pismo wysłało także Stowarzyszenie „Otwarte drzwi”, statutowo walczące z wykluczeniem społecznym osób niepełnosprawnych. Tym razem 13 kwietnia korespondencję otrzymał Premier RP, Mateusz Morawiecki.

Stowarzyszenie apeluje o pilną dyskusję dotyczącą stanu Warsztatów Terapii Zajęciowej oraz zwiększenie puli środków pieniężnych przeznaczonych na ich

działanie. Dyskusja powinna się odbyć niezwłocznie i – co podkreśla organizacja – winna być przeprowadzona na poziomie rządowym. Podobnie jak Ogólnopolskie Forum WTZ, Stowarzyszenie „Otwarte drzwi” swój niepokój i prośbę argumentuje tymi samymi czynnikami, czyli zarobkami nieadekwatnymi do nakładu pracy i posiadanego wykształcenia. Taki stan ma, zdaniem stowarzyszenia, odstraszać potencjalnych aplikantów o pracę.

Organizacje czekają na odpowiedzi przedstawicieli rządu. ■

Oprac. KW

ZDROWIE

Darmowe porady lekarskie

Pacjenci, którzy potrzebują porad i informacji dotyczących określonych chorób, mogą dzwonić na ogólnopolską infolinię telefoniczną Rzecznika Praw Pacjenta. Tam w ramach programu „Łączy nas pacjent” dyżury pełnią specjaliści różnych dziedzin z organizacji pacjentów oraz eksperci RPP.

Do tej pory pacjenci mieli okazję skonsultować się ze specjalistami m.in. z: Fundacji Onkocafe – Razem Lepiej (porady eksperckie prowadzono w zakresie psychoedukacji oraz leczenia onkologicznego), Fundacji Urszuli Jaworskiej (podczas rozmowy telefonicznej można było poznać zagadnienia związane z dawstwem szpiku i nowotworami krwi), Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Dzieci Chorych na Padaczkę (eksperti edukowali w zakresie opieki medycznej i terapii dzieci chorych na padaczkę, a także przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu) oraz Unii Stowarzyszeń Chorych na Łuszczycę (pacjenci mogli zdobyć wiedzę na temat łuszczycy i łuszczycowego zapalenia stawów). Kalendarz z dyżurami ekspertów i informacjami na temat organizacji udzielających konsultacji można znaleźć na www.rpp.gov.pl/porady-ekspertow-ngo/.

Żeby skontaktować się ze specjalistą, wystarczy zadzwonić na bezpłatną ogólnopolską infolinię Rzecznika Praw Pacjenta pod numer 800-190-590. ■

Red.

Starość też radość – pozytywne myślenie a demencja

Stale rosnące tempo życia, kult młodości, społeczna znieczulica – to przykłady czynników negatywnie wpływających na poczucie wartości u osób starszych. Jak się okazuje, osamotnienie w nieustannie zmieniającym się świecie przekłada się na zwiększone ryzyko zachorowania na demencję.

Nie od dziś wiadomo, że w społeczeństwach aktywnych seniorów, którzy stale poszerzają swoje horyzonty, ucząc się i nabywając nowe umiejętności, notuje się znacznie mniejszy odsetek osób z demencją. Mechanizm jest bardzo prosty: pozytywne nastawienie do siebie i środowiska hamuje wydzielanie hormonu stresu, kortyzolu, który z kolei wpływa na ekspresję genów odpowiedzialnych za chorobę.

Badania tej zależności przeprowadziła prof. Bekki Levy z Yale School of Public Health. Reprezentatywna grupa 4765 osób w wieku powyżej 60 lat, w których jedna czwarta była nosicielami genu odpowiedzialnego za demencję, wypełniła ankietę dotyczącą stosunku wobec starości. Odpowiedzi były bardzo zróżnicowane. Ich analiza, zestawiona ze sprawdzonym po czterech latach stanem zdrowia ankietowanych, pozwoliła wyciągnąć jednoznaczne wnioski. Wykazano bowiem, że w grupie osób pozytywnie nastawionych do swojego wieku, ryzyko zachorowania na demencję było 43,6 proc. mniejsze niż w przypadku grupy nastawionej negatywnie. Ponadto u pozytywnie myślących osób szczególnie zagrożonych demencją (posiadacze



Fot. pixabay.pl

wspomnianego genu) ryzyko to wyniosło aż 50 proc.

Należy zatem mieć na uwadze, że odpowiednie nastawienie, dystans do siebie, innych ludzi i świata, a także uśmiech i wsparcie najbliższych, pozwalają pokonać nawet genetyczne uwarunkowania. Z pełną odpowiedzialnością

można też stwierdzić, że programy dla seniorów i przeróżne działania mające ich aktywizować, są dobrym sposobem na zachowanie nie tylko sprawnego ciała, ale przede wszystkim zdrowego i bystrego umysłu. ■

Źródło: mz.gov.pl
Oprac. KW



Od początku lat 90-tych XX wieku Polacy żyją coraz dłużej. W ostatnich latach długość życia wydłużyła się o ponad trzy lata zarówno dla kobiet, jak i dla mężczyzn. Czym jest spowodowane? W grę wchodzi tutaj coraz zdrowszy tryb życia, a zmiany wzorca konsumpcji alkoholu (piwo wypiera alkohole spirytusowe), mniejszy odsetek palących tytoń (głównie mężczyzn) oraz większa świadomość społeczna dotycząca świadczeń profilaktycznych, co w ogólnym rozrachunku powoduje, że Polska jest najszybciej starzejącym się krajem w Europie. 23,6% mieszkańców naszego kraju to osoby po 60. roku życia, a w ciągu dekady w wiek senioralny wejdzie już co trzeci mieszkaniec Polski. Co dziesiąty senior pozostaje w realnej izolacji społecznej, funkcjonując w zapomnieniu i nie będąc podmiotem jakichkolwiek relacji, co oczywiście w sposób dramatyczny wpływa na jakość życia. Aż 42% Polaków styka się z niewłaściwym traktowaniem osób starszych. Brak podstawowej empatii, czasem wręcz otwarta pogarda wobec seniorów – to, niestety, nie margines, lecz codzienność dla wielu osób w trzecim wieku. Jak wynika z danych udostępnionych przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych, najważniejszymi wartościami dla seniorów są: zdrowie (95,3 proc.) rodzina (83,3 proc.), wiara religijna (25,8 proc.), uczciwość (23,4 proc.), a na samym końcu sprawność fizyczna (11,0 proc.).

Nasza pasja, nasze życie

Codziennosc nie pozwalala im na realizowanie artystycznych pasji. Gdy zaczęła się emerytura, a wraz z nią dużo wolnego czasu, chwycili za pędzle. Teraz efekty ich prac można oglądać na wystawie pt. „W sercu zawsze maj”.



Fot. Monika Szalas

MONIKA SZALAS

Od 25 kwietnia prace artystów z Uniwersytetu Trzeciego Wieku i Osób Niepełnosprawnych wystawione są w Sali Obsługi Klienta w elbląskim oddziale Zakładu Ubezpieczeń Społecznych. Choć prezentowane obrazy zostały stworzone przez artystów w „srebrnym wieku”, mają w sobie młodzieńczy blask. Na wystawie zatytułowanej „W sercu zawsze maj” zobaczyć można prace o różnorodnej tematyce, wykonane różnymi technikami; niektórzy malarze tworzą blisko od dekady, inni dopiero od roku, ale wszystkie obrazy łączy jedno: prezentują wysoki poziom artystyczny.

– Moja przygoda z malarstwem zaczęła się na Mazurach. Tam znalazłam inspirację: poznałam starszą panią, która zaczęła malować, gdy miała już ponad 70 lat. Czułam, że sama mogę jeszcze coś zrobić, dlatego po powrocie do Elbląga zapisałam się na Uniwersytet Trzeciego Wieku na zajęcia z malarstwa i rękodzieła; to od pięciu lat jest moim hobby

i sposobem na miłe spędzanie czasu – opowiada Małgorzata Hull, której obrazy można zobaczyć nie tylko na ekspozycji w ZUS-ie, ale również w bibliotece na Zawadzie.

Artyści (choć w przeważającej większości w zajęciach malarskich UTWiON-u uczestniczą głównie panie, do grupy dołączyło trzech panów) doceniają możliwość pracy z profesjonalnymi twórcami. Sekcję malarską prowadzą Katarzyna Smeja-Skulimowska oraz Zbigniew Śmiechowski, którzy – podobnie jak ich podopieczni – cieszą się ze współpracy.

– To ogromna przyjemność pracować z osobami, które nie dość, że są utalentowane, to mają w sobie chęć, by poznawać sztukę malarską, by stawiać sobie poprzeczkę coraz wyżej – zaznacza elbląska malarka Katarzyna Smeja-Skulimowska.

Cotygodniowe spotkania w Uniwersytecie Trzeciego Wieku i Osób Niepełnosprawnych są dla słuchaczy szansą na doskonalenie warsztatu nie tylko pod okiem instruktorów, ale też w grupie znajomych artystów.

– Malowanie to nasza pasja, nasze życie, nasz wolny czas. Potrafimy rozmawiać o tym godzinami, to jest coś, co lubimy i co chcieliśmy robić od zawsze. Spotykamy się, przesyłamy sobie obrazy w trakcie tworzenia, konsultujemy się i pomagamy sobie – mówi Alicja Raszevska, która swoje pierwsze kroki w artystycznym świecie postawiła trzy lata temu, choć malarstwem interesuje się od dzieciństwa. Jak podkreśla słuchaczka UTWiON-u, wcześniej zwyczajnie nie miała na to czasu.

– Teraz maluję dużo i często, przede wszystkim wtedy, kiedy mi się chce, a nie kiedy muszę. Zdarza mi się tworzyć nawet w nocy, to zależy od weny i natchnienia. Daje mi to dużo satysfakcji. Czuję się doceniona i wiem, że moje obrazy sprawiają ludziom radość, a to jest najważniejsze – dodaje.

Wystawę „W sercu zawsze maj” można oglądać w Sali Obsługi Klienta w ZUS-ie do końca tytułowego miesiąca. ■

📷 Zdjęcia z wernisażu znaleźć można na razemztoba.pl/18049

Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych

Elbląg

SENIOR

Seniorzy w rytmie disco

Za nami szósty przegląd zespołów seniorskich „Co nam w duszy gra”. Słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku i Osób Niepełnosprawnych oraz klubów seniorskich z wielu miejscowości naszego regionu zaprezentowali autorskie wykonania największych hitów disco.

KRZYSZTOF WÓJCIK

– Na pewno będzie ciekawie – mówiła przed wejściem na scenę Elżbieta Dębek, która na przeglądzie występuje już po raz trzeci chwilę. – Zawsze jest ciekawie. Będziemy tańczyć, prezentować skecze, a na koniec wystąpimy jako chór – dodaje uczestniczka grupy tanecznej „Fantastic” i kabaretu „Ale babki”.

Przeгляд to kolejny efekt kilkuletniej współpracy Centrum Spotkań Europejskich „Światowid” z Teresą Urban, Pełnomocnikiem Prezydenta ds. Seniorów.

Wydarzenie rozpoczął widowiskowy pokaz grupy tanecznej „Fantastic” tworzonej przez słuchaczki Uniwersytetu Trzeciego Wieku i Osób Niepełnosprawnych. Błękitna kreacja, perfekcyjnie oprowadzona choreografia i mnóstwo energii – tak prezentowały się tańczące elblążanki.

– Z roku na rok przybywa uczestników, pomimo że impreza ma formę przeglądu i nie jest konkursem. U nas wszyscy wygrywają – opowiada Magdalena Czarnocka-Kaptur, Zastępca Dyrek-



tora CSE „Światowid”. – Celem spotkania jest przede wszystkim integracja seniorów z całego regionu, bo w tym roku poza zespołami z Elbląga uczestniczą także grupy z Gronowa, Fromborka, Płoskini, Suchacza, nawet Stegny. W sumie 21 zespołów – podsumowuje.

Przez pięć godzin na scenie królowały grupy śpiewające, taneczne, a nawet kabarety. Wszystko po to, aby pokazać zgromadzonej publiczności:

„Co im w duszy gra”.

– Ja właściwie wiem, co nam wszystkim w duszy gra – mówiła Teresa Urban podczas przemówienia. – Radośnie gra taniec i śpiew. I niech nam tak wspaniale gra jeszcze przynajmniej 100 lat, a może dłużej – dodała. ■

📷 Fotorelację z wydarzenia zobaczyć można na: razemztoba.pl/17919

Historyczna flaga zawisła w Ratuszu Staromiejskim

Podczas obchodów Dnia Flagi Polskiej prezydent Witold Wróblewski przywitał honorowych gości z norweskiego Stavanger. Właśnie tam przechowywana była flaga, którą uchroniono przed zniszczeniem w czasie wojny. Przekazana Elblągowi przed dwoma laty wymagała gruntownej renowacji – odrestaurowaną flagę uroczystie odsłonięto w Dzień Flagi – 2 maja.

KRZYSZTOF WÓJCIK

Uroczystość rozpoczął występ Międzyszkolnego Koła Historycznego, w którym uczestniczyli uczniowie Zespołu Szkół Zawodowych nr 1 oraz uczniowie Zespołu Szkół Technicznych. Widzowie zgromadzeni na Starym Rynku przed Ratuszem mieli okazję oglądać inscenizację, która w pełen humoru sposób przybliżyła zebrany kulisy uchwalenia pierwszej europejskiej konstytucji i perypetie Państwa Polskiego podczas rządów ostatniego króla, Stanisława Augusta Poniatowskiego.

Następnie wszystkich zebranych zaproszono do Ratusza Staromiejskiego, gdzie nastąpiło uroczyste odsłonięcie historycznej flagi Polski z 1928 roku. Ustanowienie Dnia Flagi wiąże się z ważnym wydarzeniem historycznym. To właśnie 2 maja żołnierze polscy po wygranej bitwie zawiesili biało-czerwoną flagę na kolumnie zwycięstwa w Berlinie.

– Flaga narodowa to nasz najważniejszy i najpiękniejszy symbol – mówił prezydent miasta, Witold Wróblewski. – Dzisiejszy dzień jest szczególny, mamy bowiem okazję po raz pierwszy zobaczyć w pełnej krasie 90-letnią flagę wiszącą przed wojną na budynku polskiego konsulatu w Norwegii.

W uroczystości brali udział goście ze Stavanger, miasta partnerskiego Elbląga, w którym do dziś funkcjonuje polski konsul. Zaproszony Olaf Looke, sędzia ze Stavanger, od dzieciństwa pasjonujący się historią Polski, wyraził swoje głębokie zadowolenie z faktu, że tak ważny symbol dla każdego obywatela, jakim jest flaga, powrócił do ojczyzny.

– Wiem jak cenna jest flaga dla każdego obywatela. Tak, jak bardzo cenna była dla nas, Norwegów, norweska flaga, za której posiadanie w czasie wojny moż-



Flagę oglądać można w Ratuszu Staromiejskim.

na było zostać aresztowanym – opowiadał sędzia.

Olaf Looke był także inicjatorem pomocy materialnej dla mieszkańców Elbląga, zorganizowanej w latach 80. we współpracy z obecnym na sali ks. infułatem Mieczysławem Józefczykiem. Elblążanie otrzymali wówczas dary przywiezione w ponad 160 ciężarówkach.

Zorganizowana akcja nie byłaby możliwa bez pomocy Towarzystwa Polsko-Norweskiego. Ta sama organizacja stała się powiernikiem historycznej flagi Polski, którą później przekazano prezydentowi Elbląga.

– Przypadł mi honor przekazania flagi konsulatu polskiego w Stavanger na ręce prezydenta w 2016 roku. Cieszy mnie ogromnie, że flaga znalazła uznanie i poświęcono jej tyle środków i pracy, by przywrócić ją do dawnej świetności – mówiła Renata Peksyk, przedstawicielka norweskiej Polonii i przewodnicząca Towarzystwa Polsko-Norweskiego w Stavanger. – To nasz wkład w szerzenie polskości za granicą poprzez poszanowanie historii łączącej Polskę i Norwegię.

Flagę usytuowano w Ratuszu Staromiejskim naprzeciwko makiety dawnego

Elbląga tak, aby każdy turysta i mieszkaniec mógł ją oglądać oraz zapoznać się z jej barwną historią.

Głos zabrał także Zbigniew Tuszyński, opiekun klas mundurowych w Zespole Szkół Ekonomicznych i Ogólnokształcących, który w imieniu dyrekcji oraz uczniów podziękował za zaszczyt jakim jest nadanie szkole imienia Flagi Polski.

– Czwartym rokiem z rzędu mamy w szkole uczniów, którzy chcą ubierać mundury z polską flagą na ramieniu i polskim orłem na berecie – mówił.

ZSEiO będzie drugą szkołą w Polsce i kolejną w województwie, noszącą imię Flagi Polski.

Obchody święta zakończył tradycyjny przemarsz z 50-metrową flagą Polski wokół Katedry św. Mikołaja przy akompaniamencie Elbląskiej Orkiestry Wojskowej. Trasa pochodu rozpoczęła się przy Ratuszu Staromiejskim i biegła przez Bulwar Zygmunta Augusta aż do Bramy Targowej. Tam po wciągnięciu flagi na Bramę Targową pieśniami patriotycznymi raczył wszystkich zespół Lazurki. ■

📷 Fotorelację z wydarzenia można zobaczyć na: razemztoba.pl/18062

„Nowa” karetka dla Szpitala Miejskiego

Firma Leier z Malborka przekazała na rzecz Szpitala Miejskiego odkupiony od austriackiego Czerwonego Krzyża samochód marki Volkswagen Transporter. To już druga taka karetka подарowana przez tę firmę elbląskiemu szpitalowi. Podobne prezenty trafią jeszcze w tym roku do szpitali m.in. w Malborku i Tczewie.

RAFAŁ SUŁEK

– Każdy sprzęt medyczny przekazywany na potrzeby ratowania życia i zdrowia ludzi jest na wagę złota i nigdy nie jest go za wiele. Warto również dodać, że sprzęt ten służyć będzie nie tylko mieszkańcom Elbląga, ale również osobom z naszego regionu. Dziękuję raz jeszcze przedstawicielom firmy Leier w imieniu swoim, wszystkich mieszkańców jak i pacjentów naszego szpitala. Wierzę jednocześnie, że nie jest to nasze ostatnie spotkanie – mówił podczas Witold Wróblewski podczas uroczystego przekazania karetki.

Karetka wyposażona jest w podstawowy sprzęt medyczny, a także wysuwany fotel, który służy do przewozu pacjentów kardiologicznych, jak również samojedźne nosze, które rozkładają się automatycznie.

– Bardzo nas cieszy ten prezent. Wiemy, że to nie tylko dar finansowy ale również, jak nie przede wszystkim, dar od serca. Za co tym bardziej dziękujemy. Karetka ta bardzo ułatwi nam pracę i będzie służyć nie tylko do przewozu chorych, lecz także do transportu krwi – mówił Mirosław Gorbaczewski, dyrektor szpitala. ■



Fot. Rafał Sułek

SPORT

Integracja na Spartakiadzie Sportowej

Kwiecień jest Światowym Miesiącem Wiedzy na Temat Autyzmu, który ma zwrócić uwagę społeczeństwa na problemy i potrzeby osób z autyzmem. Niezwykle ważnym zadaniem jest włączanie dzieci z autyzmem w życie lokalnej społeczności po to, aby przełamywać izolację społeczną oraz wzmacniać pozytywne postawy wśród dzieci i osób dorosłych.

MARZENA ŻACHOWSKA

Okazją do uczestnictwa w integracyjnej imprezie razem z pełnosprawnymi rówieśnikami był udział wychowanków z Przedszkola SOSW nr 2 w Elblągu w II Spartakiadzie Sportowej organizowanej pod patronatem Prezydenta Miasta Elbląga.

Impreza pod hasłem „Żyj zdrowo na sportowo” promowała wśród dzieci z elbląskich przedszkoli ruch i zdrowe odżywianie, a u dzieci z autyzmem była okazją do rozwijania umiejętności społecznych, w tym odporności emocjonalnej koniecznej do radzenia

sobie podczas konkurencji z udziałem publiczności.

Na Spartakiadzie przedszkole reprezentowały dziewczynki: Wiktoria z grupy III i Sandra z grupy VII, a kibicowali im Adam i Kuba. Zawodniczki wzięły udział w konkurencjach, w których musiały wykazać się szybkością i dokładnością.

Podczas zmagania sportowych dziewczynki dały z siebie naprawdę wszystko, co przełożyło się na zdobyte medale. Najważniejsza jednak była dobra zabawa, radość z kontaktu



Fot. nadesłane

z rówieśnikami i wspaniałe uśmiechy dzieci. Tego dnia wszyscy zostali zwycięzcami i otrzymali nagrody. ■

Red.

Krew i pot na szkolnych korytarzach

WZespole Szkół Technicznych w Elblągu odbyły się warsztaty oraz turniej z zakresu udzielania pierwszej pomocy i bezpieczeństwa w ruchu drogowym. W zmaganiach wzięło udział 21 drużyn szkolnych z terenu Elbląga i powiatu elbląskiego. Uczniowie pod okiem nauczycieli i policjantów wzięli udział w spektakularnych zajęciach. W szkolnych szatniach łała się krew, a w salach pot. Uczniowie gimnazjów oraz podstawówek powtarzali ważne dla życia lekcje z bezpieczeństwa. Punktowana była każda reakcja.

.....
JAKUB SAWICKI

Wszystko to odbywało się w ramach finału warsztatów z bezpieczeństwa w ruchu drogowym. Zostały one zorganizowane przez Zespół Szkół Technicznych w Elblągu oraz komendę miejską policji. W międzyszkolnych zmaganiach wzięło udział 84 uczniów pogrupowanych w 21 drużyn. Uczniowie podstawówek i gimnazjów, z terenu Elbląga i powiatu elbląskiego, wzięli udział w jakże ważnych dla nas wszystkich ćwiczeniach – ćwiczeniach ratowania życia. Sędziowie punktowali każdą reakcję. Od powiadomienia służb, pod numer alarmowy 112, po opatrywanie ran. Oprócz ćwiczeń praktycznych był także do rozwiązania nietrywny test wiedzy z zakresu bezpieczeństwa



w ruchu drogowym. Zawodnicy musieli perfekcyjnie odpowiedzieć na 20 pytań. Końcowym elementem zmagani było projektowanie odbłasków dla różnych grup, między innymi seniorów.

– Te wspólne ćwiczenia miały jeden główny cel – bezpieczeństwo w szkole i na ulicy. Szerzenie wiedzy i doskonalenie umiejętności udzielania pierwszej pomocy, a także popularyzację zasad bezpieczeństwa w ruchu drogowym – powiedziała Hanna Mierzejewska, Dyrektor ZST w Elblągu.

– Cieszy nas, że była tak duża frekwencja. Dla nas to ważny sygnał. Młodzież chce ćwiczyć, chce zdobywać wiedzę. Taka forma profilaktyki to strzał w dziesiątkę. Dzięki niej coraz to młodsze pokolenia rozumieją, jak ważna jest pierwsza pomoc i jak zachować się w trudnej sytuacji. Profilaktyka jest dla nas tak samo ważna jak interwencje, które codziennie realizujemy. Przecież chodzi o to samo – o ratowanie życia o pomaganie. – podsumował mł. inspektor Tomasz Piaskowski, Zastępca Komendanta Miejskiego Policji w Elblągu.

Najlepszymi w turnieju zostali uczniowie ze Szkoły Podstawowej w Pogrodziu oraz młodzież z Gimnazjum Nr 9 w Elblągu. ■

📷 Fotorelacja z wydarzenia dostępna na: razemztoba.pl/17950

Z MIASTA

Wspomogły DPS

Członkinie RC Elbląg Centrum ponownie złożyły wizytę Siostrze Elwirze – Dyrektor lokalnego Domu Pomocy Społecznej dla Dzieci i Młodzieży Niepełnosprawnych Intelaktnie, prowadzonego Przez Zgromadzenie Sióstr Św. Jadwigi.

Placówka jest pod opieką Klubu, który stara się na bieżąco reagować na potrzeby jej wychowanków. Tym razem Rotarianie zakupili, kolejny już, specjalny ssak medyczny, znacznie ułatwiający codzienną opiekę i pielęgnację dzieci. Wraz z nim przekazany został na ręce Siostry symboliczny czek na kwotę 1500 zł, która zasilila budżet remontu sali rehabilitacyjnej placówki. ■

Red.

ELBLĄG

Walczą o remont

Specjalny Ośrodek Szkolno– Wychowawczy Nr 1 w Elblągu walczy o remont stołówki dla swoich niepełnosprawnych uczniów. Producent margaryny zorganizował konkurs, w którym mogą wziąć udział polskie szkoły. Pięć ze zgłoszonych placówek wygra remont stołówki warty 30 000 zł.

Wystarczy wejść na stronę www.extrastolowki.pl i wybrać stołówkę Specjalnego Ośrodka Szkolno– Wychowawczego Nr 1 w Elblągu. Głos można oddawać codziennie. ■ Red.

Z ekologią za pan brat

Szacunek do przyrody, promowanie poszanowania zasobów i efektywna segregacja odpadów to motto przyświecające nam od początku wrześniowej przygody ze szkołą – zaznacza Ewa Maczuga, nauczyciel przyrody w Szkole Podstawowej nr 6, w której uczniowie mogą zostać „Przyjaciółmi Ziemi”.

W placówce integracyjnej, jaką jest Szkoła Podstawowa nr 6, dba się o Ziemię. O tym, że jest to codzienna praca i edukacja, wiedzą zarówno nauczyciele, jak i uczniowie, którzy chętnie włączają się w działania na rzecz środowiska.

– Uczniowie klasy piątej, działając spontanicznie, postanowili podzielić się wiedzą dotyczącą segregacji odpadów z najmłodszymi. Zaprosili w progi naszej „Szóstki” przedszkolaki z zaprzyjaźnionych placówek na „Jesienne Igraszki”. Takich wspólnych inicjatyw było więcej. Wychowankowie wraz z opiekunami Młodzieżowego Ośrodka Wychowawczego z Kamionka Wielkiego zaprosili integracyjną klasę Va do współrealizacji projektu edukacyjnego Starszy Brat „Miejsca znane i nieznane na terenie Parku Krajobrazowego Wysoczyzny Elbląskiej” – mówi Marta Bielińska, nauczyciel wspomagający w SP 6.

– Wszystko, co związane z ochroną przyrody, jest dla nas szczególnie ważne. Organizujemy i realizujemy wiele

działań w środowisku naturalnym, poprzez liczne wyjścia, wycieczki oraz zajęcia w terenie. W obecnym roku szkolnym 2017/2018 nasza szkoła realizowała działania projektu ekologicznego pt. „Przyjaciele Ziemi”, które przyniosły wiele radości, satysfakcji oraz dobra dla środowiska – dopowiada Ewa Maczuga.

Jesienią uczniowie elbląskich szkół podstawowych wzięli udział w rajdzie w Kamionku Wielkim, gdzie rozwijali wiedzę na temat Wysoczyzny Elbląskiej i Zalewu Wiślanego, ale również pozbięrali śmieci podczas trasy wędrówki. Z kolei zimą w kadyńskim lesie przygotowali „stołówkę” dla zwierząt. Uczniowie sadzą drzewa, wykonują świąteczne ozdoby



Fot. nadesłana

z surowców wtórnych, oszczędzają wodę i na co dzień szukają sposobów, by wprowadzić w życie ekologiczne idee – np. przy okazji Dnia Babci i Dziadka.

– Nie zabrakło nas też podczas bicia rekordu Polski na najdłuższy łańcuch z nakrętek. Na pewno nie zaprzestaniemy działań proekologicznych, bo pomysłów w głowach i w sercu wciąż mamy wiele – zapewnia Marta Bielińska. ■

Red.

EDUKACJA

Być jak św. Albert

Uczestnicy Środowiskowego Hufca Pracy w Elblągu, w ramach akcji „Aktywność – dobry wybór 2018”, odwiedzili Dom Dla Bezdomnych im. św. Brata Alberta.



Fot. nadesłana

Uczniowie z Zespołu Szkół Inżynierii Środowiska i Usług przygotowali bogaty program atrakcji dla mieszkańców placówki. Występ artystyczny, wspólne czytanie podarowanych przez młodzież książek, gry planszowe i edukacyjne były urozmaicheniem dnia codziennego dla przebywających w Domu Alberta. Słodki poczęstunek w postaci szarlotki upieczonej przez uczestników ŚHP i wyborna kawa dopełniły atmosfery serdecznego spotkania. Dostrzeżenie i otwarcie się na drugiego człowieka, budzenie wrażliwości na potrzeby bliźnich: osób samotnych i bezdomnych wpisało się w obchody chrześcijańskiego tygodnia miłosierdzia. Ponieważ wszyscy jesteśmy jak chleb, którym należy dzielić się z potrzebującymi.

Środowiskowy Hufiec Pracy w Elblągu

Czas na projekty obywatelskie

Rozpoczęła się kolejna edycja Budżetu Obywatelskiego. Na co zostaną przeznaczone ponad 3 mln zł – o tym już po raz siódmy zdecydują elblążanie. Na początku, jak zawsze, potrzebne są pomysły mieszkańców.

- Pula środków na realizację poszczególnych zadań Budżetu Obywatelskiego na rok 2019 została zwiększona o ponad pół miliona. Dokładnie wyniesie ona 3.020.000 zł, przy czym 480.000 zł dla każdego terenu okręgu wyborczego oraz 620.000 zł na inicjatywy ogólnomiejskie. Z puli 480.000 zł przeznaczonej na każdy teren okręgu wyborczego wydziela się kwotę po 50.000 zł na tzw. małe projekty. Wprowadza się także ograniczenia wartości małego projektu do 25.000 zł. Jeśli kwota ta nie zostanie wykorzystana, środki pozostaną w budżecie danego okręgu. Z puli 620.000 zł przeznaczonych na inicjatywy ogólnomiejskie przeznacza się 20.000 zł na działania informacyjno-

-promocyjne. Jak zawsze pierwszy krok do realizacji Budżetu Obywatelskiego to zbieranie dobrych pomysłów od mieszkańców miasta. Zachęcam Państwa do aktywności i składania wniosków. Czekamy na nie od 14 maja do 15 czerwca 2018 roku – wyjaśnia Prezydent Witold Wróblewski.

Zwiększona pula środków Budżetu Obywatelskiego na przyszły rok to nie jedyna nowość w tegorocznej edycji. Nowe zasady uwzględniają wytyczne ustawowe co do tworzenia i obowiązywania BO, wynikające z Ustawy z 11 stycznia 2018 r. Zgodnie z nimi każdy złożony wniosek musi uzyskać wymaganą liczbę osób go popierających.

- Na formularzach wniosków znajdują

Państwo tabele, w które należy wpisać dane osób popierających pomysł. W przypadku wniosku do zadania realizowanego w okręgu będzie to od 10 do 15 nazwisk popierających, w przypadku zadania ogólnomiejskiego od 25 do 30 nazwisk. W tegorocznej edycji BO, realizowanego w 2019 r. pojawia się także nowy element – tryb odwoławczy. Wnioskodawca, którego wniosek zostanie zaopiniowany negatywnie, ma prawo do odwołania się w terminie do 5 dni roboczych od daty opublikowania wniosków. Odwołanie składa się do Prezydenta Miasta Elbląga w formie pisemnej w Urzędzie Miejskim bądź drogą elektroniczną – wyjaśniał wiceprezydent Janusz Nowak.

Aby ułatwić elblążanom złożenie wniosku, już po raz kolejny w Urzędzie Miejskim przy ul. Łączności 1, pok. 300A w dniach: 15 maja, 22 maja, 5 czerwca i 12 czerwca w godz. 15.00- 16.30 odbędą się konsultacje.

Budżet Obywatelski 2019 – praktyczne informacje

Kto może składać?

Każdy elblążanin posiadający czynne prawo wyborcze do Rady Miejskiej w Elblągu, który uzyska pisemne poparcie od 10 do 15 pełnoletnich osób, zameldowanych w okręgu, w którym realizowane będzie zadanie, a w przypadku inicjatyw ogólnomiejskich - poparcie od 25 do 30 pełnoletnich osób, zameldowanych w Elblągu. Jedna osoba może złożyć więcej niż jeden wniosek, każdy na odrębnym formularzu.

W jaki sposób?

• za pomocą wniosku (tylko w wersji papierowej), którego wzór znajduje się wewnątrz ulotki,

• w wersji papierowej formularz wniosku można odebrać w: Biurze Obsługi Interesantów Urzędu Miejskiego w Elblągu, Informacji Turystycznej (Ratusz Staromiejski), Referacie Obsługi Kierowców (Pl. Dworcowy), Referacie Świadczeń Rodzinnych (ul. Jaśminowa), ZBK (ul. Ratuszowa), na basenie CRW „Dolinka”

oraz w ESWIP i Centrum Organizacji Pozarządowych (ul. Związku Jaszczurczego).

Co musi zawierać poprawnie wypełniony wniosek?

• numer okręgu wyborczego, w którym znajduje się proponowane zadanie lub zaznaczone właściwe pole w przypadku inicjatywy ogólnomiejskiej,

- nazwę,
- miejsce realizacji zadania,
- opis zadania,
- dane identyfikujące wnioskodawcę

(m.in. imię i nazwisko, adres zameldowania, PESEL, podpis),

- podpisy osób popierających.

Gdzie po informacje?

• ustalenie okręgu wyborczego: strona internetowa www.budzetobywatelski.elblag.eu lub w Departamencie Spraw Obywatelskich, tel. 55 239 30 95 lub 55 239 34 76,

• ustalenie miejsca realizacji zadania: www.portalmapowy.umelblag.pl lub

w Departamencie Gospodarki Nieruchomościami i Geodezji, Referat Geodezji i Katastru, pok. 116, tel. 55 237 47 52 lub 55 239 31 15.

Kiedy i gdzie można składać wnioski?

• do 15 czerwca 2018 roku w wersji papierowej do Biura Obsługi Interesantów Urzędu Miejskiego w Elblągu ul. Łączności 1.

Co dalej?

• do 24 sierpnia 2018 roku zostanie opublikowana lista pozytywnie zaopiniowanych wniosków do realizacji,

• od 27 do 31 sierpnia przyjmowanie odwołań od opublikowanej listy,

• od 24 września do 21 października 2018 roku – głosowanie na projekty możliwe do realizacji.

Wszelkie informacje na temat tegorocznej edycji Budżetu Obywatelskiego dostępne będą na stronie www.budzetobywatelski.elblag.eu. ■

Dzięki teleopiece czują się bezpieczniej

Czterystu seniorów z dwudziestu gmin w regionie otrzymało od Sejmiku Województwa Warmińsko-Mazurskiego dofinansowanie do realizacji usług teleopiekuńczych. W Elblągu usługą tą, pilotażowo, objętych zostało dwadzieścia osób wyłonionych spośród podopiecznych Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej.

RAFAŁ SUŁEK

– Osoby starsze i podniesienie jakości ich życia są jednymi z najważniejszych zadań realizowanych przez elbląski samorząd. Na bieżąco bardzo aktywnie współpracujemy ze środowiskiem osób starszych oraz organizacjami działającymi na rzecz seniorów, wspierając wszelkie inicjatywy służące poprawie życia. Teleopieka jest uzupełnieniem działań dotychczas realizowanych w Elblągu – mówi Witold Wróblewski, Prezydent Elbląga. – Do działań tych zaliczyć możemy m.in. „Elbląski program na rzecz osób starszych na lata 2014–2020”, powołanie Pełnomocnika Prezydenta ds. seniorów, prowadzenie kampanii: „Bezpieczny senior” czy „Kierunek zdrowie” – dodaje prezydent.

Adresatami programu są osoby starsze, samotne, niepełnosprawne, ale także przewlekle chore, które w ciągu dnia pozostają w domu bez opieki, jednakże muszą być one na tyle sprawne, by móc samodzielnie uruchomić przycisk SOS.

System Teleopieka polega na reagowaniu na sytuacje zagrożenia, a w przypadku ich wystąpienia wezwanie

pomocy lub przekazywanie wiadomości opiekunowi. Pozwala on beneficjentom poczuć się bezpieczniej i mieć świadomość, że w sytuacjach zagrożenia mogą liczyć na wsparcie.

Z drugiej strony system Teleopieka dostarcza opiekunom narzędzie do skutecznego reagowania na sytuacje alarmowe. Teleopieka zapewnia podopiecznym bezpieczeństwo, odciążając ich bliskich od wielu zmartwień. Stabilizacja emocjonalna sprzyja wówczas aktywniejszemu udziałowi w życiu społecznym.

W Elblągu całkowity koszt programu dla 20. osób wynosi 14.820 złotych (zakup sprzętu i comiesięczna opłata dostępową), z czego połowa pochodzi z budżetu Województwa Warmińsko-Mazurskiego. Osoby objęte tym wsparciem nie ponoszą żadnych kosztów. Na terenie naszego miasta realizatorem programu przez najbliższe dwa lata będzie Polskie Centrum Opieki Spółka z o.o. w Gdyni. Jak dotąd odnotowano już 26 połączeń w ramach tej usługi, z czego większość była połączeniami aktywnymi danego podopiecznego oraz połączenia sprawdzające działanie systemu. Jedno połączenie dotyczyło złego samopoczucia



osoby zgłaszającej, lecz z uwagi na stan podopiecznej (logiczny kontakt i dostęp do telefonu) osoba ta została poinstruowana, żeby sama (lub za pośrednictwem przebywającej na miejscu osoby trzeciej) wezwała pogotowie, które po krótkim czasie przybyło na miejsce i udzieliło stosownej pomocy.

Jak zapewniają urzędnicy z elbląskiego Ratusza, w trakcie trwania pilotażu zostanie przeprowadzona diagnoza potrzeb w tym zakresie, która to będzie stanowić podstawę do ewentualnego rozszerzenia zakresu programu i wdrożenia na terenie Elbląga powszechnego systemu teleopieki. ■

OSTATNIE POŻEGNANIE

Odeszła najjaśniejsza Amazonka

14 stycznia br. zmarła Alicja Tomczyk – wieloletnia prezes elbląskich Amazonek, która przegrała niestety wieloletnią walkę ze złośliwym nowotworem piersi.



Pani Alicja z rakiem piersi zmagiała się od 30 lat. Przez wiele lat nowotwór nie dawał jej się we znaki. Drastyczne pogorszenie stanu jej zdrowia nastąpił w ubiegłym roku, kiedy nastąpił nawrót choroby, a organizm przestał reagować na dotychczasowe metody leczenia. Mimo cierpienia i bólu Alicja Tomczyk zawsze była życzliwa, pomocna i niezwykle aktywna. Przez elblążan zostanie zapamiętana przede wszystkim jako propagatorka działalności na rzecz profilaktyki raka piersi, m.in. poprzez organizowany od wielu lat marsz „Kocham cię Życie”.

Alicja Tomczyk wiele lat temu powołała do życia Elbląskie Stowarzyszenie Amazonek, które udziela wsparcia kobietom chorym na raka piersi. Pacjentki mogą tam liczyć na rehabilitację fizyczną, wsparcie, ale przede wszystkim na pomoc psychologiczną, która jest niezwykle istotna w procesie choroby jak i w rekonwalescencji. ■

Piłkarsko i muzycznie

Wakacyjny czas w naszym mieście zapowiada się atrakcyjnie. Oprócz Dni Elbląga, zaplanowanych pod koniec czerwca, mieszkańcy przestrzeń do dobrej zabawy znajdują w Elbląskiej Strefie Kibica, która powstanie na lodowisku.

RAFAŁ SUŁEK

Podczas tegorocznych Dni Elbląga na scenie wystąpią m.in. Bracia, Coma, Kasia Moś, Margaret, a także Elbląska Orkiestra Kameralna, Fumez oraz VNM i DJ ZEL. Jak w ubiegłych latach podczas święta Elbląga na wszystkich mieszkańców oprócz koncertów czekać będą także inne liczne atrakcje. Najmłodszy będą mogli bawić się w wesołym miasteczku i strefie zabaw, a ci starsi skorzystać z oferty w strefie piwnej i gastronomicznej. Poza tradycyjnymi imprezami elblążanie mogą też spodziewać się wielkich sportowych emocji. O tym, że w mieście powstanie strefa kibica, wiadomo było już od jakiegoś czasu. Dziś wiemy, że główną areną sportowego wydarzenia będzie obiekt przy ul. Karowej.

– Tradycyjnie w pierwszy weekend wakacyjny, czyli w tym roku 22–24 czerwca zapraszamy na Dni Elbląga. Przewidujemy szereg wydarzeń, choć w tym roku formuła zostanie trochę zmieniona z uwagi na to, że mamy rok piłki nożnej i na lodowisku w tym czasie działać będzie również strefa kibica – zapowiedział Prezydent Witold Wróblewski.

Jak zapewniają władze miasta, w elbląskiej strefie kibica elblążanie będą mieli możliwość obejrzenia niemal wszystkich spotkań zbliżających się Mistrzostw Świata w Piłce Nożnej w Rosji. Wyjątkiem będą tylko spotkania z końca fazy grupowej, kiedy to terminarz rozgrywek zakłada kilka meczy odbywających się w tym samym czasie.

– Wówczas liczymy, że to mieszkańcy naszego miasta pomogą nam w wyborze, które spotkanie chcieliby obejrzeć – mówił podczas konferencji prasowej Adam Jocz, Dyrektor Departamentu Promocji i Kultury. – Chcemy również, by ta strefa była jak najbardziej familijna, by atmosfera, jaka będzie panowała podczas tego mundialu, udzieliła się

jak największej ilości mieszkańców naszego miasta. Stąd też, zapraszamy wszystkich miłośników piłki nożnej z całymi rodzinami – dodał Andrzej Bugajny, Dyrektor MOSiR-u.

W czasie mistrzostw w Elblągu odbędzie się także tzw. „mały mundial”, w którym udział weźmie około 600 dzieci. Miasto zakłada, że jednorazowo na

halę lodowiska wejdzie ok. 2 tys. osób. Strefy kibica powstaną również w innych lokalizacjach, np. w pubach, dlatego na pewno nie zabraknie miejsc i każdy będzie mógł wspólnie z innymi kibicować naszej reprezentacji.

Z kolei podczas Dni Elbląga ograniczeń nie będzie, ponieważ większość wydarzeń ma odbywać się na otwartej przestrzeni, głównie na terenie Wyspy Spichrzów.

Poniżej prezentujemy program tegorocznej imprezy:

22.06.2018 piątek

godz. 17:00 koncert **Marta Gałuszewska**; scena na Wyspie Spichrzów

godz. 19:00 koncert **Margaret**; scena na Wyspie Spichrzów

godz. 20:30 koncert **Elbląskiej Orkiestry Kameralnej**; scena na ul. Stary Rynek obok Ratusza Staromiejskiego

Imprezy towarzyszące:

11:00 – 16:00 **IX Turniej Miast Kopernikańskich i Partnerskich**; plac przy Katedrze

23.06.2018 sobota

godz. 16:00 koncert **Sarsa**; scena na Wyspie Spichrzów



godz. 18:00 koncert **Bracia**; scena na Wyspie Spichrzów

godz. 20:00 **Battle Elbląg** – bitwa freestyle'owa 6 raperów wraz z koncertem; scena na Wyspie Spichrzów

godz. 22:00 **VNM z zespołem**; scena na Wyspie Spichrzów

godz. 23:30 **DJ ZEL**; scena na Wyspie Spichrzów

Imprezy towarzyszące:

10:00 – 15:00 **19. Forum Inicjatyw Porządowych**; ul. Stary Rynek

Dni otwarte Browaru w Elblągu Gra-guesting „Śladami Legendy Północy”

10:00 – 13:00 **Dzień otwarty Meble Wójcik**; zakład przy ul. Żuławskiej 18

24.06.2018 niedziela

Godz. 16:00 koncert **Fumez**; scena na Wyspie Spichrzów

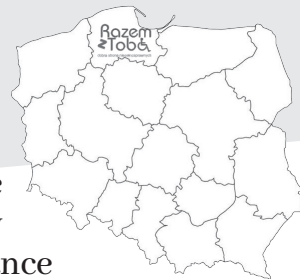
Godz. 18:00 koncert **COMA**; scena na Wyspie Spichrzów

Godz. 20:00 **Strefa kibica**, Lodowisko Helena, mecz Polska – Kolumbia

Imprezy towarzyszące:

GE Dni otwarte

17:00 **Koncert chóru Redemptoris** pt. „Ku Wolności”; Kościół Matki Bożej Królowej Polski ul. Robotnicza. ■



Wyjątkowe urodziny

Kiedyś nie dawali jej szans na przeżycie, niedawno obchodziła swoje 18 urodziny. W Muzeum Emigracji w Gdyni odbyły się huczne urodziny niepełnosprawnej Julki. Prezydent Wojciech Szczurek wręczył gdyniance dowód osobisty. Odbył się również koncert charytatywny.

LECHOSŁAW DZIERŻAK/gdynia.pl

Julka urodziła się 20 kwietnia 2000 roku w Gdyni. Była skrajnym wcześniakiem. Jej życie, jak i życie jej mamy zawdzięczamy lekarzom Szpitala Miejskiego w Gdyni. Po latach dramatycznej walki dziś Julka jest szczęśliwą dziewczyną. Mimo ogromnych obciążeń zdrowotnych – niepełnosprawności sprężonej, na jej twarzy bardzo często pojawia się uśmiech. Właśnie osiągnęła pełnoletność. Jej urodziny zostały zorganizowane w jednym z jej ulubionych miejsc: Muzeum Emigracji w Gdyni.

– Zdarzył się cud. Uśmiech i fan-

tastyczni rodzice sprawili, że każdego dnia Julia porusza wszystkim serca. Daje odwagę, siłę i poczucie radości wielu ludziom – mówił podczas uroczystości Wojciech Szczurek, prezydent Gdyni. – Osiemnaste urodziny to jeden z najpiękniejszych momentów w życiu. Choć potem pojawiają się kolejne i kolejne, to do tych często wraca się pamięcią, są one wyjątkowe. Jesteśmy szczęśliwi, że możemy być dzisiaj z panną Julią i jej rodzicami – dodał. Uroczystość rozpoczęto od wręczenia



Fot. Lechosław Dzierżak/gdynia.pl

Julii dowodu osobistego. Wręczył go prezydent Wojciech Szczurek, a następnie przyszła pora na część artystyczną. ■

SPOŁECZEŃSTWO

Zawsze jest jakieś wejście

Tradycyjnie maj ogłoszony został miesiącem wrażliwości i tym samym w Gdyni wystartowała kampania społeczna „Wchodzę – zawsze jest jakieś wejście”. Ma ona pokazać, że każdy powinien mieć szansę uczestniczenia we wszystkich aspektach życia codziennego, a niepełnosprawność nie może być powodem gorszego traktowania, pozbawiania lub ograniczania dostępu np. do edukacji, pracy, ogólnodostępnych usług, wsparcia społecznego czy życia kulturalnego.

AGNIESZKA WOŁOWICZ/gdynia.pl

– Bardziej niż na likwidowaniu barier architektonicznych, zależy nam na uwrażliwianiu społeczeństwa na problematykę nie tylko osób poruszających się na wózkach, ale także rodziców z dziećmi w wózkach i starszych mieszkańców naszego miasta – tłumaczy Magdalena Biegańska z Biura Pełnomocnika Prezydenta Gdyni ds. Osób z Niepełnosprawnością.

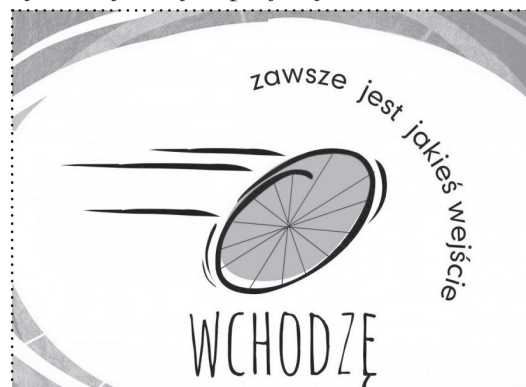
W ramach kampanii odbędzie się wiele wydarzeń towarzyszących. Będzie okazja do wzięcia udziału w pikniku kulinarnym, zabawy w wiosenny plener fotograficzny, uczestniczenia w zawodach integracyjnych, a także pospacerowania

po Śródmieściu czy też udziału w leśnym spacerze „na kółkach”.

Ideę akcji przybliżają plakaty, ulotki informacyjne i przypinki dostępne w różnych punktach miasta. Wolontariusze z Centrum Współpracy Młodzieży rozprawdzą po gdyńskich lokalach gastronomicznych i handlowych specjalne naklejki, zaś na gdyńskich trolejbusach pojawi się hasło „Wchodzę – zawsze jest jakieś wejście”.

Ponadto o kampanii informuje animacja promująca dostępność przestrzeni publicznej oraz aktywność osób z niepełnosprawnościami. – Główną bohaterką akcji jest Ula, która za pomocą krótkich, wesołych

filmików animowanych przedstawia problemy, z jakimi spotykają się osoby poruszające na wózkach – mówi Magdalena Biegańska. Film będzie emitowany w Gdyńskim Centrum Filmowym przed wybranymi projekcjami. ■





Poznaj atrakcje Warmii i Mazur

Zatrakcji Warmii i Mazur warto korzystać o każdej porze roku, jednak najwięcej dzieje się w sezonie letnim, który symbolicznie rozpoczyna się 1 maja. Sprawdź, jakie wydarzenia i imprezy odbędą się w regionie.

Na terenach Warmii i Mazur przez wieki ścierały się wpływy różnych krajów i narodów. Burzliwa historia owocowała licznymi starciami zbrojnymi. Obecnie dla upamiętnienia najważniejszych z bitew są organizowane ich widowiskowe inscenizacje. Trzy największe z nich będzie można obejrzeć pod Grunwaldem (14 lipca), w Lidzbarku Warmińskim (16 czerwca) i w Giżycku (11 sierpnia).

Wśród imprez odbywających się w regionie nie tylko amatorzy historii znajdą dla siebie coś ciekawego. Miłośnicy muzyki mają do wyboru liczne festiwale, prezentujące pełen wachlarz stylów (country, blues, jazz, rock, reggae, szanty, disco polo, poezja śpiewana, muzyka organowa i kameralna). Zachowanie dobrego humoru zapewnią maratony kabaretowe (Mrągowo, Elk, Lidzbark Warmiński, Ostróda). Dla smakoszy

przygotowano cykl festiwali kulinarnych, oferujących lokalne specjały. Wielu wrażeń należy spodziewać się podczas pokazów lotniczych (Iława, Giżycko) czy zawodów balonowych (Elk).

Amatorzy aktywności fizycznej mogą uczestniczyć m.in. w rajdach rowerowych, zawodach biegowych i triathlonowych, marszach na orientację, spływach kajakowych i regatach żeglarskich. Biorąc w nich udział, każdy może sprawdzić swoje możliwości i zmierzyć się z innymi. A zażywając ruchu na łonie przyrody, zadbać o utrzymanie formy fizycznej i równowagi ducha.

Warto pamiętać, że wybierając się



Fot. pixabay.com

na którąś z imprez historycznych, kulturalnych, kulinarnych, sportowych czy rekreacyjnych, można też zwiedzić ciekawe zabytki czy poznać miejsca szczególnie cenne przyrodniczo. Bo Warmia i Mazury to region unikalny w skali Europy, zarówno pod względem przyrodniczo-krajobrazowym, jak i historyczno-kulturowym. ■

Oprac. MS

BRANIEWO

Na scenie od 15 lat

Zespół „Ton – Lira”, działający przy Kole Polskiego Związku Niewidomych w Braniewie, obchodzi swój jubileusz. Choć od pierwszego występu minęło już 15 lat, członkowie zespołu nie myślą o tym, by zejść ze sceny.

– Nadal cieszy ich wspólne śpiewanie i przebywanie w swoim towarzystwie dlatego motto zespołu brzmi: „Serce, sercu pieśń śpiewało, by o troskach zapomniało” – mówi Barbara Sadło, kierownik zespołu ds. muzycznych.

Zespół „Ton – Lira” powstał 23 kwietnia 2003 roku przy Kole Polskiego Związku Niewidomych w Braniewie. Posiada bogaty i różnorodny repertuar, śpiewa piosenki ludowe, biesiadne, liryczne, religijne, patriotyczne i wojskowe na spotkaniach towarzyskich, imprezach związkowych, festynach, pielgrzymkach i dożynkach. Bierze czynny udział w przeglądach zespołów śpiewaczych, organizowanych w różnych miejscowościach województwa warmińsko-mazurskiego oraz w innych miastach.

– Zespół godnie reprezentował Okręg Warmińsko-Mazurski PZN na Międzynarodowej imprezie integracyjnej osób niewidomych w Czechach. Otrzymał wiele nagród, wyróżnień,



Fot. nadestane

dypłomów. Został odznaczony Złotą Odznaką Honorową Polskiego Związku Niewidomych – podkreśla Dariusz Wileński, kierownik zespołu ds. muzycznych. ■

Oprac. MS

Studencka współpraca z PFRON-em

Na Wydziale Nauk Pedagogicznych UMK w Toruniu rozpoczął się cykl certyfikowanych szkoleń, dzięki którym studenci pedagogiki specjalnej oraz pracy socjalnej mogą zdobyć praktyczną wiedzę na temat wsparcia osób z niepełnosprawnościami.

Porozumienie Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu z Państwowym Funduszem Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych ma służyć poszerzeniu kompetencji zawodowych i aspektów praktycznego kształcenia studentów kierunków z zakresu pedagogiki. Cykl szkoleń rozpoczął się 26 kwietnia. Podczas spotkania, w którym uczestniczyli dyrektor kujawsko-pomorskiego oddziału PFRON oraz specjalista ds. współpracy z administracją publiczną, studenci mogli poznać rolę i znaczenie PFRON-u w systemie rehabilitacji.

Podczas kolejnych szkoleń studenci zgłębią tajniki Systemu Obsługi Dofinansowania i Refundacji, dowiedzą się też

jak krok po kroku przebiega zatrudnienie osoby z niepełnosprawnością oraz jak wygląda schemat działania na rzecz zwiększenia zatrudnienia osób niepełnosprawnych. Warsztaty będą okazją do zaznajomienia się z Programem Wyrównania Różnic Między Regionami i Aktywnym Samorządem. Studenci dowiedzą się, na jakich zasadach przyznawane są dofinansowania dla organizacji pozarządowych, jaka jest logika projektowa wniosków, a także jak powinna wyglądać struktura dokumentów projektowych.



fot. pedagogika.umk.pl

Szkolenia mają mieć charakter warsztatowy, odbywać się będą w siedzibie kujawsko-pomorskiego oddziału PFRON. ■

Źródło pedagogika.umk.pl

Look na Senior Klub

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu zaprasza do prezentacji działalności klubów seniora na stronie infosenior.rops.torun.pl. Akcja „LOOK na Senior Klub” ma na celu upowszechnienie wśród osób starszych oferty takich placówek i innych organizacji senioralnych.

Z upływem lat przybywa osób starszych, dysponujących dużą ilością wolnego czasu i chcących ten czas spożytkować w sposób aktywny. Miejscami, w których seniorzy mają możliwość integracji, wymiany doświadczeń i poglądów, realizacji własnych pasji oraz udziału w interesujących wydarzeniach kulturalnych, edukacyjnych i sportowych, są kluby seniora.

Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Toruniu, który uruchomił serwis internetowy z informacjami dla osób starszych www.infosenior.rops.torun.pl, zaprasza do prezentacji działalności klubów seniora z regionu na łamach tej witryny. W związku z tym zachęca kluby seniora i różne organizacje senioralne do dzielenia się informacjami na temat podejmowanych działań. Można to zrobić pod nr tel. 56 657 14 69 oraz mailowo: infosenior@rops.torun.pl. ■



Fot. Szymon Zdziełto/Tarantoga.pl

Red.

Najdłuższy cmentarz świata

Aby napisać „Dzienniki kołymskie”, Jacek Hugo-Bader przemierzył trasę od Magadanu do Jakucka, w sumie 2025 kilometrów. Nie jest to zwyczajna droga, to najdłuższy cmentarz świata, tak przynajmniej twierdzą tamtejsi starzy ludzie. Zbudowali ją więźniowie stalinowskich łagrów. Pracując ponad siły w trudnych warunkach, umierali na placu budowy, który stawał się ich grobem.

AGNIESZKA PIETRZYK

Reporter pamięta o Polakach poległych na trasie z Magadanu do Jakucka, często o nich wspomina, odnajduje ich nawet w Polsce i w zakończeniu książki oddaje im głos. Ale to nie stalinowskie czasy są tematem „Dzienników kołymskich”, lecz współczesność.

Hugo-Bader pojechał na Kołymę, aby zobaczyć, jak się żyje na cmentarzu. Czy w tym miejscu napiętowanym cierpieniem można się kochać i śmiać, jak się tam wychowuje dzieci, jak się pracuje, pije wódkę i umiera. Jego pierwszym źródłem informacji są kierowcy, bo jedyny sposób pokonania tej trasy to autostop. Jazda solidnymi, ale topornymi ciężarówkami rosyjskiej produkcji: kamazami, uralami i krazami. Reporter oddaje więc głos papuczykom, czyli towarzyszom podróży, a oni opowiadają, jak się im żyje. Bader musiał słyszeć bardzo wiele historii, musiał też dokonać selekcji i zrobił to znakomicie. W książce jest wszystkiego po trochu, anegdota i smutne opowieści, wypowiedzi starych i młodych, Rosjan i tubylców, bogatych i biednych, a całość ubarwiają kołymskie sentencje.

Hugo-Bader chciał pokazać życie na Kołymie i ten cel osiągnął. Otrzymujemy obraz tamtejszych ludzi, ich sposób myślenia, ich pragnienia, dylematy i lzy. Okazuje się, że na cmentarzu da się kochać i wychowywać dzieci, można tam zarabiać pieniądze, głównie przy wydobyciu złota. Niestety, miłość, przyjaźń, rodzina, praca, to wszystko przesiąknięte jest uczuciem porażki, goryczy, zmęczenia, zniechęcenia, a przede wszystkim wódką. Papuczyki to ludzie, którzy nie potrafili ułożyć sobie życia, często z raną na duszy, żyją tak, jak gdyby szukali śmierci. Są też tacy, którzy próbują działać, pracować, uczynić życie na Kołymie lepszym, wygodniejszym, jest ich niewielu, ale nawet ci muszą przyjąć tamtejsze reguły gry, choćby zaakceptować wszechobecną korupcję.

Na szczególną uwagę zasługuje stosunek autora do papuczyków. Oni wszyscy pod jego piórem stają się wyjątkowi i piękni, nawet jeżeli wisi im gil u nosa albo są zalani w trupa, to i tak autor obdarza ich swoistym urokiem. W piątym dniu podróży reporter stwierdza, że ludzie na Kołymie to jego największe rozczarowanie, bo wszyscy ponurzy, smutni, opryskliwi i nikt się do niego nie uśmiechnął. Ale nawet w tych opisach sowieckiego ponuractwa czuć sympatię autora dla towarzyszy podróży. Bez tej życzliwości nie byłoby zrozumienia rosyjskiej duszy uwięzionej w morderczych mrozach Kołomy.

REPORTAŻ

Jacek Hugo-Bader DZIENNIKI KOŁYMSKIE



Polecam „Dzienniki kołymskie” w wersji dźwiękowej, czytane przez samego autora, także przez Joannę Szczepkowską i Adama Ferencę. Na końcu książki pojawiają się także głosy samych bohaterów.

Audiobook: Jacek Hugo-Bader, „Dzienniki kołymskie”, Czarne, 2012, czytają: Jacek Hugo-Bader, Joanna Szczepkowska, Adam Ferency, czas nagrania 8 godz. 58 min. ■



Agnieszka Pietrzyk poleca

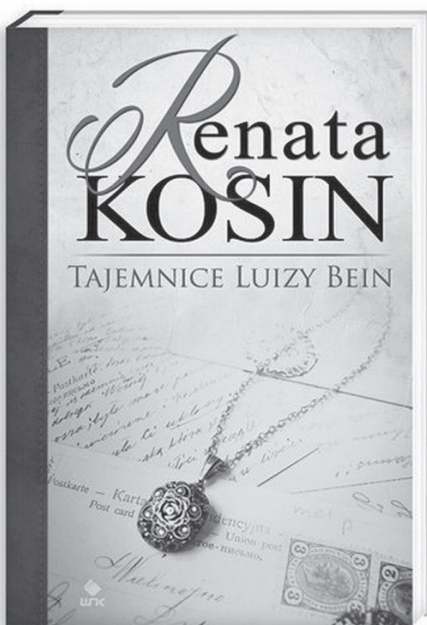
„Tajemnice Luizy Bein”

Renaty Kosin czyta się jak sensacyjną bajkę dla dorosłych, a to za sprawą fabuły, w której pojawiają się zagadkowe szczątki przodków, dziwne symbole, skrytki pozostawione przez antenatów i księgi z ukrytymi w nich informacjami.

Młoda dziennikarka Klara postanawia odkryć tajemnicę grobu Luizy Bein. Kim było pochowane z nią dziecko, skoro jej jedyny syn dożył sędziwego wieku? Bohaterka udaje się do Szwajcarii, aby przeprowadzić śledztwo wśród potomków Luizy Bein. Na miejscu poznaje niezwykle oryginalnego Aleksandra Beina, który zaczyna wspierać ją w odkrywaniu tajemnicy.

W książce Renaty Kosin roi się od tajemnic i niebezpieczeństw, ale zarazem jest to powieść bardzo lekka, a to ze względu na jej przygodowy charakter.

Audiobook: Renata Kosin, „Tajemnice Luizy Bein”, Storybox, 2016, czyta Monika Dąbrowska-Jarosz, czas nagrania 14 godz. 25 min. ■



FILM

Nagrodzony Oscarem krótkometrażowy film „The Silent Child” opowiada historię czteroletniej Libby, która urodziła się w świecie ciszy. Dziewczynka otwiera się na świat za sprawą przyjaźni z Joanne, pracownikiem socjalnym, która uczy ją języka migowego.



Fot. nadesłana

Historia niesłyszącej dziewczynki, która nie komunikuje się ze światem, powstała na podstawie osobistych doświadczeń Rachel Shenton – autorki scenariusza i odtwórczyni roli Joanne. Ojciec aktorki stracił słuch, gdy miała 12 lat. Doświadczenie, które zmieniło życie całej jej rodziny, uwrażliwiło artystkę na potrzeby osób z niepełnosprawnością słuchu. Film „The Silent Child” jest wspólnym dziełem Rachel Shenton i jej narzeczonego Chrisa Overtona, reżysera. W rolę Libby wcieliła się Maisie Sly.

– Zanim zaczęliśmy tworzyć „The Silent Child” moja wiedza na temat głuchoty była taka, jak większości ludzi. Niewiele wiedziałem o społeczności niesłyszących i myśl o kontakcie z osobą głuchą paraliżowała mnie. To, czego nauczyłem się o głuchocie, zmieniło moje życie – oświadczył Chris Overton. – W dzisiejszych szkołach uczymy się francuskiego, niemieckiego, hiszpańskiego i wielu innych języków, ale Brytyjskiego Języka Migowego (który jest pięknym językiem) nigdzie nie widać – dodał.

Podczas odbierania Nagrody Akademii Filmowej w kategorii najlepszy krótkometrażowy film aktorski Rachel Shenton – po raz pierwszy w historii Oscarów – wygłosiła mowę w języku migowym, co obiecała głównej aktorce filmu 6-letniej niesłyszącej Maisie Sly.

– Ta historia nie jest wyolbrzymiona na potrzeby filmu. Miliony dzieci na całym świecie żyją w ciszy, mierzą się z barierami komunikacyjnymi i trudnościami w dostępie do edukacji. Dziękuję Akademii za to, że mogliśmy poruszyć ten temat i przedstawić go masowej widowni – powiedziała Rachel Shenton podczas 90. Galii rozdania Oscarów. ■

MUZYKA

Ruszył 14. Festiwal Zaczarowanej Piosenki, którego głównym organizatorem jest Fundacja Anny Dymnej „Mimo Wszystko”. W konkursie biorą udział utalentowane wokalnie osoby z niepełnosprawnością.

„W tym konkursie liczy się tylko Twój talent. Głos oraz osobowość sceniczną wykonawców ocenia profesjonalne jury” – czytamy na stronie organizatora konkursu, który od 2005 roku zbiera na krakowskiej scenie uzdolnionych muzyków z niepełnosprawnościami. Na scenie rywalizują wyłącznie soliści. Konkurs przeprowadzany jest w dwóch kategoriach wiekowych: dzieci w wieku od 10 do 16 lat oraz dorośli (od 16 lat). Na zwycięzców czekają atrakcyjne nagrody – wystarczy zaznaczyć, że zdobywca pierwszego miejsca w każdej kategorii otrzyma 24 tysiące złotych, przyznawane w formie stypendium. Soliści, którzy przejdą do trzeciego etapu konkursu, 9 czerwca na Rynku Głównym w Krakowie wystąpią na scenie w towarzystwie znanych artystów i gwiazd muzyki. ■

Elbląg kolejny raz na kartach powieści

Jakich autorów najbardziej ceni? Czym zaskoczy czytelników w kolejnej powieści? W jaki sposób postrzega nasze miasto w swojej twórczości? Na te i inne pytania odpowiadała podczas spotkania z czytelnikami Agnieszka Pietrzyk, autorka cyklu książek, których akcja rozgrywa się w Elblągu.

MONIKA SZALAS

Spotkanie autorskie w Bibliotece Elbląskiej odbyło się przy okazji niedawnej premiery najnowszej książki Agnieszki Pietrzyk. „Porwanie” to druga część cyklu opowiadającego o komisarzu Kamilu Soroce oraz prokurator Milenie Łempickiej-Krol. Tym razem – w przeciwieństwie do poprzedniej części, w której głównym motywem było morderstwo w Hotelu „Pod Lwem” – osiłą fabuły stało się porwanie kilkumiesięcznego dziecka.

– Przeglądałam wykaz przestępstw, jakie uwzględnia kodeks postępowania karnego – jest tam ich naprawdę sporo, ale trudno zrobić zagadkę kryminalną np. z kradzieży samochodów. Stwierdziłam, że przyda mi się nowe wyzwanie, dlatego wybrałam tematykę porwania. Musiałam uzupełnić swoją wiedzę w zakresie kryminalistyki i to wcale nie było łatwe. Bardziej niż w poprzednich moich książkach opierałam się na własnej wyobraźni, jeśli chodzi o pracę policji i prokuratury – opowiadała autorka.

Bohaterem „Porwania” jest Seweryn Maj, zmagający się z trudnościami finansowymi elbląski przedsiębiorca, który podejmuje decyzję o upozorowanym porwaniu własnego synka, żeby wyłudzić pieniądze od zamożnego brata. Pomysł, z założenia prosty i mający szansę na powodzenie, staje się największym koszmarem, gdy okazuje się, że mały Tymek rzeczywiście został uprowadzony – jednak nie przez znajomego przedsiębiorcy. Tragedia odmienia życie rodziny Maj i choć na jaw wychodzą mroczne sekrety, tajemnic przybywa.

– Wydaje mi się, że nie przesadzę, jeśli powiem, że jednym z bohaterów mojej książki jest rodzina. Taka, która z zewnątrz wygląda na idealną: tam wszyscy się kochają, wspierają się i pomagają



Fot. Monika Szalas

sobie, a gdy zostaje porwane dziecko, okazuje się, że wychodzą różne złe relacje między tymi ludźmi. Założenie głównego bohatera było bardzo bezpieczne, jednak takie pomysły są proste tylko w wyobraźni, a w rzeczywistości dzieje się coś innego. Chciałam, żeby po przeczytaniu tej książki ktoś zastanowił się, czy warto zaryzykować życie swojego dziecka – tłumaczyła Agnieszka Pietrzyk.

Tłem dla rodzinnej tragedii jest Elbląg. Choć autorka zaznaczyła, że ważniejsza od promocji miasta jest zagadka kryminalna, chętnie umieszcza akcję powieści w naszym regionie. W „Porwaniu” toczy się ona na elbląskich ulicach i w komunikacji miejskiej. Oprócz tego pojawiają się takie miejsca jak Jezioro Drużno, Bażantarnia, Komenda Miejska Policji na ul. Tysiąclecia, wieża Katedry Św. Mikołaja, a także kilka lokali, m.in. Krypta, Specjal Pub i restauracja Złota Arka. Oprócz lokalizacji czytelnicy znajdą w „Porwaniu” wydarzenia związane z naszym miastem, np. Międzynarodowy Festiwal Wikingowie z Truso. Agnieszka Pietrzyk wielokrotnie podkreślała, że Elbląg to jej miasto. Zapytana o to, jaką

inną przestrzeń chciałaby opisać, odpowiedziała, że na razie jej wyobraźnia literacka kończy się na Elblągu i trudno powiedzieć, jakie inne miejsce w przyszłości zostanie tłem dla jej historii. Zanim miasto stało się swojego rodzaju bohaterem książek, do autorki napływało wiele pytań o Elbląg.

– Skoro oni [czytelnicy – red.] tego chcą, ja nie mam innego wyjścia i muszę podjąć to wyzwanie, umieszczać zagadkę kryminalną w moim mieście. Dla mnie czytelnik jest najważniejszy w trakcie pisania książki – zaznaczyła. – Poza samą przestrzenią chciałam pokazać coś więcej o Elblągu, coś, co jest dla nas ważne, co nas gnębi, co nas gryzie, o czym się w mieście mówi – dodała.

Czytelnicy mogą liczyć na to, że autorka nie zawiedzie ich oczekiwań. Data premiery nie jest jeszcze znana, ale pewne jest, że Elbląg na kartach powieści pojawi się jeszcze przynajmniej raz – w ostatniej części cyklu o komisarzu Soroce i prokurator Łempickiej-Krol. Agnieszka Pietrzyk nie chciała zdradzić wielu szczegółów, uchyliła jednak rąbka tajemnicy.

– W pierwszej części było morderstwo, w drugiej porwanie, w trzeciej części będzie coś zupełnie innego. Nie wiem, czy to zostanie przyjęte i zaakceptowane, bo trochę na granicy szaleństwa pisałam tę książkę. Nie powiem, co to jest, ale będzie

to dużym zaskoczeniem, bo takiej tematyki kryminalnej w Polsce chyba nikt nie poruszył. Mogę tylko powiedzieć, że rozwiązanie zagadki życiowej prokurator Łempickiej-Krol [której mąż zniknął wraz z synem – red.] będzie finałem trzeciej

części cyklu elbląskiego – wyznała.

Pozostaje nam czekać na kolejną powieść Agnieszki Pietrzyk, a tymczasem przypominamy, że dla naszych czytelników mamy konkurs, w którym można wygrać książkę z autografem autorki. ■

KULTURA



Rodzina kinomaniaków – pokazy bez barier

Fundacja Kultury bez Barrier zaprasza na seanse filmowe z audiodeskrypcją, napisami dla niesłyszących i tłumaczeniem na język migowy. Cykliczne wydarzenie zatytułowano „Rodzina kinomaniaków”, udział wziąć w nim może bowiem cała rodzina. Najbliższy pokaz już 21 maja w Warszawie.

„Rodzina Kinomaniaków” jest projektem, który umożliwia osobom z niepełnosprawnością wzroku i słuchu pełny dostęp do dzieł filmowych. Pokazy są bezpłatne i otwarte dla każdego zainteresowanego, Fundacja poprzez takie działania pragnie zapewnić równy dostęp do kina osobom z różnymi potrzebami oraz osobom często wykluczonym z udziału w kulturze.

Sala wyposażona jest w pętlę indukcyjną i system do audiodeskrypcji, a filmy wyświetlane są z napisami dla niesłyszących. Podczas prezentacji filmów dla dzieci zapewniane jest również tłumaczenie na język migowy.

Na każdy seans może przyjść cała rodzina – najmłodszym uczestnikom podczas prezentacji filmu organizowane

są zajęcia edukacyjno–rozrywkowe, prowadzone przez wykwalifikowanych animatorów.

Wszystkie seanse odbędą się w Kinotece Pałacu Kultury i Nauki w Warszawie na Placu Defilad 1.

Projekcje odbędą się: 18 czerwca godz. 17:30, 16 lipca godz. 17:30, 20 sierpnia godz. 17:30, 17 września godz. 17:30, 8 października godz. 17:30, 19 listopada godz. 17:30.

Organizatorzy będą na bieżąco aktualizować spis o tytuły filmów. Lista dostępna jest na fanpage’u Fundacji Kultury bez Barrier.

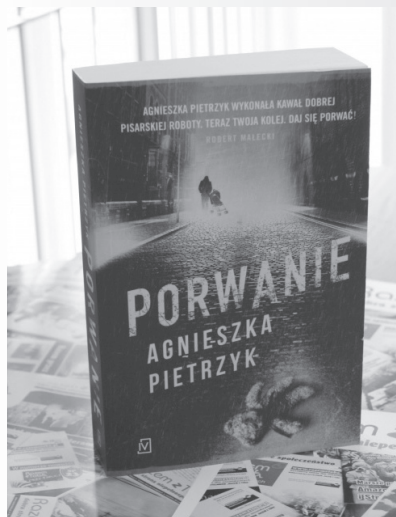
Organizatorzy przypominają również o konieczności rezerwacji miejsc ze względu na ograniczoną pojemność sal. Można jej dokonać poprzez e-mail

(rezerwacje@kulturabezbarier.org) lub telefonicznie (669 401 401). Otrzymanie informacji zwrotnej z potwierdzeniem rezerwacji gwarantuje miejsce na sali i możliwość uczestniczenia w pokazie.

Osoby chcące skorzystać z opieki na dziećmi proszone są o podanie podczas rezerwacji informacji o liczbie dzieci, ich wieku i ewentualnych specjalnych potrzeb, tak aby można było zapewnić im jak najlepszą opiekę.

Projekt „Rodzina Kinomaniaków” dofinansowany jest ze środków Miasta Stołecznego Warszawy. ■

Źródło: fanpage Fundacji Kultury bez Barrier
Oprac. KW



Konkurs

14 marca premierę miała najnowsza książka Agnieszki Pietrzyk pt. „Porwanie”. Akcja powieści rozgrywa się w Elblągu i okolicach, m.in. nad jeziorem Drużno, które stanie się mrocznym tłem dla jednego z kluczowych wydarzeń „Porwania”. W powieści znajdziemy też kontynuację wątków obyczajowych rozpoczętych w „Śmierci kolekcjonera”, czytelnicy czekający na zapoznanie się z osobistymi relacjami pomiędzy komisarem a panią prokurator zapewne się nie rozczarują.

Książka z dedykacją

Dla Czytelników Razem z Tobą Wydawnictwo Czwarta Strona ufundowało egzemplarz książki „Porwanie”. Aby o niego zawalczyć, wystarczy podać trzy tytuły książek, które wydała już Agnieszka Pietrzyk. Odpowiedzi prosimy podsyłać na adres: redakcja@razemtoba.pl do 10 czerwca włącznie, w temacie maila wpisując słowo „konkurs”. Ze szczęśliwcem skontaktujemy się drogą mailową i ustalimy sposób odbioru nagrody.

Numer 997 już nie połączy z policją

Od kwietnia do grudnia będzie trwał proces przełączania numeru alarmowego 997 do Centrów Powiadamiania Ratunkowego (CPR). W województwie warmińsko-mazurskim proces ten nastąpi na przełomie maja i czerwca. Numer 997 będzie nadal działał, zmieni się natomiast miejsce odbioru zgłoszenia.

BOŻENNA ULEWICZ

Dzięki temu, że informacja od razu trafi do operatów numerów alarmowych w CPR, możliwe będzie jednoczesne powiadomienie o zdarzeniu wszystkich właściwych służb.

Przejęcie obsługi zgłoszeń z numeru alarmowego 997 przez operatorów Centrów Powiadamiania Ratunkowego spowoduje odciążenie dyspozytorów służb ratunkowych. Dyspozytorzy z Policji będą otrzymywali z CPR tylko te zgłoszenia alarmowe, w których zagrożone jest życie, zdrowie, mienie, bezpieczeństwo lub porządek publiczny.

Przypominamy, że operatorzy numerów alarmowych w CPR odebrali w zeszłym roku prawie 8,5 mln fałszywych zgłoszeń (prawie 45 proc. wszystkich). Odsetek zgłoszeń fałszywych w 2017 r. zmniejszył się o ponad 2 proc. Jednak w dalszym ciągu jest to ogromna liczba zgłoszeń.

W związku z tym przełączenie numeru alarmowego 997 do CPR pozwoli na wyeliminowanie bezpośredniego kierowania do służb zgłoszeń niezasadnych lub fałszywych. Będzie to miało pozytywny wpływ zarówno na czas, jak i na skuteczność udzielania pomocy osobom, które rzeczywiście jej potrzebują.

Udany pilotaż na Śląsku

W listopadzie 2017 roku został przeprowadzony pilotaż przełączenia numeru alarmowego 997 do CPR w województwie śląskim. W efekcie wszystkie zgłoszenia kierowane do numeru alarmowego 997 z terenu województwa śląskiego są obecnie obsługiwane przez Centrum Powiadamia-



Fot. pixabay.com

nia Ratunkowego w Katowicach, tak samo jak zgłoszenia na numer alarmowy 112.

Dobre wyniki pilotażu przeprowadzonego na Śląsku, sprawiły że na ten rok zaplanowano przejęcie przez CPR obsługi numeru alarmowego 997 w całej Polsce. Warto zaznaczyć, że województwo śląskie nie zostało wybrane przypadkowo. To właśnie Centrum Powiadamiania Ratunkowego w Katowicach odbiera w skali roku najwięcej zgłoszeń. W 2017 r. było to 2,2 mln zgłoszeń.

Sprawniejsze przyjmowanie zgłoszeń

Odbieranie zgłoszeń bezpośrednio przez operatorów CPR pozwala na jednoczesne i automatyczne (za pośrednictwem systemu teleinformatycznego) powiadomienie wszystkich służb właściwych ze względu na rodzaj zdarzenia.

Skróceniu ulega również czas oczekiwania na odebranie połączeń. Średni czas

mierzony od momentu wybrania numeru alarmowego 112 do odebrania połączenia przez operatora numerów alarmowych w CPR wynosi około 10 sekund. Po przełączeniu numeru alarmowego 997 do CPR, czas oczekiwania na połączenie będzie podobny.

Kolejnym efektem przełączenia numeru alarmowego 997 do Centrów Powiadamiania Ratunkowego będzie ujednoczenie sposobu obsługi zgłoszeń kierowanych na numery alarmowe, w tym zgłoszeń obcojęzycznych.

Proces przełączania numeru 997 będzie odbywał się sukcesywnie od kwietnia do grudnia br. W kwietniu nastąpi przełączenie numeru alarmowego 997 do CPR w województwie opolskim i świętokrzyskim. W maju przełączenie obejmie województwa lubuskie i kujawsko-pomorskie, a w województwo warmińsko-mazurskim na przełomie maja i czerwca. ■

Pobierasz emeryturę lub rentę z ZUS? Sprawdź jak dostać wyższe świadczenie

Jesteś emerytem, rencistą lub osobą mającą ustalony kapitał początkowy - możesz wystąpić do ZUS o przeliczenie swojego świadczenia. Jeżeli nie posiadałeś dokumentów potwierdzających wysokość twoich zarobków w czasie, kiedy składałeś wniosek o świadczenie, teraz możesz wystąpić do ZUS-u o ponowne przeliczenie. Zakład robi to z uwzględnieniem minimalnego wynagrodzenia zamiast kwot zerowych.

ANNA ILUKIEWICZ

Przeliczenie może znacząco wpłynąć na wysokość twojego świadczenia, do tego jest całkowicie darmowe. Musimy pamiętać, że jeżeli nowe przeliczenie okaże się mniej korzystne od poprzedniego, ZUS wypłaci ci świadczenie wysokości dotychczasowej – nigdy nie obniży ci świadczenia.

Do podstawy wymiaru, od której ustalana jest wysokość świadczenia lub kapitału początkowego, wliczane są okresy twojego ubezpieczenia. Muszą one być potwierdzone dokumentami złożonymi razem z wnioskiem o emeryturę, rentę lub kapitał początkowy. W przypadku braku dokumentów potwierdzających twoje zarobki z danego okresu, ZUS do wyliczenia podstawy świadczenia przyjął wynagrodzenie zerowe. Wówczas świadczenie to jest niższe.

Należy wówczas złożyć odpowiedni wniosek o ponowne przeliczenie. Jest to możliwe, jeśli przy składaniu wniosku ktoś nie mógł udokumentować zarobków z pewnego okresu zatrudnienia, dlatego, że zakład pracy został zlikwidowany, nie mógł odnaleźć archiwum, które przechowuje dokumentację z danego zakładu pracy lub została ona zniszczona. Po przyjęciu wniosku, ZUS sprawdzi, czy w tym przypadku można przyjąć wynagrodzenie minimalne za konkretne okresy oraz czy istnieje możliwość ponownego przeliczenia świadczenia.

ZUS ustala proporcjonalnie minimalne wynagrodzenie do wysokości etatu za okresy, za które nie mieliśmy dokumentów potwierdzających nasze wynagrodzenie. Jeśli pracownik miał wówczas pół etatu, uwzględniona zostanie połowa obowiązującego w danym momencie minimalnego wynagrodzenia.



Fot. pixabay.com

Po przeliczeniu świadczenia lub kapitału początkowego, Zakład Ubezpieczeń Społecznych zawsze poinformuje nas o decyzji. Na wydanie decyzji o zmianie wysokości świadczenia ma 60 dni. Wysokość świadczenia ulegnie zmianie od miesiąca, w którym został złożony wniosek. Jest to wniosek o ponowne obliczenie świadczenia emerytalno-rentowego ERPO. W przypadku ponownego przeliczenia kapitału początkowego musimy złożyć wniosek EKP. Formularze dostępne są we wszystkich placówkach ZUS oraz na stronie internetowej www.zus.pl.

Pamiętajmy, że nasze świadczenie po przeliczeniu nigdy nie będzie niższe niż dotychczasowe. Możemy jedynie zyskać trochę więcej pieniędzy w naszym portfelu. ■

P
O
L
E
C
A
M
Y

Informator dla osób niepełnosprawnych

Zawartość informatora to zbiór wskazówek i najważniejszych informacji przydatnych osobom z niepełnosprawnością. Dzięki niemu poznamy zasady przyznawania rent oraz orzecznictwa lekarskiego, zasady ubiegania się o wsparcie z PFRON wraz z warunkami jego udzielenia i wykazem niezbędnych dokumentów. Przeczytamy o uprawnieniach przysługujących pracownikom, a także dowiemy się więcej na temat rehabilitacji leczniczej prowadzonej przez ZUS, pomocy z PFRON dla osób niepełnosprawnych oraz wsparcia pracodawców zatrudniający takich pracowników.

Informator dla osób z niepełnosprawnością

2018



Papierowe zwolnienia znikają

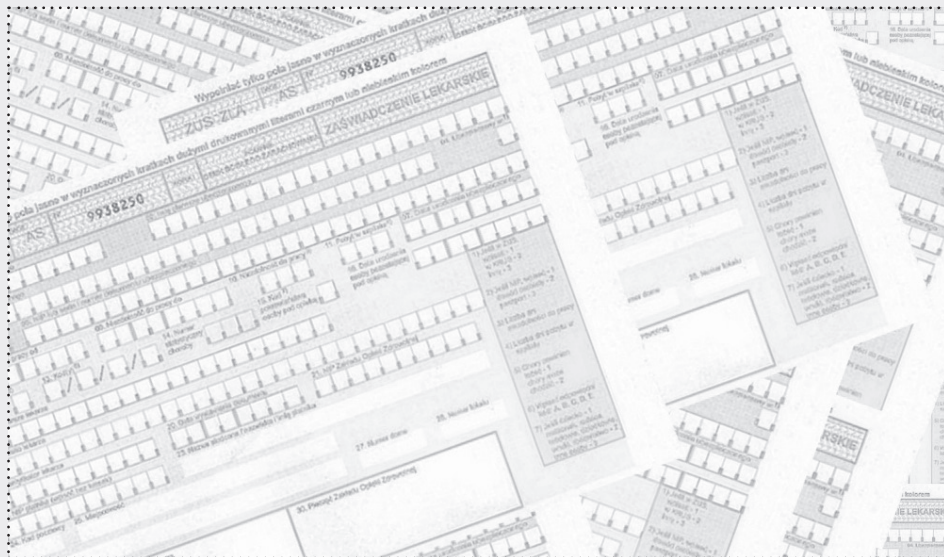
E-ZLA to duże ułatwienie zarówno dla pracownika, jak i samego pracodawcy. Jedynym warunkiem korzystania z tych przywilejów, jest posiadanie konta na Platformie Usług Elektronicznych ZUS. Konto zakładane jest bezpłatnie. Korzystanie z niego również nie kosztuje.

ANNA ILUKIEWICZ

Platnik, zatrudniający powyżej pięciu osób, ma obowiązek posiadać profil na Platformie Usług Elektronicznych ZUS. Bez tego nie otrzyma informacji o chorobie swojego pracownika, jedynie w przypadku dostarczenia papierowego druku ZLA. PUE mogą również założyć pracodawcy, zatrudniający poniżej 5 pracowników. Jeżeli skorzystają z tej możliwości, to w ciągu siedmiu dni od założenia profilu, muszą w formie pisemnej poinformować swoich pracowników o braku obowiązku dostarczania wystawionych dla nich zwolnień lekarskich (wydruku e-ZLA). Jeśli tego nie zrobili, powinni założyć profil jak najszybciej.

Papierowe zwolnienia lekarskie znikną całkowicie. Zastąpią je zwolnienia elektroniczne. Mają zniknąć jeszcze w tym roku. Wprowadzenie e-ZLA ma uprościć procedury, a co za tym idzie, zdjąć z pracownika obowiązek dostarczania zwolnienia do pracodawcy w ciągu 7 dni od dnia wystawienia.

Dzięki e-ZLA informacje o chorobie pracownika, pracodawca otrzyma natychmiast, drogą elektroniczną. Ułatwi to



Papierowe zwolnienia znikną jeszcze w tym roku?

szybkie wyznaczenie innego pracownika do wykonywania zadań pracownika przebywającego na zwolnieniu lekarskim.

Pracodawca, dzięki posiadaniu PUE, natychmiast widzi zwolnienie lekarskie swojego pracownika, może więc wystąpić z wnioskiem o skontrolowanie tego pracownika przez Lekarza Orzecznika ZUS. Wówczas ZUS ma więcej czasu na przeprowadzenie kontroli zasadności wystawienia zwolnienia lekarskiego. Pracodawca ma wgląd do wszystkich wystawionych zwolnień lekarskich swoim pracownikom. Będzie mógł je eks-

portować oraz zapisać na komputerze lub innym nośniku zewnętrznym. W pliku tym znajdują się wszystkie dane ze zwolnienia lekarskiego. Pracodawcy często korzystają z pomocy biur rachunkowych, a dzięki takiemu eksportowi e-ZLA w łatwy sposób prześlą wszystkie dane do tych właśnie biur, aby prawidłowo złożyć dokumenty rozliczeniowe.

Dzięki e-ZLA komunikacja pomiędzy lekarzem, pacjentem i pracodawcą następuje już w chwili wystawienia zwolnienia w formie elektronicznej. ■

Które niedziele wolne od handlu?

10 stycznia br. po licznych kontrowersjach, sprzeciwach, ale także głosach pochwały Sejm ostatecznie zatwierdził ustawę o ograniczeniu handlu w niedziele i święta oraz niektóre inne dni. Decyzja rządu nie oznacza jednak rewolucji, bo, jak się okazuje, zakaz handlu wprowadzany będzie stopniowo.

Ustawa weszła w życie 1 marca. Pierwsza wolna niedziela od handlu wypadła 11 marca.

Jak argumentuje Ministerstwo Rodziny, Pracy Polityki Społecznej, ograniczenie handlu w niedziele jest ważnym społecznie zagadnieniem. Może prowadzić do wzmocnienia więzi społecznych, szczególnie rodzinnych. Wśród osób zatrudnionych w handlu istotną grupę stanowią kobiety-matki, a niedziela to często najbardziej dogodny moment na spędzenie czasu z dziećmi i rodziną. Ministerstwo ponadto podkreśla, że wolna od pracy niedziela daje wszystkim

członkom rodziny możliwość wspólnego odpoczynku i przywraca jej pierwotny sens związany ze świętowaniem tego dnia.

Kolejne zmiany nadejdą już w przyszłym roku, kiedy to funkcjonować będzie tylko jedna niedziela (ostatnia w miesiącu), podczas której zrobimy zakupy w sklepie. Od początku roku 2020 zakaz handlu obowiązywał będzie wszystkie niedziele w roku.

Zakaz nie będzie dotyczył tylko siedmiu niedziel. Wyjątkiem od reguły będą te przedświąteczne oraz ostatnie niedziele stycznia, kwietnia, czerwca i sierpnia – wówczas organizowane są ogólnopolskie wyprzedaże sklepowe.

Warto zatem zaznaczyć sobie w kalendarzu, kiedy w nadchodzących miesiącach lepiej nie planować zakupów. Będą to: 10 i 17 czerwca, 8, 15, 22 lipca, 12 i 19 sierpnia, 9 i 16 września, 14 i 21 października, 11 i 18 listopada oraz 9 grudnia. ■

KW



Fot. pixabay.com

CZYTELNICY PYTAJĄ

Czy osoba całkowicie niezdolna do pracy może pracować?

Osoby z niepełnosprawnością, które otrzymały orzeczenie o całkowitej lub częściowej niezdolności do pracy, zwykle też pobierają świadczenia z tego tytułu. Pojawia się wówczas pytanie, czy osoba otrzymująca rentę może mimo to podjąć zatrudnienie bez utraty świadczenia?

KRZYSZTOF WÓJCIK

Posiadając orzeczenie, które poświadcza całkowitą albo częściową niezdolność do pracy można pracować. Swoich sił próbować można nie tylko w specjalnie dostosowanych zakładach pracy chronionej, ale także na otwartym rynku pracy. Wspomniane orzeczenie nie jest bowiem zakazem pracy.

Całkowita czy częściowa niezdolność oznacza utratę możliwości wykonywania pracy w normalnych warunkach. Nie świadczy to jednak o tym, że tak sklasyfikowana osoba nie będzie w stanie prawidłowo wykonywać swojego zawodu – wówczas niezbędne jest dostosowanie przez pracodawcę stanowiska pracy do stopnia oraz charakteru niepełnosprawności pracownika.

Czy pracując stracę dotychczas otrzymywaną rentę?

Świadczenie z tytułu niezdolności do pracy przyznawane jest nie tylko w oparciu o potwierdzające ją orzeczenie, ale także o kryterium dochodowe. Może więc zostać ograniczone lub zawieszony w przypadku, gdy pobierająca je osoba przekroczy regulowany ustawą próg zarobkowy.

Progi zarobkowe, których przekroczenie może skutkować zmniejszeniem wypłacanej renty lub jej wstrzymaniem zależne są one od przeciętnego polskiego wynagrodzenia w danym kwartale.

Obecne progi wyglądają następująco:

- miesięczne zarobki do kwoty 2978,90 zł brutto nie spowodują zmniejszenia ani utraty świadczenia,
- osiągnięcie wynagrodzenia przekraczającego kwotę



Fot. pixabay.com

2978,90 zł brutto, ale mniejszego niż 5532,30 zł brutto będzie skutkowało zmniejszeniem renty o sumę przekroczenia minimalnego progu;

– zarobki powyżej 5532,60 zł brutto spowodują wstrzymanie przez ZUS wypłaty renty.

Zawieszenie wypłacanego świadczenia nie oznacza jego całkowitej utraty. Zawsze w przypadku otrzymania niższego wynagrodzenia bądź utraty pracy, wypłata renty może być kontynuowana. Wiąże się to tylko z koniecznością złożenia wniosku o jej wznowienie i nie trzeba ponownie stawać na komisję, aby orzec o niepełnosprawności. ■

Prawidłowa diagnoza zajmuje nawet kilka lat

W maju obchodzimy Światowy Dzień Nadciśnienia Płucnego, który ma obudzić w społeczeństwie świadomość na temat tej choroby oraz wyrazić wsparcie dla osób, które z nią żyją.

Nadciśnienie płucne (NP) jest rzadką, szybko postępującą, śmiertelnie niebezpieczną chorobą, która atakuje płuca i serce. NP to zespół objawów klinicznych spowodowanych wzrostem ciśnienia w krążeniu płucnym, czyli w obiegu krwi pomiędzy prawą komorą, płucami a lewym przedsionkiem serca.

Istnieje kilka kategorii tej choroby: NP spowodowane wrodzoną wadą serca, NP w przebiegu chorób płuc, NP o wieloczynnikowym patomechanizmie, przewlekłe zakrzepowo–zatorowe NP oraz tętnicze nadciśnienie płucne. Te dwie ostatnie postaci choroby są najgroźniejsze.

Nadciśnienie płucne to rzadka choroba, ale może na nią zachorować każdy.

Często pojawia się bez przyczyny, a jego symptomy są najczęściej bagatelizowane zarówno przez samych pacjentów, jak i lekarzy, ponieważ niejednokrotnie są takie same, jak w przebiegu innych chorób, znacznie bardziej rozpowszechnionych: uczucie zmęczenia, znużenia, duszności, trudności w oddychaniu, męczliwość w pokonywaniu schodów, mozolne wykonywanie nawet najprostszych czynności domowych, zawroty głowy, suchy kaszel...

Chorzy tłumaczą sobie swój stan przepracowaniem, brakiem snu, otyłością. A choroba postępuje – z każdym miesiącem jest coraz gorzej – pojawiają się obrzęki nóg, zasinienie ust, krwioplucie, zasłabnięcia. Dlatego nie należy lekceważyć nawet łagodnych objawów. W przypadku NP nie można niestety mówić o zapobieganiu chorobie, dlatego tak ważne jest wczesne wykrycie i szybkie wdrożenie odpowiedniej terapii, bo blisko połowa nieleczonych pacjentów cierpiących na nadciśnienie płucne umiera w przeciągu dwóch lat!

Niestety, liczba chorych jest trudna do ustalenia. Postawienie prawidłowej diagnozy z uwagi na niespecyficzne objawy jest procesem trwającym na-



Fot. pixabay.com

wet kilka lat. Tymczasem im wcześniej rozpocznie się leczenie, tym bardziej jest ono skuteczne. Aktualnie w Polsce leczy się około 1300 chorych cierpiących na tętnicze NP i przewlekłe zakrzepowo–zatorowe NP. Średnia wieku pacjentów to około 35 lat. Kobiety chorują 2 razy częściej niż mężczyźni. Również dzieci mogą być dotknięte tym schorzeniem. Nadciśnienie płucne jest przeciwwskazaniem do zajścia w ciążę, ponieważ może zwiększać ryzyko zgonu, które według opinii ekspertów szacowane jest nawet na 30–50%. Ciąża jest nie tylko niebezpieczna dla matki, ale może powodować wewnątrzmaciczne opóźnienie rozwoju i obumarcie płodu.

U Alicji Morze tętnicze nadciśnienie płucne zdiagnozowano w 1997 r. Nie było wówczas leków, a choroba postępowała. Doszło do tego, że nawet mówienie było dla niej zbyt dużym wysiłkiem. Lekarze dawali jej od 6 miesięcy do 3 lat życia. Szczęśliwie w tym czasie, dzięki zaangażowaniu prof. Adama Torbickiego, wybitnego kardiologa, który swoje zainteresowania naukowe skierował w stronę krążenia płucnego, rozpoczęto rekrutację także polskich pacjentów do badań klinicznych nad pierwszym lekiem celowanym w NP. Ze względu

na swój stan Pani Alicja została do nich zakwalifikowana jako pierwsza osoba w Polsce i druga w Europie. Jest prawdopodobnie żyjącym najdłużej na świecie pacjentem z pompą podającą lek. Dzisiaj swoją wiedzę i doświadczenie przekazuje innym. Jest prezesem Polskiego Stowarzyszenia Osób z Nadciśnieniem Płucnym i Ich Przyjaciół, powołanego aby wspierać i edukować osoby zmagające się z tą straszną chorobą.

– Trudność leczenia nadciśnienia płucnego polega na tym, że późno się je diagnozuje – mówi Alicja Morze, prezes Polskiego Stowarzyszenia Osób z Nadciśnieniem Płucnym i Ich Przyjaciół. – Objawy bagatelizują sami chorzy, a kiedy w końcu trafią do lekarza, są źle diagnozowani. Lekarze zalecają im więcej czasu na relaks, mniej stresu, poprawę kondycji. W ten sposób od wystąpienia objawów do diagnozy mija nawet 2–3 lata. Choroba w tym czasie cały czas postępuje, a upływ czasu bez postawionej diagnozy zmniejsza szansę chorych na przeżycie. Dlatego staramy się jak najszerzej informować o nadciśnieniu płucnym – jego objawach, badaniach profilaktycznych, leczeniu. ■

Informacja nadesłana

Nie wahałam się ani chwili

22-letnia Estera z Gryfina 21 lutego oddała komórki macierzyste, stając się tym samym 5000 osobą z bazy Fundacji DKMS, która dała szansę na nowe życie choremu na nowotwór krwi. Pobranie odbyło się w warszawskim Instytucie Hematologii i Transfuzjologii. Komórki macierzyste trafiły już do pacjenta czekającego na szpik.

MARZENA ŻELIGOWSKA

W bazie Fundacji DKMS zarejestrowanych jest ponad 1,2 mln potencjalnych dawców szpiku, ale tylko ułamek z nich miał możliwość podzielić się częścią siebie i dać szansę na nowe życie potrzebującym pacjentom. Wśród nich jest już Estera. Młoda dawczyni tematyką dawstwa szpiku interesowała się już w wieku 16 lat, dużo czytała na ten temat i wtedy podjęła decyzję, że rejestruje się, kiedy tylko uzyska pełnoletność.

– Czułam, że jestem osobą, która odda komórki macierzyste dla kogoś potrzebującego. Pakiet z Fundacji DKMS zamówiłam kilka dni po ukończeniu 18 lat. Po zaledwie 8 miesiącach zadzwonił telefon – jestem komuś potrzebna. Nie wahałam się ani przez moment – opowiada Estera.

Dziewczyna została zaproszona na badanie – typizację potwierdzającą zgodność pomiędzy nią a pacjentem. Potem nastąpiły długie miesiące oczekiwania, ale ostatecznie procedura została wstrzymana.

– Następnym telefonem z informacją, że komuś potrzebna jest moja pomoc otrzymałam w kwietniu 2017 roku. Potwierdziłam moją gotowość od razu – opowiada. – Teraz jestem już po pobraniu z krwi obwodowej, wszystko przebiegało jak w zegarku i zupełnie nic nie bolało. Zachęcam wszystkich do rejestracji jako Dawcy szpiku – w ten sposób można naprawdę dać komuś szansę na życie. To niesamowite uczucie.

Pobranie miało miejsce w Instytucie Hematologii i Transfuzjologii w Warszawie. O medycznej stronie dawstwa szpiku opowiada prof. Magdalena Łętowska, Kierownik Zakładu Transfuzjologii.

– Krwiotwórcze komórki macierzyste pobieramy przy użyciu separatorów komórkowych, specjalnie programowa-



Fot. nadleśniana

nych maszyn z wirówkami. Pobieramy krew od Dawcy, która przechodzi przez cały zestaw odpowiednich przewodów, następnie jest wirowana i rozdzielana na poszczególne frakcje. Do pojemnika trafia frakcja, na której nam zależy – ta, która stanowić będzie materiał przeszczepowy. Cała reszta komórek i osocza wraca do Dawcy osobnymi przewodami – tłumaczy prof. Łętowska.

– W trakcie takiej procedury, która trwa około 4–5 godzin pobiera się 240–280 ml krwi z komórkami macierzystymi – to mniej niż pobiera się od Dawców krwi. Sama procedura oddawania komórek macierzystych jest bezpieczna i zupełnie niebolesna – dodaje.

W Polsce co godzinę, a na świecie co 35 sekund, ktoś dowiaduje się, że ma białaczkę lub inny nowotwór krwi. Coraz więcej jest zachorowań na nowotwory układu krwiotwórczego,

na które nie zawsze pomagają nawet leki najnowszej generacji. Dla wielu chorych jedyną szansą na życie jest przeszczepienie krwiotwórczych komórek macierzystych, czyli – drugi człowiek. Jednak tylko 25 procent pacjentów znajduje swojego „bliźniaka genetycznego” w rodzinie, pozostali muszą liczyć na pomoc dawców niespokrewnionych. Szansa na znalezienie bliźniaka genetycznego wynosi 1:20 000, a w rzadkim genotypie nawet 1 do kilku milionów.

Jak niedawno poinformował Poltransplant, Polska stała się drugim rejestrem dawców szpiku w Europie pod względem liczności potencjalnych dawców szpiku. Na pierwszym miejscu są Niemcy, na trzecim Wielka Brytania.

Polski rejestr dawców szpiku liczy obecnie ponad 1,3 mln dawców, z czego 1,2 mln to osoby z bazy Fundacji DKMS. ■

Szukają młodych koszykarzy na wózkach

Na razie jest ich około dziesięciu. Aby jednak stać się prawdziwą drużyną z krwi i kości, która będzie rywalizować na równi z innymi, czekają na kolejnych zawodników. W gdańskim Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego nr 1 trenuje drużyna koszykarzy na wózkach inwalidzkich.

ANNA MIZERA-NOWICKA

– Na ostatnich zawodach w Szczecinie nasza drużyna składała się z sześciu osób. To jeden skład. Inne miały po dwa składy, dlatego zostaliśmy fizycznie zaorani. Gdyby było nas więcej, łatwiej by się grało – mówi Waldemar Ciechanowski, trener koszykarzy na wózkach.

Młodzi, niepełnosprawni zawodnicy wspólnie trenują, bawią się, dzielą emocjami, a bywa że i razem naprawiają wózki. Jak podkreślają, nie byłoby to możliwe, gdyby nie szkoła, która ich wspiera.

– CKZiU nr 1 w Gdańsku od ponad roku użycza bezpłatnie salę gimnastyczną grupie, drużynie koszykarskiej na wózkach inwalidzkich. Jest to działanie zgodne z programem Centrum oraz jego misją. W naszym Technikum nr 2 funkcjonują klasy integracyjne, szczególnie dla osób niepełnosprawnych ruchowo – tłumaczy Dariusz Różycki, dyrektor tej placówki. – W drużynie gra dwóch uczniów naszego technikum i nauczyciel. Widzimy możliwość poszerzenia pola współpracy.

Trener koszykarzy zachęca do udziału wszystkich chętnych od 10. roku życia, nie tylko z tej szkoły, ale z całego Gdań-



Fot. pixabay.com

ska, a nawet i z innych miast.

– Jesteśmy jedyną drużyną koszykarzy na wózkach na Pomorzu. Zapraszamy zarówno dziewczyny, jak i chłopaków. Nie muszą mieć umiejętności koszykarskich. Niektórzy dopiero na treningach dowiadują się, że mają prawdziwy talent – podkreśla Waldemar Ciechanowski, niegdyś zawodowy koszykarz, który z Łodzi przeprowadził się do Gdańska za miłością.

– Warto trenować. To dodatkowa rehabilitacja – męcząca, ale przyjemna. Wszystkie mięśnie pracują. Dzięki

treningom młodzież może oderwać się od komputera, pogadać, pośmiać się, wymienić doświadczeniami, doradzić na temat sprzętu do rehabilitacji, itd. – mówi trener. – Koszykówka daje poczucie niezależności. Czasem cię zaskakuje, jak dużo potrafisz.

Aby zapisać się na treningi, wystarczy przyjść w sobotę między godz. 10 a 12 na salę gimnastyczną w CKZiU nr 1 przy al. gen. Hallera 16/18. Można się też kontaktować telefonicznie z trenerem – tel. 514 611 847. ■

PODNOSENIE CIĘŻARÓW

Cieżarowcy „Ataku” z medalami

WZielonej Górze odbyły się Indywidualne Mistrzostwa Polski Osób Niepełnosprawnych w Podnoszeniu Ciężarów. Barwy Integracyjnego Klubu Sportowego „ATAK” reprezentowało dwóch zawodników sekcji podnoszenia ciężarów: Jaromir Brekau i Karol Kucharski.

Jaromir Brekau startujący w kat. wagowej do 88 kg (gr. II) ukończył zawody na II miejscu i wywalczył srebrny medal natomiast Karol Kucharski startujący w kat. wagowej do 65 kg (gr. II) uplasował się na III miejscu i wywalczył medal brązowy.

Do Mistrzostw Polski zawodników prowadził i przygotował trener sekcji: Grzegorz Rajkowski. ■

Red.

Sukces na wyciągnięcie ręki

Za nami II Wojewódzkie Zmagania Sportowe, w których uczestniczyli uczniowie klas integracyjnych i wychowankowie ośrodków szkolno-wychowawczych. Sukces na arenie sportowej jest czymś bardzo ważnym. Możliwość odniesienia swojego wielkiego sukcesu podczas zmagania miał każdy z uczestników. I choć ich osiągnięcia nie były tak spektakularne jak w wyczynowym sporcie, to na pewno doniosłe i najważniejsze w świecie.

KRZYSZTOF WÓJCIK

– Jest to impreza przeznaczona dla dzieci o obniżonych możliwościach ruchowych, które z różnych powodów praktycznie nie uczestniczą w zawodach – mówią Donata Kalińska i Józef Durka, nauczyciele wychowania fizycznego ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 2 w Elblągu. – Chcemy dać im możliwość udziału w aktywności sportowej bez obciążania ich przestrzeganiem przepisów sportowych i konieczności współzawodnictwa – dopowiada wuefistka.

Po wielkim sukcesie zeszłorocznych zawodów przeznaczonych dla osób o mniejszej sprawności ruchowej i motorycznej organizatorzy postanowili pójść za ciosem i z Wojewódzkich Zmagania Sportowych uczynić wydarzenie cykliczne. Kolejnej edycji spodziewamy się zatem już za rok.

W tym roku w przygotowanych konkurencjach wzięło udział osiem zespołów: Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 Elblągu, SOSW w Żardenikach, SOSW w Bartoszycach, Ośrodek Rewalidacyjno-Edukacyjno-Wychowawczy w Elblągu, Szkoły Podstawowe nr 6 i nr 25 w Elblągu, Integracyjny Klub Sportowy „ONI w ATAKU” oraz gospodarze imprezy SOSW nr 2 w Elblągu.

– Dzieci biorące udział w zmaganiach przede wszystkim mają się dobrze bawić, a my mamy nadzieję, że wszystkie będą dumne ze swoich osiągnięć. Chcemy zapewnić im niezapomniane przeżycia i emocje – mówi Donata Kalińska.

Uczestnicy mieli do pokonania jeden z trzech torów – każdy



Fot. Przemysław Kusyk

przystosowany do indywidualnych możliwości.

– Sprawniejsi musieli przebyć najdłuższą drogę i stawić czoła najtrudniejszym zadaniom. Dla poruszających się na wózkach przygotowana była trasa nieco krótsza, dostosowana do jazdy wózkami, a najkrótszą musiały przebyć dzieci, które poruszają się tylko czworakując lub pełzając – tłumaczy Józef Durka.

Imprezę uświetniły występy zespołu Mażorettek z SP nr 11 oraz zespołu „Cadmans” z Centrum Tańca Cadmans. ■

📷 Zdjęcia z imprezy dostępne są na: razemztoba.pl/17990

TANIEC

Zatańczą na wózkach

Mistrzostwa Europy 2018 w tańcu na wózkach odbędą się 9 – 11 listopada w Łomiankach. Do zawodów zgłosiło się 110 niepełnosprawnych sportowców 16 różnych narodowości. To największe tego typu wydarzenie od czasu zeszłorocznych mistrzostw w Malle w Belgii – 167 tancerzy z 22 krajów zdobyło wówczas 18 medali.

Polskie Łomianki nie są obce World Para Dance, organizatorowi zawodów tanecznych dla osób z niepełnosprawnościami. Właśnie tutaj, dokładnie rok temu w maju, odbył się Polish Open, będący przedsmakiem prawdziwych mistrzostw. Z kolei w 2014 roku Łomianki gościły przedstawicieli 18 państw, łącznie 108 zawodników, którzy zmagali się w ówczesnych Mistrzostwach Europy.

Także w tym roku zdecydowano się

na organizację Polish Open. Odbędzie się on już w czerwcu i da tancerzom możliwość sprawdzenia siebie oraz miejsca rywalizacji przed właściwymi mistrzostwami w listopadzie.

– Cieszymy się, że możemy powrócić na Łomianki i podziękować osobom z Lokalnego Komitetu Organizacyjnego za entuzjazm w organizowaniu zawodów. Wykonali oni świetną robotę i jestem przekonana, że listopadowe

wydarzenie będzie spektakularne – powiedziała Camila Rodrigues, dyrektor World Para Dance.

Lokalnym organizatorem Europejskich Mistrzostw w tańcu na wózkach jest Stowarzyszenie Rehabilitacji i Tańca Integracyjnego Osób Niepełnosprawnych „Swing-Duet”. ■

Źródło: www.paralympic.org

Jak projektować i wyposażać łazienki?

Odpowiedzi na to pytanie szukali uczestnicy debaty pod hasłem „Łazienka 50+” zorganizowanej w ramach V Forum Branży Łazienkowej, które odbyło się 17 kwietnia w Warszawie. Wśród dyskutantów znaleźli się architekci, dystrybutorzy armatury oraz przedstawiciele instytucji i organizacji zajmujących się tematyką niepełnosprawności.

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych reprezentowała Małgorzata Radziszewska z Departamentu ds. Programów. Zwróciła uwagę m.in. na częste błędy popełniane podczas wyposażania pomieszczeń projektowanych z myślą o osobach niepełnosprawnych – m.in. montowanie urządzeń sanitarnych na nieodpowiednich wysokościach (zwykle za wysoko), czy też stosowanie desek ze specjalnymi wcięciami, które zamiast ułatwiać – utrudniają osobom niepełnosprawnym korzystanie z toalety.

Podczas dyskusji poruszono temat niepełnosprawności czasowej, dotyczącej wiele osób na różnych etapach ich życia oraz zjawiska starzenia się społeczeństwa, które sprawia, że seniorzy

– mający często obniżoną sprawność – stają się coraz bardziej znaczącą grupą odbiorców produktów i usług adresowanych do osób z niepełnosprawnościami.

– Dlatego to bardzo ważne, abyśmy przestali traktować projektowanie uwzględniające potrzeby osób niepełnosprawnych jako coś wyjątkowego, coś specjalnego. Łazienka dostępna dla osoby z niepełnosprawnością jest po prostu dostępna dla wszystkich, a uniwersalne projektowanie daje nie tylko poczucie bezpieczeństwa na każdym etapie życia,



Fot. pixabay.pl

ale jest również – w konsekwencji – bardziej opłacalne – podsumowała Małgorzata Radziszewska. ■

Źródło: PFRON

BEZ BARIER

Znajdź dostępny bankomat

Na stronie dostepnybankomat.pl znaleźć można informacje o urządzeniach, które posiadają udogodnienia dla osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami. Projekt ma pomóc użytkownikom w lokalizowaniu bankomatów i ułatwić korzystanie z usług bankowych, ale też zachęcić banki do otwarcia się na potrzeby tej grupy klientów.

Przy Związku Banków Polskich działa Grupa robocza ds. obsługi osób z niepełnosprawnościami przez banki. We współpracy z bankami i Fundacją Widzialni, przy wsparciu oraz pod patronatem Narodowego Banku Polskiego i Ministerstwa Przedsiębiorczości i Technologii, realizuje ona projekt „Dostępny Bankomat”, który ma przeciwdziałać wykluczeniu społecznemu i cyfrowemu. W ramach projektu powstała specjalna platforma internetowa, na której znajduje się baza bankomatów w całym kraju.

Korzystając z bazy, można znaleźć urządzenia z takimi udogodnieniami

jak np. podjazd i przestrzeń dla osób poruszających się na wózkach, tryb kontrastowy, system komunikacji głosowej (wejście/gniazdo słuchawkowe), klawiatura numeryczna z oznaczeniem w brajlu, tryb dla osób z niepełnosprawnością wzroku po naciśnięciu klawisza 5, opis elementów urządzenia w brajlu, dotykowa klawiatura/dotykowy ekran. W wyszukiwarce znajdziemy informacje na temat możliwości dokonania transakcji bez użycia karty (np. BLIK, autoryzacja kodem mobilnym banku czy telefonem z systemem NTF, itp.) czy możliwości dokonania transakcji zbliżeniowych.



Fot. mat. prasowe

Żeby znaleźć interesujące nas informacje, wystarczy wejść na stronę www.dostepnybankomat.pl, a następnie w wyszukiwarce wybrać lokalizację, zaznaczyć rodzaj udogodnień oraz bank. ■

Źródło i fot. dostepnybankomat.pl
Oprac. MS

Tandemem na Kilimandżaro

Marcin Koziół wraz z głuchoniewidomym Michałem Majchrzakiem 1 sierpnia tego roku wyruszą na ekstremalną wyprawę rowerową, by zdobyć Kilimandżaro – najwyższy szczyt Afryki. Jeśli im się uda, będą prawdopodobnie pierwszą ekipą na świecie, która odważyła się wjechać tam na... tandemie.

ALEKSANDRA GARBECKA

– W 2018 r. mija 5 lat odkąd zaczęliśmy organizować wyprawy rowerowe po całym świecie. Chcielibyśmy w sposób szczególny to uczcić i dlatego zdecydowaliśmy się zorganizować taki wyjazd. Dodatkowo zbiegło się to z 5. rocznicą organizowanego przez nas wspólnie z Marcinem cyklu wypraw tandemowych dla osób niewidomych, niedowidzących i głuchoniewidomych „Nie widzę przeszkód, jeżdżę na rowerze”, w trakcie trwania których przejechaliśmy łącznie 4,5 tys. km – wyjaśnia Marcin Koziół, pomysłodawca wyprawy i twórca Projektu 80Rowerów.pl – Michał to twardy zawodnik. Jako jedyny z niepełnoprawnych uczestników przejechał w całości trasę, której celem było objeżdżenie Polski wkoło czyli ponad 2 tys. km. Uczestniczył również w organizowanym przez nas wyjeździe z Warszawy do Helsinek, który był kolejnym etapem tandemowych wypraw. To była niesamowita przygoda, bowiem większość noclegów spędzaliśmy na dziko, pod namiotami. Cały projekt był ogromnym wyzwaniem, gdyż wcześniej nikt z przewodników nie jeździł na tandemie, ani na początku nie dysponowaliśmy tandemami. Bycie przewodnikiem na takiej wyprawie, to duża odpowiedzialność. Nasze zadanie bowiem nie kończy się w momencie zejścia z roweru. Trzeba naszemu towarzyszowi wszystko objaśnić i zapoznać go z nowym miejscem – dodaje Marcin Koziół.

Gdy Marcin przedstawił Michałowi swój pomysł, ten nie wahał się ani chwili.

– To była propozycja z gatunku tych nie do odrzucenia. Jestem tym wszystkim bardzo podekscytowany. Moi bliscy dzielają mój entuzjazm, wspierają i trzymają za nas kciuki – przyznaje z uśmiechem Michał Majchrzak.

Szlakiem Coca Coli

Całość wyprawy ma potrwać 9–10 dni. Początek zaplanowany jest na 1 sierpnia. Lato, jak twierdzi Marcin Koziół, to optymalna pora roku, aby zdobyć „Dach Afryki”. Co ciekawe, 2 lata temu został tam otwarty szlak dla rowerzystów. Szlak Marangu, potocznie nazywany szlakiem Coca Coli, liczy 66 km długości natomiast przewyższenia wynoszą ponad 4 000 metrów. Każdego roku ponad 35 tys. osób próbuje wejść na Kilimandżaro. Wskaźnik sukcesu wynosi 45%, a tylko garstka sportowców ukończyła trasę korzystając z roweru. Jak do tej pory udało się tam już wjechać osobie z niepełnosprawnościami na rowerze trójkołowym.

– Wyprawę rozpoczniemy i zakończymy w Moshi – miejscu oddalonym o 40 km od wjazdu do Parku Narodowego Ki-



Fot. archiwum prywatne/zdjęcie nadesłane

limandżaro. Podczas 5-dniowego zdobywania szczytu będziemy nocować w obozach Horombo, znajdujących się na wysokości 3 720 m n.p.m. oraz Kibo – 4 700 m n.p.m. – mówi Marcin Koziół – Chcielibyśmy zabrać ze sobą także dodatkowo 2 przewodników, gdyż na tandemie dla osoby z przodu jazda jest bardziej wymagająca, i może okazać się, że trzeba będzie się zmieniać. Będziemy mieli również tragarzy, bowiem nie damy rady wieźć wszystkiego ze sobą, chociażby wody, której jak podliczyliśmy musielibyśmy mieć przy sobie ponad 20 litrów, a to zbyt duże obciążenie – dopowiada Marcin Koziół.

Przekroczyć granice własnych możliwości

Taka ekstremalna podróż wiąże się z odpowiednim

przygotowaniem. Treningi już się rozpoczęły, m.in. w jednej z krakowskich siłowni, gdzie znajduje się pomieszczenie, które można przystosować do warunków panujących na danej wysokości. Wysiłek fizyczny nie jest chłopakom jednak obcy. Zarówno Marcin jak i Michał od kilkunastu lat prowadzą aktywny tryb życia. U Michała na pierwszym miejscu są biegi długodystansowe. To one od lat są dla niego największą pasją. Udało mu się zdobyć kilka medalów na Mistrzostwach Polski Słabowidzących na dystansach 5km, 10km i w półmaratonie Jego największym marzeniem jest przebiec maratony na wszystkich siedmiu kontynentach. Obecnie ma już za sobą trzy: Europę, Afrykę i Amerykę Północną. Oprócz tego jeździ na rowerze również na dłuższe i krótsze wyprawy tandemowe. Uwielbia także piesze wędrówki górskie. W zeszłym roku postawił także pierwsze kroki w triathlonie.

– Lubię przekraczać granice własnych możliwości i rywalizację, przede wszystkim z własnymi słabościami. Bariery i problemy napotykam niemal codziennie. Sztuką jest starać się je jakoś przezwyciężać i rozwiązywać. Robię na co dzień o wiele więcej niż niejednokrotnie robi to osoba zdrowa, dlatego że wymagam od siebie bardzo dużo. Trzeba bez wahania realizować swoje pomysły i wdrażać je w życie – tłumaczy Michał Majchrzak – Przynajmniej dwa, trzy razy w tygodniu trenuję. Dużo biegam sam lub ze znajomymi po okolicznej puszczy, pagórkach i górach Beskidu. Chodzę też na basen. Zaczynam chodzić na siłownię na rower stacjonarny. Gdy tylko zrobi się nieco cieplej, planuję już przynajmniej kilka razy w tygodniu jeździć na tandemie. Ważne jest to, żeby zaliczać jak najwięcej podjazdów i zjazdów w górskim terenie – dodaje Michał.

Plany są bardzo ambitne. Na pytanie co jeśli nie uda się zdobyć szczytu Michał odpowiada: Na takich wyprawach, jak w życiu, trzeba wszystkie opcje wziąć pod uwagę. Nie da się przewidzieć wszystkiego. Jesteśmy jednak dobrej myśli. Będziemy starali się jak najlepiej przygotować do tego pod każdym względem. Największe obawy mam obecnie przed chorobą wysokościową, ale staram się dużo o tym czytać, by być gotowym na szybką i właściwą reakcję.

Fot. archiwum prywatne/zdjęcie nadesłane



Głuchoniewidomi są wśród nas...

Celem całej inicjatywy, jak podkreślają sportowcy, jest zwrócenie uwagi na to, że wśród nas są osoby głuchoniewidome oraz pokazanie, że niepełnosprawni również mogą podróżować i spędzać aktywnie czas.

– Chcemy wjechać na tę górę na tandemie jako pierwsi na świecie. To samo w sobie jest niesamowitą ideą. Być pionierami. Chcemy przeżyć prawdziwą przygodę, doświadczać nowych wrażeń. Chcemy udowodnić, że to co dzisiaj może wydawać się być poza zasięgiem, dzięki determinacji i olbrzymiej pasji może się udać. Jeżeli dążysz do zrealizowania marzeń, to one dzięki nadziei, wierze i ciężkiej pracy spełniają się – dopowiada Michał Majchrzak

Michał po zakończonej wyprawie planuje ją opisać i umieścić w swojej książce, nad którą pracuje niemal codziennie od pół roku.

– Będzie to autobiografia z perspektywy życia z dysfunkcją wzroku i słuchu. Chcę w niej opisać rozwój choroby, swoje zmagania z przeciwnościami, a także przedstawić swoje pasje i opisy wypraw rowerowych, w których brałem udział – zapowiada.

Koszt uczestnictwa jednej osoby na takiej wyprawie to prawie 12 tysięcy złotych, dlatego Michał i Marcin ruszają z akcją promocyjną. Rozpoczynają właśnie poszukiwania potencjalnych sponsorów, którzy byli by chętni zainwestować w ich odważny projekt. Będzie go można wkrótce wesprzeć także na stronie www.razemztoba.pl ■