Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

Miesięcznik finansowany jest ze środków PFRON

Nr 09/249 2018

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

Spełniaj marzenia wbrew ograniczeniom

Czerpać garściami

więcej str. 6

Wiatr w żaglach

więcej str. 23

Kocham Cię Życie

więcej str. 34

CIS ERKON – trwa rekrutacja

Masz od 15 do 64 lat? Jesteś osobą pełnosprawną lub z jakąkolwiek niepełnosprawnością i bezrobotną/nieaktywną zawodowo z powiatu elbląskiego? Nie posiadasz prawa do: zasiłku dla bezrobotnych, zasiłku przedemerytalnego, świadczenia przedemerytalnego, renty strukturalnej, renty z tytułu niezdolności do pracy, emerytury, nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego? Mamy coś dla Ciebie! Rozpoczęliśmy rekrutację do „Centrum Integracji Społecznej – ERKON".

Projekt skierowany jest do osób: w wieku 15-64 lat; pełnosprawnych oraz z niepełnosprawnością (wszystkie stopnie oraz rodzaje niepełnosprawności); bezrobotnych, nieaktywnych zawodowo z powiatu elbląskiego, nie posiadających prawa do: zasiłku dla bezrobotnych, zasiłku przedemerytalnego, świadczenia przedemerytalnego, renty strukturalnej, renty z tytułu niezdolności do pracy, emerytury, nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego.

Jak się zgłosić?

Zapisać się do projektu można w siedzibie ERKON-u przy ul. Związku Jaszczurczego 15 Elbląg. W razie potrzeby specjaliści mogą dotrzeć do beneficjenta. Rekrutacja jest wieloetapowa (przebieg rekrutacji: wypełnienie dokumentów zgłoszeniowych z trenerem pracy oraz psychologiem, rekrutacja pogłębiona – spotkanie i wypełnianie dokumentów z doradcą zawodowym, a następnie z psychologiem, wizyta u lekarza medycyny pracy, podpisanie deklaracji uczestnictwa w projekcie).

Comiesięczne świadczenie integracyjne w wysokości zasiłku dla bezrobotnych przyznawane jest przez cały okres trwania projektu – do momentu podjęcia pracy.

Beneficjent jest objęty wsparciem przez rok, głównym celem projektu jest znalezienie stałej pracy dostosowanej do potrzeb oraz możliwości beneficjenta. W ramach projektu oferujemy szkolenia zawodowe (dostosowane indywidualnie do beneficjenta) oraz praktyki zawodowe na otwartym rynku pracy lub na pracowniach wewnętrznych – pracownia krawiecka, pracownia rzemiosł różnych, pracownia opiekuńcza.

Jak to wygląda?

Przez cały okres trwania projektu beneficjent jest objęty wsparciem trenera pracy, doradcy zawodowego, psychologa, specjalisty ds. aktywizacji społeczno-zawodowej, coacha oraz pracownika socjalnego. Spotkania odbywają się kilka razy w miesiącu z każdym ze specjalistów. W sytuacji gdy beneficjent podejmie zatrudnienie nadal jest w projekcie, prowadzimy wtedy tzw. monitoring pracy, czyli utrzymujemy stały kontakt, beneficjent może korzystać ze wsparcia specjalistów według potrzeb.

Przebieg realizacji projektu:

- Zebranie grupy
- 2-miesięczne warsztaty z psychologiem oraz doradcą zawodowym (4 dni w tygodniu)
- Spotkania indywidualne oraz grupowe z psychologiem i doradcą zawodowym
- Praktyki zawodowe na pracowniach wewnętrznych oraz na otwartym rynku pracy
- Szkolenia
- Zatrudnienie i monitoring. ■ Red.

BEZ CIĘĆ

5 Poza kolejką

Myślałam, że jak zmienimy wózek na taki inwalidzki, to będzie inaczej. Ludzie staną się bardziej uważni, bo nie ulega wątpliwości, że teraz po prostu widać niepełnosprawność dziecka.

SPOŁECZEŃSTWO

16 Pomysły, które ułatwiają życie

Jak co roku, 15 października obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Białej Laski. Jego ideą jest przypomnienie widzącej części społeczeństwa, że niewidomi i niedowidzący także chcą żyć bez ograniczeń i fałszywej litości. Nad tym, żeby wyrównywać szanse i otwierać możliwości osobom z dysfunkcją wzroku, od dwóch lat pracują także innowatorzy z gdyńskiego Inkubatora Pomysłów.

SPOŁECZEŃSTWO:

6 Czerpać garściami
11 Niepełnosprawne kobiety modelkami
12 Znany kolarz potrzebuje pomocy
13 Dla kogo tytuł Mr. Disabled?
22 Komunikacja to klucz w walce z demencją
36 Jakie prawa ma matka?
44 Przemierza Afrykę by pomóc innym

ZDROWIE:

14 Cukrzyca słodka tylko z nazwy
37 Asystent medyczny wystawi L-4

ELBLĄG - MOJE MIASTO:

18 25 lat wsparcia, terapii i zrozumienia
19 Karetka od Orkiestry
21 Z białą laską przez życie
23 Wiatr w żaglach nie cichnie

SPORT:

10 IKS Atak ma dwadzieścia lat
41 „Mundial był dla nas lekcją”

KULTURA:

30 „Do usług szanownej pani”
32 „Chłopi” w muzycznej aranżacji bez barier
33 Niezwykłe spotkania

ELBLĄG

34 Kocham Cię Życie

Już po raz siedemnasty Elbląskie Stowarzyszenie Amazonek zorganizowało Marsz Zdrowia „Kocham Cię Życie”. Ten marsz był wyjątkowy jeszcze z jednego powodu, był pierwszym po śmierci Alicji Tomczyk, którą w rozmowie z nami wspominają jej koleżanki.

PasjONaci

43 Taniec jest moją pasją

Od 2008 roku jest w Kadrze Polski w tańcu na wózkach. Niedawno w ramach pokazu specjalnego wystąpiła podczas „Batic Cup” w Elblągu. Można ją było także zobaczyć na małym ekranie w programie „Mam talent”. Podczas castingu (wraz z partnerem tanecznym Markiem Zaborowskim) swoim występem poruszyła jury, a publiczność zareagowała owacją na stojąco.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

PORTAL I GAZETA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

RAZEM OD 21 LAT

ADRES REDAKCJI:
82-300 Elbląg, ul. Związku Jaszczurczego 17, pok. 114
tel. 500 492 089
e-mail: redakcja@razemztoba.pl
www.razemztoba.pl

WYDAWCA:
Elbląska Rada Konsultacyjna Osób Niepełnosprawnych (ERKON)
www.erkon.elblag.pl
e-mail: erkon@softel.elblag.pl
tel./fax (055) 232-69-35

REDAKCJA:
Rafał Sułek (red. naczelny), Monika Szałas, Teresa Bocheńska, Mateusz Misztal, Paweł Rodziewicz, Eliza Krakowska-Mowińska, Damian i Ilona Nowaccy, Paweł Gwardyński

DZIAŁ ŁĄCZNOŚCI Z CZYTELNIKAMI:
tel. 500 492 089;
e-mail: redakcja@razemztoba.pl

DRUK:
PPUH APLAUZ

© 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.

ZADZWOŃ DO NAS
Jesteś świadkiem ciekawego wydarzenia? Coś Cię bulwersuje, smuci bądź cieszy?
Zadzwoń!
Czekamy na Twój telefon!
500 492 089
lub napisz!
redakcja@razemztoba.pl

Gdy zaczynałem pisać te słowa, na kalendarzu tuż przy moim biurku czerwona kratka wskazująca dzień jaki właśnie mija zatrzymała się w połowie drugiego tygodnia listopada. Opadł już „szał" pierwszolistopadowych dni. Nastał – o czym pisałem już w poprzednim numerze – okres obrzydzania społeczeństwu grudniowych świąt i towarzyszącego im wyjątkowego klimatu. Jakże przecież może być inaczej, kiedy przez ponad miesiąc będziemy bombardowani świątecznymi reklamami i ozdobami niemal na każdym kroku. Kiedyś choinkę widziało się maksymalnie tydzień przed świętami, teraz są miejsca, gdzie jeszcze w ostatnich dniach października stroi się drzewka i zaczyna kolorowe miganie lampkami. I potem po całym tym okresie, kiedy przychodzą już same święta, mamy tego wszystkiego dość i ten czar gdzieś pryska. Zamiast radości nastaje ulga.

Z przeżywaniem świąt wiąże się też inny aspekt. Odnosi się on do naszego wieku. Za młodzieńczych lat, święta są jakby bardziej kolorowe i radośniejsze. Im starsi jesteśmy, tym bardziej ten czar znika gdzieś w gąszczu przygotowań i przedświątecznej gorączki. Często jest tak, że począwszy od wieczoru wigilijnego przez dwa kolejne dni świąteczne jedyne na co mamy ochotę, to zwykły odpoczynek. Na świętowanie i radowanie się jesteśmy zbyt zmęczeni.

Niestety żyjemy w takich czasach, że ciągle za czymś gonimy i nie potrafimy się zatrzymać i dostrzec jak wiele rzeczy ucieka nam przez palce. Kiedy już ta świadomość do nas dociera, okazuje się, że na jakąkolwiek reakcję jest już za późno. Całe dnie spędzamy w pracy: a to by zadowolić szefa, by wyrobić normę, by więcej zarabiać i móc sobie pozwolić na coś więcej, na zaspokojeniu własnej ambicji kończąc. Nie dociera do nas, po co to wszystko. Gdzie w tym codziennym życiu jest czas na chwilę odpoczynku, relaksu czy spędzenie czasu wspólnie z kimś bliskim. Gonimy za pieniądzem i własnymi ambicjami – często nierealnymi do zrealizowania. Co nam po tym lepszym statusie, jak i tak każdego z nas spotka taki sam los jak tego biednego, schorowanego człowieka, który całe życie nic nie miał. Nie będzie tutaj wchodziła w grę zasobność portfela czy pozycja społeczna. Wszyscy kiedyś umrzemy.

Zatrzymajmy się więc na chwilę, weźmy trzy głębokie wdechy i rozejrzyjmy wkoło. Dostrzeżmy to, czego do tej pory nie widzieliśmy. Wyjdźmy do ludzi. Kochajmy tych, których mamy obok. Okażmy im to, czego do tej pory nie mieli sposobności od nas usłyszeć, poczuć. Zacznijmy żyć tym co najlepsze, a nie pracą. Póki jeszcze mamy taką możliwość i nie jest na to za późno. Bądźmy ludźmi, a nie robotami z zaprogramowanym trybem „praca". Od maszyn, nawet tych najbardziej zaawansowanych i „inteligentnych" nas ludzi cechuje to, że mamy uczucia i mamy możliwość podejmowania własnych decyzji. Skorzystajmy więc z tego, a po początkowym „głodzie" pracowniczym dostrzeżemy, jak życie może być fajne i jak wiele ma nam do zaoferowania.

Rafał Sutek

Poza kolejką

Myślałam, że jak zmienimy wózek na taki inwalidzki, to będzie inaczej. Ludzie staną się bardziej uważni, bo nie ulega wątpliwości, że teraz po prostu widać niepełnosprawność dziecka.

DOMINIKA LEWICKA-KLUCZNIK

Fot. pixabay.com

Być może w wielkiej spacerówce, w której tonął, można było mieć jakieś wątpliwości. Oczywiście nie dlatego zmieniałam wózek – ten nowy dopasowany przez fizjoterapeutów doskonale wspomaga prawidłową postawę i zmusza młodego do aktywności, no i poza tym nam jest wygodniej – bez składania wchodzi do samochodu, rewelacyjnie się prowadzi, no i ma zabójczy czerwony kolor. Może z zakupami nie poszaleję, ale coś za coś. Nie mieszkamy na prowincji, żeby nie móc ich zrobić, kiedy chcemy i jak chcemy, oczywiście nie mówię o zakazie handlu w niedzielę. Jednym słowem wózek jest boski, niewiele takich małych w mieście jest, więc młody robi wrażenie. I tylko wrażenie. W swojej naiwności myślałam, że jak będę szła z takim wózkiem, inni będą zawracać na to uwagę, a nie tylko się gapić. Nie mam w zwyczaju wykorzystywać niepełnosprawności dziecka przy robieniu zakupów czy załatwianiu innych spraw, więc zawsze czekam na swoją kolej. W przychodni od lat mamy wejście poza kolejką, ale to jest zupełnie inny rozdział. Nie pcham się, wiem, że inni też mają swoje sprawy i przecież mogę poczekać. Jedyne, o co powinnam wnioskować, to zdjęcie kretyńskich znaczków i napisów z większości miejsc w Polsce. Nie rozumiem, po co informacja, że osoby niepełnosprawne czy kobiety w ciąży obsługiwane są poza kolejnością, skoro nikt o to nie dba. Wyznaczyliśmy sobie standardy charakterystycznym symbolem i od początku do końca mamy jako społeczeństwo go w bardzo głębokim poszanowaniu. Miało być humanitarnie i wyszło jak zwykle.

A propos, też nie pamiętam, żebym w ciąży mogła korzystać z jakichkolwiek przywilejów. Dla porównania za granicą, jak tylko osoba z wózkiem lub też niepełnosprawny czy wymagający większej uwagi wsiądzie do komunikacji miejskiej, to osoby, które siedzą na dedykowanych miejscach, od razu wstają. I nie ma dyskusji. A u nas? U nas nie wychodzą z miejsca przeznaczonego na wózek. Jest ono tak bardzo atrakcyjne, że wszyscy chcą tam stać. I mieć blisko do wyjścia. Zapewne dlatego też miejsca parkingowe dla niepełnosprawnych są tak popularne. Może na nich jest lepsza energia po prostu. Tylko jakoś nikt się nie chce zamienić.

Nie kandyduję na żadną radną ani nic w tym stylu, ale postuluję, żebyśmy zlikwidowali te wszystkie durne symbole, bo tylko oszpecają nam miasta, sklepy, autobusy i ulice. Windy też zlikwidujmy. A nie, przepraszam, regularnie jeżdżą nimi zdrowi i bardzo często nie ma szans z wózkiem po prostu wejść. Wyczyśćmy przestrzeń z deprymujących znaczków i głupich napisów, i wtedy się nam zrobi naprawdę lepiej. Tak przejrzyściej, tak równo. Tak po polsku.

O tym, jak pani z Lidla nauczyła mnie korzystać z przywilejów

Refleksja obudziła się we mnie wcale nie po tym, jak kierowca autobusu wyprosił mnie i syna na wózku z pojazdu, bo byliśmy za głośno. Teraz ćwiczymy „cichą" buzię w komunikacji miejskiej. Choć jest ciężko, bo młody uwielbia jeździć i głośno ten zachwyt wyraża, a moje metody dla kogoś z zewnątrz mogą wyglądać jak znęcanie się. Ale spoko, mogę iść siedzieć, to sobie odpocznę. Tak naprawdę zainspirowała mnie pani z Lidla, która dała mi szkołę życia, jakiej chyba dawno nie dostałam.

Nowy sklep. Idealnie na trasie przedszkole – dom, bez schodów, szerokie alejki. Mój ulubiony na dzielni. Zakupy bardzo codzienne, bo reszty nie ogarnę i potulnie do kolejki. Kasa numer 1 i ulubiony znaczek, który mi fruwa, tak jak wszystkim innym. Pani z kasy woła mnie do siebie i mówi, że ta kasa jest dla nas i my jesteśmy obsługiwani bez kolejki, bo właśnie dlatego jest szerokie przejście, żeby minąć innych. Starałam się ubrać akcję w żart, bo naprawdę opanowało mnie dziwne wzruszenie, i powiedziałam, że ludzie mnie zagryzą. A moja ulubiona pani, że ktoś, kto staje do kasy uprzywilejowanej, musi się liczyć z tym, że będzie musiał kogoś przepuścić w kolejce i że żadna kasjerka nie pozwoli na żadne uwagi. Można? Można. Korzystam. I staram się robić to z podniesioną głową. Uwaga! W innych miejscach nie działa, bo najprawdopodobniej tylko Lidl wprowadził takie wysokie (a może po prostu ludzkie) standardy obsługi osób niepełnosprawnych. Ale pokazali mi w ten sposób, jaka wszędzie jest fikcja. A ja jednak jestem realistką. ■

Ilona i Damian Nowaccy są rodzicami niepełnosprawnej Julki z Mózgowym Porażeniem Dziecięcym (MPD). Na łamach „Razem z Tobą" opisują swoje chwile radości, zwątpienia oraz dzielą się licznymi doświadczeniami i spostrzeżeniami, wynikającymi z wychowywania niepełnosprawnego dziecka.

Czerpać garściami

O tym, co jest lepsze, co gorsze, czym możemy się pochwalić a czego wstydzić, czyli przemyślenia i wnioski po ostatnim naszym pobycie za granicą, a konkretnie w słonecznej Hiszpanii. A wszystko oczywiście, jak niezmiennie stanowi tytuł niniejszego działu – z perspektywy rodziców.

ILONA I DAMIAN NOWACCY

O samym lataniu już było, dlatego w tym temacie nie ma właściwie nic do dodania – wszystko przebiegło tak jak zwykle, według znanych nam już procedur ułatwiania podniebnych podróży osobom z niepełnosprawnościami. Gładko i sprawnie. No może wniosek nasuwa się taki, że nasz wózek jest „za mało inwalidzki", przez to notorycznie mylony z dziecięcym i zabierany po wylądowaniu razem z bagażami. Aby uniknąć biegania za nim z Julcią na rękach chciał nie chciał, trzeba będzie go jakoś oznaczyć – planujemy słusznych rozmiarów naklejkę w miejscu bardzo widocznym (po złożeniu), do przetestowania przy kolejnej podróży – damy znać czy pomogło. Tyle w temacie lotu.

Tym razem chcielibyśmy skupić się na udogodnieniach na miejscu. Na tym gdzie można, a gdzie nie ma szans się dostać z osobą na wózku (na tym etapie wnoszenie po schodach jest już absolutnie poza dyskusją). Przegląd mieliśmy całkiem pokaźny, gdyż nie należymy do tych, którzy spędzają czas leżąc na plaży. Te kilka dni mieliśmy wypełnione zwiedzaniem przepięknych okolic i korzystaniem z atrakcji, jakie oferują.

Zacznijmy jednak od wypożyczenia samochodu – bez tego zwiedzanie zapewne ograniczyłoby się do promenady przy plaży wzdłuż wybrzeża, przy którym był nasz hotel.

Zarezerwowany przez nas wcześniej model miał większy bagażnik – wiadomo wózek musi się zmieścić, ale na miejscu okazało się, że, widząc nasze potrzeby, w tej cenie zaoferowano nam jeszcze większy – tak żeby wózek jeszcze łatwiej się pakowało. Bardzo miło z ich strony.

Mając już samochód zostaje tylko cieszyć się urokami pobytu. Mając przy tym kartę parkingową można korzystać z miejsc dla osób niepełnosprawnych, których jest wszędzie bardzo dużo.

Ciekawa rzecz, że w Hiszpanii, zupełnie nie tak jak u nas, to czy można stanąć na miejscu dla niepełnosprawnych jest często warunkowane tym, czy takie osoby są w samochodzie, a nie tym, czy za szybą jest karta. Czyli nawet w przypadku jej braku, wystarczy wynurzyć się z samochodu z wózkiem i nikt nie ma pretensji. U nas jest niestety odwrotnie. Nawet jak wysiadamy na parkingu z Julką i pakujemy ją do wózka, pan pilnujący, (który wyrasta zwykle jak z podziemi), obchodzi samochód dookoła, żeby sprawdzić, czy za szybką jest karta. I na pewno gdyby jej nie było, postraszyłby nas mandatem i kazał odjechać. Takie przepisy? Naszym zdaniem taka kultura.

Fot. archiwum prywatne autorów

Ale żeby nie było tak, że wszędzie dobrze, gdzie nas nie ma, zarówno w Polsce, jak i w Hiszpanii spotkaliśmy się z sytuacją, kiedy nie musieliśmy płacić za miejsce na prywatnym parkingu.

Z dobrej woli osoby, która zbierała opłaty. I zarówno w Polsce, jak i w Hiszpanii bywało, że za takie miejsce płacić musieliśmy – z woli osoby zbierającej opłaty.

Jak już zaparkowane – czas na zwiedzanie. Do wszystkich miejsc, jakie udało nam się zobaczyć można iść, praktycznie w ciemno zakładając, że dostaniemy się tam z wózkiem.

Byliśmy np. w muzeum czekolady, połączonym z fabryką działającą cały czas jako zakład produkcyjny tej cudownej słodyczy. Trzeba przyznać, że widok mknących po taśmie tabliczek czekolady, pakowanych przez sprytną maszynę w papierki, by później lądować w pięknych pudełeczkach, był magiczny. Przywodził na myśl fabrykę z filmów o Świętym Mikołaju przygotowującym prezenty dla dzieci na Święta.

Ale do rzeczy – pani przewodnik od razu powiedziała, że mimo iż fabryka jest na piętrze, Jula bez problemu dostanie się do niej windą. Tak też było. W odpowiednim momencie oddzieliliśmy się od grupy zwiedzającej po to, by iść do windy, przy której pani czekała już na Julcię.

Był też czas na wspinaczkę. Jakkolwiek poważnie to brzmi – nie było źle. Zamek na szczycie góry okazał się jak najbardziej do zdobycia przez całą naszą trójkę. W tym wypadku akurat dla całej trójki to wyczyn, bo po górach raczej nie chodzimy. Winda, która wyniosła nas na sam szczyt była nie tylko koniecznością ze względu na Julcię, ale idealnym rozwiązaniem dla nas wszystkich. Dzięki temu Julcia mogła podziwiać panoramę Alicante z bardzo słusznej wysokości.

Była też góra Ifach – tutaj windy nie było, i tylko siła i determinacja Taty sprawiła, że Julcia weszła dosyć wysoko i mogła podziwiać panoramę wybrzeża Calpe. To zdecydowanie najwyższe punkty, w jakich Jula się do tej pory znalazła (nie licząc samolotów).

Atrakcje atrakcjami, ale w Hiszpanii, a przynajmniej w mieście, w którym byliśmy, nie zdarzało się, żeby gdzieś nie było podjazdu. Jeżeli go nie ma, to znaczy tylko tyle, że go jeszcze nie znaleźliśmy. Wysokie krawężniki (są naprawdę wysokie!) też mają podjazdy.

Jak jest u nas? Też już całkiem nieźle, szczególnie w większych miastach. Często dostosowania dla osób z niepełnosprawnościami są wymogami architektonicznymi przy powstawaniu nowej infrastruktury. Tylko jeszcze daleko nam do tej ich kultury. Do takiej szczerej serdeczności, zrozumienia i swobody.

Tam ludzie są jacyś inni, bardziej uśmiechnięci... Może to efekt długotrwałego działania słońca, może atmosfera wypoczynku, nie wiem, ale każdy kto przechodził obok Julci uśmiechał się do niej, łapał za rączkę, jedna pani nawet ją pocałowała w czółko. Dla nas były to nawet sytuacje lekko krępujące, bo niespotykane na co dzień. A nasza Julia (czytane Hulia) simpatico, jak o niej mówili miejscowi, zdawała się znajdować w tej serdeczności rewelacyjnie. Pozostaje się dostosować. I czerpać garściami. ■

SPOŁECZEŃSTWO

By pomóc innym

Rotary Club Elbąg Centrum po raz trzeci organizuje Bal Andrzejkowy. Tegoroczny odbędzie się 1 grudnia w Sali Bankietowej Hotelu Nowa Holandia (Nowe Pole 1B) – początek o godz. 19:00.

– Zapraszamy serdecznie na nasz III Charytatywny Bal Andrzejkowy, który odbędzie się w pięknej Sali Bankietowej Hotelu Nowa Holandia na obrzeżach naszego miasta. Dobrą zabawę zapewni Agencja Artystyczna Gesek, my gwarantujemy cudowną atmosferę i pyszne jedzenie – zachęcają organizatorzy. – Celem Balu będzie zapewnienie spokojnej ciepłej zimy dla 7–osobowej rodziny, poprzez remont dachu, ocieplenie ścian domu oraz zakup opału. Będziemy również zbierać fundusze na planowaną kolejną akcję „Zdrowe Ząbki", oraz pozostałe cele statutowe.

Potwierdzeniem uczestnictwa w wydarzeniu jest wpłata darowizny w kwocie 150 złotych za osobę na konto BGŻ Paribas S.A – nr konta: 58 2030 0045 1110 0000 0417 0740 (z dopiskiem: „Darowizna na cele statutowe"). ■ Red.

SPORT

Środki do wzięcia

Minister Sportu i Turystyki ogłosił nabór wniosków do „Programu Upowszechniania Sportu Osób Niepełnosprawnych w 2019 r.” Budżet na realizację Programu wynosi 18 700 000 zł.

Głównym jego celem jest tworzenie optymalnych warunków umożliwiających osobom niepełnosprawnym zwiększanie uczestnictwa w różnych formach aktywności sportowej, włączenie w główne nurty życia społecznego oraz wyrównanie szans w dostępie do przestrzeni publicznej w obszarze sportu.

Wniosek wraz z załącznikami należy wypełnić w systemie Amodit dostępnym na stronie wnioski.msit.gov.pl. Przed jego wypełnieniem warto zapoznać się z Decyzją nr 53 Ministra Sportu i Turystyki z 26 października w sprawie ogłoszenia „Programu Upowszechniania Sportu Osób Niepełnosprawnych w 2019 r”. Jest ona dostępna w Biuletynie Informacji Publicznej Ministerstwa.

Wypełniony wniosek wraz z załącznikami należy wydrukować i podpisać. Dokumenty można wysłać w systemie Amodit oraz pocztą na adres Ministerstwa do 30 listopada br.

Ewentualne pytania w zakresie Programu należy kierować do pracowników Departamentu Sportu dla Wszystkich (tel. 22 24 43 105 lub 22 24 43 129). ■

Źródło: msit.gov.pl

ELBLĄG

Prezydent przyzna nagrody

Prezydent Elbląga Witold Wróblewski zaprasza do składania wniosków na kandydatów do Nagrody Prezydenta Elbląga za 2018 r. Nagrodę mogą otrzymać osoby lub instytucje, które w mijającym roku swoją działalnością bądź poprzez swoje dokonania w znaczący sposób przyczyniły się do rozwoju naszego miasta.

Nagroda Prezydenta przyznawana jest w następujących kategoriach: kultura i sztuka, działalność gospodarcza, działalność oświatowa i pedagogiczna, ochrona środowiska, służba zdrowia, opieka społeczna oraz sport i turystyka.

Wnioski do Nagrody Prezydenta mogą zgłaszać organizacje społeczne, organizacje polityczne, instytucje i zakłady pracy, radni Rady Miejskiej oraz departamenty Urzędu Miejskiego w Elblągu.

Wypełnione dokumenty w wersji papierowej oraz elektronicznej należy składać w Biurze Podawczym Urzędu Miejskiego przy ul. Łączności 1 w Elblągu w terminie do 30 listopada 2018 r.

Więcej informacji można również uzyskać telefonicznie pod nr tel. 55 239 34 65 lub drogą mailową pod adresem: dpik@umelblag.pl. ■

Joanna Urbaniak

PRAWO

Dokumenty pracownicze po nowemu

Już tylko dwa miesiące pozostały przedsiębiorcom na uzyskanie wpisu do rejestru przechowawców akt osobowych i płacowych. Od stycznia za przechowywanie dokumentów pracowniczych bez wymaganych uprawnień może grozić kara nawet do 100 tys. zł.

Zakład Ubezpieczeń Społecznych przypomina, że każdy, kto prowadzi działalność związaną z przechowywaniem dokumentacji kadrowo-płacowej firm, musi być wpisany do rejestru przechowawców, który prowadzą marszałkowie województw. Niestety, część dokumentacji jest przechowywana przez firmy niewpisane do rejestru, a dodatkowo warunki przechowywania niejednokrotnie odbiegają od standardów jakie obowiązują firmy przechowawcze. Jednak już za dwa miesiące wchodzi w życie ustawa o e–aktach, która skraca czas obowiązkowego przechowywania akt i umożliwia ich gromadzenie także w formie elektronicznej. Wprowadza ona również wysokie kary za przechowywanie dokumentów bez wymaganych uprawnień, a przedsiębiorca, który nie zdąży zdobyć uprawnień przed upływem 31 grudnia 2018 roku, będzie musiał zakończyć działalność przechowalniczą, a dokumentację przekazać do firmy, która takie uprawnienia posiada.

Od 1 stycznia 2019 roku za przechowywanie akt bez wymaganych uprawnień przedsiębiorca zapłaci karę do 100 tys. zł. Przedsiębiorca, który do końca roku zgłosi do marszałka województwa wniosek o wpisanie do rejestru, nie musi natomiast obawiać się żadnej kary za ujawnienie swojej działalności. Samo zgłoszenie zaś

Fot. pixabay.com

jest proste i zajmuje tylko chwilę. Do wniosku należy dołączyć oświadczenie o zgodności i kompletności danych oraz o spełnianiu warunków wykonywania działalności gospodarczej w zakresie przechowywania dokumentacji osobowej. Dodatkowo wymagany jest także dowód uiszczenia opłaty skarbowej. Sprawę można załatwić korespondencyjnie. ■

Anna Ilukiewicz

SPOŁECZEŃSTWO

Nie bójmy się

Każdy zna zasady dobrego wychowania, ale nie każda z nich daje oczekiwane odpowiedzi na niezadane pytania. Ludzie często czują się niepewnie w kontakcie z osobami z niepełnosprawnością. Aby ułatwić wzajemną komunikację, Urząd Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy we współpracy z Fundacją Integracja przygotował poradnik pt. „Savoir–vivre wobec osób z niepełnosprawnością".

Gdy spotykamy osobę z niepełnosprawnością, czasem nie wiemy jak się zachować. Zastanawiamy się, czy wypada podać rękę osobie, której amputowano przedramię, czy można zaoferować pomoc komuś, kto porusza się na wózku. Nie mamy pewności, czy ktoś z dysfunkcją słuchu pogniewa się, jeśli nieświadomie zaczniemy mówić głośniej albo czy osoba niewidoma nie poczuje się dotknięta, gdy na pożegnanie powiemy „do zobaczenia". W takich sytuacjach warto po prostu... rozmawiać. Jeśli jednak ciągle mamy wątpliwości, rozwieje je publikacja pt. „Savoir–vivre wobec osób z niepełnosprawnością".

– Broszura jest próbą przełamania barier społecznych. Jest to kolejny krok w procesie budowania Śródmieścia przyjaznego osobom dotkniętym niepełnosprawnościami – podkreśla Burmistrz Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy Krzysztof Czubaszek.

Poradnik w prosty sposób pokazuje, jakie rozwiązania pomogą w komunikacji z osobami z niepełnosprawnościami. Ich codzienność i przykładowe problematyczne sytuacje zostały przedstawione za pomocą ilustracji opatrzonych komentarzami. Publikację można znaleźć w Urzędzie Dzielnicy Śródmieście m.st. Warszawy (oraz na jego stronie internetowej), w bibliotekach, domach kultury, szkołach i ośrodkach sportu. ■

Źródło: srodmiescie.warszawa.pl

PRAWO

Nowy wzór zaświadczenia

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej w Biuletynie Informacji Publicznej umieściło wzór zaświadczenia potwierdzającego, że podstawę zaliczenia do stopnia niepełnosprawności, określonego w tym orzeczeniu, stanowiła choroba psychiczna.

Na podstawie art. 5 ust. 3 ustawy z dnia 13 września 2018 r. o zmianie ustawy o świadczeniach pieniężnych z ubezpieczenia społecznego w razie choroby i macierzyństwa oraz na podstawie niektórych innych ustaw MPiPS opublikowało nowy wzór zaświadczenia. Mogą je złożyć osoby, które między 22 czerwca a 27 października otrzymały orzeczenie o stopniu niepełnosprawności, bez symbolu choroby psychicznej (02–P), która spowodowała ową niepełnosprawność.

Zgodnie z wyrokiem Trybunału Konstytucyjnego przepis, na podstawie którego symbol ten był wystawiany, kłócił się z ustawą zasadniczą. Przegłosowana w Sejmie we wtorek (23 października) nowelizacja sprawiła, że jest to znów dozwolone. Niezbędne jednak jest nowe zaświadczenie. ■

Źródło: mpips.gov.pl

ELBLĄG

Miasto widziane z góry

Elbląski Aeroklub po raz kolejny wyszedł naprzeciw osobom niepełnosprawnym i starszym, organizując dla nich loty nad miastem. Wśród uczestników widoczny był strach, ale zwyciężyła chęć doświadczenia czegoś nowego i przełamania swoich lęków.

Fot. Mateusz Misztal

Na elbląskim lotnisku miejscowy Aeroklub zabrał na pokład samolotu osoby starsze i niepełnosprawne. Elbląg widziany z góry wszystkim przypadł do gustu. Na twarzach podopiecznych ERKON był widoczny strach, szczególnie tuż przed lotem. Po lądowaniu pojawiał się już jednak uśmiech i pytania, czy można polecieć jeszcze raz.

– Co roku przy wsparciu Urzędu Miasta organizujemy jakieś wydarzenie, które jest skierowane właśnie do osób niepełnosprawnych – mówi Jacek Sobolewski, prezes elbląskiego Aeroklubu i pilot. – Chcemy zaprosić te osoby na lotnisko w Elblągu, by skorzystały z jednej z form naszej aktywności. W ubiegłym roku lataliśmy szybowcami, w tym roku wykonaliśmy loty samolotowe. Chcemy, aby osoby z niepełnosprawnościami, które nieczęsto mają okazję do tego, by wykonywać loty, mogły oderwać się od przyziemności i zobaczyć coś z innej perspektywy – dodaje. ■

MM

Fot. Mateusz Misztal

IKS Atak ma dwadzieścia lat

Świętowanie rozpoczęli już w czwartek (15 listopada) i trwało ono trzy dni. Były zawody na slegdach, łyżwiarstwo szybkie, siatkówka na siedząco, boccia i judo. Nie zabrakło także uroczystej gali podsumowującej te 20 lat. Były gratulacje, życzenia i wzruszenia, symboliczny toast i pyszny urodzinowy tort.

MATEUSZ MISZTAL

Fot. Mateusz Misztal

Integracyjny Klub Sportowy Atak Elbląg dwa lata temu wkroczył w dorosłość. Dziś może świętować już 20 urodziny.

– Największym sukcesem jest właśnie integracja, choć teraz już bardziej funkcjonuje termin włączenie. Pełnosprawni i niepełnosprawni razem, bez względu na wszystko. To nam się w dużej mierze udało – mówi Tomasz Woźny, prezes IKS Atak Elbląg. – Zabrałem naszą grupę do Londynu na paraolimpiadę i każdy zobaczył jak to funkcjonuje, jaką akcję społeczną zrobili właśnie Anglicy i postanowiliśmy przenieść tą akcję społeczną tak lokalnie, a nawet regionalnie, tu do Elbląga.

Obecnie elbląski klub oferuje możliwość uprawiania kilku dyscyplin sportu. Pod okiem trenerów dzieci i młodzież w różnym wieku i z różnymi niepełnosprawnościami mogą doskonalić umiejętności gry w siatkówkę na siedząco i na stojąco (halową i plażową), hokeju na slegdach i bocci. Są także zajęcia pływania, tenisa stołowego i judo.

– Jestem w tym klubie od dwóch lat. Pracuję tu akurat z grupą pełnosprawnych dzieci, ale ta integracja w tym klubie jest. Razem uczestniczymy w zawodach sportowych, pomagamy też przy ich organizacji – mówi Monika Tchórzewska, trener chłopięcej grupy młodzieżowej rocznika 2005 i 2006.

Klub ma za sobą organizację także tych największych imprez sportowych. IKS w 2009 roku organizował mistrzostwa Europy, a w 2013 roku mistrzostwa świata w siatkówce na siedząco.

– Wiedzieliśmy, że zrobimy mistrzostwa świata najlepiej jak potrafimy, że będą najlepsze na świecie i prawdopodobnie tak było. Chcieliśmy przede wszystkim zrobić akcję społeczną, by osoby pełno- i niepełnosprawne spotkały się na hali sportowej i przez tą halę przeszło 20 tysięcy osób w roli widzów, a także wolontariuszy i zobaczyło sport niepełnosprawnych. Wiele osób ten sport zrozumiało – wspomina prezes Ataku, Tomasz Woźny. – Na początku startowaliśmy z siatkówką na siedząco zarówno dla pełnosprawnych, jak i niepełnosprawnych. Później, gdy zaczynaliśmy pracę z osobami niepełnosprawnymi intelektualnie, to nie mieliśmy doświadczenia, nie wiedzieliśmy jak pracować. Okazuje się, że jest to bardzo wdzięczna praca, a osoby niepełnosprawne intelektualnie potrafią wiele dać z siebie i świetnie współpracować, także przestaliśmy się tego obawiać, nawiązało się wiele przyjaźni. Kluczem jest to, by nie skreślać nikogo – dodaje.

– Życzę elbląskiemu klubowi co najmniej kolejnych dwudziestu lat w takim tempie i z takimi pomysłami jakie zrealizowały osoby z zarządu z Tomkiem Woźnym na czele. Organizacja takich zawodów jak mistrzostwa Europy, mistrzostwa świata, puchar świata i wielu innych imprez niższej rangi, ale również bardzo ważnych, to szalenie czasochłonne inicjatywy i wymagające współpracy z wieloma ludźmi tu na miejscu. Życzyłbym też tego, o czym mówiłem w swoim wystąpieniu na gali, żeby udało się drużynie hokeja na slegdach awansować na igrzyska paraolimpijskie, bo jestem przekonany, że jest to marzenie nie tylko wszystkich zawodników, którzy biorą w tym udział, ale i Tomka [Tomasz Woźny - red.] i tych ludzi, którzy podjęli się bardzo trudnej inicjatywy. Uprawianie hokeja na lodzie w Polsce nie jest łatwe, a hokeja na slegdach jest jeszcze trudniejsze Do życzeń dołączyłbym też te odnośnie takiego ogólnego rozwoju klubu. Integracja ze środowiskiem sportowców w pełni sprawnych, jak i integracja ze środowiskiem osób niepełnosprawnych intelektualnie, którą realizuje IKS Atak Elbląg, to jest realny przykład na to, że jeśli się chce, to można. W każdym wymiarze pracy jest ona widoczna, więc życzę, by to się nie zmieniało, a klub rozrastał się zarówno w kontekście sportu paraolimpijskiego, olimpiad specjalnych, jak i igrzysk paraolimpijskich – mówi Łukasz Szeliga, prezes Polskiego Komitetu Paraolimpijskiego.

– Gdy IKS Atak robi jakąś imprezę sportową, to ja mogę spać spokojnie, bo wiem, że na pewno wszystko zostanie zrobione w sposób absolutnie perfekcyjny. Miałem okazję być zarówno na mistrzostwach Europy, jak i na mistrzostwach świata w siatkówce siedząco, przyglądać się temu z trybun i też od kuchni. Perfekcyjna organizacja. Mogę sobie życzyć, by inne kluby poszły drogą IKS-u Atak Elbląg, szczególnie w kontekście integracji ze sportem pełnosprawnych, bo jestem przekonany, że to jest ten kierunek, który ma przyszłość i który dzisiaj jest innowacyjny. Sam w swoim życiu prowadziłem integracyjną szkołę narciarstwa alpejskiego i wtedy zobaczyłem jak to w praktyce działa. Sport jako ta wspólna platforma powoduje, że przestajemy patrzeć na różnice, bo wspólną cechą jest na przykład siatkówka, piłka nożna, narty czy jakikolwiek inny rodzaj aktywności. ■

SPOŁECZEŃSTWO

500 złotych
dla niepełnosprawnych

Od przyszłego roku Kraków będzie wypłacał nowe świadczenie dla osób niepełnosprawnych. Przyznanie 500 zł wszczynane będzie z urzędu.

Urząd Miasta Krakowa od 2019 r. wprowadzi dodatek opiekuńczy w kwocie 500 zł – To miesięczne świadczenie jest pierwszą tego typu inicjatywą w Polsce dla osób niepełnosprawnych oraz ich opiekunów – chwalą się władze miasta. Do otrzymania pomocy uprawione będą tylko osoby, które mieszkają na terenie Gminy Miejskiej Kraków, a także opiekunowie dorosłych osób niepełnosprawnych. – Grupa, do której należą opiekunowie osób niepełnosprawnych, jest szczególnie potrzebująca ze względu na to, że nie tylko boryka się z chorobą osób im najbliższych, lecz często także z trudną sytuacją finansową – mówi Mateusz Płoskonka, dyrektor Biura Miejskiego Ośrodka Wspierania Inicjatyw Społecznych w Krakowie. – Wielu z nich zmuszonych jest do rezygnacji z pracy zawodowej w celu całodobowej opieki nad chorym członkiem rodziny. Wprowadzeniem świadczenia chcemy w realny sposób ich wesprzeć, a co za tym idzie, poprawić funkcjonowanie ich gospodarstwa domowego – dodaje. Uprawnieni do otrzymania dodatku opiekuńczego będą opiekunowie osób niepełnosprawnych korzystający wyłącznie z pomocy w formie specjalnego zasiłku opiekuńczego lub zasiłku dla opiekuna. Jego przyznanie wszczynane będzie z urzędu, dzięki czemu nie będzie konieczności składania odrębnych wniosków ani dodatkowej dokumentacji. UMK będzie weryfikował wydawane decyzje na podstawie zasiłku opiekuńczego lub zasiłku dla opiekuna, dzięki czemu proces ten będzie znacznie uproszczony. ■

UM Kraków

BEZ BARIER

Niepełnosprawne kobiety modelkami

„Monomoda – żurnal internetowy" to projekt, który pozwala kobietom z niepełnosprawnościami odkryć świat mody, sprawdzić się w roli modelek z prawdziwego zdarzenia, a także nauczyć się, jak podkreślić naturalne piękno i charakter.

Fot. monomoda.org

– Z modą i stylem obcujemy każdego dnia, a jej różnorodność może stać się odzwierciedleniem tego jak się czujemy w danej sytuacji. Jak więc stworzyć własne zasady ubierania się dostosowane zarówno do naszej sylwetki, sytuacji czy odpowiedniej okazji z życia zawodowego, jak i towarzyskiego? Gdy chcemy czuć się swobodnie, a czasem pokazać pełnię elegancji i estetyki naszego wizerunku, w co powinniśmy się ubrać? – pyta Małgorzata Załecka, pomysłodawczyni projektu. – Poniekąd obcowanie z modą jest dyscypliną wymagającą sporo zaangażowania, ale robiona z pasją i przemyślaną strategią może odkryć w nas pokłady niezmierzonej kreatywności i wielu przyjemności. Nie ma lepszej inwestycji w budowanie pewności siebie jak świadomość o własnej atrakcyjności – zapewnia autorka innowacji.

Odpowiedni makijaż, ubrania dopasowane do sylwetki, stylu i rodzaju niepełnosprawności, udział w wyjątkowej sesji zdjęciowej, przebiegającej w swobodnej atmosferze – dzięki temu kobiety z różnego rodzaju niepełnosprawnościami mogą poczuć się jak modelki z okładek gazet. W ramach projektu uczestniczki mogą liczyć na porady stylistki, by na nowo, poprzez zmianę stylu, odkryć swoje piękno i budować pewność siebie.

Do udziału w innowacji zaproszone są kobiety, które chciałyby zmienić coś w swoim życiu – bez względu na miejsce zamieszkania czy doświadczenie w modelingu. Do projektu można zgłaszać się drogą internetową (monomodafashion@gmail.com) lub telefonicznie (790 577 411); zgłoszenie należy uzupełnić o wymiary, przykładowe zdjęcia oraz informacje o rodzaju niepełnosprawności i sposobie poruszania się.

– Jeżeli chcesz wziąć udział w nietuzinkowej i zaskakującej sesji zdjęciowej jako Modelka – zgłoś się do nas. Jeżeli jesteś otwarta, nie boisz się nowych wyzwań i chcesz poznać ciekawe osobowości, zostań Modelką – zachęca twórczyni „Monomody".

Więcej informacji można znaleźć na stronie projektu oraz na facebookowym profilu „Monomoda". ■

Źródło: monomoda.org

Znany kolarz potrzebuje pomocy

W czerwcu Ryszard Szurkowski uległ bardzo poważnemu wypadkowi. Podczas wyścigu „102. Rund um Koln" upadł na tyle nieszczęśliwie, że doznał obrażeń kręgosłupa i twarzy. Ma czterokończynowe porażenie i kilka operacji za sobą. Teraz pomóc może rehabilitacja.

Kolarski medalista igrzysk olimpijskich aktualnie przebywa w Konstancinie. Przed panem Ryszardem długa i żmudna rehabilitacja, by powrócić do jak największej sprawności. Ta jest jednak kosztowna, dlatego rozpoczęto zbiórkę pieniężną.

– Ryszard jest naszym wielkim przyjacielem i przyjacielem wszystkich Polaków, dlatego będziemy go wspierać i pomagać w trudnej i długiej rehabilitacji. Uruchomiliśmy specjalne konto, na które można wpłacać pieniądze na jego rehabilitację i tym samym powrót do zdrowia – czytamy na stronie Lions Club Poznań 1990.

Pieniądze można wpłacać na numer konta bankowego Lions Club Poznań 1990:

09 1240 1747 1111 0000 1845 5759 – PeKaO S.A. Oddz. w Poznaniu (z dopiskiem: „RYSZARD SZURKOWSKI – rehabilitacja").

Szurkowski jako kolarz dawał bardzo dużo radości. 800 razy stawał na podium, 350 razy na tym najwyższym. Czterokrotnie wygrał Wyścig Pokoju (w 1970, 1971, 1973 i 1975 roku), a w nim trzynaście etapów. Przez 52 dni jechał w żółtej koszulce. W okresie od 1965 do 1984 roku przejechał około 400 000 km, w tym połowę w wyścigach w kraju i na świecie (ponad 1100 startów). Na czele listy zwycięstw jest tytuł mistrza świata wywalczony na wzgórzu Montjuich w Barcelonie (1 września 1973 roku). Dwukrotnie wygrał plebiscyt „Przeglądu Sportowego" na najlepszego sportowca Polski (1971 i 1973). W 1970 roku został laureatem nagrody „Fair Play" przyznawanej przez UNESCO, za dżentelmeńskie oddanie własnego roweru rezerwowego Zygmuntowi Hanusikowi podczas mistrzostw Polski ze startu wspólnego, co pozwoliło Hanusikowi zdobyć tytuł mistrza Polski.

Fot. pixabay.com

Wypadek z 10 czerwca tego roku to nie jedyne złe wspomnienie. 11 września 2001 roku w zamachu na wieżowce World Trade Center w Nowym Jorku zginął jego syn Norbert. Pracował na Manhatanie i poszedł na chwilę coś załatwić w jednym z biur.

Sam kolarz początkowo nie chciał upubliczniać informacji o jego wypadku i stanie zdrowia. Gdy jednak okazało się, że rehabilitacja będzie dłuższa i kosztowniejsza niż zakładano, to zdecydowano nadać temu większy rozgłos.

Jak poinformował minister sportu Witold Bańska. w pomoc panu Ryszardowi włączy się także Fundacja PKN Orlen „Dar serca". ■

MM

Dla kogo tytuł Mr. Disabled?

Stowarzyszenie Górnośląski Skarabeusz, nawiązując do znanego plebiscytu Lady D., postanowiło nagrodzić mężczyzn z niepełnosprawnością, którzy swoimi codziennymi działaniami udowadniają, że niemożliwe nie istnieje. 19 września podczas uroczystej gali w Katowicach wyłoniono laureatów konkursu.

– Już z dniem, w którym do Kapituły Konkursu zaczęły spływać nominacje kandydatów, byłam pewna, że decyzja o jego ogłoszeniu jest słuszna. Konkurs ma wymiar społeczny i spełnia rolę edukacyjną dla młodzieży, ale przede wszystkim ma dać niepełnosprawnym czytelny sygnał, że powinni z odwagą i nadzieją realizować swoje plany, że mogą nie tylko marzyć, ale też swoje marzenia spełniać – mówi Ewa Sprus, prezes zarządu Stowarzyszenia Górnośląski Skarabeusz.

Fot. Michał Niezgoda
Fundacja Pomóc Więcej

Do tytułu „Mr. Disabled" zgłoszono piętnastu kandydatów, jury nie miało więc łatwego wyboru. W skład kapituły konkursu weszli: europoseł Marek Plura, ubiegłoroczny pierwszy laureat nagrody, który w tym roku objął patronat nad konkursem i funkcję przewodniczącego Kapituły; Ewa Sprus – dyrektor konkursu, Sylwester Targosz Szalonek – tenor, Prezes Fundacji „Operetka Śląska", dyrektor Śląskiego Festiwalu Operetki (w kategorii kultura i sztuka); Krzysztof Sprus – wieloletni działacz społeczny na rzecz lokalnych społeczności, inicjator Górnośląskiego Balu Charytatywnego i założyciel koła S.O.N.Ś. Świętochłowice (w kategorii życie społeczne); Ilona Raczyńska-Ciszak – dziennikarz magazynu informacyjnego „Nasze Sprawy", od wielu lat współpracująca z wieloma organizacjami pozarządowymi działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych (w kategorii życie zawodowe) oraz Piotr Szymala – wielokrotny złoty medalista Turniejów strefowych w Polsce i zagranicą, Mistrz Świata karate (Włochy, Anglia), wicemistrz Świata (Nowy Jork), medalista mistrzostw Europy karate, zawodnik kadry narodowej i trener kadry narodowej (w kategorii sport).

– Pokonywanie własnych ograniczeń to swoisty trening, w czasie którego rozwija się cała osobowość człowieka. To jednak nie dzieje się samo. Do takiej pozytywnej przemiany potrzeba wiele samodyscypliny, uporu i... nadziei. To dzięki tym cechom możemy podziwiać aktywności pań, które mimo niepełnosprawności i licznych obowiązków promieniują pogodą ducha; z wdziękiem i skutecznością podejmują najtrudniejsze zadania; potrafią zadbać o urodę życia tak wielu osób nawet, gdy innym zdaje się, że życie straciło już sens. Dzięki „Mr. Disabled" możemy podziwiać prawdziwych facetów, którzy niezłamani niepełnosprawnością wytrwale dążą do słusznego celu; szlachetnie pomagają innym, choć sami nie wstydzą się prosić o pomoc; podejmują odpowiedzialność za innych – a przecież dziś coraz trudniej o ludzi chcących odpowiedzialności nawet za samego siebie. To wartości uniwersalne – podkreśla europoseł Marek Plura.

Wyjątkową postawę niepełnosprawnych mężczyzn uhonorowano w czterech kategoriach: życie społeczne, życie zawodowe, sport oraz kultura i sztuka. Oprócz tego przyznano wyróżnienie specjalne, które w podziękowaniu za szczególne i wybitne osiągnięcia w działalności na rzecz niepełnosprawnych w Unii Europejskiej otrzymał Przemysław Sobieszczuk, założyciel Fundacji Debra Polska Kruchy Dotyk (2004) i Akademii Inspiracji MOTYL (2016). Podczas gali uhonorowano również pośmiertnie świętochłowickiego wolontariusza Marcina Przybylskiego.

Honorowy patronat nad inicjatywą objęli Marszałek Województwa Śląskiego Wojciech Saługa, Europoseł Marek Plura i Prezydent Katowic Marcin Krupa. „Razem z Tobą" było patronem medialnym konkursu.

Prezentujemy listę laureatów drugiej edycji konkursu „Mr. Disabled".

ŻYCIE SPOŁECZNE

Laureat: Adam Wala z Knurowa, założyciel koła PTTK „Niewidomy Globtroter" oraz koła PTTK „Trion".

Nagroda specjalna: Jan Dusza z Żernicy, działacz społeczny.

ŻYCIE ZAWODOWE

Laureat: Krzysztof Knas, redaktor naczelny magazynu „Chorzów Miasto Kultury".

Wyróżnienie: Sławomir Nawrot z Rudy Śląskiej, menedżer społeczny, dyrektor Oddziału „Fajnej Spółdzielni Socjalnej".

SPORT

Laureat: Janusz Rokicki z Cieszyna, trzykrotny srebrny medalista Igrzysk Paraolimpijskich, rekordzista świata w pchnięciu kulą (Katar 2015).

KULTURA I SZTUKA

Laureat: Łukasz Baruch z Dąbrowy Górniczej, twórca zespołu MEZALIANS ART, współzałożyciel fundacji „Wygrajmy Razem", która wspiera artystów z niepełnosprawnością z całego kraju. ■

Artykuł powstał dzięki uprzejmości magazynu Chorzów Miasto Kultury.

Red.

Cukrzyca słodka tylko z nazwy

Wśród Polaków rośnie liczba zachorowań na cukrzycę, pomimo to chorzy wciąż nie mają dostępu do nowych opcji terapeutycznych, dostosowanych do ich indywidualnych potrzeb. O tym, co z tego powodu tracą pacjenci, a jak mogłoby zmienić się ich życie dzięki innowacyjnym lekom oraz o oczekiwaniu na nowe opcje terapeutyczne lekarzy i pacjentów opowiada prof. DOROTA ZOZULIŃSKA-ZIÓŁKIEWICZ, Kierownik Katedry i Kliniki Chorób Wewnętrznych i Diabetologii Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu oraz Oddziału Diabetologii i Chorób Wewnętrznych Szpitala Miejskiego im. Franciszka Raszei w Poznaniu.

SANDRA DWORAK

Pani Profesor, cukrzyca jest chorobą przewlekłą, która dotyka coraz większej grupy Polaków, obecnie jest ich ponad 3 mln. Co jest przyczyną lawinowego wzrostu zachorowań?

Zapobieganie chorobom to zwalczanie ich przyczyny. W przypadku cukrzycy jest ich wiele, stąd też w klasyfikacji wyróżnia się cukrzycę typu 1, cukrzycę typu 2, 3 i 4 – ciążową. Wzrost zachorowań dotyczy głównie cukrzycy typu 2 i 1. W populacji polskiej coraz powszechniejsze stają się czynniki ryzyka cukrzycy typu 2, do których należą wiek – nasze społeczeństwo się starzeje, wzrost liczby osób z otyłością brzuszną, nadciśnieniem tętniczym, dyslipidemią, chorobami układu sercowo–naczyniowego. Wzrasta też liczba przypadków cukrzycy ciążowej, która jest pewnym sygnałem ostrzegawczym dla kobiety – wskazuje, że organizm ma predyspozycję (najprawdopodobniej genetyczną) do zaburzeń gospodarki węglowodanowej. Oznacza to, że w przyszłości może się u niej rozwinąć cukrzyca typu 2. Kolejnym czynnikiem ryzyka jest wywiad rodzinny, który odzwierciedla uwarunkowania genetyczne cukrzycy. Liczba chorych rośnie również dlatego, że mamy lepsze metody diagnostyczne i możemy identyfikować takich pacjentów wcześniej. Dla ich dobra – bo wcześniejsze rozpoczęcie leczenia to szansa na dłuższe życie. Osobnym tematem jest kwestia wzrostu liczby wcześniaków – dzięki postępowi w medycynie ratujemy coraz młodsze wcześniaki, a dane epidemiologiczne mówią, że u dzieci urodzonych z wagą poniżej 1,5 kg wzrasta ryzyko wystąpienia zaburzeń metabolicznych w przyszłości. Niestety musimy zdawać sobie sprawę z tego, że żyjemy w czasach, kiedy już na etapie hodowli zwierząt, uprawy roślin, w produkcji żywności wykorzystywane

Fot. nadesłana

są procesy, które mogą przyczyniać się do stymulowania wystąpienia choroby, szczególnie u osób, które mają do tego predyspozycje. Te wszystkie wymienione czynniki – toksyny, niewłaściwe żywienie – mogą też wpływać pośrednio na zwiększoną zapadalność na choroby autoimmunologiczne czy również wystąpienie cukrzycy typu 1.

Jak w ostatnich latach zmieniło się leczenie pacjentów z cukrzycą?

Postęp, jaki widzimy w ostatnich latach jest kolosalny. W XXI wieku znacząco poszerzyły się możliwości farmakoterapii i samokontroli cukrzycy. Nowe leki przeciwhiperglikemiczne – leki doustne i analogi insulin – pozwalają na skuteczniejsze i bezpieczniejsze osiągnięcie wyznaczonych każdemu pacjentowi indywidualnie celów glikemicznych. Szczególnie ważne jest obniżenie ryzyka wystąpienia hipoglikemii, która jest nie tylko nieprzyjemnym, ale również niebezpiecznym dla pacjenta zdarzeniem. Prostsze jest też ich dawkowanie, np. tabletki tylko raz na dobę, podobnie długodziałające analogi insulin. Postęp to również precyzyjniejsze urządzenia do podawania insuliny. Nadal bezcennym darem pozostaje wspomniana edukacja terapeutyczna, którą prowadzi zespół składający się z pacjenta, lekarza, pielęgniarki edukatora, dietetyka, fizjoterapeuty i psychologa. Ważni są bliscy pacjenta, którzy mogą go wspierać w codziennym życiu z chorobą. Bo pamiętajmy, że kompleksowe leczenie cukrzycy polega przede wszystkim na edukacji, która pozwala na skuteczną samoopiekę. Kolejnym krokiem są odpowiednie działania niefarmakologiczne i wreszcie dobór celowanej farmakoterapii.

Od kilku lat są dostępne na świecie nowoczesne doustne leki przeciwhiperglikemiczne, niestety nadal nie są w Polsce refundowane. Co tracą polscy chorzy z cukrzycą?

Niestety, te najnowsze leki są dostępne w Polsce, ale tylko dla wybranych, których stać na to, aby za nie zapłacić. Brak refundacji leków z grup tzw. inkretyn i flozyn znacznie ogranicza dostęp wielu chorym, dla których nowoczesne terapie byłyby szansą na skuteczniejsze leczenie cukrzycy. A mówiąc o skuteczności mam na myśli nie tylko obniżenie glikemii, ale – co ważne u pacjentów szczególnie z cukrzycą typu 2 – na obniżenie ryzyka wystąpienia incydentów sercowo–naczyniowych i prawdopodobieństwa zgonu z tych przyczyn. Niektóre nowe leki pozwalają też na redukcję masy ciała, co dla pacjentów z cukrzycą jest bardzo istotne. Mamy więc leki, które, jak wiemy na podstawie badań, dają pacjentom wiele korzyści, ale jesteśmy bardzo ograniczeni, jeśli chodzi o możliwość ich stosowania – tylko dla nielicznych. To wielka strata.

Jak mogłoby zmienić się życie pacjentów dzięki stosowaniu nowych, innowacyjnych leków? Czy Pani Profesor mogłaby opowiedzieć nam o pacjencie, którego życie zmieniło się dzięki zastosowaniu nowoczesnych leków?

Mogłabym opowiedzieć niejedną historię, bo pacjentów takich mam wielu! Wybiorę pacjenta z cukrzycą typu 2. Niestety, gdy trafił do mnie miał już wiele problemów – cierpiał na nadciśnienie tętnicze, dyslipidemię, był po zabiegach rewaskularyzacji i stentowania naczyń wieńcowych, doświadczał epizodów napadowego migotania przedsionków. Do tego chory był otyły, choć wielokrotnie podejmował próby pozbycia się zbędnych kilogramów. Jednak szybko tracił zapał, bo nie osiągał spodziewanego efektu. Codziennie przyjmował dosłownie garść tabletek, jak mówił sam – na cukier, na serce, na nadciśnienie, na cholesterol, na rozrzedzenie krwi. Ze względu na rozwój choroby już kilka lat wcześniej otrzymał insulinę, którą karnie przyjmował. Niestety w jego przypadku insulina powodowała wzmożony apetyt, jak mówił – jadł coraz więcej i nie mógł tego opanować. Otrzymał więc informację o możliwości zastosowania nowego leku, który pomógłby mu nie tylko kontrolować cukrzycę, ale też wesprzeć w walce z otyłością. Na szczęście pacjenta stać było na kupienie leku, pomimo braku refundacji. Jak sam powiedział – zainwestował i było warto! Bo nie dość, że leczenie nowym lekiem pozwoliło wkrótce na odstawienie insuliny, którą musiał stosować w ciągu dnia przed posiłkami, to zauważył, że znacznie łatwiej było mu się dostosować do zasad zdrowego żywienia – lek odebrał mu apetyt i pacjent zaczął chudnąć. Kolejnym przełomem było zastosowanie u niego flozyny, bo wkrótce ta jedna tabletka dziennie pozwoliła mu na odstawienie kilku innych – można było zredukować liczbę przyjmowanych leków hipotensyjnych. Co więcej, nowe leki pozwoliły na osiąganie tak dobrych poziomów glikemii, że zasadne stało się odstawienie drugiej przyjmowanej przez niego insuliny – analogu długodziałającego. To diametralnie zmieniło jego życie, bo przyjmowanie insuliny wymaga uważności, wielokrotnych pomiarów cukru w ciągu dnia, co bywa dla pacjentów uciążliwe.

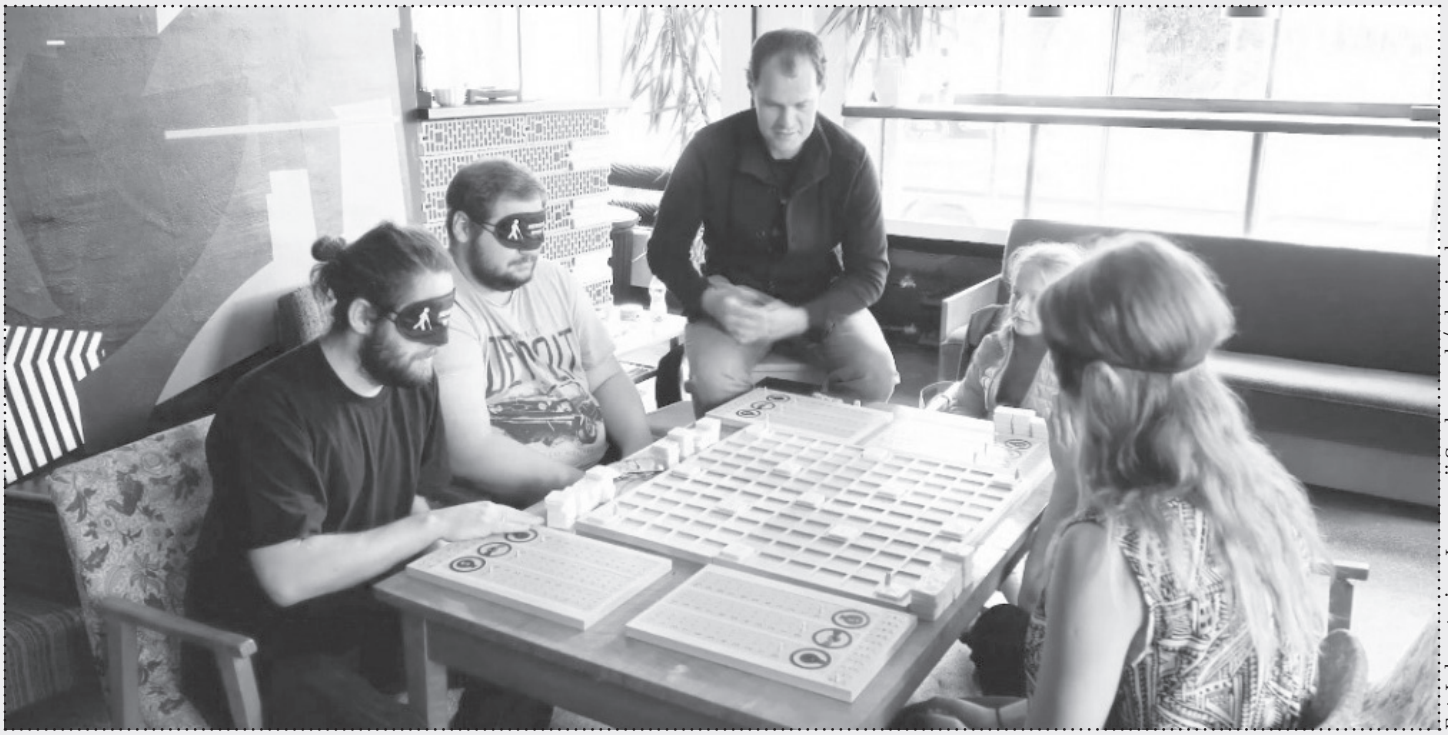
Można więc powiedzieć, że zmieniła się na lepsze nie tylko jego codzienność, ale i perspektywy na przyszłość, bo jak mówią statystyki – lepsze poziomy cukru, obniżenie ciśnienia i redukcja masy ciała przyczyniają się do redukcji ryzyka wystąpienia powikłań i wydłużenia życia!

Czy środowisko diabetologów i pacjentów czeka na nowe opcje terapeutyczne? Jakie?

Środowisko polskich diabetologów i nasi pacjenci czekają na możliwość indywidualnego dopasowywania terapii przeciwhiperglikemicznej do potrzeb pacjenta bez pytania, czy go na takie leczenie stać. Liczymy na refundację nowych leków, które pozwalają lepiej kontrolować poziomy cukru, często działają ochronnie na układ sercowo-naczyniowy a do tego są bezpieczne. My diabetolodzy i chorzy czekamy na takie rozwiązania systemowe, które sprawią, że strategia terapii cukrzycy, oparta na edukacji, motywacji do zdrowego stylu życia oraz indywidualizacji farmakoterapii uczynią życie z cukrzycą łatwiejszym doświadczeniem, zwiększą skuteczność prewencji powikłań cukrzycy i przyczynią się do wydłużenia życia w poczuciu zdrowia. ■

Pomysły, które ułatwiają życie

Jak co roku, 15 października obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Białej Laski. Jego ideą jest przypomnienie widzącej części społeczeństwa, że niewidomi i niedowidzący także chcą żyć bez ograniczeń i fałszywej litości. Nad tym, żeby wyrównywać szanse i otwierać możliwości osobom z dysfunkcją wzroku, od dwóch lat pracują także innowatorzy z gdyńskiego Inkubatora Pomysłów. Projekty I i II naboru zakończyły już fazę prototypowania i możliwe, że wkrótce zostaną upowszechnione na szeroką skalę.



Fot. Laboratorium Innowacji Społecznych/gdynia.pl

Innowacje blisko ludzi

Biała laska to nieoficjalny symbol funkcjonowania osób niewidomych i niedowidzących w przestrzeni publicznej. Przede wszystkim pomaga sprawnie poruszać się po mieście, ale jest także sygnałem dla osób widzących, że osoba posługująca się taką laską może – choć nie musi – potrzebować pomocy. Dziś to, obok komputera i systemów audiodeskrypcji, jeden z najważniejszych wynalazków ułatwiających życie osobom z niepełnosprawnością wzroku. Biała laska jest w użyciu dopiero od niecałych stu lat. Ostatnie dekady przyniosły wiele rozwiązań, dzięki którym osoby niewidome i niedowidzące mogą coraz sprawniej funkcjonować, pracować w coraz to nowych branżach, grać w tenisa, bezpiecznie jeździć na rowerze, przygotowywać posiłki i wiele innych. – W tym właśnie tkwi sedno innowacji społecznych. Dzięki rozwijaniu, testowaniu i wdrażaniu nowatorskich pomysłów innym jest łatwiej funkcjonować. Biała laska jest dziś rozpoznawana na całym świecie, dostępna jest w różnych wariantach zależnych od potrzeb jej użytkowników i ułatwia życie wielu osobom z dysfunkcjami wzroku. W gdyńskim Inkubatorze Pomysłów poszukujemy i testujemy rozwiązania, dzięki którym będzie się po prostu lepiej żyło osobom zależnym, czyli borykającym się z różnego rodzaju niepełnosprawnościami, z zaburzeniami psychicznymi, przebywającym w instytucjach opieki, seniorom, a także ich opiekunom – mówi Katarzyna Ziemann, zastępca dyrektora Laboratorium Innowacji Społecznych, operatora Inkubatora Pomysłów z ramienia Gdyni. Testowane rozwiązania wybrane zostały spośród 72 projektów wyłonionych z trzech naborów do projektu. Obecnie w Inkubatorze Pomysłów są 33 narzędzia, rozwiązania i procesy, których zadaniem jest podniesienie jakości życia osób zależnych i opiekunów. – Dzień Białej Laski obchodzony jest co prawda raz w roku, ale problemy osób niewidomych i niedowidzących dostrzegamy przez cały rok. Inkubator Pomysłów to tylko jedno z działań nakierowanych na podnoszenie jakości życia osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami. Gdynianie to jedna, choć bardzo różnorodna grupa, dlatego konsekwentnie wypracowujemy rozwiązania, dzięki którym krok po kroku tworzymy razem miasto dostępne dla wszystkich – mówi Michał Guć, wiceprezydent Gdyni ds. innowacji. Wśród innowacji z pierwszego naboru, obejmujących potrzeby osób z dysfunkcją wzroku, jest projekt „Czułość", czyli zestaw narzędzi wspierający proces projektowania uniwersalnej, dostępnej przestrzeni publicznej. Drugi nabór

przyniósł natomiast dwa projekty: grę tyflograficzną dla osób widzących oraz z dysfunkcjami wzroku, a także „Mam nadmiar", czyli proces m.in. podnoszący kompetencje osób niewidomych.

Dobra przestrzeń jest dostępna dla wszystkich

„Czułość", projekt Fundacji Machina Zmian, jest rozwijany od pierwszego naboru do Inkubatora Pomysłów, czyli od 2017 roku. Praca nad tą innowacją zaowocowała zestawem rozwiązań architektoniczno–projektowych dla osób zarządzających tzw. trzecią przestrzenią. Wytyczne te uwzględniają standardy dostępności, dzięki którym m.in. kawiarnie, biblioteki, bary czy świetlice będą miejscami dostosowanymi do potrzeb różnych grup klientów, w tym seniorów, osób z niepełnosprawnością ruchową, a także niewidomych i niedowidzących. Rozwiązania zostały opracowane na podstawie wyników badań, konsultacji społecznych i warsztatów prowadzonych przez innowatorki. – Nasza innowacja ma szansę realnie wpłynąć na zwiększenie dostępności miejsc spędzania wolnego czasu. Zaproponowane przez nas rozwiązania, proste rekomendacje oraz gotowe projekty mebli sprawią, że więcej osób o różnorodnych potrzebach będzie mogło korzystać z miejsc w sposób wygodny i dostępny – mówi Sylwia Nikko-Biernacka, pomysłodawczyni i realizatorka projektu. Ważnym elementem tej innowacji jest również dobra współpraca nawiązana przez organizację pozarządową z biurem projektowym MaradDesign. Dzięki temu powstały projekty i prototypy mebli, które odpowiadają na potrzeby różnorodnych grup. To parawan, nakładka na stolik oraz poduszki poprawiające komfort siedzenia. Projekty te mają zostać udostępnione na otwartej licencji, co umożliwi wdrożenie w innych przestrzeniach, np. domowych czy biurowych.

Rozrywka, która integruje

Drugi projekt to odpowiedź na potrzebę ciekawego, konstruktywnego spędzania wolnego czasu osób widzących z osobami z niepełnosprawnościami wzroku. Istotą innowacji jest fabularna gra planszowa, w którą mogą grać wspólnie osoby widzące i niewidome. Prototyp jest gotowy, a gra została przetestowana – testerzy widzący i niewidomi grali w grę i próbowali wszelkich jej aspektów. Spotkania te pozwoliły wyeliminować błędy i niedociągnięcia na etapie przygotowania do wdrożenia. – Ze względu na potrzeby niewidomych graczy gra składa się z elementów tyflograficznych, częściowo przypominających puzzle. Wypukłości tyflografiki pozwalają zastosować ją jako źródło informacji o mechanice gry i jej zasadach. Ubraillowienie i dodatkowe elementy, jak opaski na oczy dla widzących, pozwalają poznać świat za pomocą zmysłu dotyku oraz nadają grze planszowej wymiar włączający poprzez zintegrowanie graczy z dysfunkcją wzroku z osobami widzącymi podczas spotkań towarzyskich – tłumaczy Szymon Andrzejewski, pomysłodawca i realizator gry tyflograficznej z gdańskiego oddziału Fundacji Szansa dla Niewidomych. I jak dodaje, dzięki takiej grze planszowej osoby niewidome mogą przełamać izolację i odnaleźć nowych przyjaciół, a osoby widzące lepiej zrozumieć, jak doświadcza się świata za pomocą zmysłów innych niż wzrok. Obecnie takich rozwiązań na rynku brakuje.

Dzielić się nadmiarem

Trzeci projekt poświęcony osobom z dysfunkcjami wzroku, rozwijany w ramach Inkubatora Pomysłów, to „Mam Nadmiar". To proces, dzięki któremu osoby niewidzące lub słabowidzące były docelowo trenerami obsługi komputera dla seniorów. Aby było to możliwe, konieczne są szkolenia specjalistyczne dla osób z dysfunkcją wzroku – szkolenia rozwijające kompetencje miękkie oraz przygotowujące do egzaminu ECDL Base Tyflo, czyli europejskiego komputerowego prawa jazdy. Jak dotąd do takiego egzaminu przystąpiły i zdały trzy osoby niedowidzące biorące udział w projekcie, a udział w szkoleniach komputerowych wzięło aż pięćdziesięciu seniorów, w tym również z dysfunkcją wzroku. W ramach projektu stworzone zostało narzędzie do budowy i rozwoju lojalnej samopomocy. Seniorzy i osoby z dysfunkcją wzroku będą mogli wskazać, w jakich aspektach potrzebują pomocy oraz wzajemnie oferować sobie wsparcie. – Podczas zajęć komputerowych asystenci trenerów uważnie przysłuchiwali się rozmowom seniorów i starali się wychwycić rodzaj informacji jakimi wymieniali się seniorzy. Następnie seniorzy zachęcani byli do dzielenia się tymi istotnymi dla nich kwestiami nie tylko w obrębie grupy, ale także za pośrednictwem narzędzia internetowego stworzonego w ramach projektu. Seniorzy byli również informowani o tym, w jaki sposób mogą pomóc osobom z dysfunkcją wzroku, jaką pomoc mogą od takich osób uzyskać – podaje Ewelina Mikuła, inicjatorka i realizatorka projektu. – Z zebranych przez nas informacji wynika, że główne tematy zainteresowań seniorów to zdrowie, rehabilitacja, przepisy, ogrodnictwo oraz rozrywki, m.in. karaoke, tańce i zajęcia muzyczne. Osoby niewidome najchętniej przyjęłyby pomoc przy przemieszczaniu się oraz wykonywaniu codziennych czynności takich jak np. załatwianie spraw urzędowych.

Nowatorskie pomysły zmieniają miasto

Inkubator Pomysłów to projekt realizowany przez Pracownię Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia" w partnerstwie z Gminą Miasta Gdyni, Miastem Stołecznym Warszawa oraz spółką ECORYS Polska. Poszukiwane są narzędzia, urządzenia, procedury lub nowe spojrzenia na dostępne rozwiązania w taki sposób, by przynosiły jeszcze lepsze efekty. Innowatorzy rozwijający swoje pomysły w projekcie otrzymali wsparcie merytoryczne w rozwoju idei do fazy testowej, a następnie najlepiej rokujące rozwiązania otrzymały granty na testowanie w przestrzeni społecznej. Najlepsze projekty będą mogły zostać wprowadzone na szeroką skalę. Ostateczną decyzję podejmie komisja ekspercka powołana przez Laboratorium Innowacji Społecznych. Projekt „Innowacje na ludzką miarę – wsparcie rozwoju mikroinnowacji w obszarze usług opiekuńczych dla osób zależnych" jest realizowany w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014–2020, współfinansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego. Wartość projektu: 2 919 855,06 zł (w tym 2 753 131,34 zł ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego i 68 265,77 zł ze środków dotacji celowej budżetu państwa). ■

Źródło: gdynia.pl

25 lat wsparcia, terapii i zrozumienia

Warsztat Terapii Zajęciowej przy Stowarzyszeniu „Tacy sami” od ćwierćwiecza działa w zakresie rehabilitacji zawodowej i społecznej osób z niepełnosprawnościami, umożliwiając im zdobycie niezależności. 11 października uroczyście obchodził swój jubileusz.

MONIKA SZAŁAS

Fot. Rafał Sułek

WTZ przy ul. Beniowskiego ma długą historię – 14 października mija 25 lat, odkąd instytucja wspiera niepełnosprawnych elblążan. Historia pomocy społecznej na rzecz mieszkańców z niepełnosprawnościami jest jednak dłuższa. Warsztat powstał na bazie pierwszego w kraju Dziennego Domu Pomocy Społecznej dla Młodzieży ze Schorzeniami Neuropsychiatrycznymi, który zaczął działać 18 listopada 1983 z inicjatywy Anny Szyszki. Podczas uroczystości jubileuszowych nie mogło zabraknąć wspomnień, szczególnie że w przeciągu kilkudziesięciu lat nastąpiła ogromna zmiana w postrzeganiu niepełnosprawności. Wcześniej wsparcie miało charakter pomocy rzeczowej lub finansowej – nie było aktywizacji, włączania, pomocy psychologa.

– To były zupełnie inne czasy. Problemy osób niepełnosprawnych nie były problemami, ponieważ nikt ich nie widział. Czasem nie mieści się w głowie, jak to było – wspominała Anna Szyszka. Inicjatorka pomocy społecznej na rzecz osób z niepełnosprawnościami podkreślała też, jak wiele zmieniło się dzięki zaangażowaniu osób gotowych do działania. – Zawsze jest możliwość tworzenia [możliwości wsparcia – red.], to zależy tylko od ludzi, którzy mają jakąś władzę i chcą – lub nie – pracować. Tylko trzeba chcieć. To był też piękny czas w moim życiu, bo robiliśmy bardzo wiele, żeby zmienić otoczenie, nastawienie i mentalność – mówiła.

Zmiana postrzegania niepełnosprawności była konieczna – dzięki temu osoby z niepełnosprawnościami mogły zaistnieć w przestrzeni publicznej, a także spełniać się zawodowo i społecznie.

– Zaczęłyśmy proces integracji w Elblągu. Dzisiaj jesteśmy społeczeństwem włączającym – zaznaczyła Iwona Pietraszkiewicz, kierownik WTZ.

W prowadzonej przez nią placówce osoby z niepełnosprawnościami mogą wykazać się kreatywnością i twórczo spędzić czas, jednocześnie ucząc się samodzielności. Służą temu pracownie: kulinarna, rękodzieła, artystyczna, plastyczna, komputerowa i techniczna. Uczestnicy poprzez codzienną pracę i nabywanie nowych umiejętności z każdym dniem nabierają coraz więcej pewności siebie, stają się niezależni i z większym optymizmem postrzegają codzienność.

Praca, którą na co dzień wykonuje kierownik WTZ, mając wsparcie zaangażowanych współpracowników, została doceniona przez wiele osób.

– Przez ćwierć wieku warsztaty skutecznie niosą pomoc i wspierają osoby z niepełnosprawnością tak, by mogły sprawnie funkcjonować w życiu codziennym, jak i szerzej w naszej lokalnej społeczności. Motywem przewodnim działalności warsztatów jest wykonywanie różnorodnej pracy, która pozwala poczuć własną wartość. Dziś pragnę serdecznie podziękować wszystkim, którzy na przestrzeni lat angażowali się w działalność warsztatów, wskazując na potrzeby osób z niepełnosprawnością i reprezentując ich interesy na zewnątrz. Dzięki tego typu działaniom elblążanie chętniej otwierają się na drugiego człowieka – zauważył prezydent miasta Witold Wróblewski, którego na uroczystości reprezentował wiceprezydent Janusz Nowak.

Na ręce Iwony Pietraszkiewicz i Anny Szyszki złożono życzenia powodzenia, wytrwałości w dążeniu do celu i dalszej pomyślności. Swoje wsparcie okazał również Jurek Owsiak, kierując do uczestników i pracowników dobre słowa. Choć nie mógł osobiście uczestniczyć w uroczystości (kilka dni później przyjechał do Elbląga, żeby podarować sprzęt służący najmłodszym pacjentom szpitala), pozytywną energię przekazał w nagranym filmie.

Działania na rzecz osób z niepełnosprawnościami zostały więc docenione słowem i drobnymi gestami. Anna Szyszka podkreśliła, że ważne są praca, wsparcie i zrozumienie – tego nie zabrakło podczas uroczystości jubileuszowej, którą uświetnił występ Tomasza Steńczyka i Bartosza Krzywdy oraz zespołu „Szwagry”, tego nie brakuje również w codzienności Warsztatów Terapii Zajęciowej. ■

Karetka od Orkiestry

Wojewódzki Szpital Zespolony w Elblągu wzbogacił się o nową karetkę. Będzie ona służyła do transportu najmłodszych pacjentów. Jest to dar od WOŚP i wszystkich tych, którzy zdecydowali się wesprzeć orkiestrę w trakcie 26. Finału.

Fot. Mateusz Misztal

MATEUSZ MISZTAL

Karetkę dla WSZ oficjalnie przekazał szef Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy Jerzy Owsiak. Pojazd do przewozu noworodków jest kolejnym w ostatnich latach sprzętem medycznym przekazanym elbląskiemu szpitalowi przez WOŚP.

– Cieszymy się, że możemy gościć w naszych skromnych progach tak wspaniałych ludzi, którzy poświęcają swój czas i energię po to, ażeby tej służbie zdrowia było nieco lepiej. Jesteśmy przeszczęśliwi i na państwa ręce chcielibyśmy złożyć podziękowania – mówiła podczas przekazania pojazdu Elżbieta Gelert, dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Elblągu. – Do tej pory do naszego szpitala od WOŚP trafił sprzęt o wartości 2,5 miliona złotych. Karetka, która przyjechała dziś, jest takim ukoronowaniem.

Jej koszt to około 800 tysięcy złotych. Karetka neonatologiczna wyposażona jest w nowoczesny inkubator transportowy przystosowany do bezpiecznego przewożenia noworodków i wcześniaków w stanie zagrożenia życia i zdrowia.

– Te nasze zakupy, to są takie zakupy, które funkcjonują bardzo długo. Wiemy, że ta karetka będzie jeździła długo, bo jest z najwyższej półki. Mam nadzieję, że będzie ona dla was, dla ludzi, którzy zbierają pieniądze podczas finału WOŚP gdzieś w małej wiosce – mówił Jerzy Owsiak, prezes WOŚP. – Robimy jedyną taką rzecz na świecie. Nikt tak nie zbiera pieniędzy, nikt się tak nie bawi, nikt tak nie tworzy tak wspaniałej tradycji. Bądźmy różni od siebie, różnijmy się religią, różnijmy się i tym jakie mamy preferencje polityczne. Różnice ubarwiają – dodał. ■

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

CZYTAJ NA RAZEMZTOBA.PL
● WTZ doczeka się remontu dachu
● Muzeum otwiera podwoje po remoncie

„Czary mary okulary”

Regionalne Centrum Wolontariatu w Elblągu zakończyło zbiórkę okularów dla mieszkańców Afryki. Akcja zatytułowana „Czary mary okulary” prowadzona jest przez Fundację Pomocy Humanitarnej „Redemptoris Missio”.

W Afryce większość ludzi nigdy nie miała styczności z lekarzem okulistą. Brakuje tam specjalistów, sprzętu do badania wzroku, a koszt jednej pary okularów jest bardzo wysoki. Dlatego okulary przysłane z Polski mogą pomóc wielu ludziom.

Zbierane były okulary nowe, jak i używane, korekcyjne oraz przeciwsłoneczne. Organizatorzy zbiórki podkreślają, że odzew był ogromny. W bardzo krótkim czasie, w ciągu zaledwie 10 dni, udało się zebrać blisko 1000 par okularów korekcyjnych i przeciwsłonecznych (dokładnie 994 pary). Wszystkie zostały starannie zapakowane i wysłane do siedziby Fundacji Pomocy Humanitarnej „Redemptoris Missio”.

– Dzięki nam wszystkim życie w dalekiej Afryce nabierze barw, kształtów i stanie się lepsze. Dziękujemy serdecznie wszystkim, którzy przyłączyli się do naszej zbiórki – mówi Laura Mickiewicz z Regionalnego Centrum Wolontariatu w Elblągu.

Fot. nadesłana

Do akcji przyłączyli się: Szkoła Podstawowa nr 18, Gimnazjum nr 6, Przedszkole nr 5, Zespół Szkół Gospodarczych, Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 2, Szkoła Podstawowa nr 6, Szkoła Podstawowa nr 25, MEDYK, Bufet Potrzeb, Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1, Przedszkole nr 24, Przedszkole nr 31, Szkoła Podstawowa nr 15, Zespół Szkół Technicznych, III Liceum Ogólnokształcące, IV Liceum Ogólnokształcące. ■

Red.

Jedyny taki plac w regionie

Ogrom włożonej pracy, niemal trzydzieści dwa tysiące oddanych głosów i w swojej kategorii Elbląg nie miał sobie równych. Tuż przed tegorocznymi wakacjami było już pewne, powstanie pierwsze w naszym mieście i regionie Podwórko Talentów Nivea. Dzieci ogarnął szał radości, a niektórych chęć na będące częścią wyposażenia placu... dzwoneczki.

RAFAŁ SUŁEK

Na terenie Szkoły Podstawowej nr 12 w Elblągu odbyło się uroczyste otwarcie Podwórka Talentów – owoc dwumiesięcznej walki społeczności szkolnej w internetowej walce na głosy.

– Jakaż była radość, kiedy ostatniego dnia przed wakacjami dowiedzieliśmy się, że Podwórko Talentów powstanie właśnie u nas. Dobrze wiem, ile nas to kosztowało pracy i nerwów. Dziękuję wszystkim za pomoc i wsparcie w realizacji tego przedsięwzięcia – mówiła podczas otwarcia Alina Dudzik, wicedyrektor szkoły.

Fot. RS

Podwórko składa się z 3 stref: sportowej, naukowej i artystycznej, które kształtują sprawność, wiedzę oraz kreatywność dzieci. Przy tym wszystkim nie brakuje oczywiście najważniejszego – dobrej zabawy. Wśród urządzeń znajdują się: nietuzinkowa ścianka wspinaczkowa, urządzenie do balansowania, scena teatrzyku, huśtawka bocianie gniazdo, gra twister, trampolina, piaskownica naukowa, zegar słoneczny, oraz przestrzenne planetarium, gdzie gwiezdne konstelacje, mapa Ziemi i Układ Słoneczny są na wyciągnięcie ręki. Jest też rowerek, który pod wpływem energii mięśni dziecka uruchamia mały wiatraczek lub zapala lampkę oraz tablica muzyczna z bębnami, która pozwala dzieciom odkryć smykałkę do muzyki.

Plac jest ogólnodostępny dla wszystkich mieszkańców miasta. ■

Z białą laską przez życie

Międzynarodowy Dzień Białej Laski jest świętem osób niewidomych i niedowidzących. Po raz pierwszy obchodzone było w 1964 roku. Członkowie i sympatycy elbląskiego koła Polskiego Związku Niewidomych po raz kolejny w dniu swojego święta spotkali się w Kawiarni u Aktorów.

Fot. Mateusz Misztal

MATEUSZ MISZTAL

15 października to dzień, w którym niewidomi i niedowidzący w wielu krajach mogą zwrócić uwagę całemu społeczeństwu na swoje problemy wynikające z ich niepełnosprawności. Biała laska pomaga niewidomym w poruszaniu się w miejskiej przestrzeni. Umożliwia ona rozpoznanie terenu i sygnalizuje innym użytkownikom ruchu pieszego dysfunkcję wzroku. Pomysłodawcą laski był James Biggs, który stracił wzrok w wyniku wypadku w 1921 roku. Białe laski początkowo upowszechniły się w Anglii w latach 30. minionego stulecia.

Podczas uroczystości w Kawiarni u Aktorów za wieloletnią działalność na rzecz osób niewidomych i słabowidzących PZN w Elblągu nagrodził Tadeusza Milewskiego, byłego Prezesa Okręgu PZN w Olsztynie. Był on współzałożycielem i dyrektorem ośrodka rehabilitacyjno–leczniczego „Labirynt" oraz przewodniczącym stowarzyszenia „Cross". Został też odznaczony Krzyżem Komandorskim Orderu Odrodzenia Polski.

– Proszę państwa, ja nie wiem co powiedzieć – mówił po wręczeniu nagrody Tadeusz Milewski. – Cieszę się, że przez okres tych 43 lat potrafiłem zjednać osoby niewidome i słabowidzące we wspólnej rodzinie. Chciałbym pogratulować pani prezes i całemu zarządowi, że potrafiliście tę ideę wspólnoty zaszczepić także tu, w Elblągu – dodał.

Z rąk władz elbląskiego koła PZN podziękowania i drobny upominek otrzymał także prezydent Elbląga Witold Wróblewski. Podarowano mu pracę artystyczną wykonaną podczas warsztatów arteterapii.

– Dziękuję za te miłe słowa kierowane pod moim adresem. Chciałbym życzyć państwu wszystkiego, co najlepsze. Przede wszystkim dużo zdrowia, bo to jest najważniejsze. Dużo ciepła i dobrych kontaktów ze wszystkimi w mieście – zwrócił się do gości Witold Wróblewski.

– Najważniejsze jest to, że osoby niewidome i słabowidzące przychodzą tu do nas w dniu ich święta. Dla nich jest to ważny dzień, integrują się tu wzajemnie ze sobą. W tak dużym gronie spotykamy się rzadko. Mamy trzy takie duże wydarzenia. Jest to Dzień Białej Laski, wigilia Bożego Narodzenia i Dzień Kobiet, który od lat organizujemy 8 marca – mówi Janina Maksymowicz, prezes Polskiego Związku Niewidomych Koło Elbląg. – Dużo na rzecz osób niewidomych już zostało zrobione, także tu, w Elblągu. Jest jednak jeszcze wiele miejsc, które należałoby poprawić, dostosowując przestrzeń publiczną, tak by była łatwiejsza do opanowania przez osoby niedowidzące. Bardzo pomocnym rozwiązaniem byłaby informacja głosowa informująca o numerze linii, którą porusza się nadjeżdżający na przystanek tramwaj.

PZN w Elblągu w najbliższym czasie dla osób niewidomych i słabowidzących organizuje warsztaty rękodzieła i warsztaty carvingu (rzeźbienia w owocach i warzywach). W listopadzie planowany jest wyjazd do teatru operowego w Bydgoszczy na spektakl pt. „Hrabina Marica". W kalendarzu wpisano też udział w mistrzostwach Polski w brydżu sportowym. W grudniu po raz kolejny planowane jest spotkanie wigilijne. W każdy pierwszy poniedziałek miesiąca organizowane są też spotkania tematyczne.

– W każdy wtorek są warsztaty muzyczne, w środy spotykają się warcabiści i szachiści, w czwartki chodzimy na bowling, w piątki odbywają się zajęcia ze strzelania, w sobotę chodzimy na basen. Początkowo na zajęcia na basenie zapisane były 4 osoby, dziś jest ich 20. Codziennie dla tych ludzi mamy ofertę, z której mogą skorzystać – informuje Janina Maksymowicz. ■

Komunikacja to klucz w walce z demencją

Demencja jest „podstępną złodziejką życia", która odbiera osobom starszym samodzielność, zmieniając codzienność chorych i ich bliskich. O tym, jak poprzez właściwą komunikację można poprawić komfort życia osób z otępieniem, opowiadała dr Elżbieta Szwałkiewicz na spotkaniu zorganizowanym przez Stowarzyszenie Lazarus.

MONIKA SZAŁAS

Demencja, czyli otępienie, to nieuleczalna, przewlekła choroba mózgu o postępującym charakterze. Powoduje deficyty sprawnościowe i poznawcze, fałszuje rzeczywistość i odbiera chorym siłę. Demencji często towarzyszy amnezja, drżenie rąk i nieprecyzyjność ruchów, a także zaburzona zdolność rozpoznawania znanych elementów otoczenia. Otępienie niszczy schematy codzienności seniora, zmuszając go i jego bliskich do budowania nowej rutyny, uwzględniającej zmiany wywołane przez chorobę. Osoby z demencją odczuwają lęk, bezradność, zagubienie. Co może im pomóc? Dr nauk o zdrowiu Elżbieta Szwałkiewicz, pełniąca funkcję wiceprzewodniczącej Rady Polityki Senioralnej przy Ministrze Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, wierzy, że kluczem jest prawidłowa komunikacja.

– Pamiętajcie: gdy wchodzicie, dla osób z otępieniem jesteście komunikatorem. Oni przez was rozpoznają świat, dotykają go i żyją w nim – zauważyła specjalistka, zwracając się do obecnych na spotkaniu opiekunów osób niesamodzielnych.

Wyszczególnia się trzy etapy demencji. Faza początkowa jest szczególnie ważnym etapem dla otoczenia osoby z otępieniem, podczas którego prawidłowa komunikacja ma ogromne znaczenie. Właściwe mechanizmy i sposoby porozumienia z podopiecznym nie tylko usprawnią wspólną codzienność, ale też sprawią, że świat seniora będzie bardziej przyjaznym miejscem, a chory pozostanie samodzielny dłużej.

– Życie osoby z otępieniem to życie w labiryncie. Gdzieś musi iść, nie wie dokąd i jak tam dojść. O coś musi zapytać, nie wie o co i kogo. Czegoś potrzebuje, ale nie umie tego nazwać. Tutaj trzeba mieć dużo wyrozumiałości. Opiekun w opiece nad osobą z otępieniem jest stale przewodnikiem. A co jest u przewodnika najważniejsze? Umiejętność komunikowania się z wycieczką – tłumaczyła wiceprzewodnicząca Rady Polityki Senioralnej przy MRPiPS.

Podstawy dobrej komunikacji

W próbach porozumienia z osobą dotkniętą otępieniem ważne jest stosowanie odpowiedniej komunikacji werbalnej przy jednoczesnym pozytywnym wsparciu komunikacji niewerbalnej: przyjaznej mimiki twarzy, właściwej postawy ciała, drobnych gestów życzliwości. Aby uniknąć błędów, należy zrezygnować z negatywnego przekazu, unikać oszustw, przekłamań i lekceważenia. Trzeba mieć także na uwadze, że osoby z otępieniem odbierają bodźce inaczej niż zdrowi ludzie, dlatego znalezienie płaszczyzny porozumienia może zająć trochę czasu.

– Nam się wydaje, że umiemy rozmawiać z tymi ludźmi, a to jest tak, jakbyśmy pojechali do Francji, z Francuzem rozmawiali po polsku i dziwili się, że nas nie rozumie i nie wykonuje naszych poleceń, więc ten język jest niezwykle ważny – mówiła dr Szwałkiewicz.

W porozumieniu z osobą z demencją pomocne mogą być zasady IKO: imię, kontakt wzrokowy, oddech. Przypomnienie imienia seniora i swojego, utrzymywanie kontaktu wzrokowego i odpowiednie pauzy pozwalające podopiecznemu przetworzyć informacje – stosowanie tych reguł ułatwi komunikację, pozwoli też stworzyć bezpieczne warunki do współpracy. W codzienności osoby z otępieniem ważne jest także to, by miała zajęcie, na którym mogłaby się skupić.

– Starzy ludzie mają cztery demony: nuda, bezczynność, bezradność i strach. To nie dolegliwości, a demony, które nie pozwalają tym ludziom żyć, spać, funkcjonować. Tak długo człowiek żyje, jak długo robi coś, co ma dla niego sens – przekonywała podczas spotkania dr Szwałkiewicz, podpowiadając opiekunom, że najlepiej sprawdza się odwoływanie do historii i wspomnień.

Dobrym pomysłem może być stworzenie szuflady biograficznej, zawierającej pamiątki, zdjęcia, wycinki z gazet i inne drobiazgi, które mają znaczenie dla osoby z demencją. Jest to szczególnie istotne, bo wielu podopiecznych z otępieniem żyje niejako w przeszłości – odwołanie się do niej pomoże we współdziałaniu w teraźniejszości.

– Opowiadanie osobie z otępieniem, co słychać teraz w polityce albo o czym mówią w telewizji, nie ma sensu. Możecie z tym człowiekiem rozmawiać jedynie o przeszłości. Otwieracie komunikacyjne drzwi, chcecie osiągnąć porozumienie. Rozmawiacie z podopiecznym o różnych rzeczach w przeszłości, a tu w teraźniejszości robicie coś ważnego dla tego człowieka. I to jest nasz konsensus – opiekuna, że może zrobić to co chce, i tej osoby, którą się opiekujemy, że ktoś ją rozumie, że ktoś ją rozpoznaje jako człowieka. To niezwykle ważne – podkreśliła specjalistka.

Wymyślanie zajęć, rozpoznanie biografii, używanie wyrażeń, które sprawiają radość, stosowanie słów - kluczy ułatwiających porozumienie, przekazywanie wyłącznie pozytywnych komunikatów, a także szybka reakcja na osowiały nastrój seniora – to działania, które usprawnią porozumienie z osobą z otępieniem.

– Komunikacja jest emanacją człowieka. My inaczej nie zaznaczymy naszego znaczenia, celu, dążenia, nadziei i pragnień, jeżeli nie będziemy się komunikować z drugim człowiekiem – nam to jest absolutnie niezbędne. Drugi człowiek jest dla nas swoistym lustrem – zaakcentowała dr Elżbieta Szwałkiewicz. ■

„Wiatr w żaglach" nie cichnie, pcha na coraz głębsze wody

Stowarzyszenie Inicjatyw Rodzinnych zostało laureatem tegorocznej edycji konkursu Na najlepszą inicjatywę organizacji pozarządowej im. Doktor Aleksandry Gabrysiak - za projekt „Wiatr w żagle". Stowarzyszenie istniejące od 8 lat ma już niemały dorobek i ambitne plany na przyszłość. O jego działalności i planach rozmawiamy z BEATĄ WACHNIEWSKĄ-MAZUREK.

Fot. nadesłana

TERESA BOCHEŃSKA

Stowarzyszenie Inicjatyw Rodzinnych (SIR) jest stosunkowo młodą organizacją, powstało w 2010 roku, z inicjatywy rodziców, rodziców zastępczych i tych, jak czytamy na stronie internetowej SIR-u, „dla których życie rodzinne jest ważnym elementem codzienności", w dużej części już wcześniej związanych z III sektorem. Jakie były początki waszej działalności?

Początki były takie, że większość z nas już pracuje lub działa społecznie w organizacjach pozarządowych. Postanowiliśmy stworzyć organizację wspierającą rodziny, ale założoną przez rodziny. W naszej organizacji są nasi mężowie, jesteśmy małżeństwami, jesteśmy razem z dziećmi – dzieci czują się członkami stowarzyszenia. Czasem się dopytują, jak np. moje: mamo, a ja też jestem członkiem SIR-a? – Tak, oczywiście – zapewniam. Więc to jest tak, że one razem z nami jeżdżą. Na akcję „Elbląg czyta dzieciom" jeździliśmy, angażowaliśmy się całymi rodzinami, bo trudno angażować się w pojedynkę. A to nas też integruje, nie mówiąc o tym, że trudno było wyjechać popołudniu samemu, w taki wolny czas, po pracy. Razem z rodziną dawaliśmy z siebie coś dla innych i byliśmy też przy tym razem. Twierdzę, że najlepszą metodą wychowawczą jest przykład, więc jak nie zaciągniemy dzieciaków do tego wolontariatu, do tych społecznych działań, nie zobaczą, że można zrobić coś fajnego i mieć z tego jeszcze radość, to najlepsze wykłady i warsztaty tego nie zdziałają. Taka jest idea, że robimy rodzinami coś dla rodzin i zdecydowana większość członków założycieli to są osoby, które weszły całymi rodzinami. Są też nasi dziadkowie, są moi rodzice, oni nas też wspierają – a to pomogą dzieci przypilnować, a to dokumenty gdzieś zawiozą – w różnych formach każdy się angażuje, jak mu życie zawodowe i zdrowie pozwalają. Taka była idea i początek. Pierwsza inspiracja była taka, żeby powołać okno życia w Elblągu. To był główny priorytet pierwszych lat działalności stowarzyszenia i ta sprawa się dosyć długo ciągnęła. Trzeba było wyjaśnić różne wątpliwości, rozeznać kto by to mógł prowadzić, jakie są możliwości, pozyskać taką gotowość

do przyjęcia tej inicjatywy. Na szczęście to się udało. Bardzo pomógł nam ks. Arkadiusz Burant oraz ks. dr Andrzej Kilanowski (parafia św. Jerzego w Elblągu). Tak jak w większości miast, okno życia powstało przy kościele. Jesteśmy tylko inspiratorem, bo realizatorem była kuria diecezjalna i ks. biskup Jacek Jezierski razem z parafią św. Jerzego i siostrami klaryskami, które się zgodziły to okno mieć i pełnić przy nim dyżur 24 godziny na dobę – więc to oni realizowali, ale my też czujemy w jakimś stopniu satysfakcję, bo zainspirowaliśmy, rozpoczęliśmy ten proces, żeby to się zadziało w Elblągu. Ale najważniejsze jest to, że to okno jest. To jest nasza pierwsza perełka.

A inne ciekawe akcje, wydarzenia?

Taką bardzo popularną była akcja „Elbląg czyta dzieciom". To jest akcja autorstwa Ani Łebek-Obryckiej, ona ją wymyśliła, była jej „lokomotywą" i ją realizowała. Z czasem coraz więcej członków stowarzyszenia w tę akcję się włączało. W tej chwili tego nie kontynuujemy. Rozwinęła się bardzo w Elblągu działalność bibliotek miejskich. Jest dużo fajnych działań, jeśli chodzi o czytelnictwo dzieci, także myślę, że formuła nasza się wyczerpała i ja chętnie bym wspierała biblioteki. Jak tylko będziemy mogli jakkolwiek pomóc, to pomożemy, bo nie chodzi o to, żebyśmy my wszystkie problemy rozwiązywali, ale żeby te działania się działy. Chodzi o to, żeby cały system działał i wzajemnie się wspierał, uzupełniał. Biblioteki mają więcej miejsca i zasobów, tam pracują panie nauczycielki, po pedagogice, świetnie sobie radzą – trzymam kciuki, kibicuję i nie widzę konieczności, żeby naszą akcję kontynuować. Problemów i potrzeb jest dużo. Ale akcja „Elbląg czyta dzieciom" cieszyła się dużą popularnością, fajnie była realizowania.

Wiem, że organizowaliście też spotkania rodzin w więzieniu.

Tak. Kilka lat trwała taka współpraca w ramach programu resocjalizacyjnego „Być ojcem". Ta współpraca polegała na tym, że dwa razy w miesiącu najpierw sami osadzeni w areszcie śledczym mieli warsztaty z naszymi specjalistami. Warsztaty dotyczyły szerokiej tematyki roli ojca – że ojciec jest w życiu rodziny też ważny, że to nie jest tak, że on znika i tylko zarabia pieniądze, a jak go nie ma, to się nic nie dzieje. Dotyczyły wiec wpływu ojca na wychowanie i rozwój dziecka, ale też rozwoju dziecka – jak się rozwija, jakie ma potrzeby, dlaczego tak reaguje... Były też warsztaty o dopalaczach, o używkach, o uzależnieniu od telefonu, o komunikacji interpersonalnej. Szereg takich warsztatów, które podnosiły umiejętności opiekuńczo-wychowawcze, uświadamiały tych tatusiów co do ich roli i znaczenia – żeby poczuli się ważni, ale żeby poczuli też odpowiedzialność za to, że są ojcami. Oni jednak dają przykład dzieciakom i jeżeli oczekują, że życie ich dziecka się jakoś inaczej potoczy, to też muszą nad tym trochę popracować. Oprócz tych warsztatów były spotkania rodzinne. Spotkania rodzinne rozpoczynały się mszą św. dla osób chętnych, które chciały w niej uczestniczyć, pozostałe rodziny czekały. Spotkanie było organizowane w takiej sali jak świetlica, która była przyozdabiana przez samych osadzonych. Były balony, serpentyny, wszystko, co mogło tam wisieć. W ogóle nie przypominało to sali widzeń, nie było stołów i krzeseł, rezygnowaliśmy dosyć często z tego, były materace, różne pufki do siedzenia na ziemi. Robiliśmy tam też akcję „Elbląg czyta dzieciom". Osadzeni przygotowywali się i to oni czytali swoim dzieciom, np. na Dzień Ojca książkę pt. „Jak tata pokazał im Wszechświat". Do dzisiaj doskonale pamiętam to czytanie na dwa głosy – syna z tatą, bo ta książka jest taka, na dwa głosy syna z tatą. Organizowanie przestrzeni do wspólnego spędzania czasu pomagało im w tworzeniu dobrych relacji, dzieciom zmniejszało trochę „traumę" z powodu wchodzenia i wychodzenia z więzienia. Przechodziły przez te wszystkie procedury, po czym nagle znajdowały się w sali, która nie wymagała takiego „reżimu" i wszystko było w fajnej atmosferze. Wspomnienia z pobytu z tatą są z tej sali kolorowej, przyozdobionej – mam nadzieję, że gdzieś zniknęły z tych wspomnień kraty. To jest coś, co chcielibyśmy kontynuować. Zostało to przerwane z różnych przyczyn: formalnych, prawnych, resocjalizacji, zmian w areszcie, ale też, niestety, jeśli chodzi o źródła finansowania, bo to nie jest takie łatwe, ten dostęp do finansowania takich właśnie działań. Programy kierowane przez ministerstwo sprawiedliwości mają zupełnie inne cele. My możemy społecznie coś zrobić, ale trzeba kupić materiały na zajęcia, przygotować warsztaty, zatrudnić specjalistów. Oni mogą i często robią parę warsztatów za darmo, jednak trudno mówić wtedy o systematycznym i programowym działaniu, które ma najlepszą skuteczność (wolontariat jest dobrowolny i nie można oczekiwać długoterminowych deklaracji bycia wolontariuszem z tak dużym zaangażowaniem czasowym). Chcąc współpracować ze specjalistami, profesjonalistami (bo chcemy to robić na poziomie dobrym jakościowo), trzeba mieć na to pieniądze – z pustego i Salomon nie naleje. Zgłaszaliśmy tę inicjatywę do konkursu Aleksandry Gabrysiak i dostaliśmy wówczas wyróżnienie. To wyróżnienie było bardzo ważne, pierwsze w naszej historii.

Tym razem, za projekt „Wiatr w żagle", dostaliście główną nagrodę.

Tak. Ale tu też jest matka chrzestna tego pomysłu – bo matką chrzestną procesu wsparcia dzieciaków w rozwoju edukacji poprzez zajęcia żeglarskie jest pani Hania Szuszkiewicz, dyrektor szkoły sportowej nr 3, jeszcze wtedy dyrektor SP nr 4. Nawiązaliśmy współpracę ze szkołą i postanowiliśmy wesprzeć jej pomysł tam realizowany, skoro w mniejszej skali sprawdził się i jest fajny, skuteczny. Pomyśleliśmy, że trzeba to trochę rozszerzyć, usystematyzować, żeby to nie było działanie tylko jednorazowe. I tak postanowiliśmy napisać jeden projekt, później drugi, teraz powołaliśmy Klub Sportowy Hart i zapraszamy wszystkie dzieci z Elbląga i okolic na nauki żeglowania razem z nami (właśnie trwają zapisy), ponieważ widzimy, jak wiele dają dzieciom te zajęcia, jak bardzo wspierają je w rozwoju. Planujemy nie tylko zajęcia żeglarskie, ale też sportową rywalizację, czyli wyjazdy na regaty, no i obowiązkowo wypoczynek dzieci, czyli obozy sportowe. Projekty więc się toczą, już drugi się w tej chwili kończy. W projekcie „Wiatr w żagle" nie są to tylko zajęcia żeglarskie. Dołożyliśmy do nich wsparcie psychologiczno-pedagogiczne – dzieciaki mają warsztaty z radzenia sobie z emocjami, dla dorosłych są warsztaty dla rodziców: umiejętności opiekuńczo-wychowawcze, radzenie

sobie z presją rówieśniczą, z buntem i w różnych okresach, przez które przechodzą dzieci. Dzieci oprócz tego mają jeszcze inne wsparcie. W tym roku uruchomiliśmy wolontariat w szkole. Wolontariat polega na tym, że powstaje koło, które starsze dzieci angażuje do pomocy młodszym w nauce. To jest odpowiedź na wniosek z ewaluacji pierwszego projektu, ponieważ my robimy sobie taką ocenę i podsumowania. Z podsumowania pierwszej edycji wynikło, że dzieciaki w wyniku tych żagli nie tylko osiągnęły cele, które zakładaliśmy, że to wszystko jest piękne i fajne, daje to im dużą satysfakcję, ale powstała też większa motywacja do tego, żeby podjąć inne wyzwania przez dzieci, takie jak poprawa stopni. Poprawa – bo dzieci uwierzyły w siebie, tak po prostu. Trzeba było to wszystko wykorzystać i dołożyć do tych działań pomoc w nauce, bo nie zawsze dzieci mają takie możliwości i warunki w domu, nie zawsze rodzice mają takie umiejętności. Np nauka jęz. angielskiego: nie zawsze jest rodzic, który pomoże w języku angielskim, często rodzice pracują po południu i dzieci nie mogą mieć od nich potrzebnego wsparcia. Wtedy my chcemy wspierać te rodziny i te dzieciaki, chcemy też, żeby nabrały tej wiary w siebie. Wsparliśmy nie tylko dzieciaki, które były na żaglach, ale wszystkie, które potrzebują po południu opieki i pomocy w nauce. Zgłosiły się więc dzieci ze starszych klas, które pomagają maluchom. I to jest fajne, bo one pracują w takiej relacji jeden na jeden. Są na wspólnej sali, pod opieką pedagoga, który ma wszystko na oku, zgodnie z wymogami i przepisami, ale odrabiają lekcje tak, jakby w domu usiedli przy biurku ze starszym bratem albo ze starszą siostrą. To teraz ruszyło i mam nadzieję, że się sprawdzi. Oczywiście mamy też tam drobne poczęstunki, żeby w brzuchach nie burczało, bo jak to jest po godz. 16:00, a dzieci po całym dniu w szkole nadal są w szkolnej w świetlicy, bo rodzice jeszcze pracują – takie jest często życie – to trzeba te brzuchy czymś zapełnić – nie słodkim, ale jakimś owocem, jakąś kanapką, żeby potem mogły się skupić na nauce. Tak to wygląda. Tworzy się więc taka mała wspólnota w szkole pomiędzy dziećmi i – jak zauważyła pani dyrektor Katarzyna Wyżlic – dzieciaki nawiązują relacje pomiędzy sobą (interesują się, zauważają siebie nawzajem na korytarzu). Myślę, że tak właśnie buduje się społeczeństwo, przez tworzenie małych lokalnych społeczności, które czują się wspólnotą wzajemnie odpowiedzialnych za siebie, którzy zauważają siebie i pomagają sobie wzajemnie... wówczas reszta już sama się dzieje. Tutaj ogromne podziękowania należą się pani Beacie Sawickiej, która organizuje działania projektu, uruchomiła koło wolontariatu w zakresie pomocy w nauce i jest z dziećmi na każdych zajęciach.

W ramach samorządowej kampanii wyborczej było słychać glosy, żeby zapewnić wszystkim dzieciom w szkole ciepły posiłek.

Jestem bardzo za tym dlatego, że znamy ten problem od środka. Rodziny, które są gdzieś na granicy kryterium dochodowego – tak zwani „biedni pracujący" , dwa razy się zastanowią, czy kupić dziecku obiad, czy zaspokoić inne potrzeby, zwłaszcza, gdy nie zawsze ten obiad dziecku smakuje. Rozumiem ich decyzje, bo każdy grosz zagospodarowuje się jak najoszczędniej, ale z drugiej strony to tworzy takie zjawisko, że np. do stołówki idzie 20 dzieci, a czwórka siedzi z boku i patrzy lub pozostaje gdzieś dalej (np. na świetlicy). I to jest takie niehumanitarne, one są wyłączone z grupy. Rodzice nie zawsze się zgłaszają po takie wsparcie, niektórzy się wstydzą, a szkoła nie może systemowo ich objąć bez formalnych wniosków, zgłoszeń. Moim marzeniem jako mamy jest to, żeby dzieciaki w szkołach razem z nauczycielami chodziły na przerwy obiadowe nie wtedy, kiedy jest 5 klas jednocześnie w stołówce, jest głośno, je się szybko, byle jak i się zaraz ucieka, ale niechby każda klasa miała na posiłek jakieś 20 minut i każdego dnia zjadła ten obiad z innym nauczycielem. Usiądą razem przy stole i parę minut porozmawiają. Jest cisza, nie ma 50 klas naraz, tylko wszystkie po kolei, między lekcjami albo na lekcji mają możliwość spokojnego zjedzenia takiego posiłku. To łączy, to integruje, to jest wspólny stół, coś, co uczy kultury jedzenia, bycia przy stole, ale też relacji w grupie, relacji dzieci z nauczycielami. Ten pośpiech, ten harmider, ten hałas, nie tworzy atmosfery. Ale rozumiem, że mógłby być problem logistyczny z rozmieszczeniem, gdy jest mało pomieszczeń, dużo lekcji i dużo klas. Może jednak gdzieś by się dało takie rozwiązanie zastosować. Zerówki tak mają: wychodzą na obiad nie w czasie przerwy, tylko w czasie swoich lekcji i spokojnie jedzą. Natomiast w starszych klasach, kto chodzi, to zbiegnie na obiad, kto nie, to zostaje, więc ci co chodzą jedzą szybko, żeby do tamtych dolecieć i dołączyć do grupy, a w stołówce jest bardzo duży pośpiech i chaos. Myślę, że za szybko się ten świat kręci i trzeba by było trochę zwolnić.

A jakie macie plany na najbliższą przyszłość?

Planów jest dużo. Jesteśmy w trakcie najważniejszej rzeczy, jaka się może teraz dziać, czyli planowania strategicznego. Jest już po pierwszym spotkaniu wyjazdowym, czeka nas następne. Całymi rodzinami, z dzieciakami pod pachą razem wyjeżdżamy i planujemy strategicznie, co będziemy robić, co działa, co nie działa, w którym kierunku się rozwijamy, w co się kto chce zaangażować - bo trzeba też jakiś podział zrobić tego wszystkiego. Podjęliśmy współpracę z gminą Milejewo, żeby ożywić budynek po szkole w Pomorskiej Wsi. Funkcjonuje tam świetlica i oddział przedszkolny. Chcielibyśmy, żeby przede wszystkim powstało tam centrum aktywności lokalnej z działaniami dla osób starszych, i coś jakby świetlica dla dzieciaków, żeby mieszkańcy mieli gdzie się spotykać, mieli wspólne warsztaty, fajne zajęcia, a dzieciaki po zakończeniu zajęć przedszkolnych – to teraz tylko 5 godzin – dalsze zajęcia plastyczne, muzyczne, sportowe czy też edukacyjne. Mogłyby dołączyć też inne dzieci z okolicy, spoza oddziału. Mamy te plany rozpisane. Naszym celem i marzeniem jest – gdyby się udało we współpracy z samorządem powiatowym – powołać placówkę specjalistyczną, terapeutyczną, całodobową dla dzieci niepełnosprawnych. Mówimy tu o takim wsparciu, które tu w Elblągu jest też bardzo potrzebne. Pomorska Wieś nie jest tak daleko, żeby nie można było zapewnić kontaktów z rodziną dzieciakom niepełnosprawnym z Elbląga, umieszczonym w domu dziecka.

Staraliście się o jakieś lokum w mieście na ten cel, ale bezskutecznie.

Dowiedzieliśmy się, że Pomorska

Wieś ma takie zasoby – niewykorzystany budynek i że gmina jest otwarta na to, żeby go użyczyć na działania na rzecz społeczności – stąd takie mamy plany. Na pewno będziemy wspierać dzieciaki i będziemy się starać, żeby powstała taka placówka. Czy się uda - zobaczymy. To jest bardzo ciężki proces i bardzo też trudny moment rozwoju organizacji , bo żeby to wszystko się zadziało, musimy zainwestować własne środki. Chcemy aplikować do funduszy unijnych, ale najpierw musimy wyłożyć trochę swoich środków na dokumentację techniczną, bo to jest konieczne do wniosku. Później będziemy musieli zapewnić wkład własny. Jesteśmy na takim etapie rozwoju, że dopiero od lipca zatrudniliśmy pierwszą osobę na etat – to jest pierwszy nasz pracownik po 8 latach. Dotąd zawsze pracowaliśmy społecznie, zatrudnialiśmy ewentualnie specjalistów w projektach. Już przyszedł taki etap, tych działań jest tyle, że musimy mieć formalnie osobę, która obsługuje administracyjnie organizację przy projektach, które realizujemy, planujemy, piszemy, składamy – dużo teraz tego się dzieje. No i trzeba teraz jeszcze wkładać środki finansowe własne, więc trochę nie śpimy po nocach, kombinujemy, układamy strategię, jak zapewnić te środki. Wierzę, że się wszystko jakoś poukłada, mamy dużo mądrych ludzi – zespół jest fantastyczny w stowarzyszeniu. To są ludzie z różnych światów: ze szkoły, z organizacji, znają też specyfikę osób niepełnosprawnych, więc mamy taki potencjał myślenia o tym wszystkim z różnych punktów widzenia. No i najważniejsze: wszystkim się chce działać dla innych rodzin i dzieciaków.

Dziękuję za rozmowę. Wiem z doświadczenia, że jak się bardzo chce, to się zrobi – więc może na następne spotkanie umówimy się już w pięknej placówce w Pomorskiej Wsi. Życzę wytrwałości, wsparcia wielu przyjaciół i obfitego źródełka pieniędzy. ■

EDUKACJA

Stypendia przyznane

Dokładnie 26 osób znalazło się w gronie laureatów tegorocznej edycji programów stypendialnych „Szansa" i „Słonik". Ponadto, jedna osoba otrzymała stypendium w ramach Funduszu Młodych Talentów oraz decyzją Zarządu przyznano jedno stypendium specjalne dla podopiecznej Fundacji Elbląg.

W Ratuszu Staromiejskim miała miejsce uroczysta Gala wręczenia umów stypendialnych na rok szkolny 2018/2019. Decyzją komisji stypendialnych przyznano 28 stypendiów na łączną kwotę 39 400 zł, w tym:

– 16 stypendiów „Szansy" na łączną kwotę 24 200 zł;

– 10 „słonikowych" stypendiów na łączną kwotę 12 500 zł;

– 1 stypendium z Funduszu Młodych Talentów w wysokości 1 500 zł;

– 1 stypendium specjalne od Zarządu Fundacji Elbląg na kwotę 1200 zł, które zostało przedłużone do końca roku kalendarzowego 2018.

Fot. nadesłana

Wyróżnieni uczniowie i studenci wykazali się dużym zaangażowaniem społecznym oraz bardzo dobrymi wynikami w nauce i innymi osiągnięciami. Stypendia trafiły do uczniów: Szkoły Podstawowej nr 11, Gimnazjum przy Zespole Szkół Zawodowych nr 1, Gimnazjum nr 1, Gimnazjum nr 8, Zespołu Szkół Gospodarczych, I Liceum Ogólnokształcącego, II Liceum Ogólnokształcącego, III Liceum Ogólnokształcącego, a także do studentów: European Inter–University Centre for Human Rights and Democratisation (Wenecja, Włochy), Uniwersytetu Medycznego w Katowicach oraz Uniwersytetu Gdańskiego.

W ramach programu stypendialnego „Słonik", skierowanego do niepełnosprawnych dzieci i młodzieży, wsparciem zostali objęci: podopieczni Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 i Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 2, uczniowie: Zespołu Państwowych Szkół Muzycznych, IV Liceum Ogólnokształcącego, Zespołu Szkół Zawodowych nr 1 oraz studentka Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Elblągu.

Za szczególne osiągnięcia zostali uhonorowani również: maturzysta z Zespołu Państwowych Szkół Muzycznych (w ramach Funduszu Młodych Talentów) oraz uczennica Szkoły Podstawowej nr 15 (stypendium Specjalne od Zarządu).

W tym roku programy stypendialne „Szansa" i „Słonik" 2018/2019 są wspierane i finansowane przez: Fundację im. S. Batorego, Starostwo Powiatowe w Elblągu, Nadleśnictwo Elbląg, Centrum Handlowe Ogrody w Elblągu, Firmę IDEA 365 Magdalena Macutkiewicz oraz osoby indywidualne, a także ze środków własnych Fundacji Elbląg. ■

Fundacja Elbląg

SOPOT

Wsparcie asystenta

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Sopocie oferuje dodatkowe wsparcie dla osób z niepełnosprawnościami oraz ich rodzin – pomoc Asystenta Osoby z Niepełnosprawnością. W zależności od potrzeb oraz indywidualnej sytuacji asystent udziela wsparcia m.in. w rozwijaniu umiejętności samodzielnego dbania o swoje otoczenie oraz zaspokajaniu własnych potrzeb, nawiązywaniu kontaktów społecznych, a także w aktywizacji zawodowej.

Asystent doradzi osobie z niepełnosprawnościami w sprawie uzyskania specjalistycznej pomocy dotyczącej usług medycznych, rehabilitacyjnych, przekwalifikowania zawodowego, kontaktów społecznych, usług kulturalnych, rekreacji i integracji ze środowiskiem. Jeśli jest taka potrzeba, będzie asystował w codziennych czynnościach życiowych czy załatwianiu różnych spraw. Asystent uczy i rozwija u osoby z niepełnosprawnościami umiejętności, które pozwolą jej stać się bardziej niezależną i samodzielną. Wsparcie dostosowane jest do rodzaju niepełnosprawności oraz do potrzeb i możliwości konkretnej osoby.

Ze wsparcia Asystenta Osoby z Niepełnosprawnością mogą skorzystać mieszkańcy Sopotu, którzy posiadają orzeczenie o stopniu niepełnosprawności. Zgłoszenie można złożyć telefonicznie pod numerem tel. 515 915 943 w godz. 8:00-15:30 oraz osobiście u kierownika Działu Pomocy Seniorom i Osobom Niepełnosprawnym Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Sopocie (ul. Kolejowa 14, pok. 02). ■

Red.

GDYNIA

Wernisaż pełen nadziei

Od lat robią to, na co często brakuje odwagi ludziom zdrowym. Swoim działaniem pokazują, że z rakiem można żyć pełnią życia, a nawet go pokonać. Udowadniają, że diagnoza to nie wyrok. Przekraczają granice ludzkiej wytrzymałości sami dla siebie, ale przede wszystkim dają nadzieję tym, którzy wątpią w sens leczenia. Teraz chcą podzielić się swoimi przeżyciami. W Szpitalu Morskim im. PCK odbył się wernisaż pt. „Nie jesteś sam".

MARTA JASZCZERSKA

Prezentowana wystawa jest zapisem podróży uczestników projektów „Szczyty życia". Okazją, aby wspólnie z podopiecznymi Fundacji „Pokonaj raka" oglądając zdjęcia przemierzyć setki tysięcy kilometrów: piechotą, rowerem, kajakiem, motorem czy balonem, zmagając się przy tym z własnymi słabościami, a także z mrozem, palącym słońcem, wiatrem i burzami. Uczestnicy, zdobywając najwyższe góry wszystkich kontynentów, są zorganizowani w zespoły międzynarodowe, co jeszcze mocniej podkreśla równość w chorobie, wszyscy bowiem, bez względu na wiek, pochodzenie czy status społeczny zmagają się z tą samą straszną chorobą. Wszyscy tak samo potrzebują nadziei, dlatego wzajemnie się napędzają. Wspólny udział w aktywnościach daje poczucie jedności w walce z rakiem.

Pomysłodawczynią wystawy jest Katarzyna Gulczyńska, założycielka fundacji „Pokonaj raka".

Fot. Michał Kowalski

– To są zdjęcia przedstawiające prawdziwe osoby, prawdziwe sytuacje życiowe. Chcę Pani Katarzynie bardzo serdecznie podziękować za tę inicjatywę. My jako miasto zawsze będziemy bardzo chętnie angażować się w tego typu projekty. Choroba onkologiczna nie jest wyrokiem. Wymaga szybkich działań. Nie bójmy się badać. Nie bójmy się realizować marzeń – mówił Bartosz Bartoszewicz, wiceprezydent Gdyni. ■

Naucz się języka migowego

Fundacja Pro Actione wspólnie z CKU Migaj Naturalnie zapraszają do udziału w warsztatach naturalnego języka migowego z możliwością dofinansowania z PFRON (ok. 90 procent ceny). Warsztaty zaplanowano na przełomie marca i kwietnia przyszłego roku.

Fot. pixabay.com

Dla Głuchych język polski jest językiem obcym, zawsze stanowiącym niezauważalną przez słyszących stresującą barierę, a bardzo często barierę nie do pokonania w załatwieniu codziennych, życiowych spraw.

Większość głuchych nie czyta stron internetowych, a tym bardziej nie jest w stanie przebrnąć przez komunikaty informujące np. o możliwości zamówienia w ciągu trzech dni roboczych tłumacza. Oni potrzebują skontaktować się z żywym człowiekiem, który już z podstawową znajomością języka migowego pomoże im załatwić sprawę lub wskazać właściwą ścieżkę postępowania.

Ideą warsztatów jest nauka naturalnego języka osób niesłyszących i poznanie Kultury Głuchych w swobodnej atmosferze wrażliwych na innych osób oraz pod okiem czołowego wykładowcy Polskiego Języka Migowego, silnie osadzonego w środowisku głuchych – dr Michała Garncarka.

Koszt kursu to 850 zł (ok. 765 zł pokrywa PFRON – uczestnik kursu wpłaca więc tylko 85 zł.). Realizatorem kursu jest Fundacja Pro Actione. Zajęcia będą prowadzone w olsztyńskim Planetarium (Al. Marszałka Piłsudskiego 38) w formie spotkań weekendowych (5 zjazdów). Ostateczne dni i godziny zostaną doprecyzowane w porozumieniu z uczestnikami. ■

Źródło: ocop.olsztyn.pl

Ogromne serca Polaków

Siatkówczak obuoczny – nowotwór gałki ocznej, powodujący, że chory z dnia na dzień widzi coraz mniej. Zabiera wzrok, ale i pewnego dnia może doprowadzić do śmierci. Dwuletni Wojtuś z Olsztyna walczy właśnie z tą chorobą. Szansą jest leczenie w Stanach Zjednoczonych. Potrzebny milion złotych został zebrany w ciągu czterech dni!

Fot. pixabay.com

Siatkówczak, którym dotknięty jest chłopiec jest bardzo rzadki. Rocznie w naszym kraju choruje na niego około 20 dzieci. O chorobie dziecka rodzice dowiedzieli się trzy tygodnie temu. Lekarze w Polsce nie dawali wielkich szans na wyzdrowienie. Rodzice rozpoczęli więc poszukiwania lekarzy, którzy podejmą się ratowania zdrowia i życia syna. Okazało się, że jest na to szansa w Stanach Zjednoczonych.

Lekarze w USA mają duże doświadczenie w leczeniu tej choroby. Niemal 20-letni staż daje rodzicom Wojtka nadzieję, że tamtejsi specjaliści podołają trudnemu wyzwaniu. By ratować zdrowie i życie chłopca, utworzono zbiórkę na siepomaga.pl.

– Błagamy Was o pomoc, bez której nie zdążymy! Każda minuta, każda godzina to ogromne nerwy, które pozostaną z nami do momentu, kiedy ktoś nie powie nam, że już po wszystkim, że Wojtuś będzie żył i widział! Nie takie rzeczy już się działy, nie takie cuda sprawialiście na oczach ludzi, którzy tracili już nadzieję. Błagamy o pomoc, o życie i o wzrok naszego 2-letniego synka – apelowali rodzice.

Termin pierwszej wizyty jest umówiony na 16 listopada. W ciągu dwóch tygodni trzeba było zebrać wymaganą kwotę. Po raz kolejny okazało się, że serca Polaków są ogromne. W piątek wieczorem (czwartego dnia zbiórki) zebrano 100% kwoty (1 milion złotych). Zbiórka nadal trwa i wciąż można wpłacać pieniądze na rzecz małego Wojtka (do 16 listopada).

- Wiemy, że jedno słowo „dziękujemy" nie jest w stanie oddać tego, co tak naprawdę czujemy w tym momencie. Dzięki Wam przetrwaliśmy najgorszy czas, odnaleźliśmy w sobie tajemne moce i siły do walki o zdrowie oraz wzrok naszego Wojtusia. Jesteście wspaniali! – napisali rodzice chłopca, Agata i Robert Runke, gdy dotarła do nich wiadomość, że niezbędna kwota została zebrana.

Wojtek wraz z rodzicami jest już w Stanach Zjednoczonych. ■

MM

Nowoczesne centrum rehabilitacji

Wielospecjalistyczny Szpital Miejski im dra E. Warmińskiego SPZOZ w Bydgoszczy będzie oferował pacjentom jeszcze lepszą opiekę. Rozbudowane zostanie m.in. centrum rehabilitacji. Powstanie też nowa pracownia hemodynamiki, która ułatwi dostęp do leczenia osobom z chorobami serca i naczyń krwionośnych. Na rozbudowę i zakup nowoczesnego wyposażenia miejska lecznica wyda blisko 12 mln zł.

– To kolejna inwestycja, która pozwoli naszemu szpitalowi oferować jeszcze lepszą opiekę szczególnie pacjentom po zawale serca. To coraz większa grupa pacjentów. Zakupy nowego sprzętu ułatwią też skuteczną diagnostykę osób zagrożonych chorobami serca – mówi Anna Lewandowska, dyrektor Wielospecjalistycznego Szpitala Miejskiego.

W ramach projektu zaplanowano dostosowanie pomieszczeń jednego z budynków szpitala dla utworzenia nowej pracowni hemodynamiki oraz rozbudowę infrastruktury na potrzeby centrum rehabilitacji. W jego ramach działać będzie Zakład Fizjoterapii, Oddział Rehabilitacji Kardiologicznej oraz Oddział Rehabilitacji Neurologicznej. Nowa część szpitala powstanie w miejscu rozebranego budynku tak zwanej „starej kuchni". Będzie ona liczyć podpiwniczenie i 3 kondygnacje nadziemne.

Przewidziano również dokonanie zakupu nowoczesnego angiografu – to urządzenie służące do wizualizacji serca i naczyń krwionośnych przy użyciu promieni rentgenowskich oraz do wykonywania zabiegów m.in. cewnikowania serca. Zakupiony będzie też inny sprzęt diagnostyczno–terapeutyczny.

Fot. bydgoszcz.pl

W wyniku tej inwestycji zwiększona zostanie liczba łóżek szpitalnych w Centrum Rehabilitacji. Oddziały działające w ramach Centrum umożliwią rehabilitację kardiologiczną każdemu pacjentowi leczonemu z powodu zawału serca w szpitalnym Oddziale Kardiologicznym, zgodnie z wprowadzonymi zmianami w obszarze świadczeń gwarantowanych z zakresu leczenia szpitalnego, ambulatoryjnej opieki specjalistycznej oraz rehabilitacji leczniczej, które wprowadziły do tzw. koszyka nowe świadczenie – opiekę kompleksową po zawale serca. ■

UM Bydgoszcz

Poszukiwani chętni do teleopieki

Urząd Marszałkowski Województwa Kujawsko–Pomorskiego rozpoczął nabór osób zainteresowanych teleopieką.

Ten system opiekuńczo–ratunkowy składa się z nadajników/odbiorników umożliwiających szybkie wezwanie pomocy w sytuacji zagrażającej zdrowiu lub życiu oraz centrum operacyjnego, w którym odbierane są sygnały alarmowe od podopiecznych 24 godziny na dobę przez 7 dni w tygodniu. Gromadzone przez system dane medyczne o podopiecznych – informacje o przebytych i przewlekłych chorobach oraz przyjmowanych lekach – mogą być pomocne lekarzom i ratownikom, niosącym im pomoc w sytuacjach nagłego pogorszenia się stanu zdrowia.

Pierwszym, pilotażowym etapem programu objęto 55 starszych osób w całym regionie. W styczniu bransoletki życia, czyli urządzenia mobilne, na których oparty jest system przywoływania pomocy – otrzyma kolejnych 150 osób, a wiosną ok. 3000 potrzebujących. Chętni do udziału w projekcie proszeni są o kontakt z Regionalnym Ośrodkiem Polityki Społecznej pod nr tel. 56 657 14 69. ■

Red.

RECENZJA

„Do usług szanownej pani”

Książka Gillesa Legardiniera „Do usług szanownej pani” to podnosząca na duchu zabawna opowieść we francuskim stylu, jaki znamy z filmu Jean–Pierre’a Jeuneta „Amelia”. Przypominam, że Amelia to dziewczyna mieszkająca w Paryżu, która postanawia uszczęśliwiać ludzi. Podobnie jest w powieści Legardiniera, pojawia się w niej bohater, który stara się wszystkich uszczęśliwić, sam jednak jest samotny i w głębi serca cierpi.

AGNIESZKA PIETRZYK

Andrew Blake jest już po sześćdziesiątce, jego żona zmarła przed kilku laty, a córka wyjechała. Pozostała mu jedynie dobrze prosperująca niewielka firma i paru przyjaciół. Niezadowolony ze swojego życia postanawia diametralnie je zmienić. Z dnia na dzień przekazuje firmę w ręce młodej sekretarki, po czym przybrawszy nowe nazwisko opuszcza Anglię i przenosi się do Francji, gdzie podejmuje pracę jako majordom w posiadłości rodziny Beauvillier. Na miejscu zastaje właścicielkę domu, ponadto kucharkę, pokojówkę i zarządcę. Każda z tych osób ma jakieś problemy oraz sekrety, każdego coś gnębi. Nowy majordom nie pozostaje obojętny wobec łez i zmartwień mieszkańców posiadłości. Stara się wszystkim pomóc i swoją chęcią pomagania zaraża innych, w efekcie bohaterowie wspierają się nawzajem.

W powieści pojawia się lekki niewymuszony humor, głównie ma on charakter sytuacyjny. Bohaterowie wpadają w różne zdarzeniowe i przestrzenne pułapki, czasami infantylne jak wtedy, gdy Andrew zjada potrawkę przygotowaną dla kota i oczywiście smakuje mu ona wyśmienicie. Ale nie brakuje też humorystycznych sytuacji bardziej wyrafinowanych i zaskakujących w kwestii umiejętnego wybrnięcia z kłopotliwego położenia. Jeden z lepszych fragmentów książki to ten, gdy do posiadłości przyjeżdża wieloletni przyjaciel głównego bohatera wraz z żoną. Andrew w roli kamerdynera musi im usługiwać podczas kolacji, przy czym cała trójka udaje, że się nie zna i oczywiście znakomicie się przy tym bawi.

Książka Legardiniera podbiła serca czytelników na całym świecie. Nie jest to zasługa wyłącznie zabawnej formuły czy sympatycznych bohaterów. Przyczyna poczytności tkwi w zaprezentowaniu międzyludzkich relacji, ludzie robią coś dla innych, nie spodziewając się niczego w zamian. Ta książka to piękna bajka dla dorosłych czytelników – niezależnie od wieku lubimy opowieści o pojawiających się znienacka wróżkach, które uszczęśliwiają wszystkich dookoła. Tylko od nas zależy, czy ta bajka stanie się rzeczywistością.

„Do usług szanownej pani” to lekka lektura, która na pewno zyska w odbiorze, gdy sięgniemy po wersję dźwiękową. Interpretacja Bartosza Głogowskiego rozbawi, a także rozczuli niejednego czytelnika.

Audiobook: Gilles Legardinier, „Do usług szanownej pani”, przełożyła Marta Olszewska, Wydawnictwo Sonia Draga 2015, czyta: Bartosz Głogowski, czas nagrania: 9 godzin 32 minuty. ■

Fot. mat. pras.

KOMENTARZE

Beata – lubimyczytac.pl

Zakochałam się w tej książce! Jest tak pełna ciepła, humoru i innych pozytywnych uczuć, że czyta się ją z uśmiechem na ustach. Działa jak balsam na zmęczone, niespokojne serce. Pokazuje, że bezinteresowna sympatia, przyjazne gesty i zainteresowanie drugim człowiekiem mogą zdziałać cuda. Wszyscy potrzebujemy dobrej energii, a ta książka wydziela jej mnóstwo.

Allison – lubimyczytac.pl

„Do usług szanownej pani” to powieść, którą czyta się szybko, lekko i przyjemnie. Jest w niej sporo humoru (np. scena ze zjedzeniem przez bohatera posiłku dla kota czy sfingowany napad). Barwne są też animozje między Anglikami i Francuzami, które pojawiają się w rozmowach, nieraz doprowadzając dodatkowo do nieporozumień, zwłaszcza w sferze językowej [...].

Agnieszka Pietrzyk
poleca

Luis Montero Manglano „Stół króla Salomona”

Jeśli masz ochotę na opowieść pełną przygód i zagadek dziejącą się w świecie muzeów oraz zabytków, sięgnij po powieść hiszpańskiego pisarza Luisa Montero Manglano – dobra zabawa w stylu Indiany Jonesa gwarantowana.

Młody doktorant Tirso Alfaro otrzymuje niezwykłą ofertę pracy. Miałby znaleźć się w szeregach Narodowego Korpusu Poszukiwaczy. Jest to organizacja rządowa, która zajmuje się odzyskiwaniem dzieł sztuki należących niegdyś do Hiszpanii. Zajęcie ciekawe, ale też niebezpieczne, albowiem członkowie Korpusu działają nielegalnie, czyli odzyskiwanie dzieł sztuki polega tak naprawdę na ich wykradaniu. Tirso zgadza się na te niekonwencjonalne warunki pracy i rozpoczyna nieprawdopodobną misję odnalezienia legendarnego stołu króla Salomona.

Poszukiwanie zaginionych skarbów to temat mocno wyeksploatowany przez literaturę i film, który jednak pod piórem Luisa Montero Manglano odzyskuje świeżość i atrakcyjność. W powieści znajdziemy błyskotliwych bohaterów, inteligentne zagadki i efektownie zaprezentowane dzieła sztuki. Szczerze polecam i to nie tylko miłośnikom gatunku.

Audiobook: Luis Montero Manglano, „Stół króla Salomona”, przełożyły Agata Ostrowska i Katarzyna Okrasko, Dom Wydawniczy Rebis 2016, czyta Maciej Kowalik, czas nagrania: 17 godzin 59 minut.

Fot. mat. pras.

„Niebo bez gwiazd”

Gdy Robert zaczyna tracić wzrok, robi wszystko, by postępująca niepełnosprawność nie miała wpływu na dzieciństwo jego syna Gabrysia. Zmagania z własną słabością i próby ocalenia codziennego szczęścia zostały uwiecznione w dokumencie w reżyserii Katarzyny Dąbkowskiej-Kułacz.

Fot. Niebo bez gwiazd (Facebook)

Robert jeszcze cztery lata temu czytał normalne książki. Teraz, gdy zmysł wzroku staje się jego wrogiem, tradycyjny druk musi zamienić na audiobooki. W innej rzeczywistości Robert musi nauczyć się nie tylko Braille'a – każda czynność jest dla niego w pewien sposób nowa. Jego syn Gabryś ma 7 lat i dopiero poznaje świat, odpowiedzi na wszystkie nurtujące go pytania szuka u ojca. Ich relacja jest wyjątkowa nie tylko ze względu na więź pomiędzy rodzicem i dzieckiem – obaj są dla siebie przewodnikami.

Wspólną naukę życia można zobaczyć w filmie dokumentalnym w reżyserii Dąbkowskiej-Kułacz, „Niebo bez gwiazd”. Prawdziwa historia Roberta Zarzeckiego została ujęta w fabularne ramy, co sprawia, że produkcja nie przypomina tradycyjnego dokumentu. Twórcy filmu towarzyszą rodzinie w najróżniejszych życiowych momentach, a kamera zdaje się być niewidoczna. Widzowie mogą obserwować małe wzloty i upadki bohaterów, ich zmagania z pojawiającymi się na drodze (dosłownie i w przenośni) przeszkodami, codzienne troski i radości. Historia Zarzeckich prezentowana jest naturalnie, bez elementu sztuczności i wrażenia, że bohater „mówi do kamery”.

Oprócz pięknych ujęć, w których przestrzeń przestaje być tłem, na szczególną uwagę zasługuje warstwa dźwiękowa filmu i nie chodzi tylko o muzykę. Osoby z niepełnosprawnością wzroku poznają świat głównie poprzez zmysł słuchu i dotyku. Twórcy filmu sprawili, że odgłosy rzeczywistości stały się – podobnie jak przestrzeń – odrębnym bohaterem, towarzyszącym Robertowi na „nowej drodze życia”.

„Niebo bez gwiazd” jest filmem o odwadze w obliczu nieznanego, próbach ocalenia tego, co znane i bliskie, a przede wszystkim o pięknym rodzicielstwie. Produkcja otrzymała wyróżnienie specjalne w Europejskim Festiwalu Filmowym Integracja Ty i Ja oraz Wyróżnienie Festiwalu Solanin i Statuetkę Mocnego Solanina – całkowicie zasłużenie. ■

MS

„Chłopi” w muzycznej aranżacji bez barier

Przekaz uhonorowanego literacką Nagrodą Nobla utworu Władysława Stanisława Reymonta nie traci na aktualności. Z adaptacją najbardziej znanej powieści społeczno-obyczajowej polskiego pisarza będzie można zapoznać się w Teatrze Muzycznym w Gdyni. Podczas spektaklu, który odbędzie się 30 listopada, nie zabraknie udogodnień dla osób z dysfunkcją wzroku i słuchu.

Spektakle Teatru Muzycznego w Gdyni zachwycają wysokim poziomem artystycznym aktorów i choreografią, a w repertuarze znajdują się widowiska podejmujące różnorodną tematykę. 30 listopada na deskach Dużej Sceny Teatru Muzycznego widzowie – również ci z niepełnosprawnością słuchu i wzroku – będą mogli obejrzeć spektakl mówiący o polskiej tożsamości i jej związkach z tradycją.

– Często słyszę pytanie dlaczego akurat „Chłopi”? Zdecydowały przede wszystkim trzy czynniki – dobra literatura, świetnie skonstruowane postaci i bardzo ciekawy konflikt. Właśnie w „Chłopach” Reymonta odnajdziemy wszystko to, co charakteryzuje społeczeństwo i jednostkę XX, jak i XXI wieku – mówi Wojciech Kościelniak, reżyser. – To opowieść o ludzkim dojrzewaniu do mądrości i doskonałości otaczającej nas natury. Jak w zwierciadle odbija się polska mentalność, tak charakterystyczna i rozpoznawalna, że wspólna dla wszystkich Polaków. Żyjemy w czasach, gdy narody szukają swojej odrębności, my też zaczynamy chwalić się tym, co jest nasze i niepowtarzalne – dodaje.

Teatr Muzyczny w Gdyni we współpracy z Fundacją Kultury Bez Barier zapewni udogodnienia dla osób z niepełnosprawnościami sensorycznymi: audiodeskrypcję dla niewidomych, pętlę indukcyjną oraz napisy dla niesłyszących. Szczegółowe informacje dotyczące sztuki oraz zakupu biletów można znaleźć na Facebooku oraz na stronie teatru. ■

Źródła: Teatr Muzyczny w Gdyni, Fundacja Kultury Bez Barier
Oprac. MS

Fot. mat.pras./muzyczny.org

Festiwal Kultury bez Barier

17 miast i niemal 80 instytucji kultury. Wiele spektakli teatralnych, wystaw, projekcji filmów - wszystko to w ramach Festiwalu Kultury bez Barier. Organizatorzy zadbali, by każdy znalazł coś dla siebie.

WFKbB jest – jak podkreślają organizatorzy – wielkim świętem dostępnej kultury, dostępnej dla każdego. Bez względu na rodzaj i stopień niepełnosprawności lub jej brak, sytuację rodzinną, możliwości ekonomiczne, miejsce zamieszkania, pochodzenie, wiek i płeć, każdy mógł znaleźć coś dla siebie. Były wydarzenia dedykowane osobom z różnymi niepełnosprawnościami, tj. ruchu, słuchu, wzroku, intelektualną, a także ze spektrum autyzmu. Były też wydarzenia adresowane do dzieci. Hasłem tegorocznego Festiwalu było jedno słowo: „Możesz!”.

- Z hasłem tym zwracamy się do wszystkich chcących nasycać zwyczajność przebłyskami święta. Zależy nam, by ci, którzy kulturę tworzą, uwierzyli, że mogą ją kierować do jak największej liczby odbiorców, a ci, do których ta oferta jest adresowana, dali się przekonać, że naprawdę mogą z niej korzystać – przekonywali przed Festiwalem organizatorzy.

Wydarzenie to co roku świetnie wygląda pod względem dostępności. Osobom z niepełnosprawnością wzroku zapewniani są asystentenci-wolontariusze. W trakcie kilkunastu festiwalowych dni było wiele atrakcji dla każdego. „Od denara do złotego” to jedna z kilkudziesieciu propozycji dla starszych, jak i młodszych

- interaktywne zwiedzanie Centrum Pieniądza NBP było okazją, by poznać historię naszej waluty. Ciekawie było również podczas warsztatów „Aktor – głos, dźwięk, słowo", gdzie poprzez ćwiczenia i zabawę wprowadzono uczestników w niektóre zagadnienia pracy aktora. Muzeum Narodowe w Warszawie przygotowało też coś dla tych, którzy chcieli dowiedzieć się czegoś na temat... „białego złota", czyli pochodzącej z Chin porcelany. Swoje drzwi otworzyła również Telewizja Polska i pokazała jak wygląda telewizja „od kuchni".

Honorowy patronat nad festiwalem objęli: Minister Kultury i Dziedzictwa Narodowego Piotr Gliński, Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej Elżbieta Rafalska, Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych i Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych. ■ MM

Fot. nadesłana

KULTURA

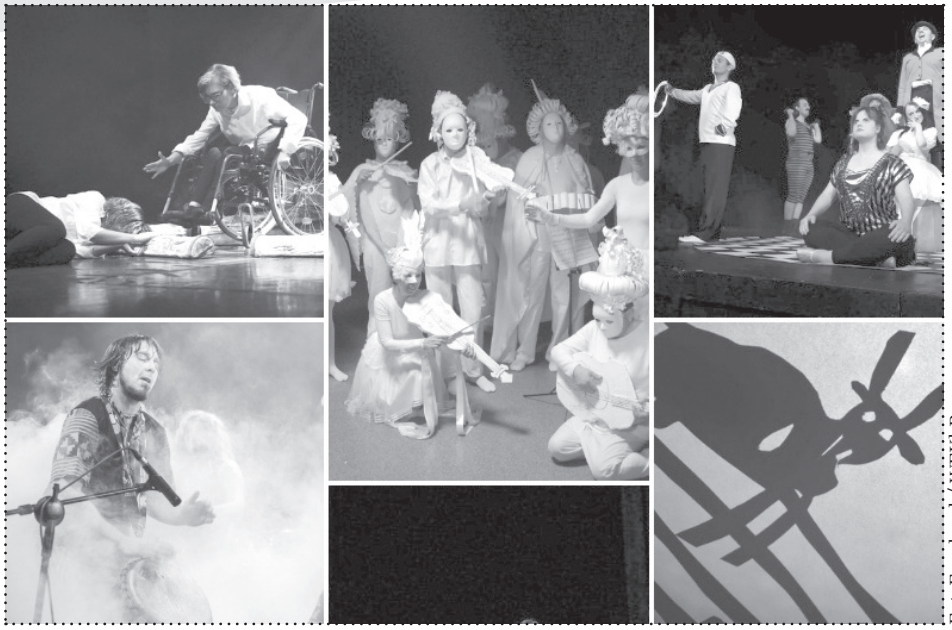
Niezwykłe spotkania

Tradycyjnie w listopadzie w Centrum Spotkań Europejskich „Światowid" w Elblągu organizowane są Międzynarodowe Spotkania Artystyczne. Tegoroczna, 12 edycja, odbyła się w dniach 22–24 listopada.

– To wydarzenie, na którym swoją twórczość prezentują osoby z niepełnosprawnościami na równi z osobami sprawnymi – mówi Antoni Czyżyk, dyrektor CSE „Światowid". – Uczestnicy występują w pokazach muzycznych, tanecznych, spektaklach, pantomimach oraz w formach łączących wszystkie wymienione. Nie tylko sami prezentują się na scenie, ale mają również okazję uczestniczyć w spektaklach, projekcjach filmowych i wystawach.

Podczas MSA tworzona jest przestrzeń do wspólnej pracy twórczej – w programie znalazły się różnorodne warsztaty artystyczne, czas na wymianę doświadczeń i poglądów na temat arteterapii i metod pracy z osobami z niepełnosprawnościami mieli także terapeuci. We wszystkich działaniach brali udział nie tylko uczestnicy MSA, ale również osoby sprawne. Wydarzenie umożliwia osobom niepełnosprawnym sprawdzenie swoich umiejętności oraz kontakt z szeroką widownią.

– Staramy się stworzyć przestrzeń, w której na jednej scenie występują artyści sprawni i niepełnosprawni bez żadnej taryfy ulgowej, każdy musi dać z siebie wszystko, bo publiczność wszystkich traktuje jednakowo – mówi Teresa Miłoszewska, organizatorka MSA. – Udział w imprezie jest dla większości uczestników czynnikiem motywującym do działania, wyzwalającym nową energię i służy wszechstronnemu rozwojowi i rehabilitacji społecznej.


Fot. Facebook/ WFKbB

W programie tegorocznej edycji – obok prezentacji artystycznych i projekcji filmowych – znalazła się wystawa ilustracji do baśni braci Grimm, realizowana wspólnie z Ambasadą Estonii. Jej kuratorką jest artystka, która gościła już na MSA – estońska ilustratorka Viive Noor. Zobaczyć można było także wystawę fotografii z Zimowych Igrzysk Paraoloimpijskich 2018 autorstwa Roberta Szaja.

– W tym roku gościliśmy zespoły muzyczne, solistów, grupy teatralne i taneczne oraz artystów –plastyków m.in. ze Słowacji, Rosji, Finlandii i Litwy – dodaje Teresa Miłoszewska. – Zaproponowaliśmy moduły warsztatowe dla terapeutów i dla uczestników, a w nich m.in. warsztaty improwizacji muzycznej z wykorzystaniem prostych instrumentów perkusyjnych, warsztaty teatralne, a także zajęcia z papieroplastyki i szkła artystycznego.

Organizatorami Międzynarodowych Spotkań Artystycznych byli Centrum Spotkań Europejskich „Światowid" w Elblągu oraz Stowarzyszenie Kulturalne „Viva art". Wydarzenie dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury i zrealizowano z udziałem środków Samorządu Województwa Warmińsko–Mazurskiego oraz Samorządu Miasta Elbląg.

Szersze relacje z wydarzenia w kolejnym numerze „Razem z Tobą".■ **Oprac. Red.**

Kocham Cię Życie – Pamięci Alicji Tomczyk

Już po raz siedemnasty Elbląskie Stowarzyszenie Amazonek zorganizowało Marsz Zdrowia „Kocham Cię Życie". Ten marsz był wyjątkowy jeszcze z jednego powodu, był pierwszym po śmierci Alicji Tomczyk, którą w rozmowie z nami wspominają jej koleżanki.

RAFAŁ SUŁEK

Fot. RS

Celem marszu jest zwrócenie uwagi społeczeństwa jak ważna jest profilaktyka zdrowia, a szczególnie profilaktyka raka piersi. Jesteśmy nadzieją dla kobiet i udowadniamy, że warto walczyć o swoje życie i zdrowie.

– Nasza organizacja skupia Amazonki, które walczą z własną, ciężką chorobą, wzajemnie wspierając się. Ochotniczki – wolontariuszki pomagają kobietom już od pierwszych dni choroby w pokonywaniu trudnych przeżyć związanych z chorobą. Współpracujemy z młodzieżą, wdrażając ją do działań w profilaktyce raka piersi. Dlatego też apel do społeczeństwa, a w szczególności do kobiet: badajmy się, bo wczesne wykrycie choroby daje nam szansę na wyleczenie – apeluje Prezes Elbląskich Amazonek Elżbieta Zimińska. – Nie ma dziś z nami tutaj Alicji, ale wiemy, że ona nad nami czuwa i chciałaby, abyśmy dalej robiły to, co ona przez około 23 lata. Nie zawiedziemy jej, będziemy dalej organizować ten marsz – dodała.

W styczniu br. zmarła znana elbląska działaczka społeczna, wieloletnia prezes Elbląskiego Stowarzyszenia Amazonek – pani Alicja Tomczyk, po trwającej ponad 30 lat walce z rakiem. Kobieta, której wiele innych kobiet zawdzięcza dłuższe i lepsze życie, dla której nie było rzeczy niemożliwych. O jej niestrudzonej działalności pod znakiem różowej wstążki, sięgającej poza granice naszego kraju, opowiada koleżanka ze stowarzyszenia.

Pamięci Alicji Tomczyk – dzielnej Amazonce – wspomina Elżbieta Lemańczuk

Miałam przyjemność poznać Alę w roku 1995, kiedy to po raz pierwszy przyszła na spotkanie elbląskich Amazonek. Były to spotkania nieformalne, kilka kobiet doświadczonych chorobą raka piersi spotykało się w różnych miejscach, by w końcu skorzystać z dobrego serca pani Teresy Wojcinowicz, która przygarnęła je do Pałacyku. I tam właśnie przyszła Ala Tomczyk, blondynka, z rozbrajającym uśmiechem, pełna temperamentu i chęci do działania. Z biegiem czasu przybywało członkiń i w 1997 roku Stowarzyszenie zostało formalnie zarejestrowane, a Prezesem została oczywiście Alicja Tomczyk. Ala była otwarta, nie kryła się z chorobą i włożyła wiele pracy w to, by przekonać Amazonki, że choroba nowotworowa piersi to nie wstyd, że nie ma sensu się ukrywać i trzeba iść dalej przez życie z podniesioną głową. Od początku priorytetem działania dla Alicji była rehabilitacja fizyczna i psychiczna Amazonek oraz działania związane z propagowaniem profilaktyki antynowotworowej.

W ciągu ponad 20 lat działania Stowarzyszenia zorganizowano wiele konferencji (np. „Profilaktyka ma różowe okulary", „Gdy życie rzuca wyzwanie"), przypominających społeczeństwu, a przede wszystkim kobietom, o konieczności dbania o swoje zdrowie, w szczególności o profilaktyce raka piersi. Zapraszano na nie Amazonki z Kaliningradu, Mińsk

ska i Kijowa, a także z Iławy, Ostródy, Olsztyna, Gdańska oraz społeczeństwo elbląskie. Podczas współpracy z Amazonkami z przygranicznego Kaliningradu nawiązała się także twórcza współpraca lekarzy polskich i rosyjskich.

Wielkim wyzwaniem logistycznym i finansowym był trwający 7 lat konkurs „Lekarz Różowej Wstążki Przyjazny Kobiecie". Miał na celu nauczyć kobiety samobadania piersi i przyzwyczaić lekarzy pierwszego kontaktu i ginekologów do palpacyjnego badania piersi przy

każdej wizycie lekarskiej. Jeździłyśmy z lekarzami po okolicznych miejscowościach w celu propagowania i nauki samobadania piersi.

W efekcie setki kobiet, które nie przyjechały do miasta do lekarza specjalisty, czy to z powodu braku odwagi, czasu czy z innych przyczyn, miały okazję skorzystać z badań przesiewowych, ponieważ to lekarz przyjechał do nich.

Szacujemy, że dziesiątki kobiet po takich wizytach trafiało do lekarza specjalisty na dalsze leczenie i uratowało zdrowie, a nawet życie. Alicja dbała o to, by przeszkolić możliwie dużo wolontariuszek – ochotniczek odwiedzających w szpitalu kobiety, przed i po operacji raka piersi, które są przestraszone, boją się o siebie i swoje życie. Staramy się je przekonać do podjęcia walki z chorobą.

Od początku działalności Stowarzyszenie bardzo dba o zabezpieczenie rehabilitacji fizycznej dla Amazonek (gimnastyka, basen), a także rehabilitacji psychicznej – spotkania z psychologiem oraz warsztaty psychoonkologiczne dla Amazonek oraz ich rodzin.

W ostatnich latach dzięki Alicji Tomczyk profilaktyka trafiła do szkół, mamy tam spotkania z młodzieżą, zachęcamy do zdrowego stylu życia i samobadania piersi. Trzeba przyznać, że młodzież podchodzi do tego tematu bardzo poważnie. Współuczestniczy w różnego rodzaju kampaniach promujących zdrowie, np. w Marszu Zdrowia. Dla Alicji ten marsz organizowany co roku w październiku, był sztandarową imprezą propagującą zdrowy styl życia i profilaktykę raka piersi. Marsz skupia setki osób, z roku na rok coraz więcej. Uczestniczą w nim nie tylko Amazonki, ich rodziny i przyjaciele, ale także służba zdrowia, posłowie, administracja i inni ważni ludzie dla społeczeństwa Elbląga. Prezes naszego Stowarzyszenia – Alicja Tomczyk była skarbnicą pomysłów i wiary w to, że to się musi udać. Czasem jej zamierzenia wydawały się nie do zrealizowania, czy to z powodu braku funduszy, czy też z innych przyczyn. Ale Alicja była uparta i trzeba przyznać – konsekwentna. I udawało się! Alicja Tomczyk – nasza Ala prawie przez cały okres istnienia Elbląskiego Stowarzyszenia Amazonek była jego Prezesem – to ona nadawała kierunek działalności. Mimo trwającej ponad 30 lat choroby, z krótkimi okresami remisji, była pełna zapału i chęci do pracy, darzyła wszystkich uśmiechem i ciepłem, była pogodna, bardzo lubiana i szanowana.

– Postaramy się, żeby wszystko zostało tak, jak było. Staramy się realizować Jej pomysły, zamiary. Profilaktyka raka piersi jest bardzo ważna. Niczego nie zaprzepaścimy, nadal będziemy wychodzić do ludzi, współpracować z młodzieżą, na czym Jej bardzo zależało. Ala tak bardzo rozwinęła nasze stowarzyszenie, tyle włożyła w to pracy, że nie sposób tego nie kontynuować – dodają pozostałe Amazonki. ■

ZDROWIE

Bez refundacji

Pacjenci z agresywną postacią przewlekłej białaczki limfocytowej żyją nie więcej niż 2 miesiące. Ratunkiem jest dla nich nowoczesny lek, o unikalnym mechanizmie działania, który powoduje śmierć komórek nowotworowych.

W Stanach Zjednoczonych już 2 lata temu uzyskał on status terapii przełomowej. W Polsce jest dostępny, jednak poza procesem refundacyjnym. Obecnie czeka na niego ok. 50 osób, dla których jest on ostatnią szansą na życie.

Przewlekła białaczka limfocytowa to najczęściej występujący rodzaj nowotworu układu krwiotwórczego. Występuje przede wszystkim u osób, które przekroczyły 65 rok życia – zachorowania wśród młodszych pacjentów należą do rzadkości. Przyczyny rozwoju choroby nie są znane, choć lekarze przypuszczają, że u jej podłoża leżą uszkodzenia genetyczne, niekoniecznie występujące dziedzicznie. Podstawą terapii pozostaje więc farmakologia.

Odpowiedzią na potrzeby najciężej chorych jest lek o nazwie wenetoklaks uznawany w USA za terapię przełomową w leczeniu przewlekłej białaczki limfocytowej. Farmaceutyk ten odblokowuje mechanizmy prowadzące do śmierci komórek białaczkowych. Wenetoklaks został zarejestrowany w krajach Europy Zachodniej, również w Polsce, nie trafił jednak na listy refundacyjne.

– Sytuacja tych pacjentów jest już nawet nie dramatyczna, lecz wręcz tragiczna, dlatego że ich mediana przeżycia w tej sytuacji to niecałe dwa miesiące. To jest sytuacja, z którą zmaga się ok. 50 osób w Polsce i one wymagają pilnej pomocy. Ten lek powinien się bezwarunkowo znaleźć na najbliższej liście refundacyjnej – mówi Aleksandra Rudnicka, rzecznik Polskiej Koalicji Pacjentów Onkologicznych.

Nowy lek cechuje ponadto obniżona toksyczność, co oznacza, że jest on lepiej tolerowany przez organizm pacjentów niż pozostałe farmaceutyki. Wielu pacjentów poddawanych terapii wenetoklaksem jest w stanie normalnie funkcjonować, a nawet realizować się na rynku pracy. ■

Źródło: newseria.pl

Jakie prawa ma matka?

Kobieta pytana podczas rozmowy kwalifikacyjnej o to, czy posiada dzieci lub czy je planuje, ma prawo skłamać. Pracownicy w ciąży nie wolno zatrudniać w porze nocnej, w godzinach nadliczbowych, ani bez jej zgody delegować poza stałe miejsce pracy, a ponadto zatrudniać w systemie przerywanego czasu pracy – prof. Monika Lewandowicz-Machnikowska z Uniwersytetu SWPS przypomina, jakie prawa przysługują pracującym matkom.

Fot. pixabay.com

Choć wiele kobiet pracuje prawie do dnia porodu, wraca do pracy zaraz po urodzenia dziecka i nie korzysta, poza sytuacjami, które tego rzeczywiście wymagają, ze zwolnień na opiekę nad dzieckiem, ciągle traktuje się pracujące matki stereotypowo i więcej mówi o nadużywaniu uprawnień macierzyńskich niż o tym, że jako pracownicy są lojalne, zaangażowane i zdolne do poświęceń. Również pomimo tego, że większość uprawnień wcześniej przysługujących matkom, ma obecnie zastosowanie również do ojców, ciągle pokutuje przekonanie, że problem opieki nad dziećmi to problem pracujących matek. Wielu pracodawców uważa posiadanie małych dzieci przez pracujące kobiety za problem, a więc wolą, aby pełnienie roli matki, dużo rzadziej niż ojca, pozostawało sprawą prywatną pracownika.

Pomimo tego, że prawo zabrania co do zasady poruszania kwestii posiadania dzieci i planów prokreacyjnych, młode kobiety poszukujące pracy często zmuszone są odpowiadać na tego rodzaju pytania. Nie dziwi zatem, że niektóre z nich uprzedzająco na rozmowach kwalifikacyjnych mówią wprost o tym, że mają dzieci, ale gdy dziecko zachoruje, zaopiekują się nim dziadkowie. Niewątpliwie posiadanie dzieci nie jest powszechnie postrzegane jako atut kandydatki do pracy, ponieważ prawo przyznaje pracownikom – rodzicom szereg uprawnień. Trudno jednak uznać je za szczególnie kosztowne dla pracodawców zważywszy, jak trudno pogodzić rolę pracownika i matki. Ponadto choć prawo stanowi, że jeżeli oboje rodzice lub opiekunowie dziecka są zatrudnieni, z większości uprawnień może korzystać jedno z nich, w praktyce ciągle korzystają z nich matki, co nie pomaga w zmianie nastawienia do nich jako potencjalnych pracowników.

Mając na uwadze powyższe, warto przypomnieć kilka podstawowych uprawnień związanych z rodzicielstwem, przysługujących między innymi matkom.

I tak: nie wolno pytać kobiet na rozmowach kwalifikacyjnych, czy posiadają dzieci lub zamierzają je mieć w przyszłości (to dyskryminacja). W razie takiego pytania kobieta ma nawet prawo skłamać, wszak chroni się przed bezprawnym działaniem pracodawcy.

Warto pamiętać również, że pracownicy w ciąży nie wolno zatrudniać w porze nocnej, w godzinach nadliczbowych, ani bez jej zgody delegować poza stałe miejsce pracy, a ponadto zatrudniać w systemie przerywanego czasu pracy. Co więcej pracodawca jest obowiązany udzielać pracownicy ciężarnej zwolnień od pracy na zalecone przez lekarza badania lekarskie przeprowadzane w związku z ciążą, jeżeli badania te nie mogą być przeprowadzone poza godzinami pracy. Za czas nieobecności w pracy z tego powodu pracownica zachowuje prawo do wynagrodzenia (art. 185 k.p.). Prawo nakazuje zmianę rozkładu czasu pracy w przypadku kobiet pracujących w porze nocnej na okres ciąży (art. 178 §1 k.p.). Pracodawca zatrudniający kobietę w ciąży lub karmiącą piersią przy pracy wzbronionej dla kobiet w ciąży lub karmiących powinien przenieść ją do innej pracy, a jeżeli nie jest to możliwe, zwolnić ją na czas niezbędny z obowiązku świadczenia pracy (art. 179 k.p.). Dzieje się tak również w przypadku, gdy przeciwwskazania zdrowotne do wykonywania dotychczasowej pracy przez pracownicę w ciąży lub karmiącą dziecko piersią wynikają z orzeczenia lekarskiego. Pracodawca zatrudniający pracownicę w ciąży lub karmiącą dziecko piersią

np. przy pracach związanych z nadmiernym wysiłkiem fizycznym, w tym ręcznym transportem ciężarów, jest obowiązany dostosować warunki pracy do wymagań określonych w tych przepisach lub tak ograniczyć czas pracy, aby wyeliminować zagrożenia dla zdrowia lub bezpieczeństwa pracownicy. Jeżeli dostosowanie warunków pracy na dotychczasowym stanowisku pracy lub skrócenie czasu pracy jest niemożliwe lub niecelowe, pracodawca jest obowiązany przenieść pracownicę do innej pracy, a w razie braku takiej możliwości zwolnić pracownicę na czas niezbędny z obowiązku świadczenia pracy.

Po urodzeniu dziecka w celu opieki nad nim prawo zapewnia matkom (jak również ojcom) możliwość przerwy w pracy w celu korzystania z urlopów macierzyńskiego, rodzicielskiego, ewentualnie wychowawczego. Nie wszyscy zapewne wiedzą jednak, że pracownik uprawniony do urlopu wychowawczego może złożyć pracodawcy pisemny wniosek o obniżenie jego wymiaru czasu pracy do wymiaru nie niższego niż połowa pełnego wymiaru czasu pracy w okresie, w którym mógłby korzystać z takiego urlopu. Pracodawca jest obowiązany uwzględnić wniosek pracownika (art. 186 §7 k.p.).

Pracownica, która karmi dziecko piersią, ma prawo do dwóch półgodzinnych przerw na karmienie wliczanych do czasu pracy, a jeśli karmi więcej niż jedno dziecko przerwy wydłużają się do 45 minut każda. Przerwy mogą być udzielane łącznie. Trzeba jednak pamiętać , że przerwa nie przysługuje, gdy pracownica jest zatrudniona na czas krótszy niż 4 godz., a jeśli czas pracy nie przekracza 6 godzin, przysługuje tylko jedna przerwa (art. 187 k.p.). W praktyce kobiety korzystają z nich skracając godziny pracy.

W przypadku posiadania starszych dzieci warto mieć na uwadze, że pracownika opiekującego się dzieckiem do ukończenia 4 lat nie wolno bez jego zgody zatrudniać w porze nocnej, w godzinach nadliczbowych, ani bez jego zgody delegować poza stałe miejsce pracy, a ponadto zatrudniać w systemie przerywanego czasu pracy (art. 178). Ponadto pracownikowi wychowującemu przynajmniej jedno dziecko w wieku do 14 lat przysługuje w ciągu roku kalendarzowego zwolnienie od pracy w wymiarze 16 godzin albo 2 dni, z zachowaniem prawa do wynagrodzenia. A w razie nieobecności w pracy z powodu konieczności sprawowania osobistej opieki nad dzieckiem pracownik ma prawo, na zasadach określonych w przepisach o ubezpieczeniu społecznym, do zasiłku opiekuńczego.

Oczywiście wymieniono powyżej tylko najważniejsze uprawnienia przysługujące rodzicom, z których mogą korzystać matki. Pominięto bardziej złożone kwestie, takie jak ochrona trwałości stosunku pracy czy szczegółowe regulacje dotyczące korzystania z urlopów związanych z rodzicielstwem. Warto jednak przypomnieć również te pozornie drobne uprawnienia, ponieważ to one często decydują o możliwości pogodzenia roli pracownika i matki na co dzień. ■

SWPS

ZDROWIE

Asystent medyczny wystawi L-4

Już od 23 października lekarz może skorzystać z pomocy asystenta medycznego przy wystawianiu elektronicznych zwolnień lekarskich. Zainteresowani szkoleniami asystenci mogą zgłaszać się na szkolenia do ZUS z obsługi e-zwolnień.

ANNA ILUKIEWICZ

Fot. pixabay.com

Elektroniczne zwolnienia lekarskie funkcjonują od 1 stycznia 2016 r., natomiast od 1 grudnia br. całkowicie zastąpią papierowe zwolnienia lekarskie. Jest to duże ułatwienie dla wszystkich, tzn. lekarza, pacjenta oraz płatnika składek. Wystawienie e-ZLA jest znacznie krótsze niż wystawienie standardowego zwolnienia. Większość niezbędnych danych jest pobierana automatycznie. Nie trzeba także dostarczać dokumentu do ZUS ani do pracodawcy, ponieważ trafi tam natychmiast. Jest to duże ograniczenie zbędnej biurokracji.

Lekarz będzie mógł skorzystać z pomocy asystenta medycznego przy wystawianiu elektronicznych zwolnień lekarskich. Wystarczy, że upoważni inną osobę do wystawiania e-ZLA w swoim imieniu. Takie upoważnienie zostanie zapisane w ministerialnym Rejestrze Asystentów Medycznych i stąd trafi do Zakładu Ubezpieczeń Społecznych. Do wystawiania elektronicznych zwolnień asystent potrzebuje własnego profilu założonego na Platformie Usług Elektronicznych ZUS i podpisu elektronicznego.

Lekarz będzie zawsze decydował o zwolnieniu lekarskim i jego szczegółach. Natomiast asystent może odciążyć go w czynnościach technicznych, czyli wprowadzaniu danych e-zwolnienia do systemu. ■

Wspólne podróżowanie

Logistyka podróży osób z niepełnosprawnościami potrafi być wielkim sprawdzianem cierpliwości, dlatego Fundacja Aktywnej Rehabilitacji Emerytowanych Osób Niepełnosprawnych z Poznania stworzyła innowację społeczną w postaci platformy elektronicznej, dzięki której podróżni mogą podjąć współpracę i udzielić sobie wsparcia w trakcie podróży.

– Podróże koleją, szczególnie dłuższe, stanowią duże wyzwanie dla osób niepełnosprawnych, w szczególności tych w stopniu znacznym. Napotykane problemy dotyczą zarówno przemieszczania się po dworcu, wsiadania i wysiadania z pociągu, jak i znalezienia właściwego miejsca w pociągach objętych rezerwacją. Kolej co prawda zapewnia możliwość asysty, ale dotyczy to tylko samej podróży, a nie fazy przed i po niej – np. odprowadzenie na przystanek autobusowy – zauważają twórcy innowacji społecznej.

Fot. pixabay.com

Postanowili stworzyć narzędzie, które ułatwi osobom z niepełnosprawnościami podróżowanie – elektroniczną platformę umożliwiającą porozumienie pomiędzy pasażerami podróżującymi tą samą trasą w określonym momencie.

– Celem całego rozwiązania jest możliwość znalezienia przez osoby niepełnosprawne opiekuna w podróży, który w zamian za pomoc przed, w trakcie oraz po zakończeniu podróży mógłby podróżować jako opiekun osoby z niepełnosprawnością i w ten sposób obniżyć znacznie koszt swojego przejazdu (fakultatywnie) – tłumaczą autorzy innowacji. – Platforma ma za zadanie jedynie informować o istniejących możliwościach zakupu biletów ulgowych zgodnie z obowiązującym prawem oraz kojarzyć osoby planujące podróż. Platforma w żaden sposób nie pośredniczy w zakupie biletów na przejazd – dodają.

Jak informują twórcy portalu Kolejlove, inicjatywa leży po stronie podróżnych. Platforma, mająca postać strony internetowej i aplikacji mobilnej, oferuje użytkownikom czat, za pomocą którego mogą skontaktować się z innymi podróżnymi, żeby ustalić zakres udzielanego wsparcia i szczegóły przejazdu.

Z narzędzia mogą korzystać wyłącznie osoby pełnoletnie. Aby dodawać ogłoszenia (zawierające najważniejsze informacje na temat okoliczności przejazdu i potrzeb użytkownika), konieczne jest założenie konta lub zalogowanie się do portalu za pomocą serwisu Facebook. Podróżni, którzy chcą ustalić szczegóły współpracy, muszą spełniać warunki wyszczególnione w regulaminie Kolejlove (dostępnym na stronie internetowej portalu). ■

Źródło: kolejlove.pl

Udogodnienia w autokarach

FlixBus skorygował regulacje dotyczące przewozu osób na elektrycznych wózkach inwalidzkich – zgodnie z nowymi zapisami przewóz pasażera na wózku elektrycznym w kabinie pasażerskiej jest dozwolony, jeśli wózek spełnia normy bezpieczeństwa, a autobus jest przystosowany do przewozu osób na wózkach. W Polsce dotyczy to ok. 2/3 floty tego przewoźnika.

Całość ma na celu usprawnienie obsługi pasażerów. Zgodnie z nowymi zapisami przewóz pasażera na wózku elektrycznym w kabinie pasażerskiej jest od teraz dozwolony, jeśli wózek spełnia normy DIN EN 12183 lub 12184, a autobus jest przystosowany do przewozu osób na wózkach. Co więcej, wózki muszą być wyposażone w punkty mocowania służące do ich zabezpieczenia za pomocą tzw. węzłów mocujących, zgodnie z normą DIN 75078–2.

Procedura rezerwacji biletów dla osób z niepełnosprawnością nie ulega zmianie. W celu sprawdzenia możliwości przewozu pasażer jest proszony o podanie dokładnej konstrukcji wózka lub innego urządzenia ułatwiającego poruszanie się przed rezerwacją najpóźniej 7 dni (w przypadku przewozu w przedziale pasażerskim) lub 36 godzin (w przypadku przewozu w bagażniku) przed rozpoczęciem podróży, wypełniając formularz na stronie www.flixbus.pl – Niedozwolony pozostaje przewóz wózka elektrycznego w luku bagażowym. ■

Oprac. MS

Trudności występują dalej

Rzecznik Praw Pacjenta na bieżąco monitoruje obecną sytuację w służbie zdrowia, w tym informacje pochodzące ze środków masowego przekazu dotyczące trudności osób z niepełnosprawnościami w dostępie do lekarzy specjalistów oraz rehabilitantów.

Od 1 lipca br., czyli od momentu wejścia w życie ustawy o szczególnych rozwiązaniach wspierających osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności, liczba zgłoszeń pisemnych kierowanych do Rzecznika w tej sprawie wyniosła 11. Ponadto w 64 przypadkach pacjenci za pośrednictwem infolinii kierowali zapytania o udzielenie informacji o nowych zasadach dostępu tych osób do świadczeń opieki zdrowotnej.

Bartłomiej Chmielowiec przypomina, że osoby posiadające orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności mogą skorzystać ze świadczeń opieki zdrowotnej poza kolejnością. Chodzi tu o świadczenia udzielane m.in. w ambulatoryjnej opiece specjalistycznej oraz w szpitalach. W ramach przysługujących uprawnień możliwe jest także korzystanie z usług farmaceutycznych realizowanych w aptekach oraz ze świadczeń rehabilitacji leczniczej, zgodnie ze wskazaniami medycznymi.

W praktyce oznacza to, że placówka medyczna powinna udzielić świadczenia w dniu zgłoszenia. Jeśli staramy się o udzielenie świadczenia w szpitalu lub ambulatoryjnej opiece zdrowotnej, a nie jest to możliwe w dniu zgłoszenia, to placówka wyznacza inny termin poza kolejnością przyjęć wynikający z prowadzonej przez nią listy oczekujących. Pamiętać przy tym należy, że w przypadku ambulatoryjnej opieki specjalistycznej, świadczenie nie może być udzielone w terminie późniejszym niż w ciągu 7 dni roboczych od dnia zgłoszenia.

Wymagane jest, aby pacjent miał przy sobie dokument potwierdzający przysługujące uprawnienie, tj. orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności.

W przypadku nierespektowania tych uprawnień przez podmioty lecznicze lub innych problemów z dostępem do świadczeń zdrowotnych, pacjenci z niepełnosprawnościami proszeni są o kontakt z Rzecznikiem Praw Pacjenta. Skargę można złożyć pisemnie. Każdy sygnał zostanie wnikliwie zbadany. Jest także możliwość kontaktu telefonicznego. Pod bezpłatnym numerem infolinii 800 190 590 można uzyskać niezbędną poradę prawną, informację, a w uzasadnionych przypadkach pracownicy Biura Rzecznika podejmą interwencję bezpośrednio w placówce medycznej. ■

Źródło: bpp.gov.pl

Kobiety z niższymi emeryturami

1 października minął rok od wprowadzenia obniżonego wieku emerytalnego. W tym czasie wniosek o świadczenie emerytalne złożyło prawie 10 tys. osób. W skali kraju ponad 730 tys. to osoby korzystające ze świadczeń w związku z obniżeniem wieku uprawniającego do przejścia na upragnioną emeryturę, a w Elblągu jest to ponad 8 700.

ANNA ILUKIEWICZ

Spośród nowych emerytów, aż 5 120 osób otrzymuje wypłatę świadczenia na konto bankowe, a zaledwie 1 840 zdecydowało się na dostarczenie za pomocą przekazu pocztowego. Przypomnijmy, obecnie kobiety muszą mieć ukończone 60 lat, a mężczyźni 65, aby dołączyć do grona emerytów.

Mieszkańcy Elbląga chętnie skorzystali z możliwości wcześniejszego przejścia na upragnioną emeryturę. Wysokość przyznanych świadczeń w naszym oddziale ZUS nie jest najwyższa, jednak nie jesteśmy najuboższym regionem. Najniższą emeryturę otrzymują kobiety z Radomia, tj. 1 460zł, natomiast najubożsi mężczyźni żyją w Biłgoraju – tam świadczenie wynosi ponad 2 130zł. Najwyższe emerytury dla kobiet wypłacane są w Warszawie, gdzie wysokość świadczenia wynosi ponad 2 150zł. Natomiast najbogatsi emeryci mężczyźni mieszkają w Rybniku, a tam wysokość emerytury wynosi prawie 3 600zł.

– Średnie świadczenie dla kobiety w Elblągu wynosi ponad 1 530 zł, natomiast dla mężczyzn ponad 2 560zł. Różnica w wysokości emerytury między paniami a panami jest bardzo duża – informują urzędnicy ZUS.

W sumie wniosek o emeryturę złożyło w naszym województwie ponad 29 300 osób. Jednak część z tych osób jeszcze nie otrzymała wypłaty. Wiele z nich zostało zawieszonych z uwagi na kontynuowanie zatrudnienia lub na wniosek świadczeniobiorcy. Takie świadczenia są przygotowane do wypłaty, teraz wystarczy tylko ruch ze strony świadczeniobiorcy i ZUS podejmie wypłatę naliczonego już świadczenia. ■

„Atak" mistrzem

W dniach 12-14 października w Łodzi odbył się Finał Mistrzostw Polski w siatkówce na siedząco. W turnieju wzięło udział 8 zespołów z całej Polski, w tym elbląska drużyna broniąca tytułu Mistrza Polski.

Fot. nadesłana

Pierwszego dnia odbyły się mecze grupowe. IKS zagrał z zespołami z Katowic, Wrocławia i Jeleniej Góry. Elbląski zespół wygrał wszystkie mecze, w dodatku bez straty seta. W półfinale – również bez straty seta – elblążanie pokonali drużynę Lew Legnica. Finał był długim pięciosetowym pojedynkiem, wygranym przez podopiecznych trenera Tomasza Woźnego. Tytuł mistrza Polski drużyna IKS „ATAK" Elbląg zdobyła po raz trzynasty w 20–letniej historii klubu.

Skład drużyny IKS „ATAK": Sergiej Szewczenko, Denis Byczenko, Krzysztof Wojtaszek, Dariusz Fercho, Jarosław Czyżewski, Andrzej Młynarczyk, Mariusz Wojdag, Marcin Hebda, Łukasz Biedrzycki, Sylwester Czyż, Rafał Wójtowicz (MVP turnieju), Dawid Woźny. Tomasz Woźny – trener, Jan Szarwark - kierownik drużyny.

Klasyfikacja końcowa MP:

1. IKS „ATAK" Elbląg
2. KS „INDRA" Kazimierz
3. WZSN „START" Wrocław
4. SPSS „LEW" Legnica
5. SSN „START" Łódź
6. KSI „START" Szczecin
7. „START" Katowice
8. IKSR Jelenia Góra ■

Oprac. MM

Puchar Polski dla ŁKSG

W Łodzi rozegrany został turniej finałowy Pucharu Polski Niesłyszących w piłce siatkowej kobiet. Najlepsze okazały się siatkarki miejscowego ŁKSG, które po rocznej przerwie ponownie sięgnęły po trofeum.

W turnieju finałowym udział wzięło sześć drużyn. Łodzianki w fazie grupowej były bezkonkurencyjne. Bez straty seta pokonały Koronę Szczecin i MKSN Mazowsze Warszawa. W półfinale równie pewnie pokonały MIG Gliwice (3:0). W finale podopieczne trenera Łukasza Zielińskiego ponownie trafiły na zespół z Warszawy. Tym razem do wyłonienia zwycięzcy potrzebne były cztery sety. ŁKSG wygrał 3:1.

Organizatorami imprezy byli: Polski Związek Sportu Niesłyszących, Łódzki Klub Sportowy Głuchych oraz Urząd Miasta Łodzi.

Skład ŁKSG, zdobywcy Pucharu Polski Niesłyszących w piłce siatkowej kobiet: Edyta Kucharska, Aldona Kramek, Anna Tylki, Agnieszka Szczepska, Ewelina Stępień, Anna Gajda, Marta Byczkowska, Klaudia Fijałkowska, Elżbieta Wójtowicz-Fijołek, Karolina Stobiecka, Wiktoria Choreziak. Trener – Łukasz Zieliński, asystent trenera – Piotr Maciejewski. ■

Fot. Łódzki Związek Piłki Siatkowej (Facebook)

Źródło: Łódzki Związek Piłki Siatkowej (Facebook); Oprac. MM

Mundial był dla nas lekcją

Emocji dostarczyli aż nadto. Szczególnie w meczu z Angolą, który był prawdziwym roller-coasterem i kluczowym meczem turnieju. Ostatecznie biało–czerwoni w Meksyku zajęli 7. miejsce, udowadniając, że odpowiednia postawa jest ważna zarówno na boisku, jak i poza nim. O kulisach mundialu opowiedział nam Artur Kurzawa, kierownik reprezentacji, który podczas mundialu przekazywał amp futbolowe emocje w roli komentatora podczas transmisji meczów Polaków.

Fot. Bartłomiej Budny/Amp Futbol Polska (Facebook)

MATEUSZ MISZTAL

Pokonana Kolumbia i Kostaryka

Amp futbol cieszy się coraz większym zainteresowaniem. Nawet podczas minionego mundialu oglądalność meczów z udziałem reprezentacji Polski rosła z meczu na mecz, a warto dodać, że gdy piłkarze grali, to w Polsce w tym czasie był późny wieczór lub noc.

– Docierały do nas bardzo zadowalające informacje. Wszyscy o nas pisali i mówili. Byliśmy w telewizji, radiu i w gazetach. Nie spodziewaliśmy się, że sport niepełnosprawnych będzie aż na taką skalę prezentowany w naszym kraju. Kilkadziesiąt tysięcy kibiców oglądało mecze reprezentacji, a w Polsce była zwykle wtedy pierwsza lub druga w nocy. Mam nadzieję, że piłka w wykonaniu osób po amputacjach spodoba się już na zawsze – mówi Artur Kurzawa, kierownik reprezentacji Polski. – Cieszy też to, że mamy akademie piłkarskie i kluby, i każdy z wadą jednej z nóg czy po jej amputacji znajdzie coś dla siebie.

W fazie grupowej podopieczni Marka Dragosza wygrali dwa z trzech meczów. Pokonali Kolumbię i Kostarykę (w obu przypadkach 1:0) i musieli uznać wyższość Japończyków (przegrywając 2:0). Takie wyniki pozwoliły zająć trzecie miejsce w grupie, które dało jednak awans do dalszej fazy turnieju. Porażka z Japonią wpłynęła jednak bardzo na kwestię losowania, bo biało-czerwoni byli dolosowywani do (teoretycznie) trudniejszych rywali.

Faza pucharowa z piłkarskimi horrorami

W meczu 1/8 ampfutboliści znad Wisły zmierzyli się z Haiti. Polacy zafundowali dużą dawkę emocji, pokonując rywali 2–1 i strzelając zwycięskiego gola w ostatniej minucie meczu. Zdobywcą obu goli był, nazywany polskim Messim, Bartosz Łastowski. Po ostatnim gwizdku Haitańczycy wylali wiele łez. Nasi reprezentanci zachowali się z klasą, pocieszając pokonanych. Te sceny pokazywały, jak wielkie zaangażowanie w trakcie MŚ towarzyszyło sportowcom i jak ważny był to turniej.

W ćwierćfinale poprzeczka zawieszona była jeszcze wyżej. Biało–czerwoni zagrali z Angolą. O ile w pierwszej połowie nie padły gole, o tyle w drugiej emocje rosły z każdą minutą. Podopieczni Marka Dragosza przegrywali 1:0 i po raz kolejny gola zdobyli w samej końcówce – tym razem w doliczonym czasie gry. 50 minut meczu to był dopiero wstęp. Prawdziwym daniem głównym była dogrywka. Polacy prowadzili w niej już 3:1, jednak w końcówce wydarzyło się coś niebywałego. Angolczycy zdobyli dwa gole i o to czekał nas jeszcze deser – rzuty karne. Te lepiej wykonywali rywale

i w serii „dziesiątek” (w amp futbolu rzut karny wykonywany jest z odległości 10 metrów od linii bramkowej) wygrali 3:2.

– To będzie ciężka noc dla każdego z nas. To, co się wydarzyło, to coś strasznego – podsumował na gorąco dla Amp Futbol Polska mecz z Angolą Bartosz Łastowski. – Jednak mamy orzełka na piersi, śpiewamy z dumą hymn i chcemy wygrywać, niezależnie o które miejsce gramy. Chcemy być dumni i dać coś kibicom, którzy tak nas wspierali przez cały mundial – dodał.

- Oglądam w ciągu roku wiele meczów i takiego jeszcze nie widziałem. Wydawało się, że już jesteśmy jedną nogą w półfinale, ale zakończyło się to dla nas tragicznie. Czego zabrakło? Wydaje mi się, że takiego wyrachowania i koncentracji do ostatniej sekundy. Nikt z oglądających na dwie minuty przed końcem spotkania nie pomyślał zapewne, że coś się jeszcze może zmienić w tym meczu - mówi Artur Kurzawa. - Mamy młody zespół i trzeba jak najszybciej wyciągnąć wnioski z takiego spotkania. To jest ogromna nauczka na przyszłość. Nie da się ukryć, że właśnie w tym meczu, coś nam z rąk wypadło. Ciężko mówić o tym pojedynku, nie tylko mi, ale też zawodnikom i trenerom, bo to w jakich okolicznościach odpadliśmy z turnieju jest przykre, zwłaszcza że to Angola później została mistrzem świata – dodaje.

Choć przed mundialem apetyty były większe, to naszym piłkarzom pozostała gra o miejsca 5–8. Reprezentacja Anglii była jednak lepsza, pokonując Polskę 2:0 i to zawodnicy z wysp brytyjskich zagrali o miejsce piąte. Biało–czerwoni w ostatnim meczu mundialu zagrali o miejsce siódme z Hiszpanią. Jedynego gola w tym meczu w pierwszej połowie zdobył Bartosz Łastowski. Dodajmy, że był to gol zdobyty bezpośrednio z rzutu rożnego.

- Cały ten turniej był dla nas olbrzymią lekcją. Zabrakło nam tylko dwóch minut do spełnienia marzeń i te marzenia cały czas w naszych głowach siedzą. Jesteśmy po tym turnieju jeszcze silniejszą drużyną. Myślę, że sukces w postaci medalu przyjdzie za dwa lata – mówi kierownik reprezentacji Polski. - Mieliśmy wsparcie od prezesa Bońka, przez Ministerstwo Sportu i Turystyki, Roberta Lewandowskiego, Łukasza Fabiańskiego, Kamila Grosickiego i tak można długo wymieniać. Ludzie zakochali się w amp futblu i w tej drużynie, jestem z tego powodu bardzo zadowolony – dodaje.

Fot. Bartłomiej Budny/Amp Futbol Polska (Facebook)

Łyse głowy i kule dla reprezentacji Nigerii

- Niemal wszyscy nasi zawodnicy wraz z trenerem zgolili włosy na głowach. Chłopaki z drużyny wpadli na pomysł, by zrobić taką akcję wspierającą dzieci zmagające się z chorobami onkologicznymi. Trudno ich było później rozpoznać na boisku. Na zrzutka.pl trwa zbiórka pieniężna na pomoc tym dzieciom.

Polacy poza boiskiem świetnie spisali się także wobec boiskowych rywali. Tuż po turnieju reprezentanci Nigerii – z braku własnego sprzętu – poprosili o dwie kule. Nasi zawodnicy przekazali „trochę” więcej niż dwie.

– Jeden z reprezentantów Nigerii, Yomi, jest na co dzień zawodnikiem aktualnego mistrza Polski, Glorii Warsovia. Ma on wielu kumpli w naszej reprezentacji, podszedł do jednego z naszych zawodników i zapytał czy moglibyśmy chociaż dwie kule im sprezentować. W przeciwieństwie do niektórych krajów, na brak sprzętu nie narzekamy i ta reakcja była natychmiastowa. Każdy z zawodników oddał po jednej parze kul. Dołożyliśmy też różne odżywki, buty, rękawice bramkarskie i bluzę bramkarską – opowiada Kurzawa. – Tworzymy tę dyscyplinę wspólnie i im więcej krajów i osób w tych krajach będzie uprawiało ten sport tym lepiej. Cieszę się, że w ten sposób mogliśmy im pomóc. My nic nie straciliśmy a amp futbol tylko na tym zyskał.

Polski Związek Amp Futbolu

W atrakcie mundialu do zawodników dotarła bardzo dobra informacja od ministra sportu. Witold Bańka wyraził zgodę na utworzenie Polskiego Związku Amp Futbolu.

– Na pewno da nam to większe możliwości finansowe, związane ze współpracą z ministerstwem sportu i turystyki. To wsparcie oczywiście jest od początku istnienia naszej drużyny, ale teraz możemy już oficjalnie współpracować i otworzyć jeszcze szersze możliwości tej współpracy. Do tego dochodzą również różnego rodzaju stypendia dla zawodników w przypadku sukcesów – mówi Kurzawa. – Minister Witold Bańka na koferencji prasowej po Mistrzostwach Świata mówł, że ministerstwo chce się zaangażować w pomoc nam i tej dyscyplinie sportu. Chce też pomóc przy organizacji dużych imprez sportowych.

Dodajmy, że nasz kraj zgłosił miasto Kraków jako kandydata do organizacji mistrzostw Europy w 2020 roku i mistrzostw świata w 2022 roku. Możliwe więc, że najlepsi amp futbolowcy za dwa lub cztery lata zawitają do Polski. ■

Taniec jest moją pasją

Od 2008 roku jest w Kadrze Polski w tańcu na wózkach. Niedawno w ramach pokazu specjalnego wystąpiła podczas „Batic Cup" w Elblągu. Można ją było także zobaczyć na małym ekranie w programie „Mam talent". Podczas castingu (wraz z partnerem tanecznym Markiem Zaborowskim) swoim występem poruszyła jury, a publiczność zareagowała owacją na stojąco. Mowa o KATARZYNIE BŁOCH, która cierpi na wrodzoną łamliwość kości. Choroba nie jest jednak przeszkodą w realizowaniu – jak sama podkreśla – jej największej życiowej pasji, jaką jest taniec.

MATEUSZ MISZTAL

Fot. arch. prywatne Katarzyny Błoch

Kiedy narodziła się pasja do tańca?

W 2001 roku zaczęłam tańczyć na poważnie z trenerami. Od 2008 jestem w Kadrze Polski w tańcu na wózkach.

Czym jest dla Pani taniec?

Taniec jest moją pasją i całym moim obecnym życiem.

Preferuje Pani tańce standardowe czy może jednak latynoamerykańskie?

Oba te style już mi się znudziły po ponad 10 latach. Teraz preferuję zdecydowanie taniec współczesny. Daje nam on inne możliwości. Więcej wyrażenia wspólnych emocji.

Choroba ma wpływ na Pani pasję?

Jasne, że ma. Jest to pewne ograniczenie. Nie wszystko co bym chciała, mogę wykonać, bo jest obawa przed złamaniem. W końcu wciąż mam łamliwość kości. Z tego nie wychodzi się nigdy.

Wraz z Markiem Zaborowskim od lat tworzycie taneczny duet. Macie za sobą wiele sukcesów. Który był najważniejszy? Po który najtrudniej było sięgnąć?

Bez wątpienia naszym największym sukcesem jest zdobyte w 2016 roku w Koszycach na Słowacji Mistrzostwo Europy we Freestalu oraz w 2017 w Belgii 4 miejsce w Mistrzostwach Świata także we Freestalu. Dla mnie osobiście rownież tytuł 2 vice Mistrzyni Świata w kategorii solo Women z 2017 r.

Wystąpiliście w programie „Mam Talent" w telewizji TVN. Skąd pomysł, by wziąć udział w tym talent–show?

Pomysł narodził się spontanicznie. Potrzebujemy rozgłosu. Znani jesteśmy głównie w świecie tanecznym. A potrzebujemy większego rozgłosu. Chcemy szerzyć ten rodzaj sportu na całą Polskę. Marzymy być zapraszani na pokazy taneczne i brać udział w jak największej liczbie imprez, na których moglibyśmy dać pokaz naszych umiejętności. Wciąż czekamy na propozycje.

Długo się wahaliście, gdy zadzwonił telefon z Elbląga i zapytano, czy wystąpicie w ramach „Baltic Cup"?

Nie wahaliśmy się wcale. To ogromny prestiż i zaszczyt zatańczyć na tak dużej imprezie tanecznej. Tak profesjonalnie zorganizowanej. Dziękujemy, że mogliśmy tam wystąpić.

Jakie są Pani najbliższe plany taneczne?

25 listopada mamy turniej na Malcie oraz w przyszłym roku zaproszenie do Włoch, terminu jednak jeszcze nie znamy. ■

Potrzebował protezy nogi – teraz przemierza Afrykę

Kuba Standera postanowił przemierzyć na rowerze północno–zachodnie tereny Afryki i złowić wymarzoną rybę, palometona. Nie byłoby w tym nic dziwnego, gdyby nie fakt, że w wyniku amputacji stracił nogę i do niedawna nie myślał nawet, że taka podróż kiedykolwiek dojdzie do skutku.

Dlatego swoją wyprawę postanowił połączyć ze zbiórką pieniędzy na Centrum Rehabilitacji Fundacji Poland Business Run – organizacji, która pomogła mu w zakupie protezy. Pierwszą, 600–kilometrową część trasy odbył na rowerze, drugi etap zakłada poruszanie się lokalną komunikacją autobusową. Cała trasa liczy ponad 2000 km. Choć idea wyjazdu zrodziła się już dawno, bardzo długo pozostawała tylko w sferze marzeń.

– Jeszcze jako dziecko z wypiekami na twarzy oglądałem zdjęcia z Camel Trophy. Później rajd Dakar. Pojawiły się plany wyprawy do Cape Town, które pożarło życie. Zostało marzyć i czytać książki o Saharze. Kiedy wreszcie wydawało się, że los się odmienia, bo spełniłem wielkie marzenie i zacząłem pracować na łodzi łowiącej tuńczyki w Cieśninie Gibraltarskiej, przyszedł cios – amputacja nogi – wspomina Kuba.

Powrót do kraju, myśli o operacji i perspektywie zebrania ogromnych środków na profesjonalną protezę nie napawały optymistycznie. Na szczęście znalazł oparcie w najbliższych.

– Mówi się, że najciemniej jest przed wschodem słońca. W moim przypadku to powiedzenie okazało się prawdą. Kiedy leżałem w szpitalu po operacji, moi znajomi i przyjaciele zorganizowali zbiórkę. Dzięki niej oraz pomocy Fundacji Business Run byłem w stanie kupić protezę. W dodatku taką umożliwiającą zarówno wchodzenie do słonej wody, jak i bardzo aktywne życie. Operacja, która niemal sprawiła, że straciłem chęci do życia, stała się ostatecznie impulsem do nowego startu. Wróciłem do pasji z młodości, jaką jest jazda na rowerze – opowiada Kuba.

Fot. nadesłana

Wróciły też myśli o podróży przez Afrykę i plan łowienia na muchę ryb na Saharze. Tym razem udało się zmienić je w czyn. Wraz z początkiem września Kuba rozpoczął wyprawę, o której myślał przez lata. Na rower zapakował namiot, sprzęt do spania i gotowania, wodę, ładowarkę solarną i sprzęt wędkarski. Planowana w dwóch etapach trasa przebiega m.in. przez Algeciras, Tanger, Rabat, Casablancę, Agadir, Tantan, Tanzit i Boujudour. Jej finałem będzie wybrzeże między Dakhlą a granicą z Mauretanią.

Choć celem Kuby jest złowienie wymarzonej ryby, chciałby także, by jego podróż miała głębszy wymiar i posłużyła kolejnym osobom, które – tak jak on kiedyś – potrzebują pomocy.

– Przy okazji realizowania życiowego marzenia, chciałbym zrobić też coś dobrego i zebrać środki dla Fundacji Poland Business Run, pomagającej osobom po amputacjach dosłownie stanąć na nogi – tłumaczy Kuba Standera. Fundacja Poland Business Run, najbardziej znana z organizacji biznesowej sztafety, koncentruje swoją charytatywną działalność właśnie na pomoc osobom z niepełnosprawnościami narządów ruchu. Od początku istnienia pomogła już kilkuset beneficjentom. Wkrótce otworzy w Krakowie Centrum Rehabilitacji – pierwsze w Polsce miejsce, oferujące kompleksową pomoc dla osób po amputacjach. Zbiórkę na ten cel chce wypromować Kuba Sandera. Ma nadzieję, że uda się zebrać kwotę 5 tys. złotych, która pomoże wyposażyć centrum.

– By wesprzeć nasze Centrum Rehabilitacji, wystarczy wejść na zbiórkę na Facebooku, którą utworzył Kuba, i wybrać odpowiednią kwotę wsparcia. Liczy się każda złotówka – tłumaczy Marta Hernik z Fundacji Poland Business Run. – Bardzo się cieszymy, widząc, że nasi beneficjenci nie tylko stają na nogi po amputacji, ale zaczynają realizować swoje marzenia i pragną pomagać innym. ■

Angelika Lis
Fundacja Poland Bussiness Run