Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

Miesięcznik finansowany jest ze środków PFRON

www.razemztoba.pl • Razem każdego dnia • Razem już 22 lata

Nr 8/260 2019



Trochę wytchnienia...



Nowy system, stare problemy

więcej str. 14



Rodzina z mocą

więcej str. 22



Urlop na dziecko dla ojca

więcej str. 35

Edukacyjny tor przeszkód

Na terenie parku tematycznego przy rybnickim kampusie powstała ścieżka edukacyjna do nauki jazdy na wózku inwalidzkim z wykorzystaniem barier, jakie na co dzień można spotkać w przestrzeni publicznej.

Tor przeszkód powstał z inicjatywy stowarzyszenia Oligos oraz Miasta Rybnika i wykonany został przez pracowników Rybnickich Służb Komunalnych.

– Edukacyjna ścieżka instruktażu poruszania się na wózku inwalidzkim powstała w przestrzeni miejskiej, na terenie parku rekreacyjnego w miejscu łatwo dostępnym dla każdego. Uświadamia nam, że często tak naprawdę małe bariery okazują się barierami największymi – przekonuje Piotr Kuczera, prezydent Rybnika. – Ścieżka dedykowana jest zarówno osobom z niepełnosprawnościami, jak i ich asystentom i opiekunom, ale też wszystkim zainteresowanym wiedzą o tym, z jakimi problemami borykają się na co dzień osoby niepełnosprawne i z jakimi ograniczeniami muszą się mierzyć, poruszając się w przestrzeni miejskiej, nie tylko w Rybniku. Taką świadomość wyrabia w nas tylko doświadczenie, dlatego uczniowie rybnickich szkół będą tutaj odbywali ćwiczenia w ramach lekcji wychowawczych – deklaruje prezydent miasta.

Na ścieżce przygotowano takie elementy jak: krawężnik, dukt leśny, drzwi wahadłowe, nierówności (piasek, żwir, bruk, dziury), schody (zarówno zjazd jak i wjazd po schodach) oraz pochylnia (nauka wjazdu i zjazdu z pochylni). Do wszystkich elementów dobrany jest piktogram znajdujący się w pobliżu przeszkody informujący o pozycji wózka względem bariery terenowej, pozycji osoby pomagającej względem wózka oraz o kierunku przemieszczania się. Każda przeszkoda jest szerzej opisana na instrukcji użytkowania, która znajduje się w pobliżu toru.

– Ścieżka edukacyjna to nic innego jak skomasowane bariery, jakie osoby na wózkach i ich opiekunowie napotykają codziennie na swojej drodze. Nabycie umiejętności opanowania sposobu pokonywania barier architektonicznych i własnej fizyczności to gwarancja bezpieczeństwa i zapewnienie relaksu podczas spaceru – mówi Elżbieta Piotrowska, prywatnie matka dorosłej, niepełnosprawnej ruchowo córki. – Ścieżka w szczególności służy do praktycznej części szkoleń wolontariuszy pod kątem asystentury osób poruszających się na wózku inwalidzkim, organizowania prelekcji dla dzieci, młodzieży i dorosłych, których celem byłoby zachęcenie do wolontariatu oraz przełamanie barier w integracji ze środowiskiem osób niepełnosprawnych oraz odbywania treningów samych osób z niepełnosprawnością poruszających się na wózku, szczególnie tych z niepełnosprawnością nabytą, na przykład powypadkową – dodaje.



Fot. L. Tyl/rybnik.eu

Celem takiego kursu dla zdrowej młodzieży jest pobudzenie ich wyobraźni na temat życia osób na wózku, co powinno skutkować większą ostrożnością podczas np. skoków na główkę do wody. Poza tym pchając wózek przez bariery będą mieli okazję wejścia w świat osób niepełnosprawnych.

Ścieżka powstała z materiałów używanych na co dzień przez Rybnickie Służby Komunalne, takich jak kostka brukowa czy pochodząca z demontażu kostka granitowa, wykorzystano też niezbędne kruszywo. Elementy stalowe (barierki, poręcze) zostały wykonane przez pracowników RSK. W budowę zaangażował się również Zakład Gospodarki Mieszkaniowej, wykonując drewniane drzwi wahadłowe, zaś część merytoryczną (piktogramy, instrukcje) przygotował prywatny podmiot.

Szczegółowe informacje i pomoc w zakresie korzystania ze ścieżki do nauki bezpiecznej jazdy na wózku inwalidzkim znaleźć można w Stowarzyszeniu Oligos, przy ul. J. Karłowicza 48 lub pod nr tel.: 32 750 57 96 lub 32 750 57. ■

Źródło: rybnik.eu

Oprac. Red.



NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ W ŚWIECIE MODY

5 Modelka o dwóch kolorach ciała

W dzieciństwie nazywana była „krową" i „zebrą", a dzisiaj jest jedną z najbardziej rozpoznawalnych modelek na świecie. Winnie Harlow – czarnoskóra kobieta cierpiąca na bielactwo podbija światowe wybiegi mody.



Z PASJĄ NA WÓZKU

10 Doktorat – naukowe wyzwanie

W dzisiejszych czasach coraz więcej osób stara się podnosić swoje kwalifikacje. Coraz bardziej powszechna staje się idea edukacji ustawicznej, czyli ciągłego dokształcania się przez całe życie. Jednym ze sposobów jest zrobienie doktoratu.

PATRONAT „RAZEM Z TOBĄ"

19 Rusza projekt „Akademia +60"
25 Test praktycznego życia
32 „Niech dzieło mówi samo za siebie..."

ZDROWIE

14 Nowy system, stare problemy
16 E-recepta, e-skierowanie i IKP
34 Za darmo do sanatorium

ELBLĄG – NASZE MIASTO

20 Nowoczesna edukacja w EUH-E
22 Rodzina z mocą
24 Wytchnienie dla opiekunów osób z niepełnosprawnościami

PRAWO

35 Urlopy na dziecko dla ojca
36 Czy leci z nami bagaż?
38 Poznaj swoje prawa

SPORT

40 Medal i trzy kwalifikacje
41 Rugbyści z ósmym miejscem
42 Wspierają młodych sportowców



ELBLĄG

19 Magia dobrego serca

Poduszki, które powstają w ramach projektu „Serce od serca", nie są zwyczajne. Ich kształt i wypełnienie mają konkretny cel: pomoc pacjentkom z nowotworem piersi w rehabilitacji. Do akcji włączyło się Centrum Radioterapii i Usprawniania NU-MED. Jak przekonują inicjatorki przedsięwzięcia, nie będzie to ostatnia taka akcja.



ELBLĄG

43 Po stronie słabszych

Od 1997 roku na mocy ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych w większości polskich miast powstały stanowiska Pełnomocników ds. Osób Niepełnosprawnych.

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

PORTAL I GAZETA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

RAZEM OD 22 LAT

ADRES REDAKCJI:
82-300 Elbląg, ul. Hetmańska 28,
tel. (55) 232 69 35
e-mail: redakcja@razemztoba.pl
www.razemztoba.pl

WYDAWCA:
Elbląska Rada Konsultacyjna
Osób Niepełnosprawnych (ERKON)
tel./fax (55) 232 69 35
e-mail: erkon@softel.elblag.pl
www.erkon.elblag.pl

REDAKCJA:
Rafał Sułek (red. naczelny),
Monika Szałas (red. wydania),
Teresa Bocheńska, Mateusz Misztal, Paweł Rodziewicz, Paweł Gwardyński,
Damian i Ilona Nowaccy, Joanna Meryk, Aleksandra Sasin.

DRUK:
PPUH APLAUZ

ZADZWOŃ DO NAS
Jesteś świadkiem ciekawego wydarzenia? Coś Cię bulwersuje, smuci bądź cieszy?
Zadzwoń!
Czekamy na Twój telefon!
(55) 232 69 35
Napisz!
redakcja@razemztoba.pl

Fot. na okładce: pixabay.com

© 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.



Wakacje, wakacje i po wakacjach. Przed nami kolejne miesiące 2019 roku. Trzeba przywyknąć do tego, że to, co dobre, już było. Teraz przyszedł czas na chłód, coraz krótszy dzień, liście spadające z drzew, listopadowe wspominanie tych, których już z nami nie ma, a kilka chwil później „Last Christmast" w radiu, ozdoby świąteczne w sklepach, gorączkę świątecznych przygotowań, na strzelające korki od szampana w sylwestrową noc.

Czas biegnie nieubłaganie. Jeszcze nie tak dawno planowaliśmy urlopy, teraz zaczynamy rozglądać się za czymś ciepłym i choinkami. Oczywiście z tym drzewkiem trochę ironizuję, ale patrząc na rokroczne „przyspieszanie" sezonu świątecznego, to kto wie, czy za jakiś czas zaraz po wakacjach nie zobaczymy na sklepowych półkach zniczy i choinkowych ozdób.

Na szczęście do listopada pozostało jeszcze trochę czasu. Z drugiej strony, jakby się tak dobrze zastanowić, to czymże faktycznie jest ten czas? Kto lub co go reguluje, wyznacza jego rytm, wreszcie sprawia, że jednym płynie szybciej, a innym rozwleka się niemiłosiernie?

Według brytyjskiego fizyka Juliana Barboura czas to iluzja. Pisał o tym również św. Augustyn z Hippony, który twierdził: „Czymże więc jest czas? Jeśli nikt mnie o to nie pyta, wiem. Jeśli pytającemu usiłuję wytłumaczyć, nie wiem". Ale czy jednak nie definiujemy tego sami sobie? Moim zdaniem tak. To od nas samych zależy, czym jest, jak go spostrzegamy i ile posiadamy. Ktoś powie, takiś mądry, to „zatrzymaj pędzącą wskazówkę zegara". Drugi zapyta: „Nigdy nie brakuje Ci czasu, zawsze masz go pod dostatkiem?". „Jeśli nie, to może masz problem ze sobą" – powie w końcu. To prawda, na przemijanie nie mamy wpływu i z każdą minutą, godziną, dniem, miesiącem stajemy się starsi i często bogatsi o kolejne doświadczenia. To w końcu czas sprawia, że się rozwijamy, brniemy do przodu, a nie stoimy w miejscu. Dzięki niemu m.in. codziennie rano wstajemy, jemy, kładziemy się spać. To on wyznacza rytm naszego życia. Czas jest niczym tlen dla naszego bytu. To, że czas to my, można też wywnioskować ze znanej baśni Hansa Andersena, w której czytamy: „W odróżnieniu od Króla, który nie był ubrany w nic, czas jest niczym ubranym w szaty. Można opisać jedynie te szaty".

Trudno więc wyobrazić sobie, co by było, gdyby go nie było. Na myśl przychodzi mi tylko jedno stwierdzenie: „Gdyby nie było czasu, nie byłoby nas. Gdyby nie było nas, nie byłoby czasu". Czy ma to jakiś sens? Nie wiem, nie jestem filozofem, tylko zwykłym humanistą – dziennikarzem, więc jak już przystało na mój zawód, dzielę się z Państwem moimi spostrzeżeniami i obserwacjami. I tak już od ponad 12 lat. Lat, które przyniosły wiele godzin, dni i miesięcy, które na zawsze pozostaną w pamięci. A także sytuacji, które ukształtowały mnie do poziomu takiego, na jakim jestem dziś. Czy to koniec? Nie. Czas biegnie dalej. Moja wskazówka też i w najbliższych miesiącach z pewnością przyspieszy. Przede mną kolejne wyzwania, kolejne dni i noce, które odsłonią kolejne karty na mojej osi czasu.

Jedno jest pewne. Wielu z nas tego czasu na co dzień brakuje. I choćby nie wiem jak byśmy go optymalizowali, przychodzi moment, kiedy dałoby się wiele za to, by tę pędzącą wskazówkę zegara zatrzymać. Na to jednak nie mamy wpływu, a jak już ktoś tę wskazówkę kiedyś zatrzyma, to z pewnością ruszy ona dla kogoś innego.

Tak też, na te nadchodzące miesiące życzę Państwu, by nikomu nie brakowało minut i godzin na to, czego Państwo potrzebują i pragną. Zachęcam również do poświęcenia trochę tego skarbu na lekturę „Razem z Tobą" i codzienne odwiedzanie nas na razemztoba.pl, bo razem wiemy więcej, a wiedza to doświadczenie, które każdemu w przestrzeni życiowej prędzej czy później może się przydać.

Rafał Sutek

Modelka o dwóch kolorach ciała

W dzieciństwie nazywana była „krową" i „zebrą", a dzisiaj jest jedną z najbardziej rozpoznawalnych modelek na świecie. Winnie Harlow – czarnoskóra kobieta cierpiąca na bielactwo – podbija światowe wybiegi mody.

JOANNA MERYK

Urodziła się 27 lipca 1994 roku w Kanadzie, jako Chantelle Brown-Young. W wieku 4 lat zdiagnozowano u niej przewlekłe bielactwo skóry, charakteryzujące się depigmentacją części skóry. W miejscowości, w której mieszkała, była uznawana za „wybryk natury". Napastowanie słowne doprowadziło do tego, że wiele razy zmieniała szkołę i porzuciła szkołę średnią. Przez opinie innych nienawidziła swojego ciała, ale z wiekiem zaakceptowała je. Jako dziecko marzyła, żeby zostać baletnicą, co później zmieniło się na rzecz modelingu. Gdy już pokochała swoje ciało i zauważyła, że nie jest ono dziwne, a wyjątkowe, zaczęła zamieszczać zdjęcia na portalach społecznościowych z nadzieją, że ktoś z branży mody ją zauważy. Tak też się stało. Jej urodę doceniła Tyra Banks – gospodarz programu America's Next Top Model. Znalazła jej zdjęcia na Instagramie i zaprosiła na casting do programu. Winnie przeszła eliminacje i została zawodniczką dwudziestej pierwszej edycji America's Next Top Model. Pomimo tego, że nie wygrała, otworzyło jej to drzwi do kariery.

Pozowała już dla takich marek jak Desigual, Diesel i Swarovski. Współpracowała z wielkimi projektantami, jak np. Tommy Hilfiger. Jej twarz zobaczyć można m.in. na okładkach magazynów „Elle", „Vogue", czy „Harper's Bazaar". Jednym z pierwszych teledysków, w którym wystąpiła, jest „The One" JMSN. Pojawiła się też w teledysku do piosenki Eminema „Guts Over Fear", a także u Black Eyed Peas wraz z innymi gwiazdami w „#WHERESTHELOVE" – odświeżeniu hitu „Where is the love?" w szczytnym celu. Do współpracy zaprosiła ją też znana artystka Beyoncé, podczas tworzenia szóstej płyty pt. „Lemonade", określanej mianem „albumu wizualnego".



Fot. @winnieharlow (Instagram)

Winnie Harlow jest niesamowicie odważna i świadoma swego ciała, przez co czuje się piękna. Pokazują to jej liczne zdjęcia na Instagramie w bikini i dołączenie do prestiżowego grona aniołków Victoria's Secret! O wyróżnieniu Winnie poinformowała na swoim Instagramie. Podzieliła się z fanami swoimi przeżyciami z dnia rekrutacji. „Byłam załamana nim weszłam na najbardziej stresujący casting w moim życiu" – napisała. Harlow przyznała, że tak bardzo bała się konfrontacji, że kazała kierowcy dwukrotnie objechać budynek zanim zdecydowała się wkroczyć do siedziby Victoria's Secret.

Świat mody docenił jej wyjątkowość i stała się jedną z najbardziej rozpoznawalnych modelek na świecie. Dokonują się wielkie zmiany dotyczące standardów piękna i ona jest częścią tych zmian. ■

Źródło: @winnieharlow (Instagram)

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

W NASTĘPNYM NUMERZE:

Nie ma bujnych włosów, śnieżnobiałych zębów ani pięknych długich paznokci. Przez jednych nazywana najbrzydszą modelką świata, dla drugich jest wielkim odkryciem i inspiracją. Nietypową urodę Melanie Gaydos pokochał niejeden fotograf i twórca.



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.

Trochę wytchnienia...

Tzw. opieka wytchnieniowa zaczęła nam, rodzicom i opiekunom dzieci z niepełnosprawnościami, należeć się nagle przy wprowadzeniu ustawy za życiem. Ktoś zauważył, że wytchnienia nigdy za dużo, a przecież zawsze, idąc za słowami hitu Męskiego Grania: „życzymy sobie i wam, by nas było stać na święty spokój", bo jak wiadomo substancja to bezcenna i w naturze występuje rzadko.

ILONA I DAMIAN NOWACCY

Chciałam więc zastanowić się, czym właściwie to wytchnienie dla nas jest. Jak te kilkanaście dni w roku, rozłożone w mniejszym lub większym okresie, odmieniłoby naszą codzienność, ba, naszą psychikę. Bo wytchnienie to stan, w którym z czymś nam lżej, od czegoś odpoczywamy fizycznie i psychicznie. Tak to rozumiem. Ustawa ta niejako zawiera więc w sobie obietnicę pomocy w sytuacjach trywialnych i błahych, bo ktoś uznał i bardzo słusznie, że nie musimy być na krawędzi i stać pod ścianą, żeby owego odpoczynku potrzebować.

Jeszcze kilka lat temu, powiedzmy 6-7, pomyślałabym pewnie: „Oj tam, przesadzają, przecież to się wszystko da! Julkę na plecy i nawet ten kawałek do sklepu da się przejść, nawet na to drugie piętro da się wejść, jak nikt akurat nie może pomóc. Sprawy do załatwiania na mieście? Zakupy? Z Julką przecież wszędzie tak samo skutecznie i szybko da się pojechać. A jak gdzieś nie da się z wózkiem, to zawsze można go wnieść – nie ma problemu"...

Dziś już jest

Jula ma 14 lat, jest prawie tak duża jak ja i coraz częściej łapię się na myśleniu, że gdybym mogła zostawić ją choć na chwilę w domu, zakupy zrobiłabym szybciej, szybciej coś załatwiła... Bo tam, gdzie nie da się wejść z wózkiem, po prostu nie wchodzę. W rezultacie więc nie zawsze wszystko udaje się załatwić. Powyżej kilku schodków parterowych też już od jakiegoś czasu z założenia nie wybieram.

Spotkanie ze znajomymi na kawie? Na mieście i to tam, gdzie jest parter lub podjazd (a niestety nie jest z tym u nas za dobrze, o czym już pisałam wcześniej), albo zapraszam do domu. We trójkę chodzimy dużo i wszędzie, bardzo to lubimy. Małżeńskie wychodne to też fajna sprawa, ale już mistrzostwo logistyki, łatwiej więc chodzić osobno, każdy ze swoimi znajomymi, bo też i głowa spokojna, kiedy Jula zostaje z jednym z rodziców. A jednak chciałoby się tak czasem po prostu wyjść razem. Nawet do kina, które dla Julki jest trochę za głośne. I to właśnie są te sytuacje z pozoru błahe, które napotykają na drobne bariery, a ich pojawianie się nam umyka, bo równie powoli, co skutecznie stapiają się z naszą codziennością. Zastanawiam się, czy będziemy po taką pomoc wtedy sięgać tak po prostu, żeby było nam choć przez chwilę lżej i, co ważniejsze, czy będzie wtedy przyznawana... Czy jeśli napiszę we wniosku (a ustawa to przewiduje), że np. chcę poczytać książkę tak, by przez kilka godzin nie musieć się od niej odrywać i potrzebuję opiekuna do Julci w tym czasie – czy go dostanę?



Fot. Damian Nowacki

Ciekawe...

Bo są oczywiście przecież sytuacje bardzo poważne, jak np. pójście do szpitala czy konieczność nagłego wyjazdu, np. na dwa dni albo nawet na cały jeden. Rodzina z dzieckiem zdrowym ma (zazwyczaj, bo z tym też różnie bywa) kilka opcji i krewnych do tego, by się nim zaopiekowali w sytuacji kryzysowej. U nas tak łatwo już nie jest, bo opieka jest jednak trochę bardziej wymagająca i nie każdy jest w stanie jej sprostać. Zwykle możliwości w tej kwestii albo są bardzo ograniczone, albo ich po prostu nie ma. Wtedy nie ma dyskusji co do zasadności potrzeby. I tu opiekun, o którym wiemy, że możemy na niego liczyć, któremu ufamy (to sprawa kluczowa) i który ma odpowiednią o niepełnosprawności wiedzę, staje się bezcenny.

Tym razem jednak chciałam zwrócić uwagę na taką zwykłą potrzebę oderwania się od codzienności, bez noża na gardle i na swoich warunkach, tak dla relaksu po prostu. Bo umówmy się, że pobyt w szpitalu czy jakakolwiek sytuacja kryzysowa do specjalnie relaksujących nie należą... A plany z cyklu „co ja takiego nie będę robić jak dzieci podrosną!" u nas nie istnieją, takiej perspektywy nie ma.

Dlatego pełna nadziei przeczytałam o lokalnym dofinansowaniu do projektu takiej opieki i mam nadzieję, że kilka wniosków np. o możliwość wytchnienia przy książce albo pójście z mężem do kina się pojawi i zostaną rozpatrzone pozytywnie. ■



● W ostatnim tygodniu wakacji na stronie internetowej jednego z polskich tygodników pojawił się artykuł dotyczący skandalicznego zajęcia w sklepie. Matce, w zakupach towarzyszyła niepełnosprawna córka. Dziewczynka nie mówi, a dźwięki podobne do gaworzenia, które wydawała, nie spodobały się jednemu z klientów. Mężczyzna upominany przez innych klientów, by się uspokoił był bardzo agresywny i nie dawał za wygraną. Najpierw kazał dziewczynce „zamknąć ryj", a potem stwierdził, że „jak matka nie potrafi wychować dziecka, to niech odda je do zoo, to tam je wytresują"... Niestety zarówno pracownicy sklepu, jak i ochrona nic nie zrobili. Gdy wezwano policję, „pana" już nie było. Szkoda, że wcześniej nikt mu nie odpowiedział, że jego rodzice też o czymś kiedyś zapomnieli.

● Ministerstwo Zdrowia zapowiedziało, że od września lista leków refundowanych zwiększona zostanie o nowoczesne leki na leczenie raka piersi, a miesiąc później mają być wprowadzone zmiany organizacyjne w leczeniu raka piersi. Według zapowiedzi, że to prawdziwa rewolucja. Ja mam jednak wrażenie, że to raczej „zachodni standard" lub efekt 13 października. Chcę jednak wierzyć, że chodzi tylko i wyłącznie o dobro pacjentek i tej wersji się trzymajmy.

● Rozmowa o chorobie nigdy nie należy do rzeczy łatwych. W elbląskim Centrum Radioterapii i Usprawniania NU-MED powstała wyjątkowa publikacja. „Opowiem Ci o raku" ma rozwiać mity dotyczące nowotworów i być przydatnym narzędziem dla rodziców, wspierającym przeprowadzenie trudnej rozmowy z dzieckiem. Miałem przyjemność zaznajomić się z tą książeczką (można otrzymać ją we wspomnianej placówce lub pobrać w wersji PDF ze strony NU-MED) i jestem pełen podziwu dla autorów. Więcej o tej niezwykłej publikacji, która moim skromnym zdaniem powinna być w każdym domu, przeczytają Państwo już w następnym numerze. A jeśli ktoś nie chce czekać, zapraszam na razemztoba.pl/oswoic-raka.

● Wracając jeszcze do wydarzeń z ostatnich wakacyjnych dni. Chyba wszyscy słyszeli o tragicznym wypadku na Giewoncie. Ponad 150 osób rannych (wielu poważnie) i cztery osoby zabite. To bilans burzy, która zaskoczyła turystów w drodze na bardzo popularny szczyt, na którym znajduje się stalowy krzyż, który, co chyba oczywiste dla każdego, często przyciąga pioruny. Na chwilę pisania tych słów szlak jest zamknięty do odwołania. Mimo wszystko turyści nadal tam „pielgrzymują". Stąd też w mojej głowie pojawia się pytanie, kto jest winnym tego tragicznego w skutkach wydarzenia? Krzyż i wyładowanie atmosferyczne czy może w niektórych przypadkach ludzka głupota i brak elementarnej wiedzy oraz instynktu samozachowawczego? Oczywiście, matka natura bywa nieprzewidywalna – szczególnie w wysokich partiach gór, lecz jeśli ktoś stawia własne i bliskich zdrowie, a czasami i życie na szali tylko dlatego, że zaszło się już tak daleko i „głupio nie pstryknąć" zdjęcia na jakikolwiek profil społecznościowy, to potem są skutki. Nie oceniam tutaj nikogo, lecz z doniesień medialnych i wypowiedzi specjalistów wynika, że burza nie pojawiła się znikąd. Był więc czas na reakcję. Wystarczyło spojrzeć w niebo. Zabrakło więc w narodzie edukacji, a zadziałała psychologia tłumu. ■

Gdzie kupić lekarstwa?

Dzwoniąc pod bezpłatny numer Telefonicznej Informacji Pacjenta, dowiesz się, w której aptece kupisz swój lek. Połączenia będą odbierać konsultanci Narodowego Funduszu Zdrowia i Głównego Inspektoratu Farmaceutycznego.



Fot. pixabay.com

Jak połączyć się bezpośrednio z konsultantem od leków?

Wybierz bezpłatny numer 800 190 590. Zgłosi się automatyczna sekretarka, która poprosi Cię o wybór tematu rozmowy. Z klawiatury telefonu wybierz cyfrę 3. Wtedy połączysz się z konsultantem, który podpowie Ci, gdzie kupisz lek, którego potrzebujesz. WAŻNE – wybierając cyfrę 3, połączysz się bezpośrednio z konsultantem od leków. Jeśli dzwonisz w innej sprawie, wybierz cyfrę 1 lub 2.

O czym warto wiedzieć, dzwoniąc na infolinię?

Z infolinii dowiesz się, w której aptece znajdziesz swój lek. Przed wizytą w aptece upewnij się, że lek jest na miejscu. Numer telefonu do apteki poda Ci konsultant podczas rozmowy.

Pamiętaj, że infolinia informuje o dostępności leków. Nie udziela informacji o dawkowaniu leków, ich zamiennikach oraz nie rezerwuje leków w aptece. O te szczegóły zapytaj swojego lekarza lub farmaceutę.

Infolinia działa od poniedziałku do piątku, od godz. 8:00 do 18:00. ■

Źródło: NFZ

500+ dla niepełnosprawnych

Prezydent RP Andrzej Duda podpisał ustawę o świadczeniu uzupełniającym dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji. Przepisy wchodzą w życie 1 października. Komu i na jakich zasadach będzie przysługiwać świadczenie?

Zgodnie z Art. 2 ustawy o świadczeniu uzupełniającym dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji wsparcie przysługuje osobom, które ukończyły 18 lat i których niezdolność do samodzielnej egzystencji została stwierdzona jednym z poniższych orzeczeń:

- całkowitej niezdolności do pracy i niezdolności do samodzielnej egzystencji;
- niezdolności do samodzielnej egzystencji;
- całkowitej niezdolności do pracy w gospodarstwie rolnym i niezdolności do samodzielnej egzystencji;
- całkowitej niezdolności do służby i niezdolności do samodzielnej egzystencji.

Świadczenie przysługuje osobie uprawnionej w wysokości nie wyższej niż 500 zł miesięcznie, przy czym łączna kwota świadczenia uzupełniającego i świadczeń pieniężnych finansowanych ze środków publicznych nie może przekroczyć 1600 zł miesięcznie. Jeśli więc np. suma świadczeń, które obecnie otrzymujemy, wynosi 1200 zł, to nowe świadczenie będzie przysługiwało nam w wysokości 400 zł.

Ustawodawca przewiduje, że łączny roczny koszt świadczenia to 4,5 mld zł. Wniosek o świadczenie będzie mogło złożyć ok. 800 tys. osób. ■

Oprac. Mateusz Misztal

Źródło: sejm.gov.pl

Bardziej dostępnie

Dostępności architektonicza, informacyjno-komunikacyjna i cyfrowa w instytucjach publicznych takich jak szkoły, urzędy, uczelnie czy placówki służby zdrowia ma poprawić się po wprowadzeniu ustawy o zapewnieniu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami.

W praktyce chodzi o konieczność montażu pochylni i ramp dojazdowych, zainstalowania specjalnego oznakowania, instalacji sprzętu lub urządzeń ułatwiających poruszanie się lub komunikację, w szczególności dla osób na wózkach, osób głuchych, osób niewidomych. W indywidualnych przypadkach podmiot publiczny będzie mógł zapewnić dostęp alternatywny, polegający w szczególności na zapewnieniu osobie ze szczególnymi potrzebami wsparcia asystenta.

Ustawa przewiduje utworzenie Funduszu Dostępności, z którego środki mają być przeznaczone na usprawnienia w budynkach dla osób z niepełnosprawnościami. Będzie możliwe złożenie skargi na brak dostępności, która w przypadku braku reakcji będzie mogła skończyć się nałożeniem grzywny na instytucję publiczną przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Organizacje pozarządowe oraz prywatne podmioty będą mogły wystąpić o specjalny certyfikat potwierdzający, że spełniają wymagania dotyczące dostępności na poziomie wynikającym z przepisów. Ma on uprawniać do uzyskania pięciu procent zniżki we wpłatach przekazywanych do PFRON. ■

Źródło: KURIER PAP – www.kurier.pap.pl

SMS przypomni o upływie ważności



Fot. Rafał Sułek

„Minister Cyfryzacji informuje, że w ciągu najbliższych (...) dni Twój dowód osobisty traci ważność. Wniosek o nowy dowód osobisty możesz złożyć online. Odwiedź: gov.pl/do" – SMS-a o takiej treści dostanie każdy właściciel Profilu Zaufanego, którego dowód osobisty wkrótce straci ważność.

– W sumie wyślemy trzy takie wiadomości. Na 60, 45 i 20 dni przed końcem ważności dowodu osobistego – mówi minister cyfryzacji Marek Zagórski. – Jeśli wniosek o nowy dokument złożymy już po pierwszym przypomnieniu, drugie nie przyjdzie. Jeśli zdecydujemy się załatwić tę sprawę po drugim SMS-ie, na trzeci nie musimy już czekać – dodaje szef Ministerstwa Cyfryzacji.

Na przypomnienia mogą liczyć wszyscy, którzy mają Profil Zaufany (PZ). Zakładając go, podajemy numer swojego telefonu, na który w trakcie korzystania z PZ przychodzą kody autoryzacyjne, a teraz przyjdą też SMS-y z przypomnieniem o konieczności wymiany dowodu.

Zdaniem ministra zaproponowane rozwiązania nie tylko ułatwią i przyspieszą załatwianie spraw urzędowych, ale i pomogą obywatelom uniknąć ewentualnych negatywnych konsekwencji wynikających np. z nieterminowego załatwienia jakieś sprawy.

Zmiany te są pokłosiem przyjęcia przez Radę Ministrów zmian w ustawie o informatyzacji.

Bezpośredni kontakt z obywatelem będzie możliwy dzięki powstaniu Rejestru Danych Kontaktowych (RDK), w którym gromadzone będą dane kontaktowe obywateli (imię i nazwisko, PESEL, adres e-mail lub numer telefonu). Wprowadzenie danych do RDK przez obywateli będzie dobrowolne. Dane będzie można wprowadzać oraz aktualizować przez e-usługę lub podczas wizyty w urzędzie. Dostęp do tych danych będą miały tylko wskazane w ustawie instytucje, które o niego wystąpią. Mogą to być np. organy gmin, Narodowy Fundusz Zdrowia, urzędy skarbowe, a także organy wyborcze czy Polski Czerwony Krzyż (w zakresie danych osób poszukiwanych lub poszukujących). RDK będzie częścią Systemu Rejestrów Państwowych, w którym funkcjonują już: rejestr PESEL, Rejestr Dowodów Osobistych czy też Rejestr Dokumentów Paszportowych. ■

Rafał Sułek

Wózki elektryczne z dofinansowaniem

Po pięciu latach PFRON przywraca dofinansowanie na zakup wózka inwalidzkiego o napędzie elektrycznym. Osoby z dysfunkcją narządu ruchu otrzymają na ten cel do 10 tys. złotych.

– Decyzję o ponownym uruchomieniu pomocy w zakupie wózka elektrycznego podjęliśmy w związku z intensywnie zgłaszanymi w trakcie konsultacji publicznych potrzebami osób niepełnosprawnych – wyjaśniła prezes zarządu PFRON Marlena Maląg. – Dofinansowania na zakup wózków inwalidzkich o napędzie elektrycznym realizowane są w ramach naszego programu za pośrednictwem samorządów. Przewidywane wydatki na ten cel wyniosą w 2019 roku około 20 mln zł – zaznaczyła.

Z pomocy mogą skorzystać zarówno dzieci, jak i osoby dorosłe, które nie mogą samodzielnie poruszać się na wózku o napędzie ręcznym. Osoby starsze muszą posiadać orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności, natomiast dzieci do 16. roku życia orzeczenie o niepełnosprawności. Osoby niezatrudnione oraz nieuczące się powinny zadbać o to, by we wniosku znalazła się opinia eksperta, która potwierdzi zdolność do podjęcia pracy lub nauki dzięki udzielonemu wsparciu. W przypadku osób, które osiągnęły wiek emerytalny, warunkiem jest zatrudnienie.

Aby uzyskać dofinansowanie, należy najpierw złożyć wniosek w powiatowym lub miejskim centrum pomocy rodzinie albo w Systemie Obsługi Wsparcia finansowego przez PFRON (SOW). ■

Oprac. Magdalena Wójcik

Źródło: PFRON



Fot. pixabay.com



Doktor w zakresie pedagogiki specjalnej. Jego zainteresowania koncentrują się wokół zagadnień związanych z funkcjonowaniem psychospołecznym osób z niepełnosprawnością ruchową. Pracuje jako pedagog specjalny w X Liceum Ogólnokształcącym z Oddziałami Integracyjnymi im. S. Konarskiego w Radomiu, współpracuje ze Stowarzyszeniem Nowe Perspektywy w Radomiu.

Doktorat – naukowe wyzwanie

W dzisiejszych czasach coraz więcej osób stara się podnosić swoje kwalifikacje. Coraz bardziej powszechna staje się idea edukacji ustawicznej, czyli ciągłego dokształcania się przez całe życie. Jednym ze sposobów jest zrobienie doktoratu.

PAWEŁ BOROWIECKI



Czym jest doktorat?

Stopień doktora jest stopniem naukowym w danej dziedzinie, nadawanym przez daną jednostkę naukową, zazwyczaj uczelnię. Wbrew nazwie nie musi mieć nic wspólnego z medycyną. Można uzyskać stopień doktora praktycznie w każdej dziedzinie nauki lub sztuki. Niektórzy błędnie nazywają go tytułem naukowym. Należy jednak pamiętać, że w Polsce istnieje tylko jeden tytuł naukowy – profesora. Jest on najwyższy i nadawany przez Prezydenta za długoletnie i wybitne osiągnięcia naukowe. Oprócz tego istnieją dwa stopnie naukowe: doktor oraz doktor habilitowany, a także tytuły zawodowe uzyskiwane po ukończeniu studiów, np.: licencjat, inżynier, magister, magister inżynier, magister sztuki, lekarz medycyny, itp.

W jaki sposób można uzyskać stopień doktora?

Aby uzyskać stopień doktora, należy spełnić dwa podstawowe warunki. Najpierw należy ukończyć studia II stopnia, czyli magisterskie, techniczne lub medyczne. Drugim warunkiem uzyskania stopnia doktora jest napisanie pracy doktorskiej (tzw. dysertacji) i obronienie jej. W odróżnieniu od prac licencjackich i magisterskich musi być ona w pełni oryginalna. Oznacza to, że musimy pisać o czymś, o czym w Polsce jeszcze nikt nie pisał lub robił to w zupełnie inny sposób. Posłużę się tu własnym przykładem. Temat mojej pracy doktorskiej dotyczył samotności wśród osób z niepełnosprawnością ruchową i radzenia sobie z nią. Spełniał on kryterium oryginalności, ponieważ co prawda wielu autorów pisało na temat samotności, ale w odniesieniu do innych grup, np. młodzieży, seniorów, osób z różnymi niepełnosprawnościami i schorzeniami, lecz nikt nie pisał ściśle o osobach z niepełnosprawnością ruchową. Praca doktorska może również mieć formę własnej książki lub relacji z naszych własnych projektów badawczych, laboratoryjnych, np. z chemii, biotechnologii, medycyny, itp. Oczywiście doktoratu nie trzeba koniecznie zaczynać od razu po studiach. Można zacząć nad nim pracę w każdej chwili. Zwykle do takiej decyzji dojrzewa się parę lat. W moim przypadku było to około 7 lat od ukończenia studiów magisterskich, a istnieją także osoby robiące doktoraty nawet po osiemdziesiątym roku życia. Tak więc nigdy nie jest za późno.

Żeby zrobić doktorat, czyli napisać pracę doktorską i obronić ją, można zapisać się na studia doktoranckie (w trybie dziennym lub zaocznym) lub pisać tzw. doktorat z wolnej stopy. Studia doktoranckie trwają zazwyczaj 4 lata. W ich trakcie wybieramy promotora i piszemy pracę doktorską. Na jej ukończenie i obronę możemy mieć maksymalnie 8 lat. Doktorat z wolnej stopy natomiast jest pisany w trybie indywidualnym, realizowany poza studiami doktoranckimi. Polega na pisaniu pracy

doktorskiej bez konieczności uczestniczenia w studiach doktoranckich. Może być on dobrym rozwiązaniem dla osób z niepełnosprawnością.

Na czym polega doktorat z wolnej stopy?

Na początek wybieramy sobie temat, czyli to, o czym chcemy pisać i zastanawiamy się, czy ma być to praca badawcza czy tylko teoretyczna. W następnej kolejności musimy znaleźć sobie promotora, czyli osobę specjalizującą się w wybranej przez nas dziedzinie i posiadającą stopień doktora habilitowanego lub tytuł profesora.



Fot. pixabay.com

Po dokonaniu wyboru promotora, wspólnie z nim wybieramy uczelnię, na której będziemy bronić naszą pracę doktorską. Musi posiadać ona prawo do doktoryzowania w wybranej przez nas dziedzinie. Następnie na uczelni składamy wniosek o otwarcie przewodu doktorskiego. By został on pozytywnie rozpatrzony, musimy napisać jeszcze co najmniej jedną lub dwie publikacje naukowe (zależy od wymagań na danej uczelni). Są to przeważnie artykuły z wybranej przez nas dziedziny, które muszą być opublikowane w recenzowanych czasopismach naukowych. Ich aktualny wykaz można znaleźć na stronie Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego. Później czeka nas praca nad doktoratem i przeprowadzeniem naszych ewentualnych badań. Po zakończeniu pisania naszej pracy oddajemy ją do oceny promotorowi, a następnie komisji doktorskiej. Kiedy uzyskamy pozytywną ocenę pracy, musimy zdać trzy egzaminy doktorskie: z języka obcego, z dyscypliny dodatkowej (w przypadku nauk humanistycznych jest to zwykle filozofia lub psychologia) i z dyscypliny podstawowej, czyli z dziedziny, z którą związana jest nasza praca doktorska. Po zdaniu egzaminów doktorskich nasza praca zostaje wysłana do recenzji przez dwóch niezależnych profesorów z dwóch różnych uczelni. Jeśli w którejś z recenzji znajdują się poważne zastrzeżenia, to dostajemy czas na dokonanie poprawek, a jeśli obie recenzje są pozytywne, to wyznaczony zostaje dla nas termin obrony.

Jakie są plusy i minusy doktoratu z wolnej stopy?

Zacznijmy od plusów, których moim zdaniem jest nieco więcej:

• brak konieczności odbywania studiów doktoranckich, na których często omawiana jest tematyka bardzo ogólna, związana zwykle z metodologią badań naukowych;

• brak konieczności odbywania obowiązkowych praktyk ze studentami, na których musimy prowadzić przedmiot z powyższej tematyki;

• szybsza możliwość zrobienia doktoratu niż na studiach doktoranckich;

• zdawanie tylko trzech egzaminów;

• brak konieczności częstych dojazdów na uczelnię, konsultowanie się z promotorem osobiście, telefonicznie lub za pośrednictwem Internetu, co jest bardzo dobrym rozwiązaniem dla osób z niepełnosprawnością;

• praca w indywidualnym tempie.

Do minusów należą natomiast:

• brak stypendium doktoranckiego;

• konieczność dużej samodyscypliny i wytrwałości, gdyż pracujemy sami i sami stawiamy sobie cele (dla niektórych może to być oczywiście dużym plusem);

• koszty pokrycia przewodu doktorskiego (w ich skład wchodzą przede wszystkim wynagrodzenia dla promotora, członków komisji i recenzentów). Na wielu uczelniach kształtują się one w granicach 10 tys. zł. W przypadku osób z niepełnosprawnością można ubiegać się o dofinansowanie w ramach programu Aktywny Samorząd, który pokrywa 40 procent kosztów. Pozostałe koszty można rozłożyć na raty lub wnioskować u Rektora o ich zmniejszenie.

Czy jest trudno?

Dla każdego pojęcie „trudny" może być inne. Z pewnością jest to zadanie trudniejsze niż pisanie innych prac, chociażby pracy magisterskiej. Myślę jednak, że istnieje tutaj zasadnicza różnica. Doktorat piszemy zazwyczaj z własnej nieprzymuszonej woli. Stanowi on w większości decyzję dokładnie przemyślaną i dojrzałą. Robimy po prostu coś dla samego siebie. Nie stoi nad nami żaden nauczyciel czy rodzic. Warto również wziąć pod uwagę, że pisanie pracy doktorskiej jest przeważnie ściśle związane z naszymi zainteresowaniami, czymś co lubimy. A jeśli coś lubimy i sprawia nam to przyjemność, to automatycznie staje się dla nas mniej trudne, nawet jeśli po drodze napotykamy różne trudności i chwile zwątpienia, co jest zupełnie naturalne.

Czy warto?

Moim zdaniem doktorat zdecydowanie:

• jest doskonałą formą rozwoju, pracy nad sobą;

• poszerza wiedzę, zainteresowania i horyzonty; dzięki niemu możemy być nieco bardziej dojrzali naukowo (np. wiemy lepiej gdzie szukać pewnych informacji, jak odróżniać wartościowe informacje i doniesienia od zmyślonych i niepotwierdzonych fake newsów oraz teorii spiskowych);

• w niektórych sytuacjach może przyczynić się do awansu zawodowego (zależy to oczywiście indywidualnie od danego zawodu);

• stwarza wiele dodatkowych możliwości zawodowych (możliwość pracy na uczelni, tworzenia własnych rzeczy, np. wykładów, szkoleń, artykułów, blogów naukowych, pracy online);

• stwarza możliwość poznania nowych ludzi o podobnych zainteresowaniach;

• jest wyzwaniem, które daje mnóstwo satysfakcji i zadowolenia z siebie.

Zachęcam wszystkich chętnych do podjęcia tego wyzwania. Chętnie odpowiem na więcej pytań. Zapraszam do ich zadawania drogą mailową (pavel512@o2.pl). ■

Postawa i śniadanie to podstawa

Początek nauki w szkole oznacza dla dziecka istotną zmianę trybu życia. Ten moment jest zarazem pierwszym krytycznym okresem rozwoju fizycznego dziecka, kiedy to mogą powstać wady postawy, które z biegiem lat będą się pogłębiać, aż doprowadzą do często nieodwracalnych zmian, powodujących niekorzystne skutki zdrowotne odczuwalne przez całą resztę życia.

Wysokość (w cm)		Zakres wzrostu ucznia (w cm)
siedziska krzesła	pulpitu stolika	
21	40	80 - 95
26	46	93 - 116
31	53	108 - 121
35	59	119 -142
38	64	133 - 159

Wiedząc, jakiego wzrostu jest nasze dziecko, możemy łatwo sprawdzić, w jakim zestawie mebli powinno siedzieć.

Źródło tych zmian to m.in. długotrwałe pozostawanie w pozycji siedzącej przy równoczesnym ograniczeniu dotychczasowej aktywności ruchowej, noszenie obciążonych tornistrów, a także czynniki psychiczne (lęk, trema).

Przeciwdziałanie tym zjawiskom uzależnione jest od warunków nauki w szkole, jak i w domu. Istotna jest pozycja siedząca przy ławce (stoliku, biurku). Prawidłowy dobór wysokości krzesła i wysokości blatu związany ze wzrostem dziecka określa Polska Norma.

Należy pamiętać, że prawidłowa pozycja siedząca jest zapewniona wtedy, gdy:

• podeszwy stóp (w obuwiu) całą swoją powierzchnią stykają się z podłożem;

• pomiędzy udami a blatem stołu zachowany jest prześwit, umożliwiający swobodne poruszanie nogami;

• uda od spodu nie są uciśnięte przez krawędź siedziska;

• płyta stołu jest na poziomie łokci (po położeniu przedramienia na blacie, pomiędzy przedramieniem a ramieniem powstaje kąt prosty);

• oparcie krzesła podpiera plecy w odcinku lędźwiowym kręgosłupa;

• przednia krawędź siedziska nie uciska na tylną część podudzia;

• miedzy siedziskiem krzesła a oparciem jest wolna przestrzeń.

Kręgosłup dziecka jest narażony także na nadmierne obciążenie tornistrem oraz jego nieprawidłowym noszeniem.

Przyjmuje się, że ciężar pełnego tornistra nie powinien przekraczać 10 proc. masy ciała dziecka. Waga samego tornistra może wahać się w granicach od 0,5 kg nawet do 1,7kg.

Co mogą zrobić rodzice, by pomóc dziecku?

1. Obciążenie tornistrem może być zmniejszone przez rodziców, jeżeli kupiony zostanie plecak: lekki, wyposażony w regulowane, miękkie i szerokie szelki, z usztywnianą ścianą tylną, z wyprofilowaną częścią dolną (dostosowany do krzywizny kręgosłupa), z przegródkami w środku umożliwiającymi równomierne rozłożenie zawartości plecaka.

2. Przy zakupie zeszytów należy wybierać zeszyty jak najcieńsze, w miękkiej oprawie (łączny ciężar zeszytów może sięgać nawet 1 kg).

3. Kupować dodatkowe wyposażenie szkolne jak najlżejsze i tylko niezbędne (nie wybierać ciężkich, wieloczęściowych piórników).

4. Kontrolować zawartość plecaka przed każdym wyjściem do szkoły – dzieci często zabierają nieprzydatne w danym dniu podręczniki i pomoce szkolne, a także noszą zbędne przedmioty.

Żywienie, jak i styl życia dziecka zależą w znacznym stopniu od rodziców

Wiek wczesnoszkolny to okres, w którym dziecko uczy się prawidłowych zachowań. Dziecko prawidłowo odżywione, które regularnie je I i II śniadanie, osiąga lepsze wyniki w nauce oraz lepiej się rozwija. Nawet najbardziej obfite pierwsze śniadanie zjedzone w domu nie zaspakaja potrzeb młodego organizmu przez cały czas pobytu w szkole. Aby zapobiec znużeniu i obniżeniu koncentracji na lekcji, dziecko powinno zjeść II śniadanie w szkole. Najprostszym rozwiązaniem są kanapki. Najlepiej jest wykorzystać pieczywo pełnoziarniste, razowe, cienko smarowane masłem z dodatkiem produktów białkowych: wędlin, pieczonych mięs, jajek, serów, ryb. Konieczny jest dodatek warzyw w postaci np. liści sałaty, plasterków ogórka, pomidora, rzodkiewki. Do picia najlepsza jest woda mineralna, napój mleczny (maślanka, kefir, jogurt), sok warzywny, niesłodzone soki owocowe lub lekka herbata. ■

Źródło: PPIS w Elblągu

Potwierdź prawo do renty rodzinnej

Studenci i uczniowie pobierający rentę rodzinną po zmarłym rodzicu lub opiekunie mają obowiązek zawiadomić ZUS o kontynuowaniu nauki lub jej zaprzestaniu. Niedopełnienie tego wymogu w konsekwencji może doprowadzić do utraty renty lub konieczności zwrotu nadpłaconego świadczenia.

Bez konieczności potwierdzania nauki renta rodzinna przysługuje dzieciom jedynie do ukończenia przez nie 16. roku życia. Jeśli jednak uczeń kontynuuje edukację, dostanie rentę aż do zakończenia nauki, lecz nie dłużej niż do 25. roku życia, chyba że urodziny te przypadają w trakcie ostatniego roku studiów – wówczas świadczenie przysługuje do końca roku akademickiego.

Renta wypłacana jest przez rok szkolny oraz wakacje. Zaraz po letnich feriach bądź jeszcze w trakcie ich trwania uczniowie szkół ponadpodstawowych powinni złożyć w Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych wniosek o dalszą wypłatę świadczenia wraz z zaświadczeniem o dalszej nauce. Takie potwierdzenie wydaje placówka, w której dziecko się uczy. Dokument należy dostarczyć do ZUS najpóźniej we wrześniu. Studenci mają termin do końca października.

W przypadku zaprzestania nauki uczeń lub student muszą jak najszybciej zawiadomić o tym ZUS, by wstrzymać wypłatę renty rodzinnej. Jeśli tego nie zrobią, Zakład nadal będzie wypłacał świadczenie. Nienależnie pobierane świadczenie trzeba będzie zwrócić wraz z odsetkami. ■

Źródło: ZUS

Dobry start na wyprawkę

Program „Dobry Start” to 300 zł jednorazowego wsparcia dla wszystkich uczniów rozpoczynających rok szkolny. Rodziny otrzymają świadczenie bez względu na dochód. Jak złożyć wniosek?



Fot. pixabay.com

Program „Dobry Start” skierowany jest do uczniów, którzy nie ukończyli 20. roku życia, a w przypadku dzieci niepełnosprawnych – do ukończenia 24. roku życia. Świadczenie przysługuje raz w roku.

W formie elektronicznej wnioski można składać za pośrednictwem bankowości elektronicznej, Portalu Informacyjno-Usługowego emp@tia oraz PUE ZUS. W tradycyjnej, papierowej formie przyjmowane są w jednostkach samorządowych obsługujących pomoc społeczną w danej gminie lub mieście.

Termin składania dokumentów mija 30 listopada 2019 r. ■

Źródło: MRPiPS

Kiedy wolne?

Pierwsze „dłuższe” wolne w listopadzie. Ferie zimowe rozpoczną się 20 stycznia. Przedstawiamy kalendarz roku szkolnego 2019/2020.



Fot. pixabay.com

Zgodnie z rozporządzeniem w sprawie organizacji roku szkolnego zajęcia dydaktyczno-wychowawcze rozpoczynają się w pierwszym powszednim dniu września. W tym roku będzie to poniedziałek, drugiego dnia miesiąca. Zimowa przerwa świąteczna tradycyjnie potrwa od 23 do 31 grudnia, a wiosenna przypadnie w dniach od 9 do 14 kwietnia. Dwutygodniowe ferie zimowe rozpoczną się 13 stycznia od województw: lubelskiego, łódzkiego, podkarpackiego, pomorskiego i śląskiego. Od 20 stycznia do 2 lutego odpoczywać będą uczniowie z podlaskiego i warmińsko-mazurskiego, a od 27 stycznia do 9 lutego z kujawsko-pomorskiego, lubuskiego, małopolskiego, świętokrzyskiego i wielkopolskiego. Jako ostatni od 10 lutego przerwę od nauki będą mieli w dolnośląskim, mazowieckim, opolskim i zachodniopomorskim. Terminy egzaminu ósmoklasisty i matur ustali dyrektor Centralnej Komisji Egzaminacyjnej. Kolejne wakacje rozpoczną się 26 czerwca. ■

Źródło: KURIER PAP – www.kurier.pap.pl

Nowy system, stare problemy

Sieć szpitali, która miała ułatwić pacjentom dostęp do świadczeń zdrowotnych, a dyrektorom zarządzanie placówkami, nie poprawiła ani sytuacji chorych, ani finansów większości badanych szpitali – wynika z kontroli Najwyższej Izby Kontroli.

System podstawowego szpitalnego zabezpieczenia świadczeń opieki zdrowotnej działa od 1 października 2017 r. Ministerstwo Zdrowia zapowiadało, że dzięki niemu zmieni się podejście do pacjentów – szpitale zapewnią im kompleksowe świadczenia zdrowotne, obejmujące nie jak wcześniej poszczególne procedury, ale cały skoordynowany cykl leczenia. Jednak już na starcie w sieci znalazły się także takie placówki, które w przypadku części swoich pacjentów nie były w stanie realizować kompleksowych świadczeń ambulatoryjnych.

Kontrola NIK pokazała także, że wbrew zapowiedziom włączenie do sieci nocnej i świątecznej opieki zdrowotnej nie doprowadziło do zmniejszenia kolejek w szpitalnych oddziałach ratunkowych i izbach przyjęć.



Fot. pixabay.com

Długi rosły zamiast maleć i to jeszcze szybciej

Jednym z głównych celów utworzenia sieci szpitali było poprawienie ich sytuacji finansowej; nowy system miał umożliwić elastyczniejsze gospodarowanie pieniędzmi, a w efekcie stopniowe wychodzenie z długów. Tymczasem proces zadłużania się badanych placówek, które już wcześniej miały problemy, w większości przypadków jeszcze przyspieszył. Pogorszyła się także sytuacja tych szpitali, którym w przeszłości wiodło się lepiej. Powodem było to, że choć w badanym okresie rosła wartość zawartych przez szpitale umów o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej, a co za tym idzie rosły ich przychody z działalności leczniczej, to znacznie szybciej przybywało niezależnych od tych placówek kosztów, na które złożyły się m.in. ustawowe wzrosty wynagrodzeń lekarzy i pielęgniarek. W sumie spośród 29 badanych przez NIK placówek na koniec września ubiegłego roku 23 odnotowały ujemny wynik finansowy, a w porównaniu z wrześniem 2017 r. pogorszyła się sytuacja ekonomiczna 22 szpitali.

Problemy z ryczałtem

NIK sprawdziła, jak system podstawowego szpitalnego zabezpieczenia świadczeń opieki zdrowotnej funkcjonował od początku swojego istnienia do końca września 2018 roku, a także jak wyglądała sytuacja w placówkach tuż przed jego uruchomieniem (od stycznia 2015 r. do października 2017 r.).

Kontrola objęła 29 placówek w 6 województwach: lubuskim, dolnośląskim, mazowieckim, podlaskim, pomorskim i śląskim.

Zdaniem Izby tworząc sieć, nie brano pod uwagę ani społecznych potrzeb, ani możliwości diagnostycznych i terapeutycznych konkretnego szpitala. Nie uwzględniono jego znaczenia w zapewnieniu bezpieczeństwa zdrowotnego w regionie, nie kierowano się sytuacją demograficzną i epidemiologiczną na obszarze funkcjonowania placówki, ani stopniem dostosowania jej infrastruktury do obowiązujących przepisów. Nie miały też znaczenia jakość, liczba i wartość udzielanych przez szpital świadczeń czy stopień wykorzystania łóżek na poszczególnych oddziałach, a to m.in. przekładało się na nieuzasadnione i nadmierne koszty.

Wraz z utworzeniem sieci szpitali istotnie zmienił się sposób finansowania tych placówek – teraz jest oparty przede wszystkim na ryczałcie wypłacanym przez Narodowy Fundusz Zdrowia. Placówki zakwalifikowane do sieci mają zagwarantowane umowy z Narodowym Funduszem Zdrowia na kolejne cztery lata, a wysokość ryczałtu jest uzależniona m.in. od rodzaju i liczby świadczeń udzielonych przez konkretną placówkę w poprzednim okresie rozliczeniowym.

Zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia wysokość ryczałtu jest korygowana dla tych szpitali, które zrealizowały świadczenia poniżej 98 proc. jego wartości – wtedy jest on zmniejszany. Może być zwiększony, gdy ta wartość przekroczy 100 proc. NFZ nie płaci jednak za świadczenia ponadlimitowe, nie gwarantują one także podwyższenia ryczałtu w przyszłości. Żeby szpital, który zrealizował świadczenia powyżej ryczałtu, mógł dostać więcej pieniędzy z NFZ, inny z tego samego województwa musiałby ich wykonać mniej. Ryczałt może natomiast zmienić się po zastosowaniu współczynnika korygującego związanego z jakością procesu udzielania świadczeń opieki zdrowotnej. Wzrośnie, jeśli szpital zdobędzie np. certyfikat akredytacyjny wydany przez Ministra Zdrowia czy zwiększy liczbę udzielanych świadczeń ambulatoryjnej opieki specjalistycznej.

Trzeba jednak dodać, że funkcjonowanie placówek nie opiera się wyłącznie na ryczałcie. W 2018 roku stanowił on średnio 53,2 proc. wartości umów zawartych przez kontrolowane szpitale, ale w poszczególnych placówkach przyjmował wartości od ok. 29 proc. do nieco ponad 99 proc. Na ogólną wartość kontraktu z NFZ składa się również wyodrębnione finansowanie niektórych świadczeń i ewentualne środki z innych umów (poza siecią szpitali), jeżeli są one przez daną placówkę realizowane.

Wraz z utworzeniem sieci szpitale, które weszły w jej skład, mogą elastyczniej dysponować otrzymanymi z NFZ pieniędzmi, przenosić środki z tych oddziałów, na których placówka udziela mniej świadczeń, do tych, które są oblegane, ale i w tym zakresie, jak ustaliła NIK, nie nastąpiły istotne zmiany. Jak wynika z kontroli, działania władz szpitali były związane przede wszystkim z potrzebą ograniczenia strat finansowych, pojawiającymi się problemami kadrowymi, a także staraniami dotyczącymi rozszerzenia zakresu udzielanych świadczeń.

Powszechna kompleksowość świadczeń tylko na papierze

Jednym z najważniejszych celów utworzenia sieci szpitali było poprawienie dostępu pacjentów do świadczeń specjalistycznych – chodziło o to, by chory był leczony kompleksowo i w skoordynowany sposób. To placówka, do której został skierowany, miała mu zapewnić nie tylko świadczenia szpitalne, ale także po zabiegach czy badaniach – leczenie ambulatoryjne i rehabilitacyjne. Udzielanie takich świadczeń miało być podyktowane przede wszystkim potrzebami zdrowotnymi tych osób, a nie stanem finansów szpitala.

Do sieci weszły jednak także takie placówki, które choć miały wymagane oddziały, to pacjentom niektórych z nich nie były w stanie zapewnić leczenia ambulatoryjnego.

Do szczegółowych badań kontrolerzy wytypowali 80 pacjentów każdej z 29 kontrolowanych placówek (z dwóch oddziałów), wypisanych w listopadzie 2017 r. i w kwietniu 2018 r. Z zebranych danych wynika, że zalecane im świadczenia pohospitalizacyjne otrzymało prawie 70 proc. chorych, ale mniej niż połowa uzyskała porady ambulatoryjne lub miała wyznaczony ich termin.

Kontrola NIK pokazała, że spora część pacjentów nie otrzymała zaleconych przy wypisie świadczeń. W przypadku tych poszpitalnych, głównie dlatego, że pacjenci nie zgłaszali się na dalsze leczenie w placówkach, w których byli wcześniej hospitalizowani, natomiast w przypadku porad ambulatoryjnych i świadczeń rehabilitacyjnych przyczyną był również brak w strukturze szpitala komórki organizacyjnej, w której można było kontynuować leczenie.

Szpitale nie mają informacji dotyczących powodów, jakimi kierowali się pacjenci, którzy nie skorzystali z zaleconych świadczeń. Mogli wybrać innego świadczeniodawcę, do czego mają prawo, zaniechać dalszego leczenia, albo ich miejsce zamieszkania było zbyt odległe od placówki, do której mieli się ponownie zgłosić.

Przykładem może być Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej w Hajnówce. Spośród 40 losowo wybranych pacjentów oddziału chirurgii urazowo-ortopedycznej aż połowa nie zgłosiła się na kontynuowanie leczenia. Z tych 40 tylko 8 osób było mieszkańcami powiatu hajnowskiego, 17 – innych powiatów, a 15 – innych województw.

Przed wprowadzeniem sieci szpitali pojawiły się obawy, że wraz z jej utworzeniem drastycznie wzrośnie liczba osób, którym placówki w obawie o koszty będą odmawiały przyjęcia. Kontrola NIK wykazała jednak, że po uruchomieniu podstawowego systemu zabezpieczenia zdrowotnego nie wystąpiły znaczące zmiany w tej kwestii.

Nadmiar niewykorzystanych łóżek

Wbrew założeniom, po uruchomieniu podstawowego szpitalnego zabezpieczenia świadczeń opieki zdrowotnej żadna z kontrolowanych placówek zakwalifikowanych do sieci nie wprowadziła istotnych zmian w swoich strukturach wewnętrznych. Jedynie w ośmiu zmienił się zakres świadczeń szpitalnych lub ambulatoryjnych. Powodem było rezygnowanie z ich udzielania, np. w związku z brakiem lekarzy, ale także wygaśnięcie umowy z NFZ czy zawarcie nowej.

Zdaniem dyrektorów kontrolowanych placówek zmiany organizacyjne nie były konieczne, inna jest jednak opinia kontrolerów NIK. Chodzi np. o niski stopień wykorzystania szpitalnych łóżek. Przyjmuje się, że pożądany wskaźnik to około 80 proc., wyniki kontroli wskazują natomiast, że w badanym okresie ponad połowa badanych oddziałów miała ten wskaźnik na poziomie poniżej 60 procent.

Najgorzej sytuacja przedstawiała się w szpitalach zakwalifikowanych do I poziomu zabezpieczenia. Najwięcej niewykorzystanych łóżek było na oddziałach ginekologiczno-położniczych, neonatologicznych, pediatrycznych i okulistycznych.

Nawet po uwzględnieniu konieczności utrzymania odpowiedniej rezerwy wolnych łóżek na wypadek sytuacji nadzwyczajnych i biorąc pod uwagę specyfikę wybranych specjalności (np. wynikającą z sezonowości zachorowań), w ocenie NIK wartość wskaźnika dotyczącego wykorzystania łóżek była zbyt niska i przekładała się na większe koszty funkcjonowania podmiotów leczniczych. Zdaniem Izby sytuację można było poprawić, przesuwając łóżka z tych oddziałów, w których występował ich nadmiar, do tych, które miały niewystarczająco rozwinięte zaplecze infrastrukturalne, a także przekwalifikowując części z nich na łóżka o charakterze długoterminowym. ■

Najwyższa Izba Kontroli

Pełny raport znaleźć można na stronie nik.gov.pl.

E-recepta, e-skierowanie i IKP

Ma być szybciej, łatwiej, lepiej. Takie są założenia programów, które w niedługim czasie całkowicie wyeliminują tradycyjne recepty i skierowania. O tym, jak to działa, w WSZ w Elblągu opowiadał Konrad Kowalski, specjalista ds. wdrożeń z Centrum Systemów Informacyjnych w Ochronie Zdrowia.

MATEUSZ MISZTAL

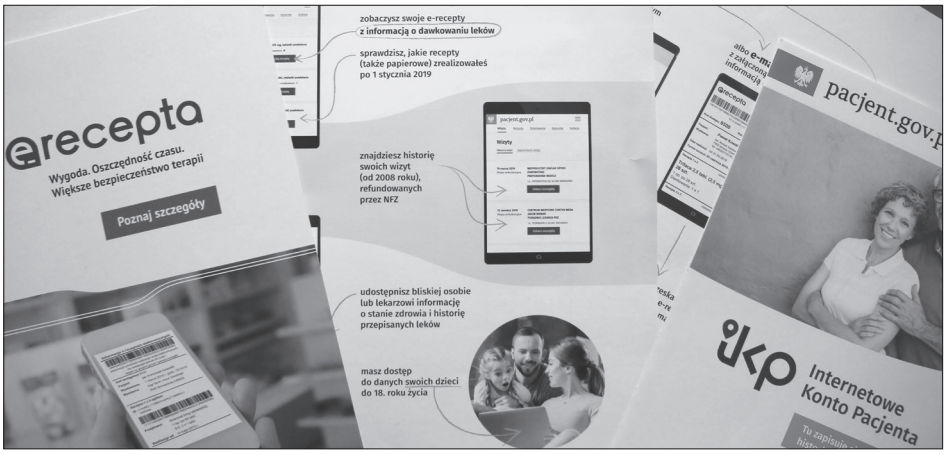
W Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym w Elblągu odbyło się szkolenie dla personelu medycznego (lekarzy i pielęgniarek) oraz pacjentów w zakresie korzystania z e-recept. Ci pierwsi dowiedzieli się, jak wygląda proces ich wystawiania, ci drudzy, jak w praktyce wygląda realizacja takiej recepty, a więc wykupienie leków.

Od maja do końca września 2018 roku trwał pilotaż e-recepty. Do końca 2018 roku do systemu zostały podłączone niemal wszystkie apteki i punkty apteczne w Polsce, systematycznie podpinane są kolejne. Od 1 stycznia 2020 roku wszystkie recepty będą wystawiane w postaci elektronicznej. Do 22 lipca br. wystawiono ich już ponad 3,5 miliona.

Jak działa e-recepta?

Lekarz elektronicznie wystawia i podpisuje receptę, następnie pacjent otrzymuje wydruk informacyjny lub receptę drogą elektroniczną (e-mail z e-receptą w wersji .pdf lub SMS z 4-cyfrowym kodem). Gdy mamy już taką receptę, należy udać się do apteki (takiej, w której już ta usługa jest świadczona – znajdziemy tam specjalną naklejkę informującą o tym). Farmaceuta zeskanuje kod wydruku informacyjnego lub poprosi o 4-cyfrowy kod i numer PESEL i wyda nam leki. E-recepta pozwoli także rozwiązać problem z rozczytaniem pisma lekarza, który miało wielu farmaceutów.

– Ważną informacją dla wielu pacjentów jest to, że każdy z leków będą mogli wykupić w różnych aptekach. Recepta jest jedna, ale „rozbita" na poszczególne leki, które przepisał lekarz. Jest to spore ułatwienie dla wielu osób, bo często było tak, że wracali oni do lekarza tylko po to, by ten „rozbił" receptę – mówił podczas szkolenia Konrad Kowalski, specjalista ds. wdrożeń z Centrum Systemów Informacyjnych w Ochronie Zdrowia. Wspomniane



Fot. Mateusz Misztal

rozwiązanie jest także dobre dla lekarzy, bo ci nie będą tracić czasu na dodatkowe, zupełnie niepotrzebne wizyty pacjentów.

Internetowe Konto Pacjenta

Dzięki IKP (Internetowe Konto Pacjenta) mamy dostęp do wszystkich świadczeń wykonanych na NFZ (wizyty lekarskie, przeprowadzone badania, wystawione e-recepty). Możemy także na zasadzie pełnomocnictwa dać osobie z rodziny dostęp do danych z naszego konta na platformie pacjent.gov.pl. Dzięki takiemu rozwiązaniu o wykupieniu leków osobom starszym mogą przypominać ich bliscy (dzieci, wnuki).

– Każda osoba w Polsce, która posiada PESEL i ukończyła 18 lat, ma internetowe konto pacjenta. Wszystkie e-recepty lądują na naszym koncie i dzięki temu tworzy się elektroniczna dokumentacja medyczna – powiedział Konrad Kowalski. – Dzieci są przypisane do rodzica, do osoby, która ubezpiecza dziecko w ZUS-ie i właśnie ta osoba, która jest przypisana jako opiekun, będzie widziała taką receptę w systemie. Jeśli chcemy, by np. oboje rodziców miało dostęp do e-recept wypisywanych ich dziecku, to trzeba zgłosić to w Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych.

Dużo trudniejsza sytuacja jest w przypadku domów dziecka i młodzieżowych ośrodków wychowawczych. Rodzi się bowiem pytanie, kto miałby mieć dostęp do informacji o tych pacjentach. – W Ministerstwie Zdrowia trwają jeszcze prace nad szczegółowym uregulowaniem prawnym wspomnianych przypadków – zaznaczył Konrad Kowalski.

Do nowych rozwiązań często trudno jest przekonać osoby starsze. – Dzięki temu rozwiązaniu mają one w jednym miejscu informacje o tym, co wykupiły, a czego nie. Widzą, co lekarz im wypisywał. Gdy idą do nowego lekarza, wiedzą też jakie leki wypisywał im poprzedni i jakie leczenie było stosowane. Jeśli zrealizują daną receptę częściowo, będą mogły sprawdzić, w której aptece dany lek wykupiły. Dużym ułatwieniem dla osób starszych, które często przez długi czas stosują jakąś terapię lekową, będzie też to, że nie będą musiały one iść do lekarza po to, by ten wypisał kolejną receptę. Lekarz, przy zachowaniu identyfikacji danej osoby, może taką receptę wypisać zdalnie – informuje Konrad Kowalski.

Specjalista wspomniał też podczas szkolenia o e-skierowaniach, których wystawianie od 2021 roku ma być powszechną praktyką. Jednym z założeń tego rozwiązania jest chęć częściowego skrócenia kolejek. E-skierowanie pozwoli bowiem zarejestrować się tylko w jednym miejscu. ■

Wybory bez barier

13 października Polacy ponownie pójdą do lokali wyborczych, by wybrać posłów i senatorów. Jakie uprawnienia przysługują wyborcom z niepełnosprawnościami?

Prawo do uzyskiwania informacji o wyborach

Wyborca niepełnosprawny wpisany do rejestru wyborców w danej gminie ma prawo do uzyskiwania informacji o:

• terminie wyborów oraz godzinach głosowania;

• właściwym dla siebie okręgu wyborczym i obwodzie głosowania;

• lokalach obwodowych komisji wyborczych znajdujących się najbliżej miejsca zamieszkania wyborcy niepełnosprawnego, w tym o lokalach przystosowanych do potrzeb osób niepełnosprawnych;

• warunkach dopisania wyborcy do spisu wyborców w wybranym przez niego obwodzie głosowania na obszarze gminy właściwej ze względu na miejsce jego stałego zamieszkania;

• komitetach wyborczych biorących udział w wyborach oraz zarejestrowanych kandydatach i listach kandydatów;

• warunkach oraz formach głosowania.

Informacje te są przekazywane wyborcy niepełnosprawnemu, na jego wniosek, po podaniu przez wyborcę jego nazwiska, imienia (imion) oraz adresu stałego zamieszkania.

Informacje, o których mowa wyżej, są także dostępne w Biuletynie Informacji Publicznej oraz podawane do publicznej wiadomości w sposób zwyczajowo przyjęty w danej gminie.

Głosowanie korespondencyjne

Głosować korespondencyjnie mogą wyborcy posiadający orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności (nie dotyczy to wyborców przebywających w zakładach opieki zdrowotnej, domach pomocy społecznej, zakładach karnych i aresztach śledczych oraz ich oddziałach zewnętrznych, a także wyborców głosujących przez pełnomocnika).

Zamiar głosowania korespondencyjnego powinien być zgłoszony przez wyborcę niepełnosprawnego do Komisarza Wyborczego najpóźniej w 15 dniu przed dniem wyborów, tj. do 30 września 2019 r. Zgłoszenie może być dokonane ustnie, pisemnie, telegraficznie, telefaksem lub w formie elektronicznej.

Zgłoszenie musi zawierać: nazwisko i imię (imiona), imię ojca, datę urodzenia, numer ewidencyjny PESEL wyborcy niepełnosprawnego, oświadczenie o wpisaniu wyborcy do rejestru wyborców w danej gminie, oznaczenie wyborów, kopię orzeczenia o niepełnosprawności, żądanie załączenia nakładek w alfabecie Braille'a, (o ile wyborca ich sobie zażyczy), oraz adres, na który ma być wysłany pakiet wyborczy.

Głosowanie przez pełnomocnika

Prawo do głosowania przez pełnomocnika mają wyborcy, którzy najpóźniej w dniu głosowania ukończą 75 lat, a także wyborcy niepełnosprawni posiadający orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności.

Pełnomocnikiem może być tylko osoba wpisana do rejestru wyborców w tej samej gminie, co udzielający pełnomocnictwa do głosowania. Nie mogą nim być: osoby kandydujące w wyborach; mężowie zaufania; osoby wchodzące w skład komisji obwodowej właściwej dla obwodu głosowania osoby udzielającej pełnomocnictwa do głosowania.

Wniosek o sporządzenie aktu pełnomocnictwa należy złożyć najpóźniej do 9 dnia przed dniem wyborów, tj. do 4 października 2019 r.

Do wniosku należy dołączyć: pisemną zgodę osoby mającej być pełnomocnikiem na przyjęcie pełnomocnictwa oraz kopię aktualnego orzeczenia właściwego organu orzekającego o ustaleniu stopnia niepełnosprawności, jeżeli wyborca udzielający pełnomocnictwa w dniu głosowania nie będzie miał ukończonych 75 lat.

Głosowanie w wybranym przez siebie lokalu obwodowej komisji wyborczej, w tym w lokalu dostosowanym do potrzeb wyborców niepełnosprawnych

Wyborca może głosować osobiście w lokalu wyborczym w obwodzie głosowania właściwym dla jego miejsca zamieszkania. Może także głosować w wybranym przez siebie lokalu wyborczym, w tym także w lokalu dostosowanym do potrzeb osób niepełnosprawnych na obszarze gminy.

W tym celu powinien złożyć wniosek o dopisanie do spisu wyborców w wybranym przez siebie obwodzie głosowania na obszarze gminy właściwej ze względu na miejsce jego stałego zamieszkania.

Głosowanie w lokalu wyborczym przy użyciu nakładki na kartę do głosowania sporządzonej w alfabecie Braille'a

Wyborca niepełnosprawny może także głosować przy użyciu nakładki na kartę do głosowania sporządzonej w alfabecie Braille'a, w lokalu wyborczym. W dniu wyborów obwodowa komisja wyborcza wraz z kartą do głosowania wyda wyborcy niepełnosprawnemu, na jego prośbę, nakładkę na tę kartę. Po oddaniu głosu wyborca obowiązany jest zwrócić komisji obwodowej nakładki na karty.

Korzystanie z pomocy innej osoby w trakcie głosowania w lokalu wyborczym

Wyborcy niepełnosprawnemu, na jego prośbę, może pomagać w głosowaniu w lokalu wyborczym inna osoba, w tym także niepełnoletnia. Pomoc ta może mieć tylko techniczny charakter; nie może ona polegać na sugerowaniu wyborcy sposobu głosowania lub na głosowaniu w zastępstwie tego wyborcy.

Dopuszczalne jest, aby na życzenie wyborcy niepełnosprawnego w pomieszczeniu za zasłoną przebywała osoba udzielająca pomocy. Osobą tą nie może być członek komisji ani mąż zaufania. ■

Źródło: UM Elbląg

PATRONAT Razem z Tobą dobra strona niepełnosprawnych

Rusza projekt „Akademia +60”

W Centrum Spotkań Europejskich „Światowid” w Elblągu seniorzy mogą wziąć udział w bezpłatnych warsztatach, realizowanych w ramach projektu „Akademia +60”. W projekcie przewidziane są zajęcia filmowe, artystyczne, języka angielskiego, jogi śmiechu oraz warsztaty z zakresu nowych technologii.

DAGMARA BEHRENDT-NOWICKA

– Raz w tygodniu, pod okiem profesjonalistów, seniorzy będą mogli wziąć udział w różnego rodzaju warsztatach tematycznych – mówi Antoni Czyżyk, dyrektor CSE „Światowid” w Elblągu. – W ramach bloku zatytułowanego „Radość tworzenia” odbywać się będą zajęcia rozwijające pasje i zainteresowania artystyczne. Doświadczeni mentorzy z pewnością zainspirują uczestników do podjęcia wielu nowych działań.

Zajęcia filmowe będą polegały na zgłębianiu elementów sztuki i wiedzy filmowej. Uczestnicy opracują scenariusz krótkiego filmu, który pokaże różne sposoby spędzania czasu na emeryturze. Seniorzy poznają tajniki filmowania, wezmą udział w ćwiczeniach z montażu filmowego, odkryją tajemnice pracy przed i z kamerą. Efektem ich pracy będzie krótki film.

Kolejną propozycją z projektu „Akademia +60” będą warsztaty „DIY – zrób to sam”. – To coraz bardziej popularna metoda tworzenia ozdób i przedmiotów użytkowych. Własnoręcznie wykonany prezent czy dekoracja do mieszkania z pewnością będzie cieszył dłużej – przekonują autorzy projektu. – Ponadto jest to świetna okazja, by rozwinąć lub poznać nowe pasje. Warsztaty „DIY – zrób to sam” będą również dobrym pretekstem do wyjścia z domu, do spędzenia czasu w twórczej atmosferze oraz okazją do poznania ciekawych osób.

Z kolei warsztaty języka angielskiego z elementami teatru to propozycja w formie eksperymentu artystycznego, którego efektem końcowym będzie spektakl teatralny w języku angielskim. Przygotowania do spektaklu będą prowadzone w nowatorski sposób. W trakcie zajęć seniorzy, prócz nauki języka obcego, będą poznawać podstawowe techniki aktorskie związane z improwizacją,a także metody pracy z ciałem i skutecznego wyrażania emocji.

– Nietypową propozycją dla uczestników projektu „Akademia +60” będzie z kolei joga śmiechu. To nie tylko unikalna metoda gimnastyczna. Jest to również ścieżka rozwoju osobistego. To ćwiczenia, które prowadzą do spontanicznego radosnego śmiechu – informują organizatorzy. – Mimo lekkiej formy metoda ta ma wiele poziomów i zastosowań. Wykonywane przez seniorów regularne ćwiczenia wpłyną na system energetyczny, pogłębią oddech, dzięki czemu będą przeciwdziałać wielu chorobom wynikającym np. ze stresu czy niskiej odporności. Dadzą też uczucie szczęścia i radości. Warsztaty odbywać się będą w siedzibie partnera projektu, którym jest Stowarzyszenie „Babska Wyspa – Strefa Pozytywnej Energii”.

Drugi blok warsztatowy, zatytułowany „Senior w sieci”, wychodzi naprzeciw potrzebom osób starszych i proponuje warsztaty z zakresu nowych technologii. Zajęcia obejmą naukę obsługi smartfona, instalowania aplikacji na smartfonie, wyszukiwania informacji w Internecie czy korzystania z internetowego programu graficznego CANVA.

Udział we wszystkich zajęciach jest bezpłatny, obowiązują jednak zapisy. ■

Partnerzy projektu: Stowarzyszenie Inicjatorów Społecznych „Przyjazny Krąg”, Stowarzyszenie Kobiet Aktywnych „Fantazja”, Stowarzyszenie „Babska Wyspa – Strefa Pozytywnej Energii”, „Akademia Rękodzieła” w Elblągu, Szkoła Podstawowa im. Janusza Korczaka w Rogajnach, Szkoła Podstawowa im. Mikołaja Kopernika w Słobitach, Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Milejewie, Niepubliczna Szkoła Podstawowa i Oddział Przedszkolny im. Kaprów Polskich w Suchaczu, Stowarzyszenie Jantar, Uniwersytet III Wieku i Osób Niepełnosprawnych w Elblągu. Szczegółowe informacje oraz zapisy: Dagmara Behrendt-Nowicka, telefon: 55 611 20 59 lub 605 636 670, e-mail: dagmara.behrendt-nowicka@swiatowid.elblag.pl.



Fot. pixabay.com



Magia dobrego serca

Poduszki, które powstają w ramach projektu „Serce od serca”, nie są zwyczajne. Ich kształt i wypełnienie mają konkretny cel: pomoc pacjentkom z nowotworem piersi w rehabilitacji. Do akcji włączyło się Centrum Radioterapii i Usprawniania NU-MED. Jak przekonują inicjatorki przedsięwzięcia, nie będzie to ostatnia taka akcja.

MONIKA SZAŁAS

40 metrów kolorowego materiału, 16 kilogramów specjalnych silikonowych kuleczek do wypełnienia, a przede wszystkim ludzie, którzy poświęcili swój czas, by okazać wsparcie pacjentkom onkologicznym – tego było trzeba, by z dobroci serca powstało coś, co każdego dnia da ulgę pacjentkom onkologicznym. Elbląski wkład w projekt „Serce od serca” to zasługa dwóch kobiet: Anny Kleiny, rzecznika prasowego Centrum Radioterapii i Usprawniania NU-MED, oraz Barbary Kosiackiej, byłej pacjentki Centrum.

– Skontaktowałam się z szefową Fundacji, która udzieliła nam zgody na bezpłatne wykorzystanie wzorów tego serca, a my w naszym mieście robimy to pod naszą akcją edukacyjną „Opowiem ci o raku”. Okazało się, że jest cała masa ludzi dobrej woli, którzy chcieli się do tego przyłączyć. Jestem bardzo szczęśliwa, że udało się to tak szybko zorganizować i że tyle osób odpowiedziało na nasz apel – mówi Anna Kleina.

Rehabilitacyjne serce

Specjalny kształt i odpowiednia gramatura silikonowego wypełnienia poduszek łagodzą ból pooperacyjny i obrzęk, zmniejszają opuchliznę oraz napięcie barku, a także chronią przed uderzeniami.

– Z własnego doświadczenia wiem, że taka poduszka bardzo pomaga, szczególnie dziewczynom, które są albo w trakcie radioterapii, albo świeżo po operacji. Obrzęki, problemy z barkami – ja już jestem trzy lata po operacji, a dalej je odczuwam i z tego, co wiem, będę je odczuwać do końca życia, więc tak naprawdę myślę, że każda Amazonka będzie miała użytek z takiej poduchy – opowiada Barbara Kosiacka.



Fot. Mieczysław Jaworski

Projekt powstał w 2018 roku, a do akcji, która zatacza coraz szersze kręgi, włączyło się wiele instytucji, szpitali, szkół i ludzi o dobrym sercu. Potrzeba jednak większej świadomości społecznej i zaangażowania, by każda kobieta po mastektomii [zabieg amputacji piersi – red.] mogła otrzymać własne „rehabilitacyjne serce”.

– Dużo kobiet w ogóle nie ma świadomości, że takie poduszki istnieją. My chcemy wyjść naprzeciw tym potrzebom, poinformować pacjentki, że te poduszki to rzecz, która może im ulżyć w życiu codziennym w inny sposób niż tylko poprzez leki przeciwbólowe. Chcemy uświadomić kobiety, że taki produkt istnieje i dać im go – komentuje Joanna Ratajczyk, pracownik Poradni Onkologicznej NU-MED.

13 sierpnia, podczas pierwszej edycji wydarzenia, powstały 84 poduszki. W Elblągu i regionie jest dużo pacjentek onkologicznych, dlatego inicjatorki akcji chcą kontynuować przedsięwzięcie. Zaplanowały też warsztaty, podczas których będzie można dowiedzieć się, jak na co dzień używać poduszek, by osiągnąć najlepsze efekty. ■

Nowoczesna edukacja w EUH-E

Rok akademicki 2019/2020 przyniesie Elbląskiej Uczelni Humanistyczno-Ekonomicznej nowości. Na jesień zaplanowano bowiem otwarcie Centrum Dydaktyki i Symulacji Medycznej, w którym studenci, korzystając z najnowszych technologii, będą w praktyczny sposób przygotowywać się do wykonywania zawodu. Uczelnia uruchomi także nowy kierunek: jednolite studia magisterskie z psychologii.

MONIKA SZAŁAS



Fot. Mateusz Misztal

Pomysł utworzenia Centrum Dydaktyki i Symulacji Medycznej pojawił się już w 2014 roku, a przygotowania do realizacji inwestycji rozpoczęły się rok później, kiedy powstał projekt budowy. Początkowo Centrum miało powstać na działce, o którą uczelnia stara się od 6 lat, ostatecznie jednak zadecydowano o zrealizowaniu przedsięwzięcia na terenie działki będącej już w posiadaniu EUH-E. Prace budowlane rozpoczęto w połowie listopada 2018 roku.

– Prawie 21 milionów będzie kosztowała cała inwestycja, przy czym jedną trzecią musimy pokryć z własnych środków. Prace przebiegają zgodnie z harmonogramem. Inwestycję realizuje w generalnym wykonawstwie PRZEMBUD Gdańsk, ale to nie oznacza, że oni wszystko sami robią. Jest 8 elbląskich firm, które tutaj pracują – powiedział podczas konferencji prasowej inż. Ireneusz Modzelewski.

Jak przekonywała prorektor uczelni dr Izabela Seredocha, inwestycję wyróżniają trzy elementy: nowoczesna infrastruktura, dbałość o ekologię oraz rozwiązania dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Nowy budynek będzie miał ponad 2 tysiące metrów kwadratowych powierzchni użytkowej, która posłuży przede wszystkim studentom Wydziału Nauk o Zdrowiu. Obecnie EUH-E oferuje studia z zakresu pielęgniarstwa, fizjoterapii oraz ratownictwa medycznego, ale uczelnia planuje rozszerzać swoją ofertę: w trakcie przygotowywania jest program kształcenia na kierunku położnictwo, a program kierunku lekarskiego czeka na decyzję ministra.

– Idea stworzenia tego Centrum to uniwersalność, tzn. mając różne kierunki medyczne, postanowiliśmy przygotować inwestycję, która będzie pozwalała w sposób nowoczesny i efektywny tych studentów kształcić – zaznaczył dr n. med. Jacek Perliński, prodziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu.

Na pierwszej kondygnacji budynku Centrum będą znajdowały się pomieszczenia techniczno-organizacyjne i sale przewidziane do kształcenia fizjoterapeutów, na pierwszym piętrze powstaną pracownie nauk podstawowych.

– W pracowni anatomii hitem w wyposażeniu będzie wirtualny stół anatomiczny, który spełnia wszystkie wymogi uzyskania efektów kształcenia w zakresie wiedzy i umiejętności odnośnie szczegółów budowy ludzkiego ciała. To ogromny ekran w płaszczyźnie poziomej, na którym można za pomocą palców dokonywać przekrojów i różnych innych rzeczy – opowiadał prodziekan wydziału.

Na tym poziomie mają znajdować się również sale do ćwiczeń z fizjologii i patofizjologii, sale technik zabiegowych oraz sale pielęgniarskie. Ostatnia kondygnacja ma być najważniejszą częścią Centrum. Tam powstaną sala operacyjna i gabinety, w których można będzie omówić zagadnienia praktyczne.

– Będziemy mieli do czynienia z tzw. wysoką symulacją, to znaczy będzie 8 fantomów, najbardziej zaawansowanych technologicznie, które są wykorzystywane do kształcenia na świecie, a które mają symulować pełne funkcje życiowe każdego

organizmu – wyjaśnił dr. n. med. Jacek Perliński, który porównał kształcenie studentów do pracy pilota, zobligowanego do odbycia praktyki w symulatorze przed objęciem sterów w prawdziwym samolocie.

Dzięki inwestycji studenci – w bezpiecznych warunkach, z wykorzystaniem najnowszych technologii – nauczą się, jak reagować w realnych sytuacjach, które mogą zdarzyć się w pracy w sektorze medycznym. Jak informują władze uczelni, jednocześnie w budynku będzie mogło kształcić się około 300 osób.

– Musimy pamiętać, że studenci mają też zajęcia teoretyczne w salach wykładowych, mają również zajęcia praktyczne w podmiotach leczniczych: szpitalach, przychodniach, zakładach rehabilitacji, karetkach pogotowia. Ideą jest, żeby kształcenie było maksymalnie spójne – podkreślił prodziekan Wydziału Nauk o Zdrowiu.

Centrum Dydaktyki i Symulacji Medycznej to nie jedyna nowość: od października na EUH-E można będzie wybrać jednolite pięcioletnie studia magisterskie psychologii.

– Człowiek to nie tylko ciało. Człowiek to umysł, emocje, relacje z ludźmi, postawy, wartości. Nauki o zdrowiu i psychologia mają punkty styczne, wspólne zainteresowanie człowiekiem: czynnikami zdrowia, przyczynami choroby i leczeniem. Współcześnie mówi się o holistycznym podejściu do człowieka. Mało jest w nauce dziedzin, które funkcjonują oddzielnie – zwróciła uwagę dr Anna Skuzińska, kierownik nowo utworzonego kierunku.

Psychologię można będzie studiować w trybie dziennym i zaocznym, a w trakcie edukacji studenci staną przed wyborem dwóch z czterech modułów, które ukierunkują ich kształcenie: psychologii klinicznej, psychologii uzależnień i zdrowia, psychologii organizacji i biznesu oraz psychologii edukacji i wychowania. Przed absolwentami tego kierunku otwiera się wiele możliwości podjęcia zatrudnienia w różnych branżach. Zajęcia wystartują w październiku.

– Jesteśmy uczelnią regionalną, a uczelnie regionalne pełnią istotną funkcję w rozwoju regionu: są ośrodkiem, który stymuluje życie naukowe, ale również życie społeczne – podkreśliła dr Izabela Seredocha. ■

Imprezowy rozkład jazdy

Do niedawna brakowało miejsca, w którym można znaleźć informacje o wszystkich imprezach, koncertach, spotkaniach czy innych dowolnych wydarzeniach odbywających się w Elblągu. Więc... powstało.

Na stronie internetowej turystyka.elblag.eu uruchomiony został miejski kalendarz imprez. Jego celem jest ułatwienie dotarcia z informacją do mieszkańców i turystów.

Każde wydarzenie, zarówno płatne, jak i bezpłatne, będzie za darmo umieszczone w kalendarzu.

– Do korzystania z kalendarza zachęcamy wszystkie instytucje kultury, lokale organizujące różnego rodzaju eventy, stowarzyszenia oraz wszelkie organizacje działające na terenie miasta. Dane w kalendarzu będą udostępniane również elbląskim portalom internetowym, które będą mogły korzystać z jego zawartości – mówi Łukasz Mierzejewski z Biura Prasowego Urzędu Miejskiego w Elblągu. ■

Źródło: UM Elbląg

Nominacje

Prezydent miasta Witold Wróblewski wręczył nominacje dyrektorom elbląskich placówek oświatowych.

– Serdecznie gratuluję i życzę powodzenia. Liczę również na owocną współpracę. Większość z Państwa ma doświadczenie w pełnieniu funkcji dyrektora i zna bardzo dobrze swoje placówki, co z pewnością ułatwi pracę. Przed nami kolejny trudny rok. Z pewnością nie będzie brakowało wyzwań. Dotyczy to między innymi kwestii finansowania oświaty, jak i wdrażania projektów, na które otrzymaliśmy dofinansowanie unijne – podkreślał Prezydent Witold Wróblewski.

Nominacje otrzymali:

Dorota Szepczyńska – Przedszkole nr 6; **Ewa Becker** – Przedszkole nr 13; **Małgorzata Pawlikowska** – Szkoła Podstawowa nr 25; **Marzena Bielecka** – I Liceum Ogólnokształcące im. Juliusza Słowackiego p.o. dyrektora na 10 miesięcy dotychczasowej wicedyrektor; **Kamila Boros** – IV Liceum Ogólnokształcące im. Komisji Edukacji Narodowej; **Dorota Chechłowska** – Przedszkole nr 21; **Alicja Bałchan** – Szkoła Podstawowa nr 8, **Marzanna Czerepko** – Szkoła Podstawowa nr 15; **Izabela Milusz** – Szkoła Podstawowa nr 16; **Agnieszka Jurewicz** – II Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Dwujęzycznymi im. Kazimierza Jagiellończyka; **Leszek Iwańczuk** – Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1. ■

Joanna Urbaniak

Wnioski ocenione

Budżet Obywatelski wchodzi w decydującą fazę. Łącznie elblążanie złożyli 80 wniosków.

W trakcie wakacji urzędnicy oceniali wnioski pod względem praktycznej możliwości ich realizacji, gospodarności, kwestii formalno-prawnych oraz możliwości finansowych i technicznych. Pozytywnie zaopiniowanych zostało 55 projektów: 36 inwestycyjnych i 18 małych projektów. Duża część pomysłów tradycyjnie dotyczy miejskiej infrastruktury, a więc chodników, parkingów, poprawy stanu alejek w parkach czy nowych placów zabaw. Jeśli chodzi o małe granty, dotyczą one przede wszystkim działań integrujących lokalną społeczność.

Wszystkie wnioski, zarówno te zaopiniowane pozytywnie, jak i negatywnie, znajdują się na stronie internetowej budzetobywatelski.elblag.eu. Głosowanie mieszkańców potrwa od 23 września do 20 października. ■

Źródło: budzetobywatelski.elblag.eu

Rodzina z mocą

Spokój, bezpieczeństwo i stabilizacja – tego często brakuje w rodzinach, które mają problemy z pełnieniem funkcji wychowawczych. W takich sytuacjach dzieci na jakiś czas trafiają do rodziny zastępczej. Tych jednak w Elblągu brakuje, dlatego Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej poszukuje kandydatów, którzy podejmą się roli rodzica zastępczego i zapewnią dzieciom to, czego im potrzeba.

MONIKA SZAŁAS

Sytuacje, w których dzieci doświadczają zaniedbania czy przemocy, są bardzo trudne. Gdy rodzice z różnych przyczyn nie radzą sobie z wychowywaniem dzieci, mogą liczyć na pomoc Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej, który przydziela im asystenta rodziny. Czasem, pomimo otrzymywanego wsparcia, starania rodziców są niewystarczające i zachodzi potrzeba, by dziecko przebywało w środowisku, w którym będzie czuło się bezpiecznie. W takiej sytuacji MOPS wnioskuje o ograniczenie praw rodzicielskich i umieszczenie dziecka w pieczy zastępczej. Są też sytuacje, w których wymagana jest natychmiastowa reakcja Ośrodka.

– Gdy istnieje zagrożenie życia, zdrowia i bezpieczeństwa dziecka, dzieje się coś złego, jest przemoc, rodzice są pod wpływem alkoholu – wtedy podejmowana jest tzw. interwencja. O tym jest informowany sąd, który wydaje postanowienie i dzieci trafiają do rodziny zastępczej – wyjaśnia Magdalena Falkowska, kierownik działu wspierania rodziny i pieczy zastępczej w elbląskim MOPS-ie.

Rodzina zastępcza to przejściowa forma opieki. Dzieci, które zostały umieszczone w pieczy zastępczej, mogą albo wrócić do swojej biologicznej rodziny, albo zostać adoptowane.

– Kiedy dziecko trafia do pieczy, rodzice nadal mają szansę je odzyskać, tylko po prostu muszą wykonać konkretne działania wskazane przez sąd, np.: podjąć pracę czy terapię odwykową, znaleźć bezpieczne miejsce, np. wynająć mieszkanie. Gdy tego nie zrobią – a niestety często tak jest, że nie podejmują starań o własne dziecko – wtedy kolejnym etapem jest pozbawienie władzy rodzicielskiej – mówi Magdalena Falkowska. – Dziecko tak naprawdę musi mieć jeden dom. Pobyt dziecka w pieczy zastępczej powinien być krótki, żeby rodzic zaczął działać, żeby zrobił wszystko, by dziecko do niego wróciło – dodaje. To od rodzica zależy, czy dziecko do niego powróci. Oczywiście opiekun nie pozostaje sam. Ma zapewnione wsparcie asystenta rodziny, pracownika socjalnego, psychologa, może skorzystać z realizowanych projektów czy szkoleń podnoszących kompetencje wychowawcze.

Do momentu uregulowania sytuacji dziecka jego domem jest dom rodziców zastępczych. To oni dbają o to, by czuło się bezpiecznie, by miało warunki



Fot. Mariola Czerpińska

do nauki, zabawy i rozwoju. Wreszcie to oni pozwalają na to, by dziecko było po prostu dzieckiem, a nie wchodziło w rolę „małego dorosłego", który musi radzić sobie z problemami niedostosowanymi do jego wieku.

Rodzina ma moc

W naszym mieście obecnie funkcjonują 192 rodziny zastępcze, w tym 17 zawodowych. Może wydawać się, że to dużo, ale potrzeby są znacznie większe, dlatego Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej już od trzech lat realizuje kampanię „Rodzina to moc" w ramach projektu „Zawód rodzic zastępczy".

– Chcemy podziękować dotychczas funkcjonującym rodzinom, a przede wszystkim pozyskać nowe rodziny zastępcze, ponieważ borykamy się z brakiem nowych kandydatów – tłumaczy kierownik działu wspierania rodziny i pieczy zastępczej. – U nas w Elblągu mamy rodziny zastępcze spokrewnione, które tworzy rodzina, czyli np. dziadkowie, rodzeństwo; rodziny niezawodowe, tworzone przez osoby obce lub dalszą rodzinę (np. ciocia, wujek); i rodziny zawodowe, w tym rodziny zawodowe pełniące funkcję pogotowia rodzinnego. W grę wchodzą jeszcze rodziny specjalistyczne, które zajmują się dziećmi niepełnosprawnymi, niestety, my takich nie mamy – wylicza Magdalena Falkowska.

Kandydat na rodzica zastępczego musi spełnić szereg wymagań. Warunki precyzuje ustawa o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej. Najważniejszym z nich jest zapewnienie odpowiednich warunków bytowych, które umożliwiają dziecku zaspokajanie podstawowych potrzeb oraz prawidłowy rozwój. Przyszły rodzic zastępczy nie może być karany, nie może też mieć odebranej lub ograniczonej władzy rodzicielskiej w stosunku do własnych dzieci. Jeśli ma obowiązek alimentacyjny, musi się z niego wywiązywać. W przypadku rodzin zastępczych niezawodowych co najmniej jedna osoba musi posiadać stałe źródło dochodu. Kandydaci muszą również posiadać zaświadczenie lekarskie o braku przeciwskazań do pełnienia funkcji rodzica zastępczego.

Jak zostać rodziną zastępczą?

– My zbieramy wszystkie dokumenty, sprawdzamy kandydatów w krajowym rejestrze karnym. Potem psycholog i pedagog sporządzają diagnozę, a następnie komisja decyduje o tym, czy dopuszczamy kandydatów do szkolenia – tłumaczy Mariola Czerpińska, zastępca kierownika działu wspierania rodziny i pieczy zastępczej.

Po zakwalifikowaniu kandydaci odbywają szkolenie prowadzone przez trenerów z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej. Po szkoleniu komisja, biorąc pod uwagę rekomendacje z przebiegu szkolenia i wizyt domowych, decyduje o zakwalifikowaniu kandydatów na rodziców zastępczych. Jeśli decyzja jest pozytywna, rodzina może oczekiwać na telefon w sprawie przyjęcia dziecka do pieczy zastępczej. Gdy dziecko trafia do ich domu, wszyscy mogą korzystać z pomocy pracowników MOPS-u.

– Rodzina zostaje objęta wsparciem koordynatora, który odwiedza ją, pomaga, udziela porad i wskazówek, gdzie można udać się w zależności od problemów dziecka – mówi Magdalena Falkowska.

Rodziny, które pełnią funkcję rodziny zastępczej, oprócz bieżącego wsparcia koordynatora oraz specjalistów (np. psychologa), mogą liczyć na wsparcie finansowe.

– Rodziny zawodowe spokrewnione i niezawodowe dostają świadczenia na utrzymanie dzieci, a rodziny zawodowe dodatkowo dostają wynagrodzenie za świadczenie pracy. Przy przyjęciu nowego dziecka każda rodzina może się ubiegać o tzw. pomoc jednorazową w związku z przyjęciem tego dziecka do rodziny zastępczej. Dodatkowo wspomagamy, jeśli chodzi o finansowanie wypoczynku, można także starać się o pomoc z tytułu zdarzeń losowych. Rodzinom zawodowym pokrywamy koszty związane z utrzymaniem mieszkania lub domu, takie jak podstawowe rachunki za czynsz, energię elektryczną czy opał – wylicza kierownik działu wspierania rodziny i pieczy zastępczej.

Bycie rodziną zastępczą to ciężka praca przez 24 godziny na dobę i ogromne wyzwanie. Każde dziecko jest inne, każde ma swoje trudne doświadczenia, które wpływają na jego funkcjonowanie. Ci, którzy podjęli się pełnienia funkcji rodzica zastępczego, przekonują, że każda chwila jest tego warta, a uśmiech dziecka jest najlepszą nagrodą za trud włożony w wychowanie.

– Kandydaci na rodziców zastępczych na pewno muszą być wytrwali, a przede wszystkim otwarci na nowe doświadczenia i zorganizowani. Trzeba „coś takiego mieć w sobie" – trudno określić co – że mimo, iż to jest trudna praca, to ona przynosi satysfakcję – mówi Magdalena Falkowska. ■



Fot. materiały MOPS

Wytchnienie dla opiekunów osób z niepełnosprawnościami

Rodziny i opiekunowie osób niepełnosprawnych w Elblągu mogą odetchnąć. Elbląski samorząd został zakwalifikowany do uczestnictwa w pilotażowym, rządowym programie „Opieka wytchnieniowa".

TERESA BOCHEŃSKA

– Jak Państwo wiecie, opiekunowie osób z niepełnosprawnościami muszą borykać się z wieloma problemami, żyją w stały stresie, obciążeniu psychicznym i fizycznym, rezygnują czasami ze swoich planów, marzeń, pracy zawodowej, przedkładają potrzeby podopiecznych ponad swoje potrzeby. Właśnie dlatego powstał program, który ma dać wytchnienie tym ludziom – mówiła Monika Kurpanik, Pełnomocnik Prezydenta ds. Osób Niepełnosprawnych, prezentując program Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej „Opieka wytchnieniowa" na konferencji prasowej, zwołanej w tej sprawie przez Prezydenta Miasta Elbląga.

Program ma charakter pilotażowy i obowiązuje tylko do końca 2019 roku, a realizować go będą zainteresowane gminy. Opiekunowie osób z niepełnosprawnościami będą mogli z niego skorzystać w sytuacji, gdy sami będą potrzebowali udać się do lekarza, do urzędu, na większe zakupy, opuścić dom w wyniku jakichś zdarzeń losowych czy po prostu odpocząć.

Formy opieki wytchnieniowej

Zgodnie z tytułem program zawiera usługi dla członków rodzin, opiekunów sprawujących bezpośrednią opiekę nad osobami z niepełnosprawnościami. Jak informuje ministerstwo na stronie internetowej, obejmują one trzy moduły:

• w pierwszym świadczenie opieki wytchnieniowej (w formie pobytu dziennego) skierowane będzie do opiekunów, którzy nie korzystają z innych form usług w miejscu zamieszkania osoby niepełnosprawnej, w ośrodku wsparcia, domu pomocy społecznej;

• drugi to rozszerzenie usług opiekuńczych w formie pobytu całodobowego: w ośrodkach wsparcia posiadających miejsca całodobowego pobytu; w mieszkaniach chronionych;

• trzeci zakłada zapewnienie opiekunom możliwości skorzystania z poradnictwa specjalistycznego (psychologicznego lub terapeutycznego) oraz nauki w zakresie pielęgnacji, rehabilitacji i dietetyki.

Do wykorzystania w trzech modułach opiekunowie będą mieli 14 dni dla opieki wytchnieniowej w formie pobytu całodobowego oraz limit 240 godzin dla opieki wytchnieniowej w formach, o których mowa w module pierwszym i trzecim.

Po przekroczeniu limitu opiekunowie, których dochód nie przekracza 350 proc. obowiązującego kryterium dochodowego określonego w ustawie o pomocy społecznej, nadal będą mogli korzystać ze wsparcia – za kolejne 240 godzin opieki i 14 dni opieki wytchnieniowej zapłacą połowę kosztów jej realizacji. Gmina będzie przyznawać opiekę wytchnieniową na wniosek członka rodziny lub opiekuna sprawującego bezpośrednią opiekę wydając decyzję administracyjną. Program będzie finansowany z Funduszu Solidarnościowego.

Wytchnienie w Elblągu

W Elblągu na pobyt całodobowy podopieczni będą kierowani do siedziby stowarzyszenia Lazarus przy ul. Skrzydlatej, które ma odpowiednią bazę lokalową i świadczy już dziś taką usługę swoim beneficjentom lub do Środowiskowego Domu Samopomocy (ul. Podgórna 1), który również dysponuje odpowiednim zapleczem.

W ramach modułu I usługa będzie świadczona w miejscu zamieszkania podopiecznego przez stowarzyszenie Lazarus lub w Domu Pomocy Społecznej przy ul. Bema 8. Gdy pobyt dzienny będzie dłuższy niż 4 godziny w ciągu dnia, zapewniony też będzie posiłek.

Poradnictwem specjalistycznym zajmie się Stowarzyszenie na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Sprawniejsi", które oferuje usługi następujących specjalistów: psychologa, terapeuty zajęciowego, pedagoga specjalnego, olinofregopedagoga, dietetyka, rehabilitanta oraz pielęgniarki.

Wszystkie usługi oferowane w programie będą świadczone nieodpłatnie.

W województwie warmińsko-mazurskim, łącznie z Elblągiem, dotację otrzymało 12 gmin, ale tylko Elbląg będzie realizował program w pełnym zakresie. Prezydent otrzymał na to zadanie około 77 tys. zł i musi dołożyć około 23 tys. zł wkładu własnego. W sumie będzie to około 100 tysięcy.

Ze wsparcia może skorzystać opiekun lub członek rodziny, który sprawuje bezpośrednią opiekę nad:

• dzieckiem z niepełnosprawnością posiadającym orzeczenie i mającym łączne wskazania do stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy drugiej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji lub konieczności stałego współudziału na co dzień opiekuna dziecka w procesie leczenia, rehabilitacji i edukacji;

• dorosłą osobą ze znacznym stopniem niepełnosprawności.

Procedura ubiegania się o usługi w jednym z trzech modułów jest następująca: opiekun musi złożyć wniosek w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej przy ul. Winnej 9 (tel. 55 625 61 00). Następnie pracownik socjalny przeprowadzi wywiad środowiskowy i na końcu MOPS wyda odpowiednią decyzję administracyjna lub skierowanie. ■

PATRONAT
Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

Test praktycznego życia

Codziennie poruszamy się po mieście, nie zwracając uwagi na wiele aspektów codziennego życia, które dla osób zdrowych wydają się błahostką, a dla niepełnosprawnych urastają do rangi sporego problemu, który niejednokrotnie wyklucza ich społecznie. Projekt „Test praktycznego życia", napisany przez Dominikę Lewicką-Klucznik, ma pokazać bariery, z jakimi na co dzień stykają się osoby z niepełnosprawnościami oraz edukować jak te bariery minimalizować i eliminować. Głosowanie na projekty zgłoszone do realizacji w ramach Budżetu Obywatelskiego 2020 rozpocznie się 23 września i potrwa do 20 października 2019 r.

Projekt skierowany jest do uczniów, młodzieży, urzędników i pracowników różnych instytucji. Będzie wykorzystywał wiedzę terapeutów i specjalistów z dziedziny surdopedagogiki, tyflopedagogiki, oligofrenopedagogiki, osób zajmujących się terapią autyzmu, a także tych, którzy aktywnie lub pasywnie poruszają się na wózkach inwalidzkich lub korzystają z różnego rodzaju kul lub balkoników. Przede wszystkim jednak będzie korzystał z doświadczeń osób niepełnosprawnych oraz ich opiekunów, którzy codziennie w Elblągu spotykają się z barierami nie tylko architektonicznymi czy też logistycznymi, ale również tymi, które funkcjonują w głowach zdrowych mieszkańców.

– Przede wszystkim właśnie pełnosprawnym chciałabym pokazać, jak wygląda świat z poziomu wózka, jak odbiera się rzeczywistość w momencie, kiedy jeden ze zmysłów nie działa lub nie funkcjonuje prawidłowo lub też zbyt wiele bodźców dociera do mózgu i nie radzi sobie on z ich przetwarzaniem. Z zasady będą to zajęcia praktyczne, które pozwolą osobom zdrowym w pewien sposób poczuć się jak osoba z ograniczeniami. Choć będzie to czasowe, to mam nadzieję, że pobudzi empatię, która będzie widoczna w kolejce po zakupy, przy wsiadaniu do autobusu czy też w poruszaniu się po mieście. Będzie także pretekstem do tego, by o osobach starszych czy niepełnosprawnych myśleć na każdym etapie wprowadzania zmian w mieście. Poza tym pozwoli ocenić, czy realnie Poradnie Psychologiczno-Pedagogiczne, Urząd Miasta, Komenda Miejska Policji czy Straż Miejska są faktycznie dostępne dla wszystkich – mówi pomysłodawczyni projektu Dominika Lewicka-Klucznik.



Fot. Mateusz Misztal/archiwum red.

Projekt będzie realizowany również w elbląskich szkołach. Na zajęcia zostaną przygotowane pomoce, które pozwolą stworzyć warunki podobne do tych, z którymi codziennie mierzą się osoby z różnymi niepełnosprawnościami. Ma to pokazać przez doświadczenie, jak wiele barier jest w nas i wokół nas.

Zakończenie projektu planowane jest w Tygodniu Osób Niepełnosprawnych w czerwcu 2020 roku. Zostanie zorganizowana gra miejska, do udziału w której zostaną zaproszeni urzędnicy, pracownicy i dyrektorzy różnych instytucji, osoby decyzyjne, dziennikarze oraz wszyscy chętni.

– Wyjdziemy na miasto, postaramy się przebić przez Stare Miasto, zrobić zakupy czy też wejść na obiad do restauracji. Skorzystamy z oferty Młodzieżowego Domu Kultury i innych instytucji, a także zgłosimy wykroczenie w Komendzie Miejskiej Policji i kupimy bilet miesięczny. Sprawdzimy z poziomu wózka, laski, psa przewodnika, jak się żyje w naszym mieście. Oczywiście będziemy poruszać się także elbląską komunikacją miejską – dodaje autorka projektu.

„Test praktycznego życia" jest jedynym projektem „miękkim" w inicjatywach ogólnomiejskich w tegorocznym Budżecie Obywatelskim. To znaczy, że tu człowiek jest najważniejszą inwestycją. Jeśli widzisz sens takich działań, zagłosuj na ten projekt. ■

Więcej o tym projekcie przeczytać można na razemztoba.pl oraz na stronie lewickaklucznik.pl.

Redakcja:
redakcja@razemztoba.pl
tel. (55) 232 69 35
Dołącz do nas na:
facebook.com/razemztobatrojmiasto
zapraszamy też na:
facebook.com/portalrazemztoba



„Tajemniczy ogród”

Wcześniej był szary i pusty, a teraz zmienił się nie do poznania i wypełnił zielenią. Na tarasie przy Oddziale Onkologii Klinicznej Szpitala Morskiego im. PCK powstał „Tajemniczy ogród”. To przestrzeń wytchnienia, spokoju i kontaktu z naturą dla pacjentów, którzy często spędzają w szpitalu wiele dni, a nawet tygodni. Ma im pomagać w terapii i dochodzeniu do zdrowia. Zielony zakątek stworzono dzięki datkom darczyńców i przyjaciół placówki.

150-metrowy taras w budynku nr 26 Szpitala Morskiego im. PCK w Gdyni przeszedł metamorfozę i zamienił się w ogród. Stanęły tam donice wypełnione roślinami, ławki, stoliki i krzesła. Wszystko dla większego komfortu chorych. Ta przyjazna zielona przestrzeń powstała głównie z myślą o pacjentach onkologicznych. Na pomysł jej stworzenia wpadła dr Iwona Danielewicz, ordynator Oddziału Onkologii Klinicznej w redłowskim szpitalu.

– To miejsce, w którym pacjenci mogą na chwilę oderwać się od szpitalnej bieli oraz powagi tego miejsca i przenieść się w zielony, troszkę bajkowy świat. Z pewnością pomoże im to odzyskać równowagę. Wymarzyłam sobie, że mój oddział nie będzie przestrzenią służącą tylko leczeniu chorób fizycznych, ale też takim miejscem, w którym choć trochę można poprawić stan psychiczny pacjentów. Mam nadzieję, że ogród pomoże im także w terapii – mówi dr n. med. Iwona Danielewicz, ordynator Oddziału Onkologii Klinicznej w Szpitalu Morskim im. PCK w Gdyni.

Chodziło o to, żeby chorzy mogli swobodnie posiedzieć na świeżym powietrzu wśród zieleni, która daje cień. Teraz na tarasie czeka ich towarzystwo brzóz, iglaków, pnączy i traw. Nie byłoby to jednak możliwe, gdyby nie wsparcie społeczne. Koszt realizacji „Tajemniczego ogrodu” oszacowano na ponad 50 tysięcy złotych. Szpital nie dysponował taką kwotą, dlatego zorganizował zbiórkę publiczną, w której prosił o pomoc w zebraniu



Fot. Magdalena Czernek/gdynia.pl

potrzebnej sumy. Gdynianie, prywatne firmy i wiele innych osób wielkiego serca nie zawiedli. Darczyńcy byli hojni i dzięki temu licznik szybko szybował w górę. Wymaganą kwotę udało się zdobyć po kilku dniach. Zbiórkę ogłoszono 23 lipca, a już 1 sierpnia zebrano całą sumę. Najmniejsza wpłata wyniosła 5 złotych, a największa 25 tysięcy złotych.

– Projekt jest nietypowy, bo pierwszy raz, tak szeroko, zaprosiliśmy do udziału w nim społeczeństwo i naszych przyjaciół. Okazało się, że mamy wielu darczyńców, którzy utożsamiają się z naszym szpitalem. Spróbowaliśmy formułą zrzutka.pl zarazić ludzi pozytywną energią, którą ma pani ordynator ze swoim zespołem. To ona podsunęła nam pomysł zagospodarowania tego miejsca, które jest bardzo ważne dla pacjentów i ich rodzin – mówi Jolanta Sobierańska-Grenda, prezes zarządu Szpitali Pomorskich.

Projekt ogrodu przygotowała wolontariuszka współpracująca z placówką. Powstałą przestrzeń chwalą pacjenci szpitala. Jak sami przyznają, możliwość spędzenia czasu w tak miłym otoczeniu była im bardzo potrzebna.

Oficjalne otwarcie ogrodu na tarasie odbyło się w piątek, 23 sierpnia. Uczestniczyli w nim władze i przyjaciele szpitala, darczyńcy, wolontariusze oraz pacjenci i ich rodziny. Uroczystość uświetnił występ wokalistki jazzowej Joanny Knitter. ■

Źródło: gdynia.pl

Ciekawi „cieKAWEJ”

8 sierpnia minął zaledwie tydzień od otwarcia gdańskiej kawiarni „cieKAWA” – miejsca współtworzonego i obsługiwanego przez osoby z niepełnosprawnością. W tym czasie lokal odwiedziło ponad 4,5 tysiąca osób.



Fot. Magdalena Czernek/gdynia.pl

– Mieliśmy nadzieję na liczne odwiedziny, jednak to, co dzieje się u nas w ostatnich dniach, przekracza cokolwiek, co mogliśmy sobie wyobrazić i wymarzyć – przyznaje Krzysztof Skrzypski, prezes Ciekawej Spółdzielni Socjalnej i pomysłodawca powstania „cieKAWEJ”. – Drzwi praktycznie nie zamykają się. Często zdarza się, że klienci czekają na zwolnienie się stolika. Są bardzo cierpliwi i wykazują się dużym zrozumieniem. Specjalnie dla nich codziennie przedłużamy godziny otwarcia.

Zespół gdańskiej kawiarni społecznej tworzy siedem osób. Szefem jest Krzysztof Skrzypski, a gości obsługują cztery osoby niepełnoprawne: Ewelina, Gosia, Łukasz i Marcin oraz dwójka opiekunów: Ania i Julia. „CieKAWA” to część większego projektu. Jest ona jednym z elementów tworzących Ciekawą Spółdzielnię Socjalną. Ta z kolei stworzona została przez dwie organizacje pozarządowe: gdańskie koło Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną oraz Fundację Teneo.

Kawiarnia powstawała ponad 2,5 roku. Nietypowy lokal mieści się przy ul. Świętojańskiej 68/69 w Gdańsku, tuż obok Hali Targowej i odnowionego niedawno skweru Świętopełka.

– Na razie bardzo intensywnie pracujemy nad obsługą tak dużej ilości osób. Gdy złapiemy lekki oddech, zaczynamy pracę nad kolejną częścią cieKAWEGO projektu, czyli stworzeniem małej lokalnej piekarni oraz lokalu z zupami i pierogami – zapowiada szef Ciekawej Spółdzielni Socjalnej.

W „cieKAWEJ” parzona jest kawa dostarczana przez małą trójmiejską palarnię, natomiast herbaty mają certyfikat „fair trade”. Cała działalność opiera się na filozofii zero waste: kubki, w których podawane są napoje, są biodegradowalne (z trzciny cukrowej), talerzyki jadalne (z otrębów), desery sprzedawane są w przyjaznych dla środowiska szklanych opakowaniach zwrotnych, z kolei za kupno napojów do własnych kubków przewidziane są zniżki. ■

Red.

Źródło: gdansk.pl

Więcej wsparcia w Sopocie

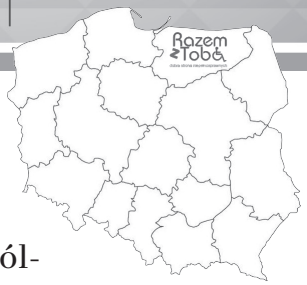
Specjalistyczne usługi opiekuńcze w zakresie rehabilitacji dzieci do 16. roku życia, indywidualne wsparcie psychologiczne dla opiekunów osób z niepełnosprawnościami, a także dzienne miejsca opieki wytchnieniowej to dodatkowe formy wsparcia oferowane od września przez sopocki MOPS.

W Środowiskowym Domu Samopomocy – Ośrodku Adaptacyjnym MOPS uruchomione zostaną miejsca dziennej opieki wytchnieniowej. Osoba, która na co dzień opiekuje się swoim niesamodzielnym krewnym, będzie mogła znaleźć dla siebie chwilę wytchnienia, odpocząć lub załatwić swoje sprawy. W tym czasie podopiecznym zajmie się terapeuta. W Ośrodku Adaptacyjnym osoba niesamodzielna będzie miała także zapewniony posiłek oraz terapię zajęciową dostosowaną do swoich możliwości.

Opiekunowie, którzy sprawują bezpośrednią opiekę nad osobami niesamodzielnymi, będą mogli również skorzystać z dodatkowego indywidualnego wsparcia psychologa w miejscu zamieszkania. Aby otrzymać takie wsparcie, opiekun powinien przedstawić orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności, w przypadku dzieci do 16. roku życia orzeczenie o niepełnosprawności osoby, którą się opiekuje.

Dzieci do 16. roku życia będą mogły skorzystać z rehabilitacji fizycznej i usprawnienia zaburzonych funkcji organizmu. Zakres usług ustalony będzie zgodnie z zaleceniami lekarskimi lub specjalisty rehabilitacji ruchowej lub fizjoterapii. Specjalistyczne usługi rehabilitacyjne będą dostosowane do potrzeb wynikających z rodzaju schorzenia lub niepełnosprawności. Może to być np. terapia logopedyczna, ćwiczenia, nauka chodu czy masaż. Szczegółowe informacje można uzyskać w Dziale Pomocy Seniorom i Osobom Niepełnosprawnym MOPS Sopot, przy ul. Kolejowej 14 (tel. 58 551 17 10 wew. 235, 249). ■

Źródło: sopot.pl



ZSO w Nidzicy bardziej dostępny

Osoby z niepełnosprawnościami często napotykają problemy w ramach codziennego funkcjonowania. Inwestycja w Zespole Szkół Ogólnokształcących w Nidzicy ma przyczynić się do likwidacji barier.

Dzięki dotacji Wojewody Warmińsko-Mazurskiego Artura Chojeckiego 11 lipca podpisano umowę pn. „Przebudowa sanitariatów w Zespole Szkół Ogólnokształcących w Nidzicy z jednoczesną likwidacją barier dla osób niepełnosprawnych".

Ma to zapewnić równy dostęp do edukacji dla każdego ucznia, również dla tych, którzy zmagają się z niepełnosprawnością. Jest to ważne zwłaszcza teraz, gdy zwiększa się liczba dzieci w szkole. Niezbędne jest, aby zapewnić im godne warunki i dostosować sanitaria do potrzeb osób z niepełnosprawnością.

Zaplanowane prace wiążą się z robotami rozbiórkowymi, budowlano-wykończeniowymi, modernizacją instalacji wodno-kanalizacyjnej oraz montażem nowej armatury sanitarnej dla dziewcząt i chłopców.

Łączny koszt inwestycji wynosi 117 116zł, przy czym dofinansowanie z budżetu państwa to 50 procent. ■

Oprac. Magdalena Wójcik



Fot. powiatnidzicki.pl

Czworonogi odwiedziły szpital psychiatryczny

Za nami kolejna odsłona akcji „Bieg na Sześć Łap". Tym razem psi przyjaciele radowali swą obecnością dzieci ze szpitala przy al. Wojska Polskiego.



Fot. pixabay.com

Niezwykłe oblicza ma akcja zainicjowana w Olsztynie przez miłośniczkę zwierząt Monikę Dąbrowską. To nie tylko wyprowadzanie zwierząt spędzających na co dzień czas w kojcach albo – jak ostatnio – zbiórka makulatury na rzecz schroniska.

3 sierpnia doszło do wyjątkowych odwiedzin. Już trzeci raz czworonogi z olsztyńskiego schroniska zawitały do szpitala psychiatrycznego przy al. Wojska Polskiego. To doskonała okazja, by wspomóc dochodzenie do zdrowia młodych pacjentów.

– Poszły z nami psy w pełni zsocjalizowane, kochające kontakt z człowiekiem – mówi inicjatorka akcji, Monika Dąbrowska. – Były animacje, poczęstunek. Nie chcieliśmy iść z pustymi rękoma. Każdy z nas przecież kocha prezenty.

Animatorzy zapewnili moc atrakcji. Było m.in. szycie maskotek, malowanie wielkoformatowego obrazu, a także wyjątkowy poczęstunek. Do młodych pacjentów trafiły też zebrane przed akcją prezenty.

– Jest ich tyle, że do ich przewiezienia niezbędny był bus – przyznaje Monika Dąbrowska. – Na tej akcji korzystają obie strony. Bo przecież także dla zwierząt to niezwykle ważne, potrzebne i pozytywne doświadczenie. ■

Źródło: olsztyn.eu



Opieka długoterminowa w nowej perspektywie

Opieka nad osobami potrzebującymi długoterminowego wsparcia medycznego to wyzwanie współczesności. Dlatego realizujemy nowatorski program, dzięki któremu powstała zupełnie nowa instytucja Dziennego Domu Opieki Medycznej – informuje Piotr Całbecki, marszałek województwa kujawsko-pomorskiego.

Dzięki realizacji projektu utworzenia kompleksowego systemu wsparcia w regionie działają dzienne domy opieki medycznej, a osoby wymagające opieki długoterminowej, paliatywnej i hospicyjnej będą mogły otrzymać także pomoc w swoich domach.

Realizacja zadania jest możliwa dzięki środkom pochodzącym z Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego. Pierwszym etapem projektu było podzielenie województwa na subregiony (bydgoski, toruński, inowrocławski, grudziądzko-brodnicki i włocławski) i wyłonienie w ramach konkursów Centrów Koordynacji Opieki Medycznej dla każdego subregionu. Wybrane centra są odpowiedzialne za utworzenie i prowadzenie Dziennych Domów Opieki Medycznej, a także za pomoc domową.

Do dofinansowania wyłoniono pięć instytucji, działających w poszczególnych subregionach:

- subregion bydgoski: Pallmed sp. z o.o.,
- subregion toruński: Okręgowa Izba Pielęgniarek i Położnych w Toruniu,
- subregion inowrocławski: Wyższa Szkoła Gospodarki w Bydgoszczy oraz Centrum Medyczne Sir Med sp. z o. o.,
- subregion brodnicko-grudziądzki: Novamed sp. z o.o.

We wrześniu ruszy kolejny konkurs, w ramach którego zostanie wybrane centrum koordynacji dla subregionu włocławskiego (w ramach poprzedniego naboru nie wyłoniono wykonawcy). ■

Źródło: kujawsko-pomorskie.pl

Centrum Rehabilitacji z nowoczesnym wyposażeniem

Pierwsze prace przy ul. Szpitalnej ruszyły w sierpniu ubiegłego roku. Dziś widać już cały budynek nowego Centrum Rehabilitacji w Wielospecjalistycznym Szpitalu Miejskim, a w środku trwają ostatnie prace wykończeniowe.



Fot. bydgoszcz.pl

– Wszystkie prace idą zgodnie z harmonogramem – mówi Anna Lewandowska, dyrektor naczelny placówki. – Jesteśmy zadowoleni z ich postępu. Pierwszych pacjentów chcielibyśmy przyjąć już pod koniec tego lub najdalej na początku przyszłego roku.

Inwestycja kosztować będzie łącznie ponad 20 milionów złotych. Znaczną część tej kwoty stanowić będzie najnowocześniejszy sprzęt rehabilitacyjny. – Robot do nauki chodzenia, robot do reedukacji kończyn górnych – wylicza dr Łukasz Sielski, kierownik Centrum Rehabilitacji. – W nowym budynku stworzymy blisko 300-metrową salę rehabilitacyjną. Pacjenci będą ćwiczyć wspólnie. Będą mogli się wzajemnie motywować, wspierać w walce o zdrowie. Tak leczy się w najlepszych klinikach świata. To przynosi znakomite efekty.

Centrum tworzone jest dla osób, które wymagają rehabilitacji kardiologicznej i neurologicznej. Na specjalistyczną pomoc będą mogli tam liczyć pacjenci po udarach, po zawałach serca, dzieci z zaburzeniami wieku rozwojowego. – Zakup najnowocześniejszego sprzętu będzie kluczowy dla szybkiego rozpoczęcia leczenia. Wierzę, że Narodowy Fundusz Zdrowia doceni starania Szpitala i zwiększy nasze kontrakty na rehabilitację dzienną i stacjonarną – dodaje Anna Lewandowska.

Centrum Rehabilitacji zajmie powierzchnię blisko 1500 metrów kwadratowych. Na trzech kondygnacjach jednocześnie leczyć będzie można nawet 100 pacjentów. Koszt budowy i wyposażenia placówki wyniesie 24 miliony złotych, z czego 4 miliony pochodzić będą z dofinansowania unijnego. Pozostałe środki to kapitał własny szpitala.

W zakres projektu wchodzi też modernizacja dróg dojazdowych, chodników i inne prace związane z zagospodarowaniem terenu przyległego do modernizowanego budynku. ■

Źródło: bydgoszcz.pl

„Gdyby nasze ciało potrafiło mówić”

Koniecznie sięgnijcie po książkę Jamesa Hamblina „Gdyby nasze ciało potrafiło mówić”. Na pewno nie pożałujecie. Nie tylko zaspokoicie swoją ciekawość, ale otrzymacie również wielką dawkę humoru.

Zadaliście sobie kiedyś pytanie, na które odpowiedź nie była wam potrzebna, jednak dla czystej ciekowości pragnęliście ją poznać? Myślę, że każdy ma w swojej głowie niejedno takie pytanie. Problemem jest jednak znalezienie odpowiedzi. Bo czy lekarz odpowie nam, z jakiego powodu drapanie sprawia nam przyjemność albo dlaczego nikt jeszcze nie wymyślił viagry dla kobiet? Jeśli w waszej głowie siedzą tego typu niewyjaśnione pytania, koniecznie sięgnijcie po tę pozycję.

„Gdyby nasze ciało potrafiło mówić” to książka, w której autor – lekarz i dziennikarz – przekazuje nam swoją wiedzę w bardzo interesujący i wyjątkowy sposób. W publikacji zbiera on wszystkie ciekawostki dotyczące naszego ciała i jego funkcjonowania oraz obala wiele mitów, którymi karmią nas marketingowcy. A wszystko to przekazuje w sposób zrozumiały, lekki i zabawny, czasem nawet ironiczny, co sprawia, że czytelnik chce wiedzieć coraz więcej i dalej zagłębiać się w lekturę.

W tej pozycji nie ma tajemnic, teraz już każdy dowie się, czy można umrzeć przez wyciskanie pryszczy na nosie oraz czy istnieje coś takiego jak zalecane dzienne spożycie wody, o którym wszędzie tyle się słyszy. Niczym doskonały detektyw James Hamblin bierze pod lupę każde, nawet najbardziej absurdalne pytanie i przedstawia czytelnikom prawdę. ■

Magdalena Wójcik

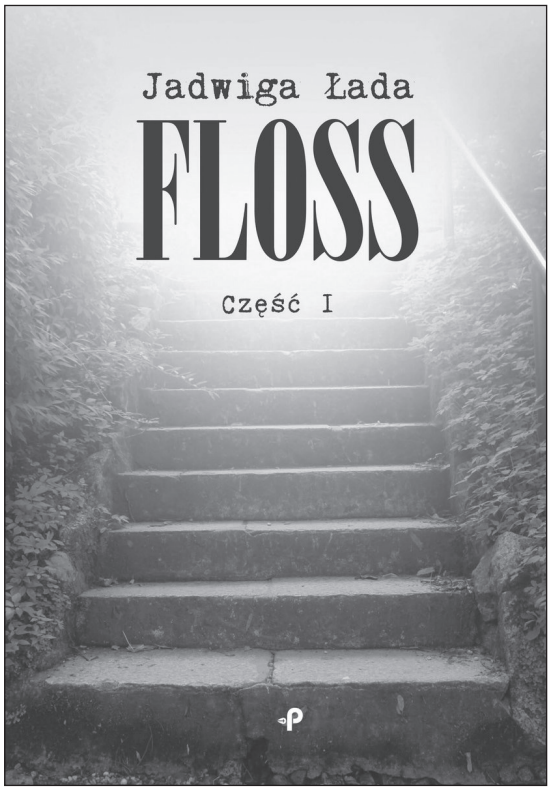
„Floss” – oblicze wojny

„Floss” to kolejna książka napisana przez Jadwigę Ładę. Wcześniej mogliśmy przeczytać powieść „Meandry Czasu” czy też opartą na faktach „Córe czkę”.

ALEKSANDRA SASIN

Tym razem autorka wysyła nas do czasów tuż przed rozpoczęciem II wojny światowej, nie będzie to jednak typowa powieść wojenna, której mogliśmy oczekiwać. Znajdziemy w niej całą gamę bohaterów z całkiem różnych środowisk, różne problemy związane ze strachem, miłością i wojną.

Na samym początku poznajemy Irenę i jej rodzinę. To właśnie ta kobieta towarzyszy nam przez całą przygodę z książką. Czytelnik musi zdecydować: będzie darzył ją sympatią czy może jednak będzie patrzeć na nią z pogardą?



Fot. mat. pras.

Irena zmaga się z serią problemów, które jak się zaraz okaże, staną się zupełnie błahe wraz z nadchodzącymi tragicznymi wydarzeniami, które wstrząsną całym światem.

Bohaterka z mężem Konradem i dwoma synami: Julkiem i Stasiem mieszka w Gdyni, gdzie wiedzie życie bogatej pani domu. Ma służbę, która wykonuje obowiązki domowe, męża, który ciężko pracuje na to, aby zapewnić całej rodzinie dobrobyt i dzieci, które powoli wylatują z rodzinnego gniazda.

Irenę poznajemy w chwili, kiedy postanawia odejść od męża do Marka, kapitana marynarki. Jest bez pamięci zakochana w nowym mężczyźnie. Twierdzi, że to przy nim czuje się kobietą, a ślub z Konradem w bardzo młodym wieku uważa za błąd. Irena uświadamia męża, że chce odejść i bardzo cieszy się z nadchodzącego nowego życia.

Jest jednak coś, co pokrzyżuje jej plany. Wielkimi krokami zbliża się wojna. Kochanek informuje kobietę, że wzywają go obowiązki i musi ją opuścić. Zostawia jednak nadzieję, że wróci.

Bohaterka jest w rozsypce. Jej mąż wyjeżdża do Warszawy, gdzie studiuje ich syn Julek. Odgłosy bombardowań rozbrzmiewają, a ona jest samotna w wielkim domu, który postanawia opuścić wraz z jednym z pracowników, którego zatrudnił Konrad. Irena część wojny spędza na wsi w otoczeniu jego rodziny. Tam poznaje wiekową już babkę, która będzie bez ogródek krytykować jej dotychczasowe życie, a także młodą pełną życia Brygidę, która będzie musiała zmienić swoje plany, ponieważ jej ukochany idzie na wojnę. Ta sytuacja sprawi, że Irena z pani ubranej w jedwabne szaty stanie się zwykłą wiejską kobietą i tak jak one będzie zmagać się z ciężką pracą. Na domiar złego nie ma żadnych wieści, co dzieje się z jej bliskimi. Czy Irena poradzi sobie z tym, co zgotował dla niej los? ■



Agnieszka Pietrzyk

o książkach

O życiu artystycznym elit

Miłość, zdrada, uwielbienie tłumów, niechęć środowiska, huczne zabawy, depresja, samobójstwa, życie na wysokiej stopie i w nędzy – to pasjonujące tematy każdej książki, to również zajmujące wątki portali plotkarskich, na których pisze się o życiu sławnych osób.



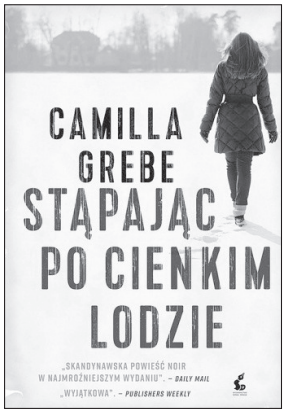
Fot. mat. pras.

Sławomir Koper połączył te dwie rzeczy, rzetelne opracowanie książkowe i serwis plotkarski. „Życie prywatne elit artystycznych Drugiej Rzeczypospolitej" zawiera biogramy znanych w okresie międzywojennym literatów, malarzy, aktorów. Są wśród nich m.in.: Jan Lechoń, Julian Tuwim, Antoni Słonimski, Jarosław Iwaszkiewicz, Witkacy, Bruno Schulz, Jan Kiepura, Zofia Stryjeńska. Istotne jest to, że oprócz solidnego biogramu wykraczającego często poza czas Drugiej Rzeczypospolitej otrzymujemy też sporo anegdot, ciekawostek, ploteczek, które sprawiają, że książka jest barwna, a także bogata w emocje bohaterów. Pozycja Sławomira Kopera to również obszerny obraz epoki, oglądany przez pryzmat ludzkich losów. ■

Audiobook: Sławomir Koper, „Życie prywatne elit artystycznych Drugiej Rzeczypospolitej", Wydawnictwo Bellona, czyta Tomasz Knapik, czas nagrania: 11 godz. 50 min.

Agnieszka Pietrzyk

Camilla Grebe „Stąpając po cienkim lodzie"

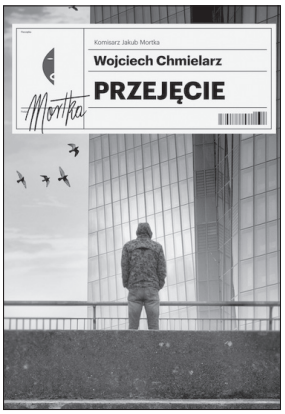


Fot. mat. pras.

Zwłoki młodej kobiety znalezione w mieszkaniu znanego biznesmena i romans asystentki sprzedaży z charyzmatycznym szefem, to kanwa fabularna tej powieści, ale nie ona wydaje się najważniejsza. Samo śledztwo odchodzi na plan dalszy, zostaje przysłonięte przez liczne retrospekcje z czasów dzieciństwa, a także rozważania na temat obecnej sytuacji. Wspomnienia i analizy nadają sens oraz wiarygodność wydarzeniom fabularnym, przez to też powieść nabiera charakteru psychologicznego. Tutaj nie najważniejsze jest kto zabił, ale dlaczego. To dobry thriller psychologiczny, który zaspokoi oczekiwania miłośników gatunku. ■

Audiobook: Camilla Grebe, „Stąpając po cienkim lodzie", tłumaczenie Elżbieta Ptaszyńska-Sadowska, Wydawnictwo Sonia Draga, czyta Filip Kosior, czas nagrania: 13 godz. 1 min.

Wojciech Chmielarz „Przejęcie"



Fot. mat. pras.

„Przejęcie" to trzecia część cyklu z komisarzem Jakubem Mortką w roli głównej. Za tę powieść autor otrzymał w 2015 roku Nagrodę Wielkiego Kalibru na Międzynarodowym Festiwalu Kryminału we Wrocławiu. Rzeczywiście ta część jest najlepsza. Zaczyna się mocno i egzotycznie, bo od przygody życia grupy Polaków wybranych do nakręcenia reklamy Coca-Coli w Kolumbii. Piękny kraj, fantastyczna pogoda, luksusowy hotel, a wszystko za darmo. Krótko przed powrotem do Polski okazuje się, że za ten pobyt trzeba jednak zapłacić i to niemałą cenę. Nie wszyscy decydują się na „poniesienie kosztów". Potem akcja powieści przenosi się do Warszawy. Z mostu zwisają zwłoki mężczyzny, ma on rozpruty brzuch i skrępowane na plecach ręce, a w dłoni trzyma orzeszek ziemny w skorupce. Sprawą tego morderstwa ma zająć się komisarz Jakub Mortka.

Chmielarz jest mistrzem w budowaniu napięcia, widać to zwłaszcza na początku powieści, w obrazie idealnych wakacji w Kolumbii. Są tak idealne, że w każdym kolejnym zdaniu opisującym uroki pobytu nad oceanem czuć zapowiedź nadchodzącej katastrofy. Autor również znakomicie splata dwie fabuły kryminalne, komisarz Mortka prowadzi dwa śledztwa, a czytelnik wraz z nim płynnie i z zaciekawieniem przechodzi od jednej sprawy do drugiej. Bardzo polecam. ■

Audiobook: Wojciech Chmielarz, „Przejęcie", Aleksandria, 2015, czyta Janusz Zadura, czas nagrania, 13 godz. 54 min.

Zasada przyjemności

Co kieruje mordercą? Jakie ma motywy? Dlaczego zabija? Przy okazji głośnych spraw kryminalnych wielu z nas zadaje sobie właśnie takie pytania. Podobne niesie ze sobą serial zrealizowany w koprodukcji polsko-czesko-ukraińskiej pt. „Zasada przyjemności", który można było obejrzeć w Canal+.



Fot. kadr z serialu

MATEUSZ MISZTAL

Trzy miasta, trzy identyczne morderstwa i trzech śledczych. Warszawa, Praga, Odessa – to tu rozgrywa się akcja wspomnianego serialu kryminalnego.

Plaża w Odessie – uwagę plażowiczów zwraca dryfująca samotnie łódka oblegana przez ptaki. Jak się okazuje, wewnątrz niej odkrywają oni nagie ciało młodej kobiety. Kilka godzin później w Warszawie policjanci zostają wezwani do niezwykle tajemniczej napaści na Bulwarze Wiślanym, a w bagażniku porzuconego samochodu znajdują cząstkę ludzkiego ciała. Podobnego odkrycia dokonują aktorzy podczas spektaklu na deskach teatru w Pradze.

Wydarzenia te łączą ze sobą Marię (w tej roli Małgorzata Buczkowska), Viktora (Karel Roden) i Serhija (Sergei Strelnikov). To oni próbują znaleźć odpowiedzi na rodzące się co chwilę nowe pytania. Droga prowadząca do rozwiązania zagadki jest niezwykle kręta. Wiedzie przez świat skorumpowanych polityków, handlarzy narkotyków, przemytników i ludzi prowadzących interesy, w których naczelną zasadą jest brak respektowania tych nakładanych przez prawo.

Serial składa się z 10 odcinków. Gdy obejrzenie jednego z nich może sugerować, że śledczy są blisko rozwiązania zagadki, to następny szybko te przypuszczenia rozwiewa. Nie brakuje pościgów, nagłych zwrotów akcji i ryzyka podejmowanego przez Marię, Victora i Serhija, nawet wbrew decyzji przełożonych.

Dziesięcioodcinkową historię zrealizowano z niezwykłą dbałością o detale. Zadanie to do łatwych nie należało, bo większość zdjęć wykonano zimą. Sami aktorzy podkreślali, że gra przy ujemnej temperaturze łatwa nie była. Ekipa spędziła na planie 9 miesięcy. Serial wyprodukowany został przez Apple Film Production, Canal+, Ceská Televize i Star Media. Wsparcie zapewniło także ukraińskie Ministerstwo Kultury. W fotelu reżysera zasiadł Dariusz Jabłoński (znany m.in. z filmów „Glina" i „Pokłosie"), za scenariusz odpowiadał Maciej Maciejewski („Wataha", „Glina"), a zdjęcia to dzieło trójki: Paweł Dyllus, Martin Žiaran, Andrey Lisetskiy (obraz powstał w jakości 4K). Świetną muzykę do serialu skomponował Michał Lorenc.

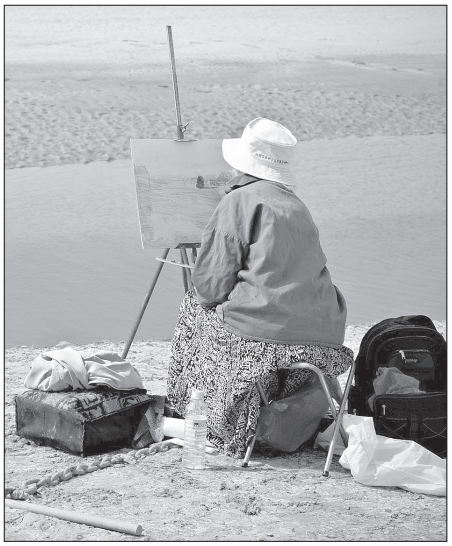
Na ekranie z polskiej obsady zobaczymy m.in. Roberta Gonerę, Dawida Czupryńskiego, Mirosława Bakę, Urszulę Grabowską, Magdalenę Boczarską i Piotra Gąsowskiego.

Jak zakończy się śledztwo? Jaką zasadą kieruje się zabójca? Czy uda się odpowiedzieć na wszystkie pytania? Kto nie oglądał, a lubi seriale kryminalne, ten na pewno nie będzie zawiedziony. ■

„Niech

Ogólnopolskie Integracyjne Warsztaty Artystyczne w Łazach to okazja do pogłębiania swojej wiedzy na temat szeroko pojętej sztuki, poszerzenia swojego warsztatu artystycznego i możliwość nieskrępowanej ekspresji w wyrażaniu siebie. Artyści – pełnosprawni i z niepełnosprawnością – spotkają się w Łazach po raz siedemnasty. Publikujemy program wydarzenia.

– Twórczość w życiu osób z niepełnosprawnością intelektualną jest kluczowym elementem nie tylko w procesie ich rehabilitacji, ale również integracji ze społeczeństwem. Wszelkie działania twórcze motywują do dalszej aktywności, podnoszą poczucie godności i przynależności społecznej, niejednokrotnie dynamizują dalszy rozwój. Wymiana doświadczeń przebiega dwukierunkowo. Z wypowiedzi przybywających do Łaz artystów profesjonalnych wynika, że twórczość oraz niezwykła spontaniczność osób z niepełnosprawnościami ma charakter niezwykle inspirujący. Integracyjny aspekt daje zatem korzyści dla wszystkich artystów, których łączy szczególna wrażliwość w postrzeganiu otaczającego świata – przekonują organizatorzy wydarzenia. ■



Fot. pixabay.com

PATRONAT Razem z Tobą dobra strona niepełnosprawnych

dzieło mówi samo za siebie...”

PROGRAM OGÓLNOPOLSKICH INTEGRACYJNYCH WARSZTATÓW ARTYSTYCZNYCH

DZIEŃ PIERWSZY – 11.09.2019 r. (środa)

Przyjazd i zakwaterowanie zaproszonych gości
13:00–15:00 Obiad dla osób nocujących
Warsztaty artystyczne pod hasłem „Twoja Pasja czeka, aż dogoni ją odwaga”

Warsztaty część I:
10:00–12:30 oraz 13:00–15:30 Warsztaty filmowe
13:00–15:00 Warsztaty: taneczne, biżuterii z żywicy epoksydowej, fotograficzne (dla uczestników posiadających aparat fotograficzny), upcyklingu guzików, lampionów, decoupage na tkaninie, udzielania pierwszej pomocy

Warsztaty część II:
15:00–17:00 Warsztaty: taneczne, fotograficzne (dla uczestników posiadających aparat fotograficzny), upcyklingu guzików, biżuterii z żywicy epoksydowej, lampionów, udzielania pierwszej pomocy
16:00–18:30 Warsztaty filmowe
17:00–19:00 Warsztaty: lampionów, upcyklingu guzików, biżuterii z żywicy epoksydowej, udzielania pierwszej pomocy
17:30–19:00 Projekcja filmu laureata Europejskiego Festiwalu Filmowego „Integracja Ty i Ja” i/lub prezentacja filmu ubiegłorocznych warsztatów filmowych
19:00–20:30 Kolacja dla osób nocujących
20:00–22:00 Integracyjny wieczór pt. „Moda z Odzysku”

DZIEŃ DRUGI – 12.09.2019 r. (czwartek)

8:00–9:30 Śniadanie dla nocujących gości
9:30–11:00 Poczęstunek w Punkcie Kawowym
11:00–11:30 Oficjalne otwarcie XVII Ogólnopolskich Integracyjnych Warsztatów Artystycznych
Warsztaty artystyczne pod hasłem „Twoja Pasja czeka, aż dogoni ją odwaga”

Warsztaty część I:
9:30–11:30 Warsztaty: nicią malowane, udzielania pierwszej pomocy
10:00–12:00 oraz 12:00–14:00 Warsztaty rękodzielnicze
10:00–13:00 Warsztaty relaksujące (umożliwiające odpoczynek, wyciszenie, słuchanie muzyki relaksacyjnej)
11:00–13:00 Warsztaty taneczne
11:00–13:30 oraz 13:30–16:00 Warsztaty filmowe
11:30–13:30 Warsztaty: decoupage na tkaninie, flowerbox, biżuterii z żywicy epoksydowej, udzielania pierwszej pomocy, fotograficzne (dla uczestników posiadających aparat fotograficzny), nicią malowane
13:30–15:30 Warsztaty udzielania pierwszej pomocy
14:00–16:00 Warsztaty: rękodzielnicze, flowerbox
11:30–13:00 Interaktywne wystawy w 6 namiotach tematycznych (namioty tematyczne, które będą prowadzone przez osoby niepełnosprawne, promujące szczególnie ich talenty, osiągnięcia, sukcesy)
13:00–15:30 Piknik integracyjny (dla wszystkich uczestników Warsztatów)

Warsztaty część II:
13:00–15:00 Warsztaty taneczne
13:30–15:30 Warsztaty decoupage na tkaninie
14:00–16:00 Warsztaty: fotograficzne (dla uczestników posiadających aparat fotograficzny), drugie życie ramki
14:00–19:00 Warsztaty wikliny w ogrodzie
15:30–17:30 Warsztaty udzielania pierwszej pomocy
16:00–18:00 Warsztaty: fotograficzne (dla uczestników posiadających aparat fotograficzny), drugie życie ramki
16:00–18:30 oraz 19:00–21:30 Warsztaty filmowe
16:00–19:00 Warsztaty flowerbox
18:30–20:30 Warsztaty drugie życie ramki
17:00–18:30 Kolacja dla nocujących gości
20:00–22:00 Dyskoteka

DZIEŃ TRZECI – 13.09.2019 r. (piątek)

8:00–9:30 Śniadanie dla nocujących gości
9:30–11:00 Poczęstunek w Punkcie Kawowym
9:00–11:00 Warsztaty: drugie życie ramki, relaksacyjne (umożliwiające odpoczynek, wyciszenie, słuchanie muzyki relaksacyjnej), taneczne, wiklina w ogrodzie
9:00–11:30 oraz 12:00–14:30 Warsztaty filmowe
9:00–12:00 oraz 11:00–13:00 Warsztaty udzielania pierwszej pomocy
12:00–14:00 Warsztaty taneczne
9:30–11:00 Wystawa prac powstałych podczas warsztatów
11:00–12:00 Oficjalne zamknięcie XVII Ogólnopolskich Integracyjnych Warsztatów Artystycznych (rozstrzygnięcie konkursów oraz wręczenie nagród laureatom)
12:00–14:30 Piknik integracyjny (dla wszystkich uczestników warsztatów). ■

Godziny warsztatów mogą ulec zmianie w zależności od czasu zgłaszania się chętnych, w pierwszym dniu imprezy przewidziano poczęstunek dla osób nienocujących.

Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną Koło w Koszalinie

Za darmo do sanatorium

Wystarczy złożyć wniosek, skierowanie można otrzymać w ciągu kilku tygodni, a w nagłych przypadkach nawet w ciągu kilku dni. Osoby korzystające z wyjazdów do sanatorium w ramach ZUS nie ponoszą żadnych kosztów. Wszystkie opłaty, łącznie z przejazdami do ośrodka, pokrywa Zakład Ubezpieczeń Społecznych. Jeżeli z wyjazdu korzysta osoba czynna zawodowo, to na okres pobytu lekarz wystawi zwolnienie lekarskie.

ANNA ILUKIEWICZ

ZUS prowadzi rehabilitację leczniczą w prawie 100 ośrodkach, m.in. w Augustowie, Ciechocinku, Krynicy, Nałęczowie czy Kołobrzegu. W ramach rehabilitacji Zakład gwarantuje pięć, a nawet sześć zabiegów leczniczych dziennie. Prewencja rentowa ma zapobiegać pogarszaniu się stanu zdrowia. Ważne jest, aby jak najwcześniej zacząć leczenie lub rehabilitację i nie dopuścić do nieodwracalnych uszczerbków na zdrowiu. Może to skutkować utratą zdolności do wykonywania pracy zarobkowej. W przypadku osób, u których pojawiła się choroba zawodowa lub wypadek przy pracy, czas oczekiwania na rehabilitację skracany jest do minimum.

Pacjenci kierowani są na najbliższy turnus. Zakład Ubezpieczeń Społecznych nie dysponuje własnymi ośrodkami rehabilitacyjnymi. Z każdym rokiem zaplanowane jest podpisanie umów z kolejnymi placówkami, które wyłaniane są w drodze konkursu. Ośrodki cały czas są kontrolowane pod względem jakości świadczonych usług, tzn. warunków mieszkaniowych, wyżywienia oraz kwalifikacji zatrudnionych tam lekarzy i rehabilitantów, a także sprzętu, na którym leczeni są pacjenci. Katalog schorzeń, na które można uzyskać skierowanie na rehabilitację, jest bardzo szeroki i ciągle poszerzany. Z leczenia mogą skorzystać osoby z chorobami narządów krążenia, ruchu, układu oddechowego, głosu, a także ze schorzeniami psychosomatycznymi oraz po leczeniu onkologicznym raka piersi. Ponadto problemy z narządami ruchu i krążeniem możemy podreperować w trybie ambulatoryjnym, czyli w miejscu naszego zamieszkania.



Fot. pixabay.com

Skierowanie do sanatorium wystawi lekarz ZUS, on także wypełni wniosek o rehabilitację. We wniosku zawarte są nasze podstawowe dane oraz rozpoznanie lekarskie. Wypełnienie wniosku jest proste i szybkie. Wniosek można dostarczyć osobiście, przesłać pocztą lub przez PUE. Do wniosku należy dołączyć kopie dokumentacji medycznej. Od czasu wprowadzenia e-ZLA taka procedura jest dużo łatwiejsza, ponieważ system podpowiada lekarzowi, że danego pacjenta można skierować do sanatorium w ramach prewencji rentowej ZUS. W terminie wyznaczonym przez Lekarza Orzecznika odbędzie się badanie, podczas którego wydana zostanie decyzja o skierowaniu pacjenta do ośrodka leczniczego. Miejsce pobytu w sanatorium zawsze wybierane jest najbliżej naszego miejsca zamieszkania.

Leczenie może odbywać się w dwóch formach: ambulatoryjnej lub stacjonarnej i trwa 24 dni. Po zakończonym turnusie leczniczym pacjenci otrzymują kartę informacyjną. Są w niej zawarte informacje dotyczące przebiegu rehabilitacji. Każda osoba otrzyma również opinię odnośnie stanu zdrowia, która jest niezbędna do powrotu do pracy. ■

Urlopy na dziecko dla ojca

W związku z narodzinami dziecka, jego ojciec (który podlega ubezpieczeniu chorobowemu) może skorzystać z trzech typów urlopów. Są to: urlop ojcowski, macierzyński i rodzicielski.

ANNA ILUKIEWICZ



Fot. pixabay.com

Ojciec dziecka może skorzystać z 2 tygodni zasiłku macierzyńskiego ustalonego przepisami Kodeksu pracy jako okres urlopu ojcowskiego. Może on być wykorzystany do ukończenia przez dziecko 2. roku życia, maksymalnie w dwóch częściach po tygodniu każda. W tym samym czasie matka dziecka może przebywać na urlopie macierzyńskim.

Ojcu przysługuje również zasiłek macierzyński w przypadku śmierci matki dziecka, porzucenia przez nią dziecka lub gdy matka dziecka legitymuje się orzeczeniem o niezdolności do samodzielnej egzystencji lub orzeczeniem o niepełnosprawności w stopniu znacznym.

W przypadku kiedy matka dziecka nie wykorzystała całości urlopu macierzyńskiego, ojciec może wykorzystać pozostałą jego część, nie dłużej niż 6 tygodni. Pierwsze 14 tygodni urlopu macierzyńskiego przysługuje matce, potem może wrócić do pracy, a pozostałe 6 tygodni urlopu przekazać ojcu dziecka. Zasada ta dotyczy także opiekunów, którzy przyjmują dziecko na wychowanie. Wniosek o rezygnację z urlopu macierzyńskiego kobieta powinna złożyć najpóźniej 14 dni przed planowanym powrotem do pracy. Musi do niego dołączyć oświadczenie, od kiedy ubezpieczony ojciec będzie korzystał z uprawnień do zasiłku macierzyńskiego.

Ojciec dziecka, który będzie wnioskował o pozostały okres urlopu macierzyńskiego, oprócz odpisu skróconego aktu urodzenia dziecka lub jego kopii (potwierdzonej za zgodność z oryginałem przez płatnika składek albo ZUS) musi przedłożyć zaświadczenie pracodawcy matki dziecka:

• o okresie, za jaki został jej wypłacony zasiłek macierzyński i o okresie przysługującego jej zasiłku,

• o stawce procentowej, w jakiej zasiłek macierzyński przysługiwał ubezpieczonej matce.

Po urlopie macierzyńskim zarówno mama, jak i ojciec dziecka mają prawo do urlopu rodzicielskiego w wymiarze 32 tygodni, a w przypadku porodu wielorakiego do 34. Urlop ten przysługuje również w przypadku przyjęcia dziecka na wychowanie. Urlop rodzicielski może być wykorzystany jednorazowo lub w częściach, nie później niż do ukończenia przez dziecko 6. roku życia (do zakończenia roku kalendarzowego, w którym dziecko kończy 6. rok życia). Urlop może zostać udzielony w nie więcej niż czterech częściach, stanowiących wielokrotność tygodnia, przypadających bezpośrednio po urlopie macierzyńskim lub po poprzedniej części urlopu rodzicielskiego. Ten urlop oboje rodzice mogą wykorzystać wspólnie lub podzielić między siebie.

Część urlopu nie może być krótsza niż 8 tygodni, z wyjątkiem:

• pierwszej części urlopu rodzicielskiego, która w przypadku urodzenia jednego dziecka przy jednym porodzie nie może być krótsza niż 6 tygodni,

• przyjęcia dziecka na wychowanie – w tym przypadku pierwsza część urlopu rodzicielskiego nie może być krótsza niż 3 tygodnie,

• sytuacji, gdy pozostała do wykorzystania część urlopu jest krótsza niż 8 tygodni.

Część urlopu rodzicielskiego (do 16 tygodni) można zostawić na później i wykorzystać go do końca roku kalendarzowego, w którym dziecko skończy 6 lat. Tę część można podzielić maksymalnie na 2 części – po 8 tygodni. Zasada ta nie ma zastosowania, jeżeli w ciągu 21 dni po porodzie albo odpowiednio po przyjęciu dziecka na wychowanie złożony został wniosek o zasiłek macierzyński za okres urlopu rodzicielskiego w pełnym wymiarze, tj. 32, 34 lub 29 tygodni. ■

Czy leci z nami bagaż?

Dla lotnisk sezon urlopowy to wyjątkowy okres, podczas którego obsługują wzmożony ruch pasażerski. Choć infrastruktura lotnicza jest stale modernizowana, to wciąż jednym z największych problemów, z jakimi muszą mierzyć się podróżni, są opóźnione lub zgubione bagaże.

MAGDALENA BLAŚKIEWICZ

Według badania SITA 2018 Baggage Report w 2017 r. europejskie lotniska były światowym liderem zagubienia bagażu i blisko co 140 pasażer nie mógł cieszyć się z odbioru swojej walizki po lądowaniu. Choć niekorzystne statystyki wciąż ulegają poprawie za sprawą coraz lepszych systemów zarządzania bagażem, to jednak ryzyko rozpoczęcia urlopu czy podróży służbowej bez przedmiotów osobistych jest nadal wysokie. Do zagubienia walizki dochodzi najczęściej w wyniku zamieszania, problemów na lotnisku, awarii urządzeń transportujących w porcie wylotowym, ze względów operacyjnych lub z powodu pomyłki. Czy pasażer ma zatem jakikolwiek wpływ na ryzyko zagubienia bagażu?



Fot. pixabay.com

Miej swój bagaż pod kontrolą

Istnieje wiele sposobów, by zminimalizować możliwość zagubienia bagażu. – Każdy bagaż powinien być podpisany imieniem, nazwiskiem oraz adresem. Dobrze jest zadbać o jakiś charakterystyczny element naszej walizki – wstążkę, naklejkę czy cokolwiek innego, co pozwoli nam rozpoznać ją z daleka – podkreśla Rafał Nawrocki, specjalista ds. obsługi pasażerów Portu Lotniczego Lublin. – Jeśli przewożona zawartość jest wyjątkowo cenna, pomyślmy o zadeklarowaniu wyższej wartości bagażu w trakcie odprawy. Co prawda wiąże się to z koniecznością wniesienia stosownej opłaty, jednak pozwoli na lepsze zabezpieczenie przewożonych przedmiotów – dodaje Rafał Nawrocki. Równie istotne jest odpowiednie zarezerwowanie poszczególnych etapów podróży tak, aby przerwy pomiędzy lotami nie były za krótkie (absolutne minimum to 35 minut), a nasze walizki zostały przetransportowane na czas. Z kolei po odebraniu bagażu z taśmy karuzeli należy upewnić się, czy przypadkiem nie pomyliliśmy walizki. Przewoźnik nie ponosi bowiem odpowiedzialności za bagaż, gdy zostanie on omyłkowo zabrany przez innego podróżnego.

Zgłaszanie zguby

Zagubienie bagażu w trakcie podróży nie należy do przyjemnych doświadczeń, jednak gdy już się przytrafi, to warto jak najszybciej udać się do Biura Reklamacji Bagażowych, zwanego też Biurem Bagażu Zaginionego (ang. Lost Luggage lub Lost and Found). Tam o zaistniałej sytuacji należy poinformować obsługę portu lotniczego lub przedstawiciela linii lotniczej, który w takich przypadkach jest pierwszym źródłem informacji. – W poszukiwaniach pomoże nam potwierdzenie nadania bagażu, które otrzymaliśmy podczas odprawy w porcie wylotu. Zostaniemy poproszeni o dokładny opis własności oraz podanie danych kontaktowych. Pamiętajmy, że dokonanie zgłoszenia jest niezwykle ważne: jego brak może wiązać się z tym, że przewoźnik nie weźmie odpowiedzialności za zgubę – informuje Rafał Nawrocki.

Podczas dokonywania zgłoszenia personel stanowiska bagażowego wprowadzi dane o zaginionym bagażu do systemu śledzenia Worldtracker Baggage Tracking. Będziemy ponadto musieli wypełnić Raport Niezgodności

Własności (ang. Property Irregularity Report). W zamian otrzymamy bardzo ważny numer referencyjny, który umożliwi śledzenie aktualnych informacji o bagażu przez Internet, a także posłuży do odbioru naszej walizki lub torby.

Należna rekompensata

Zagubione bagaże zwykle dolatują kolejnym lotem. W sytuacji, gdy oczekując na doręczenie potrzebujemy czegoś z naszej walizki, możemy zakupić zastępczo niezbędne rzeczy (w rozsądnej, a więc niewygórowanej cenie), a potem domagać się od przewoźnika zwrotu poniesionych kosztów. Pasażer ma prawo nabyć produkty takie jak kosmetyki czy bielizna lub coś do ubrania. Należy wówczas pamiętać, by zachować paragony i przekazać je przewoźnikowi wraz z wypełnionym wnioskiem w ciągu 21 dni. – Jeżeli bagaż zaginął w trakcie podróży powrotnej, najprawdopodobniej poszkodowany będzie mieć dostęp do niezbędnych przedmiotów w domu. W większości takich przypadków koszty związane z zakupem nie będą pokryte przez przewoźnika ani ubezpieczyciela – zaznacza Rafał Nawrocki.

O przybyciu zguby do portu docelowego poinformuje nas przewoźnik. Odnaleziony bagaż można odebrać osobiście albo za pomocą kuriera, który dostarczy go pod dowolnie wskazany adres. Koszt dostawy spoczywa na liniach lotniczych. W przypadku, gdy bagaż nie odnajdzie się w terminie 21 dni od zaginięcia, zgodnie z konwencją montrealską poszkodowanemu przysługuje rekompensata finansowa w wysokości do 1131 SDR (umowna jednostka monetarna), co stanowi równowartość prawie 6000 zł. To jednak skrajne przypadki, które są rozpatrywane indywidualnie. Warto pamiętać, że pasażer zawsze ma możliwość wniesienia skarg i zażaleń na linię lotniczą. Roszczenia można też zgłaszać do zakładu ubezpieczeń, jeśli wykupiliśmy ubezpieczenie podróżne. Dokładny zakres odpowiedzialności przewoźników określony jest przepisami międzynarodowymi. ■

Pamiętaj o EKUZ

Nikt nie wybiera, gdzie i kiedy zachoruje. Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego zapewnia opiekę zdrowotną w całej Unii Europejskiej. Co warto wiedzieć?

Zanim wyjedziemy za granicę, warto na wszelki wypadek wyrobić sobie Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego. Darmowa karta zapewnia dostęp do niezbędnych dostarczanych przez państwo usług medycznych podczas tymczasowego pobytu w dowolnym kraju Unii Europejskiej oraz w Islandii, Liechtensteinie, Norwegii i Szwajcarii. Będziemy mogli liczyć na opiekę na takich samych warunkach i w takiej samej cenie, jak ubezpieczeni obywatele państwa, w którym przebywamy. Karty w Polsce wydaje Narodowy Fundusz Zdrowia.

Karta dotyczy wyłącznie opieki medycznej, która jest konieczna podczas pobytu za granicą – nie jest wydawana po to, żeby celowo korzystać z zagranicznej służby zdrowia. Nie jest też alternatywą dla ubezpieczenia turystycznego. Nie obejmuje prywatnej opieki medycznej i kosztów związanych z powrotem do domu albo stratą bagażu.

Ułatwienia dla osób niewidomych

W wojewódzkich oddziałach Narodowego Funduszu Zdrowia osobom z dysfunkcją wzroku wydawane są dodatkowe oznakowania karty EKUZ. Aby otrzymać nalepki w alfabecie Braille'a (które są umieszczane na rewersie karty w prawej górnej części), wystarczy na wniosku umieścić odręczny dopisek: „Karta dla osoby niewidomej". ■

EKUZ krok po kroku

1. Wypełnij wniosek

EKUZ można otrzymać w przypadku dwóch rodzajów wyjazdów zagranicznych:
• pobyt czasowy: turystyczny, związany z nauką lub innym dłuższym pobytem czasowym;
• wyjazd „pracowniczy" – związany z wykonywaniem pracy.

2. Dostarcz go do właściwego oddziału NFZ

Wniosek z podpisem można:
• zeskanować i wysłać mailem do właściwego oddziału wojewódzkiego NFZ lub jednej z delegatur NFZ;
• wysłać pocztą lub faksem do właściwego oddziału lub jednej z delegatur NFZ;
• wysłać do właściwego oddziału wojewódzkiego NFZ przy pomocy Elektronicznej Skrzynki Podawczej ePUAP;
• złożyć osobiście w dowolnym oddziale lub w jednej z delegatur NFZ.

3. Odbierz kartę

Można zrobić to:
• osobiście w oddziale lub delegaturze NFZ;
• na poczcie, jeśli w punkcie wniosku „Sposób odbioru karty" zaznaczono pole: „Przesłać pocztą na adres";
• z pomocą osoby upoważnionej (należy wcześniej wypełnić stosowny wniosek).



Fot. materiały NFZ

Źródło: KURIER PAP – www.kurier.pap.pl; nfz.gov.pl

Jesz w barze lub restauracji? Poznaj swoje prawa

Gdy nie chce nam się gotować lub gdy jesteśmy w podróży, często odwiedzamy przydrożne bary i lokalne restauracje. Warto wiedzieć, jakie prawa ma w tych miejscach konsument. W jakich przypadkach możemy złożyć reklamację?

W III kwartale 2018 r. Inspekcja Handlowa na zlecenie UOKiK skontrolowała 169 takich miejsc – oprócz różnego rodzaju jadłodajni także kilka sklepów, gdzie można kupić posiłek. Aż w 87 proc. z nich wykryła nieprawidłowości. Zdarza się też, że niektóre lokale serwujące posiłki stosują nieuczciwe praktyki względem konsumenta. Warto więc wiedzieć, jakie mamy prawa, gdy np. zamawiamy obiad.

Pełna informacja o potrawie

Przed zamówieniem posiłku powinieneś wiedzieć, co zamawiasz. W menu lub cenniku musi być podany pełny skład dania, w tym składniki alergenne. Nie może być tak, że musisz o te informacje dopytywać kelnera.

Pełna informacja o cenie

Jeśli w karcie podana jest cena np. za 100 g mięsa lub ryby, to przed złożeniem zamówienia powinieneś dostać choćby przybliżoną informację o ich wielkości. Pamiętaj, danie ma być ważone już po usmażeniu lub upieczeniu, a nie przed obróbką, kiedy jest cięższe. Jeśli restauracja pobiera obowiązkową opłatę za obsługę, to musi o tym jasno i czytelnie informować w widocznym miejscu, np. w menu.

Reklamacja

Gdy masz zastrzeżenia do potrawy, np. zamawiałeś pizzę z szynką, a dostałeś z pieczarkami albo zupa jest zimna, ryba przypalona, a kelner kazał ci czekać półtorej godziny, jak najszybciej zgłoś to obsłudze, a najlepiej właścicielowi lub kierownikowi placówki, jeśli są na miejscu. W ramach reklamacji możesz domagać się na przykład obniżenia ceny lub wymiany dania. Pamiętaj jednak, że nie dotyczy to subiektywnych wrażeń, czyli że nie możesz złożyć reklamacji tylko dlatego, że obiad ci nie smakował.

Zgłoszenie do Inspekcji Handlowej

Jeśli masz zastrzeżenia związane z jakością usług gastronomicznych, zawiadom odpowiedni Wojewódzki Inspektorat Inspekcji Handlowej. Napisz, jakiej restauracji dotyczą, dołącz dokumentację. Przykładowo, jeśli w cenniku była informacja, że dorsz kosztuje 10 zł bez wskazania, że to cena za 100 g, a zapłaciłeś 35 zł, wyślij zdjęcie cennika i paragonu. IH uwzględnia skargi przy planowaniu kontroli. Jeśli restauracja odrzuciła twoją reklamację, możesz także złożyć wniosek do Inspekcji o polubowne rozstrzygnięcie sporu.

Posiłki w hotelu

Przed zawarciem umowy z organizatorem turystycznym, hotelem lub pośrednikiem warto upewnić się, co dokładnie znajduje się w ofercie danego obiektu. Zwróć uwagę, w jakich godzinach będą wydawane posiłki, ile restauracji zapewnia hotel, gdzie są usytuowane. Przedsiębiorca powinien wywiązać się ze wszystkich elementów umowy.

Szczególną uwagę należy poświęcić wyjazdom „all inclusive", organizatorzy przewidzieli bowiem dla nich nowe kategorie: „all inclusive soft" – pomniejszony np. o przekąski lub niektóre rodzaje napojów czy „all inclusive ultra" z dodatkowymi udogodnieniami. ■

Oprac. MM

Źródło: uokik.gov.pl



Fot. pixabay.com

Inteligentny opatrunek na odleżyny

Choć dzięki innowacyjnym lekom część chorób uważanych za nieuleczalne jest już oceniana jako przewlekłe, medycyna nie potrafiła poradzić sobie z problemem odleżyn.



Fot. pixabay.com

Odleżyny to urazy skóry i tkanki, wynikające z długotrwałego nacisku na skórę połączonego z tarciem. Najczęściej odleżyny występują w okolicach kości krzyżowej i ogonowej, na piętach, biodrach i kostkach. Mogą się szybko rozwijać, są też trudne do wyleczenia, szczególnie u osób w stanie krytycznym, osób po urazie kręgosłupa i unieruchomionych.

Mają je miliony osób na całym świecie. Naukowcy opracowali już jednak specjalne łóżka, które same zmieniają pozycję chorych, a kontrolę łóżka można przeprowadzić za pomocą aplikacji zainstalowanej na smartfonie. Polacy opracowali zaś rewolucyjne plastry, które eliminują wszystkie czynniki powodujące odleżyny.

– Prevlly jest bardzo zaawansowanym technologicznie plastrem przeciwodleżynowym prewencyjnym, przy tym bardzo prostym w obsłudze. Po odklejeniu zewnętrznej warstwy folii można nakleić plaster na narażone miejsce na ciele i on już chroni pacjentów. Różni się tym od standardowych metod, że działa nie tylko na czynniki zewnętrzne powodujące odleżyny, lecz także i wewnętrzne. Wymusza na ciele aktywną obronę przed tymi czynnikami – podkreśla w rozmowie z agencją Newseria Innowacje Jeremi Zgierski, prezes start-upu Prevlly.

Jeszcze do niedawna na odleżyny nie było skutecznej metody. Sytuacja jednak powoli się zmienia. W Azji opracowano już łóżko przeciwodleżynowe, które może automatycznie zmieniać pozycje snu zgodnie z ustalonym czasem trwania. W Anglii z kolei udało się niemal o połowę ograniczyć występowanie odleżyn za sprawą głębokiego skanowania skóry. Dzięki skanerowi personel hospicjum był w stanie wykryć uszkodzenie tkanek głęboko pod powierzchnią skóry zanim były one widoczne. Z kolei niedawno opracowany cyfrowy monitoring mobilności, bezdotykowy czujnik umieszczony pod materacem przesyła dane o mobilności pacjenta przez całą dobę.

Rozwiązanie opracowane przez polski start-up nie tylko pomaga polepszyć standard życia pacjentów z odleżynami, lecz przede wszystkim zapobiega ich powstawaniu.

– Odleżyny to bardzo ciężko i długo gojące się rany, a ich leczenie to tak naprawdę wycinanie przez chirurga kolejnych kawałeczków tej rany. Metod prewencji jest bardzo mało, a leczenie jest bardzo żmudne, długie i kosztowne – zaznacza Jeremi Zgierski.

Pierwszy na świecie inteligentny profilaktyczny opatrunek przeciwodleżynowy dzięki swojej technologii reaguje na prawie wszystkie czynniki tworzące odleżyny i je eliminuje, chroniąc pacjentów przed bólem i niebezpieczeństwem odleżyn. Pierwsze testy wykazały 100-procentową skuteczność.

– Właśnie skończyliśmy budowę naszego prototypu, czyli modelu MVP, podpisaliśmy także listy intencyjne z dystrybutorami. Chcemy teraz uzyskać ochronę patentową, następnie certyfikację produktu i wypuścić go na rynek. Szacujemy, że będą to okolice II kwartału 2021 roku – zapowiada prezes start-upu Prevlly. ■

Źródło: newseria.pl

Medal i trzy kwalifikacje olimpijskie

Za nami Mistrzostwa Świata w Parakajakarstwie. Reprezentacja Polski przywiozła z Szeged jeden medal. MŚ były również okazją do wywalczenia kwalifikacji olimpijskiej.



Fot. Polski Związek Kajakowy (Facebook)

Między 22 a 25 sierpnia w węgierskim Szeged odbyły się Mistrzostwa Świata w Parakajakarstwie.

Jakub Tokarz wywalczył brązowy medal w kanadyjce VL2 (dało to kwalifikację na igrzyska paraolimpijskie). Nie jest to jednak jego koronna kajakowa konkurencja. W tej ulubionej (KL1) zajął najbardziej nielubiane przez sportowców 4. miejsce. Mógł jednak z osiągniętego wyniku się cieszyć, bo we wspomnianej kategorii również uzyskał kwalifikację olimpijską. Trzecią kwalifikację uzyskała Katarzyna Sobczak. Świeżo upieczona mistrzyni Europy zajęła 5. miejsce w swoim finale.

Ci, którym nie udało się uzyskać wymaganego na igrzyska minimum, będą jeszcze mieli okazję do jego wywalczenia. Kolejna możliwość zdobycia kwalifikacji na IO w przyszłym roku w maju lub czerwcu w Duisburgu. ■

Oprac. MM

Źródło: pzkaj.pl

Wakeboard i Wakeskate na mistrzostwach

W Sosnowcu odbyły się Mistrzostwa Europy i Afryki Wakeboard i Wakeskate 2019. Od zeszłego roku w zawodach tej rangi Polskę reprezentują także najlepsi zawodnicy z niepełnosprawnościami, którzy posiadają licencję Polskiego Związku Motorowodnego i Narciarstwa Wodnego.



Fot. Wojciech Artyniew

W mistrzostwach Polskę reprezentowało 11 zawodników. W finale znalazło się dwóch wakeboardzistów Avalon EXTREME z kategorii seated (dla osób z niepełnosprawnością): Igor Sikorski i Szymon Klimza. Sikorski stanął na podium, zajmując 3. miejsce.

Ambasador Avalon EXTREME jest sportowcem w dyscyplinie sitwake'a, a także trenerem i wielokrotnym zwycięzcą zawodów w tej dyscyplinie. Odniósł sukces również w tegorocznych zawodach Avalon EXTREME Sitwake Challenge.

Szymon Klimza zaciekle walczył w finale, jednak z powodu kontuzji zawody zakończył na pierwszym przejeździe. Podczas najazdu upadł na jeden z elementów wakeparku (kicker). Zawodnik został zabrany do szpitala. Klimza czuje się dobrze, ma jednak unieruchomioną rękę. Ostatecznie zajął 6. miejsce. Ambasador Avalon EXTREME do tej pory odnosił zwycięstwa w wielu zawodach crossfitowych, wakeboardowych oraz biegach ekstremalnych w Polsce i za granicą. Trzykrotnie triumfował w jedynym w kraju ekstremalnym wyścigu na wózkach – Wheelmageddonie.

Łącznie reprezentanci Polski zdobyli dwa medale. Oprócz Igora Sikorskiego, brąz w kategorii wakeskate'u zdobyła Agnieszka Kobylańska. ■

Klasyfikacja kategorii seated:

I miejsce – Emanuele Pagnini (Włochy)

II miejsce – Henry Chen (Izrael)

III miejsce – Igor Sikorski (Polska)

Red.

Rugbyści z ósmym miejscem

Reprezentacja rugby na wózkach ma za sobą Mistrzostwa Europy. Biało-czerwoni podczas turnieju w Vejle zajęli 8. miejsce i spadli do Dywizji B.

MATEUSZ MISZTAL



Fot. Reprezentacja Polski w Rugby na Wózkach (Facebook)

Pierwszy mecz na turnieju Polacy zagrali 7 sierpnia. Rywalem biało-czerwonych była drużyna gospodarzy. Duńczycy w meczu otwierającym tegoroczne Mistrzostwa Europy pokonali nasz zespół 59-43. Wśród publiczności wspierającej rugbystów była księżniczka Danii Benedykta [właśc. duń. Benedikte Astrid Ingeborg Ingrid – red.].

– Na początku byłem trochę zdenerwowany, ale kiedy już zaczęliśmy grać, było to fantastyczne uczucie. Tłum był niesamowity i myślę, że wszyscy dobrze się bawili – powiedział po meczu duński kapitan Leon Jørgensen, cytowany przez oficjalną stronę internetową turnieju.

– Wspaniale było grać przed tak wielkim tłumem, widzowie byli wspaniali. Myślę, że graliśmy dobrze i nie mogę się doczekać jutrzejszego spotkania z Wielką Brytanią – mówił na gorąco cytowany przez oficjalny fan page turnieju Piotr Stankiewicz.

8 sierpnia biało-czerwoni zagrali z broniącą tytułu Wielką Brytanią, która w meczu z Polską zaprezentowała niesamowity poziom. Wynik spotkania mówi sam za siebie. Polacy przegrali 21-56. Brytyjczycy byli lepsi w każdym elemencie.

Trzeciego dnia turnieju w Vejle podopieczni trenera Janusza Kozaka zagrali ze Szwajcarią. Po dobrym meczu Polacy pokonali rywali 45-35, co pozwoliło zająć 3. miejsce w grupie.

W kolejnej fazie turnieju nasi zawodnicy zmierzyli się z Holandią. Po bardzo wyrównanym spotkaniu lepsi okazali się jednak pomarańczowi, wygrywając 52-46. Porażka bolała podwójnie, bowiem brak zwycięstwa w tym meczu oznaczał spadek do Dywizji B.

W meczu o 7. miejsce Polacy po raz drugi na tym turnieju zagrali ze Szwajcarią. Tym razem po niezwykle wyrównanym pojedynku minimalnie lepsi okazali się rywale. Polska została pokonana 46-43 (Szwajcarzy także spadają do Dywizji B).

– Dla zespołu bardzo ważne jest, aby zobaczyć, gdzie jesteśmy i nadal wierzyć w nasze mocne strony. Jestem dzisiaj bardzo dumny z zespołu. Konsekwentnie realizowaliśmy plan, a wynik był dziś znacznie lepszy niż w poprzednich dniach. Nawet jeśli nie osiągnęliśmy celu, jakim było pozostanie w Dywizji A, całe doświadczenie było niesamowite, a nasi fani byli wspaniali – powiedział po meczu trener Szwajcarii Adrian Moser.

– Gra była dobra. Najważniejsze, co trener chciał zrobić, to przetestować wszystkie możliwe składy, ponieważ był to jeden z naszych głównych celów tutaj. Dla mnie był to pierwszy turniej, więc zdecydowanie nauczyłem się dużo, grając z drużynami takimi jak Dania i Wielka Brytania. Dodam, że dołączyło do nas kilku nowych zawodników i jestem pewien, że wezmą też lekcje z tego doświadczenia – mówił po ostatnim gwizdku Łukasz Brudek.

Zadowolony z rozstrzygnięć na tym turnieju nie był także trener reprezentacji. – Zakończone Mistrzostwa Europy nie były dla nas wymarzone. Patrząc z perspektywy kilku dni, nie jesteśmy zadowoleni z wyniku. Ósme miejsce podczas ME to dla Reprezentacji Polski stanowczo za mało. Nie potrafiliśmy zrealizować planu na te mistrzostwa. Cztery mecze przegrane i jedna wygrana – taki bilans końcowy osiągnęliśmy na mistrzostwach. Na porażkę i spadek do Dywizji B złożyło się kilka czynników. Czasu nie cofniemy, ale jesteśmy mądrzejsi o doświadczenie – podsumował turniej w Vejle Janusz Kozak.

W wielkim finale zmierzyły się reprezentacje Danii i Wielkiej Brytanii. Lepsi okazali się Brytyjczycy, którzy wygrali z gospodarzami turnieju 55-45 i po raz siódmy zostali mistrzami Europy. Brąz wywalczyli Francuzi, którzy po niezwykle emocjonującym meczu pokonali Szwecję 45-43.

Najlepiej punktującym zawodnikiem turnieju był Marco Herbst (Niemcy), który zdobył ich aż 140. Wśród Polaków najlepiej punktował Krzysztof Kapusta – 53 pkt. ■

Źródło: Reprezentacja Polski w Rugby na Wózkach (Facebook)/2019wrec.com

Super trening

Piłkarze Chelsea i Liverpoolu przed meczem o Superpuchar Europy wzięli udział w wyjątkowym treningu z dziećmi z Tureckiej Federacji Osób Niepełnosprawnych. W zajęciach wziął udział m.in. Mohamed Salah.

W tym roku gospodarzem meczu o Superpuchar Europy był Stambuł. Do walki o to trofeum stanęli piłkarze Liverpoolu (zwycięzcy ostatniej edycji Ligi Mistrzów) i Chelsea (zwycięzcy Ligi Europy).

Zanim obie drużyny stworzyły piłkarski spektakl, to przedstawiciele obu klubów wzięli udział w treningu z dziećmi po amputacjach. W zajęciach (dzień przed meczem, 13 sierpnia) uczestniczyli m.in. Mohamed Salah, Sadio Mane, N'Golo Kante i Olivier Giroud. Wydarzenie zostało zorganizowane przez Fundację UEFA i miało na celu zachęcenie do gry w piłkę każdego, także niepełnosprawnych.

Młodzi adepci ampfutbolu swoich idoli podziwiali także z trybun podczas meczu o Superpuchar Europy, a przed pierwszym gwizdkiem Stephanie Frappart (finał po raz pierwszy sędziowała kobieta) wzięli udział w ceremonii otwarcia i wraz z chórem tureckiego radia i telewizji zaśpiewali piosenkę Boba Marleya „Three Little Birds".

Turcja ma obecnie jedną z najlepszych reprezentacji ampfutbolowych na świecie. Jest to też jedyny kraj, w którym są trzy ligowe szczeble ampfutbolowych rozgrywek. Dobrze wygląda tam też system szkolenia młodzieży. ■

Mateusz Misztal



Fot. pixabay.com

Wspierają młodych sportowców

Grupa Energa jest głównym sponsorem programu Junior Amp Futbol. Zaczęło się od ampfutbolowej reprezentacji Polski dorosłych – Grupa Energa i Amp Futbol Polska współpracują od półtora roku. Teraz kolej na młodszych zawodników.



Fot. Amp Futbol Polska

– Wsparcie programu Junior Amp Futbol jest dla nas bardzo ważne, ponieważ da nam szansę rozwijać się, wygrywać i pomagać jeszcze większej liczbie osób – mówi Mateusz Widłak, prezes Amp Futbol Polska. – Liczymy, że dzięki Enerdze coraz więcej dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami kończyn będzie mogło grać w piłkę nożną!

Dziesięciu polskich zawodników szlifowało swoje umiejętności w Niemczech. Trwał tam międzynarodowy Junior Camp organizowany m.in. przez UEFA. Młodzi ampfutboliści mieli szansę poznać tu rówieśników z 12 krajów, wziąć udział w rozgrywkach i doskonalić swoje umiejętności.

– W ostatnich latach obserwujemy bardzo pozytywne zmiany w podejściu do osób niepełnosprawnych. Coraz rzadziej są oni postrzegani jako ludzie słabi, wykluczeni lub niepewni siebie. Nie oznacza to, że obecny stan możemy już nazwać zadowalającym – mówi prezes Grzegorz Ksepko, kierujący Grupą Energa. – Mając na uwadze społeczne znaczenie, jakie dla osób niepełnosprawnych ma integracja i aktywizacja, Grupa Energa stara się wspierać sport osób niepełnosprawnych, a zwłaszcza dyscypliny, które uprawiają najmłodsi. To nasz wkład w walkę ze stereotypami krzywdzącymi w pełni wartościowych, młodych ludzi. Jednym z przejawów aktywności na tym polu jest właśnie wsparcie programu Junior Amp Futbol.

Program Junior Amp Futbol skierowany jest do dzieci i młodzieży po amputacjach lub z wadą wrodzoną kończyn. Trenować mogą już 5-latki, górna granica wieku to 16 lat. ■

Red.

Po stronie słabszych

Od 1997 roku na mocy ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych w większości polskich miast powstały stanowiska Pełnomocników ds. Osób Niepełnosprawnych. Funkcję tę w naszym mieście niedawno objęła Monika Kurpanik. Młoda, ambitna i pełna zapału do pracy. Jakie cele stawia przed sobą i jakie plany snuje na to, by w naszym mieście żyło się lepiej?

WERONIKA WÓJCIK



Fot. Mateusz Misztal

Jest Pani stosunkowo nowym pełnomocnikiem ds. osób niepełnosprawnych. Jakie zadania i cele stawia sobie Pani jako priorytetowe?

Sprawy osób niepełnosprawnych są dla mnie szczególnie ważne i uważam, że wymagają one podejmowania systemowych i skonkretyzowanych działań. Aby skutecznie je zaplanować, a następnie zrealizować, trzeba dobrze poznać środowisko osób niepełnosprawnych. Dlatego też w ubiegłym roku przeprowadzona została w naszym mieście diagnoza potrzeb osób z niepełnosprawnościami, czym jestem osobiście bardzo usatysfakcjonowana. W oparciu o ten dokument planujemy opracować nowy program strategiczny na rzecz osób niepełnosprawnych, wyznaczając obszary, cele oraz konkretne działania do realizacji. W tym celu powołany został zespół złożony z profesjonalistów, ekspertów, osób pracujących na co dzień z osobami niepełnosprawnymi oraz reprezentantów organizacji działających w tym obszarze. Opracowanie programu to dla mnie zadanie priorytetowe. A poza tym zamierzam aktywnie współpracować z organizacjami pozarządowymi, w celu wymiany informacji o podejmowanych działaniach, aby te nie były rozproszone i konkurencyjne, a usystematyzowane i komplementarne.

Z jakimi problemami najczęściej borykają się niepełnosprawni mieszkańcy naszego miasta?

Pracując od wielu lat w Departamencie Zdrowia i Spraw Społecznych, na co dzień spotykam się z osobami niepełnosprawnymi oraz współpracuję z instytucjami i organizacjami działającymi w tym obszarze, przez co na bieżąco dowiaduję się o problemach i potrzebach tej grupy społecznej. Również przeprowadzona diagnoza ukazała szereg problemów i potrzeb osób niepełnosprawnych i ich rodzin. Należą do nich m.in. ograniczony dostęp do dofinansowań PFRON na rehabilitację społeczną (turnusy rehabilitacyjne, likwidacja barier architektonicznych, technicznych i w komunikowaniu się, zakup sprzętu rehabilitacyjnego), trudności w korzystaniu z przestrzeni publicznej wynikające z braku dostępności niektórych obiektów, z niewystarczającej informacji oraz wreszcie z niewłaściwych postaw społecznych. Wiele osób

niepełnosprawnych wskazuje na potrzebę korzystania z pomocy asystenta. Ponadto, rodziny i opiekunowie sprawujący bezpośrednią opiekę nad osobami niepełnosprawnymi borykają się z brakiem możliwości zapewnienia opieki w sytuacji konieczności załatwienia spraw prywatnych, w wyniku zdarzeń losowych czy chociażby potrzeby odpoczynku. Dużym problemem dla rodziców osób niepełnosprawnych, zwłaszcza tych z niepełnosprawnością intelektualną, jest zabezpieczenie opieki i funkcjonowania ich dziecka, w sytuacji, gdy sami już nie będą w stanie jej zapewnić.

Czy uważa Pani, że dotychczasowe działania pełnomocnika były wystarczające?

Funkcja Pełnomocnika Prezydenta Miasta ds. Osób Niepełnosprawnych od wielu lat połączona jest z funkcją dyrektora/kierownika komórki odpowiedzialnej za sprawy społeczne (obecnie jest nią Departament Zdrowia i Spraw Społecznych), gdyż zadania obu funkcji nierozerwalnie się wiążą. Realizując zadania Departamentu, na bieżąco rozwiązuje się problemy osób niepełnosprawnych, odpowiada na ich potrzeby oraz współpracuje z szeroko pojętym środowiskiem tej grupy społecznej. Dlatego też mogę stwierdzić, iż działania pełnomocnika były wystarczające, co nie oznacza, że nie mogą być bardziej aktywne i efektywne.

Jakie programy skierowane do osób niepełnosprawnych były realizowane w latach ubiegłych na terenie naszego miasta?

Realizacja zadań w zakresie niepełnosprawności oparta jest obecnie o dwa dokumenty o charakterze strategicznym, tj. „Strategię Rozwiązywania Problemów Społecznych Elbląga 2020+" oraz „Elbląski program na rzecz równego statusu osób z niepełnosprawnościami i zapobiegania niepełnosprawnościom na lata 2012–2020". Ponadto, polityka społeczna wobec osób niepełnosprawnych realizowana była poprzez zadania i projekty zlecane do realizacji organizacjom pozarządowym, udział w partnerstwach, a także



Fot. Mateusz Misztal

poprzez aktywne i skuteczne działania jednostek organizacyjnych, organizacji pozarządowych oraz we współpracy z innymi partnerami i lokalną społecznością.

Jakie działania są planowane na rzecz poprawy dostępności miasta do potrzeb osób niepełnosprawnych?

W oparciu o diagnozę potrzeb osób z niepełnosprawnościami oraz w wyniku prac zespołu ds. opracowania programu na rzecz osób niepełnosprawnych można już zidentyfikować główne potrzeby, a na ich podstawie działania do realizacji. Są to: wdrożenie opieki wytchnieniowej, usług asystenckich, zapewnienie specjalistycznego wsparcia psychologicznego i terapeutycznego rodzinom osób niepełnosprawnych, poprawa dostępu do informacji, rozwój mieszkalnictwa chronionego oraz sieci placówek zapewaniających wsparcie osobom niepełnosprawnym.

Organizacje pozarządowe, takie jak ERKON, są partnerem dla miejskiego pełnomocnika. Jak układa się ta współpraca?

Organizacje pozarządowe są dla samorządu znaczącym partnerem, realizatorem zadań publicznych i pomysłodawcą wielu inicjatyw. Elbląskie organizacje pozarządowe swą największą aktywność w zakresie polityki społecznej przejawiają w sferze pomocy społecznej, profilaktyki i rozwiązywania problemów alkoholowych oraz pomocy osobom starszym i niepełnosprawnym. Gmina Miasto Elbląg od wielu lat współpracuje z organizacjami pozarządowymi w zakresie zlecania zadań z zakresu polityki społecznej i udzielania dotacji na ich finansowanie i dofinansowanie. Zlecanie zadań podmiotom niepublicznym jest istotnym narzędziem pozwalającym na rozszerzanie i doskonalenie usług społecznych. Nasze dotychczasowe doświadczenie pokazuje, że organizacje pozarządowe są skutecznym i efektywnym partnerem w realizacji tych zadań, wpływającym na jakość świadczonych usług. ■