

Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

Miesięcznik finansowany
jest ze środków PFRON

Nr 6/283
2021

www.razemztoba.pl • Razem każdego dnia • Razem już 24 lata



Wyjątkowi ojcowie



**Edukacja w czasie
pandemii**

więcej s. 12



**„Promień nadziei”
- wyjątkowa powieść
fantasy**

więcej s. 31



**Opowieść o Eryku,
który nie chce nosić
kosmicznego kasku**

więcej s. 42

Opowieść o Karolinie i o tym, czym skleja swoje rozstrzaskane życie

„Z wypadku, który wydarzył się w lutym 2020 r. pamiętam tylko ból, gdy moje ciało zderzyło się z ziemią, a potem... obudziłam się w szpitalu. Tyle, że to „potem” to było już... tydzień później” – tak zaczyna się historia 33. letniej Karoliny Bronowicz z Białegostoku. O tym, co działo się potem oraz jak wyglądało jej życie po wypadku, opowiada sama zainteresowana.

Gdy odzyskałam przytomność szybko zorientowałam się, że nie czuję niczego poniżej żeber. Lekarze opisali ten stan już fachowo: porażenie kończyn dolnych w konsekwencji wybuchowego złamania trzonu jednego z kręgów piersiowych i wbicia się odłamków kręgu w kanał rdzenia kręgowego. W jednej sekundzie moje dotychczasowe życie legło w gruzach.... Jestem kobietą z Podlasia. Urodziłam się i wychowałam w Sokółce niedaleko granicy z Białorusią. Po maturze rozpoczęłam studia z zakresu inżynierii produkcji oraz gospodarki przestrzennej na Politechnice Białostockiej i przeprowadziłam się do tego miasta. W Białymstoku mieszkalam oraz pracowałam jako technolog produkcji w firmie wytwarzającej oprzyrządowanie dla przemysłu ciężkiego i obróbki skrawaniem. Uwielbiałam chodzić i wspinać się po górach, żeglować, jeździć na nartach i łyżwach. Służyłam też w Wojsku Obrony Terytorialnej. A pewnego lutowego dnia to wszystko zostało mi odebrane....

Po wielu rozmowach z rodzicami i psychologiem dotarło do mnie, że prawdopodobnie już nie będę chodziła, ale dalej żyję i w tej nowej sytuacji muszę odnaleźć się na nowo. Tylko jak...? Po sześciu miesiącach spędzonych na operacjach i rehabilitacji wyjechałam ze szpitala na wózku inwalidzkim nie wiedząc, co dalej ze sobą począć. Byłam zaleczona, ale zupełnie nieprzygotowana do nowego życia. Miałam zatem tylko wózek i nadzieję zawartą w jednym słowie: Konin.

Informację o mieszkaniach treningowych Fundacji Podaj Dalej m.in. dla takich osób jak ja, które nagle stały się niepełnosprawne znaleźli



Fot. nadesłane

rodzice. Leżąc jeszcze w szpitalnym łóżku „poszperałam” w internecie i znalazłam chłopaka z Podlasia, który tam był. Ten powiedział krótko: Jedź! Pomogą! Zacznesz żyć na nowo.

W konińskim mieszkaniu treningowym nauczono mnie wszystkiego, co człowiek poruszający się na wózku umieć powinien. Nie tylko samodzielne wsiadanie na wózek z poziomu łóżka czy podłogi, ale także mycia, ubierania, jazdy po mieście i komunikacją publiczną. Siłownia, basen, bieżnia, sala gimnastyczna – ćwiczyłam na każdych zajęciach, przykładając się maksymalnie, dając z siebie wszystko. W ten sposób po zaledwie dziewięciu miesiącach od wypadku radziłam sobie sama w łazience, kuchni i „tańcząc” z mopem zmywając podłogę.

Trening niezależności aktualnie przerwałam. Czeka mnie teraz operacja usunięcia stabilizacji (śrub z kręgosłupa), a potem ponowna rehabilitacja

oraz budowanie wytrzymałości. Jestem silniejsza fizycznie i psychicznie, ale też jeszcze trochę muszę się nauczyć. Ot, np. jak pokonać wózkiem tych nieszczęsnych sześć schodków, które prowadzą do mojego mieszkania, wejść i wyjść z wanny, wjechać pod wysoki krawężnik, albo samodzielnie zapakować wózek do samochodu. Chciałabym też spróbować kilku sportów, wybrać jeden i zająć się nim profesjonalnie.

Mam takie marzenie, aby wrócić do mieszkania treningowego w Osadzie Janaszkowo, tam nauczyć się w pełni żyć bez pomocy innych, a potem zostać pierwszą w Fundacji Podaj Dalej kobietą instruktorem niezależnego życia i sportu osób niepełnosprawnych. A wszystko po to, aby pomagać innym pozbierać ich „roztrząskane” życie. Pomóż mi w tym i zbuduj ze mną Osadę Janaszkowo. ■

Karolina Bronowicz (Białystok, 33 lata)

REDAKCJA:

Rafał Sułek (red. naczelny)
Monika Szałas
Mateusz Misztal
Teresa Bocheńska
Marta Gąsak

Janusz Komorowski
Paweł Rodziewicz
Paweł Gwardyński
Damian i Ilona Nowaczy
Paweł Borowiecki
Agnieszka Pietrzyk

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. (55) 232 69 35
fax (55) 232 69 34
e-mail: erkon@softel.elblag.pl
www.erkon.elblag.pl



**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

**Druk:
PPUH APLAUZ**

Fot. na okładce: pixabay.com
NAKŁAD: 4000 egzemplarzy.

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

WARTO PRZECZYTAĆ

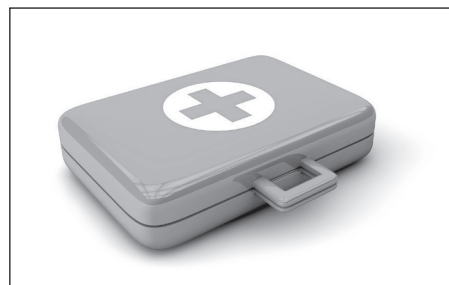
- 2 Opowieść o Karolinie i o tym, czym skleja swoje rozstrzaskane życie
- 8 Rząd zapowiada krótsze kolejki do specjalistów
- 9 Więcej niepełnosprawnych w śmiecie filmowym
- 18 Mobilne gadżety dla seniorów
- 31 „Promień nadziei” – wyjątkowa powieść fantasy
- 32 Kultura bardziej dostępna
- 34 Nowe przepisy dotyczące hulajnóg elektrycznych i urządzeń transportu osobistego
- 37 Zmiany w przepisach o ruchu drogowym
- 38 Wyjątkowe igrzyska. Bez kibiców i z wieloma ograniczeniami
- 40 Kleszcze - temat wciąż na topie
- 42 Opowieść o Eryku, który nie chce nosić kosmicznego kasku

ELBLĄG

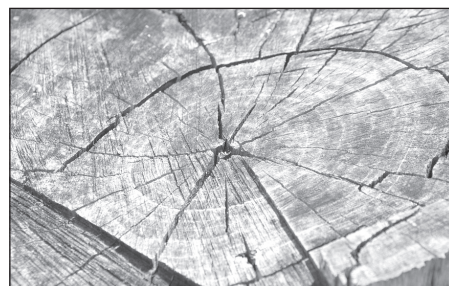
- 12 Edukacja w czasie pandemii
- 19 TON w Bażantarni
- 20 Dobra diagnoza nie powstanie bez mieszkańców
- 23 CSE Światowid odnowiony i bardziej dostępny
- 24 Wspaniali mimo pandemii

W REGIONIE

- 26 „Dar Pomorza” bez barier
- 27 Seniorzy zakończyli rok akademicki
- 28 Nie daj się wirusowi HCV!
- 29 „Stalowe Anioły” rozdane



OKIEM NACZELNEGO 4 Uratujesz mnie?



ŚWIAT TERESY 5 Alarm dla starych drzew



Z PERSPEKTYWY RODZICÓW 6 Różne aspekty weryfikacji



Z PASJĄ NA WÓZKU 10 Wyjątkowi ojcowie



Od połowy czerwca, przez niemal miesiąc wielu przedstawicieli płci męskiej wspólnie celebrowało święto piłki nożnej, jakim były Mistrzostwa Europy. Ze względu na wciąż dającą się we znaki pandemię oraz związane z tym obostrzenia, nie było to święto tak uroczyste i huczne, jak bywało to w poprzednich edycjach. Wielu wręcz komentatorów było zdania, że między innymi przez koronawirusa, ale w dużej mierze też przez zmianę systemu rozgrywania poszczególnych spotkań pomiędzy drużynami, turniejowi brakowało tego, co najważniejsze – wyjątkowego klimatu, który zawsze towarzyszył tego typu wydarzeniom. Pomijam już fakt, że nasza biało-czerwona drużyna znów nie wzięła przykładu choćby z siatkarzy czy lekkoatletów i w sobie tylko unikalnym stylu postanowiła po rozegraniu trzech spotkań, pożegnać się z turniejem i rozjechać się na wakacje – w końcu po ciężkim klubowym sezonie, nadarzyła się okazja na urlop, a kto wie, czy zaraz znów wszystkiego nie pozamykają, a trenerzy znów będą zaganiać do treningów.

Tegoroczne piłkarskie EURO przejdzie do historii nie tylko, z powodu nowego systemu rozgrywania turnieju. Dla niewtajemniczonych, mecze odbywały się nie w jednym lub dwóch krajach (jak miało to się do tej pory) a w kilku – często oddalonych od siebie o setki, jak nie tysiące kilometrów. Spowodowało to, że niektóre reprezentacje więcej czasu spędzały w samolotach niż na boisku. Oczywiście jak to już bywa w świecie futbolu (gdzie nie od dziś wiadomo, że o równym traktowaniu wszystkich drużyn można tylko pomarzyć), te słynne wycieczki drużyn narodowych nie dotyczyły wszystkich ekip. Byli też „wybrani”, ale to już temat na zupełnie inny tekst i raczej nie na naszych łamach. Turniej ten długo pozostanie jeszcze w pamięci przez wydarzenie do którego doszło w drugim dniu turnieju podczas meczu Dania - Finlandia. Tam, z pozoru wydawać by się mogło, błahego upadku na murawę (piłkarze upadają na murawę wielokrotnie podczas całego spotkania – często wręcz teatralnie) duńskiego zawodnika, kilkanaście sekund później rozpoczęła się heroiczna walka o jego życie. Pomocnikowi duńskiej drużyny zatrzymało się serce. To wydarzenie było na ustach wszystkich. Nie było mediów, kibiców ani wielu przypadkowych obserwa-

torów wydarzeń dnia codziennego, którzy nie rozmawiali o tym wydarzeniu. W pamięci pozostanie późniejsze zachowanie kibiców obu drużyn, kolegów z zespołu Christiana Eriksena, którzy własnymi posturami osłonili kolegę i usiłujących przywrócić mu czynności życiowe ratowników przed wszędobylskimi fleszami i kamerami. Emocjonujących obrazków z tamtego dnia było znacznie więcej. Z jednej strony mamy kolegów z drużyny, żonę zawodnika i ratowników walczących o życie zawodnika, a także kibiców obu drużyn i ich spontaniczne reakcje mające dodać sił i otuchy dla tych, którzy tego w tamtych chwilach najbardziej potrzebowali, a z drugiej strony mamy realizatora transmisji, który – w moim osobistym przekonaniu, nie podołał próbie chwili – tak twierdziłem w pierwszej chwili, gdy oglądałem obrazki, pokazujące bezwładne ciało piłkarza i reanimujących go ratowników. Później zdałem sobie jednak sprawę, że przecież w takich czasach już żyjemy. Pojawia się tutaj problem etyki mediów, która bardzo często kluczi się z „klikalnością” i „statystykami”. Granica tego, co wolno a czego nie, niemal każdego dnia jest raz mocniej, raz delikatniej przesuwana. I na nic tutaj setki słów oburzonych i osób „wrażliwych”, kiedy w grę wchodzi „oglądalność”, a wraz z nim pieniądź. I musimy zdać sobie sprawę, że naszym najlepszym sprzeciwem wobec tego typu obrazków, jest wyłączenie transmisji czy programu. Gdy nadawcy zobaczą, że to się „nie sprzedaje” to po prostu sami z tego zrezygnują. Zasadnym jest pytanie, czy jesteśmy w stanie przeciwstawić się ciekawości i emocjom chwili, by wyłączyć obraz i cierpliwie czekać na potwierdzone informacje. Sam się często łapię na tym, że w wielu wypadkach nałogowo odświeżam różne depesze agencyjne lub media społecznościowe lub mam włączoną transmisję live, oczekując coraz to nowszych informacji „już, teraz”. Tylko, że z racji wykonywanego zawodu oraz wiedzy, mam świadomość jak działa ten mechanizm. Inną sprawą, która ponownie zaczęła zaprzętać moją głowę po tym wydarzeniu jest fakt, czy w podobnej sytuacji, gdyby ktoś „zatrzymał się” obok nas lub potrzebował pierwszej pomocy, potrafilibyśmy pomóc? Czy potrafilibyśmy obsłużyć defibrylator AED, których dostępność w przestrzeni publicznej jest już niemal bezproblemowa i powszechna? Warto sobie odpowiedzieć na to pytanie i wyciągnąć z niego odpowiednie wnioski, gdyż może się okazać, że kimś, kto będzie potrzebował naszej pomocy będzie, ktoś bardzo nam bliski: dziadkowie, rodzice, współmałżonek, dziecko, wnuk. I co wówczas zrobimy? Eriksen żyje, i co podkreślają wszyscy obserwatorzy, dzięki natychmiastowej pomocy, najpierw ze strony kolegi z drużyny, a następnie medyków. Pamiętajmy też, że udzielanie pierwszej pomocy potrzebującemu, nie jest czynem bohaterskim, a wręcz prawnym obowiązkiem. Warto też mieć świadomość, że jak pokazują statystyki, o połowę więcej osób, wymagających natychmiastowej pomocy, można by uratować, gdyby świadkowie zdarzeń nie czekali bezczynnie na przyjazd karetki, tylko udzielali pierwszej pomocy. Wielokrotnie może to zdecydować o szansach na przeżycie poszkodowanego. ■

Rafat Sutek

Alarm dla starych drzew

Czasem stoją samotne, stanowiąc główny akcent otwartego krajobrazu, czasem równiutko w starych alejach, które od wieków służyły ludziom do przemieszczania się, czasem na brzegu lasu, jakby strzegąc wejścia do niego, czasem w jego głębiach, tam, gdzie z rzadka docierają promienie słońca. Wszystkie pamiętają czasy naszych pradziadków i prapradziadków – stare drzewa i naturalne lasy.

Naturalne lasy, w przeciwieństwie do monokulturowych, przeważnie sosnowych hodowli drewna – to mieszane, wielogatunkowe knieje, stanowiące w swojej masie ostoję naszej flory i fauny, w których zbyt gwałtowna wycinka całych połaci dla celów wyłącznie ekonomiczno-przemysłowych powoduje gwałtowne pogorszenie struktury wiekowo-gatunkowej, a w konsekwencji ich likwidację. I drzew, i lasów jest coraz mniej. Bo dla naszego społeczeństwa coraz bardziej pożądane są wszystkie działania i cele, które czynią życie bardziej przyjemnym, a przyroda, która została nam powierzona, musi ustąpić i można ją w każdej chwili wyeliminować zastępując sztuczną, ale jakże nowoczesną strukturą z betonu i stali.

Tylko, że te negatywne procesy, które obecnie stały się już dla coraz większej rzeszy ludzi znane, mogą spowodować w przyszłości załamanie gospodarki światowej, a także uniemożliwić życie społeczeństw na obecnym poziomie. Jak szybko to się stanie, zależy przede wszystkim od woli polityków, lecz my wszyscy także mamy w tym udział.

Wycinając stare drzewa, niezależnie od celu, jakiemu to ma służyć, należy mieć świadomość, że dokonuje się zbrodni na skarbie narodowym, która nie może być w żaden sposób zrekompensowana. Usunięcie jednego drzewa osiagającego wiek 50 do 100, a czasem nawet kilkuset lat, wymaga kilku godzin pracy. Posadzenie w to miejsce nawet 10 drzew go nie zastąpi, bo dopiero po 50 – 100. latach będą mogły zastąpić to wycięte w jego roli w pochłanianiu CO₂ i wydzielaniu tlenu, w retencji wody,

w tworzeniu zdrowego, estetycznego krajobrazu i zdrowia psychicznego mieszkańców. Z mojej dotychczasowej praktyki, doniesień medialnych i faktu stale pogarszającej się w Polsce struktury wiekowej i gatunkowej zieleni na terenach osadniczych oraz w lasach wynika, że jako społeczeństwo nie jesteśmy specjalnie uczuleni na ten problem mimo pogarszającego się klimatu, w tym jakości powietrza, czy coraz bardziej zmniejszających się zasobów wód powierzchniowych. Przyczyny, które powodują wycinanie starych drzew zarówno w lasach jak i na terenach zurbanizowanych, są przeważnie błahе, a jednocześnie nie szuka się rozwiązań, które przy nakładzie niewielkich sił i środków mogłyby te drzewa oszczędzić dla dobrostanu przyszłych pokoleń. Wydaje mi się, że coraz więcej ludzi zaczyna to rozumieć. Trzeba sobie zdawać

sprawę, że wyrok skazujący stare drzewo na wycięcie jest ostateczny i nie podlega apelacji, a bez tego drzewa będzie nam gorzej, mimo że dzięki jego usunięciu lepiej zorganizujemy plac budowy, zbudujemy większy dom, plac zabaw czy parking lub zabetonujemy większą część placu.

Jeżeli do niektórych ludzi nie trafiają argumenty o niezastąpionej wartości zarówno zieleni wysokiej w miastach jak i kompleksów lasów naturalnych w skali kraju, należałoby te wartości wycenić. Zapewniam, że wyniki tej wyceny byłyby dla decydentów różnych szczebli porażające, a dla wielu ludzi stałoby się oczywiste, że nie mamy już czasu na wahanie i musimy zrobić wszystko, żeby uratować ten nasz skarb narodowy. ■

Mgr inż. arch. Jacek Bocheński
były Urbanista Miejski



Fot. pixabay.com



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.

Różne aspekty weryfikacji

Każdy z rodziców podlega jakiejś weryfikacji. W sumie nawet kilku. Jest ta z zewnątrz, kiedy wszystkim (rodzinie, przyjaciółom) dookoła się wydaje, że na problemie, z którym właśnie się mierzymy, znają się najlepiej i powstaje mnóstwo rad z cyklu „na Waszym miejscu...”. Muszę przyznać, że w naszym przypadku nie jest z tym źle. Chyba jawimy się jako ktoś, kto zna się na tyle na tym co robi, że nie wymaga dodatkowych „dobrych rad”. Jeżeli więc jakieś płyną, to te prosto z serca i naprawdę przemyślane, konstruktywne i wartościowe.

Jest też weryfikacja wewnątrz nas, która pcha nas lub odciąga od konkretnych zachowań, wpływa na podejmowanie decyzji, taki nasz, mniej lub bardziej godny zaufania, instynkt. Z czasem, im bardziej jest poparty naszym doświadczeniem, tym bardziej uczymy się mu ufać.

Ale jest też weryfikacja ze strony najbardziej naszym postępowaniem zainteresowanych – naszych dzieci. To one odczuwają na sobie to, w jaki sposób i czym, będziemy się kierować w naszej wspólnej drodze przez życie, żeby potem, być najlepiej jak można przygotowanym do tej, mniej już wspólnej.

Możliwe, że przedstawiłam właśnie najbardziej uproszczoną w dziejach definicję wychowania... Możliwe... bo my, rodzice Julci, o wychowaniu wiemy niezbyt dużo. W naszym „Julka i My” życiu określenie „opieka” pojawia się zdecydowanie częściej niż „wychowanie”.

Jak więc uzyskać informację zwrotną, czy się sprawdzamy jako rodzice, czy Julce z nami dobrze, czy czuje się kochana i bezpieczna... Czy zwyczajnie jest z nami szczęśliwa...

Paradoksalnie w sytuacji, w której Julka jest całkowicie zależna od nas i w każdym aspekcie swojego życia musi na nas polegać, ma (delikatnie mówiąc) minimalną szansę na to, żeby nas konstruktywnie zweryfikować. Konstruktywnie, czyli tak, żebyśmy załapali, co robimy nie tak i to zmienili.

Wiadomo, codzienne sprawy, związane z opieką nad Julcią pochłaniają sporo

czasu i energii. Wytwarza się przy tym takie przekonanie, że postęp w rehabilitacji, dobry apetyt, dobre wyniki, przespana noc i opanowany atak padaczki, luźne rączki, dobrze ustawione bioderka i zahamowany w miarę postęp skrzywienia kręgosłupa, to właśnie to, co powoduje, że się sprawdzamy jako rodzice, że mamy poukładane i ogarnięte. Jesteśmy z siebie dumni.

A to przecież tylko podstawy... Dobrze, zajmują sporo czasu i angażują sporo emocji i energii, ale to nasz rodziców punkt widzenia. Dla Julci to jest życie po prostu. To że jest podnoszona, przenoszona, sadzana i kładziona miliony razy dziennie, karmiona, myta, przebierana i przekładana, masowana i ćwiczona, to w jej rozumieniu nic odbiegającego od normy. To właśnie jest dla niej norma i punkt wyjścia. Julcia innej możliwości nie zna. Nie postrzega tego, jako coś nadzwyczaj obciążającego.

To tak naprawdę zwyczajnie niezbędne do życia minimum, którego, skoro sama nie umie sobie z tym poradzić, to widocznie tak jest, że robią to za nią rodzice.

Normalka.

W tym temacie nie podlega to w jej oczach pewnie weryfikacji, bo to absolutna podstawa.

W czym więc?

Bo jakże często słyszymy, powiedziane z troską „ojej, ale macie z Julą ciężko na pewno...” (przy okazji – nie mówcie tak nigdy, jak zależy Wam na sympatii



Fot. Damian Nowacki

osób, do których się zwracacie)...

Dlaczego nie zdarzyło nam się nigdy usłyszeć „ojej ale masz Julka pewnie ciężko z tymi rodzicami?..”

A może ma. Bo może te spodnie, które ostatnio kupiłam to „o matko Mamo, serio!?!...Ja mam w tym iść do szkoły!?!...” a ja ubieram, bo Julka nie może mi nic powiedzieć... i co więcej oczywiście jestem przekonana, że bardzo jej się podobają, bo się uśmiecha... A umówmy się – Julka się dużo uśmiecha, taka jest wesoła po prostu.

I ten obiad ostatnio – „dobra, lubię zupę pomidorową z lanymi kluskami, ale nie CODZIENNIE przez tydzień!” bo jak raz zjadłam z apetytem to już teraz koniec - będzie przez kilka dni

OKIEM NACZELNEGO



ciągle... I foch jak raz nie zjem bo „prze-
cież wczoraj Ci smakowała...”

O spacerach nawet nie ma co zaczy-
nać – no ok, lubię spacerować, ale znowu
do parku?! Znowu z ciociami na kawę
na Starówce?! Może faktycznie ten sernik,
który zjadłam w kawiarni był ostatnio
pyszny, ale ja wolałabym zostać w domu
i obejrzeć ulubiony film... A Mama wpro-
wadza program zdrowego spędzania
czasu na powietrzu... Niech sobie bal-
kon otworzy!...

I ten wieczny problem ze spaniem...
Weź tu im dogódź... Jak chcę spać
to mnie budzą, jak się budzę to narze-
kają, że nie śpię... Jak żyć?! I przecież
wiadomo, że jak się budzę, to chcę żeby
mi poprawić nogi albo położyć na drugi
bok... Co tak ciężko z tego zrozumieć?...

I owszem, mam długie włosy, ale Mama
mogłaby bardziej uważać jak mnie cze-
sze, szczególnie jak się spieszy. Bo szarpie
czasem że nie mam pytań... I to mycie...
i suszenie... W sumie to lubię krótkie,
więc może się w końcu domyśli, żeby
odwiedzić fryzjera...

I ciągle chcę, żebym się uśmiecha-
ła. Jak Tata mnie rozśmiesza to nie ma
opcji – uwielbiam to i zawsze śmieję się
do rozpuku, aż brzuch boli. Ale jak tylko
człowiek ma trochę gorszy humor i kwa-
śną minę to zaraz miliony domysłów
co mi jest... Nic... Taki dzień...

Ech z tymi rodzicami...

Ironią jest przy tym, że takie założenia,
co Julia może tak myśleć, a co nie, właśnie
tylko nimi są – założeniami. Nie możemy
wiedzieć na pewno, z czym jej wychodzi-
my naprzeciw, a z czym przeszkadzamy.
Kiedy w lot łapiemy o co chodzi, a kiedy
trzeba nam trochę więcej czasu, żeby
zrozumieć.

Albo kiedy nie łapiemy wcale, co gor-
sza, przekonani, że świetnie się spisa-
liśmy...

Bo to, że jesteśmy dla Julci niezbędni
to wiemy my. Julia niekoniecznie.

Pozostaje więc mieć nadzieję, że nasza
weryfikacja wypada pomyślnie i robić
wszystko, żeby tego nie popsuć.

„Julia masz więc z tymi rodzicami cięż-
ko czy nie jest tak źle?...” ■

* Od 1 czerwca weszły w życie nowe
przepisy, dotyczące pierwszeństwa
na przejściach dla pieszych. I tyle w teo-
rii. W praktyce miało to przyczynić się
do zwiększenia bezpieczeństwa, a dopro-
wadziło do jeszcze większych problemów
i nieszczęść. Z jednej strony, mamy bardzo
słuszny kierunek zmian, mówiący o tym,
że pieszy w momencie przechodzenia przez
jezdnie, nie może korzystać z urządzeń
elektronicznych, jeśli ogranicza to jego
możliwości obserwacji. Wielokrotnie byłem
świadkiem jak pieszy zaabsorbowany prze-
glądaniem telefonu lub rozmową, wchodził
nieroztropnie na jezdnię na czerwonym
lub wprost pod nadjeżdżający samochód.
Z drugiej strony, ustawodawca zawarł w no-
wych przepisach obowiązek ustępowania
przez kierujących pieszemu „wchodzące-
mu” – to słowo jest kluczem, zatem po-
wtórzmy – wchodzącemu na przejście dla
pieszych. Tak też, przez nie do końca uszcze-
gólowanie i skonkretyzowanie przepisów
powstała niebezpieczna teza, że w myśl
nowych przepisów pieszy ma „bezwzględ-
ne pierwszeństwo”. Jakby tego było mało,
w podobnym tonie pojawiły się też przekazy
medialne. W rzeczywistości jednak, nigdy
o żadnym bezwzględnym pierwszeństwie
mowy nie było, pieszy nadal musi zachować
ostrożność. Zresztą powinna tu zadziałać
automatyczna zasada ograniczonego za-
ufania, lecz patrząc po niektórych pieszych,
nadal mam wrażenie, że na wszystkich
komentarzach powinni stworzyć specjal-
ne aleje dla tych, co „twierdzili, że mają
pierwszeństwo”. Współczuję kierowcom,
którzy muszą teraz uważać na wszelkiej
maści piesze „święte krowy”, których zna-
jomość przepisów kończy się na nagłów-
kach artykułów lub hasłach „odnalezionych
w chipsach”. Wstyd mi za urzędników, któ-
rzy nie potrafią tak skonstruować prawa,
by nie było w nim najmniejszej wątpliwości
co do jego interpretacji. Jak już wielokrotnie

pisalem, winniśmy wrócić do starej dobrej
zasady, że to „mały” ma uważać na „dużego”
a nie odwrotnie i przestać faworyzować
coraz bardziej – jak to się fachowo mówi,
„niechronionych użytkowników ruchu”.
I jak sama nazwa wskazuje „są niechronie-
ni”, więc powinien być u nich wykształcony
instykt samozachowawczy a jak ktoś tako-
wego nie posiadał, „zamelduje się” pod no-
wym adresem na alejce „samodestrukcji”.

* Innym problemem wzbudzającym moją
uzasadnioną nerwowość, są, coraz częściej
pojawiające się właśnie w okresie wakacyj-
nym, pretensje kierowane do pracujących
(często całe dni i noce) na polach rolników,
wychodzące nierzadko od „zmęczonych ży-
ciem biurowo-urzędniczym” przedsta-
wicieli emigrantów miejskich na tereny wiejskie.
Jakby to ode mnie zależało, to każdy taki
delikwent, za wezwanie służb dostawał-
by dwa mandaty: mandat za niezasadne
wezwanie i drugi - za „działanie na szkodę
gałęzi gospodarki o strategicznym znacze-
niu społecznym”. Jakby i to nie pomogło,
to administracyjnie winien być na takowego
nałożony podatek „aklimatyzacyjno-rewa-
lidacyjny”. Nie rozumiem, co trzeba mieć
w głowie, by idąc na wieś stawiać tam swoje
„miejskie” warunki. W zdecydowanej więk-
szości przypadków (jak nie we wszystkich)
pola uprawne były tam zanim się jeszcze
tam wprowadzili nowi lokatorzy. Zatem
winni mieć oni świadomość z czym wiąże
się dana lokalizacja, a wszelkie przejawy
„wyższości” i „słomobudztwa” przyjezd-
nych, winny być skutecznie niwelowane.
Nikt przecież nie broni kupić miłośnikom
sielanki swojsko-kontemplacyjnej całego
kilkuhektarowego (a nie tylko wydzielonej
działeczki wśród pól) gospodarstwa i tam
życia w bańce według swoich zasad. ■

Rafał Sutek

Medale św. Brata Alberta wręczone



Fot. Pełnomocnik Rządu ds. ON / Twitter

Podczas finału 21. edycji Ogólnopolskiego Festiwalu Twórczości Teatralno-Muzycznej Osób Niepełnosprawnych Albertiana w Krakowie już po raz 25. wręczono medale św. Brata Alberta za działanie na rzecz potrzebujących, osób z niepełnosprawnościami i bezdomnych.

Wanda Woź z Wołowa otrzymała medal św. Brata Alberta za przekazanie domu wraz z działkami na rzecz osób niepełnosprawnych. Jolanta Stokłosa za wieloletnią działalność charytatywną na rzecz osób niepełnosprawnych i chorych, a zwłaszcza za działania w Hospicjum św. Łazarza w Krakowie. Anna Piskorz z Kalisza – za przekazanie domu w Zawoi na rzecz osób niepełnosprawnych. Jacek Cygan – za działalność charytatywną na rzecz osób niepełnosprawnych oraz wspieranie Fundacji Anny Dymnej Mimo Wszystko. Dzieło Pomocy św. Ojca Pio – za wieloletnią działalność na rzecz osób bezdomnych, opuszczonych i potrzebujących pomocy.

Wydarzenie zorganizowane przez Fundację im. Brata Alberta i Fundację Anny Dymnej Mimo Wszystko objęte zostało patronatem Prezydenta RP Andrzeja Dudy. ■

MRIPS

Udogodnienia dla niesłyszących

W Urzędzie Miejskim w Płońsku dostępna jest usługa online wideo tłumacza, skierowana do osób niesłyszących, które chcą skorzystać z pomocy tłumacza języka migowego przy załatwianiu spraw urzędowych.

Osoba niedosłysząca musi mieć dostęp do Internetu i kamerę w swoim komputerze, telefonie lub tablecie. Wystarczy, że wejdzie na stronę internetową plonsk.pl i naciśnie na symbol dwóch dłoni w geście migania, wtedy połączy się z tłumaczem języka migowego. Z pomocy tłumacza języka migowego online można skorzystać również podczas wizyty w UM. Usługa dostępna jest w kancelarii urzędu na parterze budynku, wchodząc wejściem głównym. Stanowisko zostało oznaczone piktogramem dwóch dłoni w geście migania. Osoba, która chce skorzystać z wideo tłumacza nie musi umawiać się wcześniej, by skorzystać z usługi. Należy tylko poinformować pracownika kancelarii o potrzebie skorzystania z tej formy kontaktu. Można mieć przy sobie np. kartkę z napisem „Chciałbym skorzystać z wideo tłumacza”. Pracownik kancelarii urzędu nawiąże wtedy połączenie przez Internet z tłumaczem języka migowego i poprosi właściwego do załatwienia sprawy pracownika urzędu. ■

UM Płońsk / plonsk.pl



Fot. UM Płońsk

Rząd zapowiada krótsze kolejki do specjalistów

Od 1 lipca znosimy wszelkie limity przyjęć do specjalistów. Będziemy starali się również skracać kolejki do lekarzy – zapowiada premier Mateusz Morawiecki. Zniesienie limitów w dostępie do lekarzy specjalistów to jeden z pięciu punktów zapowiadanego przez ministra zdrowia Adama Niedzielskiego planu odbudowy zdrowia Polaków. Pozostałe rozwiązania obejmują Krajową Sieć Onkologiczną, Krajową Sieć Kardiologiczną, opiekę i rehabilitację pocovidową oraz program profilaktyki dla osób 40 plus.

Projekt w sprawie zniesienia limitów do specjalistów został skierowany do konsultacji publicznych. Zaproponowano w nim zmiany w rozporządzeniu ministra zdrowia, polegające na wyłączeniu z finansowania w formie ryczałtu systemu zabezpieczenia wszystkich świadczeń ambulatoryjnej opieki specjalistycznej i wybranych świadczeń udzielonych w ramach sieci kardiologicznej.

Zmiany te umożliwią wprowadzenie przez Narodowy Fundusz Zdrowia Nielimitowanego finansowania świadczeń wyłączonych z ryczałtu systemu zabezpieczenia. Zniesienie limitów u specjalistów jest także jednym z elementów Polskiego Ładu, czyli nowego programu społeczno-gospodarczego na okres pocovidowy. Według jego założeń w najbliższych sześciu latach wydatki na zdrowie mają się zwiększyć do 7 proc. PKB. W 2023 r. mają osiągnąć 6 proc. PKB. Nowe pieniądze mają zostać przeznaczone na inwestycje, cyfryzację, nowe kadry i nowoczesne terapie. Zwiększenie finansowania systemu ochrony zdrowia ma zmniejszyć kolejki, a cyfryzacja ułatwić dostęp do lekarza. ■

(PAP)

Więcej niepełnosprawnych w świecie filmowym



Fot. pixabay.com

Jak informuje portal „Variety” Paramount Pictures przyjęło wytyczne Ruderman Family Foundation, dotyczące castingów dla niepełnosprawnych aktorów do produkcji filmowych.

– Integracja osób niepełnosprawnych ma kluczowe znaczenie dla autentycznego zaangażowania w różnorodność w naszej branży i społeczności – zaznaczył w oświadczeniu cytowanym przez portal „Variety” prezes Paramount Pictures, Jim Gianopulos. Wspomniane studio filmowe zobowiązało się do zwiększenia liczby niepełnosprawnych aktorów i aktorek, którzy biorą udział w castingach do ról filmowych.

– Deklaracja Paramount otwiera drzwi do inkluzywnej obsady zarówno w filmach pełnometrażowych, jak i serialach telewizyjnych. Według organizacji społeczność osób niepełnosprawnych stanowi ponad 20 proc. populacji USA – czytamy w artykule „Variety”.

– Narastająca fala postępu i przełomowych zmian obejmuje rozrywkę, w której główne wytwórnie zobowiązują się do integracji i autentycznej reprezentacji nie tylko w słowie, ale także poprzez decyzje dotyczące obsady – powiedział dla „Variety” Jay Ruderman. – W miarę jak coraz więcej studiów filmowych przyjmie te wytyczne, niepełnosprawność będzie nadal odgrywać należną jej rolę jako część definicji różnorodności w Hollywood, a przemysł rozrywkowy będzie w stanie w pełni wykorzystać swój potencjał jako siłę napędową zmiany prospołecznej – dodał. ■

Źródło: Variety

Oprac. Red.

Wadowice znoszą bariery

Do lekarza, na rehabilitację, do urzędu, do pracy, na szkolenie, do teatru, domu kultury lub na basen. To tylko niektóre z miejsc, do których osoby mające problemy z poruszaniem bezpłatnie zawiozą pracownicy MOPS w Wadowicach.

9-osobowy bus marki Ford Transit Kombi dostosowany do potrzeb osób poruszających się na wózkach inwalidzkich oraz pod obsługę usługi transportowej ma służyć osobom starszym, z niepełnosprawnościami, słabowidzącym oraz wszystkim innym, które potrzebują wsparcia w zakresie mobilności. Chętni do skorzystania z usługi bezpłatnego transportu, mogą to zgłosić telefonicznie, osobiście lub mailowo do Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Wadowicach tel. 795 602 319, mail: doortodoor@wadowice.pl.

– Zapewniamy transport od poniedziałku do piątku w godzinach od 7:30 do 19:30, a w soboty i niedziele od 12:00 do 19:00 – czytamy na stronie internetowej miasta.

Więcej szczegółów proponowanej usługi transportowej zawartych jest w regulaminie zamieszczonym na stronie internetowej mops.wadowice.pl, zakładka door-to-door. ■

UM Wadowice



Fot. UM Wadowice

Kraków liderem w zakresie zdrowia i opieki

Kraków otrzymał tytuł „Lidera dobrych praktyk” w temacie zdrowia i opieki – to wyniki tegorocznego rankingu „Perły Samorządu”, organizowanego przez „Dziennik Gazetę Prawną”.

Kraków został doceniony za „wspieranie działalności i bezpieczeństwa mieszkańców dzięki zorganizowaniu testów na COVID-19 dla pracowników sezonowych z Ukrainy”. Tytuł jest szczególnym wyróżnieniem, przede wszystkim ze względu na wyzwania związane z pandemią, które stały przed miastem w minionym roku.

W grudniu 2020 r. została uruchomiona interaktywna platforma krakowpomaga.pl, skierowana do mieszkańców Krakowa, służąca niwelowaniu negatywnych skutków izolacji społecznej. Uruchomiono również specjalną linię bezpłatnych konsultacji psychologicznych. Do psychologa może zadzwonić każdy mieszkaniec Krakowa, który odczuwa pogorszenie swojego stanu psychicznego i ma potrzebę rozmowy ze specjalistą. ■

UM Kraków



PAWEŁ BOROWIECKI – 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.



Fot. pixabay.com

Wyjątkowi Ojcowie

23 czerwca jest świętem wszystkich ojców. Obchodzimy wtedy Dzień Ojca. Jak wygląda ojcostwo, w przypadku gdy dziecko dotknięte jest niepełnosprawnością? Jakie emocje przeżywają wówczas ojcowie i jakie czekają na nich wyzwania? W niniejszym artykule postaram się odpowiedzieć na te pytania.

Pojawienie się dziecka niepełnosprawnego w rodzinie jest sytuacją niezwykle trudną dla wszystkich jej członków. Rodzice przeżywają wtedy szereg bardzo silnych i trudnych emocji. Bardzo często drastycznym zmianom i zakłóceniom ulegają wszystkie plany i nadzieje związane z nowo narodzonym dzieckiem, a także wzajemne relacje w rodzinie. Niektórzy specjaliści twierdzą nawet, że w momencie narodzin dziecka niepełnosprawnego rodzice przechodzą swojego rodzaju żałobę, czyli „pożegnanie” wymarzonego zdrowego dziecka, na które oczekiwali.

Rodzina wychowująca dziecko niepełnosprawne może przeżywać dwa rodzaje kryzysów:

- kryzys egzystencjalny – związany z początkowym okresem życia dziecka w rodzinie,

- kryzys rzeczywistości – pojawiający się w trakcie podejmowania zadań i wysiłku związanego z opieką i wychowaniem dziecka niepełnosprawnego.

Rozwój przeżyć emocjonalnych rodziców dziecka niepełnosprawnego jest procesem dość często opisywanym w literaturze przez wielu specjalistów. Znacznie mniej uwagi poświęca się emocjom i przeżyciom samych ojców dzieci z niepełnosprawnościami. Często mają oni problem z ich wyrażaniem lub wyrażają je w zupełnie odmienny sposób niż kobiety. Być może z tego powodu krąży wiele krzywdzących stereotypów na temat ojców dzieci z niepełnosprawnością. Najczęstszym z nich jest pogląd, że większość z nich opuszcza rodziny krótko po otrzymaniu informacji o niepełnosprawności dziecka. Jest to oczywiście nieprawdziwe i bardzo stygmatyzujące uogólnienie. Ojcowie, dawniej uważani za nieobecnych, teraz coraz częściej biorą czynny udział w procesie wychowania dzieci z różnymi niepełnosprawnościami.

Współczesne badania psychologów pokazują, że ojcowie chcą spędzać czas ze swoimi niepełnosprawnymi dziećmi, towarzyszyć im w poznawaniu

i odkrywaniu świata oraz być obecnymi w różnych momentach ich życia. Rodzicielstwo jest jednym z największych i najtrudniejszych wyzwań, wobec których staje człowiek w ciągu swojego życia. Wiele badań wskazuje, że ojcowie dzieci z niepełnosprawnością cechują się większą depresyjnością, zaniżoną samooceną i wyższym poziomem troski o dziecko. Czują się także bardziej niekompetentni w roli ojca, wykazują większą potrzebę organizacji i rutyny oraz przejawiają mniejsze zadowolenie zarówno z dziecka, jak i całej rodziny. Dlatego potrzebują wsparcia społecznego, zarówno ze strony najbliższych, jak i specjalistów oraz stabilnych więzi uczuciowych w rodzinie, które umocnią ich w ich ojcowskiej roli.

Przystosowywanie się ojca do niepełnosprawności dziecka jest złożonym procesem. Składa się on zazwyczaj z następujących etapów:

- **wpadnięcie w pułapkę roli** (osaczenie) - po uzyskaniu informacji o tym, że dziecko urodzi się niepełnosprawne lub chore pojawia się szereg silnych i trudnych emocji. Na początku zwykle występuje szok, później smutek żal i rozpacz, ale również takie emocje jak poczucie bezradności, krzywdy, poczucie winy. Diagnoza niepełnosprawności u dziecka może zatem powodować poczucie wpadnięcia w pułapkę roli i poczucie osaczenia. Matki w takiej sytuacji bywają jeszcze bardziej skłupione na dziecku i opiece nad nim. Prowadzić to może do poświęcania mniejszej uwagi partnerowi. W związku z tym ojcowie mogą zacząć wycofywać się, czuć się niepotrzebni i niezauważeni. Jednocześnie mogą czuć się przytłoczeni odpowiedzialnością jaka na nich spadła. Niezwykle ważne jest wtedy umiejętne przekazanie diagnozy przez lekarza oraz jak najszybsza pomoc i wsparcie ze strony specjalistów, rodziny, bliskich osób. Bardzo ważną rolę odgrywa zaangażowanie ojca w opiekę nad dzieckiem. Kształtuje się wówczas więź między ojcem a synem lub córką. Pomocni w tym procesie mogą być psychologowie lub pedagodzy specjalni, którzy będą wspierać naprzemiennie rodziców

w opiece i wychowaniu dziecka z niepełnosprawnością.

- **oswajanie się z rolą** - rozpoczyna się od momentu uświadomienia sobie, że niepełnosprawność dziecka jest stanem względnie stałym i nieodwracalnym, a nie chorobą którą można całkowicie wyleczyć. Na tym etapie mężczyźni uczą się być tatą. Powoli przełamują lęk przed bezpośrednim kontaktem z dzieckiem i dotykaniem go. Poprzez aktywny udział w opiece nad dzieckiem i spędzanie z nim czasu w bliskim kontakcie stopniowo buduje się więź emocjonalna.

- **identyfikacja z rolą** - poprzez wspólne aktywności i spędzanie ze sobą czasu, więź emocjonalna ojca z dzieckiem staje się coraz silniejsza. Dzięki temu ojciec dostrzega postępy w rozwoju dziecka, angażuje się coraz bardziej i zdobywa coraz większe rodzicielskie doświadczenie. W przypadku gdy postępy w terapii i rehabilitacji dziecka są dość wolne, a efekty mało zauważalne, mogą pojawić się takie emocje jak: frustracja, zniecierpliwienie, bierność i rezygnacja. U niektórych ojców może jednak wywoływać to wzmożoną aktywność, mobilizację i chęć do działania. Dlatego na tym etapie również może być niezbędne wsparcie specjalistów, którzy pomogą w osiągnięciu wglądu we własne emocje i wypracowaniu skutecznych stylów radzenia sobie.

- **wdrukowanie roli** - ojciec zaczyna coraz pewniej czuć się w swojej roli rodzicielskiej. Sytuacje trudne są jednak często postrzegane przez niego jako zagrożenie, a nie szanse, co powoduje poczucie braku kontroli nad własnym życiem. Bardzo pozytywnie i wzmacniająco działa w takim przypadku dostrzeganie przez otoczenie wysiłków ojca i docenianie ich. Niezwykle cenna jest również wzajemna wymiana doświadczeń z innymi ojcami dzieci z niepełnosprawnością, możliwość uczestniczenia w grupach wsparcia, rozmowy z osobami znajdującymi się w podobnych sytuacjach. Pomocne bywa również czytanie książek i blogów pisanych przez rodziców dzieci z niepełnosprawnościami, w których

opisują swoje przeżycia, emocje, sposoby radzenia sobie w życiu codziennym. Na uwagę zasługuje np. książka autorstwa Borisa Vujicica pt. „Niedoskonały – niezwykły mój syn!”. Boris jest ojcem Nicka Vujicica – znanego na całym świecie podróżnika i mówcy motywacyjnego, który urodził się bez rąk i nóg.

- **wrastanie w rolę** - rola ojca zaczyna być naturalnym i nieodłącznym elementem życia – mężczyzna wrasta w nią. Ma poczucie naturalności swojego zachowania i nie traktuje swojej sytuacji jako stygmatu i tragedii. Rola ta staje się elementem jego obrazu siebie, nie wpływa na obniżenie samooceny ojca, a dziecko jest ważnym elementem w sferze życia zarówno społecznego, jak i psychicznego.

- **autonomizacja roli** - mężczyzna traktuje rolę ojca jako wartość, a bycie w niej przynosi mu satysfakcję. Dostrzega, że bycie ojcem dziecka z niepełnosprawnością wzbogaca jego doświadczenie życiowe. W pełni przystosowuje się do sytuacji i akceptuje swoje niepełnosprawne dziecko takim, jakie jest.

Na każdym etapie kluczowe jest docenianie, zarówno przez osoby bliskie, jak i przez profesjonalistów, działań podejmowanych przez ojca w pełnieniu swojej roli.

W świetle dotychczasowych badań na temat życia rodzin z dzieckiem niepełnosprawnym, optymistyczne wydaje się to, iż niektórzy autorzy wskazują na to, że ojcowie dzieci niepełnosprawnych, potrafią lepiej niż rodzice dzieci zdrowych radzić sobie z rozwiązywaniem problemów, sytuacji konfliktowych. Być może wiąże się to z faktem, iż rodziny te muszą na co dzień radzić sobie z bardzo trudną, niekiedy wręcz kryzysową sytuacją, i to uczy ich członków umiejętności radzenia sobie z wieloma drobniejszymi kłopotami. Niepełnosprawność dziecka staje się dla nich zatem źródłem motywacji do działania, uruchamia mechanizmy radzenia sobie ze stresem i problemami życia codziennego. W pewien sposób uodparnia ojców i czyni ich silniejszymi. ■

O edukacji w czasie pandemii

Edukacja w trakcie pandemii bardzo się zmieniła, a zmiany te wpłynęły na uczniów, rodziców i nauczycieli. O koronawirusie, który nie ominął Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 w Elblągu, metodach pracy z uczniami, planach na przyszłość, lękach, obawach i nadziejach w rozmowie z dyrektorem wspomnianej placówki, Leszkiem Iwańczukiem.

MATEUSZ MISZTAŁ

Nie mogę nie zacząć od kwestii epidemii. Ona pozmieniała każdą sferę życia społecznego. Co zmieniła w waszej placówce? Jakie zasady zostały wprowadzone na początku minionego już roku szkolnego?

Pewnie można by dużo mówić. Zresztą jesteśmy świadkami informacji, które padają z różnych publikatorów na temat epidemii, tego że nas zaskoczyła, że nie do końca albo prawie wcale nie byliśmy na nią przygotowani. Pomieszała nam szyki, była ogromnym zaskoczeniem. Muszę powiedzieć, że sam fakt tego, co obserwowaliśmy napawał strachem. 16 marca (2020 roku – red.), bo taką datę przyjmujemy, kiedy było 130 osób zarażonych tym nie do końca zidentyfikowanym wirusem, ta atmosfera strachu, niepewności i zagrożenia ona również nas dotknęła. Nie byliśmy na to przygotowani głównie od strony logistycznej, bo o ile kwalifikacje, kompetencje nauczycieli są na najwyższym poziomie, o tyle sposób realizowania chociażby podstawy programowej, zadań wynikających z rehabilitacji, rewalidacji, wychowania, edukacji był utrudniony. I przyznać muszę, że wiele rzeczy, które dziś funkcjonuje, było wdrażanie metodą prób i błędów. Pierwsza rzecz, która powtarza się w takich okolicznościach, to fakt, że zwyczajnie sprzętowo nie byliśmy przygotowani. Co prawda placówka od wielu lat jest w szerokim paśmie internetowym, natomiast mam w swojej radzie pedagogicznej 100 nauczycieli. Osadzenie nauczycieli w szkole na tamten czas było wręcz niemożliwe. Nie dysponowałem sprzętem na taką skalę. Kiedy rozpoczął się czas nauki zdalnej, w dużej mierze nauczyciele



Fot. Mateusz Miształ

korzystali z własnych zasobów sprzętowych. Nie będę się rozwodził nad skutecznością albo jakością pracy na odległość, bo to jest temat, na który chyba każdy człowiek ma swój własny pogląd. Możemy mówić o efektach lub ich braku, ale ja chcę zwrócić uwagę na to, o czym mówiłem w pierwszym swoim zdaniu, że realizacja nauki zdalnej może się odbywać przy posiadaniu dobrej klasy sprzętu i tego sprzętu w takim wymiarze w jakim był oczekiwany, jakie były potrzeby, nie było w szkole – to jest jedna rzecz. Druga rzecz – to są identyczne albo jeszcze większe braki w posiadaniu tego sprzętu wśród dzieci, ich rodziców oraz opiekunów. W jaki sposób sobie radziliśmy? Tak jak powiedziałem, nauczyciele z dużym oddaniem korzystali ze swojego sprzętu, natomiast dzieci, które albo w ogóle nie dysponowały faktycznym sprzętem albo był on nieadekwatny do potrzeb, wspieraliśmy w różny sposób. Udostępniałem tablety, które są w posiadaniu szkoły,

ale również umawialiśmy się z rodzicami na papierową treść zadań i rodzice czy to opiekunowie o określonych godzinach oraz określonych dniach odbierali te treści, a następnie efekty pracy swoich dzieci przynosili do szkoły, co wcale nie znaczy, że nie podjęliśmy stosownych działań, które miały na celu poprawę tej sytuacji. Ogromną trudnością, z którą do dziś żyjemy, jest to, że nie wiemy, kiedy to się skończy, więc te działania musiały być w miarę kompleksowe. Dzięki różnym projektom i darowiznom udało nam się wyposażyć szkołę i każdego nauczyciela w taki sposób, że jego stanowisko pracy było zapatrzone w Internet i komputer, a przy okazji dokonaliśmy zakupu innych nowych sprzętów jak na przykład tablic multimedialnych, tabletów. Bodajże w październiku, dzięki pomocy organu prowadzącego, czyli prezydenta miasta rozpoczęliśmy wdrażanie platformy edukacyjnej jaką jest Librus i ta forma, pozwoliła nam na dotarcie do niemal

wszystkich dzieci. Muszę powiedzieć, że było przedmiotem badań organów sprawujących nadzór pedagogiczny, nadzór w ogóle nad szkołami, ustalenie liczby dzieci, które wypadły z systemu. Dzięki naszym staraniom, czasem to były wyjazdy wychowawców, wyjazdy psychologa, pedagogów do domów rodzinnych, tak naprawdę żadne dziecko nie wypadło nam z tego systemu nauki. Oczywiście z różnymi efektami, z różnymi wynikami i tak dalej, natomiast nie było tak, żeby przez to sito ktoś nam przeszedł niezauważony. Na dziś sytuacja wygląda tak, że ten wirus, jego aktywność, się skończyła, ale jesteśmy przygotowani na pracę zdalną. Tak jak powiedziałem, nauczyciele od nowego roku szkolnego realizują swoje zadania, mają wyposażone stanowiska pracy, to jest taka forma, która myślę satysfakcjonuje wszystkie strony. Muszę dodać, że o ile szkoły dzieci w normie otrzymywały jasne komunikaty chociażby ze strony Ministerstwa Edukacji i Nauki, czy ze strony kuratora oświaty, o tyle dyrektorzy placówek specjalnych – co z jednej strony było ułatwieniem – mieli dowolność i na podstawie bieżącej diagnozy i sytuacji, sami decydowali o tym czy szkoła ma być zamknięta i nauka ma być zdalna czy też prowadzimy zajęcia stacjonarne. Wydawać by się mogło, że taka możliwość leżąca po stronie dyrektora placówki specjalnej jest pewną furtką, dającą wiele suwerenności. Jako dyrektor jestem na stanowisku 12 lat i to był jeden z najtrudniejszych, jeżeli nie najtrudniejszy rok, ponieważ na własnej skórze w sposób namacalny przekonałem się, co znaczy być odpowiedzialnym za drugiego człowieka, za ucznia, ale również za rodzica, za pracownika, za nauczyciela. Powołałem sztab kryzysowy w osobach wicedyrektorów i innych osób, które piastowały i piastują stanowiska kierownicze. Myśmy pracowali codziennie stacjonarnie, słuchaliśmy i dokonywaliśmy codziennej – podkreślam – codziennej diagnozy w zakresie ilości ewentualnych zakażeń i osób, które pozostają na kwarantannie. Dotyczyło to zarówno uczniów jak i pracowników.

Tak jak pan wspominał, wirus dotarł też do tej szkoły. Część kadry była na kwarantannie lub w izolacji. Jak działaliście w tym czasie?

To był codzienny, bieżący monitoring, nie wyłączając sobót i niedziel. Myśmy się również w szkole spotykali i wynikało to z faktu ogromnej troski o zdrowie, ale również o życie drugiego człowieka. Zakażeń było wiele. Na zespół 100 nauczycieli i 30 pracowników administracji i obsługi to było do kilkunastu osób, które albo przebywały na kwarantannie, czyli istniało niebezpieczeństwo zarażenia albo wręcz były to osoby z wynikiem pozytywnym. Nieobecność czy przebywanie na zwolnieniu lekarskim z tego tytułu tyłu osób dodatkowo utrudniało pracę. W pewnym momencie była taka sytuacja, która groziła kompletną dezorganizacją pracy, bo można pod nieobecność jednej, dwóch czy pięciu osób wyznaczać zastępstwa, natomiast kiedy nie mam na pokładzie szkoły dwudziestu osób, sprawa zaczyna się komplikować. W tej sprawie nawet jeździłem do prezydenta miasta, prosząc o wskazówki i nie ukrywam, że były jedna lub dwie takie krytyczne sytuacje, kiedy nosiłem się z zamknięciem szkoły. Przez cały ten okres, dochodziło również do zarażeń dzieci. Więc gdybyśmy przeanalizowali ten czas, to bywały momenty, kiedy tę pracę trzeba było, dosłownie z dnia na dzień przeorganizować. Przechodziliśmy z systemu pracy ze zdalnego na stacjonarny albo odwrotnie i to były takie działania doraźne, ale absolutnie nawet jeżeli były niewygodne, miały na celu tylko wyłącznie bezpieczeństwo, zdrowie i życie zarówno pracownika jak i uczniów.

Ten rok był też trudny dla uczniów. Jak dzieci reagowały na nowe zasady i na te wszystkie zmiany?

Wszyscy wiemy jakie dzieci są uczniami tej szkoły. Wszystkie, czyli około 200 dzieci, to są dzieci z orzeczeniami o potrzebie kształcenia specjalnego ze względu na upośledzenie umysłowe. Ta wrażliwość dziecięca była narażona

na ogromny szwank i dzieci przynajmniej w dwójnasób negatywnie reagowały na brak takich codziennych relacji szkolnych, na widzenie się z panią przy tablicy, z panem wychowawcą, wychowawczynią. To się przekładało na pewne frustracje i takich sygnałów miałem od rodziców i opiekunów mnóstwo, że tak naprawdę taka sytuacja powodowała ogromne działania takie motywacyjne ze strony rodziców i opiekunów na własne dzieci, żeby one kontynuowały czy też wręcz podjęły naukę zdalną. To była też niekomfortowa sytuacja dla rodziców wielu dzieci. 25 czerwca na zakończeniu roku szkolnego w sposób wyjątkowy dziękowałem rodzicom i opiekunom za współpracę ze szkołą, nauczycielami. Specjalnie dla rodziców i naszych uczniów uruchomiłmy infolinię, przy której byli psycholog, pedagogi, którym też serdecznie dziękowałem za ogromny trud, ogromny wkład pracy, ale również za takie bieżące rozmowy telefoniczne z wychowawcami, z nauczycielami. Proszę sobie wyobrazić sytuację, kiedy dwoje rodziców pracuje w domu a trójka dzieci musi korzystać z jednego komputera, który do najlepszych nie należy. Tutaj należy się ogromny szacunek dla rodziców i opiekunów jak również nauczycieli za to, że często na zasadzie kompromisu, radzili sobie z tą naprawdę trudną sytuacją.

We wrześniu 2020 roku, podczas rozpoczęcia roku szkolnego, mówił pan, że będzie to trudny rok szkolny. Spodziewał się pan, że będzie on aż tak trudny?

Myślę, że nie będę odkrywcy. Ja to zdanie, tą uwagę, wyraziłem na podstawie doświadczenia, które wynikało z czasu od 16 marca do końca czerwca 2020 roku. I przyznaję, i podkreślam po raz kolejny, że mój strach i obawa skłoniły mnie do tego typu wypowiedzi. Natomiast nie miałem pojęcia, że pandemia będzie trwała, że ona będzie w dalszym ciągu nam tak dokuczać. Wielokrotnie naprawdę bardzo szczerze zastanawiałem się czy my w dalszym ciągu będziemy sobie w stanie – pomimo tych nowych technologii, pomimo wsparcia, bo otrzymywaliśmy go wiele

i, czy to od urzędu miejskiego, czy kuratorium oświaty – poradzić i chyba nikt nie był do końca pewny jutra. Te kolejki, które były już w dużych sklepach, dystans społeczny, zakupy takie na zaś, przekładały się te sytuacje na sytuację szkolną. W momentach tych tygodni, kiedy dzieci były obecne stacjonarnie, ja wielokrotnie rozmawiałem z dziećmi, z uczniami, opiekunami, rodzicami i w nich również ten niepokój, że nie wiemy co będzie jutro, stanowił taki dominujący element. Myślę jednak, że w wyniku tych działań, o których powiedziałem, jesteśmy co prawda przygotowani na różne warianty, niemniej jednak strach zostaje, zostaje obawa, zostaje niepewność.

W czasie trwającej epidemii nie udało się rozegrać turnieju piłkarskiego na rzecz SOSW nr 1 „Gramy dla Jedyńki”. Ta impreza wróci? Może dobrą opcją jest przeniesienie jej na świeże powietrze?

Turniej charytatywny rozgrywek w piłkę nożną to było ogromne przedsięwzięcie, wymagające zaangażowania dziesiątek ludzi. Tak naprawdę nie było nauczyciela, który nie byłby jakoś zaangażowany w jego organizację, ale nie tylko nauczyciele, również pracownicy administracji i obsługi, oraz rodzice. Przypomnę, że w ostatnim turnieju brało udział 18 drużyn. Tak naprawdę nie było grupy społecznej, która by nie kopała piłki ze Specjalnym Ośrodkiem Szkolno-Wychowawczym nr 1. To jedna z większych, jeśli nie największa impreza, ale też ominęło nas szereg innych mniejszych, nie mniej ważnych. Tego nam brakuje. Cieszymy się, że od pewnego czasu korzystamy znów z boiska, gdzie można grać w piłkę, biegać, relaksować się. Pomysł z powrotem turnieju jest absolutnie żywotnym, ja z niego nie będę rezygnował, bo to zbyt fajna sprawa, nie tylko dla uczniów naszej szkoły, ale i społeczności naszego miasta. Jesteśmy w kontakcie z Telewizją Polską, panem Rafałem Patyrą, który jest takim prowodyrem tego zespołu, i to dzięki niemu się to odbywa. W sytuacji, kiedy będzie możliwe wznowienie tego turnieju, wrócimy do niego i nie wykluczam tej

sytuacji, o której pan mówi, że być może przy sprzyjających warunkach pogodowych odbędzie się to na jednym z boisk. Nie wyobrażam sobie, żebyśmy nie wrócili do tego typu plenerowych dużych imprez. Oczywiście, one mają swój cel, poza wymiarem takim zbiórkowym – który jest dla nas ważny, bo dzięki takim turniejom pozyskujemy środki na nasze potrzeby – zwracam uwagę na ich charakter integracyjny. Pokazujemy całej społeczności Elbląga, że owszem jesteśmy placówką specjalną, bez względu na to, co niesie i jakie konotacje niesie ten wyraz, ale jesteśmy w stanie skupić wokół siebie społeczność naszego miasta na czymś co jest fajne, co dociera tak naprawdę do widzów w całym kraju. Przypomnę, że takie relacje na żywo były prowadzone przez dziennikarzy TVP 3 Olsztyn również w „Teleexpresie”. Jest to bardzo dobra i potrzebna impreza, która przecież odbywa się z udziałem naszych uczniów, z udziałem służb mundurowych, wielu innych służb i tych lokalnych społeczności. Nie wyobrażam sobie, żeby do tego nie wrócić. Niech ten wirus się wreszcie skończy.

Placówka, której jest pan dyrektorem jest duża. Uczęszczają tu dzieci w różnym wieku i z różnym stopniem niepełnosprawności. Najważniejsze jest indywidualne podejście do ucznia? To ono jest gwarantem sukcesu?

Zacznę od tego, że faktycznie w tej terminologii kształcenia specjalnego mamy uczniów posiadających orzeczenia o potrzebie kształcenia specjalnego, ze względu na upośledzenie, od lekkiego, poprzez umiarkowane, znaczne, jak również głębokie. Zajmujemy się też pensjonariuszami Domu Pomocy Społecznej przy ul. Kasprzaka 10, prowadzonego przez siostry Jadwiżanki. Ustawodawca zapewnił w ramach obowiązujących norm prawnych liczbowo klasy czy też zespoły edukacyjno-terapeutyczne. W zależności od rodzaju dysfunkcji te klasy mogą liczyć również dwóch uczniów, maksymalnie szesnastu. Tutaj mamy już więc pewien obraz tego, jakiego rodzaju praca ma być realizowana, żeby przynosiła ona oczeki-

wane efekty. Druga przesłanka, o której warto powiedzieć, polega na tym, że pojęcie sukcesu u nas jest ambiwalentne. To niekoniecznie musi być mistrzostwo świata czy też mistrzostwo województwa, aczkolwiek i takie sukcesy posiadamy. Tutaj dodać muszę, że w ostatnich latach sinusoida upośledzeń głębszych idzie do góry i o sukces jest trudniej, tym bardziej jest on jednak wartościowy. Nie wyobrażam sobie, żeby mając przed sobą osoby, dzieci, młodzież, którym na starcie trochę mniej wyszło życiu, nie pracować z nimi indywidualnie. Indywidualne podejście do ucznia może być gwarancją udanego procesu edukacyjnego, wychowawczego, rewalidacyjnego i opiekuńczego. Prowadzimy każde dziecko bardzo indywidualnie, a ten indywidualizm realizowany jest poprzez pomoc psychologiczno-pedagogiczną, zespoły nauczycielskie, przedmiotowe, wychowawcze, poprzez indywidualne programy edukacyjno-terapeutyczne, tak zwane IPETy, które w stosownym czasie podlegają ewaluacji. Są z nich wyciągane wnioski do pracy na przyszłość. Tam, gdzie trzeba dokonać korekty, opracowujemy takie plany korekcyjne. Do tej indywidualizacji, dodałbym coś bez czego praca w szkole specjalnej nie miałaby najmniejszego sensu, mianowicie - bardzo ścisłą współpracę z rodzicami. Muszę powiedzieć, że przez 12 lat opuściłem tylko jedno spotkanie z radą rodziców. To są wspaniali ludzie, którzy najbardziej znają swoje dzieci. To oni powierzają nam to, co dla nich jest najbardziej kochane, z wiarą, że praca, którą tutaj wykonujemy, przyniesie pożądaną efekt i bez ich udziału nie byłoby w ogóle mowy o prawidłowym prowadzeniu poszczególnych dzieci. Mam prawo do tego, żeby po ponad 10-letniej obserwacji, współpracy z rodzicami, twierdzić, że ich zaangażowanie (rodziców i opiekunów – red.) jest nie do przecenienia. To są różnego rodzaju aktywności związane z bieżącym życiem szkoły, dniami, kiedy tych rodziców jest naprawdę dużo. Przychodzą, pieką ciasta, biegają, śpiewają. To jest ta praca, której na co dzień nie dostrzegamy, ta praca, nad którą przechodzimy tak łatwo do porząd-

ku dziennego. W moim przekonaniu obecność rodzica, jego otwartość, jego zdolność również do kompromisu daje nam podstawę do tego, żeby wspólnie wypracowywać takie metody i formy działań, które mają na celu tylko i wyłącznie szeroko pojęte dobro dziecka począwszy od tego edukacyjnego poprzez opiekuńcze, wychowawcze, skończywszy na rehabilitacyjnym i rewalidacyjnym.

W szkole bariery od pewnego czasu łamię rugby. Byłem na jednym z treningów, gdy ta inicjatywa się rodziła. Dziś jest to już zespół który zrobił kilka kolejnych kroków wprzód. Jaką lekcję z tych zajęć mają wynieść uczniowie?

Zajęcia sportowe, zajęcia rekreacyjno-sportowe w życiu naszej placówki są istotne. Przypominam, że w szkole od wielu lat funkcjonuje sekcja olimpiad specjalnych pod nazwą „Rekord”, gdzie uczniowie uczestniczą w wielu rozgrywkach, w różnych dyscyplinach sportu na szczeblu, miejskim, wojewódzkim, również ogólnopolskim i osiągają wysokie lokaty, łącznie ze złotymi medalami. Jeśli chodzi o sport, to na pewno kilka sekcji, które funkcjonują w naszym ośrodku zasługuje na uwagę. Jest to siatkówka, piłka nożna, boccia, ale również basen, oraz biegi przełajowe. Od lat jesteśmy organizatorem biegów przełajowych olimpiad specjalnych w skali wojewódzkiej, a dzieje się to na przykład w Bażantarni. Gościliśmy około 20 zespołów z całego województwa. Był taki czas, że z dwóch, trzech województw, bo też było pomorskie, była grupa z Gdańska. Dzieci jeżdżą na koniach (zajęcia z hipoterapii – od red.), mają kontakt z psem (dogoterapia - od red.). Od dwóch lat na terenie placówki funkcjonują też zajęcia felinoterapii, czyli zajęć z kotem. Mając na uwadze takie szerokie spektrum, nie widziałem powodu, nie widziałem przeciwwskazań, żeby nie umożliwić realizacji czegoś nowego. Z inicjatywą wyszedł Polski Związek Rugby w porozumieniu z Warmińsko-Mazurskim Związkiem Rugby, żeby znaleźć taką szkołę w kraju, która realizowałaby zajęcia siedmioosobowego rugby. Przyznam szczerze, że nie wiem



Fot. Mateusz Misztal

jakim sposobem, ale udało nam się być realizatorem w chwili obecnej również zajęć z rugby, jako pionierzy w kraju. Jesteśmy jedyną szkołą, która prowadzi tego typu zajęcia. Dzięki aktywności trenerów, ale również rodziców i opiekunów wzięliśmy udział w Olsztynie w poważnym turnieju, gdzie była obecna reprezentacja Polski w rugby. Mało tego, panie trenerki zostały nagrodzone za swoją aktywność przez Warmińsko-Mazurski Związek Rugby. Otrzymały dyplomy, a w ostatnim czasie prezydent Elbląga również je nagroził. Dlaczego mówię tak szeroko o tych zajęciach sportowo-rekreacyjnych, o zajęciach, które głównie odbywają się na sali, ale i na świeżym powietrzu? Nie wyobrażam sobie, żeby w działalności Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 w Elblągu ta sfera aktywności była zaniedbana. Muszę powiedzieć, że ona jest na równi z polskim i matematyką. Pyta pan o zamierzone cele, efekty. Pozwolę sobie powiedzieć, że zarówno rugby jak i poprzednie aktywności sportowe, to jest możliwość bycia z drugim człowiekiem na co dzień, doświadczania takich bezpośrednich interpersonalnych relacji. Nawiązały się znajomości, przyjaźnie. Kolejną sprawą jest wykorzystanie czasu wolnego, takiego aktywnego, które odrywa dziecko od ekranu komputera, od telewizora, od tego typu statycznych form, pozwala

to na utrzymywanie zdrowia, i co ważne - tworzy się wspólnota. Uczestniczymy w szeregu takich inicjatywach, które mają miejsce nie tylko na terenie Elbląga, ale także daleko poza jego granicami, w zawodach sportowych po to, żeby ten półtoraroczny czas pandemii rekompensować, żeby dzieci miały kontakt z kolegą, koleżanką, z osobą dorosłą, żeby uczyły się czegoś nowego i bez wątplenia tak trzeba traktować sport. Ta aktywność sportowa, w tym również rugby, mają przynosić dzieciom radość, mają być okazją do przeżywania sukcesu, bo w przypadku naszych dzieci o ten sukces jest trochę trudniej. Chodzi głównie o radość, o te relacje, które gdzieś tam zostały zaniedbane przez ostatnie miesiące, nie z naszej winy.

Sport, zwłaszcza drużynowy uczy dzieci współpracy?

Tak, a nawet powiedziałbym, w wielu przypadkach empatii. Nie takiego złe rozumianego współczucia, ale umiejętności pomagania sobie, bo współpraca to również pomaganie sobie. Jest ktoś mocniejszy, silniejszy, jest ktoś słabszy, więc ten wymiar pomocowy jest jak najbardziej istotny.

Jakie wyzwania w najbliższym czasie stoją przed panem i przed SOSW nr 1?

Zawsze z tyłu głowy pozostaje pan-

demia i ten niepokój, o którym wielokrotnie w czasie naszej rozmowy wspominałem. Mam nadzieję, że mimo nawet dzisiaj takich niepokojących zapowiedzi o trudnej jesieni, która nas czeka, uporamy się z tym problemem i myślę tutaj o skali nie tylko globalnej, krajowej ale przede wszystkim, tej dotyczącej naszej szkoły. Druga rzecz, jeśli chodzi o ewentualne plany, to zachowanie tego, co do tej pory było dobre. Jesteśmy po szeregu rad pedagogicznych podczas których podsumowujemy dotychczasową działalność, aktywność. Nie ukrywam, że dochodzi wielokrotnie do dyskusji i to dobrze, bo rozmowa jest taką płaszczyzną, podczas której wypracować sobie można i powiedzieć, o tym co nas boli, ale również o tym, co jest dobre, i co należy kontynuować. Bez wątplenia chcemy kontynuować rzeczy dobre. Rzeczy dobre, to jest edukacja na jak najwyższym poziomie, szeroka oferta edukacyjna, utrzymanie kierunków kształcenia, które na poziomie na przykład branżowej szkoły pierwszego stopnia już w sposób pełny przygotowują absolwenta do tego, by uczestniczył w życiu społecznym jako osoba dorosła. Wielką troską moją jest to, aby absolwenci branżowej szkoły pierwszego stopnia otrzymali zatrudnienie. Dokładamy w porozumieniu z zakładami pracy wiele wysiłku, żeby oni takie zatrudnienie otrzymali, żeby nie czuli się obciążeni jakąś pomocą społeczną, to jest jednak skaza taka, która w jakiś sposób deprymuje, wchodzącego w dorosłe życie absolwenta naszej szkoły. Więc naprawdę, gdzie tylko się da, również osobiście, czynimy szereg takich działań, które na ogół kończą się zatrudnieniem naszych absolwentów. Dla mnie i dla nich, dla ich rodziców i opiekunów to jest ogromny sukces, kiedy mogą iść do pracy otrzymywać wynagrodzenie, które pozwoli im na utrzymanie. Znam takie przypadki naszych absolwentów, którzy nie tylko pracując utrzymują siebie, ale również pomagają swoim bliskim, bo i takie sytuacje są. Organizacyjnie tak naprawdę nic się nie zmienia. Jesteśmy szkołą, która proponuje punkt przedszkolny dla dzieci małych, poprzez

szkołę podstawową, klasy przysposabiające do pracy i branżową szkołę pierwszego stopnia. Jak powiedziałem, zajęcia rewalidacyjne realizujemy w domu sióstr Jadwiżanek przy ul. Kasprzaka 10. Mamy internat, gdzie dzieci spoza Elbląga mogą przebywać od poniedziałku do piątku bez konieczności dojazdu i tutaj uczestniczyć w zajęciach w szkole. Internat jest niedaleko, więc myślę, że to jest dosyć komfortowa sytuacja dla uczniów i dla ich rodziców. Plany? Cała masa. Logistycznie myślę, mając na uwadze to niebezpieczeństwo kontynuacji pandemii, jesteśmy przygotowani na rozwiązania, które powinny być zastosowane w sytuacji nauki zdalnej. Ważną rzeczą jest, ażeby to, co przynosi nowa technologia, było również udziałem Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1. Mam takie poczucie, że dzięki zaangażowaniu wszystkich nauczycieli, nie mamy się czego wstydzić. Jeśli chodzi o wyposażenie, są naprawdę wysokiej klasy projektory, tablice multimedialne, komputery, które służą bieżącej pracy z uczniem z niepełnosprawnością. Jest szereg takich niszowych sprzętów, których inne szkoły nie posiadają, a więc zestaw do terapii ręki, biofeedback, sala do integracji sensorycznej, bardzo porządnie wyposażona sala gimnastyki korekcyjnej, wysokiej klasy sprzęt w ostatnim czasie doposażony dzięki fundacji Telewizji Polskiej. Ale chciałoby się więcej, chciałoby się, żeby chociażby od strony takiej gospodarczej pochylić się nad ewentualnym parkingiem, bo mamy taki niezadbany plac. Będziemy kończyć i w dalszym ciągu ulepszać to miejsce na terenie zielonym, to miejsce, które jest placem integracji sensorycznej na zewnątrz, na świeżym powietrzu. W najbliższym czasie będziemy grodzić ten plac i szukać sposobów, żeby było odpowiednie podłoże. Problemem staje się zatrudnianie specjalistów i to jest duże wyzwanie kadrowe dla dyrektora. Nie chcę mówić o przyczynach, bo one są powszechnie znane, natomiast jako pracownik tej placówki, którego staż pracy z końcem sierpnia wyniesie 25 lat, mogę powie-

dzieć, że to jest miejsce do pracy dla nauczycieli, ale to jest miejsce dla nauczycieli wyjątkowych i nie chodzi tylko o kwalifikacje, ale również kompetencje. Nie chodzi tutaj tylko o porządnie zrobiony wykład, prezentację, ale również o ogromne zrozumienie tych potrzeb, które wynikają z deficytów uczniów, chodzi o takie osoby, które pokażą młodzieży, dzieciom piękno świata. Bardzo trudno zaakceptować sytuację, zresztą się z nią spotykamy, że jesteśmy mniej wartościowi. Uważam, że SOSW nr 1 to jest miejsce, które nazwać mogę normalną szkołą, w której pracują i uczą się wyjątkowi ludzie, wyjątkowo wrażliwi, którzy nie szczerzą swojego czasu, często kosztem własnego życia prywatnego, po to, żeby naszym podopiecznym żyło się lepiej, i żeby byli jak najlepiej przygotowani do dorosłego życia. To jest ta naczelna zasada naszego ośrodka. Jest taki zapis, który mówi, że kształcimy po to, żeby ten ktoś, kto opuszcza mury tej szkoły był pełnoprawnym obywatelem, żeby sobie w życiu na miarę swoich potrzeb dobrze radził. To jest nasze zadanie. Taka jest przyszłość, którą widzę. Jestem realistą, i o wielu rzeczach nie mówię, one się pojawiają w ciągu roku, czy w ciągu lat. Nie ukrywam, że mamy wielu przyjaciół, myślę tutaj o szeregu instytucji, które nas wspierają i to wspierają różnie, nie tylko materialnie, są również osoby prywatne, które ułatwiają nam życie, które nam pomagają. Za chwilę się spotykamy też w celach czysto gospodarczych, nosimy się z odmalowaniem całej szkoły. Odbędzie się to bez żadnej firmy, bez nikogo, tylko dzięki uprzejmości osób prywatnych, ale również moich pracowników. Wstępna informacja poszła, więc szkoła pewnie będzie odmalowana. Bez wątplenia będziemy uczestniczyć w pewnych projektach, które pozwalają nam pozyskać rzeczy, których sami z siebie nigdy byśmy nie pozyskali. Dodam, że na pewno będziemy kontynuować doskonalenie nauczycieli. Muszę powiedzieć, że ostatnie lata to uczestnictwo w wielu projektach. Zjeździliśmy z nauczycielami pół Europy, ucząc się wzajemnie, ubogacając. I to będziemy

dalej kontynuować. Nasza rozmowa ma charakter również pewnego podsumowania, ale też pewnego okienka na przyszłość. Więc jak każde podsumowanie, wymaga podziękowań i robię to z ogromną przyjemnością. Dziękuję tym wszystkim, którzy wspierali nas w tym trudnym okresie, mijającego 1,5 roku w różnej formie, a to ktoś przyniósł sto maseczek, a to ktoś odstąpił nam płyn do dezynfekcji, ale było to również dobre słowo jednego, drugiego czy dziesiątego rodzica, opiekuna i szeregu instytucji. Miałem ogromne wsparcie ze strony prezydenta miasta, jeśli chodzi o zaopatrzenie, takie bieżące sprawy, miałem ogromne wsparcie ze strony kuratorium oświaty i jego pracowników, jeśli chodzi o taką doraźną pomoc w zakresie doradztwa. Nie sposób też nie odnieść się do waszej redakcji. Chciałbym, żeby to też głośno wybrzmiało, ponieważ traktuję państwa obecność na naszych spotkaniach, uroczystościach, jako takie „okienko na świat”. Za to serdecznie dziękuję i panu jako osobie, która bezpośrednio odpowiada za kontakt z nami, ale i całej redakcji na czele z panem redaktorem naczelnym, bo od początku, kiedy rozpocząłem tu pracę 25 lat temu, a na pewno od początku, kiedy objąłem stanowisko dyrektora uznałem, że o sprawach osób niepełnosprawnych należy mówić. Mówić językiem, który jest bezpośredni, mówić językiem w duchu integracji, kreować taką aktywność, która pokaże, że uczniowie tej szkoły, że ta szkoła, jest pełnoprawnym miejscem, instytucją, płaszczyzną, partnerem w skali miasta. Mówiliśmy o dużych przedsięwzięciach, których byliśmy realizatorami, ja przypomnę o festynie „Zobacz uśmiech”, który też nam przypadł, o festynie, który ośrodek dedykował wszystkim dzieciom z elbląskich przedszkoli oraz dzieciom z klas 1-3 wszystkich szkół podstawowych. Teren zielony był pełen, była muzyka, śpiew, radość. I wszystkim jeszcze raz przy tej okazji za taki fajny stosunek do nas, taką partnerską relację chciałam serdecznie podziękować. ■

Trójmiejskie plaże bez barier

WGdyńni jest wiele pięknych i piaszczystych plaż. A co najważniejsze, są one dostosowane do potrzeb osób o różnym stopniu czy rodzaju niepełnosprawności, a także rodziców z małymi dziećmi. Od czerwca w pełni dostępna plaża funkcjonuje również w Gdańsku Brzeźnie.



Fot. Grzegorz Mehring

Gdyńskie plaże mają służyć każdemu. W tym celu przygotowano między innymi odpowiednią infrastrukturę i szkoli się ratowników. Spośród gdyńskich plaż dla osób z niepełnosprawnością najlepiej przystosowane są dwie: ta w Śródmieściu oraz Orłowie. Gdynia Śródmieście (GDY 6, GDY 7) to plaża oraz kąpielisko strzeżone dla osób z niepełnosprawnością ruchową. Znajdują się tu dwie drewnie kładki oraz wózek kąpielowy, czyli amfibia. Pierwsza kładka umożliwia swobodne dotarcie do placu zabaw oraz mariny. Druga – zlokalizowana przy pomniku gdyńskich rybek – dotrzeć bliżej linii brzegowej. Na kąpielisku w Śródmieściu można skorzystać także z wózka kąpielowego. Amfibia umożliwia plażowiczom z niepełnosprawnością ruchową dotarcie do morza oraz bezpieczną kąpiel. Drugą dostosowaną plażą jest ta w Orłowie. W pobliżu wejścia numer 15 znajduje się 33-metrowa kładka

z poszerzeniem po obu stronach. A dzięki zadaszeniu przypominającego żagle, plażowicze mogą odpocząć w cieniu.

W Gdańsku Brzeźnie plaża dostępna jest przy wejściu nr 50 (na wysokości al. Gen. J. Hallera). Projekt zainicjowany przez Gdański Ośrodek Sportu ma na celu nie tylko stworzenie przyjaznej przestrzeni plażowej, ale także pełni funkcje edukacyjne. Na tablicy z informacjami zapisanymi alfabetem Braille'a umieszczone zostały napisy w języku polskim, które mamy nadzieję, staną się doskonałą okazją do rozmów z dziećmi na temat różnych rodzajów niepełnosprawności. Informacje, w jaki sposób komunikować się z osobami z niepełnosprawnością znajdują się na stronie gdańskich kąpielisk.

Więcej informacji na temat gdyńskich kąpielisk można także znaleźć na stronie Gdyńskiego Centrum Sportu i Gdynia bez barier. ■

UM Gdynia, UM Gdańsk

Mobilne gadzety dla seniora? Warto, ale...

Zmierzą ciśnienie tętnicze krwi, rytm serca, sprawdzą jakość snu, przypomną o piciu wody. Czy popularne wśród osób młodych rozwiązania mobilne wspierające zdrowy styl życia to dobry pomysł na podarunek dla seniora? Co warto wiedzieć przed zakupem inteligentnego zegarka lub opaski?

Na pomoc zdrowiu

Oparte na rozwiązaniach telemedycznych innowacyjne gadzety wspierające zdrowy styl życia w ostatnich latach stały się bardzo popularne. Inteligentne zegarki i opaski połączone ze smartfonami monitorują parametry takie jak: rytm serca, ciśnienie tętnicze krwi, saturację krwi, a nawet długość i jakość snu. Aplikacje mobilne liczą liczbę przebytych kroków, przypominają o treningu i piciu wody, pomagają monitorować liczbę spożytych kalorii. Czy rozwiązania, z których chętnie korzystają młodzi, są dobre także dla seniorów? – Mówiąc najogólniej: tak, ale warto wybierać je mądrze. Mądrze to znaczy tak, żeby zamiast korzyści nie przysporzyły osobom starszym niepotrzebnych powodów do niepokoju – mówi dr n. med. Ewa Jędrzejczyk-Patej z Oddziału Klinicznego Kardiologii Katedry Kardiologii, Wrodzonych Wad Serca i Elektroterapii Śląskiego Centrum Chorób Serca w Zabrze.

Ważne certyfikaty

Rosnąca popularność inteligentnych zegarków i opasek spowodowała, że na rynku dostępnych jest dziś wiele rozmaitych urządzeń z różnymi funkcjami i w różnych przedziałach cenowych. Które gadzety będą odpowiednie dla seniora? Po pierwsze: koniecznie certyfikowane. – Zegarki i opaski, tak zwane urządzenia do noszenia (z ang. wearables), mogą być bardzo wartościowe, jeśli chodzi o wsparcie diagnostyki i opieki nad seniorami. Przykładowo, niektóre urządzenia mobilne mają możliwość rejestracji rytmu serca (aplikacja EKG), a to znacznie

zwiększa szansę na wczesną diagnostykę migotania przedsionków – arytmii typowej dla wieku podeszłego, na którą cierpi nawet jedna piąta osób po 75-tym roku życia. Migotanie przedsionków może doprowadzić do udaru niedokrwinnego mózgu i niepełnosprawności a nawet do śmierci, zatem wczesna diagnostyka i możliwość włączenia odpowiedniego leczenia na czas jest bardzo ważna w prewencji tego rodzaju zdarzeń. Aby jednak pomiary były prawidłowe, urządzenie mobilne powinno posiadać stosowane atesty i certyfikaty i mieć status wyrobu medycznego. Pomiary dokonane przez niesprawdzone urządzenie, bez atestów, mogą nie być miarodajne i między innymi fałszować wyniki. To zaś oznacza, że istnieje możliwość, iż urządzenie albo przeoczy arytmie, albo będzie niepotrzebnie niepokoić pacjenta. Tak czy inaczej, nie spełni swojej funkcji – wyjaśnia dr hab. n. med. Ewa Jędrzejczyk-Patej.

Technologie przyjazne seniorom

Na co jeszcze warto zwrócić uwagę, wybierając mobilne urządzenia dla seniorów? Na ich przyjazność użytkownikowi, radzi dr Ewa Jędrzejczyk-Patej. Drobną czcionką w aplikacji, zbyt małe przyciski na obudowie zegarka czy maleńki wyświetlacz na opasce mogą być przyczyną stresu. Paradoksalnie seniorzy, którzy chcieliby skorzystać z mobilnych rozwiązań, mogą się poczuć zagubieni zbyt wieloma możliwościami i trudnościami w obsłudze gadżetów.

Z myślą o osobach starszych stworzono specjalne wersje różnych

mobilnych urządzeń. Takie modele mają nieco inne funkcje niż te przeznaczone dla młodzieży i młodych dorosłych, są także nieco inaczej zaprojektowane.

– Oprócz standardowych funkcji wykonania i odbierania połączeń telefonicznych urządzenia mobilne dla seniorów mogą pomóc zmierzyć temperaturę ciała, puls, rytm serca, ciśnienie tętnicze, saturację krwi czy też długość i jakość snu. Parametry zapisują się w historii urządzenia, są więc bardzo pomocne przy cyklicznych kontrolach u lekarza prowadzącego. Nowoczesne urządzenia przypomną seniorom także o wzięciu leków i pomogą w razie niebezpieczeństwa. Niektóre modele mają możliwość lokalizacji GPS urządzenia i wbudowane przyciski szybkiego wezwania pomocy. Specjalne czujniki mogą zaalarmować opiekuna seniora, kiedy urządzenie podopiecznego przez zbyt długi czas nie wykryje ruchu. To bardzo pomocne funkcje, ale warto szczegółowo omówić i przećwiczyć je z seniorem – uważa dr Ewa Jędrzejczyk-Patej.

Specjaliści podkreślają, że każde rozwiązanie telemedyczne będzie bardziej przyjazne seniorom wtedy, kiedy zostanie im szczegółowo objaśnione. Wtedy ewentualne opory przed korzystaniem z technologii mobilnych staną się dużo mniejsze, a „gadżety” mają szansę dobrze wspomagać osoby starsze w codziennym dbaniu o zdrowie oraz ich opiekunów w opiece nad mniej sprawnym czy niesamodzielnym seniorem. ■

Informacja prasowa

TON w Bażantarni

W czerwcu elbląska Bażantarnia wypełniła się osobami z niepełnosprawnościami. Towarzyszyła im muzyka, sport i radosna atmosfera. Spotkanie odbyło się w ramach Tygodnia Osób Niepełnosprawnych, który w tym roku odbył się w bardzo okrojonej wersji.



Fot. Mateusz Misztal

MATEUSZ MISZTAL

Od rana polana przy wiacie Margitka w Bażantarni była miejscem wielu radosnych chwil, dobrej zabawy oraz wspólnej integracji osób z niepełnosprawnościami z pracownikami Elbląskiej Rady Konsultacyjnej Osób Niepełnosprawnych. Na zaproszenie ERKON-u odpowiedziało wiele ośrodków na co dzień wspierających i działających na rzecz osób z niepełnosprawnościami. W sumie, przez całe – pięciogodzinne spotkanie, uczestniczyło w nim niemal 250 osób.

– Tydzień Osób Niepełnosprawnych jest wydarzeniem organizowanym przez ERKON od lat. Kiedy jeszcze sytuacja epidemiczna na to pozwalała, wspólnie z naszymi partnerami zapraszaliśmy osoby z niepełnosprawnościami, ich rodziny a także wszystkich elblążan do wspólnego świętowania i poznawa-

nia naszego środowiska przez siedem majowych dni. Niestety już drugi rok z rzędu pandemia nie pozwala na organizowanie tego wyjątkowego święta, tak jak jesteśmy do tego przyzwyczajeni – mówi Barbara Gąsak, dyrektor Elbląskiej Rady Konsultacyjnej Osób Niepełnosprawnych. – TON jest jest pierwszym większym wydarzeniem od czasu wybuchu pandemii. Cieszymy się, że możemy się tu wszyscy spotkać, porozmawiać i miło spędzić czas. To spotkanie jest dla nas wszystkich oddechem po długim czasie społecznej izolacji. Dziękuję wszystkim za przybycie i liczę, że w przyszłości będziemy mogli częściej się spotykać w takim gronie – podsumowuje.

Podczas pikniku wszystkim zebranych muzyczny „TON” nadawał Wiesław Baranowski, który w melodyjny sposób zachęcał do wspólnego tańczenia, śpiewania i dobrej zabawy. Miłym akcentem

był również występ dzieci ze Stowarzyszenia Zicherka z Kazimierzowa, które to same poprosiły o możliwość występu dla zebranych. Nie zabrakło także drobnego poczęstunku – ogniska, kiełbasek i drobnych słodkości jak również aktywności sportowej. I choć słońce przygrzewało, to znaleźli się śmiałkowie do wspólnego pieczenia kiełbaski czy rywalizacji w przeciąganiu liny lub gry w badmintona. Tutaj nie było wygranych i przegranych, liczyła się tylko dobra atmosfera i możliwość wspólnego spędzenia czasu.

Wydarzenie odbyło się w ramach realizowanego przez Elbląską Radę Konsultacyjną Osób Niepełnosprawnych projektu ERKON Tower, w ramach którego beneficjenci oprócz wsparcia specjalistycznego i uczestnictwa w warsztatach aktywizujących mają zapewniony szereg atrakcji integracyjno-kulturalnych. ■

Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych

Elbląg

Dobra diagnoza nie powstanie bez mieszkańców

MOPS w Elblągu przekształca się w Elbląskie Centrum Usług Społecznych (ECUS). Jest to pilotażowy program Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej, finansowany z Europejskiego Funduszu Społecznego, którego celem jest zbudowanie systemu, który będzie zaspokajał zapotrzebowanie mieszkańców miast i gmin na usługi społeczne.

TERESA BOCHEŃSKA

Udział w pilotażu zadeklarowało w skali kraju 40 jednostek samorządowych. Jest to pionierskie przedsięwzięcie, nie mające oparcia w dotychczasowej praktyce, wymagające inwencji i zaangażowania, które ma w efekcie wypracować najlepsze praktyki i nowe rozwiązania. Na wstępie opracowana zostanie diagnoza potrzeb społecznych. Na pierwszym otwartym spotkaniu z przedstawicielami zainteresowanych instytucji i organizacji zaprezentowany został proces sporządzania diagnozy. O tym procesie, partycypacji mieszkańców oraz o założeniach funkcjonowania CUS rozmawiamy z Marcinem Jóźko, członkiem zespołu autorskiego z firmy Lokalne Badania Społeczne, której zlecono to zadanie.

Czego dotyczyć będzie przygotowywana diagnoza?

Będziemy przeprowadzać proces diagnozy społecznej pod kątem usług społecznych – korzystania z tych usług, zapotrzebowania na usługi społeczne w przyszłości, ale też zbadamy, jak do tej pory usługi społeczne dla mieszkańców były wykonywane. Chodzi tu o różnego rodzaju usługi, jak na przykład edukacja,

usługi kulturalne, usługi z zakresu pomocy społecznej, ochrony zdrowia – krótko mówiąc wszystko to, co mieści się w takiej kategorii miękkich usług. Nie dotyczy to usług infrastrukturalnych, czy związanych choćby z dostarczaniem energii, z infrastrukturą drogową, czy komunikacją publiczną.

Na początku spotkania zaznaczył pan, że chodzi nie tylko o usługi, które świadczył MOPS swoim podopiecznym, ale świadczone wszystkim mieszkańcom.

Tak, od 1 lipca w Elblągu powołana zostanie nowa instytucja. Będzie to Elbląskie Centrum Usług Społecznych, które powstanie przez przekształcenie Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej. Ta nowa instytucja tym się różni od tego dotychczasowego MOPS, że będzie koordynować, organizować, świadczyć usługi społeczne nie tylko dla dotychczasowych klientów ośrodka pomocy, czyli umownie grup wykluczonych społecznie czy zagrożonych wykluczeniem, ale po prostu dla zwykłego Kowalskiego – mieszkańca Elbląga, czyli będzie zapewniać powszechność usług i siłą rzeczy ta nowa instytucja będzie pracować dwutorowo: usługi w zakresie pomocy społecznej

nadal będą świadczone, będzie wyodrębniony dział, czy komórka organizacyjna w ECUS-ie, która będzie kontynuować dotychczasowe usługi, bo one muszą być świadczone, ale będą też nowe kategorie usług, które będą już kierowane do tego przeciętnego mieszkańca Elbląga – do społeczności lokalnej po prostu. Ta nowa instytucja musi się z tym wyzwaniem zmierzyć. Jak to zrobi, zobaczymy, a diagnoza, którą przeprowadzamy, ma w tym pomóc.

Jak będzie przebiegał ten proces diagnozowania?

Proces diagnozy składa się z kilku ważnych elementów: jest to badanie społeczne, które ma nam dostarczyć wiedzy jak te usługi społeczne mają być organizowane i w jakim kierunku powinny one zmierzać. Na początku jest taki wstępny etap, który właściwie już mamy za sobą, polegający na czytaniu i korzystaniu z różnego rodzaju istniejących dokumentów, danych, strategii, programów miejskich – wszystkiego tego, co napisano w ostatnich latach na temat sytuacji społecznej miasta, co pod kątem założonego celu jest ważne. Jest też już prowadzona ankieta telefoniczna, ankieteryzy dzwonią do wybranych

losowo mieszkańców Elbląga – czytelnicy „Razem z Tobą” też pewnie mieli okazję z takim kontaktem się zmierzyć. Ta ankieta jest dość duża, różnie to bywa, ale tak przeciętnie około 20 minut zajmuje rozmowa z ankierem. Jest tam kilka bloków pytań, bo nie tylko o usługi pytamy, ale też o jakość życia w mieście, o aktywność społeczną, podejmowanie różnych działań na rzecz innych i partycypacji społecznej – to też jest bardzo ważny element w tym badaniu. Badanie telefoniczne jest prowadzone na próbie 700 osób, co jest bardzo liczną próbą na tle badań ogólnopolskich, które są prowadzone na próbie 1000 osób. 700 mieszkańców Elbląga to jest pokaźna grupa i można takie naprawdę twarde, mocne wnioski na tej podstawie sformułować. Dalej będziemy przeprowadzać tzw. badania fokusowe, czyli spotkania z grupami odbiorców usług społecznych. Jeszcze nie mamy ich zdefiniowanych, ale pracujemy nad tym z ECUS-em. Te usługi będą powszechne, skierowane do wszystkich mieszkańców, ale muszą być dobrane precyzyjnie do poszczególnych grup odbiorców. Tak jak w wypadku każdej innej usługi czy produktu, mówimy tutaj o takim podejściu rynkowym do usług społecznych.

Trzeba te usługi dookreślić.

Dokładnie, to badanie ma służyć określeniu grup odbiorców i ich potrzeb – np. mówimy o seniorach, o rodzinach z dziećmi, osobach z różnymi niepełnosprawnościami. Z przedstawicielami tych grup chcielibyśmy się spotykać w ramach spotkań fokusowych, w których będą braли udział ich przedstawiciele – w liczbie 6, 10 osób, różnie, w zależności od tego, jakie będą konkretne założenia. Tu będziemy już rozmawiać bardzo szczegółowo, na temat potrzeb i na temat tego, jak te usługi powinny być świadczone. Zapytamy jakie są konkretne oczekiwania co do sposobu ich świadczenia, jakie są potrzeby mieszkańców, które są niezaspokojone. Wiem z doświadczenia – a mnóstwo takich projektów ostatnio prowadzę – że na takich spotkaniach padają bardzo szczegółowe, bardzo konkretne informacje, które są uzupełnieniem tego, co mamy w ankiecie. Każde dobre badanie z jednej



Fot. Rafał Sutek

strony odwołuje się do twardych danych liczbowych, ilościowych, wszystkich tych wskaźników i procentów, a z drugiej strony zahacza o pewną psychologię, umiejętność rozumienia drugiego człowieka, takiego wejścia w buty drugiego człowieka, empatii. Na tym to wszystko będzie polegało, na łączeniu tych wszystkich metod.

Kolejnym elementem będzie 20 wywiadów pogłębionych, czyli indywidualnych rozmów z ekspertami, z osobami, które reprezentują lokalne organizacje albo świadczą lub mogłyby w przyszłości świadczyć usługi społeczne, z przedstawicielami Urzędu Miasta, samego CUS-u, i ewentualnie – jeśli uda nam się znaleźć takie osoby – z takimi ekspertami lokalnymi, którzy są lokalnymi liderami i mogą nam dużo powiedzieć na temat lokalnego środowiska i rynku usług społecznych. To też będzie dla nas cenna wiedza, cenna informacja. Nie prowadzimy nigdy żadnego badania z jakąkolwiek wcześniej założoną tezą i zależy nam na tym, żeby dotrzeć do wszystkich grup i wszystkich środowisk, organizacji – i tych dużych, profesjonalnych, i tych społeczników, którzy po prostu prowadzą

działania społeczne, grup nieformalnych, liderów, którzy np. nie prowadzą żadnej organizacji pozarządowej, ale też są ważni w środowisku lokalnym. Mamy takie szerokie podejście i na pewno żadnego istotnego środowiska nie pominiemy.

Przydatne jest tu spojrzenie z zewnątrz, nie od wewnątrz, czyli takie bardziej obiektywne.

To jest i plus i minus. Plusem jest to, że jesteśmy profesjonalistami, którzy od 20 lat zajmują się różnego rodzaju badaniami, także diagnozą społeczną, lokalną – to jest jedna z naszych specjalizacji. Naukowo pracujemy na Uniwersytecie Warszawskim, również zajmując się podobnymi zagadnieniami.

To już wiem, jak będzie przebiegał proces diagnozy i jaki będzie w nim udział mieszkańców. A gdy już diagnoza będzie gotowa, jakie będą następne etapy tworzenia CUS, aż do jego uruchomienia?

Nie znam dokładnie całej technologii wdrażania CUS-u, nie zajmuję się tym, z całą pewnością pani dyrektor będzie mogła odpowiedzieć na to pytanie.

Moja wiedza jest taka, jaką powinienem mieć na etapie diagnozy. Wiem, że od 2 lipca CUS powstaje, a diagnoza jest elementem jego powstawania, bo na podstawie tej diagnozy ma powstać plan usług społecznych. Diagnoza ma dostarczyć konkretne wnioski i rekomendacje, żeby CUS mógł sobie zaprojektować zakres usług i sposób ich organizowania. Czyli rodzaje usług, adresatów – dla kogo i w jakim wymiarze, a także kto ma świadczyć te usługi i jak budować relacje pomiędzy usługodawcami. Pewnie tak od razu do tego nie dojdziemy, bo to jest proces, natomiast CUS może sobie wypracować pewne procedury wyboru usługodawców. Część z nich będą stanowiły organizacje pozarządowe. Na ostatnim spotkaniu pojawiały się takie kontrowersje: czy ma to być organizacja z doświadczeniem, czy bez doświadczenia. Bardzo jest to trudne. Prowadzę w tej chwili badania społeczne w wielu miejscach w Polsce i np. startując w przetargu w Elblągu w ramach zamówień publicznych musieliśmy wykazać doświadczenie w badaniach społecznych. To zawsze jest tak, że ustanowienie tych kryteriów jest bardzo poważnym wyzwaniem, wszystko jedno, czy mówimy o zamówieniach publicznych, czy mówimy o konkursach dla organizacji pozarządowych w trybie ustawy o działalności pożytku publicznego i wolontariacie, zawsze te decyzje są trudne i nigdy nie da się tak zrobić, żeby wszyscy byli zadowoleni.

Jednak są takie rodzaje usług, które wymagają profesjonalizmu.

Jeśli mówimy na przykład o usługach

pielęgniarskich i ja mam mieć usługę medyczną, to chcę, żeby pielęgniarka, która robi zastrzyk, miała doświadczenie. Mam takie oczekiwania jako pacjent. Jeżeli ktoś ma inne – w porządku.

Co dalej z diagnozą?

Ostatecznym produktem diagnozy jest raport. Ten raport zostanie powieszony na stronach internetowych, na pewno CUS go udostępni. Nie wiem jeszcze na jakich konkretnych nośnikach, ale co do zasady, wszyscy mieszkańcy będą mieli okazję się z nim zapoznać. Na pewno będzie to dość obszerne opracowanie, bo już kilka analogicznych opracowań w różnych miejscach w kraju udało nam się zrealizować, pewnie będzie miało około 100 stron. Ale będą też pewne streszczenia, będą wnioski, rekomendacje, żeby nie było konieczności czytania całego opasłego tomu, żeby też można było na kilku stronach pokazać to, co jest najważniejsze, taką syntezę, najważniejsze refleksje z tego badania. Będą też konsultacje społeczne. Jeszcze zanim ostateczna wersja tego raportu zostanie zaakceptowana, ale zostaną już zakończone wcześniejsze etapy badania, o których mówiłem i będą już znane wstępne wnioski, to będziemy w stanie pewne konkluzje, które z tego płyną, omówić ze środowiskiem. Udział w konsultacjach społecznych jest zapewniony każdemu mieszkańcowi i w związku z powyższym na pewno będzie co najmniej jedno spotkanie otwarte, w ramach którego będziemy rozmawiać o tej diagnozie i o tym co z tego wypływa. Będzie można ją sobie przeczytać w internecie i nadesłać uwagi. Uwagi, suge-

stie, uzupełnienia będziemy też zbierać za pomocą ankiety internetowej. Bez mieszkańców ta diagnoza po prostu nie powstanie, to musi być zrobione w dialogu ze społeczeństwem. Jestem przeciwnikiem takiego eksperckiego podejście, w którym jakiś mądry pan badacz przyjeżdża i z takiej eksperckiej perspektywy mówi ludziom jak jest, jak powinno być, jak żyć. To po prostu tak nie działa – bez odwołania się do ludzi, bez ich wiedzy, doświadczenia żadna dobra diagnoza nie powstaje. Cała moja wiedza zawodowa i doświadczenie o tym mówię.

Mam nadzieję, że te słowa zachęcą naszych czytelników do zabrania głosu.

Miałem okazję pracować w prasie lokalnej, toteż nasz kontakt i nasza rozmowa jest dla mnie szczególnie przyjemna. Byłem redaktorem naczelnym lokalnej gazety, wiem bardzo dużo o mediach lokalnych, badałem media lokalne i znam ten temat również z praktyki. Myślę, że współpraca z mediami lokalnymi, gdy mówimy o usługach społecznych, budowaniu rynku usług społecznych, o komunikacji, o tym, że trzeba mieszkańcom zapewnić informację, jest bardzo ważna. Rola mediów lokalnych jest tu kluczowa i to chciałbym dwa razy podkreślić.

Dziękuję za rozmowę. Będziemy informować naszych Czytelników o kolejnych etapach tworzenia Centrum Usług Społecznych w Elblągu. ■

Gdzie udać się po pomoc?

Do grudnia br. na terenie Elbląga funkcjonują punkty konsultacyjno-informacyjne, oferujące wsparcie psychologiczno-pedagogiczne, edukacyjne, terapeutyczne i rehabilitacyjne dla osób i rodzin doświadczających problemów uzależnienia i przemocy w rodzinie.

Punkty prowadzone są przez:

– Stowarzyszenie Katolicki Ruch Antynarkotyczny „KARAN”, ul. Robotnicza 29

– Towarzystwo Przyjaciół Dzieci Zarząd Oddziału Okręgowego w Elblągu (punkt będzie funkcjonował od czerwca br.), ul. 1 Maja 37

– Stowarzyszenie na rzecz osób bezdomnych i potrzebujących „Od nowa...”, ul. Nowodworska 49 (punkt głównie dla osób w kryzysie bezdomności)

– Caritas Diecezji Elbląskiej, ul. Zamkowa 17

– Stowarzyszenie Inicjatyw Rodzinnych, ul. Związku Jaszczurczego 17.

Na terenie Elbląga działają również dwa kluby abstynenta realizujące działania profilaktyczne i wspierające dla osób utrzymujących abstynencję:

– Klub Abstynenta „Żuławy” przy ul. Kosynierów Gdyńskich 13

– Klub Abstynenta „Dobre Miejsce” przy ul. Łączności 3.

CSE Światowid odnowiony i bardziej dostępny

W Centrum Spotkań Europejskich Światowid zakończył się remont. Pomieszczenia zostały odnowione, powstały też nowe. Cały obiekt został dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

MATEUSZ MISZTAŁ

- Nowych powierzchni jest ok. 1900 m². Powstały nowe pracownie, nowa sala kinowa, całe centrum aktywności społecznej, sala widowiskowo-sportowa z oddzielnym wejściem od ul. Karowej, ona ma też swoje zaplecze, więc możemy organizować wydarzenia w oddzielonej „substancji” – wyjaśnia Antoni Czyżyk, dyrektor CSE Światowid. Jak dodaje, w wydarzeniu takim jak np. kabaret, koncert będzie mogło uczestniczyć ok. 700-800 osób. Na sali tej jest możliwość ustawienia na parkiecie dodatkowej trybuny dzięki, której można zwiększyć ilość widzów.

Obiekt jest przystosowany dla osób z niepełnosprawnością. Są trzy platformy dla takich osób. Na każdym holu jest możliwość podniesienia wózka, ale również udało się zrobić tak, by scena na dużej sali kinowej była dostępna dla osób niepełnosprawnych. Jest też nowe wyposażenie pracowni digitalizacji, co daje też możliwość jeszcze lepszego dostępu do obiektów, ale też i możliwości sprawniejszego skanowania i obrabiania dokumentów. Sala kinowa została wyposażona w najnowocześniejszy sprzęt projekcyjny i dźwiękowy. Wszystkie trzy sale kinowe „sprowadzono” do jednego pomieszczenia, z którego będzie można sterować ich oświetleniem, klimatyzacją i projekcją filmów.

- Odnowiliśmy wszystkie pomieszczenia według obowiązujących wymogów, są wentylowane, klimatyzowane. Ten budynek poprzednio nie miał wentylacji wewnętrznej miał tylko grawitacyjną. Mamy 12 centrali wentylacyjno-klimatyzacyjnych, czyli zapewniających i chłód i ciepło i wymianę powietrza. Wydaje nam się, że w tej



Fot. Mateusz Misztal

chwili obiekt jest pod względem bezpieczeństwa pożarowego tak zdefiniowany, że chroni każde pomieszczenie, każdą przestrzeń powyżej wysokości jednego metra. Są czujniki, które badają czy gdzieś nie powstała awaria zalania pomieszczeń. Jest też winda osobowo-towarowa dla osób niepełnosprawnych, która jest w nowym obiekcie. Są duże pomieszczenia dla administracji – wylicza Antoni Czyżyk.

Problemy z wykonawcą

Przypomnijmy, że w CSE Światowid doszło do zmiany wykonawcy. Spór z firmą, która w pewnym momencie zeszła z placu budowy nadal trwa, obecnie sprawa jest w sądzie. Poprzedni wykonawca uważa, że kwota zapłacona za wykonanie części prac jest za niska, natomiast CSE Światowid jest zdania,

że ma nadpłatę w wysokości 500 tys zł. – W tej chwili i nasi prawnicy i prawnicy poprzedniej firmy udowadniają kto ma rację. Naszym zadaniem w maju zeszłego roku było skończyć budowę, teraz ten cel został osiągnięty. Nie było to takie proste, by zinventaryzować obiekt po poprzednim wykonawcy i stan prac budowlanych i przystąpić do prac przez innego wykonawcę. To było wyzwanie naprawdę szalenie, ale tutaj zespół inżynierów i przychylność elbląskiej firmy oraz akceptacja Ministerstwa Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu, spowodowała, że umieliśmy znaleźć rozwiązanie całej sytuacji. Została zastosowana zasada wyższości celu społecznego nad innymi kwestiami – wyjaśnia Antoni Czyżyk. ■



Fot. Mateusz Misztal

Wspaniali mimo pandemii

MATEUSZ MISZTAŁ

Z ograniczoną ilością osób, w reżimie sanitarnym i mniej uroczyście niż w latach ubiegłych – w taki sposób odbyła się tegoroczna gala wręczenia nagród w konkursie nastolatków „8 Wspaniałych”. Jeden z laureatów elbląskiego finału został także nagrodzony na szczeblu ogólnopolskim tego konkursu.

– Bardzo się cieszę, że w tych naszych działaniach samorządu, organizacji pozarządowych i wszystkich innych, uczestniczą ludzie młodzi, ludzie w wieku szkolnym. To dzięki wam wiele osób potrzebujących tej pomocy, a tak się składa, że tych osób jest niemało, uzyskuje tę pomoc, wsparcie i dzięki temu lepiej patrzy na nasz świat – przekonywał podczas gali prezydent Elbląga, Witold Wróblewski. – Konkurs „8 wspaniałych” mamy po raz 23. i nasi laureaci dochodzili do finału ogólnopolskiego i do tej pory mieliśmy szczęście laureatów ogólnopolskich. Do tego grona dołączył także Jakub Konieczny z ZSTI.

– W zagonionym świecie naszych codziennych obowiązków, spraw, problemów, znalezienie czasu dla innych wydaje się niemożliwe. Czy jednak chodzi o czas czy może jednak o wybranie tego, co w naszym życiu jest ważne? Droga młodzieży, swoją postawą udowodniście, że nigdy nie jest się ani za młodym, ani zbyt zajęтым, by poświęcić czas, uwagę i serce innym. Jest to szczególnie imponujące patrząc na wasz wiek, a co za tym idzie, obowiązki szkolne, potrzebę zabawy, czas na pasje, przyjaciół i odpoczynek. Jestem pod ogromnym wrażeniem waszej postawy, którą szczerze podziwiam – mówiła Sylwia Jaskólska, członek zarządu województwa warmińsko-mazurskiego, która podczas gali reprezentowała marszałka województwa Gustawa Marka Brzezina. – Mam wielką nadzieję, że pojawi się wielu naśladowców, bo dzięki takim ludziom jak wy świat staje się piękniejszy, a przyszłość jawi się w bardziej pozytywnych barwach – dodała.

Laureaci konkursu otrzymali pamiątkowe statuetki, odznaki oraz komplet walizek, na – jak zaznaczono – dalszą podróż życia.

– Wolontariat jest dla mnie życiem. To mnie tak naprawdę uszczęśliwia ze wszystkiego, co w ogóle można robić – zaznacza Jakub Konieczny, uczeń ZSTI. – Dlaczego warto być wolontariuszem? Bardzo fajnie jest zobaczyć

to jak ktoś się cieszy, gdy zrobi się dla niego jakąś błahostkę – dodaje. Jakub pomaga na oddziale covidowym, dostarczając butle z tlenem. Robi także wymazy do badań laboratoryjnych w kierunku COVID-19.

Został także laureatem nagrody ogólnopolskiej. – Jest to dla mnie duże wyróżnienie. Nie robię dużo, a jest to zauważalne. Dało mi to dużo motywacji, bo wcześniej myślałem, że nie robię nic dużego, a tam pokazano mi, że te małe rzeczy się najbardziej liczą – wyjaśnia. Zapytany skąd pomysł na to, by zaangażować się wolontarystycznie właśnie w szpitalu na oddziale covidowym odpowiedział, że było to podyktowane poczuciem, że po prostu musi pomagać. – Mimo, że było ryzyko zakażenia się koronawirusem, to stwierdziłem, że ważniejsza jest pomoc, niż myślenie o tym co może być jeśli się zarażę. Pomoc jest najważniejsza – wskazał.

– Wolontariat jest dla mnie czymś bardzo ważnym. Niesienie pomocy bez niczego w zamian jest czymś niesamowitym – wyjaśnia jedna z laureatek, Pola Gruszecka. – Ludzie, którym pomagałam byli szczęśliwi i byli też zaskoczeni, bo bardzo często uczestniczę w akcjach wolontarystycznych, gdzie jest wiele starszych ode mnie osób i byli zaskoczeni moim wiekiem. Osoby, które nie uczestniczyły w żadnej akcji charytatywnej, powinny pójść, wziąć udział choćby w jednym wolontariacie i przeżyć te wszystkie emocje i wtedy przekonają się, że to jest to, co chcą robić – dodaje. ■

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

Pełna lista nagrodzonych oraz fotorelacja z wydarzenia dostępna jest na www.razemztoba.pl.



Elbląg segreguje elektroodpady

Coraz więcej miast w Polsce stawia na rozwiązania, które sprzyjają środowisku. Tą drogą kroczy także Elbląg. W ostatnim czasie w mieście pojawiły się punkty przeznaczone do zbiórki elektroodpadów.



Fot. Mateusz Misztal

Takich punktów na terenie miasta jest pięć. Ustawione one są przy ul. Bałuckiego, ul. Ogólnej, ul. Chełmońskiego, ul. płk. Dąbka i przy al. Odrodzenia.

– Myślę że to dobry pomysł, także i dalszej edukacji związanej z odpadami i sądzę, że jeśli chodzi o te odpady, to będzie to kolejny krok w kierunku selektywnej zbiórki – zaznaczył prezydent miasta.

Zapowiedział też, że Elbląg przygotowuje się do akcji zbierania nakrętek. W przyszłości ma pojawić się znany z innych miast pojemnik na nakrętki w kształcie serca.

– Jeśli będzie zainteresowanie ze strony mieszkańców i będzie potrzeba większej ilości lokalizacji tych pojemników, to oczywiście będziemy nad tym pracować – zaznacza w-ce prezydent Michał Missan.

Do elektrośmieci można wrzucać baterie, żarówki, płyty CD, telefony, ładowarki i tonery. Koszt pojemników to ok. 100 tys. złotych. ■

MM

Zakaz odwiedzin zniesiony

Weszły w życie nowe zasady odwiedzin u pacjentów hospitalizowanych we wszystkich oddziałach Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego w Elblągu.

W dni powszednie, dni świąteczne i wolne od pracy odwiedziny odbywają się w godzinach 12:00 – 14:00 oraz w godzinach 16:00 – 18:00. Przy pacjencie może przebywać jedna osoba odwiedzająca (bez objawów infekcyjnych, niebędąca w kwarantannie, izolacji oraz osoba, która w ciągu ostatnich 14 dni nie miała kontaktu z pacjentem chorym na COVID-19) nie dłużej niż przez 15 min. W wieloosobowych salach chorych jednocześnie mogą przebywać 2 osoby odwiedzające (łącznie dla wszystkich pacjentów) z zachowaniem 1,5 m dystansu. Przed wejściem do sali pacjenta i po zakończeniu odwiedzin należy zdezynfekować ręce oraz w trakcie całego pobytu w szpitalu nosić maseczkę. W przypadkach koniecznych, w poszanowaniu praw pacjenta, dopuszcza się odwiedziny w innych godzinach niż wymienione max 1 osoby u pacjenta, wyłącznie po uzgodnieniu z lekarzem dyżurnym oddziału. Zasady odwiedzin mogą ulec ograniczeniu w sytuacji wzrostu zagrożenia epidemicznego w danym oddziale i/lub szpitalu. ■

Red.

„Dar Pomorza” bez barier

Od teraz trudno dostępną maszynownię czy wąskie korytarze mesy oficerskiej i szpitaliku na „Darze Pomorza” mogą obejrzeć osoby z niepełnosprawnościami oraz trudnościami w poruszaniu się. Statek-muzeum uruchomił nową formę zwiedzania – film sferyczny wyświetlany na specjalnych goglach. Technologia odsłania wszystkie tajemnice słynnej „białej fregaty”, do których do tej pory prowadziły m.in. strome schody, wysokie progi i wąskie przejścia.



Fot. gdynia.pl

Wystarczy wejść na pokład, założyć specjalne gogle i przenieść się do wirtualnego świata, w którym wnętrza jednej z turystycznych wizytówek Gdyni – legendarnego „Daru Pomorza” nie mają żadnych barier. Co można zobaczyć za pomocą gogli? Wszystkie najciekawsze miejsca na statku: pokład rufowy i salon komendanta, pokazaną z zupełnie nowej perspektywy kabinę morską komendanta, kabinę nawigacyjną, mesę oficerską i maszynownię, a także nieudostępniany do tradycyjnego zwiedzania szpitalik. Realizm zwiększają też: profesjonalny lektor, odtwarzane warunki pogodowe, animacje pokładowe czy możliwość obserwacji kadry oficerskiej podczas pełnienia codziennych obowiązków. Wchodząc na „Dar Pomorza”, trzeba udać się do kasy i zakupić odpowiedni bilet. Na miejscu dostępne są dwie pary gogli, które można założyć i w ten sposób obejrzeć film sferyczny. Film jest także dostępny na stronie muzeum.

Technologia pomoże w zwiedzaniu zacumowanego przy nabrzeżu Pomorskim statku-muzeum nie tylko osobom z niepełnosprawnością ruchową. Gogle posiadają też opcję wyświetlania polskich napisów. To opcja dla osób głuchych. Nagrania są też tłumaczone na Polski Język Mígowy. Osoby starsze, niedowidzące i z wadami wzroku docenią też dobór wyraźnych ikon, czytelnych kolorów i fontów. Ponadto urządzenie wyposażono w specjalną wkładkę, dystansującą dla osób noszących okulary korekcyjne oraz w gniazdo mini jack, które pozwala na podpięcie własnych słuchawek. Film sferyczny jest też dostępny w wersji anglojęzycznej. Wersja na przeglądarki internetowe (dostępna m.in. na komputerze) jest dostępna na stronie darpomorza360.nmm.pl. Użytkownicy mogą wybierać między niższą i wyższą jakością, dzięki czemu wirtualne oprowadzanie jest dostępne także dla słabszych komputerów.

Przypomnijmy, że od czerwca 2019 roku słynny „Dar Pomorza” jest także dostępny dla osób niewidzących. Przy moło Południowym, niedaleko miejsca, gdzie cumuje statek, znajduje się jego makieta z brązu w skali 1:40, która pozwala niewidomym wyobrazić sobie kształt historycznego żaglowca i jego najbardziej charakterystyczne detale. ■

UM Gdynia

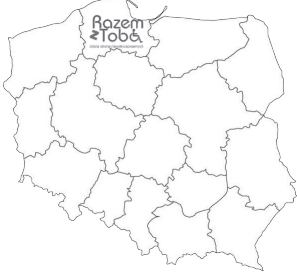


Senior pracy się nie boi

Do aktywności po przerwie spowodowanej COVID-19 od czerwca powróciło Centrum Pracy Seniorów i Seniorów Gdańskiego Urzędu Pracy. Punkt mieści się we Wrzeszczu przy al. Grunwaldzkiej 30/32.

Najważniejszą ofertą ponownie będzie pośrednictwo pracy i poradnictwo zawodowe. Na seniorów czekać będzie blisko 100 propozycji zatrudnienia. Klienci Centrum mogą również liczyć na specjalistyczną pomoc w doborze najlepszej dla siebie oferty pracy. Zajmą się tym doświadczeni doradcy klienta, którzy m. in. w oparciu o wcześniejsze doświadczenie zawodowe seniora, jego oczekiwania finansowe, ograniczenia zdrowotne oraz preferencje dotyczące formy zatrudnienia, dopasują najciekawsze propozycje od pracodawców. Podpowiedzą również, jak opracować skuteczne dokumenty aplikacyjne i jak przygotować się do rozmowy kwalifikacyjnej. W punkcie znaleźć będzie można jednak nie tylko ciekawą pracę. Centrum gromadzi bowiem najważniejsze informacje o działalności lokalnych klubów seniora, uniwersytetów trzeciego wieku czy stowarzyszeń i organizacji zajmujących się aktywizacją społeczną, kulturalną lub edukacyjną osób dojrzałych. Szczegółowe informacje o działalności Centrum Pracy Seniorów i Seniorów można znaleźć na stronie Centrum Pracy Seniorów i Seniorów lub dzwoniąc pod numer /58/ 500-56-36 (-34). ■

UM Gdańsk



Pomoc prawna znowu dostępna

Od 1 lipca w Gdańsku znowu można korzystać z konsultacji specjalistów nieodpłatnej pomocy prawnej i nieodpłatnego poradnictwa obywatelskiego wraz z mediacją, bezpośrednio w punktach świadczących to wsparcie. Jednocześnie pozostaje też możliwość korzystania z porad udzielanych przez prawników i doradców obywatelskich telefonicznie i online – osoba potrzebująca wybiera formę komunikacji ze specjalistą.

Wsparcie jest dostępne dla osób, których nie stać na odpłatną wizytę u prawnika, także dla potrzebujących spoza Gdańska.

Na porady obowiązują zapisy:

– w dni powszednie w godz. od 10.00 do 14.00 pod numerem tel.: 58 342 31 88 (Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Gdańsku, koordynator działania punktów w mieście),

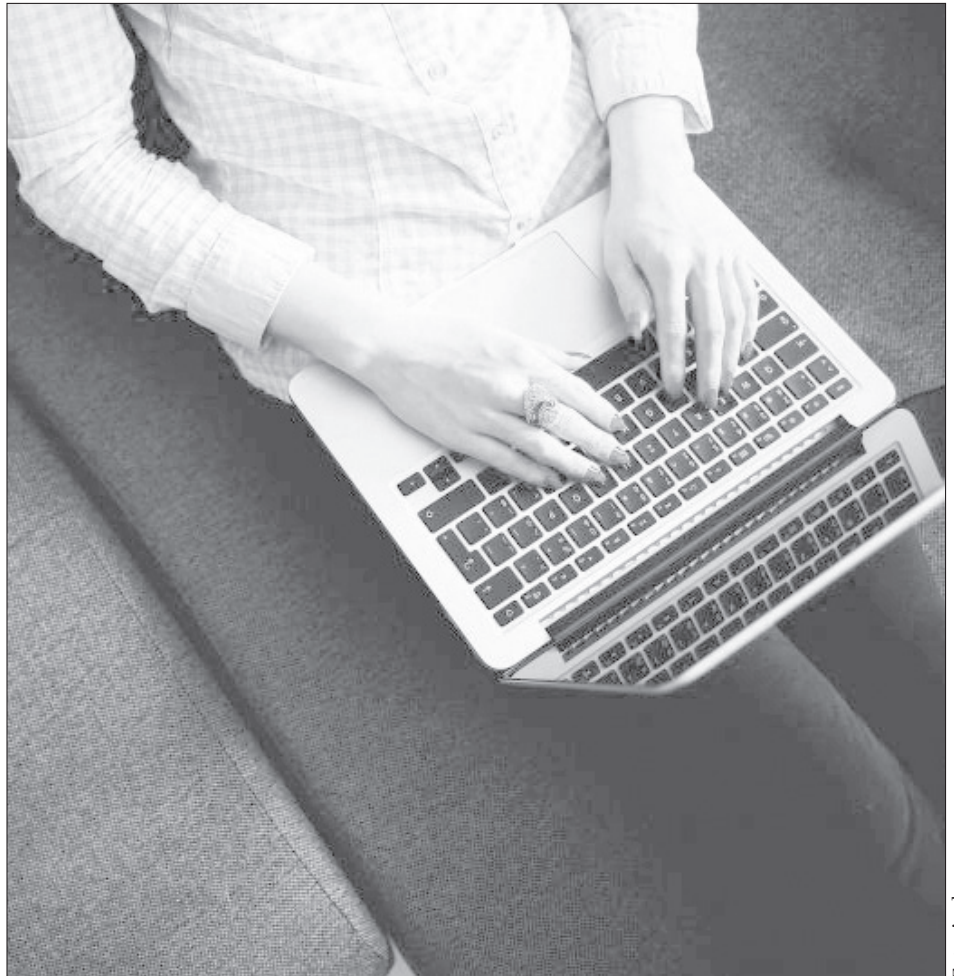
– e-mail: pomocprawna@mopr.gda.pl,
– online także poprzez stronę internetową Ministerstwa Sprawiedliwości. ■

UM Gdańsk



Seniorzy zakończyli rok akademicki

Był to dla nich czas pełen wyzwań. Pomimo tego, że zajęcia całkowicie przeniosły się do sieci cieszyły się ogromną popularnością.



Fot. pixabay.com

Wykłady zamieszczano na specjalnej platformie internetowej – to Wirtualne Centrum Aktywności Seniora. Uczestniczyło w nich około 2500 seniorów nie tylko z Gdyni, ale też z innych polskich miast i zagranicy, m. in. z Cypru i Stanów Zjednoczonych.

Zajęcia publikowano w Wirtualnym Centrum Aktywności Seniora. To specjalna platforma internetowa, która powstała na początku pandemii, aby seniorzy wciąż mogli się rozwijać, poszerzać swoją wiedzę i być aktywni. W tegorocznym planie zajęć znalazło się 18 przedmiotów. Były to m. in. warsztaty z psychologii, język angielski, historia sztuki, kurs komputerowy, ziołolecznictwo, trening pamięci czy architektura wnętrz. Co ważne, seniorzy mogli się

również rozruszać. A to dzięki przygotowanym przez trenerów aktywnościom fizycznym. Zajęcia te także odbywały się online. W domowym zaciszu studenci mogli wykonać zestaw ćwiczeń gimnastycznych, na zdrowy kręgosłup czy tai chi. Każde zajęcia trwały 30 minut. Seniorzy chętnie z nich korzystali. Zanotowano prawie 38 tysięcy wejść na stronę Gdynskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Dodatkową zaletą było to, że seniorzy mogli odtworzyć wykłady w dogodnym terminie i o dowolnej porze. I to bez wychodzenia z domu. Materiały wciąż są dostępne. Można z nich korzystać bezpłatnie i bez rejestracji na stronie Wirtualnego Centrum Aktywności Seniora. ■

UM Gdynia



„Jarzębina” integruje seniorów

Tańczą, gimnastykują się, wykonują prace plastyczne i wyjeżdżają na wycieczki – tak wygląda codzienność członków klubu seniora „Jarzębina” w Olsztynie.

– To miejsce dla ludzi, którzy są nieaktywni zawodowo, ale mają mnóstwo energii i lubią, gdy w ich życiu dużo się dzieje – mówi prezes klubu „Jarzębina”, Katarzyna Korzeb.

Miejsce zostało utworzone w 2019 roku przy okazji Programu Wieloletniego „Senior+”. Spotyka się tu 30 seniorów w wieku 60+, którzy są nieaktywni zawodowo. Klub zapewnia im opiekę i rozrywkę przez pięć godzin dziennie, od poniedziałku do piątku. Uczestnicy mogą skorzystać z zajęć edukacyjnych, kulturalno-oświatowych, z różnych aktywności fizycznych oraz terapii zajęciowych. Regularnie także cała społeczność spędza wspólnie czas na imprezach integracyjnych, spotkaniach z ciekawymi osobami czy potrańcówkach.

– Wielu z nas jest już wdowami i wdowcami – mówiła podczas spotkania jedna z uczestniczek. – Nie chcemy całymi dniami siedzieć w domu, mamy dużo energii i chcemy działać. I dlatego możliwość przyjscia tutaj to dobrodziejstwo.

Klub jest w całości finansowany z budżetu miasta i ze środków wojewody. Podobnie jest w przypadku domów Senior +, których w Olsztynie są dwa. Korzysta z nich łącznie 120 seniorów. ■

UM Olsztyn

Nie daj się wirusowi HCV!

Do końca roku we wszystkich punktach ALAB Laboratoria na terenie Warmii i Mazur można bezpłatnie wykonać badanie z krwi w kierunku śmiertelnego wirusa HCV, który prowadzi do zapalenia wątroby (WZW typu C). Nieleczony może powodować marskość wątroby i rozwój raka.

W Polsce ok. 150 tys. osób jest zakażonych HCV, z czego aż 86% nie jest tego świadoma. Od 2015 roku dostępne są refundowane w ramach NFZ terapie bezinterferonowe, dzięki którym choroba, uważana kiedyś za śmiertelną, stała się w pełni wyleczalna. Wirus przez lata nie daje charakterystycznych objawów choroby. Możemy odczuwać przewlekłe zmęczenie, senność, bóle stawów, nasilające się symptomy depresji czy objawy grypopodobne, których nie identyfikujemy z ciężką chorobą. Szczegółowe informacje dotyczące akcji profilaktycznej wraz z zaktualizowanym wykazem wszystkich placówek na terenie Polski, w których można skorzystać z bezpłatnego badania anty-HCV, znajdują się na stronie www.alablaboratoria.pl. ■

Oprac. red.

UM Olsztyn

Wyciągają pomocną dłoń

Jest szansa na uzyskanie pomocy zawodowej, prawnej i psychologicznej. Cały czas można zapisywać się do przedsięwzięcia organizowanego przez Fundację Rozwoju Kwalifikacji „Stella Virium”.



Fot. pixabay.com

Projekt jest skierowany do osób, które zostały dotknięte skutkami COVID-19. Mogą brać w nim udział osoby mieszkające w Polsce i posługujące się językiem polskim w stopniu komunikatywnym. – Pomocna Dłoń to ogólnopolski projekt współtworzony z wolontariuszami firmy State Street – mówi Gabriela Snakowska z Fundacji Rozwoju Kwalifikacji Stella Virium. – Jest rozszerzeniem projektu Barriers Breaking Opportunity, realizowanego w 2020 rok. W szczególności chcemy dotrzeć do osób, które mają utrudniony dostęp do świadczeń – dodaje. Głównymi adresatami działania są osoby pozostające bez pracy albo zagrożone jej utratą oraz takie, których warunki pracy uległy pogorszeniu. Z propozycji mogą skorzystać także m.in. niepełnosprawni, powracający na rynek pracy albo będący w trudnej sytuacji życiowej. Wszystkie działania będą odbywać się bezpłatnie w formie zdalnej jeszcze do końca 2021 r. Dlatego warunkiem uczestnictwa jest dostęp do Internetu oraz narzędzi umożliwiających aktywny udział w projekcie, np. laptop. Szczegółowe informacje o przedsięwzięciu oraz formularz zgłoszeniowy są na stronie projektu „Pomocna dłoń”. ■



W Toruniu powstaje sklep socjalny

Przy ul. Gagarina 152 w Toruniu powstaną sklep socjalny oraz kawiarnia socjalna, których działalność, skierowana będzie do osób potrzebujących, w trudnej sytuacji życiowej.

W sklepie będą dostępne: produkty spożywcze, chemia gospodarcza, a także np. odzież. Sklep jednak, co ważne, nie będzie prowadził sprzedaży wyrobów alkoholowych i tytoniowych. Równocześnie powstanie też kawiarnia socjalna. Do prowadzenia sklepu i kawiarni miasto zaprosiło organizacje pozarządowe i partnerów społecznych. Oferta sklepu i kawiarni będzie skierowana do osób pozostających pod opieką Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie. Jedną z idei tego typu sklepu jest sprzedaż produktów pełnowartościowych, za to w bardzo przystępnych cenach, kształtujących się na poziomie poniżej 50 procent ich rynkowej wartości. Z kolei kawiarnia socjalna ma pełnić funkcję integracyjną. Prowadzona tam będzie także pomoc psychologów, w planach jest prowadzenie warsztatów, spotkań. Sklep i kawiarnia socjalna mają być czynne przez co najmniej 5 dni w tygodniu i przez minimum 5 godzin dziennie. Najemca będzie zobowiązany do zatrudnienia w sklepie i w kawiarni (w pierwszej kolejności) osób bezrobotnych, zagrożonych wykluczeniem społecznym – mieszkańców Torunia. ■

Magdalena Winiarska / UM Toruń

„Stalowe Anioły” rozdane

Poświęcenie, ofiarność i zaangażowanie w pomaganiu innym to cechy jakimi wyróżniają się osoby nagrodzone „Stalowymi Aniołami” – statuetkami, które przyznawane są przez samorząd województwa kujawsko-pomorskiego w konkursie na najciekawsze i najbardziej wartościowe inicjatywy w dziedzinie pomocy społecznej.



Fot. M. Kuras

„Stalowe Anioły” trafiły do 11 osób docenionych za działalność indywidualną oraz 4 zespołów. Za pomoc podopiecznym schronisk dla bezdomnych psów i kotów wyróżniona została także Wiktoria Szykowska, jedenastoletnia uczennica Szkoły Podstawowej nr 2 w Szubinie. Poza statuetkami laureaci otrzymali nagrody pieniężne. Wśród tegorocznych zwycięzców są osoby, działające na rzecz rodzin oraz środowisk wykluczonych lub zagrożonych wykluczeniem społecznym. Ich działania i wsparcie udzielane innym osobom niosącym pomoc, mają nierzadko zasadniczy wpływ na jakość życia dzieci i całych rodzin. Kandydatury do wyróżnienia mogły zgłaszać organy administracji publicznej, instytucje pomocowe, organizacje pozarządowe, kościoły i związki wyznaniowe, a także osoby nagrodzone we wszystkich poprzednich edycjach konkursu. ■

Beata Krzemińska

Wyprzedź raka jelita grubego!

Specjalistyczny Szpital Miejski w Toruniu realizuje projekt pn. „Wyprzedź raka – weź udział w badaniach profilaktycznych raka jelita grubego”.

Biorąc pod uwagę fakt, iż rak jelita grubego najczęściej daje objawy w zaawansowanym stadium choroby, niezwykle istotne są badania profilaktyczne. W projekcie mogą wziąć udział osoby: w wieku 50-65 lat, niezależnie od wywiadu rodzinnego, w wieku 40-49 lat, które mają krewnego pierwszego stopnia, u którego rozpoznano raka jelita grubego, w wieku 25-49 lat, z rodzin, w których wystąpił dziedziczny rak jelita grubego niezwiązany z polipowatością (HNPCC). W ramach projektu realizowane są badania kolonoskopowe, także w znieczuleniu, dla zapewnienia większego komfortu pacjenta. Działania projektowe nie ograniczają się wyłącznie do badań profilaktycznych, to także spotkania informacyjno-edukacyjne dla mieszkańców, przy zachowaniu pełnego reżimu sanitarnego. Szczegółowe informacje o projekcie można uzyskać pod numerem: 509-926-607 oraz na stronie internetowej szpitala: www.med.torun.pl ■

Oprac. red

Specjalistyczny Szpital Miejski im. M. Kopernika w Toruniu realizuje projekt profilaktyczny raka jelita grubego pn. „Wyprzedź raka – weź udział w badaniach profilaktycznych raka jelita grubego”

Projekt współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Kujawsko-Pomorskiego na lata 2014-2020, Osiadała 8.6. Złoty i srebrny region. Poddziałanie 8.6.2 Regionalne programy profilaktyki zdrowotnej.

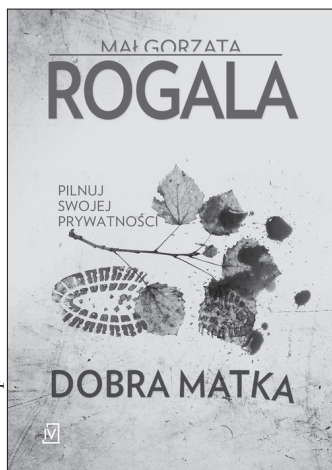
CEL PROJEKTU:
Zwiększenie udziału mieszkańców województwa w wieku aktywności zawodowej w programach profilaktycznych poprzez udział w programie profilaktycznym skierowanym na wykrywanie raka jelita grubego, co przyczyni się do poprawy wykrywalności raka jelita grubego w regionie.

Fot. nadesłana

Agnieszka Pietrzyk o książkach



Małgorzata Rogala „Dobra matka”



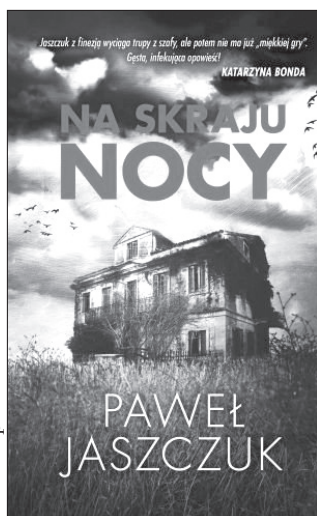
Czy troskliwi rodzice publikują zdjęcia swoich dzieci w sieci? „Dobra matka” Małgorzaty Rogali to kryminał dający do myślenia. Czy rzeczywiście informacje umieszczane przez nas na portalach społecznościowych mogą zostać wykorzystane przez kogoś w złym zamiarze? I co ważniejsze, czy mamy prawo dzielić się w sieci prywatnością naszych dzieci?

W lesie została zastrzelona młoda kobieta, matka kilkuletniej dziewczynki. Przed śmiercią otrzymała wiadomość o treści: „Bądź dobrą matką”. Śledztwo w tej sprawie prowadzą Agata Górńska i Sławek Tomczyk.

Zagadka kryminalna jest dość skomplikowana, ale zarazem typowa dla gatunku. Na plan pierwszy wysuwają się dobrze zaprezentowane zagrożenia związane z ujawnianiem prywatnego życia w internecie. Warto zapoznać się z tą pozycją, bo dobra rozrywka jest zapewniona, a ponadto książka dla wielu może stać się przestrożą. Polecam. ■

Audiobook: Małgorzata Rogala, „Dobra matka”, Wydawnictwo Czwarta Strona, czyta Adam Bauman, czas nagrania: 9 godzin 23 minuty.

Paweł Jaszczuk „Na skraju nocy”



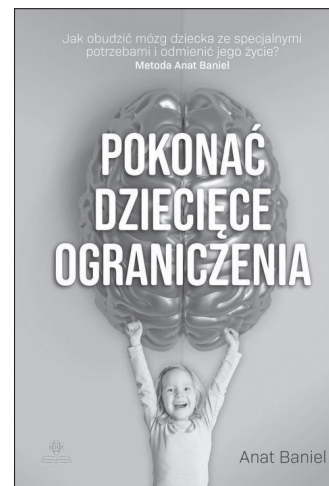
Powieść Pawła Jaszczuka „Na skraju nocy” to mroczny thriller rozgrywający się w starym domu na peryferiach miasta, którego mieszkańcy od lat skrywają tajemnicę pewnego morderstwa. Brzmi bardzo intrygująco, można by się spodziewać złożonej fabuły, wyrazistych bohaterów i gęstego klimatu. Mam wrażenie, że w książce jest wyłącznie ten ostatni element. Niemal z każdego akapitu unosi się ciężka aura tajemnicy.

Czytelnik raczej oczekiwałby, że wraz z ubywającymi stronami, wszelkie zagadki będą rozwiązywane a niejasności domykane. W „Na skraju nocy” wydaje się być na odwrót. Absurdalne sytuacje mnożą się, dziwne rozmowy i zachowania przybierają na ilości, przez co fabuła zaczyna się gdzieś gubić, ale za to klimat staje się gęstszy i mroczniejszy. Polecam miłośnikom

thrillerów, w których nie wiadomo, o co chodzi, ale czuje się ten mrok. ■

Audiobook: Paweł Jaszczuk, „Na skraju nocy”, Wydawnictwo StoryBox, czyta Andrzej Hausner, czas nagrania: 8 godzin 21 minut.

Anat Baniel Pokonać dziecięce ograniczenia



Na bazie swoich doświadczeń - pracy z dziećmi z różnorodnymi deficytami: z zaburzeniem ze spektrum autyzmu, porażeniem ze spektrum autyzmu, porażeniem mózgowym, zaburzeniami genetycznymi, ADD (zespołem deficytu uwagi), ADHD, zaburzeniami odżywiania, urazami splotu ramiennego, kręczem szyi i niezdiagnozowanymi zaburzeniami rozwojowymi - autorka przedstawia, jak można poprawić funkcjonowanie młodego mózgu.

„(...)Baniel podąża śladami Moshego Feldenkraisa – największego XX-wiecznego teoretyka usprawniania ruchu. Autorka pokazuje, że nasze dominujące podejście do dzieci z trudnościami często okazuje się niewłaściwe, czasem wręcz niszczące, ponieważ szkoli dzieci w „małpowaniu” kamieni milowych rozwoju, których młodzi ludzie nie są jeszcze gotowi osiągnąć. Tymczasem przedstawione tu podejście jest o wiele mądrzejsze, subtelniejsze, prawdziwie holistyczne, daleko bardziej pomysłowe i zgodne z przebiegiem rozwoju mózgu. Pokazuje, jak zyskać dostęp do plastyczności własnej mózgu dziecka i przynosi lepsze efekty, tak że dzieci mogą spontanicznie rozwijać się od wewnątrz. ■

dr Norman Doidge,

Wydział Psychiatrii Uniwersytetu w Toronto
oprac. Wydawnictwo Harmonia

„Promień nadziei” – wyjątkowa powieść fantasy

Jakub Nowicki ma zaledwie 24 lata, a już napisał książkę. „Promień nadziei” to powieść fantastyczna, osadzona w realiach średniowiecznych, w której występują ludzie, krasnoludy oraz elfy. Liczy sobie około 900 stron, a praca nad nią – z przerwami – trwała blisko 12 lat.

MAGDALENA ŚLIŻEWSKA

Jakub Nowicki na co dzień jest studentem filozofii Uniwersytetu Gdańskiego na Wydziale Nauk Społecznych. Jego ogromną pasją jest paleontologia, którą zajmuje się od czasów podstawówki. Dlatego też – w miarę możliwości – jeździ po muzeach geologicznych i historii naturalnej, w których opowiada o swojej pasji. Od lat w tych działaniach wspiera go mama. Poza tym gdynianin czasami pisze: zarówno prozą, jak i wierszem.

Kuba jest również aktywistą społecznym i to bardzo ważna część jego życia. Współpracuje z Centrum Współpracy Młodzieży, z którym współorganizuje kampanie podnoszące szeroko rozumianą świadomość społeczną i warsztaty, ale także wydarzenia międzynarodowe. – Biorąc udział w tych wszystkich działaniach, poznaję ciągle wiele wspaniałych osób, ale też po prostu zmieniam aktywnie rzeczywistość społeczną na bardziej dostępną. Dostępność to dla mnie niezwykle szeroka kategoria. To taka cecha otoczenia, również w wymiarze społecznym, że każdy i każda czuje się w nim komfortowo i godnie. Tak pojmowana dostępność to brak wykluczeń ze względu na niepełnosprawność, płeć, wiek, kolor skóry, orientację psychoseksualną i wiele innych rzeczy. Takie społeczeństwo staram się współtworzyć, na ile mogę – mówi Kuba.

Na pojawiające się pytanie skąd pomysł na napisanie powieści fantastycznej, osadzonej w realiach średniowiecza autor odpowiada, że fantastyka od zawsze pociągała go jako gatunek literacki. Umożliwia oderwanie od codzienności, a tym właśnie dla autora jest literatura. Ma porwać opowieścią inną niż to wszystko, co nas otacza.



Fot. archiwum prywatne autora

Codziennosc mamy na co dzień. A skąd realia średniowieczne?

– Chyba po prostu lubię ten klimat. Generalnie im coś jest od nas bardziej oddalone w przeszłość, tym bardziej mnie interesuje. Takie zboczenie po paleontologii. Realia średniowieczne mają dla mnie urok, przynajmniej te kreowane przez eposy rycerskie, bo oczywiście wiadomo, że ta epoka wyglądało nieco inaczej, ale to realne też lubię i zdarza mi się czytać powieści historyczne osadzone właśnie w nim – opowiada młody pisarz.

Praca nad powieścią trwała łącznie około dwunastu lat. W międzyczasie Jakub miał dłuższą przerwę w pisaniu. Potem, gdy zaczął tworzyć bardziej dojrzałe, musiał nieco pozmieniać pojedyncze rozdziały.

Po napisaniu „Promienia nadziei” nie szukał wydawcy samodzielnie, jak to robi wielu pisarzy. Otrzymał bowiem wsparcie od dyrektorki z II Liceum Ogólnokształcącego w Gdyni i to ona skontaktowała go z wydawnictwem. – Teraz dopiero zaczyna się cały proces wydawniczy. Najpierw otrzy-

małem skróconą opinię wydawniczą wraz ze wstępnym kosztorysem. Jeśli to ostatecznie zaakceptuję, rozpocznie się redakcja tekstu, projektowanie grafiki i inne tego typu zabiegi. Jest szansa na wydanie książki już wiosną przyszłego roku, ale to oczywiście zależy też od ostatecznej ilości korekt, być może od pozyskania sponsorów – dodaje gdynianin.

Czy powstanie kolejna książka jego autorstwa?

– Nie wykluczam tego, choć na razie chcę zobaczyć, jak przyjmie się ta pierwsza powieść. Pewnie coś następnego powstanie, bo lubię pisać, chociaż kontakty z ludźmi, paleontologię i filozofię – właśnie w takiej kolejności – jeszcze bardziej. Może kolejna powieść będzie kontynuacją pierwszej, bo mam pewne pomysły, a może będzie to coś całkowicie innego. Trudno przewidzieć – podsumowuje Jakub.

Jakub Nowicki jest osobą niewidomą. Swoją pierwszą powieść zaczął pisać Braillem, a dopiero później korzystał z udźwiękowionego komputera. ■

Kultura bardziej dostępna

Każda instytucja kultury z całej Polski będzie mogła starać się o finanse na dostępność, a do rozdania jest blisko 20 milionów złotych. Granty będą przyznawane w ramach programu „Kultura bez barier”, który został oficjalnie zainaugurowany w czasie konferencji prasowej zorganizowanej na terenie Muzeum Pałacu Króla Jana III w Wilanowie.



Fot. MRiPS / Twitter

Najważniejszym celem programu jest poprawa dostępności oferty różnych instytucji kultury. Na to będą przeznaczone największe pieniądze, ale granty będzie też można wykorzystywać do finansowania innych działań.

Pieniądze będą mogły posłużyć m. in. do: organizacji warsztatów edukacyjnych, przygotowania audiodeskrypcji i tłumaczeń na Polski Język Migowy, przygotowania tyflografik, tworzenia opisów w języku uproszczonym itp.

W programie znajdzie się miejsce zarówno dla tych, którzy dopiero wchodzą na drogę udostępniania się osobom z niepełnosprawnościami, jak i dla instytucji, które zrobiły już dużo, a teraz chcą kontynuować prace. Nabór wniosków rozpocznie się najprawdopodobniej na przełomie 2021/ 2022 roku.

Projekt pt. „Kultura bez barier” jest realizowany w latach 2021-2023 ze środków Unii Europejskiej w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój na lata 2014-2020. Strategicznym partnerem krajowym jest Ministerstwo Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu, we współpracy z liderem projektu – PFRON, krajowym partnerem pozarządowym – Fundacją „Kultura bez Barier” oraz partnerem ponadnarodowym – Kompetenzzentrum für Kulturelle Bildung im Alter und Inklusion. ■

Światowid nominowany do nagrody Idol 2021

CSE „Światowid” w Elblągu został wskazany jako instytucja przyjazna i wspierająca osoby niewidome i niedowidzące w woj. warmińsko-mazurskim. Wszystko to za sprawą nowej sali studyjnej w Kinie Światowid w pełni przystosowanej dla potrzeb osób niepełnosprawnych ruchowo oraz dla osób niewidomych i niedowidzących.

W ramach remontu i przebudowy, Centrum Spotkań Europejskich „Światowid” w Elblągu wzbogaciło się o nową salę studyjną w pełni przystosowaną dla potrzeb osób niepełnosprawnych ruchowo oraz dla osób niewidomych i niedowidzących. Jest to jedyna taka sala kinowa w północnej Polsce wyposażona w system Audiomovie.

– To innowacyjne w skali światowej rozwiązanie opierające się na aplikacji na urządzenia przenośne umożliwiającej udostępnianie w kinie audiodeskrypcji oraz audionapisów osobom słabowidzącym oraz audionapisów osobom z ubytkiem słuchu i wzroku lub cierpiącym na dysleksję – mówi Natalia Piotrowska kierownik Kina „Światowid”.

Konkurs IDOL ma już prawie 20-letnią historię. Jego głównym celem jest nagrodzenie osób i instytucji za ich aktywność na rzecz osób z niepełnosprawnościami wzroku. To jeden z najważniejszych konkursów w Polsce, promujący innowacyjne działania na rzecz osób z niepełnosprawnościami. ■

MRiPS

CSE Światowid

Sztuka bez ograniczeń

Od 8 do 10 września br. w malowniczej, nadmorskiej miejscowości Łazy w powiecie koszalińskim odbędą się XIX Ogólnopolskie Integracyjne Warsztaty Artystyczne. Organizowana impreza ma charakter integracyjny i skierowana jest do artystów z całej Polski.



Fot. mat. pras.

-Spodziewamy się około 440 gości – zapowiada Dorota Dzikowska z PSONI w Koszalinie, organizator – Nadrzednym celem organizowanych Warsztatów jest rozwijanie i promowanie twórczej aktywności osób z niepełnosprawnością oraz zapoznanie ich z różnymi metodami wyrażania uczuć poprzez sztukę. Twórczość bowiem w życiu osób z niepełnosprawności intelektualną jest elementem wzmacniającym, podnoszącym poczucie godności i przynależności społecznej. Zetknięcie z innym artystą dodaje osobom z niepełnosprawnościami nie tylko skrzydeł, ale także stanowi okazję do poszerzania ich wiedzy na temat szeroko pojętej sztuki, dając możliwość nieskrępowanej ekspresji i wyrażania siebie. Wspólne artystyczne tworzenie obniża poziom stereotypów wobec osób z niepełnosprawnościami, bo oto okazuje się, że każdy może mieć własny styl, zainteresowania, wyobraźnię i talent – dodaje Dorota Dzikowska. ■

Oprac. red

„To, co kocham”

To temat XIX edycji Ogólnopolskiego Konkursu Plastycznego „Sztuka Osób Niepełnosprawnych” organizowanego przez PFRON.

Do 30 września 2021 r. prace mogą nadsyłać uczestnicy warsztatów terapii zajęciowej, środowiskowych domów samopomocy oraz niepełnosprawni mieszkańcy domów pomocy społecznej.

Prace można składać w oddziałach wojewódzkich PFRON właściwych ze względu na siedzibę placówki biorącej udział w konkursie.

Kategorie i techniki wykonania prac:

- malarstwo i witraż

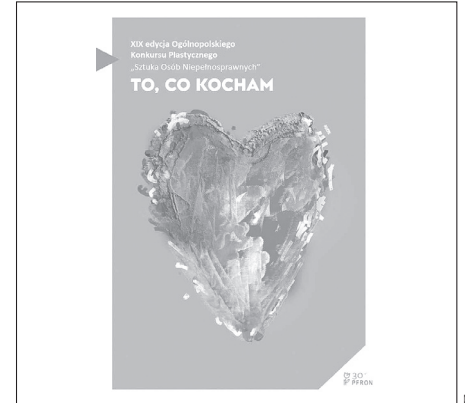
Dopuszczalne techniki: akwarele, pastele, gwasz, olej itp., na dowolnym podłożu (np. płótno, papier, tkanina, szkło, płyta)

- rysunek i grafika

Dopuszczalne techniki: ołówek, węgiel, piórko, mazak, techniki powtarzalne, np. drzeworyt i linoryt

- rzeźba kameralna i płaskorzeźba

Dopuszczalne techniki: rzeźba w drewno-



Fot. mat. pras.

nie, ceramice, kamieniu i technikach mieszanych

- tkanina i aplikacja

Dopuszczalne techniki: hafty wykonane różnorodną techniką, gobeliny, makaty

- fotografia

Fotografia

Szczegółowe informacje o konkursie, regulamin i formularz zgłoszeniowy na stronie PFRON. ■

Oprac. red.

Dalekosięźni 2021!

W czerwcu w Tarnowie odbył się festiwalu Dalekosięźni 2021 – letnie spotkania podróżników. Przez 2 dni można było wysłuchać na żywo oraz online podróżniczych opowieści i przygód z różnych zakątków świata.

Impreza dostosowana była do osób z różnymi niepełnosprawnościami. Wszystkie spotkania były tłumaczone na Polski Język Migowy (PJM), sala była wyposażona w pętlę indukcyjną, filmy były wyświetlane z polskimi napisami, zaś budynek i sala widowiskowa przystosowane były dla osób z niepełnosprawnością ruchu. Tegorocznymi gośćmi festiwalu byli: Ewa Świdarska, Witold Palak, Michał Woroch, Andrzej Meller, Cezary Borowy i Tomek Michniewicz.

Centrum Sztuki Mościce w Tarnowie w ramach cyklu podróżniczego: „Za horyzont domu” organizuje dwa festiwale: Dalekosięźni 2021 – letnie spotkania podróżników oraz Górnolotni – spotkania ludzi gór. Głównym celem tych



Fot. mat. pras.

spotkań jest inspirowanie i pobudzanie do działania ludzi, którzy „zasiedzieli się” w swoich domach, do aktywności fizycznej, do przełamywania własnych barier. Na spotkaniach oprócz pięknych zdjęć, filmów i opowieści, można pozyskać cenną wiedzę i wskazówki do realizacji własnych planów, wędrówek, wakacji. Spotkaniom często towarzyszą wystawy, projekcje filmów, promocje książek, a także warsztaty i szkolenia. ■

Oprac. red.

Nowe przepisy dotyczące hulajnog elektrycznych i urządzeń transportu osobistego

20 maja 2021 r. weszły w życie przepisy nowelizacji ustawy Prawo o ruchu drogowym oraz niektórych innych ustaw, która reguluje status prawny urządzeń napędzanych elektrycznie oraz urządzeń napędzanych siłą mięśni przeznaczonych do poruszania się po drogach publicznych. Ustawa wprowadza pierwszeństwo pieszego w stosunku do kierującego hulajnogą elektryczną lub urządzeniem transportu osobistego (UTO) poruszającego się po części infrastruktury przeznaczonej dla ruchu pieszych. Kierujący tymi pojazdami będą zobowiązani do ustępowania pierwszeństwa pieszym i nieutrudniania im ruchu.

– Do tej pory stan prawny hulajnog elektrycznych i urządzeń transportu osobistego pozostawał nieuregulowany. Stwarzało to realne zagrożenie bezpieczeństwa na drogach i chodnikach. Dlatego przygotowaliśmy rozwiązania, które zwiększą bezpieczeństwo, w szczególności najmniej chronionych uczestników ruchu drogowego – powiedział minister infrastruktury Andrzej Adamczyk.

Regulacje zawarte w projekcie ustawy zabraniają m.in.:

- kierowania hulajnogą elektryczną po jezdni, na której dopuszczalna prędkość jest większa niż 30 km/h,
- kierowania hulajnogą lub urządzeniem transportu osobistego osobie znajdującej się w stanie nietrzeźwości lub w stanie po użyciu alkoholu albo środka działającego podobnie do alkoholu,
- przewożenia hulajnogą elektryczną i urządzeniem transportu osobistego innych osób, zwierząt i przedmiotów,
- ciągnięcia lub holowania hulajnogą elektryczną i urządzeniem transportu osobistego innych pojazdów,
- pozostawiania hulajnog elektrycznych i urządzeń transportu osobistego na chodniku w inny sposób niż równoległe do jego zewnętrznej krawędzi.

Hulajnoga elektryczna

Hulajnoga elektryczna to pojazd napędzany elektrycznie, dwuosiowy z kierownicą, bez siedzenia i pedałów, konstrukcyjnie przeznaczony do poruszania się wyłącznie przez kierującego znajdującego się na tym pojeździe.



Fot. pixabay.com

Gdzie można się poruszać hulajnogą elektryczną?

Kierujący hulajnogą elektryczną jest obowiązany korzystać z drogi dla rowerów lub pasa ruchu dla rowerów, jeśli są one wyznaczone dla kierunku, w którym się porusza lub zamierza skręcić – z prędkością dopuszczalną 20 km/h. Dodatkowo jest obowiązany korzystać

z jezdni, po której ruch pojazdów jest dozwolony z prędkością nie większą niż 30 km/h, w przypadku gdy brakuje wydzielonej drogi dla rowerów oraz pasa ruchu dla rowerów – z prędkością dopuszczalną 20 km/h. Kierujący może wyjątkowo poruszać się chodnikiem lub drogą dla pieszych, gdy chodnik jest usytuowany wzdłuż jezdni, po której ruch pojazdów

jest dozwolony z prędkością nie większą niż 30 km/h i brakuje wydzielonej drogi dla rowerów oraz pasa ruchu dla rowerów – z zachowaniem następujących zasad: jazda z prędkością zbliżoną do prędkości pieszego, zachowanie szczególnej ostrożności, ustępowanie pierwszeństwa pieszemu oraz nieutrudnianie ruchu pieszemu.

Uprawnienia do kierowania

Do kierowania hulajnogą elektryczną przez osoby w wieku od 10 lat do 18 lat wymagane będzie posiadanie tych samych uprawnień, co w przypadku kierowania rowerem, czyli karty rowerowej lub prawa jazdy kategorii AM, A1, B1 lub T. Dla osób, które ukończyły 18 lat, dokument taki nie jest wymagany.

Poruszanie się hulajnogą elektryczną po drodze publicznej przez dziecko do 10 lat jest zabronione w każdej sytuacji, również pod opieką osoby dorosłej. Dzieci w wieku do 10 lat będą mogły poruszać się hulajnogą elektryczną jedynie w strefie zamieszkania, pod opieką osoby dorosłej.

Urządzenia transportu osobistego – UTO

Urządzenie transportu osobistego to pojazd napędzany elektrycznie, bez siedzenia i pedałów, konstrukcyjnie przeznaczony do poruszania się wyłącznie przez kierującego znajdującym się na tym pojeździe (np. deskorolka elektryczna, elektryczne urządzenie samopoziomujące).

Gdzie można się poruszać UTO?

Kierujący urządzeniem transportu osobistego jest obowiązany korzystać z drogi dla rowerów, jeśli jest ona wyznaczona dla kierunku, w którym się porusza lub zamierza skręcić – z prędkością dopuszczalną 20 km/h. Może wyjątkowo poruszać się chodnikiem lub drogą dla pieszych, w przypadku braku drogi dla rowerów, z zachowaniem następujących zasad: jazda z prędkością zbliżoną do prędkości pieszego, zachowanie szczególnej ostrożności, ustępowanie pierwszeństwa pieszemu oraz nieutrudnianie ruchu pieszemu.

Uprawnienia do kierowania

Poruszanie się urządzeniem transportu osobistego po drodze publicznej przez dziecko do 10 lat jest zabronione

w każdej sytuacji, również pod opieką osoby dorosłej. Dzieci w wieku do 10 lat będą mogły poruszać się urządzeniem transportu osobistego jedynie w strefie zamieszkania pod opieką osoby dorosłej.

Do kierowania urządzeniem transportu osobistego przez osoby w wieku od 10 lat do 18 lat wymagane będzie posiadanie tych samych uprawnień, co w przypadku kierowania rowerem, czyli karty rowerowej lub prawa jazdy kategorii AM, A1, B1 lub T. Dla osób, które ukończyły 18 lat, dokument taki nie jest wymagany.

Urządzenia wspomagające ruch

Jest to urządzenie lub sprzęt sportowo-rekreacyjny przeznaczone do poruszania się w pozycji stojącej, napędzane siłą mięśni (np. rolki, wrotki, deskorolka). Osoba korzystająca z urządzeń tego typu będzie mogła poruszać się po drodze dla rowerów lub po chodniku i drodze dla pieszych, z zachowaniem następujących zasad: jazda z prędkością zbliżoną do prędkości pieszego, zachowanie szczególnej ostrożności, ustępowanie pierwszeństwa pieszemu oraz nieutrudnianie ruchu pieszemu.

Poruszanie się urządzeniem wspomagającym ruch napędzanym siłą mięśni nie wymaga posiadania żadnych uprawnień i jest dopuszczalne bez ograniczeń wiekowych.

Przeście dla pieszych nie dla hulajnog, UTO

Zabronione jest przejeżdżanie hulajnogą elektryczną, urządzeniem transportu osobistego przez przejście dla pieszych.

Nie wszędzie można zaparkować hulajnogę elektryczną

Nowe przepisy wprowadzają obowiązek pozostawienia m.in. hulajnogę elektrycznej na chodniku w przeznaczonym do tego miejscu (wyznaczonym przez zarządcę drogi). W przypadku braku takiego miejsca, pozostawienie pojazdu na chodniku będzie możliwe tylko przy jednoczesnym spełnieniu następujących warunków:

- hulajnoga elektryczna będzie ustawiona jak najbliżej zewnętrznej krawędzi chodnika, najbardziej oddalonej od jezdni,
- hulajnoga elektryczna będzie ustawiona równolegle do krawędzi chodnika,
- szerokość chodnika pozostawionego

dla ruchu pieszych jest taka, że nie utrudni im ruchu i jest nie mniejsza niż 1,5 m.

W nowelizacji wskazano ponadto wysokość opłat za usunięcie z drogi hulajnogę elektrycznej lub urządzenia transportu osobistego. Pojazdy te mogą zostać usunięte z drogi na koszt właściciela, m.in. w przypadku pozostawienia ich w miejscu, gdzie jest to zabronione i utrudnia ruch lub w inny sposób zagraża bezpieczeństwu. Dyspozycję usunięcia pojazdu z drogi może wydać policjant lub strażnik gminny (miejski).

Nowe przepisy – nowe obowiązki

Nowelizacja wprowadza nowy rodzaj wykroczenia (w ustawie – Kodeks wykroczeń) za poruszanie się przez kierującego hulajnogą elektryczną lub urządzeniem transportu osobistego albo przez osobę poruszającą się przy użyciu urządzenia wspomagającego ruch chodnikiem lub drogą dla pieszych z prędkością większą niż prędkość zbliżona do prędkości pieszego lub za nieustępowanie pierwszeństwa pieszemu.

Organy kontrolne mogą ponadto nałożyć mandat karny za popełnione naruszenie, m.in. na kierującego hulajnogą elektryczną lub urządzeniem transportu osobistego albo osobę poruszającą się przy użyciu urządzenia wspomagającego ruch, która wykracza przeciwko innym przepisom ustawy – Prawo o ruchu drogowym lub przepisom wydanym na jej podstawie.

Szczegółowe parametry techniczne hulajnog elektrycznych oraz urządzeń transportu osobistego zostaną uregulowane w przepisach rozporządzenia Ministra Infrastruktury w sprawie warunków technicznych pojazdów oraz zakresu ich niezbędnego wyposażenia. Przepisy dotyczące nowych warunków technicznych będą stosowane jedynie do hulajnog elektrycznych i urządzeń transportu osobistego wprowadzanych do obrotu po 31 grudnia 2021 r. Ponadto projekt ustawy zawiera przepis umożliwiający poruszanie się hulajnogami elektrycznymi i urządzeniami transportu osobistego, które nie spełniają nowych warunków technicznych, jeżeli pojazdy te zostały wprowadzone do obrotu przed 1 stycznia 2022 r. ■

Od 1 czerwca można dorobić więcej

Zmieniają się limity zarobkowe dla emerytów, którzy nie osiągnęli powszechnego wieku emerytalnego oraz rencistów. Będą wyższe, więc seniorzy będą mogli więcej dorobić do swoich świadczeń.



Fot. pixabay.com

Do emerytur i rent można dorabiać, trzeba jednak pamiętać, że istnieją limity przychodów. Ich przekroczenie może spowodować, że ZUS zmniejszy lub zawiesi wypłatę świadczenia. Aby nie narazić się na zmniejszenie emerytury czy renty, przychód nie może przekroczyć 70% przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia.

– Od 1 czerwca jest to kwota 3977,10 zł brutto. Świadczenie może być również zawieszona, jeśli przekroczenie będzie wyższe niż 130 proc. przeciętnego wynagrodzenia tj. 7386,10 zł brutto – informuje Katarzyna Krupicka, regionalny rzecznik prasowy ZUS województwa podlaskiego.

Z kolei jeśli przychód przekroczy 70 proc. przeciętnego miesięcznego wynagrodzenia, ale nie będzie wyższy aniżeli 130 proc. tego wynagrodzenia, to świadczenie zostanie zmniejszone o kwotę przekroczenia, nie więcej jednak niż o kwotę maksymalnego zmniejszenia. Kwota maksymalnego zmniejszenia wynosi obecnie 646,67 zł dla emerytur i rent z tytułu całkowitej niezdolności do pracy, 485,04 zł dla rent z tytułu częściowej niezdolności do pracy i 549,71 zł dla rent rodzinnych, do których uprawniona jest jedna osoba.

Inaczej jest w przypadku renty socjalnej. Renta socjalna zostanie zawieszona po przekroczeniu 3977,10 zł brutto przychodu.

Kto może dorabiać bez ograniczeń?

O limitach muszą pamiętać wcześniejsi emeryci, którzy nie osiągnęli wieku emerytalnego (60 lat dla kobiety i 65 lat dla mężczyzny). Emeryci, którzy ukończyli powszechny wiek emerytalny, mogą dorabiać do swojej emerytury bez ograniczeń.

– Wyjątek od tej zasady stanowią ci emeryci, którym ZUS podwyższył wyliczoną emeryturę do kwoty świadczenia minimalnego (od marca 1250,88 zł brutto). Wówczas, jeżeli przychód z tytułu pracy przekroczy wysokość kwoty podwyższenia do minimalnej emerytury, emerytura za dany okres będzie wypłacana w niższej kwocie, tj. bez dopłaty do minimum – dodaje rzeczniczka.

Bez ograniczeń mogą również dorabiać niektórzy renciści. Chodzi o osoby, które pobierają renty dla inwalidów wojennych, inwalidów wojskowych, których niezdolność do pracy związana jest ze służbą wojskową. Ten przywilej dotyczy również rent rodzinnych, przysługujących po uprawnionych do tych świadczeń.

Jeżeli osoba pobiera rentę rodzinną, która jest kwotowo korzystniejsza od ustalonej emerytury z tytułu ukończenia powszechnego wieku emerytalnego – również może zarobkować bez ograniczeń. ■

ZUS

1 czerwca 2021 r. wchodzi w życie nowelizacja przepisów Prawo o ruchu drogowym. W myśl nowych przepisów nastąpi ujednoczenie dopuszczalnej prędkości w obszarze zabudowanym niezależnie od pory dnia, zwiększenie zakresu ochrony pieszego w rejonie przejścia dla pieszych, nałożenie obowiązku zachowania szczególnej ostrożności przez pieszego oraz uregulowanie kwestii bezpiecznej odległości między pojazdami na autostradach i drogach ekspresowych.

– Ustawa wprowadza szereg rozwiązań, mających na celu poprawę bezpieczeństwa uczestników ruchu drogowego, w tym przede wszystkim pieszych, którzy w zderzeniu z rozjeżdżonym pojazdem nie mają żadnych szans. Bezpieczeństwo na naszych drogach, w tym niechronionych użytkowników dróg, musi się zwiększyć – jest to priorytet polskiego rządu – mówi minister infrastruktury Andrzej Adamczyk.

Większa ochrona pieszego w rejonie przejść dla pieszych

Zwiększenie zakresu ochrony pieszego w rejonie przejścia dla pieszych jest planowane poprzez nałożenie na kierującego pojazdem dodatkowych obowiązków. Będzie on zobowiązany do dokładnej obserwacji nie tylko przejścia dla pieszych, ale i jego okolicy oraz do stworzenia możliwości bezpiecznego przejścia przez jezdnię dla pieszych znajdujących się na przejściu dla pieszych oraz tych, którzy wchodzi na przejście.

Obecnie ustawa Prawo o ruchu drogowym zobowiązuje kierującego pojazdem, zbliżającego się do przejścia dla pieszych do zachowania szczególnej ostrożności i ustąpienia pierwszeństwa pieszemu znajdującemu się na nim. Natomiast obowiązek zmniejszenia prędkości przez kierującego pojazdem

Zmiany w przepisach o ruchu drogowym

tak, aby nie narazić na niebezpieczeństwo pieszych znajdujących się na przejściu lub na niewchodzących, wynika z przepisów rozporządzenia w sprawie znaków i sygnałów drogowych.

Nowe rozwiązanie będzie zobowiązywać kierującego pojazdem, który zbliża się do przejścia dla pieszych, poza zachowaniem szczególnej ostrożności i ustąpieniem pierwszeństwa pieszemu, znajdującemu się na przejściu dla pieszych, do zmniejszenia prędkości tak, aby nie narazić na niebezpieczeństwo pieszego. Obowiązkiem kierowcy będzie także ustąpienie pierwszeństwa pieszemu wchodzącemu na przejście albo znajdującemu się na nim. Rozszerzenie udzielenia pierwszeństwa pieszemu wchodzącemu na przejście dla pieszych w projektowanych zmianach ustawy nie dotyczy tramwajów.

Obowiązek zachowania przez pieszego szczególnej ostrożności podczas przechodzenia przez jezdnię lub torowisko zostanie rozszerzony również na pieszego wchodzącego na jezdnię lub torowisko. Na pieszym wchodzącym na przejście dla pieszych spoczywał będzie obowiązek zachowania szczególnej ostrożności, polegający na zwiększeniu uwagi i dostosowaniu zachowania do warunków i sytuacji zmieniających się na drodze, w stopniu umożliwiającym odpowiednio szybkie reagowanie.

Nie korzystamy z telefonów podczas przechodzenia przez jezdnię

W ustawie wprowadzono regulacje, zakazujące pieszemu korzystania w trakcie wchodzenia na jezdnię lub torowisko lub przechodzenia przez jezdnię lub torowisko (także w obrębie usytuowanych tam przejść dla pieszych) z telefonów komórkowych oraz innych urządzeń upośledzających prawidłową percepcję, zwłaszcza wzrokową, a tym samym ocenę w zakresie bezpiecznego wejścia i pokonania jezdni lub torowiska. Rozwiązanie to, będzie miało wpływ na bezpieczeństwo niechronionych

uczestników ruchu drogowego. Zostanie ono osiągnięte poprzez uzupełnienie art. 14 ustawy – Prawo o ruchu drogowym, określającego zakazy dla pieszych w ruchu drogowym.

Koniec z jazdą na zderzaku

Niezachowanie odległości między pojazdami na drogach ekspresowych i autostradach, jak wynika z policyjnych statystyk, jest jedną z głównych przyczyn wypadków, obok niedostosowania prędkości do warunków ruchu, nieprawidłowego wyprzedzania, zmęczenia i nieprawidłowej zmiany pasa ruchu.

Zachowanie zbyt małego odstępu pomiędzy pojazdami często bywa przyczyną niebezpiecznych zdarzeń drogowych. Nagminną na polskich drogach jest tzw. jazda na zderzaku, w niewielkiej odległości za poprzedzającym pojazdem. To niezwykle ryzykowana praktyka zwłaszcza na drogach szybkiego ruchu, takich jak autostrady i drogi ekspresowe. W sytuacji awaryjnej, która wymaga natychmiastowego działania, kierowca nie ma żadnych szans na szybką reakcję. W przypadku niezachowania odpowiedniej odległości, ograniczone jest również pole widzenia, uniemożliwiając zidentyfikowanie przeszkody, znajdującej się przed poprzedzającym pojazdem. Nagłe wyhamowanie pojazdu jadącego z przodu, zmusza jadących z tyłu do gwałtownego hamowania, przez co nierzadko dochodzi do karambolu.

Bezpieczna odległość między pojazdami na drogach szybkiego ruchu (autostradach i drogach ekspresowych) będzie wynosiła połowę aktualnej prędkości, czyli kierowca jadący 100 km/h musi jechać 50 m za poprzedzającym samochodem, 120 km/h – 60 m, 140 km/h – 70 m. Podobne rozwiązania zostały zastosowane w wielu europejskich państwach, w tym m.in. w Niemczech.

Odstępstwo od obowiązku zachowywania bezpiecznej odległości między pojazdami na drogach ekspresowych i autostradach ma dotyczyć

przypadków, w których kierujący pojazdem wykonuje manewr wyprzedzania.

Zrównanie prędkości w obszarze zabudowanym do 50 km/h w dzień i w nocy

Obniżenie prędkości pojazdów w obszarze zabudowanym w godzinach nocnych do 50 km/h ma na celu przede wszystkim poprawę bezpieczeństwa pieszych jako niechronionych uczestników ruchu drogowego. Z analiz badawczych wynika, że różnica prędkości między 50 i 60 km/h ma istotne znaczenie dla długości drogi hamowania pojazdu oraz potencjalnych skutków zdarzeń drogowych. Ponad 95 proc. pieszych ma szansę przeżyć wypadek przy prędkości uderzenia przez pojazd mniejszej niż 30 km/h, a szansę te bardzo spadają, gdy prędkość pojazdu uderzającego w pieszego jest większa od 50 km/h.

Obecnie Polska jest jedynym krajem w UE, który nadal dopuszcza jazdę z prędkością 60 km/h w obszarze zabudowanym.

– Poprawa bezpieczeństwa ruchu drogowego jest priorytetem Ministerstwa Infrastruktury. Nasze działania składają się z trzech filarów. Pierwszym jest edukacja. Przygotowaliśmy kampanię społeczną, by dotrzeć do każdego kierowcy i każdego pieszego. Drugim są inwestycje – oprócz rozbudowy sieci drogowej w celu wyprowadzenia ruchu kołowego z centrów miast Generalna Dyrekcja Dróg Krajowych i Autostrad przygotowuje listę przejść dla pieszych, które powinny być doświetlone, aby zapewnić dobrą widoczność pieszego. Trzecim filarem są zmiany w prawie, które wchodzi w życie. Dzięki tym działaniom wkrótce będziemy mogli zaobserwować spadającą liczbę wypadków drogowych, zwłaszcza tych z udziałem najsłabiej chronionych uczestników ruchu – wskazuje wiceminister infrastruktury Rafał Weber. ■

Wyjątkowe Igrzyska. Bez kibiców i z wieloma ograniczeniami

Premier Japonii Yoshihide Suga ogłosił kolejny stan wyjątkowy w Tokio, by powstrzymać najnowszy wzrost zakażeń koronawirusem. Ma obowiązywać do 22 sierpnia, czyli przez całe Igrzyska Olimpijskie. Niewykluczone, że potrwa nawet dłużej, bo najnowsze dane dotyczące nowych zakażeń nie są optymistyczne.

Stan wyjątkowy oznacza, że igrzyska olimpijskie i paraolimpijskie odbędą się bez udziału publiczności.

Ograniczenie to dotyczy wszystkich zawodów w Tokio, a zakaz może objąć również konkurencje rozgrywane w sąsiednich prefekturach. Igrzyska olimpijskie trwały od 23 lipca do 8 sierpnia, zaś igrzyska paraolimpijskie od 24 sierpnia do 5 września.

Jest to już czwarty stan wyjątkowy wprowadzony w Tokio w związku z pandemią COVID-19. Poprzedni zakładał m.in. zakaz sprzedaży alkoholu w barach i restauracjach oraz nakaz zamykania takich lokali o godz. 20:00.

– Liczymy na powstrzymanie ludzi od przemieszczania się w czasie letniej przerwy w pracy i (sierpniowego) Festiwalu Bon, aż szczepienia pójdą naprzód – powiedział na zebraniu panelu ekspertów minister Yasutoshi Nishimura, który nadzoruje rządową odpowiedź na pandemię.

Władze planowały początkowo przedłużenie w Tokio obecnych, nieco łagodniejszych restrykcji, określanych przez media jako „quasi-stan wyjątkowy”. W związku z najnowszym wzrostem liczby infekcji zdecydowały jednak na przywrócenie pełnego stanu wyjątkowego – pisze agencja Kyodo.

Eksperti doradzający rządowi w sprawie COVID-19 oceniali, że igrzyska mogą się przyczynić do wzrostu liczby zakażeń w Japonii i powstania nowych ognisk choroby w innych krajach, szczególnie biorąc pod uwagę nowe, bardziej zakaźne warianty koronawirusa.

Japoński rząd zdecydował również o przedłużeniu, obowiązującego już stanu wyjątkowego w prefekturze Okinawa. „Quasi-stan wyjątkowy” będzie przedłużony



Fot. pixabay.com

do 22 sierpnia w prefekturach Chiba, Saitama, Kanagawa i Osaka.

Organizatorzy IO i IP opracowali kompleksową listę zasad, które będą panować podczas wspomnianych imprez sportowych. Siedemdziesięciostronicowy „Playbook” to zbiór zakazów. Sportowcy w Tokio zobaczą tylko wioskę olimpijską (w niej także będzie wiele obostrzeń) i areny, w których powalczą o medale.

W Tokio poza sportowcami pojawią się też dziennikarze, wolontariusze i wiele, wiele innych osób, które nie są widoczne podczas transmisji, a których obecność jest niezbędna do sprawnego przeprowadzenia zawodów. Ilość osób, która w lipcu, sierpniu i wrześniu odwiedzi stolicę Japonii niepokoi mieszkańców miasta.

Wiele krajowych komitetów olimpijskich zorganizowało specjalne szkolenia, które mają pomóc sportowcom lepiej przyswoić wszystkie obowiązujące antycovidowe obostrzenia.

Wśród zakazów: zakaz podawania rąk, używania innych pojazdów niż te, specjalnie do tego przeznaczone. Każda podróż będzie musiała też być skrupulatnie odnotowana. Do tego każdy

kto wylądował w Tokio zobowiązany zostanie do zainstalowania specjalnej aplikacji, dzięki której będzie „zaznaczał” odwiedzone podczas całego pobytu punkty. Aplikacja ma też pomóc w przypadku wykrycia zakażenia, bo wskaże ona z kim zakażona osoba miała kontakt.

Stołówka będzie miejscem, które będzie mogło być wypełnione maksymalnie w 70 proc. i w którym – wzorem bibliotek – panować ma cisza. Spożywający posiłki będą odseparowani specjalną plexi. Do tego obowiązkowe codzienne testy na obecność koronawirusa i maseczka, która na twarzy sportowców jak i trenerów ma być niemal cały czas.

Wywiady z dziennikarzami? Maksymalnie 1,5 minuty. Miejsca treningów będą poddawane dezynfekcji i każde z nich ma mieć swój własny regulamin. Za nieprzestrzeganie zasad grozić będą grzywny, czasowe lub stałe odebranie przepustek, a w najbardziej skrajnych sytuacjach – jak podał brytyjski „Guardian” – nawet dyskwalifikacja. ■

Oprac. Red.

Źródło: PAP / TVP

PZU sponsorem tytularnym Amp Futbol Ekstraklasy

Ampfutboliści będą rywalizowali w rozgrywkach pod nazwą PZU Amp Futbol Ekstraklasa. Polski gigant ubezpieczeniowy został sponsorem tytularnym rozgrywek niepełnosprawnych piłkarzy.



Fot. Bartłomiej Budny

– Cieszymy się, że możemy wspierać różne projekty promujące piłkę nożną dla osób z niepełnosprawnościami. Są to działania, dzięki którym zawodnicy mogą realizować swoją sportową pasję i osiągać sukcesy – mówi Robert Lubański, dyrektor ds. prewencji PZU. – Jesteśmy dumni, że od teraz polska liga nosi nazwę PZU Amp Futbol Ekstraklasa. Mamy nadzieję, że ampfutbolowych klubów będzie na mapie Polski stale przybywało i będą one odnosić sukcesy na arenie międzynarodowej – dodaje

przedstawiciel sponsora polskiego ampfutbolu. PZU jako Partner Strategiczny Amp Futbol Polska wspiera również reprezentację Polski, Mistrzostwa Europy oraz projekty juniorskie w tej dyscyplinie.

Nowe nazwa i emblemat ligi będą obowiązywały przynajmniej do końca sezonu 2023, bo na taki okres podpisana została umowa PZU z Amp Futbol Polska. Logo Sponsora Tytularnego pojawi się również na koszulkach wszystkich klubów występujących w rozgrywkach. – Nawiązanie współpracy z tak dużą marką, jak PZU jest dla naszej ligi wielkim wyróżnieniem i ważnym krokiem w rozwoju. Po wejściu do Amp Futbol Ekstraklasy największych polskich klubów i umieszczeniu transmisji z meczów na portalu TVP Sport, jest to kolejny jasny sygnał pokazujący, że idziemy w dobrą stronę, a ampfutbol, również w wydaniu klubowym, stale zyskuje na wartości. PZU Amp Futbol Ekstraklasa – to brzmi dumnie! – mówi Mateusz Wiślak, prezes Amp Futbol Polska, który podkreśla, że PZU to pierwszy sponsor tytularny rozgrywek w sporcie niepełnosprawnych w Polsce.

Pod nową nazwą PZU Amp Futbol Ekstraklasa zadebiutowała już 26-27 czerwca podczas drugiego ligowego turnieju w tym sezonie. Zawody w Bielsku-Białej były tym ważniejsze, że rozegrane zostaną tam ostatnie ligowe mecze przed mistrzostwami Europy, które we wrześniu odbędą się w Krakowie. Atrakcyjność turnieju zwiększył również fakt, że w końcu na trybunach mogli pojawić się kibice, a w Bielsku-Białej zawsze była najwyższa frekwencja.

– Wejście do naszej ligi takiego sponsora, to duży krok w kierunku dalszego rozwoju ampfutbolu – podkreśla Krzysztof Wrona, kapitan TSP Kuloodpornych Bielsko-Biała, a więc mistrzów Polski z 2019 roku.

TSP Kuloodporni 26-27 czerwca mierzyli się w Bielsku-Białej z liderem Amp Futbol Ekstraklasy – Wisłą Kraków oraz z Widzewem Łódź, Wartą Poznań i Legią Warszawa, która ostatnio pokazała się ze świetnej strony w Turcji, gdzie zajęła drugie miejsce w Lidze Mistrzów.

Transmisje z całego sezonu PZU Amp Futbol Ekstraklasy można oglądać na portalu i w aplikacji mobilnej TVP Sport oraz na Facebooku Amp Futbol Polska. ■

Amp Futbol Polska

Medale tenisistów i kajakarzy

Lubuski Odział Regionalny Olimpiad Specjalnych był gospodarzem Turnieju Tenisa Stołowego i Regat Kajakowych Olimpiad Specjalnych. W turnieju rywalizowali zawodnicy z siedmiu regionów w tym – warmińsko-mazurskiego.



Fot. IKS Atak

Warmińsko-mazurski region w tenisie stołowym reprezentowali zawodnicy Klubu ONI w ATAku, który działa przy IKS ATAku, zaś kajakarze – to ekipa z Klubu Olimpiad w Łupkach. Zawody były sprawdzianem przed Światowymi Letnimi Igrzyskami Olimpiad Specjalnych, które odbędą się w Berlinie w 2023 roku.

Elbląska ekipa liczyła pięć osób, która po turnieju mogła pochwalić się zdobyciem pięciu medali.

W grze pojedynczej pań złoty medal wywalczyła Kasia Ziółkowska. Z brązowym krążkiem do domu wróciła Agnieszka Strąk.

W grze pojedynczej medale zdobyli również: Grzegorz Demczuk – złoto, Mateusz Bielecki i Michał Warno – srebro.

W grze podwójnej mieszanej (miksty) Kasia i Grzegorz ponownie zdobyli złoty medal, a Agnieszka z Michałem uplasowali się na czwartej pozycji.

Nie dużo gorzej w zawodach spisali się kajakarze, którzy w sumie zdobyli trzy medale. Kasia Poreda wywalczyła srebrny medal na dystansie 200 m, zajęła także 4. miejsce na dystansie 200 m. Aleksander Tyszko mógł się cieszyć srebrnym medalem na dystansie 200m i brązowym na dystansie 500m. ■

Red.

Kleszcze – temat wciąż na topie

– Kiedyś o kleszczach nie mówiło się dużo, ale musimy pamiętać, że boreliozę odkryto w Stanach Zjednoczonych w latach 80. XX wieku, a w Polsce choroby odkleszczowe rejestruje się od początku lat dwutysięcznych. Dopiero od tego czasu zaczęły się wszelkie akcje profilaktyczne i opinia publiczna zaczęła zwracać uwagę na kleszcze. Nie znaczy to jednak, że kiedyś było ich mniej, ale na pewno zmieniła się nasza percepcja – tłumaczy ekspertka z Katedry Łowiectwa i Ochrony Lasu Uniwersytetu Przyrodniczego w Poznaniu.



Fot. pixabay.com

Nie oznacza to również, że kleszczy przybywa.

– W Polsce nie prowadzi się monitoringu ilości kleszczy, dlatego trudno nam powiedzieć, czy ich przybywa. Wiemy jednak z badań, że zmiany klimatyczne wydłużają okres aktywności kleszczy, ponieważ okresy temperatur ujemnych, w czasie których są one nieaktywne, są coraz krótsze albo w ogóle ich nie ma. To sprawia, że kleszcze potrafią być aktywne w grudniu czy styczniu. W ostatnim roku tylko w lutym nie były, kiedy mieliśmy mrozy. Z drugiej strony, kleszcze nie lubią suszy, więc w czasie suchego i upalnego lata też są nieaktywne – dodaje ekspertka.

Wyższe temperatury ponadto sprawiają, że w Polsce pojawiają się – i przeżywają coraz dłużej – nowe gatunki, które dotąd występowały np. w Afryce. Te kleszcze przyleciały do Polski na ptakach wędrownych i są znane badaczom od dawna.

– Kiedyś taka nimfa od razu ginęła, a dziś jest w stanie przetrwać i – jak znajdzie żywiciela – jest w stanie przeobrazić się w dorosłego osobnika. Jeszcze nie mamy danych, żeby były w stanie przejść cały swój cykl (od lar-

wy przez nimfę po dorosłego osobnika), ale niewykluczone, że za jakiś czas do tego dojdzie. To są inne rodzaje kleszczy, które przenoszą inne choroby niż te, które obecnie europejscy lekarze znają i diagnozują – powiedziała.

Co więcej, przez coraz wyższe temperatury kleszcze pojawiają się coraz dalej na północ w krajach takich, jak np. Norwegia.

Dr Wierzbicka przypomniała, że występowanie kleszczy zależy od wielu czynników. Obok temperatury czy wilgotności liczy się również m.in. liczba zwierząt, które są żywicielami kleszczy i które mogą je przenosić w inne miejsca. To głównie gatunki łowne jak jelenie, sarny, łosie, dziki, a także gryzonie np. myszy.

Kleszcze nie mają naturalnych wrogów.

– Wprawdzie błonkówka pasożytnicza i grzyby mogą atakować kleszcze, ale z dotychczasowych badań wynika, że ci naturalni wrogowie kleszczy, czyli ich pasożyty, nigdy nie występują w takiej ilości, żeby miały realny wpływ na wielkość populacji kleszczy. Tak naprawdę takiego biologicznego czynnika czy wroga, którego większa

ilość w środowisku spowodowała by zmniejszenie populacji kleszczy, nie ma. A przynajmniej nie mamy go zidentyfikowanego – wskazuje badaczka.

Współcześnie kleszcze są wszechobecne, złapać je można nawet na zielonych terenach rekreacyjnych i w centrach miast (same kleszcze nie są mobilne, ale przenoszą je ich gospodarze). Na ofiary czatują najczęściej w niskich zaroślach, trawach, wysokich głównie do jednego metra. Na spacer warto więc ubierać się, zakrywając swoje ciało, a po powrocie dokładnie się sprawdzić. Jeśli pasożyt wbije się ciało, należy go jak najszybciej usunąć.

Chorobami odkleszczowymi są nie tylko borelioza czy kleszczowe zapalenie mózgu, ale i babeszjoza, tularemia, riketsjoza czy anaplazmoza. Przed boreliozą nie da się uchronić, ale da się ją leczyć antybiotykami. Przeciw kleszczowemu zapaleniu mózgu dostępne są szczepienia.

Dr Wierzbicka bardzo wyraźnie podkreśla, że samych kleszczy nie ma się co bać, choć jej badania sprzed paru lat pokazały, że co czwartej osobie zdarzyło się zrezygnować ze spaceru do lasu z tego powodu.

– Owszem, należy być świadomym istnienia chorób przenoszonych przez kleszcze i się przed nimi chronić – czy to szczepieniami przed kleszczowym zapaleniem mózgu, czy zakładając odpowiednią odzież idąc na spacer, czy sprawdzać się po spacerze, czy stosować repelenty. Ale nie bójmy się, bo nic tak nie uspokoi i nie dotleni człowieka jak spacer w lesie – podsumowuje ekspertka. ■

PAP – Nauka w Polsce,
Agnieszka Kliks-Pudlik

#Nie pracuj na raka

Jak wynika z danych Krajowego Rejestru Nowotworów w ciągu ostatnich 15 lat odnotowano podwojenie liczby nowych przypadków tzw. niebarwnikowych raków skóry, czyli innych niż czerniak, których główną przyczyną była nadmierna ekspozycja na działanie promieni słonecznych.

– Szkodliwość promieni słonecznych przez Polaków kojarzona jest głównie z opalaniem podczas wypoczynku – zwracają uwagę organizatorzy kampanii edukacyjnej RAK UV. – Niestety tego samego zagrożenia nie kojarzymy już, gdy chodzi o pracę i aktywność na zewnątrz. Tymczasem rolnicy i sadownicy to jedna z głównych grup zawodowo, narażonych na zachorowanie na raka skóry, w tym na raka kolczystokomórkowego skóry. Dlatego podczas wykonywania prac w polu czy ogrodzie chronić należy skórę przed słońcem, a wszystkie niepokojące zmiany konsultować z dermatologiem i/lub onkologiem.

Może minąć nawet 50 lat od pracy w warunkach szkodliwych do zdiagnozowania choroby. Eksperci szacują, że po 60. roku życia ponad połowa seniorów zachoruje na raka skóry. Wśród nich kilka tysięcy będą stanowiły osoby z rakiem kolczystokomórkowym skóry, w tym m. in. rolnicy, sadownicy, ogrodnicy, rybacy, pracownicy budowlani oraz działkowcy i seniorzy z gmin wiejskich i miejsko-wiejskich, którzy przez całe swoje życie zawodowe na niego „pracowali”.

– Słońce bez odpowiedniej profilaktyki może być dla nas naprawdę niebezpieczne. Raki skóry to najczęściej występujące

nowotwory złośliwe u człowieka o białym kolorze skóry. Stanowią 30 proc. wszystkich rozpoznawanych nowotworów złośliwych. Do najczęstszych zaliczamy raka podstawnokomórkowego, stanowiącego 80 proc. zachorowań, natomiast na drugim miejscu plasuje się rak kolczystokomórkowy stanowiący 15-20 proc. Ponad 90 proc. nowotworów niebarwnikowych skóry jest bezpośrednio związanych z promieniowaniem ultrafioletowym – podkreśla prof. dr hab. n. med. Piotr Rutkowski kierownik Kliniki Nowotworów Tkanki Miękkich, Kości i Czerniaków Narodowego Instytutu Onkologii im. Marii Skłodowskiej-Curie w Warszawie. – Mimo tego, że rak kolczystokomórkowy charakteryzuje się powolnym wzrostem i początkowo wygląda niegroźnie, to późno zdiagnozowany może prowadzić do destrukcji otaczających tkanek oraz przerzutów do węzłów chłonnych i innych narządów – podkreśla profesor Rutkowski. – Dlatego apelujemy, by nie bagatelizować żadnych zmian skórnych, ponieważ w przypadku chorób nowotworowych wczesna diagnostyka ma kluczowe znaczenie dla zdrowia i życia pacjenta – dodaje profesor.

W początkowej fazie rak kolczystokomórkowy z wyglądu przypomina rogowa-

ciejąca, łuszcząca się zmianę o charakterze brodawkowatym. Bardzo często przypomina zwykłego strupka, przez co pacjentom wydaje się, że jest to niegroźny defekt kosmetyczny. Szczególnie osoby starsze przekonane są o tym, że zmiany powstałe na skórze, niegójące się owrzodzenia czy właśnie strupki, są wynikiem ich wieku, a nie toczącego się procesu chorobowego

Nie pracuj na raka

O ochronie przed słońcem nie możemy pamiętać jedynie na wakacjach nad morzem. Fotoprotekcji powinien używać każdy, kto wychodzi z domu i narażony jest na oddziaływanie promieni ultrafioletowych, a szczególnie osoby pracujące na świeżym powietrzu w sektorach takich jak rolnictwo, czy sadownictwo, bo to właśnie one przez cały sezon wiosenno-letni spędzają czas na zewnątrz.

Istotnym elementem w profilaktyce raka skóry jest samoobserwacja, która powinna odbywać się przynajmniej raz w miesiącu. Polega ona na sprawdzeniu skóry pod kątem nowych zmian oraz obserwacji wcześniejszych. W przypadku pojawienia się niepokojących zmian pobiera się wycinek, który następnie przechodzi przez badanie histopatologiczne. ■ Inf. prasowa

Internetowe Konto Pacjenta teraz w telefonie

Rejestracja na szczepienie przeciw COVID-19, dostęp do elektronicznych recept i skierowań, wykupienie leku w aptece bez konieczności podawania numeru PESEL czy przesyłanie dokumentów bliskim w formie pliku pdf jest już łatwiejsze – teraz każdy może mieć Internetowe Konto Pacjenta w swoim telefonie, pobierając aplikację mobilną mojeIKP. To kolejne rozwiązanie cyfrowe w publicznej ochronie zdrowia, które umożliwia Polakom szybki i bezpieczny dostęp do informacji o swoim zdrowiu.

„mojeIKP” to bezpłatna aplikacja mobilna Ministerstwa Zdrowia i Centrum e-Zdrowia, która umożliwia dostęp do wybranych funkcjonalności Internetowego Konta Pacjenta poprzez smartfon z dostępem do internetu. Można ją pobrać na telefon z systemem operacyjnym Android z Google Play lub iOS z AppStore.

Aplikacja mojeIKP będzie sukcesywnie rozbudowywana o nowe funkcjonalności, które pojawiają się jeszcze w tym roku. Aplikacja mojeIKP pozwala m.in. na zarejestrowanie się na szczepienie przeciw COVID-19 w dowolnym czasie i miejscu czy wykupienie e-recepty za pomocą kodu QR, bez konieczności podawania w aptece numeru PESEL. Z mojeIKP może korzystać każdy obywatel, który posiada profil zaufany, e-tożsamość w jednym z wybranych banków lub e-dowód. Aplikację mobilną mogą aktywować także osoby, które do tej pory nie logowały się na swoim Internetowym Koncie Pacjenta. ■ Inf. prasowa

Opowieść o Eryku, który nie chce nosić kosmicznego kasku

JUSTYNA GACH

„Witajcie, mam na imię Mariola i jestem Mamą–Babcią Eryka – Cudownego Chłopaka z zespołem Treachera Collinsa, który bardzo potrzebuje Osady Janaszkowo. Tak, wiem jak to brzmi – prawie co słowo to zagadka. Odkrywam je więc przed Wami wszystkie, choć – wybaczone – zacznę od końca”.

A zatem zagadka pierwsza: zespół Treachera Collinsa to rzadki zespół wad wrodzonych o podłożu genetycznym. Fachowo mówi się o nim także: dystoza twarzowo-żuchwowa, bo objawia się wieloma deformacjami kości i tkanek twarzy i głowy. Osoby z tym zespołem m.in. nie mają w ogóle lub mają częściowe i zniekształcone małżowiny uszne, mniejszą żuchwę,

„skośne” oczy, rozszczepione powieki i podniebienie, a także zdeformowany nos. A niedorozwój kości jarzmowych sprawia, że wyglądają tak, jakby nie miały policzków.

Zagadka druga

Przedstawiam Wam nie jednego, ale... kilku Cudownych Chłopaków. Pierwszego pewnie znacie jako bohatera powieści, a potem kinowego hitu ze znaną aktorką amerykańską Julią Roberts. W filmie Julia gra rolę mamy Auggie Pullmana, który zawsze nosi na głowie kask od kombinezону kosmonauty, aby ukryć swoją twarz przed wścibskimi spojrzeniami. Tak, Auggie urodził się właśnie z zespołem Treachera Collinsa. Podobnie jak trzech

innych Cudownych Chłopaków: moich dwóch synów i mój 7-letni wnuczek Eryk. Cóż, jeśli taki zespół genetyczny zdarza się raz na kilkadziesiąt tysięcy narodzin na świecie, to sami przyznacie, że jesteśmy „wybrańcami”.

Zagadka trzecia. Dlaczego jestem Babcią–Mamą? Tak nazwał mnie Eryk, gdy zostałam jego mamą zastępczą, po tym jak okazało się, że jego biologiczni rodzice nie mogą sprawować nad nim w pełni opieki.

Zagadka czwarta, czyli do czego Eryk potrzebuje Osady Janaszkowo?

Zacznijmy od początku. Żartujemy, że Eryk jest dla nas prezentem Gwiazdkowym, bo przyszedł na świat 22 grudnia. Ale to, że odziedziczy po mnie i swoim ojcu wadliwy 5 chromosom nie było już dla nas niespodzianką. Eryk urodził się z nierozwiniętymi małżowinami uszu i zrosniętymi nozdrzami. Swój pierwszy zabieg operacyjny przeszedł gdy miał zaledwie 1 miesiąc, kolejny gdy miał 1 rok. Na jego małym nosku założono specjalne rurki, aby mógł swobodnie oddychać. A swój pierwszy aparat słuchowy, dzięki któremu wprawdzie słabo, ale jednak coś słyszy otrzymał gdy miał 8 miesięcy. Teraz Eryk ma za sobą 7 lat życia spędzonych na wielu podróżach od specjalisty do specjalisty, a przed nim są jeszcze kolejne operacje korekty twarzo-czaszki. Eryk chodzi do I klasy w szkole powszechnej z oddziałami integracyjnymi. Wprawdzie jego schorzenie nie jest tak widoczne jak u filmowego Auggiego, ale ludzie często go obserwują – ze współczuciem, zainteresowaniem, ale zdarza się, że i z odrazą. Zwłaszcza wtedy, gdy jego



Fot. nadesłana

„Bezpiecznie, zdrowo, bezgotówkowo”

twarzy nie zakrywają czapka, albo okulary. Wydaje mi się, że Eryk zaczyna zdawać sobie sprawę ze swojej odmienności, bo choć jest dzieckiem pogodnym, śmiałym, komunikatywnym i otwartym to jednak nie lubi skupiać na sobie czyjegoś wzroku i uwagi i np. nie występuje w przedstawieniach szkolnych.

Potrzebne wsparcie

W relacjach z ludźmi, podobnie jak w każdej innej czynności życiowej jest indywidualistą. On sam decyduje z kim chce rozmawiać, a do kogo nie odezwie się ani słowem, podobnie jak sam wybiera to co zje, w co się ubierze, albo czym się zajmie. A zainteresowań ma wiele: czyta (na poziomie 3 klasy), rysuje, lepi z plasteliny, kolekcjonuje zabawki, śpiewa i gra na keyboardzie.

Brzmi imponująco, prawda? Ale wiercie mi, że to wszystko nie przyszło samo. Jest efektem żmudnych, codziennych ćwiczeń ze specjalistami. Zespół Treachera Collinsa nie wpływa bezpośrednio na kondycję intelektualną Eryka. Jednak, aby mój wnuk dalej prawidłowo rozwijał się i był niezależny jako osoba dorosła, potrzebuje cały czas wsparcia. Jeszcze przez wiele lat Eryk będzie więc wymagał pomocy m.in. neurologopedy, aby pomimo zniekształconej twarzy i nosa mówić wyraźnie i komunikować się z ludźmi, rehabilitanta, który wzmocni mięśnie, specjalisty z zakresu integracji sensorycznej, aby prawidłowo odbierał wszystkie bodźce płynące ze świata oraz psychologa, który pomoże mu przygotować się na trudny okres dojrzewania i dorosłość, aby nie czuł się inny i samotny pośród ludzi.

Oto powód, dla którego tak bardzo i Eryk i ja czekamy na Osadę Janaszkowo i jej zajęcia rehabilitacyjne. Pomóż nam i zbuduj z nami Osadę Janaszkowo. ■



Otrzymuj
świadczenia z ZUS
na konto
i bądź bezpieczny!



BEZPIECZNIE
ZDROWO
BEZGOTÓWKOWO



Dowiedz się od nas,
jak to zrobić:
www.zus.pl
22 560 16 00
albo w placówce

Fot. nadesłana

To tytuł najnowszej kampanii informacyjno-edukacyjnej promowanej przez ZUS. Ma ona na celu upowszechnianie wśród seniorów wiedzę na temat korzyści, jakie daje konto w banku i jak bezpiecznie z niego korzystać

Coraz więcej osób pobiera świadczenia na konto bankowe. Jednak część klientów w dalszym ciągu decyduje, aby wypłaty z ZUS otrzymywać w gotówce. Jak wskazują badania przeprowadzone przez ZUS wśród tych osób, taka decyzja wynika w dużej mierze z braku wiedzy o tym jak korzystać z rachunku bankowego, a szczególnie z bankowości elektronicznej.

ZUS chciałby, aby ich klienci swobodnie i bez lęku korzystali z rachunków bankowych. Dysponowali swoimi pieniędzmi, nie narażając się na kradzież, oszustwa czy inne niebezpieczeństwa. Pobierali na konto swoje świadczenia, płacili rachunki oraz robili zakupy on-line. Wychodząc do sklepu czy apteki używali karty płatniczej. Bo rachunek bankowy jest bezpieczny i wygodny, a otrzymywanie świadczeń z ZUS na konto w banku pozwala na bezpieczny dostęp do nich, co jest szczególnie ważne w czasie pandemii.

W trakcie kampanii będzie można dowiedzieć się:

- jakie korzyści daje posiadanie konta w banku,
- jak założyć konto bankowe,
- jak zmienić sposób wypłaty świadczeń w ZUS,
- o czym muszą pamiętać, gdy korzystają z konta bankowego przez internet.

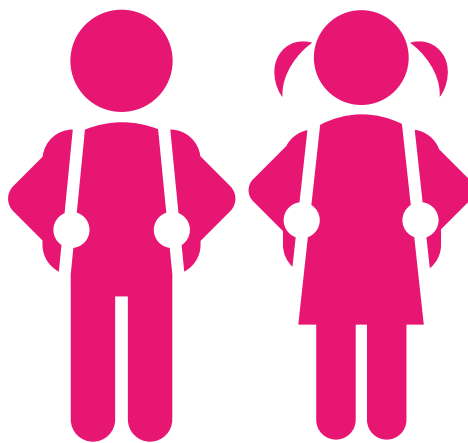
Informacje te zapewnią seniorom bezpieczeństwo w świecie, w którym trudno obejść się bez internetu. Umiejętność korzystania z internetu, bankowości elektronicznej i usług online ułatwia załatwianie codziennych spraw. Przez internet można załatwić sprawy w urzędach, robić zakupy, płacić rachunki czy kontaktować się z najbliższymi.

Szczegółowe informacje są dostępne na stronie internetowej kampanii „Bezpiecznie, zdrowo, bezgotówkowo”. ■

ZUS

DOBRY START

300 dla ucznia



Od 1 lipca 2021 r. wniosek o świadczenie Dobry Start 300+ dla ucznia możesz złożyć tylko elektronicznie:

- na Platformie Usług Elektronicznych (PUE) ZUS: www.zus.pl
- przez bankowość elektroniczną
- na portalu empatia.mpips.gov.pl

Jeśli nie masz profilu PUE, przyjdź na spotkanie z ekspertem ZUS, który założy go dla Ciebie

Zapraszamy: termin _____ godz.
miejsce _____

Profil PUE ZUS możesz założyć również samodzielnie

Jak to zrobić: sprawdź www.zus.pl lub zadzwoń **22 560 16 00**

Dzięki profilowi PUE załatwisz większość spraw w ZUS przez internet

Wnioski o świadczenie Dobry Start będzie rozpatrywał ZUS