Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych
Miesięcznik finansowany jest ze środków PFRON

Nr 10/287
2021

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



Łączą nas góry



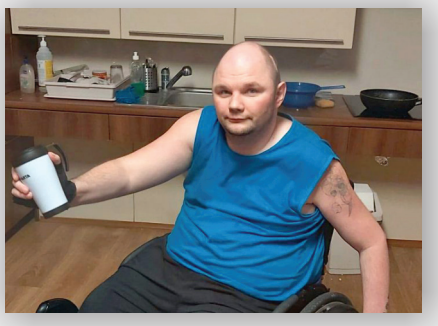
Wciąż mamy coś do zrobienia

więcej s. 12



Od 50 lat w służbie niewidomym i niedowidzącym

więcej s. 25



Opowieść o tacie Tomaszu i o tym dlaczego 12-letni syn musiał go golić

więcej s. 42

Ruszyła kampania społeczna na rzecz osób głuchych w popkulturze

Czy wiecie, że Głusi czują muzykę całym ciałem? Nie wiecie też, jak bardzo są wykluczeni z popkultury, która z samego założenia powinna być egalitarna i dostępna dla wszystkich. W eterze wciąż panuje cisza na temat tych, którzy wiedzą o niej najwięcej. Ale właśnie przerywa ją kampania społeczna Polskiego Związku Głuchych, która startuje z teledyskiem zespołu „Unmute".

Z okazji Międzynarodowego Dnia Głuchych oraz Tygodnia Głuchych, Polski Związek Głuchych przygotował nietypową kampanię społeczną, w ramach której powstał zespół „Unmute", składający się z głuchych członków. Kampanii towarzyszy teledysk do singlowego utworu „Głośniej niż decybele". Autorem tekstu utworu jest Michał Pakuła, muzykę skomponował Michał „Fox" Król, teledysk wyreżyserował Łukasz Zabłocki, a zdjęcia do okładki singla wykonał Łukasz Ziętek.



Fot. nadesłane

Jak Głusi odbierają muzykę?

Stereotypowo uważa się, że skoro Głusi nie słyszą, to nie mogą czerpać przyjemności z muzyki. To nieprawda. Pomysł na kampanię narodził się z potrzeby edukacji społecznej na temat odbioru muzyki przez osoby głuche, które kochają muzykę dokładnie tak samo jak osoby słyszące.

– Osoby niesłyszące przede wszystkim czują muzykę poprzez drgania, wibracje, zwiększone basy. Czują ja całym swoim ciałem, tańczą i śpiewają muzykę w języku migowym i tym samym słuchają jej – mówi Krzysztof Kotyniewicz, Prezes Polskiego Związku Głuchych.

Czerpanie przyjemności z muzyki nie jest absolutnie „zarezerwowane" tylko dla osób słyszących. Głusi odbierają fale dźwiękowe, a więc zjawiska muzyczne, jednak nie za pośrednictwem narządu słuchu. Stymulację wibracyjną wyczuwają całym swoim ciałem. Naukowcy udowodnili, że osoby głuche potrafią już od urodzenia przekładać drgania na wrażenia słuchowe, co daje im taką samą przyjemność jak osobom słyszącym. Historia ujawnia przykłady osób głuchych bądź z problemami wad słuchu, którzy zaistnieli w świecie muzyki dzięki ogromnej determinacji i pasji np. Evelyn Elizabeth Ann Glennie – światowej sławy szkocka perkusistka, która straciła słuch w wieku 12 lat, a dalej kontynuowała swoją przygodę z muzyką, czy też Sean Forbes – amerykański twórca piosenek i raper, który stracił słuch w okresie niemowlęcym w wyniku zapalenia opon mózgowych, a nauczył się czerpać przyjemność z muzyki odczuwając wibracje muzyczne.

Przykładów na to, że Głusi mają poczucie rytmu i... słuchają muzyki jest wiele, jednak pokazuje to również doświadczenie członków zespołu Unmute.

„Tańczę kiedy mam ochotę, a nie kiedy mówią mi, że mogę. Nie słyszę żadnych ograniczeń.", „Nie słucham muzyki. Odbieram ją całym moim ciałem. To jest piękne!", „Jestem głucha, jak cała moja rodzina. „Unmute" to pierwsza i najważniejsza w moim życiu lekcja muzyki.", „Nazywam się Zuza i jestem Głucha. Codziennie słucham muzyki i tańczę. Sama też tworzę teksty piosenek w PJM. Dzień bez muzyki jest dla mnie dniem straconym."„Na co dzień tłumaczę muzykę na Polski Język Migowy. W Unmute tłumaczę, że głusi też kochają muzykę." – tak opisuje swoje doświadczenie z muzyką i projektem Unmute piątka głuchych członków zespołu Magdalena Wdowiarz, Julia Kramek, Alina Jagodzińska, Zuzanna Szymańska i Jakub Stanisławczyk.

Celem kampanii jest edukacja na temat odbioru muzyki przez Głuchych i stworzenie poczucia solidarności całej branży muzycznej, w ramach popkultury, w której powinno się znaleźć miejsce dla wszystkich, którzy kochają i czują muzykę.

– Jako PZG chcemy zwrócić uwagę społeczeństwa na potrzeby osób głuchych. Chcemy powiedzieć stanowczo i wyraźnie, że mamy już dosyć barier i ograniczeń w dostępie do języka migowego. Osoby głuche są równoprawnymi obywatelami, tak jak każdy z nas. Dlatego też wszystkie informacje powinny być dostępne w języku migowym. Projekt Unmute jest kontynuacją corocznych kampanii społecznych, które realizujemy z okazji Międzynarodowego Tygodnia Głuchych, zwracając uwagę na to, że osoby głuche są wśród nas i całe społeczeństwo powinno się o tym dowiedzieć – dodaje Krzysztof Kotyniewicz.

Bogactwo popkultury w dużej mierze zależy od równości i inkluzywności i chcielibyśmy, aby każdy mógł w niej znaleźć miejsce dla siebie. Zachęcamy wszystkich do podzielenia się teledyskiem i pomocą w realizacji naszego zadania: aby w popkulturalnym eterze stało się głośniej o głuchych. ■

Inf prasowa

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

PORTAL I GAZETA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

REDAKCJA:
Rafał Sułek (red. naczelny)
Aleksandra Garbecka
Mateusz Misztal
Teresa Bocheńska
Marta Gąsak

Janusz Komorowski
Paweł Rodziewicz
Paweł Gwardyński
Damian i Ilona Nowaccy
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: Marcin Trzpiot
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 Ruszyła kampania społeczna na rzecz osób głuchych w popkulturze
12 Wciąż mamy coś do zrobienia
15 Debatowali o seksualności i rodzicielstwie osób z niepełnosprawnością ruchową
16 Góry, jeśli dzielą, to najczęściej w głowach
31 Empik wprowadza ciche godziny
33 Kino dla każdego
35 Emerytury bez podatku
36 Jak sprzedawcy informują o cenach?
38 Prezydent odznaczył paraolimpijczyków
40 Otyłość zaczyna się w głowie
42 Opowieść o Tacie Tomaszu i o tym dlaczego 12-letni syn musiał go golić

ELBLĄG

19 Elbląski UTWiON wznawia działalność
20 V Integracyjny Turniej Sprawnościowy „Bezpieczna Droga" za nami
21 Oczami demencji
23 DPS w Rangórach będzie zlikwidowany
24 Od 50 lat w służbie niewidomym i niedowidzącym

W REGIONIE

26 Centrum Aktywności Seniora świętowało 15-lecie
27 Zawalcz o siebie zawodowo i życiowo
28 ZPE Ambasadorem Ekonomii Społecznej na Warmii i Mazurach
29 W Bydgoszczy powstanie park sensoryczny



PUBLICYSTYKA
4 Program do przeprogramowania



ŚWIAT TERESY
5 Moczarów czar



Z PERSPEKTYWY RODZICÓW
6 Szpitalnie...



Z PASJĄ NA WÓZKU
10 Parażycie



Program do przeprogramowania

Organizacje pozarządowe działające na rzecz osób z niepełnosprawnościami mieszkających w Elblągu, ich rodzin i opiekunów, otrzymały do konsultacji z dawna oczekiwany projekt programu na rzecz środowiska, którym się zajmują. Konsultowany dokument został zatytułowany „Program działań na rzecz osób niepełnosprawnych dla miasta Elbląga na lata 2021 – 2026+". Niestety, przedłożony projekt daleki jest od oczekiwań i współczesnych standardów.

Poprzedni program obowiązywał do końca 2020 r. i rok wcześniej na wniosek Elbląskiej Rady Działalności Pożytku Publicznego powołany został wielodyscyplinarny zespół, gromadzący przedstawicieli zainteresowanych instytucji, organizacji pozarządowych, placówek oświatowych i medycznych, który zajął się opracowywaniem programu na lata następne. Projekt programu był już daleko zaawansowany, kiedy prace przerwała pandemia. Odpowiedzialny za opracowanie projektu programu do przedłożenia Radzie Miejskiej był Departament Zdrowia i Spraw Społecznych. Wielokrotnie monitowaliśmy o kontynuację prac, które można było prowadzić zdalnie, niestety było to bezskuteczne, dopiero po około dwuletniej przerwie, niespodziewanie członkowie zespołu otrzymali do konsultacji dokument wymieniony we wstępie.

Jakież było ich zdumienie, gdy okazało się, że konsultowany projekt (przez nikogo nie podpisany, ale przedstawiony w mailu, którego był załącznikiem, jako produkt wspomnianego zespołu) nie tylko nie ma nic wspólnego z tym, nad którym pracował zespół, ale prezentuje poziom, delikatnie mówiąc, nieporównywalnie niższy i sprawia wrażenie napisanego na kolanie.

Program, nad którym pracował powołany do tego zespół, podzielony został na trzy obszary: 1. okres prenatalny, 2. dzieci i młodzież szkolna, 3. dorosłość. Dokonana została szczegółowa diagnoza, odnosząca się do każdego z tych obszarów – jest to osobny dokument pt. „Diagnoza potrzeb osób z niepełnosprawnościami w Elblągu. Badanie potrzeb osób z niepełnosprawnościami i ich opiekunów wraz z systemem wsparcia". Zespół sformułował cele ogólne i szczegółowe, pozostało określenie zadań, wskaźników, realizatorów i harmonogramów. Przedłożony do konsultacji projekt programu uwzględnił opracowaną Diagnozę fragmentarycznie i chaotycznie. Pominięty został całkowicie przyjęty podział na obszary i pozostały wypracowany materiał. Ideą, którą kierował się zespół, było utworzenie kompleksowego systemu wsparcia osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami obejmującego całe życie – od urodzenia do śmierci, w którego tworzeniu miały uczestniczyć wszystkie działające w tym obszarze miejskie instytucje i organizacje. Trudno dopatrzyć się takiej misji w celach głównych, określonych w konsultowanym projekcie, które brzmią: 1. ułatwienie dostępu do usług w zakresie zapobiegania niepełnosprawności oraz ograniczania jej skutków; 2. poprawa zapewniania dostępności i tworzenie warunków do aktywnego udziału osób z niepełnosprawnościami i ich rodzin w życiu społecznym i zawodowym. Z przedstawionego w projekcie zestawu celów szczegółowych i kierunków działań nie da się wywnioskować, na ile w planowanym okresie powinien się poprawić standard życia osób z niepełnosprawnościami i ich rodzin, ani w jakim stopniu zostaną zaspokojone zbadane potrzeby, nie ma tam konkretnych przedsięwzięć i zadań tylko kierunki działań, nie ma harmonogramu ani możliwych do ewaluacji wskaźników. Przykład:

Cel: Tworzenie warunków mieszkaniowych do samodzielnego funkcjonowania osób z niepełnosprawnością.

Kierunek działań: Wzrost liczby mieszkań dostosowanych do potrzeb osób niepełnosprawnych oraz mieszkań chronionych.

Wskaźnik: Liczba mieszkań chronionych, liczba mieszkań dostosowanych architektonicznie i technicznie, liczba osób niepełnosprawnych zamieszkujących mieszkania chronione.

Przy tak określonych wskaźnikach, wystarczy utworzenie jednego mieszkania chronionego, w którym zamieszka jedna osoba z niepełnosprawnością, żeby program w tym zakresie był w pełni zrealizowany.

W programie nie określa się także wielkości i źródeł finansowania, metody monitoringu i ewaluacji.

Przedłożony do konsultacji projekt programu na rzecz osób z niepełnosprawnościami w Elblągu na lata 2021 – 2026 przekreśla kilkumiesięczną, rzetelną pracę zespołu złożonego z kilkudziesięciu osób, reprezentujących różne dziedziny życia i daleko odbiega od oczekiwanych, współczesnych standardów.

Teresa Bocheńska

Moczarów czar

Bagna, moczary, czahary, topiele – niegdyś otaczały miasta i wsie, tchnąc tajemniczością, w kulturze ludowej zamieszkane przez topielice, zwodnicze rusałki, wodniki i czarty – czyli miejsca, gdzie lęgło się zło. Dziś niewiele z nich pozostało, a te, które gdzieniegdzie jeszcze można spotkać, wysychają w zatrważającym tempie. Trochę za późno przekonaliśmy się, że przynoszą nam też dużo dobrego, a nawet są niezbędne.

TERESA BOCHEŃSKA

Tereny bagienne stanowiły niegdyś dużą część obszarów nizinnych. Sąsiadowały nie tylko z terenami rolnymi, ale i zabudowanymi. Szukając bezpiecznych miejsc na osiedlenie się, ludzie we wcześniejszych epokach często zakładali osiedla, później miasta na wyspach, rozlewiskach, wzgórzach otoczonych bagnami, które chroniły przed najazdami i dzikimi zwierzętami. Mokre, błotniste, przepastne, niezbadane, skryte pod unoszącymi się nad nimi oparami nosiły różne nazwy: mokradła, moczary, błota, grzęzawiska, trzęsawiska, czachary, topiele, krekoty i wiele innych. Wszędzie budziły lęk i grozę, pobudzając wyobraźnię. W mgłach i oparach dostrzegano rusałki i topielice, pod powierzchnią czaiły się wodniki, było to też mieszkanie diabłów: sławnego Rokity czy mniej znanego Bagiennika. Na tych niedostępnych terenach zabawiały się też z czartami czarownice. Mieszkańcy krainy nad Rabą wiedzą, skąd to się wzięło. Opowiadają, że kiedy Pan Bóg na początku świata strącił z nieba do piekła złych aniołów, którzy pod wodzą Lucyfera zbuntowali się przeciwko Niemu, dał im na dotarcie do celu 40 dni. Nie wszystkim ten czas wystarczył. Niektórzy z nich padli na ziemię i ugrzęźli w bagnach i trzęsawiskach, gdzie do dziś mieszkają, zajmując się kuszeniem ludzi jako „pokuśnicy".

W miarę jak miasta się rozrastały, otaczające je tereny bagniste osuszano. To samo działo się na terenach wiejskich – żeby powiększyć areał gruntów rolnych, nie tylko wycinano lasy, ale i drenowano bagna. Od 1900 r. zniknęło na świecie blisko 2/3 szeroko rozumianych mokradeł, z czego najwięcej w Europie. Na terenach miast były odwadniane i zasypywane, a co gorsza często zaśmiecone i zanieczyszczone, pogarszając mikroklimat. W XX w. ludzie zdali sobie sprawę ze znaczenia wszelkiego rodzaju bagien dla środowiska przyrodniczego i klimatu. W 1971 r. podpisana została Konwencja Ramsarska, czyli „Konwencja o obszarach wodnobłotnych mających znaczenie międzynarodowe", którą podpisało 169 państw świata. Na pamiątkę tego wydarzenia w rocznicę uchwalenia Konwencji Ramsarskiej, czyli 2 lutego, obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Mokradeł. Jednak nie zapobiegło to dalszej ich dewastacji. Dopiero wtedy, gdy coraz częściej zaczęła wszystkie kraje nawiedzać klęska suszy, dobroczynna rola terenów bagiennych w utrzymaniu właściwych stosunków wodnych została doceniona. Bagna są rezerwuarem wody na czas suszy, a w czasie nadmiernych opadów zapobiegają powodziom. Na terenach bagiennych tworzą się z czasem torfowiska, które osiągają wielometrową grubość. Torfowiska, oprócz retencji wód gruntowych, wychwytują związki azotu i fosforu, magazynują też asymilowany przez rośliny węgiel, co ma ogromne znaczenie dla regulacji klimatu. Są także siedliskiem ogromnej liczby gatunków flory i fauny, w tym rzadkich i ginących. Ekolodzy w Polsce i na świecie nawołują do bezwzględnej ochrony tych terenów, co nabrało wielkiej wagi, gdy zaczęły się zmiany klimatyczne.

Osuszanie bagien i torfowisk nie tylko niweczy ich dobroczynne działanie, ale i przynosi bardzo złe skutki. Wysychające torfowiska uwalniają zmagazynowany węgiel w postaci dwutlenku, czyli jednego z gazów cieplarnianych, a są to olbrzymie ilości. Osuszone często płoną, co jeszcze bardziej zwiększa ilość emitowanego dwutlenku węgla. Największe takie pożary miały miejsce w Azji Południowo-Wschodniej, gdzie osuszano torfowiska pod uprawę ryżu. W Polsce też się zdarzają, na szczęście w mniejszej skali, przy czym stare, dojrzałe torfowisko płonie całymi miesiącami. Pewnie wszyscy pamiętają długo nie dający się ugasić pożar Bagien Biebrzańskich, gdzie płonęło ponad 5000 ha bezcennych przyrodniczo terenów, niszcząc unikalne okazy flory i fauny. Można tym zjawiskom zapobiec, nawadniając ponownie osuszone wcześniej torfowiska.

Są więc co najmniej dwa ogromnie ważne powody, dla których trzeba bezwzględnie chronić i przywracać przyrodzie wszelkiego rodzaju tereny podmokłe, a szczególnie torfowiska: retencja wody i zahamowanie emisji dwutlenku węgla dla spowolnienia zmian klimatu, a do tego dochodzi trzeci – ratowanie ginących gatunków. Bagno przynosi nieporównanie więcej korzyści w stanie naturalnym, niż ewentualne plony po zamianie go na grunt rolny.

Bezdenne, ginące we mgle, tajemnicze bagna i moczary nie zawsze tylko straszą – mają też swój urok:

Polesia czar to dzikie knieje, moczary,
Polesia czar smętny to wichrów jęk.
Gdy w mroczną noc z bagien wstają opary,
serce me drży, dziwny ogarnia mnie lęk.

W pokoleniu moich rodziców żadna taneczna impreza nie odbyła się bez tanga „Polesia czar" ze słowami Jerzego Artura Kosteckiego. Dziś trudno znaleźć takie czarowne miejsca – to podwójny żal. ■



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.

Szpitalnie...

Dobrze czasem móc powiedzieć, że coś działa, że coś się sprawdza, że dobrze funkcjonuje. Bo mam wrażenie, że ostatnio kiepski ze mnie patriota... Zachwalam obce kraje, a naszą rzeczywistość krytykuję. Mniej lub bardziej. Jak fajnie móc powiedzieć, że nie w Hiszpanii, nie w Anglii czy Włoszech, ale coś się sprawdza tu u nas, w Polsce, w Elblągu. Będzie właśnie o tym.

Choć nie od początku powieje optymizmem, to jednak podjęłam temat, bo chcę pokazać dobre strony całej sytuacji. Bo przecież zawsze jakieś są. Muszą być. Pod koniec września niespodziewanie trafiliśmy z Julą do szpitala, ale nie tak spokojnie sobie przyjechaliśmy, ale z przytupem - wzywanym pogotowiem i mnóstwem strachu. Powód? Niespodziewany i przy tym dużo silniejszy niż zwykle, atak padaczki. Nic nie zapowiadało, że z Julą się coś dzieje niedobrego, choć przy padaczce nic tego nie musi zapowiadać. Pojechaliśmy spokojnie, po szkole na zajęcia z rehabilitacji i Jula miała atak w trakcie ćwiczeń. Bardzo mocny, naprawdę niespodziewany. Bardzo nas wystraszyła, wystraszyła też terapeutów, bo dotychczasowe leki, podawane w takiej sytuacji, tym razem nie pomogły. Wezwane pogotowie przyjechało bardzo szybko, ratownicy od razu ocenili sytuację, błyskawicznie podejmowali decyzje i działali, w efekcie atak udało się opanować, ale dawki leków, jakie Jula dostała i długość samego ataku spowodował, że zdecydowaliśmy się pojechać z nią do szpitala. To, że to bardzo stresująca sytuacja, nie trzeba nikogo przekonywać, trafienie do szpitala z jakiegokolwiek powodu taką waśnie jest. Mamy wtedy na głowie wystarczająco dużo, żeby jeszcze musieć zderzyć się czasem z bardzo trudną (delikatnie mówiąc) sytuacją w sali szpitalnej. Najlepiej więc, jak nic i nikt dodatkowo nam tej sytuacji nie komplikuje. Na szczęście nie było długich wywiadów przy przyjęciu i Jula szybko trafiła na łóżko, szybko miała podłączone leki, też tlen i od początku było wiadomo co trzeba robić. Trafiliśmy do szpitala pod wieczór, ale jeszcze tego samego dnia przyszedł do nas na oddział neurolog i ustalił plan działania. Jula długo spała, wiadomo, że w takiej sytuacji kluczowy jest spokój, ale przecież w hotelu nie byliśmy, żeby spodziewać się osobnego apartamentu i ciszy po powieszeniu na klamce kartki „nie przeszkadzać". Już od początku trafiliśmy jednak do osobnej sali z łóżkiem też dla mnie, za które nie musiałam nic dopłacać. Od pierwszego dnia czuliśmy się bardzo zaopiekowani, tak jakby personel, wiedząc jak trudna jest opieka nad Julą, starał się nam troszkę w niej ulżyć, choć na chwilę. Coś jakby próbowali powiedzieć, że nie musimy przecież tak całkiem wszystkiego robić sami. To miłe. To lekka ulga mieć wokół osoby, które zdają się podejmować decyzje za nas, rodziców przyzwyczajonych, że wszystko, co dotyczy Juli wiedzą najlepiej. Czasem, nawet w takich kluczowych sprawach (a może właśnie w takich) trzeba umieć zaufać. Jula spała



Fot. Ilona i Damian Nowaccy

kilkanaście godzin i zanim się obudziła nadal baliśmy się w jakim stanie się obudzi. Miała robione wyniki, podany tlen, była pod wpływem silnych leków, po mocnym ataku... Ale było dobrze. Nie od razu, ani na drugi dzień. W sumie kilka dni, zajął jej powrót do pełnej siebie. Na oddziale dziecięcym spędziliśmy kilka dni i wspominam je naprawdę przyjemnie. Spotkaliśmy się z niezwykłym zrozumieniem naszej sytuacji i tego, że Jula wymaga specjalnych warunków. Dookoła były dzieci z przeróżnymi infekcjami wirusowymi, więc istniało ryzyko, że coś się nam przydarzy, a i bez tego było dużo do ogarnięcia. Osobna sala to jedno, ale bardzo delikatny i wyrozumiały personel to drugie. Lekarz przychodził do nas przed obchodem, bojąc się że może przenieść jakieś wirusy z innych sal. Panie pielęgniarki rozumiały że w nocy Jula musi spać, bo ryzyko wystąpienia ataku przy nagłych pobudkach jest dużo większe, więc jak już musiały wejść i zmierzyć temperaturę, czy podać lek do kroplówki to robiły to prawie na paluszkach i przy minimalnym świetle, tak żeby czasem Juli nie obudzić. Jestem ogromnie wdzięczna za tą opiekę, za to że nie wychodziłam na nadwrażliwą matkę, wiecznie czegoś chcącą i o coś proszącą. Spotykałam się ze zrozumieniem. To był dla nas trudny czas, skończyło się na strachu, nowych lekach i zmianie codziennej diety i niektórych nawyków. Jula miała kilka tygodni przerwę do szkoły, od zajęć, trochę taki okres ochronny. Musimy od nowa nauczyć się radzenia sobie z padaczką, jej bezkompromisowością i nieprzewidywalnością. I będzie dobrze. ■

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

PRZECZYTAJ WIĘCEJ TEKSTÓW ILONY I DAMIANA NOWACKICH



* Problemy ze słuchem mam od dziecka – wielokrotnie już o tym pisałem. Dobrze pamiętam, jak jeszcze w latach 90. otrzymałem swój pierwszy aparat słuchowy. Wówczas długo przyzwyczajałem się do chodzenia w nim, często też na początku bolała mnie głowa, gdyż w jednej chwili, zacząłem słyszeć wszystko znacznie lepiej niż dotąd, a dźwięki, na które dotąd nie zwracałem uwagi, bo ich najzwyczajniej nie rejestrowałem, zaczęły bez skrępowania docierać do moich uszu. Dziś, na taki aparat, jaki w tamtych czasach był zalecany mówi się „zwykły wzmacniacz słuchu". Ostatnimi czasy, miałem okazję przetestować aparaty słuchowe najnowszej generacji. Celowo tutaj nie podaję marki, gdyż nie o reklamę tutaj chodzi. Moc aparatu oraz jego predyspozycje były indywidualnie dobrane pod moją wadę, jak również dostosowane do mojego trybu życia. Tak też m.in.: automatycznie przełączały się tryby dźwięku w zależności od otoczenia, nie musiałem też wyjmować telefonu z kieszeni, gdyż wszystkie połączenia mogłem odbierać „aparatem" sparowanym przez Bluetooth z moim smartfonem. Także podczas rozmów telefonicznych wszelkie dźwięki z otoczenia były „wyciszane", tak by rozmowa odbywała się z jak najmniejszą ilością innych „przeszkadzaczy". Także duże wrażenie na mnie zrobiła czystość dźwięku, jaką ten sprzęt generował. Gdzieś w połowie testów odkryłem też, jeszcze jedną zaletę tego urządzenia, dzięki niej można było przestać się denerwować na poplątane kabelki od słuchawek, a dźwięki otoczenia i tak nie miały mocy przebicia przy melodiach płynących do uszu.

* Jednym ze „świąt" jakie obchodzimy w październiku jest, Międzynarodowy Dzień Białej Laski, dzień osób niewidomych i niedowidzących obchodzone od 1964 roku. Jest to dla nich okazja, by przypomnieć społeczeństwu, że chcą żyć tak jak wszyscy i nie potrzebują fałszywej litości. I nie chciałbym być tutaj źle zrozumiany, ale czy patrząc na wszystko, co się ostatnio dzieje dookoła, nie nadejdzie dzień, kiedy okaże się, że ktoś „wymyśli sobie", że nazwa tego święta jest dyskryminująca. Już widzę wielkie oczy czytających te słowa. Zatrzymajmy się więc na chwilę i pomyślmy: czy aby na pewno, nie mamy się czego obawiać? W naszej przestrzeni były przecież pewne - nazwijmy to, mocno uogólniając - „rzeczy", które wydawały się tak samo oczywiste jak fakt, że w dzień jest jasno a nocą ciemno i nikomu nie przyszło do głowy z tym polemizować ani szukać jakiś podtekstów. Tymczasem wydawać by się mogło, że w tej uporządkowanej rzeczywistości zaczyna coraz bardziej rozpychać się „poprawność polityczna" i moda na różnego typu „ideologie", która już sprawiła, że pojawiają się głosy, typu „dlaczego królowa w kartach jest «mniejsza» niż król", „dlaczego superbohatera nie zrobić by nowocześniejszym ideologicznie" a znana wszystkim przesympatyczna bajka o „Murzynku Bambo" „to przejaw rasizmu". Czy więc „biała laska" powinna czuć się zagrożona?

* Pozostając jeszcze na chwilę przy świętowaniu. 28 października wypada z kolei Dzień Odpoczynku Od Zszarganych Nerwów. W tym dniu też wypadają urodziny mojej Żony oraz Szefowej – to nie może być przypadek. Jak czytam w opisie tego dnia dostępnym w sieci „Nerwy, stres, przekleństwa, niecierpliwość – dziś zapomnij o tym wszystkim. Wyluzuj, weź głęboki wdech, uśmiechnij się zamiast grymasić" - to już zupełnie nie wierzę w przypadek. Kochanie, Szefowo – wszystkiego najlepszego! ■

Monika Zima-Parjaszewska - laureatką Nagrody RPO



Fot. PFRON

Prezes Zarządu Głównego PSONI – dr Monika Zima-Parjaszewska została laureatką Nagrody RPO dla zaangażowanych w ochronę praw osób z niepełnosprawnościami.

Nagrodzona jest siostrą dorosłego brata oraz matką córki z niepełnosprawnością intelektualną. Całe swoje życie zajmuje się sprawami osób z niepełnosprawnościami, działając zawodowo i społecznie na rzecz ich pełnego włączenia, walcząc o realizację praw człowieka i obywatela, wspierając ich w dążeniu do samostanowienia i niezależności. W 2009 roku w swojej rozprawie doktorskiej pt. „Ubezwłasnowolnienie osób z niepełnosprawnością intelektualną jako ograniczenie praw konstytucyjnych w świetle artykułu 31 ust. 3 Konstytucji RP z 2 kwietnia 1997 roku", obroniła postawioną tezę o ograniczaniu wolności i praw człowieka poprzez ubezwłasnowolnienie jako niezgodne z Konstytucją. Nadal walczy o zastąpienie instytucji ubezwłasnowolnienia w Polsce, wspieranym podejmowaniem decyzji – zgodnie z obowiązującymi postanowieniami Konwencji Narodów Zjednoczonych o prawach osób z niepełnosprawnościami. Jako współautorka programu szkolenia self-adwokatów, osób z niepełnosprawnością intelektualną występujących we własnym imieniu - rzeczników własnych spraw, działa na rzecz wzmocnienia ich samooceny i rozwoju osobistego, prowadzących do pełnego włączenia społecznego. ■

brpo.gov.pl

80 mln zł na centra opiekuńczo-mieszkalne



Fot. pixabay.com

Centra opiekuńczo-mieszkalne to miejsca, w których osoby z niepełnosprawnościami mają zapewnioną codzienną opiekę, a także możliwość samodzielnego i godnego funkcjonowania na miarę swoich potrzeb. W ramach ogłoszonego w maju br. naboru zaakceptowano 29 wniosków na utworzenie nowych centrów. Łączna kwota przyznanego dofinansowania na realizację zadań w latach 2021-2024 (wraz z kosztami ich obsługi) wynosi 80,4 mln zł. Program składa się z dwóch modułów. Pierwszy obejmuje utworzenie Centrum opiekuńczo-mieszkalnego, drugi – dofinansowanie funkcjonowania ośrodka. W latach 2021-2024 budżet programu będzie wynosił łącznie 300 mln zł. Środki te pochodzić będą z Funduszu Solidarnościowego. 80,4 mln zł na tworzenie Centrów opiekuńczo-mieszkalnych. Program „Centra opiekuńczo-mieszkalne" wspiera samorządy w tworzeniu, a następnie utrzymaniu placówek pobytu dziennego lub całodobowego dla dorosłych osób z niepełnosprawnościami. Osoby ze znacznym lub umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, obok różnego rodzaju codziennego wsparcia powinny mieć także zapewnioną możliwość niezależnego, samodzielnego i godnego funkcjonowania na miarę swoich potrzeb. ■

MPiPS



fot. Agata Krzan

Makieta tyflograficzna stanęła w Krakowie

W Zespole Szkół i Placówek Centrum Niewidomych i Słabowidzących w Krakowie odbyło się przekazanie tyflograficznej makiety w formacie 3D do nauki orientacji przestrzennej. Inicjatorem projektu tworzenia makiety była Fundacja Nie Widząc Przeszkód współpracująca z Gabinetem Orientacji Przestrzennej oraz Centrum dla Niewidomych w Krakowie. Orientacja przestrzenna jest jednym z najistotniejszych elementów procesu rehabilitacji społecznej i zawodowej osób z dysfunkcją narządu wzroku. Dzięki projektowi makiety, zapewniono osobom z tej grupy dostęp do nauki procesu orientacji z wykorzystaniem nowoczesnej technologii 3D. Wykonana mapa przedstawia obszar Rynku Dębnickiego w formacie 3D, rejon ten jest jednym z pierwszych jakie poznaje osoba z niepełnosprawnością wzroku z instruktorami orientacji przestrzennej. Projekt zrealizowano we współpracy z profesorami oraz studentami Akademii Górniczo- Hutniczej w Krakowie. ■

Krakow.pl

Rusza program rozwoju rodzinnych domów pomocy



Fot. Pexels

Od przyszłego roku w ramach programu rozwoju rodzinnych domów pomocy, gminy będą mogły ubiegać się o dofinansowanie związane z tworzeniem nowych domów oraz o dofinansowanie kosztów ponoszonych przez gminy w związku z kierowaniem osób do tych placówek. Program rozwoju rodzinnych domów pomocy jest elementem polityki społecznej państwa w zakresie wsparcia osób wymagających pomocy ze względu na wiek lub niepełnosprawność, a jego najważniejszym celem jest poprawa dostępności usług opiekuńczych świadczonych w rodzinnych domach pomocy oraz rozwój tej formy wsparcia.

Z danych Ministerstwa Rodziny i Polityki Społecznej wynika, że w 12 województwach funkcjonuje łącznie 47 rodzinnych domów pomocy oferujących miejsca dla ok. 360 osób. 12 domów prowadzonych jest przez organizacje pożytku publicznego, a 35 – przez osoby fizyczne.

Program składa się z dwóch modułów:

Moduł I zakłada dofinansowanie kosztów, jakie gminy ponoszą w związku z kierowaniem osób do rodzinnych domów pomocy (koszty pobytu osób w placówkach):

• do 30 proc. kosztów ponoszonych przez gminy za pobyt osób kierowanych do rodzinnych domów pomocy przed rokiem 2022,

• do 50 proc. kosztów ponoszonych przez gminy w przypadku nowo kierowanych osób, czyli osób skierowanych decyzją administracyjną do rodzinnego domu pomocy w roku 2022.

Moduł II to dofinansowanie kosztów remontu lub zakupu wyposażenia w przypadku tworzenia nowego rodzinnego domu pomocy: do 80% kosztów realizacji zadania, czyli kosztów remontu lub zakupu wyposażenia celem dostosowania budynku, jaki gmina planuje udostępnić z własnych zasobów, organizacji pożytku publicznego lub osobie fizycznej celem uruchomienia w nim rodzinnego domu pomocy.

Rodzinny dom pomocy może prowadzić osoba fizyczna lub organizacja pożytku publicznego na podstawie umowy zawartej z gminą. Dla nie mniej niż trzech i nie więcej niż ośmiu zamieszkujących wspólnie osób wymagających z powodu wieku lub niepełnosprawności wsparcia w formie usług opiekuńczych i bytowych. ■

MPiPS

InPost wprowadził ułatwienie dla osób niewysokich

InPost – lider wśród platform dostaw dla e-commerce w Europie, wprowadził długo wyczekiwane ułatwienie w aplikacji mobilnej dla osób niewysokich i osób z niepełnosprawnościami. Nowe rozwiązanie – Strefa Ułatwionego Dostępu – umożliwia zamówienie paczek do niżej położonych skrytek w Paczkomatach, na wysokości pomiędzy 30 a 150 cm. Opcja jest dostępna wyłącznie w aplikacji InPost Mobile i jest odpowiedzią na zgłaszane potrzeby przez użytkowników.



Fot. Pexels

Jak używać Strefy Ułatwionego Dostępu?

• W aplikacji, w szczegółach wybranej przesyłki przy pytaniu „Czy umieścić przesyłkę w Strefie Ułatwionego Dostępu?" należy kliknąć „Aktywuj". Po tej dyspozycji kurier będzie wiedział o preferencji odbiorcy.

• Złożenie powyższej dyspozycji jest możliwe wyłącznie za pośrednictwem aplikacji InPost Mobile, osobno dla każdej z przesyłek i może być dokonane nie później niż z chwilą przekazania przesyłki do doręczenia.

• Realizacja dostawy do niżej położonych skrytek będzie możliwa w sytuacji dostępności miejsca. W przypadku braku wolnego miejsca w Strefie Ułatwionego Dostępu, przesyłki zostaną dostarczone zgodnie z Regulaminem obsługi przesyłek. Właśnie InPost prosi o odpowiedzialne korzystanie z tej usługi, aby zapewnić możliwość odbioru przesyłki najbardziej potrzebującym.

• O tym, czy paczka trafiła do preferowanej Strefy, InPost poinformuje mailem oraz bezpośrednio w aplikacji. ■

Inf. prasowa



Fot.pixabay.com

Parażycie

DOMINIKA LEWICKA-KLUCZNIK

Do perfekcji mamy opanowane podziały. Polityczne, religijne, związane z płcią czy statusem społecznym. Potrafimy określić, co jest normą, a co poza nią wykracza, co chcemy oglądać, a co nie. Co jest para-, niby-, quasi-. Co się opłaca.

Z paraolimpiady niby-sportowcy przywieźli więcej quasi-medali niż zdrowa pełnosprawna kadra. Teraz pewnie wielu o tym już nie pamięta. Wzruszamy się nad trudnym losem zawodniczek i zawodników. Może nawet im współczujemy. Ktoś jest ofiarą przemocy, ktoś choruje, ktoś inny miał wypadek, a jeszcze inny się taki dziwny urodził i tak ma. Oczywiście technologia też idzie do przodu, więc kosmiczne czasem protezy pozwalają osiągnąć bardzo dużo. A i tak efekt „wow" robi gość, który gra w ping ponga bez rąk, czy też pływak, który ma tylko korpus i głowę. Takie to niezwykłe.

Czujesz się zmotywowany?

Niektórzy piszą, że paraolimpijczycy to najlepsza motywacja, by ruszyć dupę z kanapy. Ale przecież nie o to chodzi. Osoby z niepełnosprawnością nie żyją po to, by zrobić nam zdrowym dobrze i może dobrze by było, gdybyśmy wyszli z tej bańki.

Zastanawiam się, dlaczego pomimo osiągnięć paraolimpijczyków na każdych igrzyskach telewizja skutecznie omija ten temat. O złotych medalach mówi się w serwisach informacyjnych tuż pod ich koniec, nie ma transmisji na żywo w TV, a znalezienie ich w internecie też wymaga postarania się. Wychodzi na to, że pomimo ewidentnych sukcesów – choć może parazłoto jest jednak gorsze od złota, nie do końca chcemy oglądać pokracznych ludzi, wózków, lasek, protez. Wolimy wierzyć w świat (szczególnie sportu) wolny od niedoskonałości.

Niektórzy uważają, że chodzi o rezultaty. To słabsze wyniki sprawiają, że paraolimpiada nie ma takiej oglądalności, nie przyciąga widzów, a tym samym nie generuje przychodów. A przecież ma się opłacać. Inni podkreślą, że nie można promować debili i kalek. Lepiej przecież było, jak siedzieli w domach. Zamknięci. Inna osoba w komentarzach zabłyśnie, że promowanie paraolimpijczyków jest usprawiedliwianiem zachowań, które doprowadziły do wypadków.

Jakby kalectwo nie było wystarczające. Nie wiem, czego nam brakuje – empatii, taktu czy edukacji.

Nie musicie dostosować świata

Sama nazwa paraolimpiada wywołuje we mnie bunt. To nie są niby-zawody dla gorszych. I pewnie powiecie, że to nie jest polski wymysł a kalka językowa, ale świat się zmienia. Przynajmniej powinien. Nie rozumiem idei dzielenia sportu na ten dla wybranych i tych, co na niby. To samo tyczy się kultury, edukacji, pracy. Puste jest hasło „integracja", a konieczność spełniania warunków dostępności spędza sen z powiek instytucjom i organizacjom realizującym projekty. W Polsce osoba z niepełnosprawnością jest za karę. Bez sensu przychodzi, wymaga. Bez sensu uczestniczy. I dlatego tak chętnie robimy im osobne imprezy, a potem poprawiamy sobie samoocenę. Na dobrą sprawę przecież można by zrobić jedną olimpiadę dla wszystkich. I nie nazywajcie tego integracją. To jest po prostu życie – nie na niby.

Być kimś gorszym

To nie nasze ograniczenia są miarą sukcesu. Ale pora zdać sobie sprawę z tego, że niezależnie od tego, z czym się borykamy, mamy prawo czuć się pełnoprawnymi ludźmi. Mamy prawo do godności, do porażek i sukcesów. Do przekraczania granic. I dlatego świata nie trzeba dostosować do potrzeb osób z niepełnosprawnościami, ale od początku takim go tworzyć, by każdy niezależnie od ograniczeń czuł się w nim na miejscu.

I może to kuriozalne, ale najbardziej ucieszyło mnie ostatnio zdjęcie toalety, które wstawiła moja koleżanka. Fotografia zrobiona nie w Polsce, ale dowód na to, że można wyposażyć łazienkę publiczną w taki sposób, by bez problemu przebrać osobę z niepełnosprawnością. Nie dziecko, ale kogoś większego, starszego, cięższego. Może wydaje wam się dziwne, że zaczęłam od olimpiady, a kończę w kiblu, ale właśnie to pokazuje, w jakiej fikcji żyjemy.



Fot. pixabay.com

Jeśli nie chcemy dostrzec potrzeb innych, więc przecież nie będziemy ich oglądać w telewizji.

Kiedy krawężnik jest murem

Przedrostek para- w języku polskim pełni trzy funkcje. Może oznaczać zaprzeczenie – na przykład parapsychologia, podobieństwo – paramilitarny, coś obok – paragraf. I jakoś żadna z tych definicji nie pasuje mi do olimpiady. A może wręcz odwrotnie – wszystkie się w nią wpisują. I dlatego media tak niechętnie pokazują wyczyny sportowców, którym czegoś brakuje. Daleko im do doskonałości, z jaką kojarzy się nam sport. A przecież osoba z niepełnosprawnością mierzy się nie tylko z czasem, dystansem i z innymi zawodnikami, ale też ze swoimi ograniczeniami. Czy chcemy to oglądać? Niekoniecznie. Te historie mogą sprawić jedynie, że pójdziemy na siłownię, pomyślimy sobie, że jednak mamy fajne życie i nie jest tak źle. Nie przekłada się natomiast na codzienność.

Lubię stać w kolejce z pierwszeństwem i czuć, że jestem niewidoczna. Ja, która już wrosłam w wózek jak mój syn. Słyszę często, że nie wyglądam jak matka dziecka z niepełnosprawnością. Ale nie wiem, co się mieści w tej kategorii. I boję się, co będzie za kilka, kilkanaście czy nawet kilkadziesiąt lat. Bo w tym kraju wszystko jest pseudo-, para-, meta-.

A chciałabym tylko, by mój syn mógł być, kim zechce. Może sportowcem, może malarzem, może adwokatem. A nie pseudosportowcem, quasi-malarzem, niby-adwokatem.

Paraczłowiekiem. ■

Wciąż mamy coś do zrobienia

Początkowo byli małą organizacją, zrzeszającą głównie rodziców dzieci niepełnosprawnych. Z czasem stali się dużym stowarzyszeniem, które oferuje kompleksowe, specjalistyczne wsparcie nie tylko dla swoich członków, ale dla wszystkich potrzebujących osób z niepełnosprawnościami z powiatu bartoszyckiego, a nawet spoza niego. O jubileuszu 25-lecia SION w Bartoszycach rozmawiam z jej przewodniczącą, Lucyną Jędryczka.

ALEKSANDRA GARBECKA



Fot. nadesłane

25 lat minęło. Początki zapewne nie były łatwe...

Początek SION sięga roku 1990, kiedy to rodzice dzieci niepełnosprawnych wystąpili z pomysłem założenia koła Pomocy Dzieciom Niepełnosprawnym przy Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Bartoszycach. To właśnie ówczesny dyrektor MOPS namówił nas do przekształcenia koła w Stowarzyszenie. Na samym początku towarzyszył nam strach przed nieznanym. Obawialiśmy się wszystkiego: kto poprowadzi księgowość, skąd zdobędziemy środki na działalność, czy rodzice będą chcieli wyjść z domu, zapisać się do nas. Odbywały się zbiórki w bartoszyckich kościołach, zbieraliśmy tacę w czasie mszy. Reakcje ludzi były różne. Pamiętamy też wielu życzliwych ludzi. Wspomnimy chociażby Andrzeja Kosińskiego. Dzięki niemu mogliśmy rozpocząć pełną integrację naszych dzieci poprzez uczestnictwo w dniach dziecka w jednostce wojskowej, wspólnych ogniskach na Dąbrowie z żołnierską grochówką, czy pływaniu na pontonach na jeziorze Kinkajmskim. Podobnych historii zebrałoby się sporo. Naszą pierwszą siedzibą był użyczony pokój w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej przy ulicy Pieniężnego. Działaliśmy również w przedszkolu przy ulicy 11 listopada w Bartoszycach. W 1991 r. w Żłobku Nr 1 w Bartoszycach dzięki działalności koła utworzona została integracyjna grupa żłobkowa. 14 września 1994 r. uchwalono statut Stowarzyszenia i wybrano pierwsze władze. Przewodniczącą została Lucyna Jędryczka, I zastępcą Stanisław Szwed, II zastępcą Andrzej Gryska, sekretarzem Brygida Adamajtis, skarbnikiem Barbara Sorbaj. 5 stycznia 1995 r. Koło zostało zarejestrowane w Sadzie Okręgowym w Olsztynie i jednocześnie przekształciło się w Stowarzyszenie Integracji Osób Niepełnosprawnych. W 1996 r. w mieście brak było możliwości edukacji dzieci i młodzieży niepełnosprawnej w klasach integracyjnych stąd też nasza działalność skupiła się wokół utworzenia integracyjnych, grup w szkole. Taka została utworzona w Szkole Podstawowej Nr 1. 2 lata później utworzono ciąg klas integracyjnych w Szkole Podstawowej nr 3 w Bartoszycach. W 1999 r. SION otrzymał dofinansowanie na zakup pierwszego samochodu. 2 lata później otworzyliśmy Przedszkole Integracyjne przy ulicy Bema 49 przeniesione z ulicy 11 listopada. Działalność Stowarzyszenia od tamtego czasu stale się rozwijała. Powstało koło sportowe „Walider", które do dziś osiąga wiele sukcesów. W 2004 r. przeszliśmy kolejną przemianę, uzyskując status organizacji pożytku publicznego.

We wrześniu tego roku SION obchodził jubileusz 25-lecia swojej działalności. Proszę opowiedzieć w kilku słowach co się działo podczas uroczystości?

W gościnnych murach Bartoszyckiego Domu Kultury zjawiło się prawie 200 zaproszonych osób. Goście mogli obejrzeć krótkie filmiki, które przedstawiały podsumowanie ćwierćwiecza istnienia naszego Stowarzyszenia oraz plany jakie mamy na przyszłość. Jubileusz uświetnił również występ uczestników WTZ, którzy zaprezentowali etiudę teatralną pt. "Coś na ząb" oraz występ grupy muzycznej „Czerwony Tulipan". Osobom zasłużonym na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnościami wręczyliśmy pamiątkowe statuetki „Za serce-sercem". Pracownicy naszego Stowarzyszenia otrzymali odznaczenia państwowe za wybitne zasługi w działalności na rzecz osób z niepełnosprawnością. Ja otrzymałam Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski , Skarbnik SION Marta Gnes – Brązowy Krzyż Zasługi, zaś Brygida Adamajtis dyrektor PCPR w Bartoszycach oraz Stefania Michalik-Rosa dyrektor MOPS w Bartoszycach – Srebrny Krzyż Zasługi. Nasza uroczystość była okazją do niezapomnianych spotkań i radosnych wzruszeń. Podczas jubileuszu znalazła się też chwila na podziwianie wystawy z okazji 25 -lecia oraz na uroczysty tort i poczęstunek. Chciałabym podkreślić, że zorganizowanie go, nie byłoby możliwe bez darczyńców i sponsorów – ludzi o wielkim sercu, od lat pomagających osobom niepełnosprawnym.

Z jakich osiągnieć jesteście szczególnie dumni jako Stowarzyszenie?

Ciężko wskazać działania, z których jesteśmy najbardziej dumni, gdyż na przestrzeni 25 lat było ich tak wiele, a każde z nich dawało powody do radości, satysfakcji i wzruszeń. Jesteśmy przede wszystkim dumni z tego, że z małej organizacji zrzeszającej głównie rodziców dzieci niepełnosprawnych, staliśmy się dużym stowarzyszeniem, które oferuje kompleksowe, specjalistyczne wsparcie nie tylko dla swoich członków, ale dla wszystkich potrzebujących osób z niepełnosprawnościami, z powiatu bartoszyckiego, a nawet spoza niego. Z biegiem lat staliśmy się organizacją na tyle wyspecjalizowaną we wspieraniu niepełnosprawnych, że jesteśmy teraz równorzędnym partnerem dla instytucji pomocy społecznej, czy rynku pracy, w realizacji działań na rzecz osób z niepełnosprawnościami. Bardzo często trafiają do nas właśnie tzw. klienci MOPS, PCPR czy PUP, gdyż powiedziano im, że u nas mogą znaleźć wsparcie, jakiego oczekują.

Co było dla Was największym wyzwaniem na przestrzeni tych lat?

Jednym z ważniejszych celów działalności naszego Stowarzyszenia jest aktywizacja społeczno-zawodowa osób niepełnosprawnych. Dlatego uruchomiliśmy w 2005 r. Warsztaty Terapii Zajęciowej w Bartoszycach i od roku 2008 r. realizujemy projekty dofinansowywane ze środków europejskich, dzięki którym osoby niepełnosprawne mogły wziąć udział w kursach i stażach zawodowych u lokalnych pracodawców. Z biegiem lat okazało się jednak, że ciężko jest wyprowadzić uczestników naszych WTZ na otwarty rynek pracy, podobnie jak trudno było nam znaleźć stałą pracę dla wszystkich uczestników naszych projektów. W tej sytuacji doszliśmy do wniosku, że może nadszedł czas na to, by samemu stać się pracodawcą dla osób niepełnosprawnych. Tak właśnie zrodziła się idea uruchomienia w grudniu 2014 r. Zakładu Aktywności Zawodowej w Bartoszycach, placówki, w której osoby z orzeczeniem o niepełnosprawności mogą podjąć pracę dostosowaną do ich ograniczeń i możliwości. Dziś w naszym ZAZ zatrudniamy już 27 osób z niepełnosprawnościami i jesteśmy największym pracodawcą dla osób niepełnosprawnych w naszym powiecie.

Jak przez te 25 lat dojrzewaliście na tle otaczających Was ciągłych zmian społeczno-ekonomicznych w środowisku osób niepełnosprawnych?

Na początku nasze Stowarzyszenie było miejscem wzajemnego wsparcia i pomocy w rozwiązywaniu problemów, jakie na co dzień napotykały rodziny wychowujące osoby z niepełnosprawnościami. Skupialiśmy około 20 osób. W miarę jak nasze niepełnosprawne dzieci dorastały, zmieniały się i zwiększały ich potrzeby, w związku z czym my, jako rodzice pełniący równolegle nową rolę członków Stowarzyszenia, musieliśmy dostosować ofertę wsparcia naszej organizacji do ich oczekiwań. Można powiedzieć, że nasze Stowarzyszenie zmieniało się i dorastało razem z naszymi dziećmi. Szybko ważne dla nas stało się stworzenie dla nich odpowiednich warunków do edukacji, ponadto zdawaliśmy sobie sprawę z tego, że w niedalekiej przyszłości będziemy musieli zmierzyć się jeszcze z kwestią zatrudnienia i usamodzielnienia się naszych podopiecznych. Nie dało się poradzić z tymi wszystkim wyzwaniami w oparciu tylko o pracę członków Stowarzyszenia czy wolontariuszy, dlatego z upływem lat zaczęliśmy angażować do pomocy pracowników na specjalistycznych stanowiskach: terapeutów, rehabilitantów, psychologów, logopedów, doradców zawodowych, instruktorów zawodu, a także pracowników administracyjnych odpowiedzialnych za pozyskiwanie i rozliczanie środków finansowych przeznaczanych na realizację celów statutowych. Dziś zatrudniamy ponad 50 pracowników na umowę o pracę i prowadzimy kilka placówek oferujących kompleksowe wsparcie dla osób niepełnosprawnych, niezależnie od ich wieku, stopnia i rodzaju niepełnosprawności. Aktualnie wspieramy ok. 250 osób z niepełnosprawnościami, a nasze Stowarzyszenie liczy już 120 członków.

Jakie projekty aktualnie realizujecie?

Nasze najważniejsze zadania w chwili obecnej, to prowadzenie dwóch placówek: warsztatów Terapii Zajęciowej i Zakładu Aktywności Zawodowej. Oprócz tego podejmujemy jeszcze inne inicjatywy mające na celu wsparcie osób z niepełnosprawnością i ich rodzin z całego powiatu bartoszyckiego. Działania te odbywają się głównie w ramach projektów, na które pozyskujemy dofinansowanie ze środków samorządowych,

rządowych i europejskich. Realizujemy teraz dwa duże projekty dofinansowane ze środków PFRON w ramach zadań zleconych. W pierwszym z nich „Centrum Wsparcia Osób Niepełnosprawnych" oferujmy dla naszych podopiecznych kompleksowe wsparcie w formie: zajęć rehabilitacyjnych, logopedycznych, integracji sensorycznej, hydroterapii, terapii dla osób z autyzmem, masażu, poradnictwa psychologicznego. Jest to podstawa naszej działalności, ponieważ dla osoby niepełnosprawnej najważniejsze jest zatrzymanie procesu postępowania choroby i przywrócenie maksymalnej do osiągnięcia sprawności fizycznej. Dzięki temu, nasi podopieczni mogą aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym, uczęszczać do szkoły, zdobywać kwalifikacje zawodowe, a potem podjąć się pracy zarobkowej. Drugi projekt – „Droga ku zatrudnieniu", ma na celu aktywizację zawodową osób niepełnosprawnych. Uczestnicy projektów mogą skorzystać z bogatej oferty szkoleniowej i zdobyć kwalifikacje do wykonywania wielu zawodów. Po uzyskaniu odpowiednich kwalifikacji zawodowych mają oni również szansę na odbycie stażu zawodowego u lokalnych pracodawców. Przy SION działa również wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego, która jest prowadzona i utrzymywana ze środków własnych Stowarzyszenia. Osoby niepełnosprawne z terenu naszego miasta i powiatu mają swobodny dostęp do sprzętu rehabilitacyjnego oraz szkolenia w zakresie jego użytkowania. Wypożyczalnia świadczy również usługi w zakresie konserwacji, naprawy oraz serwisu urządzeń pomocniczych i sprzętu rehabilitacyjnego. Umożliwia osobom niepełnosprawnym lepsze przystosowanie się do powstałych w wyniku choroby ograniczeń, sprzyja uaktywnieniu chorego i poprawie jego ogólnej sprawności. Realizujemy również program PFRON „ Zajęcia klubowe w WTZ". W związku z tym, że liczba naszych podopiecznych z roku na rok się powiększa, postanowiliśmy utworzyć dla nich nową, profesjonalną salę rehabilitacyjną. W sali tej planujemy prowadzić zajęcia indywidualne i w małych grupach z zakresu rehabilitacji, rekreacji ruchowej, gimnastyki korekcyjnej



Fot. nadesłane

oraz adaptowanej aktywności fizycznej. Salę planujemy utworzyć w pomieszczeniach znajdujących się w budynku hali sportowej po zlikwidowanym Gimnazjum nr 2 w Bartoszycach. Koszt całej inwestycji oszacowaliśmy na 170 tys zł. Do tej pory na remont udało nam się pozyskać 63 tys zł dofinansowania ze środków PFRON, dodatkowo mamy jeszcze 31 tys. zł środków własnych.

To jeszcze sporo brakuje...

Zgadza się. Dlatego właśnie postanowiliśmy pozyskać brakujące środki za pośrednictwem zbiórki internetowej. Początkowo nasza zrzutka nie cieszyła się dużym zainteresowaniem darczyńców. Przez pierwszy miesiąc zebraliśmy zaledwie ułamek potrzebnej nam kwoty. Wtedy moja niepełnosprawna córka wpadła na pomysł, aby za pośrednictwem portalu społecznościowego poprosić o nagłośnienie naszej inicjatywy znanego dominikanina, ojca Adama Szustaka. Gdy ojciec Szustak na swoim popularnym kanale na YouTubie zaapelował o wpłatę na naszą zrzutkę, ilość środków na zbiórce zaczęła się zwiększać błyskawicznie. W przeciągu dwóch dni nasi darczyńcy wpłacili niemal 20 tys. zł. Ostatnio wpłat jest już mniej, ale mamy nadzieję, że do końca wyznaczonego terminu uda nam się zebrać brakującą kwotę.

Jakie macie plany i marzenia na przyszłość?

Wciąż mamy coś do zrobienia. Chcielibyśmy, aby w Stowarzyszeniu pojawiło się nowe, nowoczesne auto przystosowane do przewozu niepełnosprawnych, w tym na wózkach inwalidzkich, które umożliwi podopiecznym wyjazdy na zajęcia rehabilitacyjne, oraz na zajęcia terapeutyczno-aktywizujące. Dzięki niemu będą mieli również łatwiejszy dostęp do wydarzeń, które pozwolą rozwijać ich funkcjonowanie społeczne, a także wyrówna szanse wszystkich osób z niepełnosprawnościami, które dotychczas nie mogły być dowożone. Kolejnym marzeniem jest doposażanie działki rekreacyjnej, którą Stowarzyszeniu bezpłatnie użyczyła Gmina Miejska Bartoszyce, o powierzchni 900 m^2, w celu organizowania na niej zajęć praktycznych oraz rekreacyjnych. Pracownicy i uczestnicy Warsztatów Terapii Zajęciowej planują zagospodarować całą przestrzeń tego miejsca. Z biegiem lat Stowarzyszenie będzie starało się o dodatkowe środki finansowe na powstanie w tym miejscu np. siłowni zewnętrznej czy ogrodu sensorycznego dla osób niepełnosprawnych. Stworzony i zagospodarowany przez WTZ teren rekreacyjny będzie formą terapii osób niepełnosprawnych, ukierunkowaną na poprawę kondycji fizycznej oraz sprawności manualnej, motorycznej i psychofizycznej. Marzymy jeszcze by utworzyć dla dorastających podopiecznych hostel lub mieszkania treningowe, by zapewnić osobom z niepełnosprawnościami samodzielną egzystencję, gdy zabraknie ich rodziców lub opiekunów.

I tego Państwu życzę. Dziękuję za rozmowę. ■

Debatowali o seksualności i rodzicielstwie osób z niepełnosprawnością ruchową

III Konferencja Projektu Sekson przeszła do historii. To były dwa dni inspirujących prelekcji, warsztatów i ożywionych dyskusji. W wydarzeniu wzięli udział eksperci, lekarze, rehabilitanci oraz same osoby z niepełnosprawnościami. Tegoroczna, trzecia już konferencja, realizowana w ramach Projektu Sekson, odbyła się w formie hybrydowej - stacjonarnie w Centrum Kreatywności Targowa w Warszawie oraz online na kanałach projektu Sekson.

– Zainteresowanie III Konferencją Sekson i frekwencja podczas wydarzenia absolutnie nas zaskoczyły. Wejściówki na wydarzenie stacjonarne rozeszły się w tydzień. To pokazuje, że o seksualności chcemy mówić, że się jej nie boimy, że jest ona dla każdego z nas ważna. Ogromnie cieszy nas otwarcie na dyskusję. To pokazuje, że Konferencja Seskon i sam projekt są ogromnie potrzebne. Szczególne podziękowania kieruję do wszystkich sojuszników i sojuszniczek projektu Sekson. To dzięki Waszemu wsparciu udaje nam się od trzech lat przełamywać tabu, szerzyć rzetelną wiedzę na temat życia intymnego osób z niepełnosprawnością i budować coraz szerszą społeczność osób zaangażowanych w tę ważną sprawę – wyjaśnia Krzysztof Dobies, Dyrektor Generalny Fundacji Avalon.

III Konferencja Sekson w liczbach prezentuje się imponująco. W stacjonarnej części wydarzenia wzięło udział 140 osób. Informacja o transmisji dotarła do prawie 21 tys. osób. Online konferencję śledziło ponad 210 widzów.

– Choć kolejna edycja Konferencji Sekson już za nami to nie koniec naszych działań. Wydarzenie jest swego rodzaju ukoronowaniem całorocznego wysiłku wielu osób zaangażowanych w równościową edukację seksualną oraz pracę na rzecz normalizacji społecznego postrzegania seksualności i rodzicielstwa osób z niepełnosprawnościami ruchowymi. Wokół Projektu Sekson będzie się działo dużo i będzie o nas głośno. W listopadzie organizujemy Festiwal Singli, będziemy także kontynuować rozwój Mapy Dostępności, polecam również drugą odsłonę naszego projektu filmowo-fotograficznego „Pełnosprawni w miłości" i zaplanowaną na grudzień kampanię społeczną – zapowiada Lusine Duryan, koordynatorka projektu Sekson.



Fot. Fundacja Avalon

Pierwszy dzień III Konferencji Projektu Sekson poświęcony był seksualności. Bez barier i tabu rozmawialiśmy między innymi o zdrowiu seksualnym, samomiłości, dbaniu o siebie a także sprzęcie medycznym czy gadżetach erotycznych. Nie zabrakło tematów trudnych związanych z przeciwdziałanie przemocy seksualnej i fetyszyzacją OzN. Drugi dzień zdominowało rodzicielstwo - dowiedzieliśmy się jak uczyć dziecko domyślnej akceptacji, rozmawialiśmy o mądrym wsparciu rodziców z zewnątrz, rozwoju psychoseksualnym dzieci, adopcji dzieci przez osoby z niepełnosprawnością oraz walce z homo-, bi- i transfobią wobec OzN czyli walce z podwójnym wykluczeniem.

– Tabu dotyczące seksualności dotyka szczególnie dzieci i młodzieży, osób starszych i osób z niepełnosprawnością. Społeczeństwo chciałoby, aby były aseksualne. Konferencja taka jak ta, jest dobrym miejscem do edukacji seksuologicznej, której w Polsce brakuje. Musimy zwrócić uwagę, że jest ona ważna nie tylko dla samych osób z niepełnosprawnością, ale także dla lekarzy, rehabilitantów, psychologów czy rodziców, a wręcz dla całych rodzin, w których dana osoba żyje – mówił prof. Zbigniew Izdebski, prelegent III Konferencji Sekson.

Wśród tegorocznych prelegentów znaleźli się między innymi: dr n. hum. Alicja Długołęcka, prof. dr hab. Zbigniew Izdebski, dr n. med. Monika Łukasiewicz, dr n. med. Piotr Paweł Świniarski, dr Tomasz Sobierajski, dr n. med. Barbara Mazurkiewicz, aktywiści i aktywistki - Marta Lorczyk, Renata Orłowska, Julia Zakrocka, Agata Tomaszewska i Wojciech Sawicki z Life on Wheelz, mistrzyni paraolimpijska Katarzyna Rogowiec, Ola Petrus – stand-uperka i aktywistka, przedstawiciele Sex Work Polska, Fundacji Aktywnej Rehabilitacji, Stowarzyszenia Doula w Polsce, Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę.

Wszystkie osoby, które nie miały możliwości uczestniczenia w konferencji zapraszamy na oficjalny profil projektu na Facebooku, gdzie można obejrzeć zapis z transmisji wydarzenia. – zachęca Lusine Duryan, koordynatorka projektu Sekson. ■

Fundacja Avalon

Góry, jeśli dzielą, to najczęściej w głowach

Największym wyzwaniem było przekonanie środowiska, że górska turystyka osób z niepełnosprawnościami jest możliwa do zorganizowania, jest bezpieczna i nie tak niedostępna, jakby mogło się wydawać. Często spotykaliśmy się z określeniem, że „porywamy się z motyką na słońce", słyszeliśmy, że osoby dotknięte niepełnosprawnością mają inne potrzeby i tego po prostu nie da się zrobić. Wszelkie wątpliwości osób, które widziały tylko przeszkody rozwialiśmy już podczas pierwszych wycieczek – wyjaśnia Anna Gerus z Fundacji „Ładne Historie", z którą rozmawiam o projekcie „Łączą nas góry".

ALEKSANDRA GARBECKA



Fot. Marcin Trzpiot

Jakie są Wasze doświadczenia jako organizacji w pracy z osobami z niepełnosprawnościami?

Fundacja „Ładne Historie" od 2016 roku prowadzi na Dolnym Śląsku regularne działania w obszarze kultury i rozwoju wspólnot lokalnych, w tym działań aktywizujących osoby z niepełnosprawnościami. W 2020 roku podpisaliśmy Deklarację Dostępności, tym samym stając się jednym z niemal 200 sygnatariuszy Partnerstwa na Rzecz Dostępności, któremu patronuje Wydział Dostępności Departamentu Europejskiego Funduszu Społecznego Ministerstwa Funduszy i Polityki Regionalnej. Zapewnienie udziału tłumaczy języka migowego, odpowiednie opisywanie treści zamieszczanych w Internecie, organizacja wydarzeń w miejscach odpowiednio przystosowanych do różnych potrzeb - jest to dla nas nieodłączny element działań. W 2019 roku rozpoczęliśmy realizację projektu "Łączą nas góry". Jest to zadanie z zakresu integracji i aktywizacji społecznej, które polega na organizacji wycieczek górskich dla dzieci z wysokim stopniem niepełnosprawności ruchowej i intelektualnej, i ich rodzin. Projekt jest realizowany w sposób umożliwiający wspólne zdobywanie szczytów przez osoby zdrowe i osoby z niepełnosprawnościami, angażuje środowiska sportowców, przedsiębiorców, ale też zwykłych ludzi, którzy chcą pomóc w łamaniu stereotypów i pomagać osobom z niepełnosprawnościami z własnego otoczenia. To właśnie „Łączą nas góry" było początkiem współpracy ze środowiskiem osób z niepełnosprawnościami i dało nam obraz na skalę problemu, jakim jest wykluczenie ich oraz członków ich rodzin z życia społecznego. Godziny spędzone na górskich wędrówkach, ale również kompleksowa ewaluacja dwóch edycji projektu, była podstawą do stworzenia planu działań na kolejne lata, czego efektem jest właśnie projekt „Odetchnij z kulturą". Jego realizacja będzie spełnieniem oczekiwań, jakie wskazywały nam osoby z niepełnosprawnościami i ich rodziny, ale również będzie okazją do jeszcze głębszego wejścia w ich świat, poznania jego specyfiki i podejmowania dalszych kroków w kierunku dostępności różnych sfer społecznych.

Wydawałoby się, że góry bardziej dzielą ze względu na bariery, niż łączą. Wy udowadniacie, że to nie do końca prawda. Czy można pokusić się o stwierdzenie, że góry „kręcą" osoby z niepełnosprawnością?

Góry, jeśli dzielą, to najczęściej w głowach. Zdobywanie szczytów kojarzy się z wysiłkiem, potrzebą posiadania kondycji i wysokiej sprawności, a poruszanie na wózku pozornie eliminuje z takich aktywności. Brak wiedzy oraz niewielka ilość przykładów osób z niepełnosprawnościami uprawiających turystykę górską sprawia, że w opinii wielu osób góry „to nie dla mnie". Przez trzy sezony nasi uczestnicy udowodnili, że turystyka górska



i aktywność na świeżym powietrzu są dla wszystkich, góry pociągają jednych mniej, innych bardziej, analogicznie jak w przypadku osób zdrowych. Część uczestników dzięki udziałowi w górskich wyprawach zmieniła swoje życie, znalazła cel, poszerzyła kontakty. Będąc na szlaku spotykamy się z bardzo pozytywnym przyjęciem ze strony turystów, uśmiechy, rozmowy i bezinteresowna pomoc, to nie są przypadki, lecz norma podczas wycieczek. Na szlaku wszyscy jesteśmy w 100 proc. równi, osoby z niepełnosprawnościami, opiekunowie i wolontariusze. Żartujemy z siebie bez względu na zdrowie, mokniemy, męczymy się i cieszymy. Każdy daje z siebie tyle, ile może. Taka jest idea naszego projektu i myślę, że ilość osób na wycieczkach pokazuje, że góry są dla wszystkich, a niepełnosprawność nie zmienia potrzeb, choć czasami zostały one zakopane głęboko w podświadomości i musiały ustąpić rutynie.

Skąd ogólnie pomysł na taki projekt? I czemu akurat Sudety, a nie inne góry? Czy rozważacie, aby w przyszłości poszerzyć Wasz projekt o inne górskie pasma?

Pomysł wziął się z górskiej pasji. Podczas wędrówek po górach, zauważyliśmy brak na szlakach osób z niepełnosprawnościami ruchowymi. Zapragnęliśmy to zmienić i umożliwić osobom poruszającym się na wózkach uprawianie turystyki. W trakcie realizacji projektu okazało się jednak, że problemem tym dotknięte są całe rodziny, więc potrzeby są znacznie większe, niż mogłoby się wydawać. Projekt ruszył w Sudetach, ponieważ jest to pasmo, które doskonale znamy, mieszkamy tutaj, co upraszcza organizację wycieczek oraz poszukiwanie nowych tras. Sudety posiadają gęstą sieć dobrze utwardzonych dróg technicznych oraz wiele świetnie przygotowanych szlaków, po których bez problemu można poruszać się z osobami na wózkach, ale również mogą z nich skorzystać rodziny z małymi dziećmi, czy osoby starsze. Dostajemy wiele zapytań o trasy w innych pasmach górskich, znamy miejsca, które teoretycznie spełniają warunki dla uprawiania turystyki przez osoby z problemami ruchowymi, jednak żebyśmy mogli być całkowicie pewni danej trasy, musielibyśmy ją sprawdzić osobiście, co wymaga czasu oraz środków. Mamy nadzieję, że w przyszłości uda nam się sprawdzić, opisać i udostępnić informacje o trasach również w innych pasmach.

Od kiedy trwa projekt? Co Was najbardziej zaskoczyło podczas realizacji? A co jest lub było największym wyzwaniem?

Projekt trwa trzeci rok. Największym wyzwaniem było przekonanie środowiska, w tym fizjoterapeutów, osób decyzyjnych w ośrodkach i organizacjach oraz osób, dla których działamy, że górska turystyka osób z niepełnosprawnościami jest możliwa do zorganizowania, jest bezpieczna i nie tak niedostępna, jakby mogło się wydawać. Często spotykaliśmy się z określeniem, że „porywamy się z motyką na słońce", słyszeliśmy, że osoby dotknięte niepełnosprawnością mają inne potrzeby i tego po prostu nie da się zrobić. Wszelkie wątpliwości osób, które widziały tylko przeszkody rozwialiśmy już podczas pierwszych wycieczek. Pierwszym zaskoczeniem były osoby, które najwięcej skorzystały ze wspólnych wyjść w góry. Okazało się, że często to rodzice opiekujący się na co dzień niepełnosprawnym dzieckiem, mają ogromny głód wycieczek i czasu spędzonego na łonie natury. Drugim zaskoczeniem był duży odzew na program wolontariacki w ramach akcji „Łączą nas góry". Wolontariusze nie tylko przyjeżdżają na wycieczki aby pomóc, ale robią to regularnie. Na wycieczki przyjeżdżają ludzie z całej Polski, robią to, by bezinteresownie pomóc, co tworzy niepowtarzalny klimat, którego w żaden inny sposób nie bylibyśmy w stanie zapewnić.

Na jakim etapie jest projekt?

Aktualnie zakończyliśmy trzeci sezon letnich wycieczek. W tym roku, w ramach projektu „Łączą nas góry", podczas rodzinnych wycieczek na Szrenicę, Włodzickie Wzgórza, Halę pod Śnieżnikiem, Andrzejówkę, Niknącą Łąkę, Jagodną, do Parku w Bukowcu, na Polanę Jakuszycką (dwukrotnie), Wielką Sowę i Kozie Siodło udało się pokonać ponad 92 kilometry. Ze zorganizowanych wędrówek skorzystało 68 osób z niepełnosprawnościami. W wycieczkach wzięło udział 127 wolontariuszy. W tym roku wycieczki cieszyły się największym zainteresowaniem ze wszystkich edycji.

Na niektórych wyprawach po górskich szlakach maszerowało z nami wspólnie ponad 100 osób wzajemnie pomagając sobie, ale też po prostu spędzając razem aktywnie czas. Od pierwszej odsłony projektu, uczestnicy przeszli już ponad 380 kilometrów sudeckich szlaków. Już teraz wiemy, że będziemy rozszerzać nasze działania. Dużym zainteresowaniem cieszyła się akcja #KrokDalej. Dzięki wsparciu marki Merrell, której misją jest m.in. promowanie aktywności na świeżym powietrzu, opracowaliśmy dokumentację tras i stworzyliśmy mapy z opisami szlaków, cennymi wskazówkami oraz odpowiedziami na najczęściej zadawane przez uczestników wypraw pytania. To przełomowa na Dolnym Śląsku akcja, która ułatwia samodzielną turystykę górską osobom z niepełnosprawnościami. Uczestnicy zgłaszali nam, jakie dodatkowe informacje mogłyby się znaleźć w przewodnikach i co jest istotne z punktu widzenia osoby, która porusza się na wózku inwalidzkim. Mapy są dostępne na stronie internetowej ladnehistorie.pl/krokdalej-z-merrell z możliwością pobrania i samodzielnego wydruku w domu. Dowiemy się z nich m.in. o szczegółowym przebiegu trasy i ewentualnych utrudnieniach, a także w których miejscach najlepiej zaplanować odpoczynek.

Co planujecie zrobić w jego ramach?

Już teraz wiemy, że nie będzie to ostatnie takie nasze działanie. Dzięki dofinansowaniu z programu „Aktywni Obywatele – Fundusz Krajowy", będziemy kontynuować rozpoczęty w tym roku proces sprawdzania górskich szlaków pod kątem ich przydatności dla turystyki osób na wózkach. Wybrane trasy będą szczegółowo opisane, zostaną stworzone mapy online. Będziemy koncentrować się na tym, aby brak informacji nie był już przeszkodą w wyruszeniu na szlak. Planujemy również wycieczkę zimową, jednak wymaga ona zakupu sprzętu, na który wkrótce uruchomimy zbiórkę. Jest to tylko część zadań nad którymi pracujemy. Oczywiście wiosną planujemy ponownie wyruszyć w góry, by ponownie móc wspólnie zdobywać szczyty.

Czy opisy szlaków poza internetem będą dostępne w wersji papierowej?

Obecnie nie planujemy wydawania map w wersji papierowej. Udostępnione przez nas mapy są przygotowane w formie umożliwiającej wydruk na zwykłej, domowej drukarce.

Organizujecie zbiórki na wyprawy dla OzN. Jak można Was w tym wesprzeć?

Akcję „Łączą nas góry" wspierać można przez cały rok poprzez stronę internetową ladnehistorie.pl/wesprzyj-nas/ oraz dzięki akcji #puszka na góry. Do akcji przyłączają się miejsca takie jak schroniska, sklepy z odzieżą sportową, obiekty turystyczne, restauracje, ale również wszyscy, którzy mają możliwość postawienia u siebie naszej drewnianej, zbiórkowej puszki i wsparcia nas w ten sposób. Zbiórka dotyczy konkretnie projektu „Łączą nas góry" i środki, które udaje nam się dzięki niej pozyskać, są przeznaczane na organizację górskich wypraw - na zakup, wypożyczenie sprzętu, wyżywienie, ubezpieczenie - potrzeb jest naprawdę dużo.

Co chcielibyście ostatecznie osiągnąć?

Pragniemy, aby turysta z niepełnosprawnością był w górach częstym widokiem, tylko tyle i aż tyle. Najbardziej cieszy nas, kiedy piszą do nas rodziny, które dzięki akcji uwierzyły w dostępność gór, zobaczyły, że ta forma turystyki jest możliwa mimo niepełnosprawności i zaczynają w góry chodzić samodzielnie. Organizują zbiórki na specjalne, terenowe wózki, lub pytają nas o trasy możliwe do pokonania na zwykłym wózku. Dzięki wspólnemu wędrowaniu między uczestnikami a wolontariuszami narodziły się przyjaźnie, spotykają się oni już poza nami, spędzają razem czas. To jest największy sukces projektu – fakt, że góry naprawdę łączą.

Planujecie również zajęcia wspinaczkowe dla dzieci z autyzmem oraz cykl koncertów dla DPS...

Zajęcia wspinaczkowe to pomysł, który przyszedł nam do głowy po rozmowie z rodzicami, których dzieci biorą udział w naszych wyprawach i rodzice widzą dużą zmianę w ich zachowaniu po powrocie z gór. Góry działają teraputycznie i możliwość spróbowania wspianczki w takim otoczeniu, wśród specjalistów, którzy zadbają nie tylko o bezpieczeństwo, ale również o komfort psychiczny tych osób, może dać pozytywne skutki. Chcąc przełamywać kolejne bariery i kontynuować nasze działania polegające na udostępnianiu kolejnej działalności górskiej, pragniemy prowadzić taką wspinaczkę na naturalnych skałach. Oczywiście dla dziecka dotkniętego autyzmem już samo przymierzenie uprzęży, kasku może być przełomem. Nie będą to typowe zajęcia wysiłkowe, bardziej działanie, które ma pomóc przełamywać bariery. Celem jest zaangażowanie nie tylko osób autystycznych, ale całych rodzin, w nową formę aktywności. Wiemy, że jest to osiągalne i potrzebne. Jeśli chodzi o cykl koncertów dla Domów Pomocy Społecznej, to nowe działania, które realizujemy w ramach projektu "Odetchnij z Kulturą", dzięki wsparciu ze środków Ministra Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu, pochodzących z Funduszu Promocji Kultury. Przygotowaliśmy koncerty plenerowe dla podopiecznych Domów Pomocy Społecznej, odbywające się w ogrodach na terenie ich placówek, by umożliwić im kontakt z muzyką. Działanie jest efektem wielu rozmów i doświadczeń wynikających z naszej regularnej pracy z osobami dotkniętymi problemem niepełnosprawności, ale przede wszystkim wynika z głębokiego przekonania, że dostępność kultury jest ważnym zadaniem zarówno dla organizatorów wydarzeń jak i twórców kultury, zadaniem wartym wsparcia.

Dziękuję za rozmowę. ■

Elbląski UTWiON wznawia działalność

Uniwersytet Trzeciego Wieku i Osób Niepełnosprawnych w Elblągu rozpoczął nowy rok akademicki. Uroczysta inauguracja odbyła się w Bibliotece Elbląskiej, z udziałem władz miejskich i reprezentantów wielu instytucji i organizacji współpracujących z Uniwersytetem. Dominowała nadzieja, że nic już nie zakłóci ponownie działalności uniwersytetu.

TERESA BOCHEŃSKA



Fot. Rafał Sułek

Było to pierwsze, tak liczne zebranie słuchaczy UTWiON po lockdownie. Uczestnicy spoglądali sponad maseczek, ale w oczach widać było ciekawość i radość z możliwości spotkania po długim rozstaniu.

– Cieszymy się, że możemy się spotkać „w realu", że możemy wspólnie celebrować ten wyjątkowy dla nas dzień. Inaugurujemy i rozpoczynamy działalność tak jak przed pandemią. Nie wiemy co nas czeka w nadchodzącej przyszłości – pandemia nie powiedziała jeszcze ostatniego słowa, lecz wierzymy, że będziemy wspólnie mogli spędzić te najbliższe miesiące na wykładach i zajęciach poszczególnych sekcji zainteresowań – mówiła podczas inauguracji Prezes Uniwersytetu Iwona Orężak.

Po powitaniach i wystąpieniach gości Prezes Iwona Orężak ogłosiła nowy rok akademicki za rozpoczęty, po czym zgodnie z tradycją zabrzmiał hymn „Gaudeamus igitur".

Uniwersytet Trzeciego Wieku i Osób Niepełnosprawnych działa w Elblągu już od 1999 roku, początkowo pod nazwą „Wszechnica", w ramach Elbląskiej Rady Konsultacyjnej Osób Niepełnosprawnych. W 2006 r. dynamicznie rozwijająca się placówka pod kierownictwem Iwony Orężak uzyskała samodzielność jako nowe stowarzyszenie. UTWiON zdobył popularność wśród elblążan i uznanie władz miejskich – Stowarzyszenie uzyskało trzyletni kontrakt, powtarzający się w kolejnych latach. Dotacja z Miasta nie wystarczyłaby na tak szeroką działalność, obejmującą nie tylko wykłady, ale i szereg różnorodnych sekcji zainteresowań, a także wycieczki krajoznawcze, spotkania towarzyskie, wyjścia na imprezy kulturalne – toteż Zarząd Uniwersytetu pozyskuje dodatkowe granty w konkursach ogłaszanych przez samorządy i instytucje rządowe.

Jak przystało w uniwersytet, nauka rozpoczęła się od wykładu inauguracyjnego, który wygłosiła pani Barbara Bukowska. Wykład nosił tytuł „Zupy – sycące i wartościowe potrawy kuchni warmińsko-mazurskiej i powiślańskiej". – Trzeba być poetą, żeby ugotować zupę z niczego – uważał Hans Christian Andersen. Pani Barbara opowiadała o zupach jak poetka, chociaż nie były z niczego, a wręcz przeciwnie, zadziwiały rozmaitością, prezentując upodobania kulinarne dawnych mieszkańców okolic Elbląga.

Obecny rok akademicki zbiegł się z 10-leciem działającego przy UTWiON, popularnego kabaretu Ale Babki, który wypełnił część artystyczną uroczystości. O funkcjonowaniu UTWiON w rozpoczętym roku akademickim rozmawialiśmy z Teresą Urban, Pełnomocniczką Prezydenta ds. Seniorów

Jak będzie działał Uniwersytet po przerwie spowodowanej pandemią: czy będą stacjonarne wykłady, czy odnowią się wcześniej istniejące sekcje?

Działalność UTWiON zamierzamy oprzeć o bardzo szeroką współpracę i instytucjami kultury i stowarzyszeniami zrzeszającymi seniorów. Wykłady i zajęcia będą się odbywały stacjonarnie, prowadzimy zapisy do wszystkich sekcji, które były w latach poprzednich. Nabór rozpoczął się 1 sierpnia 2021 r., ale zapisujemy słuchaczy na trzy miesiące – październik, listopad i grudzień, aby uniknąć sytuacji związanej z ewentualnym zamknięciem z powodu pandemii.

Co ze słuchaczami? Czy stawili się wszyscy sprzed pandemii?

Zapisała się taka sama liczba słuchaczy, jak w roku akademickim 2020/2021, ale jest mniejsza, niż przed pandemią. Mamy nadzieję, że jeśli nic złego się nie zadzieje, to od stycznia liczba słuchaczy wzrośnie.

Czy będą jakieś zmiany, jakieś nowe propozycje?

Przygotowujemy bardzo bogatą ofertę wycieczek, wieczorki taneczne, wspólne wigilie, wyjścia do teatru czy na koncerty – zgodnie z tym, co najbardziej interesowało naszych słuchaczy w poprzednich latach. Sytuacja pandemiczna jest ciągle niepewna, więc trudno układać bardziej ambitne plany. ■



V Integracyjny Turniej Sprawnościowy „Bezpieczna Droga” za nami

Po dwóch latach przerwy, 10 drużyn stanęło ponownie w szranki, by powalczyć o miano najlepszej, podczas V edycji Integracyjnego Turnieju Sprawnościowego „Bezpieczna Droga”, który odbył się w gościnnych murach Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 2 w Elblągu.

ALEKSANDRA GARBECKA

– Jest nam bardzo miło powitać wszystkie drużyny. Cieszymy się, że pomimo takich niesprzyjających warunków sanitarnych, zgodziliście się do nas przyjechać – powiedziała witając przybyłych, Justyna Kirylczuk.

W turnieju wzięło udział 10 drużyn: WTZ z Morąga, WTZ z Lubawy, SOSW nr 2 i SOSW nr 1 z Elbląga, WTZ Saperów z Elbląga (3 drużyny), IKS „ATAK” z Elbląga (2 drużyny), ŚDS z ul. Zamkowej w Elblągu.

Zawody rozpoczęły się od testu wiedzy o ruchu drogowym, składającego się z 10 pytań z zakresu obsługi roweru i pomocy przedmedycznej, który większości uczestnikom nie sprawił większej trudności. Potem przyszedł czas na test sprawności z jazdy na rowerze. Uczestnicy, w zależności od preferencji, mieli do dyspozycji zarówno rower dwukołowy, jak i trójkołowy. Podczas zawodów odbyła się także krótka prelekcja na temat istoty noszenia odblasków. Zwieńczeniem całego turnieju było wręczenie nagród oraz pamiątkowych dyplomów. Najlepszy w tym roku okazał się SOSW nr 2, na II miejscu uplasował się SOSW nr 1, zaś na III – WTZ z Morąga.



Fot. Anna Żubrowska

Jak podkreślają organizatorzy impreza miała na celu nie tylko poszerzenie wiedzy z bezpieczeństwa ruchu drogowego, ale także doskonalenie techniki jazdy na rowerze, kształtowanie umiejętności udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej, a przede wszystkim dobrą zabawę.

Turniej zorganizowało Stowarzyszenie na rzecz Osób Niepełnosprawnych „Sprawniejsi” z Elbląga, przy współudziale Warsztatu Terapii Zajęciowej im. Matki Teresy z Kalkuty z Elbląga, elbląskiego „Automobilklubu”, elbląskiego WORD-u oraz SOSW nr 2 w Elblągu. ■

Oczami demencji

W Ratuszu Staromiejskim odbyły się warsztaty edukacyjne dla opiekunów i rodzin osób z chorobą Alzheimera. Organizatorem wydarzenia był Środowiskowy Dom Samopomocy przy ul. Zamkowej w Elblągu oraz Elbląskie Stowarzyszenie Pomocy Osobom z Chorobą Alzheimera i Innymi Zaburzeniami Psychicznymi. O tym jak na świat patrzą osoby z demencją opowiadała w środę Marlena Meyer, prezes zarządu Fundacji Dementia Action Alliance Polska.

MATEUSZ MISZTAL



Fot. Mateusz Misztal

Demencja jest jednym z największych wyzwań przed jakimi stoi Europa, w tym także Polska. Choroba ta dotyka głównie (choć nie wyłącznie) ludzi starszych. Opieka nad chorymi wymaga nieustannej rehabilitacji, leczenia farmakologicznego i w wielu przypadkach opiekuna, bez którego, szczególnie w późnej fazie choroby, chory nie jest w stanie funkcjonować. Jakie potrzeby mają osoby z demencją? Jak można poprawić ich i opiekunów komfort? Jak zaznacza dzisiejsza prelegentka – czasem wystarczy naprawdę niewiele. Uczestnicy warsztatów mogli spojrzeć na świat „oczami demencji". Pomaga to lepiej komunikować się z chorym, zrozumieć co czuje i jak odbiera on rzeczywistość. – Jak rozpoznać pierwsze objawy demencji? Jeśli obserwujemy, że nastąpiła pewna zmiana, że pojawiły się pewne zachowania, które wcześniej się nie zdarzały, to powinniśmy zwrócić na to uwagę. My popełniamy wpadki i to jest naturalna rzecz dla każdego z nas, ale one nie powinny mieć wpływu na to w jaki sposób my funkcjonujemy, jak zarządzamy swoimi sprawami, nie powinniśmy tracić nad tym kontroli. Natomiast jeśli zauważamy, że coś się dzieje i to coś ma wpływ na to jak my funkcjonujemy i niezależnie od tego ile wysiłku wkładamy, by to naprawić, a to się nie udaje, to to powinno nam zapalić czerwoną lampkę w głowie, jeśli dotyczy to nas lub jeśli dotyczy to ludzi, którzy są nam bliscy. Czyli jeśli jest inaczej niż było kiedyś i to się powtarza, to znaczy, że trzeba to sprawdzić – mówi prowadząca warsztaty Marlena Meyer. – Oczywiście to nie musi oznaczać, że to jest jakaś choroba przebiegająca z demencją, bo do tego potrzeba trochę więcej informacji i dłuższej diagnostyki, ale zważywszy na to, że coraz więcej ludzi wchodzi w wiek emerytalny, coraz więcej ludzi wchodzi w wiek, który my nazywamy sędziwym, czyli powyżej 80. roku życia, a choroby neurodegeneracyjne dotyczą bardzo wielu z nas, to musimy mieć to na uwadze, bo im wcześniej zainterweniujemy, im wcześniej będziemy wiedzieli, że taka choroba jest, albo że żyje z nią nasz bliski, tym większe są nasze szanse na to, że jakość życia będzie lepsza, bo będziemy mogli się przygotować, bo będziemy mogli przygotować pewne strategie, będziemy mogli włączyć leczenie – bardzo ograniczone, ale jednak istniejące – dodaje.

Podczas warsztatów można było usłyszeć między innymi o tym, jak dostosowywać mieszkanie do potrzeb osoby chorej. I tu nie ma jednego rozwiązania, bo każdy chory może reagować na pewne „udogodnienia" różnie – negatywnie lub pozytywnie. Jednym może przeszkadzać zbyt jasna podłoga, innym chodzenie po mieszkaniu w butach na obcasie. Marlena Meyer zwróciła także uwagę m.in. na kwestię kolorystyki umeblowania i jego odpowiedniego usytuowania, bo chory w pewnej fazie choroby ma też zawężone pole widzenia. – Ważna jest świadomość społeczna czym jest demencja. Odejście od stereotypu myślenia, że starość tak ma – to po pierwsze, a po drugie, że choroba Alzheimera, czyli najczęściej występująca z demencją choroba to nie tylko kwestia zapominania lub niepamiętania. To bardzo skomplikowany i chyba jeden z najbardziej skomplikowanych mechanizmów chorobowych w neurologii. I to, że umyka nam coś o czym powinniśmy wiedzieć, a nie wiemy, nie jest kwestią tego, że my o tym nie pamiętamy, tylko zachodzi pewien proces w naszym mózgu, który w chorobie Alzheimera to uniemożliwia – podkreśla prelegentka.

Wydarzenie zrealizowane zostało w ramach kampanii informacyjno-edukacyjnej: „Alzheimer-rozumiem-wspieram", której inicjatorami są: Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich oraz Alzheimer Polska. W spotkaniu uczestniczyła także kadra Środowiskowego Domu Samopomocy. Przedstawiciele placówki udzielili wszystkim zainteresowanym informacji na temat funkcjonowania ŚDS oraz możliwości uzyskania wsparcia dla rodzin zmagających się z opieką nad chorym z demencją.

Środowiskowy Dom Samopomocy w Elblągu prowadzi trzy placówki: przy ul. Zamkowej 16A, przy ul. Traugutta 38 oraz przy ul. Podgórnej 1. ■

W SP 14 otwarto gabinet dentystyczny

Blisko 300 uczniów SP 14 w Elblągu może od teraz bezpłatnie korzystać z gabinetu dentystycznego, prowadzonego przez NZOZ „Twoje Zdrowie". Pomieszczenie jest wyposażone w nowoczesny sprzęt, ale co ważne jest bardzo przytulne. Na ścianach widnieją dziecięce rysunki, które mają spowodować, że dzieci chętniej będą siadały na fotel dentystyczny.

Aktualnie w mieście bezpłatną opiekę dentystyczną oferują przychodnie przy ul. Orzeszkowej i ul. Tysiąclecia.W przyszłości z oferty gabinetu będą mogli skorzystać także elbląscy uczniowie z SP 12 i SP 15. Jak zapewnia Norbert Kuich, prezes zarządu spółki NZOZ „Twoje Zdrowie" usługi w nim będą realizowane na takich samych materiałach, jak w prywatnych gabinetach. – Opracowany już jest plan przeglądów, leczenia i we współpracy z wychowawcami dzieci będą zapraszane do stomatologa – tłumaczy Kazimiera Pierzyńska-Czujwid, dyrektor SP 14.

Brak odpowiedniej opieki dentystycznej wśród dzieci to duży problem w całym kraju. Jak wynika z informacji zawartych w „Programie Polityki Zdrowotnej na lata 2018–2021 w zakresie zapobiegania rozwojowi próchnicy u dzieci i młodzieży z terenu województwa warmińsko-mazurskiego", w naszym regionie próchnica występuje u 82 proc. dzieci i nastolatków, co w porównaniu z innymi województwami, jest jednym z najwyższych wskaźników w kraju.

– Uważam, że nacisk należy położyć na profilaktykę, na to, aby wizyty u stomatologa stały się rutyną. Każde dziecko powinno pojawić się na wizycie przynajmniej 2 razy w roku. Zdarza się niestety często, że jest to czasem raz na 5 lat.



Fot. Aleksandra Garbecka

Należałoby również zmienić podejście i odczarować stereotyp szkolnego gabinetu stomatologicznego, który wielu osobom szczególnie dorosłym, nie kojarzy się zby pozytywnie – wyjaśnia lek. dentysta Marek Barański, który będzie jednym z dwóch lekarzy dentystów w nowopowstałym gabinecie. ■

AG

Elbląg otwiera się na kobiety ciężarne

Elbląg, jako jeden z 3 samorządów w Polsce, dołączył do pilatożowego programu „mobilnego KTG", urządzenia monitorującego prawidłowy przebieg ciąży. Od 6 października br. ciężarne elblążanki, które spełnią odpowiednie wymogi, będą mogły wypożyczyć urządzenie i wykonać badanie bez konieczności wychodzenia z domu. Program kierowany jest do ciężarnych kobiet w pojedynczej ciąży, po 35 tygodniu, których ciąża jest zagrożona.

– Dysponujemy aktualnie 10 urządzeniami, które będziemy wypożyczać rotacyjnie. Co istotne, opieka jest sprawowana 24h na dobę, 7 dni w tygodniu. Sygnał z KTG jest przekazywany zdalnie do centrum, w którym zapis oceniają fachowcy. Koszt całego przedsięwzięcia to ok. 6,5 tys zł – wyjaśnia Michał Missan, wiceprezydent Elbląga.

Jak wygląda ścieżka zgłaszania?

Najpierw odbywa się weryfikacja wstępna, która zostaje przeprowadzona w Departamencie Zdrowia i Spraw Społecznych pod nr 55 239 30 28 od poniedziałku do piątku w godzinach 9:00-13:00 . Następnie ciężarna otrzymuje numer telefonu do centrum telemonitoringu firmy Nestmedic SA. Tam wykwalifikowany personel przeprowadza już bardziej szczegółową ankietę oraz informuje, czy dana kobieta została zakwalifikowana do programu, czy też nie, a także udzieli wszelkich niezbędnych informacji typu: w jaki sposób będzie jej dostarczone urządzenie KTG Pregnabit, w jaki sposób z niego korzystać i z jaką częstliwością. w przypadku zagrożenia, personel natychmiast kontaktuje



Fot. nadesłane

się z pacjentką telefonicznie. Pacjentka otrzymuje sms-em potwierdzenie w przypadku poprawnego zapisu KTG. Przyszła mama zyskuje więc pewność, że jej dziecko jest bezpieczne. ■

AG

DPS w Rangórach będzie zlikwidowany

Podczas ostatniej sesji, radni powiatu elbląskiego podjęli uchwałę o likwidacji DPS w Rangórach. 13 radnych było za, 1 przeciw, a 3 wstrzymało się od głosu. Jak czytamy w uzasadnieniu uchwały, jednym z powodów takiej decyzji jest znaczny spadek, odnotowywany od jesieni ubiegłego roku, ilości kierowanych osób do stacjonarnych placówek pomocy społecznej, który spowodował, ze dwie placówki (DPS w Rangórach - 7 wolnych miejsc i DPS w Tolkmicku - 25 wolnych miejsc- stan na 3.09 br.), znalazły się w bardzo trudnej sytuacji finansowej, powodującej brak możliwości zbilansowania wydatków z osiąganymi dochodami. Konieczność dofinansowania obu instytucji, to kwota rzędu ok. 700 tys. zł.



Fot. Mateusz Misztal

Istotnym warunkiem, na jaki wskazuje się w uzasadnieniu uchwały, jest narzucone przez przepisy posiadanie określonego wskaźnika zatrudnienia pracowników w stosunku do ilości mieszkańców - 0,5 etatu na jednego mieszkańca. Skutkuje to bezwzględną koniecznością określonego poziomu zatrudnienia, a więc i wysokości funduszu płac. Przy generalnie najniższym wynagrodzeniu w domach wysokość środków finansowych przeznaczonych na płace wynosi 74 - 78 proc. całości budżetu tych domów. Wydatki rzeczowe zatem, to znikoma część planów finansowych, co przy stale rosnących kosztach nośników energii, wody, ścieków, środków chemicznych, żywności, usług itp. powoduje określone trudności w prowadzeniu racjonalnej działalności konserwacyjno-remontowej i odtwarzania wyeksploatowanych środków trwałych. Kolejne informacje o wzroście najniższego wynagrodzenia o 200 zł z kwoty 2.800 do 3.000 brutto jeszcze pogłębi kłopoty finansowe domów. W związku z tym uznano, że dalsze utrzymywanie dotychczasowej ilości miejsc, w kontekście braku zapotrzebowania na tego typu usługi, będzie powodować szereg negatywnych zjawisk, w tym przede wszystkim konieczność stałego dofinansowywania obu placówek, brak możliwości rozwoju oraz ich utrzymywania na odpowiednim poziomie technicznym.

Ponadto, coraz większego znaczenia nabiera zmieniająca się polityka rządu w zakresie pomocy instytucjonalnej. Coraz większy nacisk, podobnie jak w przypadku placówek opiekuńczo-wychowawczych, kładziony jest na jej deinstytucjonalizację, tj. doprowadzenie do tego, żeby osoba z niepełnosprawnością mogła cieszyć się samodzielnością i żyć tak, jak chce, a nie trafiać do dużej instytucji opieki. Warto zaznaczyć, że zalecenie, by zapewniać każdemu prawo do samodzielnego i niezależnego życia, znajduje się również w międzynarodowych standardach dotyczących praw osób z niepełnosprawnościami.

Co zatem z pracownikami i mieszkańcami DPS w Rangórach?

– W DPS w Rangórach zatrudnionych jest 23 pracowników (stan na 31 sierpnia br.). Części z nich zostaną przedstawione propozycje pracy w pozostałych domach pomocy społecznej w Tolkmicku i Władysławowie, 4 osoby przejdą na świadczenia emerytalne, 2 osobom z dniem 31 grudnia kończy się okres na który została zawarta umowa o pracy. Ponadto, chęć zatrudnienia pracowników zgłasza Szpital Wojewódzki w Elblągu, Dom Opieki w Rubnie i Dom Opieki w Bogaczewie.

33 mieszkańcom DPS Rangóry zostałaby przedstawiona propozycja przeniesienia do DPS w Tolkmicku, placówki o identycznym standardzie i zasadach funkcjonowania, w stosunku do 3 mieszkańców zostałaby rozpoczęta procedura rekwalifikacji w celu skierowania ich do placówek specjalistycznych, tj.: domu dla osób z upośledzeniem umysłwym oraz domu dla psychicznie chorych – czytamy w uzasadnieniu uchwały. ■

Oprac. AG

SOSW nr 1 na warsztatach ID Games w Lizbonie

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 w Elblągu realizuje projekt ID Games współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach programu „Erasmus+". Obok specjalistów edukacji specjalnej z Elbląga, w projekcie biorą udział przedstawiciele instytucji z Rumunii, Grecji i Portugalii.

Celem projektu ID Games jest opracowanie innowacyjnej metody pracy z osobami z niepełnosprawnością intelektualną, opartej na wykorzystaniu gier. Specjaliści ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego wraz z europejskimi partnerami zaprojektowali 6 gier dostosowanych do wieku, zainteresowań i potrzeb osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Po licznych spotkaniach online, grupa projektowa mogła wreszcie spotkać się osobiście. Pod koniec września na Uniwersytecie Lusofona w Lizbonie odbyło się spotkanie partnerów projektu ID Games. Podczas spotkania w Portugalii przedstawiciele instytucji z Polski, Grecji, Rumunii i Portugalii testowali opracowane wcześniej gry oraz pracowali nad stworzeniem e-kursu dla specjalistów pracujących z osobami z niepełnosprawnością intelektualną.

Do głównych obszarów, którymi zajmowali się należy zaliczyć: wpływ użycia technologii wspomagającej na edukację osób z SPE, technologia wspomagająca dla potrzeb edukacyjnych uczniów z zaburzeniami fizycznymi, dla potrzeb edukacyjnych uczniów z wadami wzroku, dla potrzeb edukacyjnych uczniów z zaburzeniami słuchu, dla potrzeb edukacyjnych uczniów z zaburzeniami mowy i języka, dla potrzeb edukacyjnych uczniów z zaburzeniami poznawczymi, dla potrzeb edukacyjnych uczniów z konkretnymi niepełnosprawnościami w nauce, systemy edukacyjne, podniesienie prestiżu szkoły, współpraca zespołowa oraz nadanie szkole europejskiego charakteru. Szkolenie przeprowadzone było w formie warsztatowej z elementami wykładu.

Wszystkie materiały stworzone w ramach projektu ID Games dostępne będą już wkrótce na platformie elektronicznej projektu.

– Wyjazdy na szkolenia za granicą są fantastyczną okazją do podniesienia kwalifikacji oraz kompetencji zawodowych dla nauczycieli. Uczestnicy mobilności zgromadzili szeroką wiedzę metodyczną, a także językową. Realizacja projektu wpłynęła pozytywnie na jego uczestników i stała się cennym źródłem nowej wiedzy. Każdy z nich nabył nowych umiejętności i podniósł swoje kwalifikacje w zakresie pedagogiki, dydaktyki oraz wykorzystania technologii informacyjno – komunikacyjnej w edukacji specjalnej – mówią uczestniczki spotkania z ramienia SOSW nr 1 w Elblągu. ■

Anna Hatle-Tafelska, Ewelina Deja, Magdalena Janiak

Życie jest ważne, warto je kochać i o nie walczyć

16 października już po raz 19. ulicami Elbląga przeszedł Marsz „Kocham Cię Życie", organizowany przez elbląskie „Amazonki", mający na celu propagowanie wśród społeczeństwa badań profilaktycznych, bowiem to one są kluczową kwestią w walce z rakiem piersi.

– Bardzo dziękuję za to, że jest Was tak dużo. Za to, że odpowiedzieliście na zaproszenie elbląskich Amazonek, po to by razem z nami cieszyć się życiem – mówiła ich prezes Danuta Tchorowska, przed rozpoczęciem marszu. Elbląskie „Amazonki" swoją postawą codziennie udowadniają, że życie jest ważne, że trzeba je kochać i o nie walczyć. W stowarzyszeniu jest aktualnie ok 90 Pań. Jak wyjaśnia Danuta Tchorowska, ta liczba niestety się zmienia. Niektóre panie odchodzą, bo czują się na tyle wyedukowane, że nie potrzebują już wsparcia, ale są też takie, które odchodzą już niestety na tamten świat. – Aktualnie nie istnieją żadne inne choroby poza COVID-em, bo o niczym innym się obecnie nie mówi. COVID mocno



Fot. Rafał Sułek

namieszał, bo wiele osób wpadło w pułapkę „nie mogę dzisiaj iść do lekarza, bo się boję, ze się zarażę, poczekam więc jeszcze trochę”, ale czasem jest już za późno, bo nowotwór piersi rozwija się bardzo szybko. Mamy o wiele więcej telefonów niż przed pandemią. Kobiety dzwonią i mówią: „pomóżcie wracam ze szpitala, mam już diagnozę, co dalej”. Staramy się je wtedy wspierać, jak tylko możemy i dawać nadzieję, bo przecież my, Amazonki jesteśmy żywym przykładem na to, ze w porę wykryty nowotwór daje szansę na wyleczenie, szansę na dobre życie – tłumaczy Danuta Tchorowska. Nowotwór piersi to wciąż najczęściej występujący nowotwór wśród kobiet w Polsce. Niestety Panie wciąż zdecydowanie za późno zgłaszają się do lekarza, co gorsza, chorują coraz młodsze osoby. Najmłodsza Elbląska „Amazonka” ma 23 lata. – Najważniejsza jest profilaktyka, dlatego uczymy samobadania piersi już nastolatek. Niestety mimo różnych happeningów prozdrowotnych, zachorowań jest coraz więcej. Wciąż zbyt mało kobiet korzysta z badań przesiewowych, a regularne i wykonywanie USG czy mammografii jest podstawą. Pamiętajmy więc o zdrowym stylu życia, dbajmy o własne zdrowie fizyczne i psychiczne. Cieszmy się zdrowiem, manifestujmy naszą radość, pamiętajmy o badaniach i profilaktyce – podsumowuje Danuta Tchorowska. ■

Aleksandra Garbecka

Od 50 lat w służbie niewidomym i niedowidzącym

Polski Związek Niewidomych Koło w Elblągu już od 50 lat skutecznie zapobiega wykluczeniu społecznemu oraz zawodowemu niewidomych i słabowidzących w Elblągu i jego okolicach. Niesie wszechstronną pomoc osobom dotkniętym chorobami narządu wzroku oraz ich rodzinom. Integruje środowisko i co ważne, jest jego rzecznikiem. 15 października br., w Międzynarodowy Dzień Białej Laski, organizacja świętowała hucznie swój jubileusz.



Fot. Aleksandra Garbecka

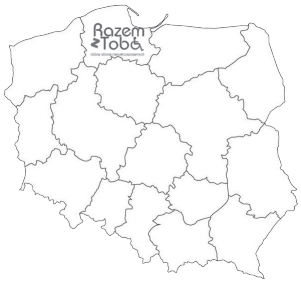
Jednym z ważniejszych punktów uroczystości było wręczenie odznaczeń dla zasłużonych działaczy elbląskiego Koła Polskiego Związku Niewidomych. Ten zaszczyt przypadł aż 50 osobom. Podczas jubileuszu nie zabrakło także życzeń, podziękowań oraz urodzinowego tortu, ale przede wszystkim nie zabrakło wielu ciepłych słów pod adresem Koła, płynących ze strony przyjaciół i zaproszonych gości, wśród których znaleźli się samorządowcy oraz przedstawiciele instytucji, którzy współpracują z elbląskim Kołem PZN.

– Od wielu lat przekonujecie, że niepełnosprawność wzrokowa mimo, iż niesie ze sobą wiele problemów, nie zamyka drogi do funkcjonowania w życiu społecznym. Życzę byście z odwagą i nadzieją patrzyli w przyszłość, a na swojej drodze spotykali samych życzliwych ludzi – mówił ks. Damian Sikorski, elbląski duszpasterz.

Podczas uroczystości można było również obejrzeć wystawę fotograficzną, dokumentującą historię działalności elbląskiego Koła oraz posłuchać występu zespołu „Uśmiech”. W kuluarach, o planach i wyzwaniach, stojących przed Okręgiem Warmińsko-Mazurskim PZN udało się porozmawiać z jego nową prezes – Martą Łożyńską.

– Chciałabym kontynuować tradycje naszego okręgu, ale jednocześnie mając świadomość, że nasi członkowie niestety się starzeją, chciałabym wyjść bezpośrednio do ludzi młodych chociażby na uczelniach wyższych, w szkołach. W najbliższym czasie mamy zaplanowane spotkanie na Uniwersytecie Warmińsko-Mazurskich, mające na celu propagowanie idei PZN. Mamy wiele ofert prozatrudnieniowych, które nie określają wieku, a więc od 16 roku życia do wieku emerytalnego. Aktualnie w naszym okręgu mamy 2 500 tys. osób (dane na 2020 r. – red.). Niestety poziom zatrudnienia jest wciąż dość niski – 30 proc. Przydałoby się więcej spółdzielni, więcej zakładów pracy chronionej, bo wielu z tych ludzi jest zdolna i chętna do pracy. Na pewno w kwestiach dofinansowań unijnych czy likwidacji barier architektonicznych jest dużo lepiej niż było, natomiast na innych polach, mamy jeszcze wiele do zrobienia – podsumowała Marta Łożyńska. ■

Aleksandra Garbecka



Centrum Aktywności Seniora świętowało 15-lecie

15 lat minęło, jak jeden dzień... – chciałoby się sparafrazować klasyka. Centrum Aktywności Seniora w Gdyni zorganizowało jubileusz 15-lecia.Powołane decyzją Rady Miasta Gdyni z 2005 roku CAS, było pierwszym tego typu miejscem w Polsce.

Na przestrzeni ostatnich piętnastu lat z oferty aktywizującej w sferze edukacji, kultury, sportu i rozrywki skorzystało 722 023 uczestników. Z kolei z zajęć prowadzonych na Gdyńskim Uniwersytecie Trzeciego Wieku skorzystało 17 310 studentów, którzy zdobywali wiedzę z ponad stu przedmiotów. Nie sposób nie wspomnieć także o pozauniwersyteckiej ofercie zajęć, z której skorzystało 8708 osób, oraz o ponad 4 tysiącach seniorów i seniorek, którzy uczestniczyli w zajęciach sportowych.

– Centrum Aktywności Seniora stało się ważnym miejscem na mapie Gdyni. To miejsce, gdzie każda mieszkanka i każdy mieszkaniec w wieku senioralnym może rozwijać swoje zainteresowania, zdobywać wiedzę, przyjaźnie i nowe doświadczenia. Dzięki działalności tej jednostki udało się stworzyć rozbudowaną sieć współpracujących ze sobą organizacji i instytucji – mówił podczas jubileuszu Michał Guć, wiceprezydent Gdyni ds. innowacji. Jak podkreślał wiceprezydent, jedną z takich sytuacji była pandemia i związana z nią sytuacja epidemiologiczna, która wymusiła stworzenie nowych sposobów współpracy. Pracownicy Centrum Aktywności Seniora codziennie kontaktowali się z seniorami, każdorazowo wykonując od 50 do ponad 100 telefonów. Oprócz tego z mieszkankami i mieszkańcami kontaktowano się także mailowo i SMS-owo, a także przez wiadomości na portalach społecznościowych. W szczególnych przypadkach pracownicy odwiedzali podopiecznych. Zaangażowanie i działania CAS zostały dostrzeżone i nagrodzone m.in. w konkursie „Innowacyjny Samorząd". Gdynia zwyciężyła również w konkursie organizowanym w ramach Kongresu Współpracy Transgranicznej Lublin 2020. Wyróżnienie w kategorii „pomoc społeczna" otrzymał tam właśnie projekt „Dzień dobry, dzwonię z CAS...". To nie jedyne nagrody, jakie otrzymał CAS. Wśród licznych wyróżnień warto przypomnieć, że w 2016 roku Gdynia jako pierwsze miasto w Polsce otrzymała ONZ-owski certyfikat „Miasto Przyjazne Starzeniu", przyznany przez Światową Organizację Zdrowia, a rok później w 2017 roku, po raz drugi została umieszczona w „Złotej Księdze Dobrych Praktyk na rzecz Społecznego Uczestnictwa Osób Starszych" Rzecznika Praw Obywatelskich za projekt „Spacery i mapy sentymentalne".



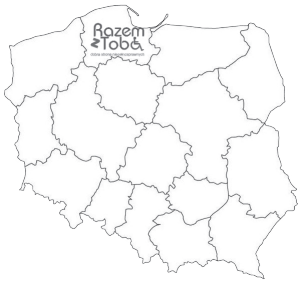
Fot. UM Gdynia

W tym roku Gdynia zdobyła wyróżnienie od Global Network Of Learning Cities UNESCO dla Wirtualnego Centrum Aktywności Seniora za wykłady i zajęcia online. Warto także podkreślić, że dzięki zaangażowaniu pracowników CAS, gdyńscy seniorzy częściowo przenieśli swoją codzienną aktywność do sieci. Są m.in. aktywni na portalach społecznościowych, a facebookowa grupa „Gdyńscy seniorzy wirtualnie" zrzesza już ponad 600 członków. Seniorzy korzystają także ze strony seniorplus.gdynia.pl, gdzie pojawiają się skierowane do nich komunikaty.

W Gdyni funkcjonuje sześć miejskich Klubów Seniora i dziewiętnaście klubów seniora, prowadzonych przez organizacje pozarządowe. – Do tej pory współpracowaliśmy z 47 organizacjami pozarządowymi w ramach zadania publicznego „Organizacja czasu wolnego Gdynia +55 Sport, Turystyka, Rekreacja". W ramach tych działań organizacje przygotowały 227 aktywności, z których skorzystało ponad 35 500 osób – wyjaśnia Bożena Zglińska, dyrektorka Centrum Aktywności Seniora.

Rosnące zainteresowanie bogatą ofertą CAS-u poskutkowało decyzją o stworzeniu nowoczesnej siedziby, dostosowanej do potrzeb mieszkanek i mieszkańców. Centrum Nowoczesnego Seniora będzie mieścić się w zabytkowym budynku szkoły przy ul. 10 lutego 26. W trakcie uroczystych obchodów jubileuszu przekazano życzenia od senatora Sławomira Rybickiego. Dla zgromadzonych gości zagrał także Tadeusz Rząca i Kancelarya. ■

UM Gdynia



Zawalcz o siebie zawodowo i życiowo

Trwa nabór uczestników do projektu „Cała Naprzód III”, realizowanego przez Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Gdańsku w partnerstwie z gminami: Pszczółki i Suchy Dąb. Udział w nim mogą wziąć osoby, które ukończyły 30 lat, mieszkanki i mieszkańcy Gdańska, Sopotu, Gdyni oraz powiatów gdańskiego i tczewskiego.



Fot. pixabay.com

Adresatami bezpłatnej pomocy są m.in. osoby długotrwale bezrobotne, które nie radzą sobie ze znalezieniem pracy np. z powodu niskich kwalifikacji czy trudności z odnalezieniem właściwej ścieżki zawodowej. W projekcie uczestniczyć też mogą pracujący za minimalne wynagrodzenie, także osoby z niepełnosprawnością. Wsparcie projektowe obejmuje m.in. opracowanie indywidualnego planu działania dla uczestnika, zgodnego z jego potrzebami i zainteresowaniami zawodowymi oraz udział w ciekawych szkoleniach i stażach. Będą też zajęcia warsztatowe mające na celu wydobycie umiejętności i talentów drzemiących w uczestnikach. Kompleksowego wsparcia udzielą: doradca zawodowy, pośrednik pracy, pedagog i specjalista ds. szkoleń. Wszystko po to, by osoba potrzebująca nie tylko podniosła kwalifikacje, ale w perspektywie znalazła pracę, która zapewni życiową stabilizację. Dodajmy też, że w poprzedniej II edycji projektu udział wzięło 120 osób w najtrudniejszej sytuacji na rynku pracy. Ukończyli nieodpłatnie m.in. kursy komputerowe, graficzne, prawa jazdy różnych kategorii, fryzjerskie, wizażu, nawet operatora dronu. Wiele z tych osób zaktywizowało się zawodowo.

Realizacja projektu potrwa do końca czerwca 2023 roku. Zainteresowani udziałem proszeni są o kontakt (od poniedziałku do piątku), pod numerem tel.: 58 347 82 99, kom.: 502 986 387 lub poprzez email: calanaprzod@mopr.gda.pl. ■

UM Gdańsk

Gdyńska Platforma Dialogu uruchomiona

Gdyńska Platforma Dialogu, narzędzie uzupełniające katalog rozwiązań lokalnej partycypacji obywatelskiej, została uruchomiona.



Fot. nadesłane

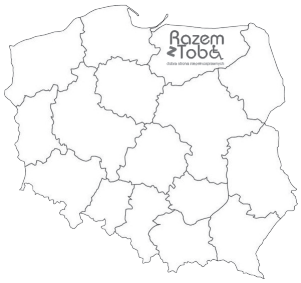
Dzięki temu mieszkanki i mieszkańcy mogą brać udział w konsultacjach i dialogu także online, za pośrednictwem strony internetowej konsultujemy.gdynia.pl. Pierwsze badania i ankiety już trwają. Można wziąć w nich udział do 4 października.

Rosnące potrzeby oraz aktywna postawa mieszkańców i mieszkanek dotycząca współzarządzania miastem, a także coraz bardziej powszechny dostęp do internetu – to tworzy duży potencjał do rozwoju dialogu społecznego. Ten potencjał powinny wykorzystać samorządy. I tak właśnie robi Gdynia.

– Dialog pozwala nam lepiej poznać i zrozumieć oczekiwania mieszkańców oraz okoliczności, które je dyktują. Chcemy docierać do możliwie najszerszej grupy gdynian i gdynianek, by głos w dyskusji oddawał rzeczywiste potrzeby. Technologie obywatelskie oferują narzędzia, które na to pozwalają, a my po nie sięgamy – mówi Wojciech Szczurek, prezydent Gdyni.

– Chęcią i potrzebą rozwoju gdyńskiej partycypacji było m.in. wdrożenie UrbanLabu w Gdyni. To program realizowany przez Laboratorium Innowacji Społecznych, a jego celem jest wzbudzanie i wzmacnianie współpracy samorządu nie tylko z mieszkańcami, ale także ekspertami ze świata nauki, biznesu i trzeciego sektora – mówi Michał Guć, wiceprezydent Gdyni ds. innowacji. ■

UM Gdynia



Mini granty i bony edukacyjne czekają na wolontariuszy

Regionalne Centrum Wolontariatu w Elblągu do 30 listopada 2021 czeka na zgłoszenia kandydatów z województwa warmińsko-mazurskiego do ogólnopolskich konkursów: „Mini granty na inicjatywy wolontariackie" oraz „Bony edukacyjne" w ramach Korpusu Solidarności.



Fot. pixabay.com

Konkurs „Mini granty" ma zapewnić wsparcie wolontariuszy Korpusu Solidarności, którzy poszukują możliwości sfinansowania własnych aktywności wolontariackich, czy oddolnych działań grup wolontariackich, działających na rzecz społeczności lokalnej max do 1000 zł. O mini granty mogą ubiegać się wolontariusze i zespoły wolontariuszy (złożone z co najmniej 2 osób, w tym lidera projektu), którzy działają na terenie województwa warmińsko-mazurskiego. Wolontariusz/lider projektu występujący z wnioskiem o mini grant, powinien posiadać aktywny profil w Systemie Obsługi Wolontariatu. Konkurs „Bony edukacyjne" ma na celu wsparcie wolontariuszy Korpusu Solidarności, którzy poszukują możliwości sfinansowania własnych kursów, szkoleń. Działanie to ma na celu umożliwienie im rozwoju pasji i zainteresowań, podwyższenie kompetencji wolontariackich, a przede wszystkim wypełnienie wolontariatu nową energią do działań społecznych na rzecz społeczności lokalnej. Nagrodami w konkursie są bony edukacyjne (7 bonów w wysokości 1000 zł każdy). Wnioski konkursowe powinny być składane przez aktywnych wolontariuszy zarejestrowanych w Korpusie Solidarności działających na terenie województwa warmińsko-mazurskiego. Powinny również pobudzać aktywność społeczną mieszkańców województwa warmińsko-mazurskiego i rozwijać wolontariat na terenie województwa. Wnioski konkursowe można składać elektronicznie (za pośrednictwem poczty elektronicznej, pod adresem: wolontariat@centrumelblag.pl), przysyłać pocztą tradycyjną i /lub w formie papierowej w siedzibie RCW w Elblągu. ■

Inf. prasowa

ZPE Ambasadorem Ekonomii Społecznej na Warmii i Mazurach

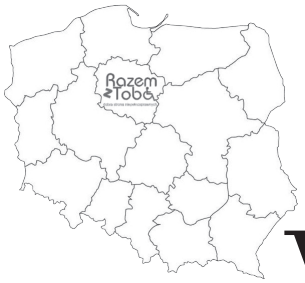
Tytuł Ambasadora Ekonomii Społecznej przyznaje samorząd województwa warmińsko - mazurskiego. Otrzymują go podmioty i instytucje wspierające w różny sposób ludzi słabszych, zagrożonych wykluczeniem społecznym.



Fot. OKS Warmia i Mazury

W tym roku w kategorii szkół wyróżniono Zespół Placówek Edukacyjnych. Przede wszystkim za szereg działań ułatwiających młodzieży z niepełnosprawnościami zdobycie prostego zawodu i jak największej samodzielności życiowej. Wręczenie certyfikatów odbyło się podczas II Wojewódzkiej Gali Ekonomii Społecznej w Filharmonii Warmińsko - Mazurskiej. Nagrodę z rąk marszałka województwa Gustawa Marka Brzezina i wicemarszałek Jolanty Piotrowskiej odebrała dyrektor Wanda Agnieszka Jabłońska, dyrektor ZPE w towarzystwie uczniów naszej szkoły. Podziękowała za zaangażowanie wszystkim pracownikom ZPE. Zadeklarowała, że wyróżnienie motywuje każdego z nas do jeszcze cięższej pracy na rzecz ludzi z niepełnosprawnościami. ■

zpe.olsztyn.pl



W Bydgoszczy powstanie park sensoryczny

Warzywniaki, szumiące i pachnące rośliny, wir wodny i kalejdoskop – to tylko niektóre elementy parku sensorycznego, który powstanie na bydgoskim Okolu. Miasto wybrało wykonawcę, który zaprojektuje i wybuduje park dla dzieci z niepełnosprawnościami, zmagającymi się ze spektrum autyzmu.



Fot. A. Goiński

Wyposażony zostanie w urządzenia do zabawy, będą też nasadzenia pomagające w terapii i zabawie. To kolejny pomysł mieszkańców Okola, wybrany w Bydgoskim Budżecie Obywatelskim. Park sensoryczny powstanie na terenie Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci i Młodzieży Upośledzonej Umysłowo nr 3 przy ul. Granicznej. Realizacja inwestycji pozwoli dzieciom, w tym m.in. wychowankom SOSW na bardziej efektywny rozwój poprzez zabawę, będzie też pomocny w terapii i edukacji. Obiekt zapewni możliwość swobodnego poruszania się i zabawy z elementami poznawczymi wewnątrz wydzielonego terenu. Zadanie obejmie zagospodarowanie terenu i wykonanie przestrzeni sensoryczno-zabawowej dla dzieci i osób z niepełnosprawnościami. Nasadzone zostaną wielobarwne rośliny, rośliny szumiące na wietrze oraz intensywnie pachnące. – Planujemy również montaż urządzeń i atrakcji ogrodu sensorycznego. Ogród sensoryczny będzie wyposażony m.in. w dwa warzywniaki, wir wodny, słupek iluzji czy kalejdoskop. Pojawią się też tablice edukacyjne z tworzywa barwionego w masie. Park zyska szereg elementów małej architektury, w tym tablicę informacyjną z regulaminem, ławki z oparciami i bez. Ustawione zostaną kosze na śmieci do segregacji. Zaplanowaliśmy wykonanie nawierzchni trawiastej (ok. 290 m2) – wylicza UM w Bydgoszczy. Wcześniej, w ramach BBO na terenie przy ul. Granicznej, powstały, przeznaczony dla osób z niepełnosprawnościami integracyjny plac zabaw oraz integracyjna siłownia plenerowa. Na terenie SOSW nr 3 stanęła również nowoczesna sala sportowa z funkcją rehabilitacyjną. ■

UM Bydgoszcz

Bransoletki życia dla 3 tysięcy seniorów

Ruszył przygotowany przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej samorządowy wojewódzki duży program teleopieki domowej, którym województwo kujawsko-pomorskie obejmuje obecnie 3 tysiące niesamodzielnych osób starszych.

– Zainteresowanie bransoletkami życia na etapie pilotażu było ogromne, dlatego zdecydowaliśmy się na stworzenie stałego systemu tego rodzaju wsparcia, opartego o własne, działające 24 godziny na dobę centrum operacyjne. Takie rozwiązanie ma dodatkową zaletę w postaci możliwości rozszerzania oferty – podkreśla marszałek województwa kujawsko-pomorskiego, Piotr Całbecki

Opiekuńczo-ratunkowym systemem teleopieki domowej, na który składają się mobilne urządzenia do szybkiego przywoływania pomocy („bransoletki życia") oraz działające 24 godziny na dobę centrum operacyjne, jest kontynuacją dobrze przyjętego pilotażu, z którego skorzystało 210 osób. Do partnerstwa zaproszone zostały wszystkie gminy regionu, ostatecznie zgłosiło się ich 78 (zaproszenie jest nadal otwarte). 79 partnerem jest Kujawsko-Pomorskie Centrum Kompetencji Cyfrowych Conectio, które wzięło na siebie organizację centrum teleopieki (Kujawsko-Pomorskie Telecentrum), w którym dyżurują wykwalifikowani ratownicy medyczni.

Adresatami tej zyskującej sobie coraz większą popularność formy wsparcia są osoby niesamodzielne potrzebujące wsparcia w codziennym funkcjonowaniu, w tym mieszkający samotnie seniorzy. Pierwszeństwo zarezerwowane zostało dla osób o niskich dochodach, doświadczających wykluczenia społecznego, niepełnosprawnych fizycznie i intelektualnie, a także kombatantów i osób represjonowanych. Uzupełnieniem oferty będzie pomoc sąsiedzka i wolontariat opiekuńczy. Projekt, z budżetem w wysokości 19 mln złotych, jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego (RPO) 2014-2020. ■

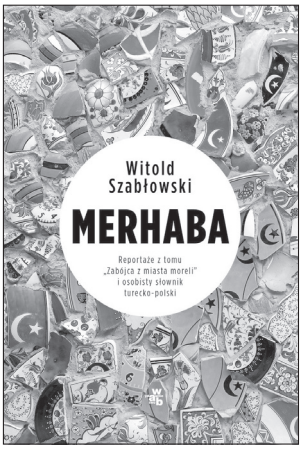
Biuro Prasowe Urzędu Marszałkowskiego



Agnieszka Pietrzyk

o książkach

Witold Szabłowski „Merhaba”

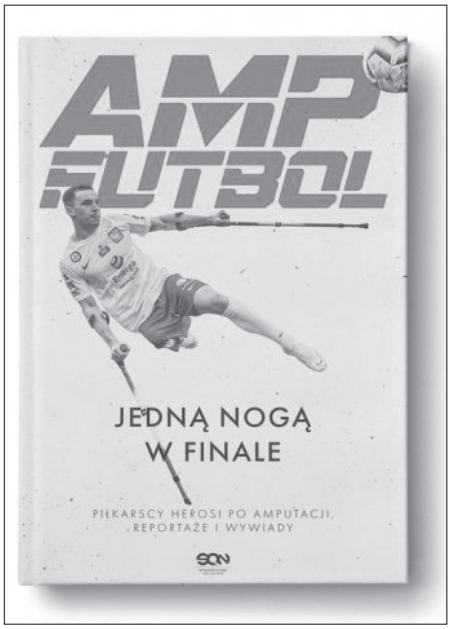


Fot. mat. pras.

Warto sięgnąć po zbiór reportaży o współczesnej Turcji Witolda Szabłowskiego „Merhaba”, bo będzie to lektura pasjonująca, która wzbogaci nas o wiedzę o niezwykłym kraju i ludziach tak różnych od nas, i zarazem tak podobnych. Autor jeździ do Turcji od siedemnastu lat, mieszkał tam dwa lata, najpierw na stypendium naukowym, później jako dziennikarz. Pierwszy raz zaprowadził go w te strony czysty przypadek. Otóż Szabłowski spóźnił się na spotkanie organizacji studenckiej, na którym rozdzielano wyjazdy. Do Neapolu i Londynu zabrakło już miejsc, ale można było się jeszcze zapisać do Kayseri, więc się zapisał, nie wiedząc, że to w Turcji. Było to w roku 2001 i to wtedy narodziła się wielka miłość autora do dawnego imperium osmańskiego, która zaowocowała fantastyczną książką. Reportaże Szabłowskiego mają postać słownika. Autor, wyjaśniając znaczenie kolejnych haseł, przybliża nam Turcję. Można by pomyśleć, że ta forma da niepełny, fragmentaryczny obraz kraju, a jest wręcz odwrotnie. Otrzymujemy wszystkiego po trochu, są wzmianki o geografii, historii, kuchni, sztuce, architekturze, zwyczajach, języku i wielu innych rzeczach składających się na bardzo bogaty obraz kraju i ludzi. To właśnie współcześni Turcy, rówieśnicy autora, wydają się wysuwać na plan pierwszy. Szabłowski przybliża ich sposób myślenia i styl życia. Jak wygląda tamtejszy związek chłopaka z dziewczyną? Okazuje się, że inaczej niż w Polsce. Jakie plany mają młodzi ludzie? O czym marzą? A co myślą o chrześcijańskiej Europie? To jest akurat ciekawe, dlatego wyjawię, że Turcy przewidują rychły koniec Chrześcijan, bo jemy wieprzowinę i wkrótce wykończy nas świńska grypa. Takich ciekawostek, czasami zabawnych z naszego punktu widzenia, sporo znajduje się w książce „Merhaba”. Interesujące było wyjaśnienie, jak młodzi Turcy widzą odsiecz wiedeńską. Zupełnie inaczej niż Polacy. Autor nawiązuje nawet do tureckich seriali historycznych i do ich roli w kształtowaniu dumy narodowej. Wielką zaletą reportaży jest to, że poznajemy mentalność Turków, ich zakorzenienie w wielkiej historii i pragnienie bycia nowoczesnymi, poczucie własnej wartości oraz ciągłe tkwienie w kompleksach. Turcy wydają się rozdarci pomiędzy tradycją i nowoczesnością, rozdarty wydaje się też kraj. Nowoczesny Zachód różni się od konserwatywnego wschodu, gdzie muzułmańska religia decyduje o stylu życia, a zwyczaje żywe sto lat temu nadal tam obowiązują. Ten wewnętrzny rozdźwięk tworzy jednak całość. Dobrym odzwierciedleniem jedności opartej na dysonansie jest zdjęcie dwóch Turczynek stojących po pas w wodzie, jedna jest w stroju topless a druga w burkini zakrywającym całe ciało. To jest właśnie współczesna Turcja. Dwa tematy wybijają się w tej książce. Pierwszy to turecka kobieta, jej los poznajemy między innymi przez pryzmat prostytutek w Turcji. Drugi temat to związki polsko-tureckie. Sporo ciekawych rzeczy można się na ten temat dowiedzieć z reportaży Szabłowskiego, choćby tego, że najwybitniejszy turecki poeta ma na nazwisko Bożęcki. „Merhaba” to bardzo bogata książka, po jej przeczytaniu chce się pojechać do Turcji, aby spotkać tam najbardziej gościnnych ludzi na świecie i stać się dla nich abi, czyli starszym bratem bądź abla, czyli starszą siostrą. Szczerze polecam tę lekturę w wersji audiobookowej, bo dodatkowym atutem jest głos Andrzeja Ferency, prawdziwego mistrza wśród lektorów. ■

Audiobook: Witold Szabłowski, Merhaba. Reportaże z tomu „Zabójca z miasta Moreli” i osobisty słownik turecko-Polski, Wydawnictwo Biblioteka Akustyczna, czyta Andrzej Ferenc, czas nagrania: 7 godzin 22 minuty.

Opracowanie zbiorowe „Jedną nogą w finale”



Fot. mat. pras.

Są niebanalni, charyzmatyczni, pełni energii i pasji. Każdy po amputacji. Choć życie boleśnie ich doświadczyło, nie poddali się, a miłość do piłki nożnej okazała się mocniejsza niż przeciwności losu. Ich hasło „Jedną nogą w finale” podbiło serca kibiców. Poznaj bliżej ich świat i przekonaj się skąd u nich tak duży dystans do siebie i swojej niepełnosprawności. Ta książka, to zbiór reportaży i wywiadów opracowanych przez znanych i cenionych dziennikarzy sportowych. W projekt zaangażowali się znakomici polscy dziennikarze. Postanowili oni zgłębić świat ludzi, dla których futbol to coś więcej niż sport. Odkryj wyjątkowe i poruszające historie o tym, jak piłka nożna potrafi dawać drugie życie. Nawet w najbardziej dramatycznych okolicznościach. „Jedną nogą w finale” to także książka-cegiełka. Cały dochód z jej sprzedaży trafi do Stowarzyszenia Amp Futbol. Wesprzyj tę inicjatywę, a w zamian otrzymasz dużą porcję pozytywnego spojrzenia na rzeczywistość, nawet tę trudną. ■

Opisy książki pochodzą od autora i księgarni Labotiga

Empik wprowadza ciche godziny

Sieć Empik przyłącza się do ogólnopolskiej akcji „Ciche Godziny" zainicjowanej przez Fundację JiM. Od 23 września we wszystkich sklepach sieci w każdy wtorek w godz. 11:00-13:00 i czwartek od 19:00 do 21:00 wyłączona zostanie muzyka i komunikaty dźwiękowe, a osoby w spektrum autyzmu będą obsługiwane poza kolejnością po zgłoszeniu się do doradcy.

– Jako firma odpowiedzialna społecznie od lat działamy na rzecz zmniejszania nierówności społecznych. Nawiązanie współpracy z największą fundacją w kraju działającą na rzecz pomocy i poprawy funkcjonowania osób w spektrum autyzmu oraz ich rodzin jest dla nas kolejnym krokiem, który realizujemy pod hasłem: „Empik zawsze otwarty". Muzyka czy komunikaty głosowe w sklepach to elementy, na które większość z nas nie zwraca uwagi. Jednak dla osób w spektrum autyzmu mogą być barierami w codziennym funkcjonowaniu i sprawiają, że zakupy stają się ogromnym wyzwaniem. Ciche Godziny stanowią dla nich istotne udogodnienie i tworzą przyjazną przestrzeń do zakupów – mówi Monika Marianowicz, menadżerka ds. PR&CSR w Empiku.

Dodatkowo Empik przekazał wszystkim pracownikom materiały edukacyjne przygotowane przez Fundację JiM, aby jeszcze wzmocnić zrozumienie wewnątrz organizacji, czym jest spektrum autyzmu, a także obalić mity z nim związane.

– Wprowadzenie Cichych Godzin w sieci Empik to wielki ukłon i wyraz empatii w kierunku osób w spektrum autyzmu. W ich imieniu bardzo za to dziękujemy. Są osoby, u których każdy dodatkowy dźwięk, błysk, zapach może spowodować ogromny dyskomfort i stres podczas zakupów. Cenne jest to, że dzięki akcji Ciche Godziny w Empiku miliony Polaków będą mogły dowiedzieć się więcej o autyzmie. Dlatego z wdzięcznością przyjęliśmy chęć współpracy Empiku z Fundacją JiM Autyzm Help. To dobra wiadomość dla wszystkich osób w spektrum autyzmu w Polsce – mówi Tomasz Michałowicz, prezes Fundacji JiM.



Fot. nadesłane

Jak pokazują dane WHO, w Polsce ASD (autism spectrum disorder) występuje u 1 na 100 mieszkańców, co oznacza blisko 400 tysięcy osób.

Zakupy podczas Cichych Godzin to dobre rozwiązanie nie tylko dla osób w spektrum autyzmu. Wyciszona muzyka i komunikaty głosowe w salonach, to również udogodnienie dla dzieci cierpiących między innymi na zaburzenia w zakresie integracji sensorycznej, dla których nadmierny hałas może być niezwykle stresujący, a także dla osób wrażliwych na nadmiar bodźców. ■

Inf. prasowa

Zespół „Mazowsze" przełamuje bariery

Kultowy zespół „Mazowsze" realizować będzie jeszcze w tym roku projekt „Nieograniczeni" czyli cykl wydarzeń edukacyjnych, ukazujący piękno polskiego folkloru, które można postrzegać na różne sposoby, bez względu na indywidualne ograniczenia odbiorcy.

Projekt skierowany jest do osób wykluczonych z różnych przyczyn z życia społecznego, w tym osób z niepełnosprawnościami. Na każdym spotkaniu zostanie zaprezentowany jeden z trzech spektakli edukacyjnych z repertuaru zespołu „Mazowsze": „Magiczna podróż - Piękna nasza Polska cała", „Fantazja polska - Polskie tańce narodowe", „Romanca a la kujawiak" (także online). Każdemu widowisku towarzyszyć będą warsztaty dla osób wykluczonych z życia społecznego i kulturalnego, zwiedzanie siedziby zespołu „Mazowsze" i poznanie zespołu „od kulis" oraz zwiedzanie niedawno otwartego Centrum Folkloru Polskiego „Karolin". Udostępniona będzie zakładka e-learningowa na stronie internetowej „Mazowsza", specjalnie dedykowana osobom z dysfunkcjami. Projekt został dofinansowany ze środków Ministra Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu. ■

Oprac. AG, mazowsze.waw.pl

Centrum Szyfrów Enigma zaprasza

W Poznaniu otwaro unikatowe w skali kraju Centrum Szyfrów Enigma. Przestrzeń Centrum została przystosowana dla osób ze szczególnymi potrzebami – seniorów, rodzin z dziećmi, czy osób z niepełnosprawnościami.



Fot. Fundacja Podróże Bez Granic

Obiektem opiekuje się Poznańskie Centrum Dziedzictwa, które zadbało o zapewnienie dostępności: architektonicznej, cyfrowej i informacyjno-komunikacyjnej. Oznacza to, że budynek jest dostępny dla osób ze szczególnymi potrzebami, strona instytucji także umożliwia taki dostęp, a ekspozycja jest opowiadana w różnych, dostępnych wariantach.

„Audioprzewodniki są dostępne w wersjach z audiodeskrypcją (ze wskazówkami nawigacyjnymi), w polskim języku migowym oraz w tekście łatwym do zrozumienia. Do dyspozycji są także ścieżki w języku angielskim, niemieckim i rosyjskim. W budynku Centrum Szyfrów Enigma można skorzystać z pętli indukcyjnej, planów tyflograficznych oraz ułatwień w poruszaniu się po przestrzeni. Znajdują się tu także miejsca odpoczynku i pokój wyciszenia. Poprzez połączenie z tłumaczem online możemy porozumieć się w PJM. Na czas zwiedzania możesz wypożyczyć wózek rehabilitacyjny, nosidełko dla dzieci czy słuchawki wyciszające" – czytamy w broszurze informacyjnej .Dodajmy, że audioprzewodnik w tekście łatwym do zrozumienia, to nowość w skali kraju.

„Chcesz się dowiedzieć, jak odwaga i otwarte umysły trójki Polaków pomogły w pokonaniu III Rzeszy? Chcesz zobaczyć, jak prace nad niemieckimi szyframi przyczyniły się do powstania komputerów i rozwoju informatyki? Zapraszamy do Centrum Szyfrów Enigma!" – to zaproszenie dla wszystkich poznaniaków i gości.

Więcej szczegółów znaleźć można na stronie Centrum Szyfrów Enigma. ■

Inf. prasowa

Niepełnosprawni artyści na jednej scenie

Zakończył się XXIII Ogólnopolski Przegląd Twórczości Artystycznej Niepełnosprawnych. Jury oceniało poczynania artystów w trzech kategoriach: plastycznych, piosenkarskich i recytatorskich. Niepełnosprawni artyści z całej Polski przyjechali do Grudziądza, by wziąć udział w tegorocznej edycji przeglądu OPTAN.

Przedsięwzięcie od dwudziestu trzech lat integruje środowisko osób niepełnosprawnych oraz rozwija i pogłębia ich zainteresowania artystyczne.

– To twórczość jest tym, co nas prowadzi, daje inspirację i natchnienie. Dzieła innych otwierają nas na świat, nadają sens naszemu życiu. Jest to możliwe dzięki takim jak Wy. Każdy z Was otrzymał szczególny i wyjątkowy dar, którym chce dzielić się z innymi – mówiła wiceprezydent Grudziądza Róża Lewandowska.

Zwieńczeniem wydarzenia była niedzielna gala laureatów, podczas której wręczono nagrody i wyróżnienia. W konkursie plastycznym „Radość tworzenia radością życia" pierwszą nagrodę zdobyła Małgorzata Wasążnik. Drugie miejsce zajęła Krystyna Woch-Majchrzak. Natomiast trzecie miejsce zdobył Henryk Ciesielski. Wyróżnienie w konkursie plastycznym otrzymał Waldemar Pyra.

Konkurs recytatorski „Widzimy ten sam świat" wyłonił następujących artystów: pierwsze miejsce otrzymała Magdalena Maternicka, drugie Iwona Piendyk, natomiast trzecie Wiktoria Giec.

W konkursie wokalnym „Latarnia" pierwsze miejsce zajęła Agnieszka Seweryniak. Drugie miejsce zdobyła Ewa Domańska, a trzecie Wojciech Ławnikowicz. Wyróżnienia w tej kategorii



Fot. UM Grudziądz

trafiły do Bartosza Dula, Sylwii Paszkiewicz-Garczarek, Mileny Jakubowskiej i Barbary Bandurskiej.

Grand Prix Przeglądu zdobyła Milena Wiśniewska. Nagrodę w wysokości 1000 euro ufundowało Stowarzyszenie Artystów Wykonawców SAWP.

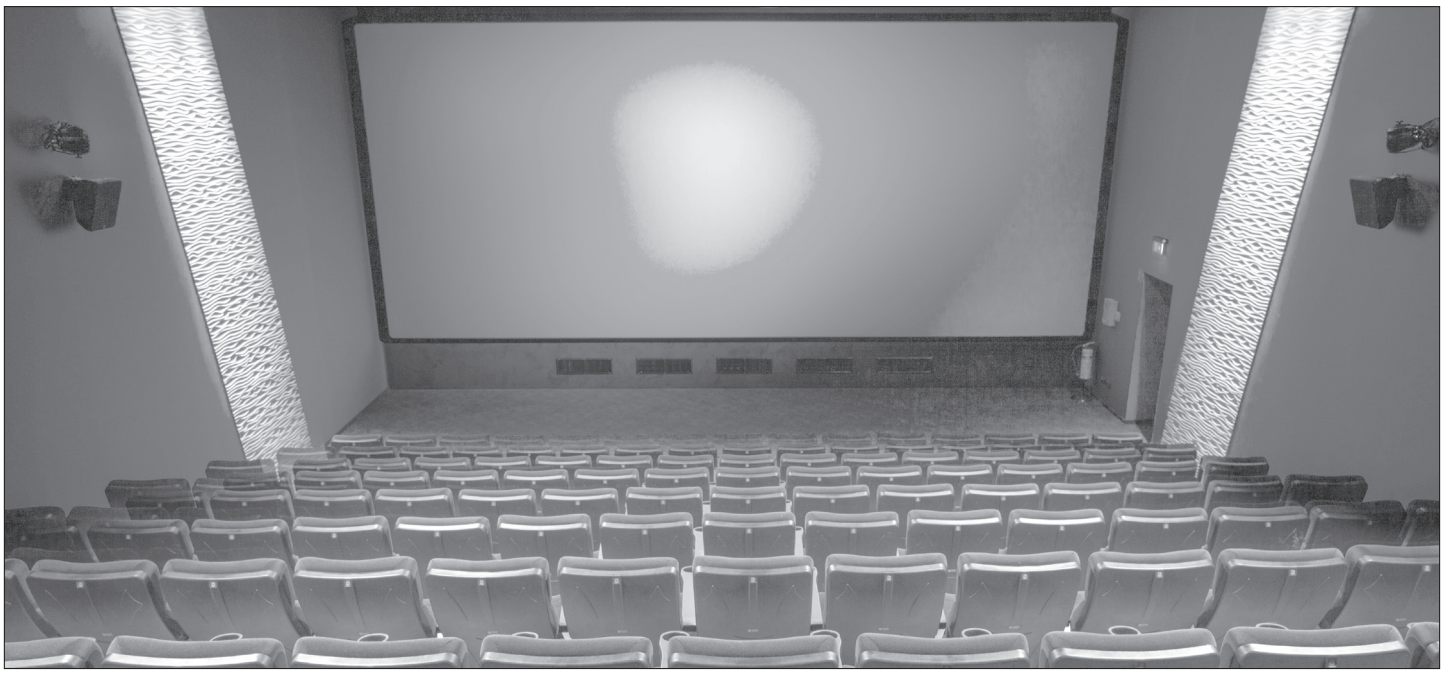
Wśród gości znaleźli się m.in. wiceprezydent Grudziądza Róża Lewandowska, starosta grudziądzki Adam Olejnik, siostra Barbara Chrapek oraz aktorka Ewa Kuklińska. ■

Natalia Granica

Biuro Prasowe i Medialne Grudziadz.pl

Kino dla każdego

Wicemarszałkini Senatu RP Gabriela Morawska-Stanecka i senator Halina Bieda spotkały się z przedstawicielami branży kinematograficznej. Rozmawiano m.in. na temat rozwiązań służących poprawie dostępności kin dla osób z niepełnosprawnościami oraz zapoczątkowaniem w Senacie prac nad nowelizacją ustawy o kinematografii z 2005 r.



Fot. pixabay.com

Celem projektowanej zmiany jest zniesienie barier w dostępie do filmów rozpowszechnianych w kinach dla osób niepełnosprawnych z powodu dysfunkcji narządu wzroku. Miałaby ona polegać na wprowadzeniu przepisu obligującego podmiot prowadzący dystrybucję filmu na polskim rynku w co najmniej 10 kinach do udostępniania organizacjom pozarządowym, zajmującym się problematyką dostępności kina, materiałów umożliwiających stworzenie audiodeskrypcji i audionapisów nie później niż 21 dni przed rozpoczęciem dystrybucji filmu w Polsce. Przepisy te dotyczyłyby również filmów zagranicznych, a udostępnianie takich materiałów odbywałoby się za pośrednictwem Polskiego Instytutu Sztuki Filmowej.

Prezes zarządu Fundacji „Kino Dostępne" Jan Dybczyński zwrócił uwagę na problem należytego zabezpieczenia praw autorskich, dlatego jego zdaniem ustawowy obowiązek przygotowania audiodeskrypcji powinien ciążyć właśnie na dystrybutorach filmów. Podkreślił, że najlepszym i najtańszym rozwiązaniem technologicznym byłoby udostępnianie audiodeskrypcji i audionapisów za pośrednictwem aplikacji mobilnej, którą zainteresowani mogliby bezpłatnie pobrać na telefon. Jego zdaniem koszt stworzenia takiego narzędzia informatycznego nie powinien przekroczyć 1 mln zł. Z rozmów prezesa Dybczyńskiego z przedstawicielami zagranicznych wytwórni filmowych, ich polskich spółek-córek i dystrybutorów wynika, że podmioty te są zainteresowane wprowadzeniem obowiązkowej audiodeskrypcji, ponieważ rozwiązanie to stworzy im szanse na dotarcie do nawet 4 mln nowych widzów w Polsce. Z szacunków organizacji zajmujących się problematyką dostępności kin dla osób z dysfunkcjami wzroku wynika bowiem, że trudności w odbiorze filmu prezentowanego z napisami ma nie tylko 1,7 mln osób z tego rodzaju niepełnosprawnością, ale także 3–4 mln osób starszych i osób dotkniętych różnymi formami dysleksji, mających kłopoty z szybkim czytaniem napisów.

Dyrektor Polskiego Instytutu Sztuki Filmowej, Radosław Śmigulski przypomniał, że od trzech lat PISF wspiera organizacje zajmujące się ułatwianiem dostępu do kina i obecnie w przypadku blisko 30 proc. filmów polskiej produkcji dostępna jest audiodeskrypcja. Od spełnienia tego obowiązku uzależnione jest też przyznanie dofinansowania produkcji filmu przez PISF. Dyrektor Śmigulski zaznaczył, że instytut nie ma jednak prawnych możliwości nałożenia obowiązku audiodeskrypcji w przypadku producentów zagranicznych. Z tego względu zaproponował rozważenie wprowadzenia zmiany również w art. 8 pkcie 11 ustawy o kinematografii, tak aby od spełnienia wspomnianego obowiązku uzależnione było nadawanie każdemu filmowi wyświetlanemu w kinie indywidualnego identyfikatora.

W dalszej części spotkania uczestnicy zastanawiali się nad możliwością sfinansowania prac informatycznych nad aplikacją mobilną do audiodeskrypcji, nad kampanią promującą taką aplikację, a także nad dalszymi konsultacjami procedowanego projektu ustawy. ■

senat.gov.pl

Będą zmiany w pieczy zastępczej

Ułatwienie tworzenia nowych rodzin zastępczych, wyższe wynagrodzenia, a także krok milowy w kierunku deinstytucjonalizacji pieczy – wprowadzenie zakazu tworzenia nowych placówek opiekuńczo-wychowawczych. To najważniejsze założenia projektu zmiany w ustawie o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej. Projekt nowelizacji ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej ma na celu przede wszystkim poprawę sytuacji rodzin zastępczych – a w efekcie dzieci, które z różnych przyczyn nie mogą wychowywać się w domu biologicznym

– Jedną z najważniejszych i najbardziej oczekiwanych zmian jest deinstytucjonalizacja pieczy zastępczej. Chodzi o to, by dzieciom, które znajdują się w trudnej sytuacji, zapewnić prawdziwy dom. Projekt stanowi krok milowy w tym kierunku. To wprowadzenie zakazu tworzenia nowych placówek opiekuńczo-wychowawczych typu socjalizacyjnego, interwencyjnego oraz specjalistyczno-terapeutycznego, regionalnych placówek opiekuńczo-terapeutycznych i interwencyjnych ośrodków preadopcyjnych. Odchodzimy od opieki instytucjonalnej i stawiamy na rozwój rodzinnej pieczy zastępczej – podkreśla minister rodziny i polityki społecznej Marlena Maląg.



Fot. pixabay.com

Ułatwienie tworzenia nowych rodzin zastępczych

Jednocześnie z zakazem tworzenia nowych placówek, projekt przewiduje zmiany ułatwiające tworzenie rodzinnych form pieczy zastępczej i znajdowanie wolnych miejsc. Projektowane przepisy zakładają utworzenie specjalnego rejestru, który ma obejmować: wykaz dzieci umieszczonych w pieczy zastępczej, osób, które osiągnęły pełnoletność przebywając w pieczy zastępczej, z podziałem na dzieci i osoby umieszczone albo przebywające w poszczególnych formach rodzinnej pieczy zastępczej oraz poszczególnych formach instytucjonalnej pieczy zastępczej, wykaz osób posiadających pozytywną wstępną kwalifikację do pełnienia funkcji rodziny zastępczej lub prowadzenia rodzinnego domu dziecka, wykaz kandydatów zakwalifikowanych do pełnienia funkcji rodziny zastępczej lub prowadzenia rodzinnego domu dziecka, wykaz rodzin zastępczych z podziałem na rodziny zastępcze spokrewnione, niezawodowe albo zawodowe, wykaz rodzinnych domów dziecka, wykaz placówek opiekuńczo-wychowawczych, regionalnych placówek opiekuńczo-terapeutycznych oraz interwencyjnych ośrodków preadopcyjnych, wykaz osób usamodzielnianych.

Wyższe wynagrodzenia

Projekt nowelizacji ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej wprowadza gwarancję, że wynagrodzenie rodzin zastępczych nie może być niższe niż kwota minimalnego wynagrodzenia za pracę. W praktyce oznacza to wzrost minimalnych kwot wynagrodzeń średnio o 35 proc. w stosunku do wysokości dzisiaj obowiązujących.

Urlopy macierzyńskie

Proponowane rozwiązania dotyczą także m.in. zmiany w uprawnieniach do urlopów na warunkach urlopu macierzyńskiego. I tak pracownik, który przyjął dziecko na wychowanie i wystąpił do sądu opiekuńczego z wnioskiem o wszczęcie postępowania w sprawie przysposobienia dziecka, ma prawo do urlopu na warunkach urlopu macierzyńskiego nie dłużej niż do ukończenia przez dziecko 18. roku życia. A jak jest dzisiaj? Prawo do urlopu na warunkach urlopu macierzyńskiego przysługuje rodzicom adopcyjnym, którzy przysposabiają dziecko w wieku do 7. roku życia, a w przypadku dziecka, wobec którego podjęto decyzję o odroczeniu obowiązku szkolnego, nie dłużej niż do ukończenia przez nie 10. roku życia. Celem tych zmian jest promocja rodzicielstwa adopcyjnego, a przede wszystkim wzrostu zainteresowania adopcją dzieci starszych. Korzystnymi zmianami, jakie proponuje projekt, są także nowe zasady zatrudniania w rodzinach zastępczych niezawodowych, zawodowych i rodzinnych domach dziecka osób do pomocy przy sprawowaniu opieki nad dziećmi, i przy pracach gospodarskich. Nowe rozwiązania pozwolą na udzielenie odpowiedniego wsparcia rodzicom wychowującym dzieci z niepełnosprawnościami.

Projekt ustawy po zmianach został skierowany ponownie do uzgodnień międzyresortowych, Komisji Wspólnej Rządu i Samorządu Terytorialnego oraz Rzecznika Praw Dziecka. ■ MPiPS

„Samodzielność – Aktywność – Mobilność!"

Ruszył rządowy projekt pod nazwą „Samodzielność – Aktywność – Mobilność!" (S-A-M!). Jego adresatami są osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności.

I. Program mieszkanie dla osób z niepełnosprawnościami

Program ma na celu zapewnienie możliwości niezależnego życia osobom z niepełnosprawnościami w stopniu znacznym, szczególnie tym wymagającym wsparcia w czynnościach życia codziennego, oraz osobom młodym opuszczającym system edukacyjny.

• Moduł A: Przewiduje dofinansowanie wynajmu mieszkania dla absolwentów, opuszczających uczelnie lub szkoły średnie i policealne, na okres rozpoczęcia zatrudnienia w tym poszukiwania pracy. Ze wsparcia skorzystać ma co najmniej 3 tys. absolwentów. Przewidywany koszt realizacji wsparcia to 150 mln zł w ciągu 3 lat. Operatorem wsparcia będzie samorząd powiatowy właściwy ze względu na miejscowość. Planowany termin rozpoczęcia naboru wniosków to marzec 2022 r.

• Moduł B: Przewiduje dofinansowanie zamiany mieszkania obarczonego barierami architektonicznymi dla osób z dysfunkcją narządu ruchu. W ciągu trzech lat ze wsparcia na łączną kwotę150 mln zł ma skorzystać co najmniej 2,5 tys. osób. Tak jak w module A, operatorem wsparcia będzie samorząd powiatowy, a planowany termin rozpoczęcia naboru wniosków to marzec 2022 r.

• Moduł C: Program dla organizacji pozarządowych na tworzenie mieszkań wspomaganych oraz wspomaganych społeczności mieszkaniowych dla osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności wymagających stałego wsparcia. Ta forma pomocy zakłada się uruchomienie ok. 150 – 250 nowych projektów mieszkań wspomaganych i wspomaganych społeczności mieszkaniowych. W ciągu trzech lat na ten cel przeznaczone zostanie 300 mln zł. Operatorem wsparcia będą oddziały PFRON.

II. Program samochodowy

Celem tego programu będzie zaopatrzenie w specjalnie dostosowane środki transportu osoby z niepełnosprawnością w stopniu znacznym, wymagające do przemieszczania się specjalnie dostosowanego samochodu.

• Moduł A: Zapewnienie osobie z niepełnosprawnością samochodu dostosowanego do jej indywidualnych potrzeb. W ciągu trzech lat na tę formę wsparcia przeznaczone zostanie 60 mln zł. Środki będą dostępne od kwietnia 2022 r., a za cały proces odpowiadać będzie PFRON.

• Moduł B: Zapewnienie mieszkańcom gmin wiejskich transportu samochodowego wraz z niezbędnym wsparciem. Za tę formę wsparcia również odpowiedzialny będzie PFRON, a budżet to 33 mln zł na trzy lata.

• Moduł C: Dofinansowanie lub refundacja kosztów kursu lub egzaminów na prawo jazdy dla osób korzystających z zakupu samochodu w ramach modułu. W ciągu trzech lat na ten cel przeznaczone zostanie 6,75 mln zł, a ze wsparcia skorzysta ok. 900 osób. Operatorem wsparcia będzie samorząd powiatowy właściwy ze względu na miejsce zamieszkania osoby z niepełnosprawnością.

III. Finansowanie tworzenia nowych warsztatów terapii zajęciowej i zakładów aktywności zawodowej

Celem programu jest zwiększenie liczby placówek aktywizujących pod kątem zawodowym osoby z najcięższą niepełnosprawnością. Planowane jest zwolnienie samorządu z partycypacji w kosztach na 3 lata (przejęcie finansowania utworzonych placówek na ten okres, zmiana przepisów).

Przewidywana liczebność grupy korzystającej ze wsparcia w ciągu trzech lat to nawet 1200 osób w przypadku warsztatów terapii zajęciowej oraz do 900 osób w przypadku zakładów aktywności zawodowej. Budżet w tym okresie to 40 mln zł dla WTZ oraz 60 mln zł dla ZAZ.

IV. Wypożyczalnia sprzętu rehabilitacyjnego, wyrobów medycznych i technologii asystujących ■

MPiPS

Emerytury bez podatku

Ponad osiem milionów emerytów i rencistów ma zyskać, dzięki nowym regulacjom ujętym w projekcie ustawy przyjętej 8 września br. przez Radę Ministrów. Jedną z nich jest brak opodatkowania świadczeń emerytalnych i rentowych do wysokości 2500 zł brutto.

Dzięki temu w portfelach 90 proc. emerytów i rencistów zostanie więcej pieniędzy, a 65 proc. emerytów i rencistów w ogóle nie zapłaci podatku. Według nowych zasad dochody emerytów i rencistów zwiększą się odpowiednio o wysokość podatku. Przy świadczeniu w wysokości 2500 zł brutto, to dodatkowe 2250 zł rocznie. Ale zyskają również seniorzy otrzymujący wyższe świadczenia, ponieważ zapłacą podatek jedynie od kwoty przekraczającej 2500 zł brutto. Dla przykładu – przy emeryturze w wysokości 3500 zł brutto, w portfelu emeryta lub rencisty co roku zostanie 1320 złotych więcej. Emerytury bez podatku to jeden z fundamentów Polskiego Ładu, który ma zmniejszyć nierówności społeczne i stworzyć lepsze warunki do życia dla wszystkich obywateli. Na wszystkie rozwiązania stosowane obecnie w ramach polityki senioralnej rząd przeznaczy w 2021 roku ok. 36 mld zł. Emerytury bez podatku mają obowiązywać od 1 stycznia 2022 roku. ■

MPiPS

Naprzeciw ubóstwu i wykluczeniu

Rada Ministrów przyjęła Krajowy Program Przeciwdziałania Ubóstwu i Wykluczeniu Społecznemu. Dokument określa ramy strategiczne na najbliższe lata dla działań służących dalszemu ograniczaniu ubóstwa, rozwijaniu usług społecznych oraz wspieraniu integracji społecznej.

Głównym celem przyjętej polityki publicznej w perspektywie do roku 2030 jest redukcja ubóstwa i wykluczenia społecznego oraz poprawa dostępu do usług świadczonych w odpowiedzi na wyzwania demograficzne. Określone w dokumencie priorytety i działania koncentrują się na obszarach takich, jak: przeciwdziałania ubóstwu i wykluczeniu społecznemu dzieci i młodzieży, przeciwdziałania bezdomności, rozwijania usług społecznych dla osób z niepełnosprawnościami, osób starszych i innych osób potrzebujących wsparcia w codziennym funkcjonowaniu, wspierania osób i rodzin poprzez działania instytucji pomocy społecznej oraz działania podmiotów ekonomii społecznej, wspierania integracji cudzoziemców poprzez rozwój usług społecznych dla migrantów oraz ich integracji na rynku pracy. Przyjęty dokument ustanawia ramy strategiczne zarówno dla działań ogólnokrajowych, jak i regionalnych. Umożliwia tym samym planowanie i realizację przedsięwzięć w obszarze przeciwdziałania ubóstwu i wykluczeniu społecznemu, które mogą być finansowane tak ze środków krajowych, jak i ze środków funduszy UE z perspektywy finansowej na lata 2021 – 2027. ■

MPiPS

Jak sprzedawcy informują o cenach?

W I połowie 2021 roku Inspekcja Handlowa sprawdziła, czy w sklepach i w różnych miejscach świadczenia usług przedsiębiorcy uwidaczniają w sposób jednoznaczny, niebudzący wątpliwości oraz umożliwiający porównanie produktów, ceny towarów i usług. Inspektorzy porównywali również zgodność eksponowanych cen z tymi zakodowanymi w kasie i w czytniku oraz z informacjami zamieszczanymi w materiałach reklamowych.



Fot. pixabay.com

Inspektorzy sprawdzili 1530 podmiotów i ponad 280 tysięcy partii produktów. Okazało się, że błędy popełniał co drugi sprzedawca, a zastrzeżenia wzbudził co siódmy (14 proc.) zweryfikowany produkt. – Przedsiębiorcy, pomimo obowiązku, najczęściej nie umieszczali cen jednostkowych przy artykułach lub nie eksponowali cen wcale. Zdarzało się, że źle wyliczali ceny jednostkowe, stosowali niewłaściwe zapisy w cennikach np. nieprecyzyjne przedziały „od... do...” i nie informowali o nominalnej ilości podawanych potraw i napojów – wyjaśnia Tomasz Chróstny, Prezes UOKiK.

W 1022 sklepach inspektorzy porównali również zgodność cen podanych na półce z tymi zakodowanymi w kasie. Wyższe ceny na rachunku dotyczyły prawie 5 proc. skontrolowanych produktów. Ponadto inspektorzy dokonali zakupu kontrolnego w 1050 punktach, aby sprawdzić, czy rzetelnie obsługują swoich klientów. Przykładowo ocenili, czy przy zakupie ciasta na wagę sprzedawca odlicza wagę opakowania. Wyższa należność była pobierana w 55 miejscach. – Kontrole oznakowania cen trwają przez cały rok – inspektorzy Inspekcji Handlowej weryfikują w terenie, czy przedsiębiorcy dostarczają tych ważnych dla decyzji informacji, a także czy nie wprowadzają konsumentów w błąd. Suma kar za naruszenie obowiązków w zakresie uwidaczniania cen i rzetelności obliczania zapłaty za produkty przekroczyła dotychczas 350 tys. zł – dodaje Prezes UOKiK.

Każdy sprzedawca ma obowiązek uwidaczniania właściwej ceny towaru. Uporczywe i ciągłe niespełnianie go może skutkować uznaniem takiej praktyki za naruszenie zbiorowych interesów konsumentów. W zeszłym roku skargi na tego typu działania dały podstawę do wszczęcia postępowania przeciwko Jeronimo Martins Polska (właściciel sieci Biedronka), które zakończyło się nałożeniem 115 mln zł kary. ■

UOKiK

Apelują do rządu ws. podatku od elektroniki

Federacja Konsumentów wystosowała apel do Rządu i Parlamentarzystów w sprawie podatku od elektroniki. Organizacja szacuje, że po jego wprowadzeniu z kieszeni Polaków może być zabierany, ponad 1 miliard złotych rocznie, a najbardziej ucierpią na tym uczniowie i studenci z biedniejszych rodzin, seniorzy czy osoby niepełnosprawne.



Fot. pixabay.com

– Pieniądze z podatku od elektroniki, mają trafić w dużej części do artystów, także tych najbogatszych, także zagranicznych. Co więcej, ma to się odbyć na podstawie rozszerzenia tzw. opłaty reprograficznej, która jest już przeżytkiem. W wielu krajach toczy się debata nad jej wycofaniem. Żyjemy przecież w coraz bardziej cyfrowych czasach, gdzie rola tradycyjnych nośników, jak płyty CD czy DVD, staje się już marginalna – podkreśla prezes Federacji Konsumentów, Kamil Pluskwa-Dąbrowski. – Już w czerwcu 2020 roku alarmowaliśmy w liście do wicepremiera, Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego prof. Piotra Glińskiego, że nowa opłata uderzy w konsumentów i zwiększy skalę wykluczenia cyfrowego Polaków, co pokazują konkretne badania. Czas, aby decydenci posłuchali społeczeństwa oraz spojrzeli na twarde dane – dodaje.

Z raportu Federacji Konsumentów nt. wykluczenia cyfrowego wynika, że 1 mln uczniów nie ma własnego urządzenia do nauki zdalnej, a 5 mln Polaków nie korzysta z komputerów i internetu, co plasuje Polskę w ogonie Europy. Jednocześnie już obecne ceny urządzeń elektronicznych są dla Polaków istotną barierą w korzystaniu z dobrodziejstw cyfryzacji. Badania opinii publicznej wskazują również, iż Polacy uważają proponowaną opłatę za podatek, którego nie akceptują. Proponowany podatek od komputerów stoi też w sprzeczności z rządowymi planami cyfryzacji kraju i zdalnego dostępu do usług administracji państwowej. ■

Federacja Konsumentów

ZUS nie będzie prosił o dane klientów

Przedstawiciele Zakładu Ubezpieczeń Społecznych nie będą odwiedzali sąsiadów klientów ZUS i prosili ich o informacje na temat kontrolowanej osoby na zwolnieniu lekarskim. Zakład nie będzie też mógł wystąpić do operatora sieci komórkowej, ani banku o informacje na temat ich klientów.

Nowe przepisy (znowelizowanej ustawy z 24 czerwca 2021 r. o systemie ubezpieczeń społecznych oraz niektórych innych ustaw), które zaczną obowiązywać 1 stycznia 2022 r., nie dają takich uprawnień ZUS.W ustawie zostały natomiast doprecyzowane kwestie związane z przekazywaniem informacji do ZUS. Od 1 stycznia 2022 r. Zakład Ubezpieczeń Społecznych będzie uprawniony do pozyskiwania danych i informacji w zakresie niezbędnym do ustalenia prawa do zasiłków, ich wysokości, podstawy wymiaru oraz do ich wypłat od ubezpieczonych oraz płatników składek. Obecnie brak pełnej i rzetelnej informacji i dokumentacji od płatników składek lub ubezpieczonych utrudnia ustalanie prawa do zasiłków, ich terminową wypłatę oraz ich weryfikację. Dotychczas zdarzały się sytuacje, że płatnicy składek lub ubezpieczeni, powołując się na brak podstawy prawnej do udostępnienia danych, odmawiali przekazywania informacji lub dokumentów. Nowy przepis ma być skutecznym narzędziem, który przyczyni się do pozyskiwania od płatników składek i ubezpieczonych danych koniecznych do przyznania prawa i wypłaty świadczenia z ubezpieczeń społecznych, bądź ich weryfikacji (np. dotyczących potwierdzenia okoliczności zawartych w oświadczeniach składanych przez ubezpieczonych w celu ustalenia prawa do zasiłku, istnienia okoliczności powodujących ustanie prawa do świadczeń albo wstrzymanie ich wypłaty, ustalenia okoliczności związanych z prawidłowością wykorzystywania zwolnień od pracy. – Chodzi na przykład o sytuacje, kiedy osoba zatrudniona u dwóch pracodawców przebywa na zwolnieniu lekarskim. ZUS będzie mógł pozyskać informacje, czy ubezpieczony wykorzystując zwolnienie lekarskie w jednej firmie, nie pracował w tym samym czasie u drugiego pracodawcy – wyjaśnia Anna Ilukiewicz, regionalny rzecznik prasowy ZUS w województwie warmińsko-mazurskim. ■

ZUS

Sylwester Wilk w Ninja Warrior

Sylwester Wilk po raz kolejny udowodnił, że nie ma rzeczy niemożliwych i nie ma dla niego barier nie do przekroczenia. Po raz trzeci wziął udział w programie „Ninja Warrior Polska", w tym drugi raz jako niepełnosprawny uczestnik.

Cel został osiągnięty. Udało mu się pokonać tor eliminacyjny i dostać się do półfinału, stając się tym samym pierwszym zawodnikiem z protezą na świecie w historii programu, który zaszedł tak daleko. Jego występ wzbudził bardzo wiele emocji. Kciuki mocno trzymali za niego nie tylko przyjaciele, którzy byli obecni w studiu, ale także prowadzący program, którzy nie kryli ogromnej radości, kiedy Sylwester wspiął się do nich po „ścianie", czyli ostatniej przeszkodzie.

Jak mówił przed swoim występem, najbardziej obawiał się trzeciej przeszkody czyli „tańczących kamieni", które pokonał w dość oryginalny sposób – skacząc przez nie obunóż.

– Plan był prosty. Spróbować zrobić to spokojnie, jak mną zachwieje lecieć do przodu i co się stanie, to się stanie. Nie do końca pamiętam jak to zrobiłem, ale nagle znalazłem się na materacu po drugiej stronie. To mi wystarczy. Świetne uczucie, czuję się jakbym pobił rekord świata – tłumaczył Sylwester Wilk. Niestety w półfinale nie udało mu się pokonać „komina", ostatniej przeszkody. Niemniej jednak pokazał wielkie serce i nieprawdopodobny charakter do walki.

– Chciałbym pokazać ludziom, że nie można się poddawać, że trzeba robić swoje niezależnie czy to się udaje, czy nie. Na początku też miałem problemy z tym, żeby chodzić z protezą, a teraz skaczę, biegam, biorę udział w różnych biegach z przeszkodami i nie stanowi to dla mnie żadnego problemu – dodał po występie uśmiechnięty Wilk. ■

Oprac. AG

Prezydent odznaczył paraolimpijczyków

Całkiem niedawno reprezentowali Polskę podczas igrzysk paraolimpijskich w Tokio – teraz odebrali odznaczenia z rąk Prezydenta RP, Andrzeja Dudy.



Fot. Jakub Szymczuk / KPRP

Natalia Partyka za wybitne osiągnięcia sportowe oraz zasługi w działalności na rzecz krzewienia i propagowania idei olimpijskiej odznaczona została Krzyżem Komandorskim z Gwiazdą Orderu Odrodzenia Polski. Za wybitne osiągnięcia sportowe, za promowanie Polski na arenie międzynarodowej Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski odnaczeni zostali: Barbara Bieganowska-Zając, Alicja Jeromin, Piotr Kosewicz, Karolina Kucharczyk, Maciej Lepiato, Karolina Pęk, zaś Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski: Adrian Castro, Maksym Chudzicki, Rafał Czuper, Michał Derus, Oliwia Jabłońska, Tomasz Jakimczuk, Renata Kałuża, Lucyna Kornobys, Szymon Sowiński, Lech Stoltman, Marzena Zięba. Za wybitne zasługi w działalności na rzecz krzewienia i propagowania idei paraolimpijskiej Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski odznaczono Łukasza Szeligę, zaś Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski - Paulinę Malinowską-Kowalczyk. Krzyż Oficerski Orderu Odrodzenia Polski za wybitne zasługi dla rozwoju sportu osób niepełnosprawnych, za osiągnięcia w działalności szkoleniowej i trenerskiej odebrali: Marek Gniewkowski, Piotr Kołaciński, Zbigniew Lewkowicz, Małgorzata Niedźwiecka, Jacek Szczygieł, Kai Xu, Mariusz Żabiński, zaś Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski: Marek Biernat, Marek Iwanicki, Feliks Kordyś, Sławomir Kuczko, Marek Marucha, Andrzej Ochal, Beata Pożarowszczyk-Kuczko, Bogusław Szczepański Za zasługi dla rozwoju i upowszechniania sportu Złoty Krzyż Zasługi przyznano: Renacie Bieleckiej, Robertowi Kamińskiemu, Jakubowi Nowickiemu, zaś Srebrny Krzyż Zasługi - Michałowi Polowi. Z kolei za zasługi dla Niepodległej, uhonorowani zostali: Medalem Stulecia Odzyskanej Niepodległości: Tadeusz Nowicki, Dariusz Pender, Katarzyna Rogowiec.

– Dziękuję za rozsławianie polskiego sportu, za radość, którą nam przynosicie i za to, co dajecie innym za sprawą swojej postawy. Jesteście wielcy – mówił Andrzej Duda podczas uroczystości. ■

Kancelaria Prezydenta RP

Po raz kolejny rugby łamało bariery

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 w Elblągu był gospodarzem Turnieju Rugby Tag. Drużyna „Rugby Łamie Bariery" zmierzyła się z uczniami szkół z Nowakowa, Purdy oraz Olsztyna. Drużyny rozegrały turniej na zasadzie każdy z każdym. Do finału weszło „Rugby Łamie Bariery" (nie przegrywając żadnego meczu) oraz SP 33 z Olsztyna.

W meczu o złoto po bardzo emocjonującym spotkaniu ostatecznie lepsza okazała się ekipa z Olsztyna. Drużyna z SOSW nr 1 zajęła II miejsce, przegrywając w finale 1 punktem.

– Z ramienia Marszałka Województwa Warmińsko-Mazurskiego gościliśmy Beatę Kucińską. Duże podziękowania składamy prezesowi Warmińsko-Mazurskiego Okręgowego Związku Rugby Henrykowi Pach za pomoc w realizacji Turnieju. Trenerzy zespołów zadbali o wysoki poziom meczów – mówią organizatorzy.

Mecze sędziował Tomasz Czyż - sędzia Okręgowy WMOZR. Turniej odbył się przy wsparciu Marszałka Gustawa Marka Brzezina i Zarządu Województwa oraz współpracy z WMOZR. Opiekę medyczną, techniczną i praktyczne ćwiczenia pierwszej pomocy przedmedycznej zagwarantowała Anna Nowocień i niezastąpieni uczniowie z ZSTI Elbląg oraz Ochotnicza Straż Pożarna w Zwierznie i OSP KSRG Milejewo.



Fot. nadesłane

O tym, jak wygląda sytuacja rugby w województwie warmińsko-mazurskim opowiedział naszej redakcji Henryk Pach, Prezes Warmińsko-Mazurskiego Okręgowego Związku Rugby:

– Dynamiczny rozwój rugby na Warmii i Mazurach nastąpił od 2017 r. po utworzeniu Warmińsko-Mazurskiego Okręgowego Związku Rugby. Jeśli zaś chodzi o „Rugby Łamie Bariery" to jest już druga edycja turnieju. 2,5 roku temu zrodził się pomysł, aby zająć się dziećmi niepełnosprawnymi intelektualnie, napisaliśmy program i okazało się że on bardzo chwycił. Dzieciaki się bardzo mocno zaangażowały, pokochały ten sport. Wyszliśmy z ofertą do małych szkół gminnych, wiejskich. Duży wpływ na tworzenie tej struktury miał marszałek i zarząd województwa, który wsparł nas finansowo, dzięki czemu mogliśmy zakupić np. koszulki, spodenki i inne gadżety niezbędne do gry. W sprzęt zaopatrzył nas Polski Związek Rugby. Aktualnie w programie Rugby „Łamie bariery" mamy 21 szkół z województwa warmińsko-mazurskiego i zatrudniamy 28 nauczycielo-trenerów. Jest to projekt ministerialny i Polskiego Związku Rugby. W grudniu na Torwarze w Warszawie odbędzie się finał. „Rugby Łamie bariery" to rugby bezkontaktowe, to tzw. Rugby Tag, gdzie dzieci uczą się zrywania tagów (wstążek – red.), które wiszą na rzepach przy biodrach. W Rugby Tag nie występują elementy szarży (ataku na zawodnika z piłką), zabroniona jest gra nogami (oprócz wznowienia gry), nie ma młynów oraz wrzutów z autu. Jest to najbardziej podstawowa, bezkontaktowa odmiana rugby, bardzo dobra do fizycznego rozwoju w szkolnej edukacji oraz wprowadzenie do rugby kontaktowego. Dzięki rugby, u dzieci zaszły diametralne zmiany. Ich poziom dyscypliny, zachowanie w domu, szkole, wszystko zmieniło się na plus. Rodzice są zszokowani, że to właśnie rugby tak bardzo na to wpłynęło. Dzieci potrafią przychodzić wcześniej do szkoły, żeby pochwalić się Pani trenerce, ze wszystko zostało zrobione, bo nagrodą jest udział w treningu. Dla nas rugby to nie tylko sport w sensie fizycznym, to także styl życia, i my tego też dzieci uczymy. Dzieci radzą sobie bardzo dobrze, wystąpiły nawet w ubiegłym roku na Mistrzostwach Polski Seniorów „Siódemek", otwierając turniej, wykonują pokazy przed kamerami telewizyjnymi, co jest już dla nich bardzo dużym osiągnięciem. ■

Małgorzata Oleksiak/Aleksandra Garbecka

Otyłość zaczyna się w głowie

Fala otyłości przybiera na sile – dzisiaj 25 proc., a wg prognoz za 4 lata już 30 proc. społeczeństwa, będzie otyła. Otyłość można śmiało uznać za chorobę, której rozwój jest ściśle powiązany z globalnym rozwojem cywilizacyjnym. Łatwa dostępność i nadmiar przetworzonego jedzenia, brak ruchu wynikający z braku czasu i towarzyszący szybko żyjącemu społeczeństwu stres zasługują na tę definicję.

Jednocześnie wzrasta świadomość i wiedza na temat samej choroby i jej konsekwencji zdrowotnych. Dlaczego zatem mierzymy się z tak zatrważającymi statystykami i coraz częściej na ulicach mijamy osoby z otyłością? Czy przestało nam już zależeć, a może rośnie społeczna akceptacja tej choroby?

Otyłość to choroba, która dotyka zarówno aspektów psychologicznych i związanych fizycznie z naszym ciałem. Przyczyn choroby jest wiele, ale z pewnością nie jest to choroba związana z wielkością żołądka, ale z decyzjami związanymi z zachowaniami żywieniowymi. Tak więc czynniki psychologiczne są kluczowym powodem powstawania tej choroby. Przewlekły stres w jakim żyjemy odreagowujemy jedzeniem, które jest na wyciągnięcie ręki.

– Sięganie po jedzenie stało się potrzebą nie fizjologiczną, a w dużej mierze potrzebą emocjonalną. Pomimo, że nie jesteśmy głodni – sięgamy po jedzenie. Karmimy siebie, by coś sobie załatwić, wynagrodzić, zaspokoić różne potrzeby, złagodzić przeżywane emocje" – podkreśla Marzena Sekuła, psycholog pracujący z osobami otyłymi, ekspert kampanii „W Nowym Kształcie". W chwilach trudnych nie prosimy o pomoc, nie sięgamy po wsparcie bliskich czy psychologa – w naszym błędnym przekonaniu pokazujemy wtedy słabość. Dlatego szukamy pociechy w jedzeniu, czyli „zajadamy emocje.

Jedzenie, poprawia nam nastrój i daje uczucie przyjemności i ulgi. Efekt ten utrzymuje się bardzo krótko, a kiedy samopoczucie spadnie i wróci do pierwotnego ponownie sięgamy po jedzenie. I tak zaczyna się mechanizm „błędnego koła", w którym cyklicznie jemy, a później czujemy winę i wstyd, przez co potęgujemy problemy emocjonalne oraz doprowadzamy do wzrostu wagi.

Pułapka „błędnego koła"

Wiele osób, które ma nadwagę lub otyłość, na własną rękę zaczyna odchudzanie, imając się szkodliwych dla zdrowia diet i stosując restrykcje żywieniowe. W konsekwencji ponoszą na tym polu porażki, więc albo zaprzestają prób, albo wpędzają się w kolejne „błędne koło", polegające na wprowadzaniu wciąż nowych diet, które finalnie doprowadzają do rozregulowania metabolizmu oraz tycia i rozwoju otyłości.

Chorującym na otyłość na pewno nie pomaga panujący kult szczupłego ciała i presja społeczna. Osoby z nadmiernymi kilogramami są często stygmatyzowane, spotykają się z oceniającym, nieprzychylnym wzrokiem, czy z przykrymi komentarzami. Bycie ciągle w centrum zainteresowania w negatywnym tego określenia znaczeniu, powoduje, że chęć zrzucenia kilogramów staje się obsesją. Zdaniem Marzeny Sekuły:

– Wysokie, nierealistyczne oczekiwania związane z wyglądem, potęgują stres i nasilają przeżywane emocje u chorych, co często związane jest z rozwojem zaburzeń odżywiania się i obniżeniem nastroju. Przeżywane negatywne emocje i deficyty związane z regulacją emocji w konstruktywny sposób oraz niezdolność doświadczania przyjemności, powodują zawężenie uwagi do substancji, która natychmiastowo daje ukojenie – czyli jedzenia, jako do jedynego źródła przyjemności i sposobu na radzenie sobie.

Czy ruch bodypositive może być zagrożeniem?

W tym miejscu przychodzi z pomocą ruch bodypositive, który z definicji oznacza akceptację własnego ciała, bez względu na jego rozmiar. Ruch zwraca uwagę w jaki sposób prezentowana jest cielesność przez całe społeczeństwo. Niestety wiele osób błędnie interpretuje bodypositive, jako przyzwolenie na otyłość bez konieczności leczenia tej choroby. Akceptacja własnego ciała to także szacunek do niego i dbanie o jego zdrowie, i kondycję. Można akceptować siebie, ale jednocześnie dążyć do zdrowia i podjąć terapię otyłości. „Założenia ruchu bodypositive są dobre, nawołują do tego by zaprzestać pogoni za ślepym ideałem – podkreśla ekspertka. Jednak mogą być zagrożeniem. – Niektóre osoby mogą interpretować ciałopozytywność jako akceptację choroby. Jasno musimy powiedzieć, że otyłość jest chorobą, którą trzeba bezwzględnie leczyć, ponieważ nieleczona zabija". Sekuła dodaje, że konsekwencje choroby dotyczą nie tylko ciała, ale również zaburzają równowagę psychiczną, zabierają radość, szczęście, nadzieję.

Jak zatrzymać falę otyłości?

Najlepiej poszukać wsparcia u profesjonalistów. Tu z pomocą przychodzą psycholodzy, psychoterapeuci. Czasem wystarczy jedno spotkanie, innym razem wskazana jest psychoterapia, ale cel jest jeden – pomóc pacjentowi. Ważne, by wykonać pierwszy krok w kierunku leczenia otyłości, a następnie wytrwać w procesie leczenia i utrzymać jego efekty. Psycholog ma towarzyszyć i wspierać chorego „w drodze zmiany".

Warto również korzystać ze wsparcia i rzetelnych źródeł informacji nt. leczenia otyłości, np. na grupach wsparcia czy stowarzyszeniach pacjenckich, a także na stronie www kampanii społecznej „W Nowym Kształcie". ■

F2F Evolution

„Zdrowa przyszłość”

Zniesienie limitów w wybranych grupach świadczeń, rozwój opieki domowej i środowiskowej oraz szersze wykorzystanie rozwiązań telemedycznych – to główne rozwiązania, które zakłada dokument „Zdrowa przyszłość”. Przewiduje on także modernizację infrastruktury według standardów dostępności i stworzenie funduszu odszkodowań z tytułu zdarzeń niepożądanych.



Fot. pixabay.com

Dokument „Zdrowa przyszłość. Ramy strategiczne rozwoju systemu ochrony zdrowia na lata 2021-2027, z perspektywą do 2030 r.” jest kontynuacją „Policy Paper dla ochrony zdrowia na lata 2014-2020”. Jest wymagany przez Komisję Europejską jako warunek wydatkowania środków europejskich. Strategia zakłada działania w czterech głównych wzajemnie zależnych obszarach: pacjenta, procesów, rozwoju i finansów. Jej celem jest zapewnienie obywatelom równego i adekwatnego do potrzeb zdrowotnych dostępu do wysokiej jakości świadczeń zdrowotnych przez przyjazny, nowoczesny i efektywny system ochrony zdrowia. Efektem realizacji programu ma być wydłużenie życia i poprawa stanu zdrowia społeczeństwa. Do „Zdrowej przyszłości” dołączone są dwa inne dokumenty, dotyczące opieki nad osobami starszymi oraz osobami z zaburzeniami psychicznymi. Głównym celem - w zakresie opieki nad osobami starszymi - jest poprawa jakości życia i zdrowia seniorów i ich opiekunów. Służyć ma temu rozwój zasobów kadrowych, rozwój form opieki dziennej, domowej oraz innowacyjnych form opieki. Zakładane jest wsparcie opiekunów nieformalnych i koordynacja opieki środowiskowej. W zakresie opieki psychiatrycznej zakładane są inwestycje w kadry i poprawa jakości kształcenia w dziedzinie psychiatrii i innych specjalizacji zajmujących się ochroną zdrowia psychicznego. Planowana jest też m.in. zmiana organizacji udzielania świadczeń zdrowotnych z zakresu opieki psychiatrycznej i inwestycje infrastrukturalne. „Zdrowa przyszłość” odnosi się także do innych kluczowych dokumentów przygotowanych przez Ministerstwo Zdrowia, w szczególności do Narodowego Programu Zdrowia i Narodowej Strategii Onkologicznej. ■

MZ

Rząd przyjął plan dla Chorób Rzadkich

Plan dla Chorób Rzadkich, czyli kompleksowy model opieki dla pacjentów z chorobami rzadko występującymi, został przyjęty przez rząd. Przyjęcie tego dokumentu to przełomowe wydarzenie, ponieważ znacznie poprawi dostęp do procesu diagnostycznego i terapeutycznego.

Rząd przeznaczy ponad 128 mln zł na ten cel. Plan zakłada poprawę monitorowania zachorowalności i leczenia tego rodzaju chorób z uwidocznieniem pacjenta w systemie ochrony zdrowia przy pomocy Paszportu Pacjenta z Chorobą Rzadką oraz Polskiego Rejestru Chorób Rzadkich. Plan zawiera 37 zadań, które zostaną zrealizowane w latach 2021-2023. Dokument zawiera konkretny harmonogram działań z podaniem źródła finansowania. Około 80 proc. chorób rzadkich ma charakter genetyczny i wymaga zastosowania zaawansowanej diagnostyki genetycznej. Plan dla Chorób Rzadkich zawiera najistotniejsze elementy, które poprawią realnie sytuację pacjentów. Do tej pory chorzy musieli odwiedzać nawet kilkunastu lekarzy, by otrzymać właściwą diagnozę. Teraz filarem opieki będą wyspecjalizowane ośrodki. Choroby rzadkie stanowią istotne wyzwanie dla systemu opieki zdrowotnej i społecznej, dotykając 6-8 proc. populacji każdego kraju. Uwzględniając krajowe dane demograficzne, należy szacować, że w Polsce na choroby rzadkie cierpi od 2 do 3 milionów osób.

Plan zakłada zmiany w sześciu obszarach: Ośrodki Eksperckie Chorób Rzadkich, diagnostyka chorób rzadkich, w tym dostęp do nowoczesnych metod diagnostycznych z wykorzystaniem wielkoskalowych badań genomowych, dostęp do leków i środków specjalnego przeznaczenia żywieniowego w chorobach rzadkich, Polski Rejestr Chorób Rzadkich, paszport pacjenta z chorobą rzadką, Platformę Informacyjną Choroby Rzadkie”. ■

MZ

Opowieść o tacie Tomaszu i o tym dlaczego 12-letni syn musiał go golić

JUSTYNA GACH

Opowieść o Tomaszu, to opowieść o sile, którą daje ojcostwo. To opowieść o walce o tym, aby ojciec dla swoich dzieci był ojcem, a nie ciężarem. Walce, która będzie trwała przez całe życie.

„Mogłeś nie wyprzedzać"

Burknął mój syn Kacper w odpowiedzi na pytanie dlaczego nie chciał ze mną rozmawiać gdy po wypadku leżałem na oddziale intensywnej opieki medycznej (OIOM). Przyznacie – odpowiedź rezolutna i gorzka jak na 6-latka, którym był w 2015r. A ja? Czy mogłem wtedy nie spieszyć się do kolegi, aby dokończyć remont jego samochodu, a potem szybko odebrać syna z przedszkola? Czy mogłem jechać wolniej, niż 120 km na godzinę? Czy mogłem nie wyprzedzać tej ciężarówki, która w chwili manewru uderzyła swoim potężnym cielskiem w bok mojego auta? Gdybym tylko przewidział, co stanie się później...

Miałem całkiem zwyczajne życie

Mieszkałem w leśniczówce w niewielkiej miejscowości Hajda w pobliżu Jastrowia w Wielkopolsce. Choć jestem człowiekiem lasu, leśnikiem nie zostałem. Bo mnie zawsze ciągnęło do samochodów. Skończyłem szkołę zawodową, zdobyłem dyplom mechanika, pracowałem i w warsztatach samochodowych, i na budowach, i w kraju i za granicą. Ot, zwyczajnie – brałem każdą robotę, z której był chleb. Moją partnerkę Martę poznałem w 2007 r. Była koleżanką mojej siostry. Często ją odwiedzała. To znaczy, szybko się okazało, że bardziej odwiedza mnie, niż moją siostrę. A efekt tych odwiedzin jest taki, że mamy teraz ze sobą czworo dzieci: Kacpra (12 lat), Hanię (10 lat), Antosia (8 lat) i Patrycję (6 lat).

Kiedy stałem na własnych nogach po raz ostatni?

Po tym jak ciężarówka uderzyła w moje auto. Byłem przytomny, gdy z niego wypadałem, gdy podnosiłem się z ziemi, żeby zabezpieczyć akumulator, gdy zrobiłem kilka kroków w kierunku wraka i tam upadłem. A potem obudziłem się na OIOM-ie. Ale to już było miesiąc później.

Nikt mi nie powiedział, że nie będę chodził

Lekarz dopytywał tak jakoś dookoła: „a co ja bym zrobił, gdybym się dowiedział, że już nie wstanę". A co ja niby miałbym zrobić? Miałem przerwany w 45 proc. rdzeń kręgowy, byłem sparaliżowany od szyi w dół. Nie mogłem ruszać ani rękami, ani nogami. I nie mogłem też mówić, bo w gardle tkwiła mi rurka od tracheostomii. Co w takim stanie można zrobić sobie lub ze sobą? A zatem nie powiedziano mi wprost, że już nie będę chodził, ale że czeka mnie długa, ciężka rehabilitacja, żebym mógł się nauczyć żyć od nowa. Zanim jednak ta rehabilitacja się zaczęła to...

... dwa lata spędziłem na szpitalnym oddziale paliatywnym

Mówi się o nim ładnie, że tam trafiają pacjenci w zaawansowanym stadium choroby. Dla wielu to oddział na końcu życiowej drogi. Dla mnie był przystankiem w oczekiwaniu na prawdziwą rehabilitację w ośrodku w Bydgoszczy. Pozwalali mi więc odwiedzać dom i rodzinę. To był dla nas trudny czas odnajdywania się w nowej sytuacji. Marta na mnie pokrzykiwała, wyznaczała jakąś domową robotę, mówiła wprost, że ona użalać się nade mną nie będzie. Wtedy byłem zły, że mnie nie pociesza. Dziś wiem, że takie „stawianie do pionu" jest lepsze. Starszy syn przestał się na mnie boczyć, starsza córka mobilizowała, a dwoje najmłodszych jeszcze wtedy mało rozumiało.

Na obóz aktywnej rehabilitacji mnie nie przyjęli

Bo nic przy sobie nie umiałem zrobić. Polecano mi za to projekt treningowy Fundacji im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ w Koninie. Trafiłem tam we wrześniu 2019r. Nauczyłem się tego co dla mnie najważniejsze, abym był samodzielnym. Nauczyłem się tam jak zwyczajnie, na co dzień żyć, aby nie być dla bliskich ciężarem, ale partnerem i ojcem. Nauczyłem się więc tam myć się, czyścić zęby,



Fot. nadesłane

przygotowywać sobie posiłki, samemu jeść, ubierać się. No i golić się! Bo do tej pory pomagał mi się golić mój Kacper. A to przecież powinno być odwrotnie. Ale też się oduczyłem... palić papierosy. Do domu wróciłem w marcu 2020r. kiedy rozhulała się pandemia Covid-19.

„Ucz się Tata, ucz!"

Tak pokrzykują dzieciaki, gdy mnie odwiedzają w leśniczówce. Tak, musieliśmy się rozdzielić. Marta mieszka z nimi na co dzień w mieście, gdzie chodzą do szkoły. Czekam więc z tęsknotą na te chwile, kiedy Marta będzie na mnie pokrzykiwać, żebym się nie lenił, a dzieciaki będą się kłócić, kto będzie pierwszy pchał mój wózek i kto mi usiądzie na kolanach. A gdy ich nie ma tworzę naszą nową przyszłość. Doradca zawodowy pomaga mi założyć firmę – własny warsztat samochodowy. Na razie będę nim zarządzał, zajmował się zamówieniami, papierami i kontaktami z klientami. Naprawami zajmą się koledzy. A ja mam nadzieję, że kiedyś do nich dołączę.

Bo ja chciałbym znowu ręce smarem ubrudzić

A potem szorować te ręce w poczuciu, że kolejną dobrą robotę wykonałem. Szansa na to jest. Muszę tylko moje ręce wzmocnić i usprawnić, aby więcej nimi zdziałać. Dlatego chciałbym wrócić do mieszkań treningowych i na zajęcia rehabilitacyjne w Osadzie Janaszkowo. I to jest właśnie powód, dla którego czekam na Osadę. Pomóż mi i zbuduj ze mną Osadę Janaszkowo. ■

Tomasz Jędrzejewski (36 lat, Hajda)

Zarejestruj się na GrupaWsparcia.pl i daj sobie pomóc!

GrupaWsparcia.pl
NIGDY NIE JESTEŚ SAM

Przechodzisz trudne chwile? Czujesz się samotny? Nie potrafisz sobie poradzić ze swoimi problemami i wdodatku nie masz z kim o tym porozmawiać? Dołącz do społeczności portalu GrupaWsparcia.pl – platformy pomocy, która pozwala na w pełni anonimowe, bezpłatne oraz bezpieczne korzystanie ze wsparcia w kryzysie.

GrupaWsparcia.pl to platforma pomocy online, stworzona z myślą o osobach, które poszukują wsparcia w kryzysowych sytuacjach życiowych, np. zmagających się z samotnością, problemami psychicznymi, uzależnieniem czy żałobą. Portal umożliwia dołączanie do już istniejących grup wsparcia, a także tworzenie nowych, skupiających ludzi połączonych wspólnym problemem i chęcią radzenia sobie z nim.

Na platformie można bezpłatnie i całkowicie anonimowo – bez konieczności przedstawiania się i pokazywania twarzy – podzielić się swoim problemem i otrzymać realną pomoc. Użytkownik dzieli się tylko tymi informacjami, które uzna za stosowne. Po zalogowaniu się może porozmawiać z osobami, które mają podobne doświadczenia i także chciałyby przezwyciężyć swoje słabości. Na portalu GrupaWsparcia.pl można uzyskać także wsparcie psychologa i prawnika.

Platforma działa zarówno w wersji na komputer, jak i w formie aplikacji mobilnej. Dla nowych użytkowników jest również samouczek, z którego warto skorzystać, aby poznać najważniejsze możliwości portalu. Aby dołączyć do społeczności platformy GrupaWsparcia.pl, wystarczy wejść na stronę grupawsparcia.pl i zarejestrować się za pomocą adresu e-mail. Adres nie będzie widoczny dla innych użytkowników. W tej chwili z portalu korzysta już ponad 10 tysięcy osób, które z powodzeniem uzyskują pomoc i wsparcie oraz udzielają go innym. ■

UM Olsztyn

Zadanie publiczne jest współfinansowane ze środków otrzymanych od Gminy Miasto Elbląg

ZAPOBIEGANIE ALKOHOLIZMOWI WŚRÓD OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

JEŚLI JESTEŚ OSOBĄ Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ ORAZ:



- MASZ PROBLEM Z UZALEŻNIENIEM?
- JESTEŚ DOTKNIĘTY UZALEŻNIENIEM W RODZINIE?
- DOTYKA CIĘ PRZEMOC ZE STRONY OSOBY UZALEŻNIONEJ?

ZGŁOŚ SIĘ DO NAS!

Zapewniamy specjalistyczne wsparcie dla osób borykających się z problemami.

Elbląska Rada Konsultacyjna Osób Niepełnosprawnych
tel. 516264836
ul. Hetmańska 28
mail: erkon@softel.com.pl

ERKON
ELBLĄSKA RADA KONSULTACYJNA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH