

Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

Miesięcznik finansowany
jest ze środków PFRON

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

Nr 03/243
2018



Moc uśmiechu



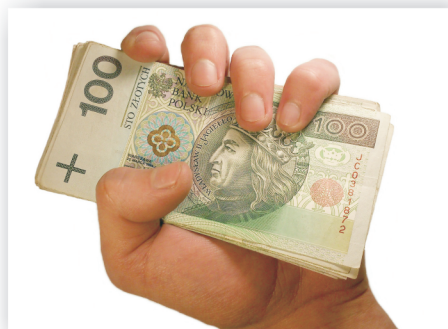
Lećmy

więcej str. 6



**Trudna sztuka
niesienia pomocy**

więcej str. 12



**Co i ile może
zabrać komornik?**

więcej str. 36

Serce 3D zabije w elbląskiej rodzinie



JOANNA SIUDAK

Wojciech Wojtkowski, programista z Elbląga, stworzył pierwszy w Polsce model serca w 3D. Miał on pomóc choremu na złożoną wadę serca synowi. Mimo heroicznej walki nie udało się uratować dziecka. Ale włożona praca i przetarte szlaki nie poszły na marne. Dziś elbląski naukowiec stanął do walki o kolejne małe serca.

– Największe znaczenie dla mojej działalności ma tragedia, która mnie spotkała. Mój synek mimo świetnego przygotowania lekarzy do operacji nie doczekał jej, zmarł na kilka dni przed planowanym zabiegiem. Kolejne opracowania stanowią dla mnie pewną formę terapii, możliwość uporania się z żałobą – mówi Wojciech Wojtkowski.

Rodzice z Elbląga dowiedzieli się o chorobie dziecka jeszcze w czasie ciąży. Szukali pomocy wszędzie, aż znaleźli elbląskiego naukowca. Decyzja zapadła szybko. Trzeba działać.

– Starałem się wytłumaczyć im na czym polega ta wada, z czym będą się zmagać, ale również pokierować do odpowiedniego lekarza, który podejmie się leczenia tak złożonej wady serca. Wydruk 3D zostanie opracowany dla tej rodziny jeszcze przed operacją korygującą wadę.

Do tej pory pomógł 6 rodzinom z różnych części Polski. Kolejna, z Elbląga, właśnie zwróciła się do niego o pomoc. Programista Wojciech Wojtkowski osobistą tragedię przekuł w medyczny sukces. Założył Stowarzyszenie Serce w 3D i dziś pomaga dzieciom z wadami serca. Najnowszy wydruk dla rodziców z Elbląga będzie gotowy jeszcze przed operacją korygującą wadę.



Fot. nadesłana

gującą wadę i pomoże dokładnie zaprezentować faktyczny obraz tej wady oraz zaplanować i przygotować możliwości dalszego leczenia – mówi Wojtkowski.

Produkcja serc 3D mogłaby odbywać się na większą skalę. Już teraz wspólne z profesorem Olszewskim elblążanin stworzył system niemal automatycznego tworzenia i wizualizacji modeli. Co więcej, powstają modele 3D innych tkanek miękkich np. tętniaków na aorcie czy guzów nowotworowych. Obecnie serca 3D drukowane są na specjalistycznej drukarce 3D w Gdańskim Parku Naukowo-Technologicznym. Kolejna

placówka zainteresowała się tą innowacyjną metodą.

– Po wakacjach rozpoczynamy też współpracę z Warszawskim Uniwersytetem Medycznym, w ramach której będziemy przygotowywać wydruki 3D serc dla studentów kierunku kardiologii – podsumowuje Wojtkowski.

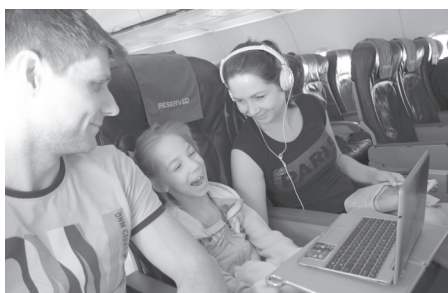
Wydruk jednego modelu nadal trwa kilkanaście godzin. Część serc w 3D powstało całkowicie za darmo. Bo dobro płynące z serca zawsze wraca. ■



PasjONaci

2 Serce 3D zabije w elbląskiej rodzinie

Do tej pory pomógł 6 rodzinom z różnych części Polski. Kolejna, z Elbląga właśnie zwróciła się do niego o pomoc. Programista Wojciech Wojtkowski osobistą tragedię przekuł w medyczny sukces. Założył Stowarzyszenie Serce w 3D i dziś pomaga dzieciom z wadami serca...



Z PERSPEKTYWY RODZICA

6 Lećmy

U progu planów wakacyjnych chcieliśmy tym razem spróbować zachęcić Was do wspólnych wyjazdów z podopiecznym poruszającym się na wózku. Nie twierdzimy, że jest łatwo, ale mniej znane jest mniej straszne, więc postaramy się przybliżyć jeden ze sposobów podróżowania (nasz ulubiony): samolotem.

SPOŁECZEŃSTWO:

- 10 Na skuteczną aktywizację brakuje pieniędzy
- 14 Prawnik w biegu
- 10 Trudna sztuka niesienia pomocy
- 17 Zadbaj o bezpieczeństwo osób starszych
- 27 Chcesz zrobić coś dla innych?
- 33 Psi terapeuci i więcej uśmiechu
- 44 Olga stawia pierwsze kroki

EDUKACJA:

- 15 Komu 300 złotych
- 16 Ostatni dzwonek dla nauczycieli

ELBLĄG - MOJE MIASTO:

- 19 Moc uśmiechu
- 20 O sporcie i miłości do Polski
- 25 Pozarządowo na starówce
- 41 WTZ-y w Bażantarni

ZDROWIE:

- 34 Co robimy podczas zwolnienia lekarskiego?
- 38 Rehabilitacja na miarę potrzeb

PRAWO:

- 35 Od teraz szybciej zareklamujesz bilet
- 36 Co i ile może zabrać nam komornik



SPOŁECZEŃSTWO

22 Jak przekuć zamiary na czyny

Elbląskie Stowarzyszenie Organizatorów Pomocy Społecznej otrzymało nagrodę Marszałka Województwa Warmińsko-Mazurskiego w dziedzinie integracji i pomocy społecznej. O wieloletniej działalności ESOPS i planach na przyszłość rozmawiamy z Anną Szyszką – Prezesem Stowarzyszenia.



EDUKACJA

43 Przez krawiectwo do samowystarczalności

Okolice ulicy Kościuszki to jedno z bardziej niedocenianych miejsc Elbląga. Bliskość szkół i przystanku autobusowego, do tego mały osiedlowy sklepik i otaczająca zieleń, sprawiają wrażenie pewnej izolacji od miejskiego zgiełku. Nie każdy zdaje sobie sprawę...

Razem z Tobą
dobra strona niepełnosprawnych

PORTAL I GAZETA OSÓB
NIEPEŁNOSPRAWNYCH



ADRES REDAKCJI:

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

REDAKCJA:

Rafał Sufek (red. naczelny),
Aleksandra Garbecka, Monika Ształas,
Teresa Bocheńska, Krzysztof Wójcik
Paweł Rodziewicz, Magdalena Ulanowska,
Eliza Krakowska-Mowińska, Damian i Ilona Nowaczy

WYDAWCA:

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

DZIAŁ ŁĄCZNOŚCI Z CZYTELNIKAMI:

tel. 500 492 089;
e-mail: redakcja@razemztoba.pl

DRUK:
PPUH APLAUZ

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



**ZADZWOŃ
DO NAS**

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

Zadzwoń!

Czekamy na Twój telefon!

500 492 089

lub napisz!

redakcja@razemztoba.pl



Długo zastanawiałem się, co napisać na wstępie do tego numeru. Kiedy już tekst był prawie „napisany” i czekał tylko na przelanie na „papier”, musiałem zweryfikować to, o czym napisałem.

Przypomnę tylko, że „wstępniak” jest w „Razem z Tobą” ściśle powiązany z redaktorem naczelnym. Tak było od zawsze. Mimo że wątpię w swoje umiejętności publicystyczne, piszę cyklicznie i z tego co do mnie dociera, nie jest tak źle. Stąd też pozwólcie Państwo, że pozwolę sobie tym razem na daleko idącą prywatę. Wiem, że tego typu wpisy zazwyczaj piszę bliżej listopada, lecz tym razem muszę zmienić tradycję. Przychodzą przecież w życiu takie momenty, z którymi człowiek nie jest w stanie się pogodzić. I choć wydawać się mogło, że należy się tego spodziewać, to cios zadany przez los, boli niczym uderzenie młotem w tył głowy bez utraty przytomności.

Przez nieco ponad pół roku przyszło mi odprowadzić na tamten świat dwoje moich bliskich. Jedno z nich po długiej chorobie, drugie niemal z dnia na dzień – co było dla całej rodziny szokiem nieporównywalnym z niczym, czego doświadczamy na tym świecie. Tej drugiej osobie poświęciłem już miejsce w „Razem z Tobą”. Szczególnie, że byliśmy na początku dobrej, rodzinnej znajomości, a niespodziewanie przyszło nam się żegnać. Nikt normalny nie jest w stanie przejść obok czegoś podobnego obojętnie. Ktoś zapyta, po co wylewać swoją prywatę na przestrzeń publiczną? Odpowiedź jest prosta, czasami to jedyna możliwość podziękowania osobom, których już obok nas nie ma, za to co dla nas zrobili, jak w nas wierzyli, jak nas mobilizowali, jak trzymali za nas kciuki, kiedy inni wątpili w to, o czym marzyliśmy. I choć wydawać by się mogło, że wszystko co już za nami powoli odchodzi w niepamięć i będzie już tylko lepiej, to los znów wystawia nas na to, na co nikt, nigdy nie będzie gotowy.

Uśmiech na twarzy i troska o ukochanych wnuków pozostała Babci, naszej stałej Czytelniczce, odkąd tylko rozpocząłem pracę

w redakcji, do ostatnich chwil. Uwielbiała jak się bawimy, śmiejemy, dyskutujemy i głośno zachowujemy. Wówczas najlepiej spała. Uwielbiała dostawać naszą gazetę, którą wielokrotnie przywoziłem jej osobiście. Czytała ją i potem często wspominała w rozmowach o tym, czego się dowiedziała. Dopytywała, komentowała. Była dumna z wnuka, i gdy tylko miała okazję, to chwaliła się tym, kogo ma w rodzinie. Duma rozpieiała ją kiedy widziała, że ktoś czyta „Razem z Tobą” w poczekalni do lekarza. Często nie miała skrupułów, by powiedzieć na forum, że jej wnuk tam pisze i to on „robi” tę gazetę. Dziś pozostaje nam tylko dyskutować i śmiać się, często przez łzy. A mi dalej tworzyć „Razem z Tobą”, tak by inni byli zadowoleni z treści jakie im przekazujemy i czytali je z takim samym zaangażowaniem jak moja Babcia, kiedy jeszcze miała na to siły i zdrowie.

Dziś bawić się nikomu nie wypada, a tykający czerwony zegarek oraz czerwona kratka na kalendarzu, która zatrzymała się na kilka dni przed końcem, tego, co dla wielu wydawało się nieskończone, potrafi rozbroić nawet największego twardziela. Nastał moment, kiedy nadeszła pustka, której nikt i nic nigdy już nie wypełni. Jeden egzemplarz „Razem z Tobą” pozostał osamotniony, bez właściciela. Odkładałem go jednak na bok, wierząc, że może to tylko zły sen, który zaraz się skończy, a osoba, z którą przebywało się od narodzin, za chwilę wyłoni się zza drzwi i z uśmiechem poprosi o to, by zrobić jej herbaty, a następnie rozpocznie swoją opowieść jak to było kiedyś. Nie zapomni przy tym oczywiście zapytać, co tam u ukochanych wnuków słychać...

Wiara jednak bywa zgubna i w pewnym momencie do głosu dochodzi rozum, który stawia sprawę jasno i choćbyśmy nie wiem jak się starali temu zapobiec, to coraz bliżej naszej świadomości jest myśl, że nigdy już nie będzie tak jak dotąd. Coś co było, już nie wróci. A nam pozostaje żyć, cieszyć się tym co mamy... i godzić się z tym, co już nigdy się nie wydarzy.

Kończąc ten tekst, patrzę na swój zegar, którego już nigdy nie zobaczysz. Jest niemal druga w nocy. Obok Twoje zdjęcie zrobione rok temu. A na nim z bukietem kwiatów, uśmiechnięta dziewięćdziesięcioletnia kobieta. Taką pozostaniesz w pamięci wielu. Żegnaj Babciu. Pamiętaj jednak, że choć jesteś tak daleko, to jestem Razem z Tobą.

Rafat Sutek

Z 8 do 114 – zapraszamy do nas

Od wielu lat każdy, kto odwiedzał naszą redakcję, czy to w kwestii odbioru gazet, czy przychodząc z jakąś bolączką i prośbą o „medialną” pomoc, czy po prostu z chęcią odwiedzin, wiedział, że tuż po wejściu do siedziby Elbląskiej Rady Konsultacyjnej Osób Niepełnosprawnych, przywitaniu się z naszą sympatyczną koleżanką siedzącą na recepcji należy kierować się w prawo. Tam na samym końcu lokalu, w pokoju nr 8 „niemal od zawsze” mieściła się redakcja. Jakież było zdziwienie tych, którzy w połowie czerwca przychodząc do ERKON-u usłyszeli, że redakcji już tu nie ma. Po chwili dezorientacji, zdziwienia i jakby lekkiego szoku nadchodziła kolejna informacja: „spokojnie, istnieją, tylko przenieśli się pod inny adres”. Zatem wyjaśniamy i zapraszamy do naszej nowej lokalizacji.

Po wielu latach funkcjonowania redakcji na Związku Jaszczurczego 15 zapadła decyzja, by pokój, który zajmowała do tej pory redakcja, przeznaczyć na inne działania Stowarzyszenia. Tymczasem „Razem z Tobą” otrzymało propozycję przeprowadzki. Temat ten pojawiał się już w rozmowach z szefostwem od jakiegoś czasu, lecz po cichu liczyliśmy, że rozejdzie się po przysłowiowych „kościach”. Jakoś nie potrafiliśmy sobie wyobrazić „Razem z Tobą” w innym miejscu. Przywiązaliśmy się do tego pokoju nr 8 i ludzi, z którymi mijaliśmy się wiele razy w ciągu dnia na korytarzu między pokojami. Było dla nas czymś normalnym, że redakcja jest w tym miejscu od zawsze i tak już zostanie. A jednak... Przyszedł dzień, kiedy padło krótkie hasło: „Panie naczelny, wyprowadzacie się. Idź, zobacz, który lokal chcesz i tam się przenosicie”. Jeszcze było dopytywanie, czy aby na poważnie? Kiedy stało się już jasne, że nie ma odwrotu, wpadliśmy w szal przeprowadzki. Pięć dni i było po wszystkim. Na szczęście nie jest to daleko od Jaszczurczego 15, wręcz po drugiej stronie ulicy – więc można było przenosić wszystko ręcznie.

Gdy powstaje ten tekst, jesteśmy już pod nowym adresem drugi tydzień. I choć sentyment do pokoju nr 8 nadal pozostał, to cieszymy się z nowego miejsca. Mamy tutaj nie jeden, a aż dwa pokoje do dyspozycji, a co za tym idzie, znacznie

więcej przestrzeni do pracy i lepszy komfort.

Zatem Drodzy Czytelnicy zapraszamy Was już pod nowy adres. Teraz Redakcja mieści się w Elblągu na Związku Jaszczurczego 17 – hotelowiec w pokoju 114 (I piętro). Adresy mailowe, pod którymi można się z nami skontaktować nie uległy zmianie. Zmieniła się za to kwestia telefonu. Można się z nami skontaktować poprzez numer komórkowy redaktora naczelnego: 500 492 089 – to numer pierwszego kontaktu. Nadal można dzwonić pod numer stacjonarny ERKON (55 232 69 35) wówczas prosimy o pozostawienie informacji u osoby odbierającej telefon - oddzwonimy.

Informujemy jednocześnie, że obecna siedziba redakcji jest niestety niedostępna dla niektórych osób z niepełnosprawnościami (brak windy, by dotrzeć na pierwsze piętro). Z tej też przyczyny, każdy kto chciałby się z nami spotkać, a nie jest w stanie dotrzeć do naszego biura, może przyjść do siedziby ERKON-u na Związku Jaszczurczego 15 i tam poprosić o kontakt z redakcją. Niezwłocznie podejmiemy. Żeby jednak uniknąć sytuacji, gdy nikogo w redakcji się nie zastanie, zachęcamy do wcześniejszego kontaktu celem uzgodnienia szczegółów spotkania.

Zachęcamy do odwiedzin, zaglądania na razemztoba.pl i czytania „Razem z Tobą”. Jesteśmy Codziennie Razem z Tobą. ■

Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych

Lubisz pisać? Pasjonuje Cię dziennikarstwo?

Coś ciekawego dzieje się w Twojej okolicy?

Coś Cię smuci, denerwuje lub rozbawiło?

Napisz o tym!

Zostań naszym korespondentem!

Wszystkie teksty (zaakceptowane przez redaktora naczelnego) zostaną opublikowane na naszej stronie internetowej. Najlepsze z nich pojawią się w wersji drukowanej „Razem z Tobą”. Szczegółowe informacje znaleźć można na naszej stronie internetowej oraz uzyskać pod numerem telefonu:

500 492 089 lub mailowo: naczelny@razemztoba.pl



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.

Lećmy

Uprogu planów wakacyjnych chcieliśmy tym razem spróbować zachęcić Was do wspólnych wyjazdów z podopiecznym poruszającym się na wózku. Nie twierdzimy, że jest łatwo, ale mniej znane jest mniej straszne, więc postaramy się przybliżyć jeden ze sposobów podróżowania (nasz ulubiony): samolotem.

ILONA I DAMIAN NOWACCY

Kiedyś znajomy, który często podróżuje samolotem i bywa na wielu lotniskach zauważył, że osób podróżujących na wózkach, czy to samodzielnie, czy też rodziców z dziećmi, nie widać wiele. Raczej pojedyncze przypadki, a i na te trudno się natknąć. Dlaczego? W dobie funkcjonowania tanich linii lotniczych nie są to raczej względy finansowe przy rozważaniu rodzaju transportu (pociągi bywają droższe), wydaje nam się więc, że może decyduje o tym strach, bo w swój znany i lubiany samochód łatwiej wsiąść i pojechać. Nawet jeśli podróż trwa wiele godzin.

A największą zaletą podróży samolotem jest szybkość, co daje nam komfort nie ograniczania się do miejsc w rozsądnym zasięgu jazdy samochodem – rozsądnym, czyli nie grożącym kilkunasto-, a nawet kilkudziesięciogodzinną jazdą. Oczywiście wiem, że są i jej zwolennicy, a wiele godzin spędzonych w samochodzie nie jest dla nich zupełnie problemem.

Dla nas jest.

Zresztą jazda to jedno – pozostaje jeszcze fakt uszczuplenia cennych dni urlopu o te, potrzebne do dostania się na miejsce i powrotu. Zwykle ok 4, a to już poważne naruszenie czasu, który chcemy spędzić na niczym nie zmaconym relaksie.

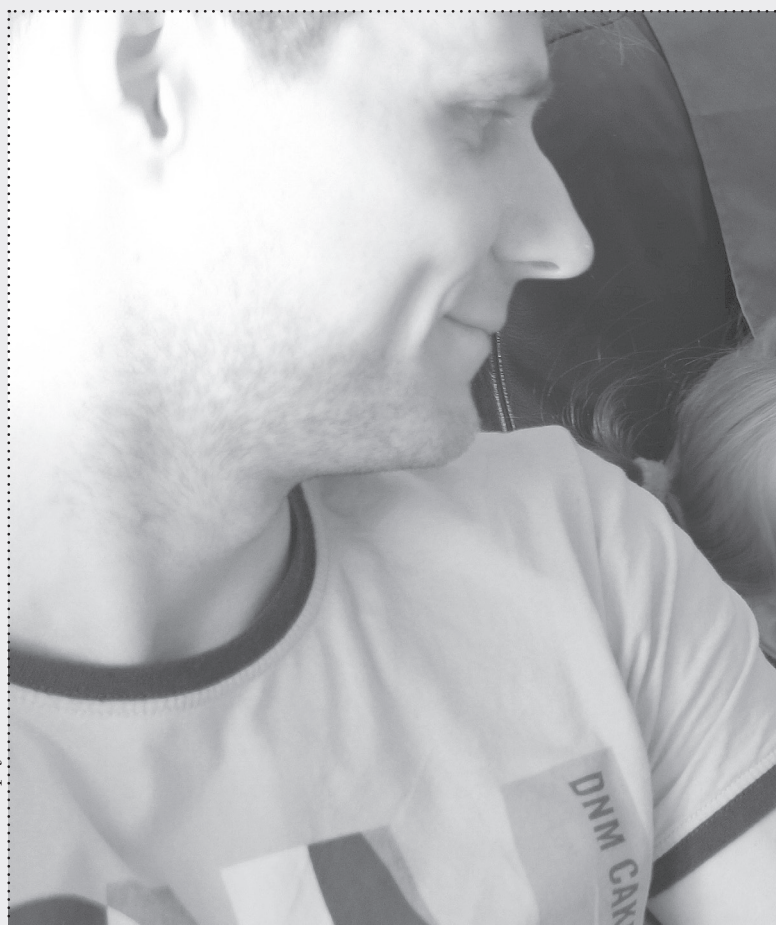
Samolot więc.

Linie lotnicze obecnie oferują usługi pomocy specjalnej – tzw asysty, dzięki której osoba na wózku jest objęta opieką obsługi lotniska od momentu gdy tylko się na nim pojawi, aż do zajęcia miejsca w fotelu samolotu. Wykupując bilet, trzeba od razu taką opcję zaznaczyć. Doświadczenie nauczyło nas, że należy być przy tym czujnym – opcji asysty jest wiele, bo i potrzeby są zróżnicowane. Ktoś może potrzebować pomocy tylko w przejściu przez odprawy, ktoś inny w wejściu po schodach, jeszcze inny (jak my z Julą) w dostaniu się bezpośrednio do siedzenia w samolocie. Ponieważ ten rodzaj asysty jest nam znany najbardziej - Julka latała samolotem już wielokrotnie - ten właśnie przybliżymy.

Mamy więc wykupioną przy bilecie opcję asysty w dostaniu się do siedzenia samolotu i teraz pokażemy Wam jak bardzo ułatwia podróż takie krótkie „knowhow”.

Zjawiamy się na lotnisku 2 godziny wcześniej (taki wymóg)

Fot. archiwum prywatne autorów



i pierwsze kroki kierujemy do stanowiska asysty (tak - jest takie), gdzie przydzielani są nam pracownicy do pomocy.

I od teraz wszystko jest już łatwiejsze.

Panowie (lub panie) idą z nami od odprawy paszportowej (jeżeli jest konieczna) przez bagażową, aż do bramki. Wszędzie bez stania w kolejkach, które często przybierają pokaźne rozmiary. Następnie zostawiają nas do czasu otwarcia bramki (to świetny czas na kawę i chwilę oddechu) i przychodzą, żeby poprowadzić do windy, którą zjeżdżamy na płytę lotniska.

W Gdańsku winda jest obok bramki, tak było też w Alicante w Hiszpanii i najczęściej tak właśnie jest. Jednak nie zawsze. Raz zdarzyło nam się czekać przy zupełnie innej bramce niż reszta pasażerów, bo tam akurat było zejście na płytę dla wóz-

ków. Byliśmy sami w holu nieco zaniepokojeni widokiem zza szyby, gdzie pasażerowie spokojnie zapełniali samolot, podczas gdy stojący z nami wesoły pan z obsługi lotniska opowiadał bez troski o swoich wnukach i bohaterstwie przygarniętego przez nich byłego psa policyjnego. Oczywiście dostaliśmy się do samolotu na czas. Tak było w Manchesterze w Wielkiej Brytanii.

Właśnie – do samolotu najczęściej wchodzimy ostatni – spokojnie, poczeka, bez nas nie odleci. Dzieje się tak dlatego, że winda, która do nas przyjeżdża (taki specjalny samochód z podnoszoną kabiną), podjeżdża do samolotu od przeciwnej strony niż wchodzi pasażerowie, więc żeby otworzyć nasze drzwi, trzeba tamte za ostatnim pasażerem zamknąć. Czekamy więc sobie aż wszyscy się rozsiądą i dopiero wjeżdżamy do kabiny samolotu. Przez ten cały czas Julcia jest w wózku, który dopiero z samolotu jest zabierany do luku bagażowego. Siedzenia dla osób, które wykupują asystę są przydzielane automatycznie bezpłatnie, gdyż są zawsze te same, tylne lub przednie rzędy. Radzimy jednak upewnić się, czy przy

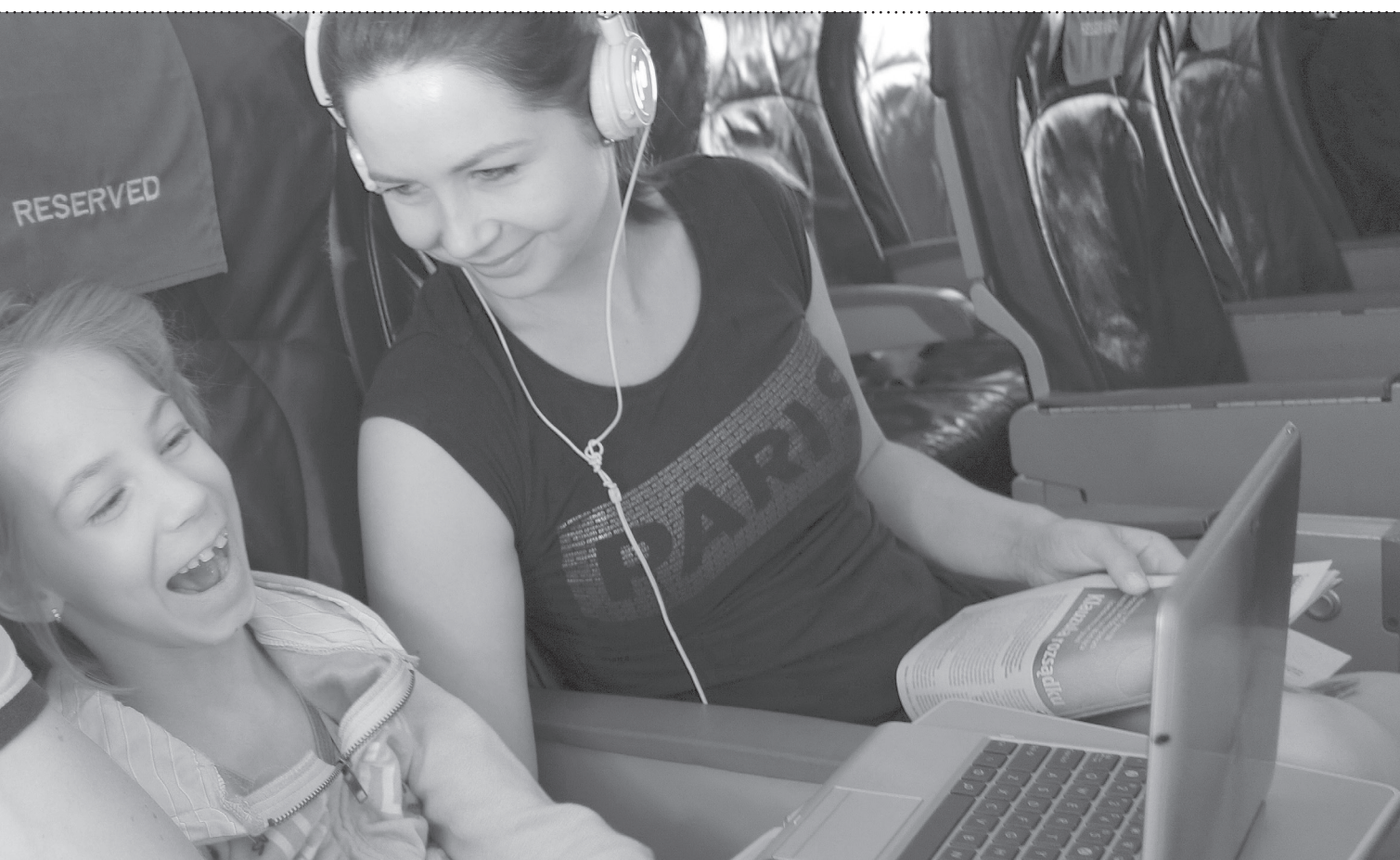
transport na parking – i to nazywamy asystą.

Na każdym lotnisku jest nieco inaczej, ale zawsze jest to ogromna i w naszym przypadku niezbędna pomoc.

Dobrze jeszcze poinformować załogę lotu przed lądowaniem (albo zaraz po, aby uniknąć stanowczego: „proszę zostać na miejscu aż samolot się zatrzyma!”), żeby wózek po wyjęciu z luku bagażowego został przy samolocie. Zdarzyło nam się raz, że pojechał z bagażami i przez cały terminal szliśmy z Julką na rękach, czekając potem, aż wyjedzie z walizkami na taśmie – nie polecamy takich praktyk.

Procedura po wylądowaniu jest bardzo podobna, odbywa się tylko w odwrotnej kolejności i jest mniej czekania.

Kiedy wszyscy już wysiadą (zawsze strasznie się spiesząc i przepychając, co jest dla nas ciekawą obserwacją – jakby bali się, że nie zdążą...) pod wejście do samolotu podjeżdża winda i gdy się dobrze dogadamy z załogą wcześniej, w windzie jest już wózek. Tutaj musimy niestety przyznać, że akurat naprawdę



zatwierdzeniu rezerwacji na bilecie pojawia się numer siedzenia, bo już nam się tak zdarzyło, że nie i, choć to błąd, trzeba było potem kombinować i wyjaśniać na infolinii.

Gdy już sobie siedzimy, zostaje tylko rozkoszować się lotem.

Byliśmy na kilku lotniskach i musimy przyznać, że nasze gdańskie im. Lecha Wałęsy jak do tej pory zostawia inne daleko w tyle, jeżeli chodzi o asystę specjalną. Pracownicy są bardzo kompetentni, wszędzie są na czas, umieją odpowiedzieć na wszystkie nasze pytania, a ostatnio (co zdarzyło nam się tylko w Gdańsku) poszli z nami do odprawy, wzięli bagaże, i w rezultacie jeden pan prowadził wózek, drugi niósł bagaże a my sobie spokojnie szliśmy obok, miło z nimi konwersując. Zostawili nas dopiero gdy upewnili się czy przyjechał nasz

różnie z tym bywa, więc jeszcze raz ukłony ogromne z stronę panów z lotniska w Gdańsku, ponieważ byli bezkonkurencyjni w radzeniu sobie z rozkładaniem (często kapryśnego) wózka Julci i sami przyszli po Julkę do samolotu, kiedy zwykle czekają w windzie. Zabrali też wszystkie bagaże podręczne.

Reasumując – latajcie kochani i nie bójcie się, bo warto odwiedzać te zakątki świata, do których samochodem się nie wybieriecie, a dostanie się nawet do tych bliższych można sobie znacznie ułatwić i uprzyjemnić. Jeżeli macie jakieś pytania, chętnie pomożemy, służąc doświadczeniem.

A nasz znajomy niech spotyka uśmiechnięte i opalone po wakacjach osoby na wózkach na lotniskach w każdym kraju. ■

Na Jasną Górę bez barier



Fot. pixabay.com

Jasną Górę w skali roku odwiedza ok. 4 mln osób. Ojcowie Paulini, wychodząc naprzeciw potrzebom pielgrzymów, chcą by z tego miejsca mogli korzystać wszyscy bez względu na sprawność. Dlatego już wkrótce pojawią się tam specjalne oznakowania dla osób niewidomych i słabowidzących oraz tablice tyflograficzne. Dzięki temu zwiedzanie stanie się nie tylko bezpieczniejsze, ale i przyjemniejsze.

Tablice tyflograficzne wykonane z mosiądzu zostaną umieszczone w kilku miejscach Jasnej Góry. Dwie ogólne z nich pojawią się przy wejściach na teren klasztoru. Cztery inne obejmą Salę Jana Pawła II, która niebawem po remoncie zostanie oddana do użytku, Bastion św. Rocha, w którym znajduje się Skarbiec Pamięci Narodu i tzw. atrium w Kaplicy Matki Bożej.

Na Jasnej Górze pojawią się również oznaczenia poziome „sygnalizujące” np. rozpoczynające się schody czy progi, które zostały dostosowane do zabytkowego charakteru częstochowskiego sanktuarium. To bardzo ważne, ponieważ obiekt znajduje się pod szczególną opieką konserwatorską.

Wyczuwalno – wizualne oznakowania dla niewidomych i słabowidzących powstają we współpracy z przedstawicielami Polskiego Związku Niewidomych. Wkrótce do użytku oddane zostaną także kolejne udogodnienia dla osób niepełnosprawnych ruchowo. ■

Oprac. AG

Głusi apelują o dostępność telewizji



Fot. pixabay.com

„Chcemy korzystać z praw człowieka: dostępu do informacji i wiedzy. Nasze potrzeby nie są brane pod uwagę. Tworzymy grupę 4 milionów dyskryminowanych obywateli. Nie zgadzamy się na wykluczenie społeczne” – czytamy w petycji wystosowanej przez środowisko osób głuchych, słabosłyszących i niewidomych.

Autorzy petycji chcą wprowadzenia rozwiązań prawnych, które zapewnią dostępność telewizji w wymiarze 50% w ciągu 5 lat, a docelowo 100% w 10 lat. Aktualne przepisy wymagają od nadawców 10% dostępnych programów: z napisami, językiem migowym i audiodeskrypcją. Są to jednak głównie seriale i powtórki programów, najczęściej w godzinach nocnych, dlatego środowisko osób niepełnosprawnych apeluje o to, by dostępne były także programy w godzinach o wysokiej oglądalności, a napisy na żywo pojawiały się w wiadomościach, programach publicystycznych i kulturalnych. Autorzy petycji zwracają również uwagę na potrzebę definicji i rozdzielania napisów dla niesłyszących, audiodeskrypcji i tłumaczeń na język migowy w prawie, a także publikowania w internecie programów, którym w telewizji zapewniono dostępność.

„Od wielu lat my – osoby głuche, słabosłyszące i niewidome – prosimy o dostępną telewizję. Brakuje nam dostępu do wiadomości i programów na żywo, programów o największej oglądalności. Chcemy pełnego dostępu do informacji – jak wszyscy obywatele naszego kraju. Domagamy się swoich praw zgodnie z Konwencją o Prawach Osób Niepełnosprawnych” – piszą autorzy. ■

Oprac. MS

Nagrodzeni za innowacje

Rozstrzygnięto konkurs o tytuł „Dobroczyńca Roku”. Po raz pierwszy w jego 20-letniej historii laureatem została firma z branży gospodarki komunalnej. Akademia Rozwoju Filantropii oraz internauci nagrodzili ENERIS Ochrona Środowiska za program „Segreguję – nie widzę przeszkód”.

Wyróżniony projekt skupia się na rozwiązywaniu problemów grupy dotąd wykluczonej z segregowania odpadów – osób niewidomych i słabowidzących. Stworzono proste, dostępne rozwiązanie w postaci specjalnej naklejki na pojemniki. Napisy w alfabecie Braille’a, kontrastowe kolory, zrozumiałe piktogramy pomagają w odczytaniu przeznaczenia pojemnika na odpady nie tylko przez osoby z niepełnosprawnością wzroku, ale także dzieci czy osoby niepełnosprawne intelektualnie.

— Ogromnie nas cieszy ta nagroda, tym bardziej że o jej przyznaniu zadecydowały głosy internautów. Zgodnie z uzasadnieniem, nie tylko dostrzeżono samo narzędzie, jakim są naklejki. Zauważono także nasze zaangażowanie w zmianę prawa, które dodatkowo powinno zachęcać samorządy do budowania równych warunków do ochrony środowiska i segregowania odpadów przez wszystkich mieszkańców kraju. Dla nas w ENERIS ta nagroda jest potwierdzeniem, że warto działać wspólnie, budować ważne i potrzebne projekty w dialogu i wsłuchiwać się w potrzeby tych, dla których na co dzień pracujemy — powiedziała Magdalena Sułek-Domańska, Dyrektor ds. Komunikacji ENERIS Ochrona Środowiska. ■

Red.

ITAKA otwiera się na niepełnosprawnych podróżnych



Fot. itaka.pl

15 pracowników Salonów, Infolinii i Centrum Obsługi Klienta Biura Podróży ITAKA wzięło udział w szkoleniu, które pozwoliło im poznać potrzeby osób z niepełnosprawnościami i dowiedzieć się, jak stworzyć ofertę włączającą dla podróżnych z różnego rodzaju dysfunkcjami.

Jakiś czas temu pisaliśmy o inicjatywie podjętej przez Biuro Podróży ITAKA – „Wakacje bez przeszkód”, w ramach której na stronie internetowej udostępniono wyszukiwarkę hoteli dostosowanych do potrzeb osób na wózkach i z ograniczoną mobilnością.

Niedawno 15 pracowników biura podróży wzięło udział w specjalnym szkoleniu zorganizowanym przez mówczynię inspiracyjną Angelikę Chrapkiewicz-Gądek oraz Fundację Polska Bez Barier.

– Pokonywaliśmy przeszkody na wózkach, staraliśmy się zrozumieć potrzeby m.in. osób z niepełnosprawnościami sensorycznymi. Rozmawialiśmy o dostępności, o stereotypach, uczuciach, emocjach – o tym co ważne. Inspiracja, doświadczenie, otwartość na potrzeby innych. Taki był ten dzień, tak chcemy by wyglądały Wakacje bez przeszkód z ITAKĄ – czytamy na stronie biura podróży.

Spot promocyjny akcji obejrzeć można na razemztoba.pl/17697 ■

Oprac. MS

Chcą przywrócić społeczeństwu sprawność



Fot. pixabay.com

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

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

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

Oprac. MS

Chcesz otrzymywać drukowaną wersję "Razem z Tobą"?

Zapisz się do naszej listy dystrybucyjnej!

To nic nie kosztuje!

Gazeta i wysyłka jest bezpłatna!

Napisz na: redakcja@razemztoba.pl

lub

zadzwoń: 500492089

i podaj ilość egzemplarzy oraz adres do wysyłki.

Ciesz się



w Twoim domu!

Brakuje pieniędzy na skuteczną aktywizację

Jak wynika z raportu Najwyższej Izby Kontroli samorządy powiatowe i urzędy pracy województwa łódzkiego w większości prawidłowo realizowały zadania w zakresie aktywizacji zawodowej osób niepełnosprawnych, finansowanych według algorytmu przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Bolączką był brak wystarczających środków. W konsekwencji urzędy pracy i powiaty nie mogły zrealizować wszystkich wniosków złożonych przez osoby niepełnosprawne i potencjalnych pracodawców.

Urzędy pracy mają m.in. za zadanie zapobiegać, zmniejszać i łagodzić skutki zjawiska bezrobocia wśród osób niepełnosprawnych. Chodzi przede wszystkim o prawidłowe zdiagnozowanie potrzeb osób niepełnosprawnych oraz możliwości rynku pracy w zakresie ich zatrudnienia, a następnie właściwe zaplanowanie działań, by w konsekwencji skierować do niepełnosprawnych odpowiednio dobrane form pomocy.

NIK skontrolował, czy samorządy powiatowe i powiatowe urzędy pracy w łódzkiem wywiązywały się z zadań w zakresie aktywizacji zawodowej osób niepełnosprawnych. Sprawdzono m.in. czy identyfikowano potrzeby dotyczące rodzaju pomocy udzielanej tym osobom i czy podejmowane działania przyczyniły się do wzrostu zatrudnienia i poprawy ich sytuacji na rynku pracy.

Z danych PFRON wynika, że w latach 2013–2015 jedna z najliczniejszych populacji osób niepełnosprawnych w Polsce (po woj. mazowieckim) zarejestrowanych była w powiatowych urzędach pracy województwa łódzkiego, stąd też decyzja o przeprowadzeniu właśnie tam kontroli.

NIK ocenia, że samorządy powiatowe i urzędy pracy prawidłowo wywiązywały się z większości zadań w zakresie aktywizacji zawodowej osób niepełnosprawnych, finansowanych przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Kontrola NIK wykazała jednak nieprawidłowości w dysponowaniu środkami na szczeblu lokalnym. Zarzut Izby dotyczył pozostawienia przez dwóch starostów – w Opocznie i Radomsku – środków PFRON w wysokości ponad 950 tys. zł w swoich starostwach. NIK podkreśla, że działanie to było nielegalne, gdyż zgodnie z ustawą o rehabilitacji zawodowej, to



Fot. pixabay.com

powiatowe urzędy pracy są uprawnione do wykonywania zadań z zakresu rehabilitacji zawodowej.

Kontrolowane powiatowe urzędy pracy właściwie identyfikowały i diagnozowały potrzeby zawodowe zarejestrowanych w nich osób niepełnosprawnych. Pracownicy urzędów, w ramach tzw. koncepcji profilowania, ustalali potencjał zatrudnieniowy i dobierali formy aktywacji najbardziej odpowiadające aktualnej sytuacji i potrzebie bezrobotnego, podporządkowując go do jednego z trzech profili. Pierwszy profil przewidziany był dla osób aktywnych, drugi dla osób wymagających wsparcia, zaś trzeci dla osób oddalonych od rynku pracy, które w większości z pomocy urzędu nie chcieli skorzystać. Ustalenie profilu pomocy stanowiło podstawę do przygotowania Indywidualnego Planu Działania, dostosowanego do możliwości bezrobotnego.

Jednak NIK zauważa, że urzędnicy dokonujący profilowania bezrobotnych wskazywali, że jest to czynność wydłużająca czas obsługi i nie przekłada się na faktyczną pomoc w zakresie rehabili-

tacji zawodowej osób niepełnosprawnych.

Ponadto, w kwestii poprawy sytuacji zawodowej osób niepełnosprawnych powiatowe urzędy pracy współpracowały z potencjalnymi pracodawcami w celu pozyskania dla swoich klientów ofert pracy lub miejsc aktywizacji zawodowej. Przy współudziale starostw powiatowych organizowały też giełdy pracy.

W latach 2013–2015 samorządy skontrolowanych powiatów na rehabilitację osób niepełnosprawnych wydały 31 mln zł. Z tej kwoty niewielką tylko część – blisko 14 proc. (ponad 4 mln zł) – przeznaczono na rehabilitację zawodową tych osób. Z kolei z tych ponad 4 mln zł najwięcej wydano na wyposażenie stanowisk pracy – ponad 2,5 mln zł. Fundusze przeznaczone na rozpoczęcie działalności gospodarczej przez osoby niepełnosprawne pochłonęły blisko 1 mln zł, a staże dla nich blisko 0,5 mln zł. Na realizację szkoleń wydano ponad 92 tys. zł.

Do powiatów i urzędów pracy wpłynęły łącznie 302 wnioski osób niepełnosprawnych oraz pracodawców chcących za-

trudnić te osoby. Pozytywnie rozpatrzono 209 wniosków. Wsparciem objęto 239 osób niepełnosprawnych.

NIK zauważa, że środki na realizację zadań z zakresu rehabilitacji zawodowej osób niepełnosprawnych były niewystarczające. Pozwoliły jedynie na zaspokojenie części zgłaszanych potrzeb. Decyzja o finansowaniu zadań uwarunkowana była nie skalą potrzeb, a sytuacją ekonomiczną samorządów powiatowych. Dlatego pomoc otrzymywały te osoby, które wcześniej złożyły wnioski. NIK przeanalizowała 38 negatywnie rozpatrzonych wniosków i okazało się, aż w 17 przypadkach (blisko 45 proc.) powiatowe urzędy pracy odmówiły zawarcia stosownych umów z uwagi na brak środków finansowych.

Kontrolowane podmioty m.in. powiatowe urzędy pracy podejmowały z własnej inicjatywy szereg działań na rzecz pozyskania dodatkowych funduszy stanowiących uzupełnienie pomocy finansowej z PFRON. Działania w celu zwiększenia środków finansowych inicjował też prezes PFRON. Jednak nie przyniosły one oczekiwanego rezultatu i nie zapewniły skutecznego finansowania zadań.

NIK zauważa, że proces rehabilitacji zawodowej osób niepełnosprawnych w województwie łódzkim w latach 2013 – 2015 był głównie finansowany ze środków Funduszu Pracy i tych pochodzących z Unii Europejskiej (54 proc.). Środki przekazane według algorytmu z PFRON stanowiły niespełna 40 proc. funduszy poświęconych na ten cel.

Wszystkie kontrolowane powiatowe urzędy pracy opracowały powiatowe programy działań na rzecz osób niepełnosprawnych. Robiły to jednak nierzetelnie. Tworzone dokumenty nie dawały bieżącej i obiektywnej informacji na temat planowanych efektów i postępów ich realizacji. W programach tych wskaźniki do osiągnięcia nie zostały określone w ogóle lub były ogólne, bez wskazania stanu wyjściowego i docelowego. Z tego powodu autorzy programów nie mogli zdiagnozować ewentualnych problemów związanych z ich wdrażaniem. Wpływało to także niekorzystnie na określenie skuteczności działań i – pośrednio – na wyznaczenie przyszłych potrzeb. Tym samym programy nie były, w ocenie NIK, realnym narzędziem zarządzania.

NIK zwraca także uwagę na to, że nie

przeprowadzano analiz i kalkulacji, które pozwoliłyby określić faktyczny poziom środków, potrzebnych dla zapewnienia właściwego finansowania instrumentów i usług rynku pracy. Nie podejmowano działań w kierunku – chociażby szacunkowego – określenia zapotrzebowania finansowego odpowiadającego potrzebom lokalnego rynku pracy.

Zarówno funkcjonujący system finansowania zadań ze środków PFRON przekazywanych według algorytmu, jak i brak działań ze strony samorządów powiatowych w kierunku określenia rzeczywistej skali potrzeb finansowych osób niepełnosprawnych oraz niewłaściwie sporządzane dokumenty planistyczne powodowały, że realizowane zadania finansowane ze środków PFRON nie w pełni zaspokajały potrzeby osób niepełnosprawnych w zakresie ich rehabilitacji zawodowej.

Prezes Zarządu PFRON, który ma nadzorować wykorzystanie środków Funduszu nie weryfikował, czy kwoty przeznaczone na pokrycie kosztów obsługi realizowanych zadań w ramach rehabilitacji zawodowej zostały faktycznie wydatkowane na ten cel. W ramach rozliczeń z samorządami powiatowymi, jak również podczas kontroli przeprowadzanych w powiatach, PFRON bazował jedynie na informacjach przedstawionych przez pracowników powiatów, przyjmując zasadę, że były one faktycznie, rzeczywiście poniesione. Dla czterech kontrolowanych powiatów przekazał on środki w wysokości ponad 123 tys. zł, natomiast w skali całego kraju – 52,5 mln zł. Również samorządy powiatowe nie posiadały wiedzy o kwotach faktycznie poniesionych z tytułu kosztów obsługi wykonywanych przez nie zadań finansowanych z PFRON, a do rozliczenia tych środków wskazywały kwotę w wysokości równej 2,5 proc. kwoty przekazanej beneficjentom.

W większości skontrolowanych starostw powiatowych i urzędów pracy (75 proc.) występowały bariery architektoniczne, które utrudniały dostęp do budynków i ich pomieszczeń osobom niepełnosprawnym. W skrajnych przypadkach osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich bez pomocy osób trzecich nie były w stanie dostać się do budynku, z uwagi na zbyt wąskie drzwi wejściowe czy brak pochylni. ■

Szkolą policjantów

Polski Związek Niewidomych Okręg Podlaski wraz z Oddziałem Podlaskim Polskiego Związku Głuchych przeprowadziły szkolenia kierowane do policjantów i pracowników policji z komend miejskich i powiatowych z terenu województwa podlaskiego.

Warsztaty miały m.in. na celu kształtowanie postaw wrażliwości i tolerancji wobec osób ze względu na ich niepełnosprawność, a także sprawne formułowanie i dobieranie właściwego rodzaju przekazu, jak i odpowiedniego poziomu komunikatów.

Rozmawiano m.in. o psach przewodnikach osoby niewidomej, podpisywaniu protokołów/zeznań przez osobę z dysfunkcją wzroku, technikach prawidłowego prowadzenia osoby niewidomej, przechodzenia przez drzwi chodzenia po schodach i sadzenia jej na krzesło. Zasygnalizowane zostały także problemy osób słabowidzących, często z niewidoczną niepełnosprawnością i prawidłowe metody pomocy.

Zaprezentowano również dokumenty potwierdzające niepełnosprawność obowiązujące w naszym kraju (legitymacja osoby niepełnosprawnej, orzeczenie o niepełnosprawności, legitymacja członkowska PZN) oraz przepisy z prawa o ruchu drogowym, kodeksu wykroczeń, ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych, dotyczące aspektów przydatnych w pracy policji. Możliwość praktycznych zajęć w goglach i symulatorach widzenia pozwoliły funkcjonariuszom poczuć jak funkcjonują osoby niewidome i słabowidzące, jakie bariery napotykają. ■

Źródło: PFRON

Trudna sztuka niesienia pomocy – jak wezwać karetkę?

Elbląg, ulica płk. Dąbka. Kilka minut po 8. rano. Na pobliskim przystanku zaczynają gromadzić się oczekujące na autobus osoby, wśród nich starsza pani, która wyraźnie niepewnym krokiem kieruje się w stronę ławki. Jak się zaraz okaże, osiemdziesięciodwuletnia kobieta nie czuje się najlepiej. Siada i zaraz potem zaczyna się osuwać. Początkowa dezorientacja postronnych przeradza się w nieudolną próbę wezwania pomocy.

KRZYSZTOF WÓJCIK

Kobieta, która jako pierwsza chwyciła za telefon, wybiera nr alarmowy. Odbiera dyspozytor. Wydaje się, że wszystko przebiega zgodnie z planem: pada nazwa ulicy, informacja o przystanku autobusowym – to jednak za mało. Gdzie? – pyta dyżurny. W tym momencie między stronami dialogu tworzy się jakaś bariera, wzajemne niezrozumienie, które skutecznie utrudnia, zdawać by się mogło, rutynową procedurę wezwania pomocy. Stojący obok mężczyzna wyrwa kobiecie telefon, wyraźnie zirytowany żąda przyjazdu pogotowia. To również nie przynosi skutku.

Jak poprawnie wezwać pomoc do poszkodowanego? Czy dyspozytor może nie przyjąć wezwania? Czy zawsze jestem zobowiązany do udzielenia pierwszej pomocy? I w końcu co z tymi połamanymi żebrami?

Wezwanie pomocy

Obowiązek zorganizowania pomocy spoczywa na każdym obywatelu, który oceni stan drugiej osoby jako poważny, tzn. zagrażający życiu lub mogący wywołać trwały uszczerbek na zdrowiu. Telefon na pogotowie to pierwsza czynność, którą powinniśmy wykonać lub zlecić osobie znajdującej się najbliżej nas. Jest to pozornie najprostsze działanie, jakie przyjdzie nam wykonać w całej procedurze pierwszej pomocy. I, jak się okazuje, pozory nie mylą. Trzeba jednak pamiętać, aby podawane informacje były konkretne i jednoznaczne.

Wybieramy standardowy nr 999 lub unijny 112. W pierwszej kolejności koniecznie informujemy o miejscu, w którym przebywa poszkodowany – należy podać nie tylko miasto i ulicę, ale także dokładny adres lub, w przypadku trudności w jego ustaleniu, możliwie szczegółowo opisać położenie (znajdujące się w pobliżu punkty charakterystyczne, np. sklepy). W dalszej kolejności podajemy przyczynę wezwania pomocy medycznej, określamy, kto jest poszkodowany oraz podajemy własne imię i nazwisko. Nie rozłączamy się jeszcze, zamiast tego cierpliwie czekamy na dalsze pytania dyżurnego – na wszystkie spokojnie i rzeczowo odpowiadamy. Może on zapytać o to, czy poszkodowany jest świadomy, czy została mu już udzielona jakaś pomoc itp. Dopiero po tym potwierdzi wysłanie karetki słowami „Wezwanie przyjęte”, wtedy też po uzyskaniu na to zgody, możemy się rozłączyć.



Fot. Rafał Sulek

Dlaczego tak to wygląda? Zadaniem dyspozytora jest nie tylko uznanie zasadności wezwania, ale także określenia jakiej pomocy należy udzielić pacjentowi. Decyzję o tym, jaki rodzaj karetki zostanie wysłany, determinuje właśnie w ten sposób przeprowadzony wywiad. Istnieją bowiem dwa typy: podstawowy (w jej skład wchodzi osoba upoważniona do wykonywania czynności ratunkowych, a wśród nich jest pielęgniarka lub ratownik medyczny) i specjalistyczny (w tym wypadku w trzyosobowym zespole specjalistycznym znajduje się jeden lekarz).

Trzeba zaznaczyć, że dyspozytor ma prawo odmówić przyjęcia wezwania, jeśli na podstawie

zadawanych pytań stwierdzi, że w jego ocenie życie poszkodowanego nie jest zagrożone, bądź jego schorzenie ma charakter przewlekły i może być leczone w innym trybie. Gdy jednak jesteśmy przekonani o niewłaściwej ocenie sytuacji przez dyżurnego, mamy prawo poprosić o połączenie z lekarzem dyżurnym pogotowia. Możemy też skontaktować się z lekarzem miejskim, w rozmowie z którym musimy uargumentować konieczność przyjazdu pogotowia na miejsce zdarzenia.

obie czynności wykonujemy na zmianę do momentu przyjazdu pogotowia, odzyskania świadomości przez poszkodowanego lub do chwili, gdy w wyniku wyczerpania nie możemy kontynuować RKO. Po aktualizacji wspomnianego algorytmu przez Polską Radę Resuscytacji w 2015 roku, nie ma obowiązku wykonywania wdechów ratunkowych, obowiązkowy jest natomiast masaż serca.

Obowiązek udzielania pierwszej pomocy nakłada na nas art. 162. Kodeksu

albo obecnych już na miejscu służb ratunkowych.

Opisując kwestie techniczne udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej, koniecznie musimy obalić pewien szkodliwy mit, jakoby prawidłowe wykonanie masażu serca wiązało się nierozdzielnie z połamaniem żebrami u poszkodowanego oraz późniejszym pociągnięciu nas do wynikającej z tego odpowiedzialności. Co prawda, jest to możliwe i zdarza się w prawie 80 proc. przypadków, ale absolutnie nie jest wyznacznikiem jakości udzielanej pomocy. Co więcej, strach przed przypadkowym połamaniem żeber, które i tak się zrosną, nie powinien być powodem odmawiania komuś możliwości przeżycia. Zachodzi tu bowiem stan wyższej konieczności – poświęcamy pewne dobro, chcąc ratować dobro wyższego rzędu.

Dochodzenie jakichkolwiek roszczeń przez poszkodowanego, któremu podczas ratowania życia połamaliśmy żebra (pomijając fakt, że jest zachowaniem całkowicie obnażającym jego skrajną niewdzięczność), teoretycznie jest możliwe na drodze procesu cywilnego. Musi on jednak wykazać naszą wyraźną niedbałość w trakcie prowadzenia RKO. Nie grozi nam to, jeżeli w pełni świadomie podjęliśmy rozsądną i adekwatną do sytuacji (nagle zatrzymanie krążenia) decyzję o RKO.

Pierwsza pomoc a ubezpieczenie

Każdy pacjent ma prawo do natychmiastowego udzielenia mu pomocy w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. Pogotowie zaś istnieje, by w celu ich ratowania, taką pomoc świadczyć. W przypadku, gdy ocena stanu zdrowia naszego bądź drugiej osoby nie jest korzystna, mamy prawo (oraz obowiązek) wezwać pogotowie ratunkowe.

Co w przypadku, gdy poszkodowany nie posiada ubezpieczenia zdrowotnego? Nawet wtedy środki transportu medycznego nie są odpłatne. Inne świadczenia zdrowotne są natomiast udzielane za pełną odpłatnością według obowiązującego cennika usług medycznych. Te same koszty pokryją osoby, którym udzielona została niezbędna pomoc medyczna, wynikająca z nietrzeźwości pacjenta. ■



Pierwsza pomoc

Według algorytmu postępowania Polskiej Rady Resuscytacji, w przypadku nagłego zatrzymania krążenia należy przystąpić do wykonania resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO). Skąd mamy mieć pewność, że krążenie ustało? Zakłada się, że stało się tak wtedy, gdy poszkodowany jest nieprzytomny i nie oddycha lub oddycha nieprawidłowo.

Do RKO przystępujemy niezwłocznie. Składa się ona z 30 uciśnień klatki piersiowej (masaż serca) i 2 oddechów ratunkowych (sztuczne oddychanie) –

Karnego. Za zaniechanie tego działania grozi odpowiedzialność karna nawet do 3 lat pozbawiania wolności.

Sądy powszechne w swoim orzecznictwie utrzymują, że każdy obywatel na pewnym etapie swojego życia miał możliwość nauczenia się przeprowadzania RKO, od każdego należy zatem wymagać, iż ją podejmie.

Nie udzielić pomocy możemy w sytuacji, w której zachodzi ryzyko, iż sami moglibyśmy uciepieć. Z podejmowania próby udzielenia pierwszej pomocy zwalnia nas także fakt zbliżających się

Prawnik w biegu

Kilka miesięcy działań, dziesiątki zaangażowanych osób, moc pozytywnej energii i zebranych ponad 15 000 zł - to efekty akcji Prawnik w biegu. Marcin Janiak – Prawnik w biegu, przebiegł tegoroczny maraton w Tokio dla osób po wypadkach, które w Fundacji im. Doktora Piotra Janaszka Podaj Dalej będą uczyły się, jak żyć z niepełnosprawnością.

Pod koniec czerwca Marcin zapowiedział kolejne akcje biegowe połączone z pomaganiem. Przed nim 15 września akcja biegowa (5 i 10 km), a 4 listopada maraton w Nowym Jorku. Obie akcje będą łączyć bieganie z pomaganiem – można np. kupować koszulki z logotypami akcji Prawnik w biegu. Ogromne podziękowania należą się wszystkim osobom zaangażowanym w akcję Prawnik w biegu, w tym przyjaciółom z Centrum Handlowego FERIO, którzy wspólnie z Marcinem będą kontynuować bieganie z pomaganiem.

Zapraszamy do biegania!

Marcin Janiak wspólnie z żoną Anią zapraszają wszystkich chętnych do regularnych treningów, które prowadzą dwa razy w tygodniu, aby dobrze przygotować się do zapowiedzianych biegowych akcji. Co się już zadziało? Do akcji Prawnik w biegu włączali się i duzi, i mali (m.in. społeczność przedszkolna ze Starego Miasta), mieszkańcy Konina i okolic, a także z odleglejszych stron Polski i świata, m.in. ze Stanów Zjednoczonych, Irlandii i... Tokio. Zespoły Kers i Recepta dały koncert, na który zamiast kupowania biletu, trzeba było wrzucić coś do puszek. Pomagały też lokalne firmy. Ambasadorami akcji byli Beata Sadowska, Jerzy Skarżyński, Patryk Szymański, Panrunner i Marek Bystrzycki. Ponad 80 osób wsparło zbiórkę pieniędzy organizowaną na portalu PolakPomaga.pl.

Akcja dla tych, którzy biec nie mogą

Fundacja Podaj Dalej wspiera osoby, którym niepełnosprawność utrudnia bądź uniemożliwia niezależne życie. Wśród nich są osoby po wypadkach, które nagle straciły sprawność, a wraz z nią sens życia. Wiele miesięcy spędzili w szpitalach, mają za sobą traumatyczne przeżycia. Muszą się nauczyć żyć zupełnie od nowa z rękoma, które nie mają chwytu, z ciałem, które niczego nie czuje. Dzięki zebranych środkom Fundacja zapewni trzem osobom miesięczny pobyt i aktywizację w Akademii Życia, czyli 24h opieki asystenckiej, intensywną naukę niezależnego życia, fizjoterapię, wsparcie psychologa i zakwaterowanie w specjalnie przystosowanych mieszka-



Fot. nadesłana

niach treningowych.

– Akademia Życia to takie miejsce w połowie drogi ze szpitala do domu. To mieszkania, w których osoby po wypadkach przez kilka miesięcy osuwają się ze swoim nowym życiem. Tu dowiadują się, że niepełnosprawność nie jest barierą w osiągnięciu celów, że osoba na wózku można pracować, podróżować, uprawiać sport, zakładać rodzinę, być szczęśliwa... – mówi Zuzanna Janaszek-Maciaszek, Prezes Fundacji.

Więcej o akcji Prawnik w biegu można przeczytać na portalu Facebook, a o działaniach Fundacji na stronie www.podajdalej.org.pl. ■

Red.

Więcej dla WTZ

Rząd przyjął rozporządzenie dot. zwiększenia dofinansowania do pobytu uczestników warsztatów terapii zajęciowej. Zmiany zaczną obowiązywać od 1 lipca br.

W wyniku nowelizacji zwiększono dofinansowanie:

- kosztów rocznego pobytu jednego uczestnika w warsztacie terapii zajęciowej do wysokości 16 596 zł (od 1 lipca 2018 r.). W kolejnych latach będzie to: w 2019 r. - 17 796 zł oraz w 2020 r. i w latach następnych - 18 996 zł

- rocznego pobytu jednego niepełnosprawnego pracownika w zakładzie aktywności zawodowej - do wysokości 22 000 zł.

Obecnie wysokość dofinansowania kosztów rocznego pobytu jednego uczestnika w warsztacie terapii zajęciowej wynosi 15 996 zł, natomiast wysokość dofinansowania rocznego pobytu jednego niepełnosprawnego pracownika w zakładzie aktywności zawodowej 18 500 zł.

Rozporządzenie zakłada także zmianę sposobu obliczania liczby osób niepełnosprawnych w województwie, na podstawie którego liczona jest wysokość

środków przekazywanych samorządom wojewódzkim przez PFRON. Zmieniono również sposób ustalania maksymalnej kwoty zobowiązań do wypłaty z tytułu dofinansowania kosztów działalności zakładów aktywności zawodowej.

Przepisy wejdą w życie 1 lipca 2018 r., poza przepisami dotyczącymi podwyższenia dofinansowania dla zakładów aktywności zawodowej, które wejdą w życie z dniem 1 stycznia 2019 r. ■

Źródło: MRPiPS

Komu 300 złotych na „Dobry Start”?

300 złotych – tyle wynosi świadczenie „Dobry Start” dla każdego uczącego się dziecka. Rząd ustanowił program, na podstawie którego rodziny otrzymają raz w roku 300 zł na każde dziecko uczące się w szkole – bez względu na dochody. Po raz pierwszy świadczenie trafi do rodzin w tym roku. Wsparciem zostanie objętych 4,6 mln uczniów.

Dla kogo wsparcie?

Świadczenie „Dobry Start” przysługuje raz w roku na rozpoczynające rok szkolny dzieci do ukończenia 20 roku życia. Dzieci niepełnosprawne uczące się w szkole otrzymają je do ukończenia przez nie 24 roku życia. Co ważne, rodzina będzie mogła liczyć na wsparcie niezależnie od posiadanego dochodu.

Jak dostać świadczenie „Dobry Start”?

Aby otrzymać wsparcie, należy złożyć wniosek. Może to zrobić mama lub tata dziecka, opiekun prawny lub opiekun faktyczny dziecka, a w przypadku dzieci przebywających w pieczy zastępczej – rodzic zastępczy, osoba prowadząca rodzinny dom dziecka lub dyrektor placówki opiekuńczo-wychowawczej.

Gdzie złożyć wniosek?

Wnioski o świadczenie będą przyjmowane i realizowane przez te same instytucje, które realizują obecnie świadczenie wychowawcze w ramach programu „Rodzina 500+”. Chodzi tu o urząd miasta/gminy, ośrodek pomocy społecznej lub inną jednostkę organizacyjną (np. centrum świadczeń) właściwą dla miejsca zamieszkania rodzica ubiegającego się o wyprawkę na dziecko (w przypadku powiatów świadczenia będą realizowane przez powiatowe centra pomocy rodzinie). Warto zauważyć, że gmina będzie wykorzystywać rozwiązania organizacyjne i teleinformatyczne, którymi posługuje się przy realizacji świadczenia wychowawczego 500+.

Kiedy złożyć wniosek?

Wniosek – podobnie jak wnioski o świadczenie wychowawcze z programu „Rodzina 500+” – będzie można składać



Fot. pixabay.com

już od 1 lipca online przez stronę Ministerstwa Rodziny empatia.mrpips.gov.pl oraz przez bankowość elektroniczną, a od 1 sierpnia droga tradycyjną (papierową).

Ważne! Wniosek należy złożyć do 30 listopada.

Kiedy rodzina otrzyma pomoc?

W przypadku wniosków złożonych w lipcu i sierpniu, rodziny wyprawkę otrzymają nie później niż 30 września. W przypadku wniosków złożonych w kolejnych miesiącach gminy będą miały maksymalnie 2 miesiące od dnia złożenia wniosku na jego rozpatrzenie i wypłatę świadczenia.

Ważne! Złożenie wniosku o świadczenie „Dobry Start” w lipcu i sierpniu to gwarancja wypłaty świadczenia nie później niż do 30 września.

Wyprawka szkolna w liczbach

Wyprawka szkolna trafi do 4 mln 600

tys. dzieci, wychowujących się w ok. 3 mln 400 tys. rodzin. Koszt realizacji świadczenia szacuje się na ok. 1,4 mld zł rocznie.

Uproszczona procedura

W celu usprawnienia i przyspieszenia procesu przyznawania wyprawki szkolnej zrezygnowano z konieczności wydania i doręczenia decyzji administracyjnej – będą one wydawane jedynie w przypadku odmowy przyznania świadczenia, a także w sprawach nienależnie pobranych świadczeń

Świadczenie „Dobry Start” jest zwolnione od podatku. Nie podlega egzekucji ani wliczeniu do dochodu przy ustalaniu prawa do świadczeń z innych systemów wsparcia.

Świadczenie nie przysługuje na dzieci uczęszczające do przedszkola oraz dzieci realizujące roczne przygotowania przedszkolne w tzw. zerówce w przedszkolu lub szkole. ■

Źródło: MEN

Ostatni dzwonek dla nauczycieli

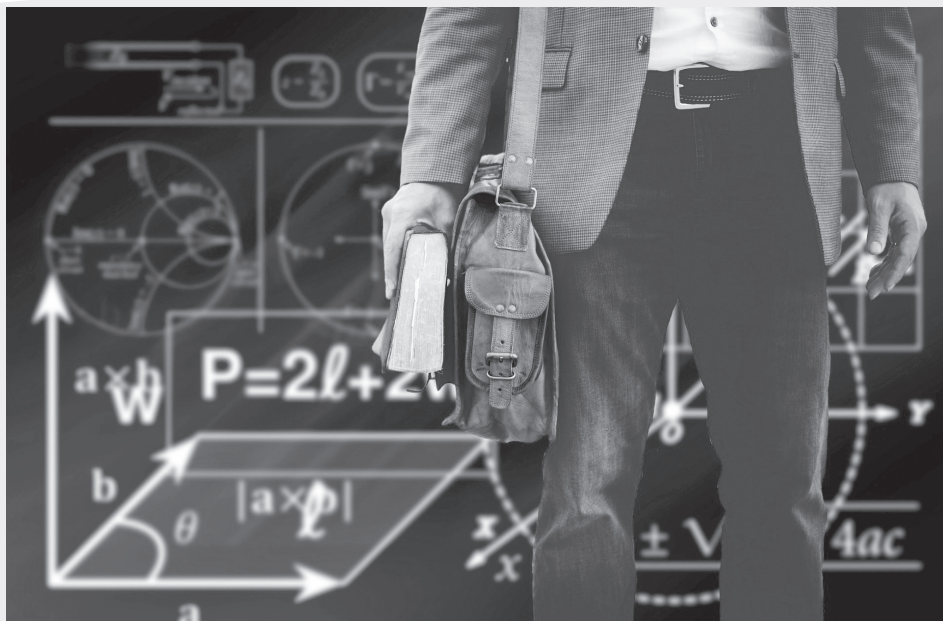
Niektórzy pedagodzy muszą już teraz zdecydować, czy chcą przejść na emeryturę nauczycielską. Tylko do końca sierpnia mają czas na złożenie wniosku o takie świadczenie.

ANNA ILUKIEWICZ

O emeryturę nauczycielską przewidzianą w art. 88 Karty Nauczyciela mogą ubiegać się pedagodzy, którzy nie ukończyli powszechnego wieku emerytalnego, a do 31 grudnia 2008r. mają 30 lat zatrudnienia, w tym 20 lat pracy nauczycielskiej lub 25 lat zatrudnienia, w tym 20 lat pracy nauczycielskiej w szkolnictwie specjalnym oraz rozwiążą stosunek pracy.

W związku z tym, że powszechny wiek emerytalny został obniżony w ubiegłym roku, istniało zagrożenie, że niektórzy nauczyciele z dnia na dzień mogą stracić prawo do świadczenia z Karty Nauczyciela. Dlatego w przepisach wprowadzono pewne rozwiązanie dla tych osób, które przed 1 października 2017 r. nie osiągnęły podwyższonego wieku emerytalnego, ale osiągnęły wiek 60 lat dla kobiet i 65 lat dla mężczyzn, albo wiek ten osiągną w okresie do 31 sierpnia 2018 r. To właśnie ci nauczyciele, aby móc skorzystać z emerytury nauczycielskiej, muszą zgłosić wniosek o to świadczenie najpóźniej do 31 sierpnia 2018 r. Również do tej daty muszą rozwiązać stosunek pracy. Jeśli pedagog nie złoży wniosku w terminie, nie będzie mógł skorzystać z tego przywileju. W przypadku, gdy nauczyciel jest członkiem otwartego funduszu emerytalnego, emeryturę nauczycielską otrzyma pod warunkiem, że zgłosi wniosek o przekazanie środków zgromadzonych na rachunku w OFE, za pośrednictwem ZUS, na dochody budżetu państwa.

Wnioski złożone od 1 września



Fot. pixabay.com

dla tych osób będą rozpatrywane jako wnioski o emeryturę z tytułu ukończenia powszechnego wieku emerytalnego i taka emerytura obliczona zostanie według nowych zasad. Emeryturę powszechną liczy się sumując zgromadzone w ZUS składki emerytalne i kapitał początkowy. Tak uzyskaną kwotę dzieli się przez średnie dalsze trwanie życia liczone w miesiącach.

Emerytury z Karty Nauczyciela wylicza się na tzw. „starych” zasadach. Polega to na zsumowaniu trzech składników, czyli części socjalnej, która jest równa 24 proc. aktualnej kwoty bazowej, części składkowej (po 1,3 proc. podstawy wymiaru emerytury za każdy rok składkowy) i wreszcie części nieskładkowej (po 0,7 proc. podstawy wymiaru emerytury za każdy rok nieskładkowy). O podstawie wymiaru emerytury decydują zarobki nauczyciela osiągnięte w poszczególnych latach w stosunku do przeciętnych wynagro-

dzeń krajowych.

Jeśli nauczyciel nie skorzysta z Karty Nauczyciela, a przejdzie na emeryturę w wieku powszechnym i gdy udowodni 15 lat pracy w zawodzie nauczyciela do 31 12 2008r. w pełnym wymiarze czasu pracy, to otrzyma rekompensatę.

Wysokość emerytury powszechnej i nauczycielskiej może się różnić, dlatego warto zorientować się, które z nich bardziej się opłaci. Po założeniu konta na Platformie Usług Elektronicznych ZUS można samodzielnie wyliczyć w dostępnym tam kalkulatorze oba warianty świadczeń. Ale dobrze też posłuchać informacji od specjalistów z zakresu świadczeń emerytalno-rentowych. Wszyscy nauczyciele, którzy mają w tej sprawie wątpliwości, mogą skontaktować się z doradcami emerytalnymi, dostępnymi w każdej jednostce ZUS w godzinach pracy urzędu. ■

Zadbają o bezpieczeństwo osób starszych

Mają ponad 65 lat i jest ich w Gdańsku ponad 91 tysięcy. Seniorzy często padają ofiarami oszustw i wymuszeń. By zwiększyć ich bezpieczeństwo, potrzebne są wspólne działania wielu jednostek. W Światowy Dzień Godności Osób Starszych przedstawiciele osiemnastu gdańskich podmiotów podpisało Deklarację Współpracy na rzecz bezpieczeństwa seniorów.



Fot. nadesłana

OLIMPIA SCHNEIDER

– Chcemy, aby gdańscy seniorzy czuli się bezpieczni. Aby jak najmniej było sytuacji, gdy osoby starsze stają się ofiarą nadużyć „na wnuczka” czy działań, w wyniku których tracą poczucie bezpieczeństwa życiowego. Działając wspólnie: samorząd, pracodawcy, sądy, notariusze, organizacje pozarządowe i jednostki miejskie możemy skuteczniej pomagać naszym gdańskim seniorom – mówiła podczas podpisania Deklaracji Aleksandra Dulkiwicz, zastępca prezydenta ds. polityki gospodarczej.

Deklaracja jest wynikiem trwających ponad rok prac. Inicjatywa dotycząca wspólnego działania, wynikająca ze stale zwiększającej się liczby oszustw i wymuszeń dokonywanych na osobach starszych, wyszła od Pracodawców Pomorza.

Mając na uwadze liczne przypadki coraz sprytniejszych i zuchwałych zachowań wobec osób starszych, skalę nadużyć i dramaty życiowe sędziwych mieszkańców miasta, wspólnie z Pracodawcami Pomorza i samorządem szerokie grono instytucji będzie wypracowywać rozwiązania i procedury, które pozwolą na sprawną, skuteczną i zintegrowaną

pomoc w sytuacjach zagrożenia podstawowych warunków życia osób pokrzywdzonych.

Działania w kontekście Deklaracji mają w sposób szczególny pokazać osoby starsze jako tę grupę, która wymaga wyjątkowego spojrzenia pod kątem zagrożeń oraz wsparcia w sytuacjach, kiedy zaistnieją.

Podejmowana inicjatywa jest próbą stworzenia koalicji na rzecz bezpieczeństwa seniorów, a obecność tak wielu podmiotów w przedsięwzięciu jest gwarancją skuteczności działań. ■

Czy wiesz, że...

Policjanci ostrzegają przed wpuszczaniem nieznanych osób do mieszkań. Pamiętajmy, że wszystkie urzędy czy instytucje, najczęściej za pośrednictwem spółdzielni lub wspólnot mieszkaniowych, uprzedzają lokatorów o wizycie swoich przedstawicieli. Bądźmy bardzo nieufni wobec wszystkich, którzy przy wykorzystaniu różnych argumentów próbują wejść do naszego domu. Jeśli mamy jakiegokolwiek wątpliwości co do intencji niezapowiedzianych gości – poinformujmy o tym Policję.

Trochę inne uzależnienia

Uzależnienia behawioralne są zjawiskiem powszechnym. Inaczej nazywane są uzależnieniem od zachowań lub czynności. Mogą dotyczyć wszystkich ludzi, bez względu na wiek. Właśnie dlatego warto o nich rozmawiać.

KAROLINA SZYPELT

Można powiedzieć, że uzależnienia od zachowań lub czynności obejmują objawy związane z zachowaniem, poznawcze (dotyczące m.in. sposobów myślenia) i czasami fizjologiczne (np. drżenie rąk). Rozwijają się one po wielokrotnym powtarzaniu konkretnych czynności i charakteryzują się silną potrzebą ich powtarzania – nawet mimo szkodliwych następstw. Zdarza się, że przy próbach zaprzestania lub ograniczenia tych zachowań występuje rozdrażnienie, złość, a czasami nawet agresja.

Wśród uzależnień behawioralnych znajdują się między innymi: uzależnienie od komputera i internetu (nowe media), telefonu, patologiczny hazard, zaburzenia odżywiania się (objadanie, głodzenie), erotomania, pracoholizm czy zakupoholizm. Dotyczą codziennych zachowań – bo nawet te mogą przerodzić się w uporczywe nawyki.

Kiedy należy zastanowić się nad tym, czy nawyk zaczyna przeradzać się w uzależnienie? Wtedy, gdy osoba wykonująca czynności, przyjaciel czy rodzina zauważają, że uporczywe czynności i myślenie o nich zaczynają kierować naszym życiem. Gdy pojawiają się takie obawy, nie bójmy się o nich rozmawiać i szukać profesjonalnej pomocy.

Gdynia pomaga

Ośrodek Profilaktyki i Terapii Uzależnień w Gdyni oferuje bezpłatną pomoc – konsultacje oraz terapię uzależnień. Oferta dedykowana jest dla osób zmagających się z uzależnieniem, jak i ich bliskich (np. rodzin). Osobom szukającym pomocy zapewnia anonimowość i dyskrecję.



Fot. pixabay.com

Kontakt:

Poradnia Leczenia Uzależnień OPiTu:
ul. Chrzanowskiego 3/5, 81-338 Gdynia,
tel/fax: 58 620 88 88. Możliwy jest także
kontakt przez portal Facebook. ■

Szpital tworzą ludzie

Ma już 30 lat i wciąż apetyt na więcej. Wojewódzki Szpital Zespolony świętuje w tym roku swój okrągły jubileusz. Podczas uroczystej gali przypomniano, że to przede wszystkim pracownicy tworzą to miejsce, gdzie dba się o zdrowie pacjentów z całego regionu.

ANETA PASTUSZKA

W Wojewódzkim Szpitalu Zespolonym pracuje 1,5 tysiąca osób, w tym ponad 300 lekarzy oraz ponad 600 pielęgniarek i położnych, którzy rocznie przyjmują około 43 tysiące pacjentów. Od 20 lat placówką kieruje Elżbieta Gelert. - Szpital ma się bardzo dobrze. W ostatnich latach postawiliśmy na kompleksową modernizację szpitalnej infrastruktury, a także zakup nowego, specjalistycznego sprzętu. Wszystko po to, by naszych pacjentów otaczać jeszcze bardziej profesjonalną opieką - podkreślała podczas gali.

Wśród zaproszonych gości pojawili się byli już pracownicy placówki, jak i osoby, które od samego początku istnienia szpitala pracują w nim do dziś. Wśród nich są m.in. Krystyna

Miros, pielęgniarka oddziału anestezjologii i intensywnej terapii w WSZ w Elblągu oraz Edward Bryk, specjalista chorób wewnętrznych. - Początki były trudne, ale trafiłem tu na wspólniały ludzi. Szpital to nasza matka – karmi nas i ubiera. Dbajmy o niego – mówił Edward Bryk. W podobnym tonie wypowiadała się Krystyna Miros. - Początkowo na intensywnej terapii mieliśmy osiem łóżek i ani jednego respiratora. Dwa dostaliśmy w darze od ówczesnego dyrektora szpitala w Pasłęku. Trzeci od nich pożyczaliśmy i już nigdy nie oddaliśmy. Chciałabym jeszcze dodać, że szpital to ludzie. Proszę o tym pamiętać. To nie sprzęt, ale ludzie są najważniejsi. Ludzie, którzy ten szpital kochają i często poświęcają swój wolny czas – zakończyła Krystyna Miros.

Placówka od 20 lat jest jednostką samorządu województwa. - To wielka służba i powołanie nieść pomoc i kompleksową usługę medyczną dla subregionu, ale i sąsiednich obszarów. Jest jednostką największą w regionie, a także największym pracodawcą w regionie. Szpital zdobył ponad 100 mln złotych dofinansowania, a wiemy, że projekty opiewają na znacznie większą skalę - podkreślał Gustaw Marek Brzezina, marszałek województwa warmińsko-mazurskiego.

Podczas uroczystości dyrektor Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego Elżbieta Gelert została odznaczona medalem „Zasłużona dla Warmii i Mazur”. Uroczysty jubileusz uświetnił występ Hadriana Filipa Tabęckiego wraz z Elbląską Orkiestrą Kameralną oraz grupa MoCarta. ■

Razem z Tobą

dobra strona niepełnosprawnych

Elbląg

REKREACJA

Moc uśmiechu

Dobra zabawa, integracja, a przede wszystkim uśmiech – to nieodłączne elementy imprezy organizowanej przez Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1. W tegorocznej edycji wydarzenia udział wzięło blisko tysiąc dzieci.

MONIKA SZALAS

– Pierwsza edycja, która była pomysłem rodziców i grona pedagogicznego, odbyła się 9 lat temu na terenie lotniska Aero-klubu, jednak zdecydowaliśmy, że nasz teren w środku miasta jest dobry, przyjazny i dostępny dla wszystkich. Już przy drugiej edycji podjęliśmy decyzję, że wydarzenie będzie dedykowane dzieciom z klas I–III i wszystkich przedszkoli: szkół niepublicznych i publicznych, bo wszystkie dzieci są nasze – wspomina Leszek Iwańczuk, dyrektor SOSW nr 1 w Elblągu. – Uznaliśmy, że okres czerwcowy to czas, który podsumowuje rok szkolny, a jednocześnie jest zapowiedzią do tego, żeby rozpocząć fajny i zasłużony czas wakacji – dodaje.

Atmosferę nadchodzących ferii letnich czuło prawie tysiąc dzieci, które 20 czerwca przybyły na imprezę integracyjną „Zobacz uśmiech”. Festynowi tradycyjnie przyświecało motto: „Uśmiechu nie zabraknie, bo i przyjaciół wiele. Czas wspólnej zabawy jednoczy ludzi, charaktery, odmienności i cele...”. Jak co roku organizatorzy zadbał o różnorodność i wielość atrakcji. Uczniowie bawili się podczas występów iluzjonisty, pokazów sztuk walki i prezentacji grupy motocyklowej. Nie zabrakło sportowych wydarzeń: w trakcie imprezy rozegrano mecz siatkówki na siedząco, a odważni mogli zrobić test sprawności na torze integracji sensorycznej. Dzieci bawiły się na dwóch dmuchanych zamkach, jeździły na kucykach, odkrywały tajemnice labiryntu w jaskini Trolla, tańczyły przy muzyce DJ-a, brały udział w zajęciach artystycznych, a nawet pod okiem instruktora uczyły się jazdy na motorze.

– Pokazujemy, że wspólnie jesteśmy w stanie dać drugiemu człowiekowi to coś, co pozwoli, żeby na jego twarzy zagościł uśmiech. Atrakcji jest wiele i nikt się nie nudzi. Muszę zaznaczyć,



Fot. MS

że to pierwszy rok, gdy musieliśmy odmawiać uczestnictwa niektórym instytucjom, ponieważ na placu zaczęło brakować miejsca – podkreśla Leszek Iwańczuk.

Przestrzeni wystarczyło dla wszystkich elbląskich i okolicznych służb mundurowych: Straży Pożarnej, Policji, Służby Więziennej, Żandarmerii Wojskowej, Straży Miejskiej i Służby Leśnej. Dla dzieci akcje symulowane, pokazy sprzętów używanych na co dzień, prezentacja wozów i możliwość wejścia do nich były równie atrakcyjne co malowanie twarzy, finezyjne wiązanie baloników czy piniaty.

Ci, którzy zmęczyci się zabawą, mogli odpocząć i posilić się w kąciku gastronomicznym, gdzie nie brakowało staropolskiego poczęstunku, czyli grochówki oraz chleba ze smalcem, a także słodkości: gofrów, lodów, ciast i naleśników.

– W przeszłości pojawił się pomysł, żeby odejść od piknikowej formuły imprezy, ale szybko z tego zrezygnowaliśmy. Dobra zabawa to muzyka, taniec, śpiew, wyśmienite jedzenie, dobre towarzystwo i dużo uśmiechu – to się liczy, dlatego ta forma zostanie utrzymana – zapewnia dyrektor placówki.

Więcej zdjęć znaleźć można na razemztoba.pl/18275 ■

O sporcie i miłości do Polski

Kim są najslawniejsi polscy sportowcy? Przed jakimi wyzwaniami stają triathloniści? Dlaczego aktywność fizyczna jest ważna? Co łączy sport i patriotyzm? Odpowiedzi na te i inne pytania mogli zdobyć uczniowie Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 w Elblągu podczas spotkania z cyklu „Kocham Cię, Polsko”.

MONIKA SZALAS

– Staramy się pogłębić wiedzę, a przede wszystkim uczymy swoich uczniów patriotyzmu, miłości do małej ojczyzny, czyli środowiska, w którym się wychowują, ale też do Polski. Pokazujemy im, że poprzez pracę i obowiązki szkolne stają się patriotami, zaszczepiamy w nich świadomość obywatelskich obowiązków i prezentujemy najważniejsze wartości, którymi powinni się kierować – powiedziała Anna Czeczowska, nauczycielka Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 w Elblągu.

Temu celowi służą wydarzenia odbywające się w ramach ubiegania się przez placówkę o certyfikat „Szkoła wierna dziedzictwu”, przyznawany przez Warmińsko-Mazurskiego Kuratora Oświaty. Spotkania ze znanymi osobistościami to jedno z wielu działań, mających na celu rozwijanie u dzieci i młodzieży poczucia odpowiedzialności i poszanowania dla polskiego dziedzictwa kulturowego.

– W naszej szkole mamy uczniów z niepełnosprawnością w różnym stopniu. Każdego, w zależności od indywidualnych możliwości, chcemy zaangażować w aktywności, które pozwolą kompleksowo poznać historię kraju i bogactwo, jakie oferuje nasz region. Podejmujemy bardzo dużo działań na wielu płaszczyznach: poczynając od Elbląga (jego walorów turystycznych, krajobrazu, położenia, historii, zabytków i patrona) przez wycieczki związane z regionalnymi potrawami i strojami po wszystko, co dotyczy Polski, zarówno dawnych czasów, symboli narodowych, jak i aktualnej wiedzy na temat otaczającego nas świata – opowiadała Anna Czeczowska, koordynatorka procesu ubiegania się o certyfikat. – Bardzo ważne jest dla nas także pielegnowanie świątecznych tradycji, co zawsze podoba się dzieciom. Realizujemy to wszystko właściwie w każdy możliwy sposób, a więc poprzez zajęcia edukacyjne, sportowe, muzyczne, plastyczne, ale też poprzez wspólne organizowanie wydarzeń,



Fot. MS

wycieczki i spotkania z interesującymi osobami – dodała.

W ramach starań o certyfikat w placówce od ubiegłego roku szkolnego – poza tradycyjnymi wydarzeniami, jak obchody świąt narodowych, szkolnych i religijnych – odbywają się różnorodne zajęcia, m.in. „ELBLĄSKA KULTURA” pisana wielkimi literami w CSE Światowid, „Słynni elblążanie” czy cykl „Kocham Cię, Polsko”, związany ze sławnymi postaciami naszego kraju. Jednym z ostatnich działań, wpisujących się w cykl, była wizyta triathlonisty Roberta Karasia. W zajęciach uczestniczyła również Katarzyna Janicka – zawodniczka Klubu Olimpiad Specjalnych „Rekord”, która na XI Ogólnopolskich Letnich Igrzyskach Olimpiad Specjalnych Katowice–Chorzów–Mikołów zdobyła dwa złote medale.

– „Sport to najpiękniejsza choroba i najzdrowsze uzależnienie” – ten cytat obrazuje to, jak ważna dla nas jest aktywność fizyczna. Musimy pamiętać, że w zdrowym ciele zdrowy duch. Sport pobudza komórki nerwowe, które utleniają się bardziej i dzięki temu lepiej się uczymy – tłumaczył zebranym Tomasz Wasiukiewicz, nauczyciel w SOSW nr 1, który prowadził spotkanie.

Uczniowie dowiedzieli się, w jaki sposób poprzez sport można wyrażać patriotyzm

i rozmawiali o osiągnięciach najslawniejszych polskich sportowców, m.in. Kamila Stocha, Roberta Lewandowskiego, Justyny Kowalczyk i Roberta Kubicy. Później mogli poznać tajniki triathlonu, czyli dyscypliny sportowej obejmującej pływanie, jazdę na rowerze oraz bieganie. O swoich sukcesach, trudnościach i wyzwaniach opowiedział Robert Karaś, który pobił rekord świata w ultratriathlonie na dystansie podwójnego ironmana. Sportowiec zdradził uczniom kilka tajemnic triathlonistów, przytoczył ciekawe historie związane z wymagającą dyscypliną, zaprezentował nagrania z zawodów, a także pokazał specjalny rower, ubrania i żywność niezbędną do ukończenia zadań.

– Jestem uzależniony od aktywności fizycznej właściwie od dzieciństwa i nie wyobrażam sobie życia bez tego. Przez kontuzję miałem rok przerwy i wtedy zobaczyłem, jak ważną rolę w moim życiu odgrywa sport. Triathlon jest trudną dyscypliną, w której sportowcy muszą walczyć w własnymi ograniczeniami. Opowiadając o tym, chcę zachęcić uczniów, żeby nie poddawali się i szukali wyzwań. Pokazuję dzieciom, czym się zajmuję i co dotychczas osiągnąłem, bo chcę zarazić ich pasją – zaznaczył sportowiec. ■

Weź udział w konkursach CSE „Światowid”

Do 15 września w CSE „Światowid” można zgłaszać prace w konkursach „Radość czytania” oraz „Literatura okiem i uchem”. Zadaniem uczestników jest stworzenie projektu okładki książki lub przygotowanie rekomendacji ulubionej lektury – w formie tekstu lub video.

MAŁGORZATA MACIEJEWSKA

Wśród działań w ramach projektu „Literacki wehikuł czasu”, dofinansowanego ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego, pochodzących z Funduszu Promocji Kultury, znalazły się dwa ogólnopolskie konkursy. Ich celem jest zachęcanie młodzieży do spojrzenia na literaturę jako na źródło inspiracji do działań w różnych obszarach kultury. A dla tych, którym z książkami nie po drodze, konkurs stanowi motywację do sięgnięcia po ciekawą lekturę.

Zadaniem uczestników konkursu plastycznego „Radość czytania” jest przygotowanie projektu okładki ulubionej książki.

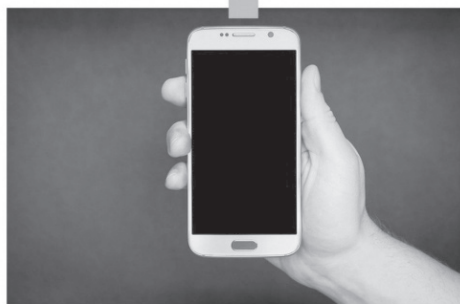
W ramach konkursu „Literatura okiem i uchem” uczestnicy mają przygotować rekomendację ulubionej książki w formie tekstu lub video, nagranych telefonem.

W gronie jurorów znajdują się przedstawiciele młodzieży z elbląskich szkół. To oni przy wsparciu przedstawiciela lokalnego środowiska literackiego wybiorą materiały, które najskuteczniej zachęcają do sięgnięcia po daną lekturę.

Oba konkursy są skierowane do młodzieży w wieku 11–18 lat. Na zwycięzców konkursów czekają książki, gry planszowe i bony pieniężne. Każdy uczestnik może zgłosić jedną pracę.

Regulaminy konkursów oraz formularze dostępne są na stronie www.swiatowid.elblag.pl w zakładce „Konkursy”. Organizatorem konkursów jest Centrum Spotkań Europejskich „Światowid” w Elblągu. ■

UWAGA! KONKURSY



Fot. pixabay.com

REKREACJA

Wakacje z MOSiR-em 2018

25 czerwca oficjalnie rozpoczęły się upragnione przez wszystkich uczniów wakacje. A to oznacza, że najmłodsi mogą odpocząć od nauki i swój wolny czas poświęcić na zabawę. Dzieci i młodzież, które zostają w mieście, mogą liczyć na atrakcje przygotowane przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji.

Dzieci, które w czasie wakacji pozostają w mieście, wcale nie muszą narzekać na nudę. Program Wakacji z MOSiR-em został tak ułożony, że każdy znajdzie coś dla siebie. Dlatego wszystkich małych i dużych miłośników aktywnego wypoczynku MOSiR zaprasza do udziału w zajęciach sportowo–rekreacyjnych. Tradycyjnie nie zabraknie gier zespołowych, a uczestnicy zajęć będą mogli sprawdzić się w przeróżnych turniejach. W programie znajdują się także festyny, na które MOSiR zaprasza nie tylko najmłodszych, ale całe rodziny. Wszystkie zajęcia w ramach akcji „Wakacje z MOSiR-em” są bezpłatne.

Przez cały okres wakacji MOSiR za-

prasza na teren Lodowiska Helena, gdzie zorganizowana zostanie strefa gier i zabaw. W początkowym okresie (do 17 lipca) strefa gier i zabaw funkcjonowała będzie w ramach Elbląskiej Strefy Kibica. Natomiast po 17 lipca zostanie przeniesiona na płytę lodowiska i powiększona o boisko do mini koszykówki. W strefie gier i zabaw najmłodsi znajdą: stoły do cymbergaja, stoły do piłkarzyków, trampoliny, stoły do tenisa stołowego, mini boisko do piłki nożnej oraz boisko do mini koszykówki. Strefa gier i zabaw czynna będzie codziennie od poniedziałku do piątku w godz. 9:00–15:00.

– Dwa festyny sportowe dla całych

rodzin, odbędą się na Torze wrotkarско–łyżwiarskim „Kalbar” – informuje Marek Kucharczyk, zastępca dyrektora Miejskiego Ośrodka Sportu i Rekreacji. – Pierwszy odbędzie się w niedzielę 8 lipca, a drugi w sobotę 25 sierpnia, na zakończenie wakacji. Festyny to doskonały sposób, by aktywnie i miło spędzić wolny czas w gronie rodziny i znajomych. W trakcie festynów przewidziano także zajęcia Zumby. Udział we wszystkich naszych przedsięwzięciach jest bezpłatny – dodaje.

Więcej informacji o atrakcjach przygotowanych dla dzieci i młodzieży znaleźć można na stronie MOSiR oraz na razemztoba.pl/18305 ■ MOSiR

Środowiskowe domy, świetlice, ogrody – czyli jak przekuwać zamiary na czyny

Elbląskie Stowarzyszenie Organizatorów Pomocy Społecznej otrzymało nagrodę Marszałka Województwa Warmińsko-Mazurskiego w dziedzinie integracji i pomocy społecznej. O wieloletniej działalności ESOPS i planach na przyszłość rozmawiamy z Anną Szyszką – Prezesem Stowarzyszenia.

Teresa Bocheńska: Jakie były początki Elbląskiego Stowarzyszenia Organizatorów Pomocy Społecznej?

Anna Szyska: Stowarzyszenie działa już 20 lat. Powstało w trudnym okresie reformy administracyjnej kraju, kiedy zmieniły się granice województw, powstały powiaty i nie wiadomo było, co dalej z pomocą społeczną, jak ona będzie się kształtowała, jaką formę organizacyjną przyjmie. Byłam wówczas dyrektorem Wojewódzkiego Zespołu Pomocy Społecznej, gdzie mieliśmy bardzo dobrze przygotowaną kadrę. Szkoda nam było naszego doświadczenia i dorobku, więc zaproponowaliśmy, że utworzymy taką platformę wsparcia dla samorządów lokalnych jako organizacja pozarządowa, bo nasza rola jako WZPS była bardzo znacząca, a zasięg działania obejmował obszar byłego województwa elbląskiego. Od tego się zaczęło. Na początku ukierunkowaliśmy się na edukację zawodowej kadry pomocy społecznej i pomoc indywidualną dla osób i rodzin potrzebujących wsparcia. Tworzyliśmy wspólnie z samorządami różne formy wsparcia w gminach m.in.: świetlice środowiskowe w Lipowinie, Chruścielu, Płoskini, gdzie lokal np. użyczał samorząd, a także część środków na zatrudnienie, a pozostałe uzupełnialiśmy. Później utworzyliśmy telefon zaufania „Linia Serca”, który zamierzamy reaktywować w najbliższej przyszłości, ponieważ jest potrzebna taka forma wsparcia w środowisku.

A jaki obszar obejmowaliście swoim działaniem?

Teren naszego województwa i część województwa pomorskiego. Stowarzyszenie miało swoje filie w Braniewie



Fot. nadesłana

i Lidzbarku Warmińskim, w którym to w ramach projektu utworzona została noclegownia. W ścisłej współpracy z samorządem powiatowym w Lidzbarku Warmińskim utworzony został również Środowiskowy Dom Samopomocy. Byliśmy także wsparciem merytorycznym dla powstania kolejnego, drugiego Środowiskowego Domu Samopomocy w Lidzbarku Warmińskim, zorganizowanego przez burmistrza i kierownictwo Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej.

Tworzyście też własne placówki

Utworzyliśmy i prowadzimy dwa Środowiskowe Domy Samopomocy. Pierwszy został utworzony w 2003 r.

w Jegłowniku (gmina Gronowo Elbląskie) w ramach programu rządowego „Od izolacji do integracji”. Przebywa tam aktualnie 30 osób, w tym uczestnicy z gminy Stare Pole, położonej w województwie pomorskim. Drugi Środowiskowy Dom Samopomocy utworzyliśmy w 2011 roku w Kwietniewie (gmina Rychniki). Docelowo liczba miejsc w tym Domu wynosi 60 osób. Od 24 listopada tego roku uruchomiliśmy tam również miejsca całodobowe przeznaczone dla osób niepełnosprawnych, uczestników domu, którzy mają różnorodne problemy osobiste lub rodzinne. Przy obu Domach mamy ogrody i działki rolne przekazane przez gminę i uży-

czone bezpłatnie przez rolników, gdzie uczestnicy w ramach pracowni ogrodniczo-zielarskiej uprawiają wspólnie z terapeutami ziemię, a następnie w ramach terapii przetwarzają zebrane plony. W Środowiskowym Domu Samopomocy w Kwietniewie zorganizowaliśmy również pracownię hodowli drobiu i zwierząt futerkowych.

To nie są wasze jedyne placówki.

Stowarzyszenie oprócz wymienionych Środowiskowych Domów Samopomocy posiada także Ośrodek Wypoczynkowo-Integracyjny „Stokrotka” w Stegnie, przeznaczony głównie dla dzieci i młodzieży oraz osób starszych. Kompleks domków drewnianych jest położony pośród lasu sosnowego w odległości około 450 m od morza. Na terenie Ośrodka znajduje się 25 domków. Stowarzyszenie współpracuje z Kościołami różnych wyznań i zawodową kadrą socjalną w gminach, aby umożliwić wyjazd w celu wypoczynku i integracji rodzinom i dzieciom objętym szeroko rozumianą pomocą społeczną. Bywają tam dzieci i rodziny, które mimo że są z Elbląga nigdy nie były nad morzem. Ośrodek jest ogólnie dostępny dla turystów. Od ilości turystów zależy w dużej mierze wielkość naszej pomocy dla dzieci i rodzin znajdujących się w potrzebie. Wychodząc naprzeciw możliwości pomocy w formie zapewnienia wypoczynku dla dzieci i rodzin znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej i materialnej oraz dla uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy, Warsztatów Terapii Zajęciowej, Zakładów Aktywności Zawodowej i Domów Pomocy Społecznej, borykamy się z trudnościami finansowymi. Domki są bowiem stare i nieustannie wymagają modernizacji i napraw. Środki zaś uzyskane z opłat od wczasowiczów nie pokrywają w pełni potrzeb finansowych naszego Ośrodka. Korzystając z okazji, zwracam się zatem z apelem o wsparcie do tych z Państwa, którzy mogliby w jakikolwiek sposób wspomóc wypoczynek dzieci i młodzieży oraz rodzin objętych pomocą społeczną. Nie musi to być pomoc finansowa, ale także np. zakup farb do pomalowania domków, sanitariatów, kwiatów do donic, pomoc przy pracach porządkowych, remontowych, a także przekazanie w dobrym stanie wersalek, lodówek czy sprzętu

gospodarstwa domowego.

Waszym pierwotnym celem było wsparcie samorządów w obszarze pomocy społecznej. Czy nadal ten cel realizujecie?

Zarząd Stowarzyszenia przywiązuje dużą wagę do podnoszenia wiedzy i doskonalenia umiejętności pracowników Środowiskowych Domów Samopomocy. Organizujemy także różnorodne szkolenia dla zawodowej kadry socjalnej ze szczególnym uwzględnieniem pracowników środowiskowych domów samopomocy z całego województwa. W ostatnim czasie zorganizowaliśmy szkolenie z zakresu pierwszej pomocy przedmedycznej i ochrony przeciwpożarowej, szkolenie pt. „Innowacje w edukacji i opiece w chorobie Alzheimer’a i innych formach demencji. Metoda TEEPA SNOW i jej innowacyjność”. Szkolenie poprowadziła pierwsza w Polsce licencjonowana terapeutka metody Teepy Snow – pani Marlena Meyer. Bardzo ważnym z punktu widzenia ochrony danych osób niepełnosprawnych i starszych było zorganizowane przez nas szkolenie pt. „Ochrona danych osobowych z uwzględnieniem potrzeb osób niepełnosprawnych”. W szkoleniu brali udział zarówno pracownicy, jak i uczestnicy – osoby niepełnosprawne. Warsztaty prowadzone przez pracowników Ośrodka Szkoleniowego „Kursor” pozwoliły na poszerzenie umiejętności związanych z ochroną danych osobowych, jak również umiejętności związanych z bezpieczeństwem w sieci. To tylko niektóre tematy szkoleń, które w dużej mierze przyczyniają się do doskonalenia umiejętności pracy z osobą niepełnosprawną, samotną, starszą, potrzebującą pomocy i wsparcia.

Czy w waszych placówkach przebywają też osoby z chorobami otępiennymi?

Tak. Przede wszystkim w Środowiskowym Domu Samopomocy w Kwietniewie, bo tam mamy osoby starsze, a w Środowiskowym Domu Samopomocy w Jegłowniku mamy w większości młodzież. Nie wybieramy uczestników, tak się jakoś złożyło, po prostu taka jest populacja. Mamy też osoby starsze na wózkach inwalidzkich. Wiedza i doskonalenie w tym zakresie są nam ciągle potrzebne, dlatego przywiązuję ogromne

znaczenie do szkoleń i kursów podnoszących umiejętności pracowników.

Wygląda na to, że dobrze się układa współpraca stowarzyszenia z samorządami. Wszystkie obiekty, w których prowadzicie placówki, są pozyskane od samorządów.

Tak. Od początku powstania Elbląskiego Stowarzyszenia Organizatorów Pomocy Społecznej kontynuowaliśmy ścisłą współpracę z samorządami lokalnymi. To dzięki tej współpracy możliwa była realizacja wielu wspólnych przedsięwzięć na rzecz społeczności lokalnych. Jesteśmy aktywni szczególnie na terenach wiejskich, promując formy wsparcia dla osób i rodzin zgodnie z potrzebami środowiskowymi. Jeżeli chodzi o obiekty, w których prowadzimy działalność, to budynek Środowiskowego Domu Samopomocy w Jegłowniku i Ośrodek Wypoczynkowo-Integracyjny „Stokrotka” w Stegnie są naszą własnością (z pewnym ograniczeniem), natomiast budynek ŚDS w Kwietniewie jest własnością gminy Rychliki.

Wiem, że ciekawe rzeczy dzieją się też w środowiskach lokalnych, w których prowadzicie placówki.

Najważniejsze to prowadzenie działalności przez Środowiskowe Domy Samopomocy zgodnie z obowiązującymi przepisami. Działania edukacyjno – rehabilitacyjno-integracyjne pozwalają na usamodzielnianie się uczestników – a to pozwala z kolei na lepszą jakość życia osób starszych czy niepełnosprawnych i ich rodzin. Włączamy się również w różnorodne działania integracyjne ze społecznością lokalną, promując wyroby warsztatowe uczestników ŚDS, organizując kiermasze okolicznościowe, współuczestnicząc w dożynkach gminnych oraz innych uroczystościach lokalnych i ponadlokalnych.

Środowiskowe Domy Samopomocy prowadzone przez ESOPS znajdują się na terenach wiejskich, gdzie wcześniej nie było żadnej oferty dla osób potrzebujących tego rodzaju wsparcia. Czy miasto Elbląg jest poza obszarem waszego zainteresowania?

Planowaliśmy utworzenie w Elblągu Dziennego Domu Pobytu. Mieliśmy

opracowany interesujący projekt z kawiarnią, czytelnią, biblioteką, ale okazało się w ostatniej chwili, że nie mamy lokalu – który wcześniej był wpisany do projektu. Pamiętam, że w latach 80. domów dziennego pobytu na terenie Elbląga było kilka. Wymienię chociażby Dienne Domy Pobytu przy ul. Szarych Szeregów, Gwiazdnej (w zasobach spółdzielni mieszkaniowych), Kościuszki, Narciarskiej czy Beniowskiego. Ostatnie trzy Domy zorganizowałam w ramach ścisłej współpracy z Przedsiębiorstwem Gospodarstwa Mieszkaniowego i władzami miasta Elbląga. Domy te były miejscem spotkań osób starszych, gdzie nawiązywały się kontakty i znajomości, tworzył się samoistnie system wsparcia i bezpieczeństwa socjalnego u osób starszych, często samotnych, nieraz odtrąconych przez rodziny. Dzięki tym kontaktom międzyludzkim – rozmowom, spotkaniom, wspólnemu świętowaniu uroczystości jubileuszowych, imieninowych czy świątecznych – ludzie pomagali sobie wzajemnie przetrwać trudne często dla nich chwile. W Elblągu nie ma żadnego Domu Dziennego Pobytu z programu rządowego „Senior +”, a szkoda, bo potrzeby w mieście (i nie tylko) są ogromne. Środki finansowe na ten program w Ministerstwie są zabezpieczone. Wkrótce zostanie ogłoszony konkurs. Chciałam przypomnieć, że dla mieszkańców miasta Elbląga utworzyłam w 1998 roku Punkt Poradnictwa Specjalistycznego, gdzie z bezpłatnych porad prawnych i psychologicznych może korzystać każdy, kto znalazł się w trudnej sytuacji życiowej i materialnej. Poradnictwo specjalistyczne działa nieprzerwanie 19 lat. Z porad korzystają również mieszkańcy innych miejscowości.

Czy wszyscy członkowie pracują w Stowarzyszeniu?

Wszyscy członkowie Stowarzyszenia (36 osób) pełnią swoje funkcje społecznie, honorowo. Nikt z członków nie jest zatrudniony ani w Stowarzyszeniu, ani w utworzonych i prowadzonych przez nas Domach czy Ośrodku Wypoczynkowo-Integracyjnym „Stokrotka” w Stegnie. Wszyscy członkowie Stowarzyszenia są specjalistami organizacji pomocy społecznej (I lub II stopnia) lub ochrony zdrowia. Mają doświadczenie w zakresie



Fot. nadesłana

pomocy społecznej pracując zawodowo na różnych kierowniczych (i nie tylko) stanowiskach w jednostkach organizacyjnych pomocy społecznej i placówkach ochrony zdrowia w województwie warmińsko-mazurskim. Stowarzyszenie zatrudnia tylko jednego pracownika – księgową, w niepełnym wymiarze czasu pracy z uwagi na dużą odpowiedzialność finansową. Zarząd Stowarzyszenia na przestrzeni swojej działalności stworzył wiele miejsc pracy, w przeważającej większości dla ludzi młodych z odpowiednim przygotowaniem zawodowym, dając jednocześnie możliwość nabycia doświadczenia w pracy z osobami starszymi, niepełnosprawnymi i chorymi w naszych placówkach. Staramy się pokazać młodzieży, że pieniądź jest w życiu ważny, ale nie najważniejszy, że praca pełna poświęcenia, zaangażowania i wysiłku na rzecz potrzebujących może dawać wielką radość i satysfakcję większą niż worek pieniędzy.

Czy macie też wolontariuszy poza członkami stowarzyszenia?

Mieliśmy zawsze bardzo dużo wolontariuszy, ostatnio – powiem szczerze – mamy ich mniej i nad tym trzeba będzie popracować. Mieliśmy dużo młodzieży, ostatnio koncentrujemy się na innych sprawach i to nam umyka.

Tak się stało, że organizacje wykonują coraz bardziej profesjonalne zadania i stąd jest coraz więcej pracowników, a coraz mniej wolontariuszy.

Właśnie. Chciałabym jednak trochę to zmienić. W przeszłości rocznie mieliśmy po kilkunastu wolontariuszy. Wielu z nich dzięki doświadczeniu zdobytemu w Stowarzyszeniu znalazło pracę odpowiednią do swoich kwalifikacji w kraju,

a byli również tacy, którzy po okazaniu zaświadczenia o odbytym stażu u nas, otrzymali pracę w Anglii i Belgii. Z niektórymi mamy kontakt do dziś. W planach mamy powrót do idei współpracy z wolontariuszami. Szczególnie liczymy na ludzi młodych.

A jakie plany ma stowarzyszenie na najbliższą przyszłość?

Dokonanie zagospodarowania pozostałej części terenu wokół Środowiskowego Domu Samopomocy w Kwietniewie. Przygotowanie projektu rozbudowy Środowiskowego Domu Samopomocy w Jegłowniku. Podjęcie działań w ramach rządowego projektu „Senior +” w celu utworzenia na terenie gminy Gronowo Elbląskie Dziennego Domu Pobytu i Klubu dla seniorów lub filii ŚDS w Jegłowniku w Gronowie Elbląskim, ponieważ potrzeby w tym zakresie są nadal duże. Podejmowanie działań remontowo-modernizacyjnych na terenie Ośrodka Wypoczynkowo-Integracyjnego „Stokrotka” w Stegnie. Kontynuowanie współpracy z samorządami lokalnymi, jednostkami organizacji pomocy społecznej oraz organizacjami pozarządowymi i instytucjami zajmującymi się przeciwdziałaniem wykluczeniu społecznemu i pomocą potrzebną, w tym ze Stowarzyszeniem Kobiet Europy ASSOCIATION FEMMES d’EUROPE z Brukseli. Podjęcie szerszej współpracy z rodzinami naszych uczestników w ramach rządowych i wojewódzkich programów pomocowych.

Dziękuję za rozmowę. Jeszcze raz życzę Stowarzyszeniu realizacji wszystkich dalekosiężnych planów, a jego członkom satysfakcji i sukcesów w pracy społecznej, życiu zawodowym i osobistym. ■

Pozarządowo na starówce

Warsztaty, prezentacje, muzyka, dobre jedzenie, rękodzieło artystyczne i centrum wiedzy na temat NGO – na to mogli liczyć mieszkańcy Elbląga, którzy 23 czerwca wybrali się na Stary Rynek. Za nami 19. Forum Inicjatyw Pozarządowych, w tym roku połączone z obchodami Tygodnia Osób Niepełnosprawnych.



Fot. MS

MONIKA SZALAŚ

– Organizacje pozarządowe odgrywają w naszym mieście znaczącą rolę: dzięki nim realizowanych jest wiele inicjatyw na różnych polach, m.in. edukacyjnym, prozdrowotnym i kulturalnym. Myślę, że nie ma takiej sfery w życiu mieszkańców, która nie byłaby zagospodarowana przez organizacje pozarządowe i w której NGO nie miałyby swojej oferty – mówi Rafał Narnicki, specjalista ds. organizacji w Centrum Organizacji Pozarządowych.

W Elblągu zarejestrowanych jest ponad 300 organizacji. Choć nie wszystkie działają aktywnie, zdecydowana większość z nich jest otwarta na potrzeby mieszkańców i na co dzień wychodzi do nich ze swoją ofertą. Na Forum Inicjatyw Pozarządowych swoją działalność prezentowały m.in.: Stowarzyszenie Babska Wyspa, Elbląskie Centrum Integracji Społecznej, Towarzystwo Opieki nad Zwierzętami, Stowarzyszenie Miłośników Elbląga „Ocalić od zapomnienia”, PSONI koło w Elblągu, Stowarzyszenie Integracyjne „Razem”, koło Polskiego Związku Niewidomych, Bank

Żywności, Teen Challenge Chrześcijańska Misja Społeczna, Fundacja Elbląg, OTOZ Animals, Stowarzyszenie ESWIP Warsztaty Terapii Zajęciowej i wiele innych.

Na Forum przybyły również organizacje spoza miasta. Stowarzyszenie Mieszkańców i Przyjaciół Nowe Monasterzysko pokazywało, jak nadać książkę drugie życie, a w strefie targowej można było spotkać Stowarzyszenie Łęcze – Wieś z Perspektywą. Na starówkę zawitało także gdańskie Stowarzyszenie Tolerado, przy którym działa Elbląska Grupa na rzecz Osób LGBT+ „Pryzmat”.

– Wypracowujemy rekomendacje, które poprzez przystosowanie prawa mają pomóc m.in. osobom LGBT, niepełnosprawnym i starszym. Jesteśmy na Forum, żeby edukować i wspierać. Chcemy pokazać, że osoby LGBT w Elblągu nie są same: mogą w każdej chwili do nas zadzwonić – zaznaczyła Danuta Sowińska, coach LGBT i ekspert na rzecz równego traktowania.

Tego dnia na wsparcie mogły liczyć elblążanki – właśnie dla nich na starówce stanął specjalny autobus, w którym mieszkanki mogły wykonać badania mammograficzne.

Na miejscu było Elbląskie Stowarzyszenie Amazonek, od lat działające w zakresie edukacji i profilaktyki nowotworowej. O dobrą formę mieszkańców zadbał również przedstawiciel sklepu Naturalna Żywność, którzy poprzez warsztaty kulinarne „Ukułaj sobie trufle” uczyli jak można zastąpić szkodliwy cukier zdrowszymi odpowiednikami. Elblążanie mogli też wziąć udział w warsztatach kulinarnych prowadzonych przez Bank Żywności.

– Na co dzień w Banku Żywności prowadzimy działania kulinarne i ekonomiczne, dzięki którym nasi podopieczni mogą dowiedzieć się, jak racjonalnie gospodarować domowym budżetem oraz przyrządzać tanie i smaczne potrawy. Dziś przygotowaliśmy śniadanie na słodko i słono, co cieszyło się bardzo dużym zainteresowaniem. Przyśiadło się do nas wiele dzieci, które same tworzyły piękne kanapki i rozdawały je mieszkańcom – opowiadała Jolanta Kutowska, koordynator działań towarzyszących w Banku Żywności.

– Mogliśmy nasze działania zaprezentować szerszemu gronu mieszkańców. Coraz więcej mówi się o wyrzucaniu żywności,

a ludzie coraz bardziej przekonują się do tego, by kupować mniej, ale częściej i dzięki temu nie marnować jedzenia. Myślę jednak, że wciąż potrzeba większej edukacji w tym zakresie – uzupełniła Anna Jabłońska, pracownik ds. pozyskiwania żywności.

Oprócz jedzenia stworzonego podczas warsztatów kulinarnych na mieszkańców czekało wiele pysznych specjałów, przygotowanych przez organizacje. Ci, którzy chcieli spalić zbędne kalorie, mogli wziąć udział w warsztatach jogi, prowadzonych przez Stowarzyszenie Pozytywne Elblążanki. Dbaniu o kondycję służyło również uwalnianie pozytywnej energii podczas jogi śmiechu, o co zadbało Stowarzyszenie Babska Wyspa. Dla najmłodszych Stowarzyszenie „Wyjście” przygotowało Warsztat Młodego Naukowca, a Fabryka Działań

Niemożliwych – gry planszowe. Wielbicieli kreatywnego spędzania czasu dobrze bawili się na warsztatach tkackich, zorganizowanych przez Pracownię Rzemiosł Dawnych, oraz na warsztatach tworzenia pomponowych stworów, prowadzonych przez Stowarzyszenie Przyjaciół Elbląga i Okolic Art – Kreatywni.

– Uważam, że to ważne wydarzenie w Elblągu, dzięki niemu mieszkańcy mogą poznać kierowaną do nich ofertę. Razem z córką przychodzę tutaj od trzech lat, zawsze jest wiele ciekawych atrakcji. Jedyne zastrzeżenie, jakie mam, to pogoda – mogłaby dopisać trochę bardziej, bo pomimo słońca jest dość zimno, co odrobinę psuje zabawę – powiedziała pani Kasia, elblążanka.

Forum Inicjatyw Pozarządowych, orga-

nizowane przez Elbląskie Stowarzyszenie Wspierania Inicjatyw Pozarządowych, w tym roku połączone było z obchodami Tygodnia Osób Niepełnosprawnych – wydarzeniem Elbląskiej Rady Konsultacyjnej Osób Niepełnosprawnych.

Zakończenie Tygodnia odbyło się w niedzielę (24 czerwca) na polanie w Bażantarni. Były gry i konkursy z nagrodami dla dzieci i dorosłych, ognisko z kiełbaskami. Można było również wypróbować sprzęt rehabilitacyjny, prezentowany przez Lazarus. A wszystko to przy skocznej, biesiadnej muzyce. Szkoda tylko, że tak niewiele osób niepełnosprawnych z tego skorzystało. Rodziny, które przyszły bawiły się doskonale.

Zdjęcia z wydarzenia obejrzyć można na razemztoba.pl/18286 ■

ELBLĄG

Ziołowe lato w bibliotece

Poczawszy od 5 lipca Biblioteka Elbląska zaprasza na czwartkowe spotkania w letnim cyklu „Ziołowe lato w bibliotece”. W programie wykłady, warsztaty kulinarne i kosmetyczne. Wstęp wolny.

ALEKSANDRA BUŁA

„Ziołowe lato w bibliotece” to kontynuacja spotkań, które od roku 2016 organizowane są latem w Bibliotece Elbląskiej. W wakacyjne czwartki zapraszamy na wykłady i warsztaty poświęcone przepisom kuchni regionalnej, zastosowaniu ziół w kuchni i kosmetyce. Będzie jak zawsze ciekawie, smacznie i pachnąco.

Spotkania będą odbywały się w zabytkowych wnętrzach biblioteki (Sala „U św. Ducha”).

Program spotkań:

5.07, godz. 11.00 Alicja Wyszynska – Z kart historii Szpitala św. Ducha w Elblągu (wykład)

12.07, godz. 11.00 Barbara Bukowska – Bakłażan a'la kawior, boćwina z ziołami (warsztat kulinarny)

19.07, godz. 11.00 Artur Wasielewski – Kuchnia żuławska z wykorzystaniem roślin rosnących na Żuławach, m.in. bylicy do mięs czy cebulek dzikich tulipanów (wykład)

26.07, godz. 11.00 Urszula Skrzypek-Krupa – Mydła glicerynowe z ziołami i ziołowy krem do rąk (warsztat kosmetyczny)

2.08, godz. 11.00 Jan Brzozewski – Zioła w literaturze (wykład)

9.08, godz. 11.00 Jakub Tomasz Woźniak – Herbaty w naszych domach dawniej i dzisiaj (wykład)

16.08, godz. 11.00 Grażyna Nawrońska – O kremach, balsamach i perfumach w średniowieczu (wykład)



Fot. nadeślana

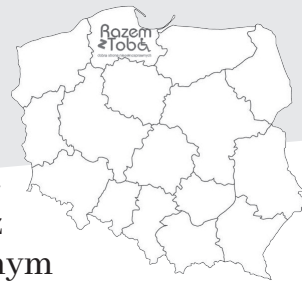
23.08, godz. 11.00 Barbara Bukowska – Marchew po mazursku, lody bananowe (warsztat kulinarny)

Miejsce spotkań: Sala „U św. Ducha” Biblioteki Elbląskiej

Organizator: Oddział Stowarzyszenia Bibliotekarzy Polskich w Elblągu przy współpracy Biblioteki Elbląskiej i Elbląskiej Rady Seniorów

UWAGA: kolejność spotkań może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od organizatora.

Realizowane przy współudziale finansowym samorządu Miasta Elbląg. ■



Chcesz zrobić coś dla innych?

Pomoc osobom z niepełnosprawnościami to korzyści obustronne. Niepełnosprawny zyskuje pomoc w usamodzielnieniu się, a wolontariusz nieocenione doświadczenie, które może się przydać w życiu prywatnym i zawodowym. „Wolontariusz Osoby Niepełnosprawnej” to projekt, w ramach którego wolontariusze będą pomagać osobom z niepełnosprawnościami z Gdyni w prowadzeniu samodzielnego i aktywnego życia.

LECHOSŁAW DZIERŻAK

– Uczestnicy będą mogli skorzystać ze wsparcia wolontariuszy zarówno w zakresie codziennych czynności, takich jak zrobienie zakupów, wyjście do lekarza czy załatwienie spraw urzędowych, jak również przy podejmowaniu dodatkowych aktywności służących ich samorozwojowi. Może to być wspólne wyjście na koncert, poznanie ciekawych miejsc w Trójmieście albo pójście na zakupy, spacer czy zwykła rozmowa. Wszystko zależy od indywidualnych potrzeb uczestników – tłumaczy Sonia Zając, koordynatorka programu z Centrum Współpracy Młodzieży. Zadaniem wolontariusza będzie regularne wsparcie wybranego uczestnika i asystowanie mu w czynnościach, których nie może wykonać ze względu na swoją niepełnosprawność. Spotkania odbywać się będą średnio raz w tygodniu, do końca grudnia 2018 r. Terminy spotkań będą ustalane tak, aby odpowiadały obu stronom. Forma spotkań będzie zależna od potrzeb i pomysłów osoby niepełnosprawnej. Uczestnicy wezmą udział w serii szkoleń i spotkań, podczas których nauczą się, w teorii i praktyce, jak w prawidłowy sposób wspierać osoby z różnego rodzaju niepełnosprawnościami. Będą uczestniczyć w spotkaniach integracyjnych, podczas których poznają innych



Fot. Lechosław Dzierżak/gdynia.pl

wolontariuszy i uczestników. Dzięki temu będą mieli możliwość wymieniać się doświadczeniami.

Dla osoby niepełnosprawnej

Ze wsparcia wolontariusza mogą skorzystać pełnoletnie osoby z niepełnosprawnościami ruchowymi lub/i niewidome/słabowidzące posiadające orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu umiarkowanym lub znacznym oraz zameldowanie w Gdyni.

Formularz zgłoszeniowy dla wolontariuszy i osób niepełnosprawnych oraz regulamin programu dostępny jest na stronie www.cwm.org.pl Projekt finansowany jest ze środków PFRON będących w dyspozycji Gminy Miasta Gdyni. Osoba niepełnosprawna korzystająca z pomocy wolontariusza nie ponosi z tego tytułu żadnych kosztów. ■

REKREACJA

Plaża bez barier

Zmyśl o różnych potrzebach swoich mieszkańców Sopot kupił sprzęt umożliwiający wjazd do wody i kąpiel osobom niepełnosprawnym. Specjalny wózek–amfibia jest wyposażony w szerokie koła i pływaki, co pozwala na unoszenie się na wodzie. Wózek jest wciągany do wody pod nadzorem Sopockiego Wodnego Pogotowia Ratunkowego, na terenie miejskiego kąpieliska strzeżonego przy wejściu nr 23.

Amfibia została kupiona za 8670 zł przez miasto, zaś jej użytkownikiem jest Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji. Korzystanie ze sprzętu jest bezpłatne. Z uwagi na komfort użytkowników zalecana jest wcześniejsza rezerwacja telefoniczna pod numerem tel. 609 680 820 lub 58 550 12 15. Z amfibii można korzystać codziennie w godz. 10.00–16.00.

Wejście nr 23 na miejską strzeżoną plażę wyposażone jest również w podest dla wózków – osób z niepełnosprawnością oraz niemowląt i dzieci.

Źródło: sopot.pl



Szkolenia informatyczne dla mieszkańców

Do 20 lipca br. wszystkie gminy z województwa warmińsko-mazurskiego mogą otrzymać środki na przeprowadzenie darmowych szkoleń informatycznych dla mieszkańców. Projekt jest całkowicie finansowany ze środków funduszy europejskich przez Centrum Projektów Polska Cyfrowa (CPPC) i nie wymaga wkładu własnego ze strony samorządów.

Warunkiem udziału jest przygotowanie projektu szkoleń do 150 tys. złotych i złożenie wniosku przez stronę internetową www.jawinternece.edu.pl, prowadzoną przez Fundację Legalna Kultura, jednego z operatorów w tym regionie.

– To niezwykle ważne, aby lokalne społeczności mogły korzystać w pełni z dobrodziejstw internetu – mówi minister cyfryzacji, Marek Zagórski – Projekt „Ja w internecie” umożliwia poznanie i oswojenie nowoczesnych technologii. Uczestnicy szkoleń otrzymają narzędzia, które nauczą ich m.in. poszukiwania informacji w sieci, komunikacji online, obsługi oprogramowania, czy korzystania z e-usług.

Otrzymanie grantu nie wymaga wkładu własnego i można z niego pokryć wszystkie koszty realizacji szkoleń, w tym zakup brakującego sprzętu komputerowego.

Red.



Fot. nadesłana

OLSZTYN

Rower rehabilitacyjny na dłużej

Od kilku dni do miesiąca – na taki okres będzie można wypożyczyć rowery rehabilitacyjne z CRS Ukiel. Dotychczas z wypożyczalni można było wziąć rower najwyżej na kilka godzin. Teraz osoby niepełnosprawne będą mogły korzystać z nich dłużej.



Fot. olsztyn.eu

Od 1 lipca nawet na miesiąc będzie można wypożyczyć 6 rowerów w trzech rozmiarach: koła 20" (dla dzieci 4–9 lat), 22" (dla osób w wieku 9–15 lat) oraz 24" (dla dorosłych). Wypożyczenie jest darmowe. Sprzęt do Centrum Rekreacyjno-Sportowego Ukiel przekazał Polski Czerwony Krzyż.

– Jazda na rowerze jest dla osób niepełnosprawnych nie tylko formą rehabilitacji i terapii, ale także może przyczynić się do zniwelowania barier społecznych i podniesienia poczucia własnej wartości – podkreśla Sławomir Kowalikowski z PCK. – Tylko w naszym województwie przekazujemy rocznie około 75 rowerów – dodaje.

Osoby zainteresowane mogą dzwonić pod nr tel. 89 527 10 03 w. 204 lub wysłać maila: crs@ukiel.olsztyn.eu.

Źródło: olsztyn.eu



Podziękowania dla rodziców zastępczych

„Rodzic na zastępstwo, miłość na zawsze” – pod takim hasłem odbyła się 4 czerwca w Dworze Artusa w Toruniu konferencja podsumowująca regionalne obchody Dnia Rodzicielstwa Zastępczego. W jej trakcie rodzice zastępczy odebrali z rąk członka zarządu Sławomira Kopyścia podziękowania marszałka województwa i pamiątkowe statuetki.

– Kujawsko–Pomorskie Obchody Dnia Rodzicielstwa Zastępczego są ukłonem i wyrazem wdzięczności dla ludzi, którzy podjęli się trudnej misji bycia rodzicem zastępczym. W ten sposób pragniemy podziękować im za poświęcenie i troskę, jakie co dzień ofiarowują dzieciom. Chcemy również pokazać innym mieszkańcom województwa, że rodzice zastępczy w swoim wysiłku wychowawczym i odpowiedzialności za drugiego człowieka znajdują wiele satysfakcji i osobistego spełnienia – podkreśla marszałek Piotr Całbecki.

Oprócz członków rodzin zastępczych w konferencji udział wzięli pracownicy instytucji wsparcia rodziny, samorządowcy, prawnicy. W części plenarnej wydarzenia poprowadzili oni panele dla rodzin, poświęcone psychologicznym, prawnym i instytucjonalnym zagadnieniom pieczy zastępczej i placówek opiekuńczo–wychowawczych opiekujących się maksymalnie czternastką dzieci. Równolegle



Fot. nadesłana

do części konferencyjnej, przed gmachem Dworu Artusa odbywał się happenig na rzecz rozpowszechniania idei rodzicielstwa zastępczego, natomiast w Muzeum Etnograficznym – zajęcia animacyjne dla dzieci. ■

Red.

GRUDZIĄDZ

Nowy tomograf

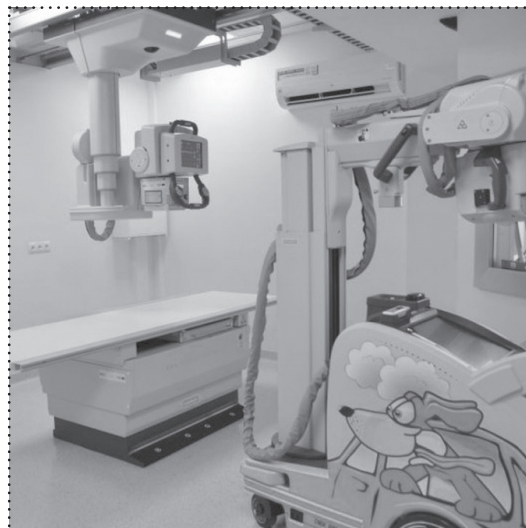
Ponad 5,2 mln zł to wartość sprzętu, który trafił do Regionalnego Szpitala Specjalistycznego. 85 proc. środków na jego zakup pochodziło z Ministerstwa Zdrowia z Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego, a 15% potrzebne na wkład własny wyasygnuje gmina–miasto Grudziądz.

22 czerwca w oficjalnym otwarciu nowej pracowni tomograficznej na Szpitalnym Oddziale Ratunkowym oraz pracowni radiologicznej na Szpitalnym Oddziale Ratunkowym Dziecięcym udział wzięli m.in. wiceprezydent Marek Sikora, radny Sejmiku Województwa Kujawsko–Pomorskiego Ryszard Bober, Przewodniczący Rady Miejskiej Grudziądza Arkadiusz Goszka, dyrektor Regionalnego Szpitala Specjalistycznego Marek Nowak, lekarze i pielęgniarki oraz przedstawiciele firm: Siemens i Carestream, które dostarczyły sprzęt.

W ramach projektu zakupiono m.in. tomograf komputerowy 64 warstwowy, aparat RTG uniwersalny kostno–płucny ambulatoryjny, aparat RTG przyłóżkowy cyfrowy, aparat do wstępnej diagnostyki kardiologicznej, 3 defibrylatory, termobox, 4 wielofunkcyjne wózki do przewożenia chorych, 4 pompy infuzyjne strzykawkowe i aparat EKG.

Warto dodać, że remont pomieszczeń Szpitalnego Oddziału Ratunkowego i ich dostosowanie do nowego sprzętu lecznica sfinansowała z własnych środków. ■

Red.



Fot. nadesłana

Polska odwraca oczy

Są książki, które należy przeczytać, bynajmniej nie dla przyjemności, ale żeby po prostu wiedzieć. Taką pozycją jest na pewno zbiór reportaży Justyny Kopińskiej „Polska odwraca oczy”.

AGNIESZKA PIETRZYK

Reportażystka przytacza prawdziwe historie, oddaje głos konkretnym osobom, żeby opowiedziały o swoich tragicznych losach, o niesprawiedliwości, która ich spotkała. Autentyczność wpływająca z każdego zdania szokuje, odbiera spokój i zmusza czytelnika do refleksji. Gdyby to była fikcja, łatwiej byłoby „przetrawić” okrutną treść.

Aż wierzyć się nie chce, że takie rzeczy dzieją się w Polsce. Czy to możliwe, żeby w szpitalu dla nerwowo i psychicznie chorych w Starogardzie Gdańskim dzieci były przywiązywane do łóżek na kilkaset godzin albo były zmuszane do stania na baczność przez pół dnia bądź zamykane w izolatkach na całe tygodnie? Czy to możliwe, żeby ordynator kazała za karę robić nieletnim zastrzyki z soli fizjologicznej lub wyprowadzać boso na mróz? Czy to w końcu możliwe, że pani doktor odpowiedzialna za te okrucieństwa nie poniosła kary, a wręcz przeciwnie została biegłą w gdańskim sądzie i podjęła pracę w przychodni w Malborku? Nie, to nie możliwe. Takie rzeczy mogą się dziać w Rosji, w Rumuni, ale nie w naszym pięknym, katolickim, cywilizowanym kraju. My, Polacy nigdy byśmy nie pozwolili na krzywdę, na cierpienie dzieci. A jednak...

Kopińska szokuje, wali czytelnika po głowie faktami niczym młotkiem. Po tej lekturze trudno zasnąć, niełatwo też być patriotą. Bo niby za co kochać ten kraj? Za to, że system nie pozwala na zniwelowanie skutków błędnie postawionej diagnozy lekarskiej? To się właśnie przytrafiło Grzesiowi, u którego zdiagnozowano autyzm i umiarkowane upośledzenie. Gdy skończył czternaście lat, dopiero wtedy ustalono, że jedynie nie słyszy. Zmiana diagnozy wcale nie poprawiła jego sytuacji, bo system edukacji nie pozwolił mu na kontynuowanie nauki w szkole średniej ze względu na wcześniejsze opóźnienia, w zamian proponując hufiec pracy.

Autorka na prawdziwych przykładach punktuje nie tyle chory system urzędniczy, ale ludzi, którzy wolą nie widzieć, nie reagować, żeby nie narazić się przełożonym, nie stracić pracy. Najbezpieczniej jest odwrócić oczy, gdy wydarza się coś złego, gdy komuś dzieje się krzywda. Tacy jesteśmy my, Polacy.

Tematyka książki jest trudna, ale czyta się ją sprawnie, a to dzięki formie reportażu. Każdy z odcinków poprzedzony jest dwoma trzema esencjonalnymi zdaniami, które zapowiadają problematykę i zachęcają do lektury. Potem autorka często oddaje głos bohaterom, wspomina też o dziennikarskich



trudach docierania do informacji. W poszczególnych rozdziałach pojawiają się także podtytuły, które porządkują opowiadaną historię, a na końcu niekiedy pojawia się zaskakująca puenta.

Bardzo polecam tę pozycję zwłaszcza na audiobooku. Do przeczytania „Polska odwraca oczy” wybrano znakomitą lektorkę, a mianowicie Krystynę Czubównę, która po mistrzowsku interpretuje dramatyczne historie. Ponadto jej charakterystyczna barwa głosu kojarząca się z poważnymi dokumentami telewizyjnymi nadaje książce Kopińskiej swoistą wyjątkowość.

Audiobook: Justyna Kopińska, „Polska odwraca oczy”, Świat Książki 2017, czyta Krystyna Czubowna, czas nagrania 7 godz. 41 min. ■



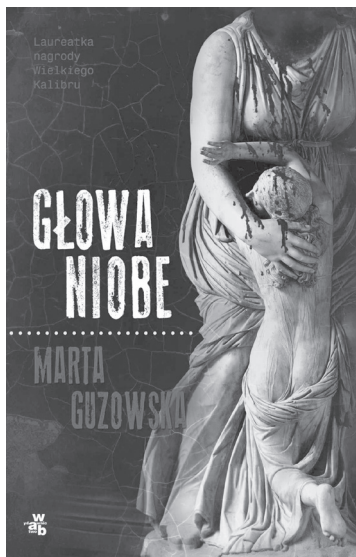
Agnieszka Pietrzyk poleca

Marta Guzowska „Głowa Niobe”

Powieść Marty Guzowskiej to dobra lektura dla czytelników, którzy gustują w kryminałach dziejących się w jednym miejscu i prezentujących zamknięte gro-
no podejrzanych. Autorka w stu procentach realizuje klasyczną formę powieści kryminalnej, umieszczając fabułę w za-
bytkowym pałacu w Nieborowie, który na trzy dni zostaje odcięty od świata przez śnieżycę. W pałacu przebywają naukowcy biorący udział w międzyna-
rodowej konferencji. Już pierwszej nocy okazuje się, że jest wśród nich morderca. Jego ofiarą staje się artystka fotografująca dzieła sztuki. Zabójca odciął jej głowę i przytwierdził do jednej z rzeźb. Kto jest sprawcą? Na to pytanie próbuje znaleźć odpowiedź znany z „Ofiary Polikseny” antropolog Mario Ybl.

Książka nie trzyma w napięciu, ale zawiera logicznie nakreśloną zagadkę, a to w kryminałach bardzo ważne. Polecam.

Audiobook: Marta Guzowska, „Głowa Niobe”, Biblioteka Akustyczna, 2015, czyta Roch Siemianowski, czas nagrania 11 godz. 40 min. ■



WARTO PRZECZYTAĆ

Luzak na kółkach

Łukasz Kaznowski urodził się w Londynie w 1990 roku. Od siódmego miesiąca życia zmagają się z rdzeniowym zanikiem mięśni, przez który od dziecka jest skazany na wózek inwalidzki. Niedawno ukazała się jego debiutancka książka „Luzak na kółkach”. Jeżeli szukasz inspirującej opowieści pełnej pikanterii, śmiechu, kontrowersji, łez, szaleństw, a przede wszystkim optymizmu – ta książka jest dla Ciebie.

– Żyję na totalnym luzie, a do swojej niepełnosprawności podchodzę z wielkim dystansem, łamiąc wszelkie stereotypy z nią związane. Cieszę się każdym dniem i jestem w ciągłym ruchu, stale pamiętając o życiowych priorytetach. Staram się udowodniać swoją postawą i rzadko spotykaną

chorobą, że siła to stan umysłu, którego pułap może osiągnąć każdy, bez względu na sytuację życiową. Jestem również żywym przykładem na to, że ograniczenia – zbyt często mające decydujący wpływ na negatywną jakość naszego życia – są wymysłem człowieka. Albo ty bawisz się życiem, albo życie bawi się tobą... Jest to moje życiowe motto, które towarzyszy mi odkąd przyszedłem na świat – tłumaczy Łukasz Kaznowski.

„Luzak na kółkach” to inspirująca historia niepełnosprawnej osoby, która uwielbia swoje życie i patrzy na nie wyłącznie przez pozytywny pryzmat. Kocha luz, zabawę, imprezy, seks i spontaniczność. Ma wielu bliskich przyjaciół i mnóstwo znajomych. Oprócz niecodziennych szaleństw na każdym kroku rozwija swoje życiowe pasje, do-
kształca się zawodowo i zyskuje nieprzeciętne doświadczenia. Temat jest wyjątkowy z faktu, że opisuje życie człowieka, który z ledwością się porusza. ■

Źródło i fot. luzaknakolkach.pl

Oprac. AG



WARTO OBEJRZEĆ

Mój niewidomy brat



Słodko-gorzka komedia o dwóch rywalizujących ze sobą braciach, którzy różnią się od siebie jak ogień i woda. Bill (Nick Kroll) żyje w cieniu swojego niewidomego brata. Robbie (Adam Scott) jest atletą i chlubą lokalnej społeczności. Wszyscy go uwielbiają, ale Bill dobrze wie, że jego brat ma też inne, mniej sympatyczne oblicze. Mimo to zawsze biega maratony u jego boku jako przewodnik. Pewnego dnia Bill poznaje czarującą dziewczynę (Jenny Slate) i wierzy, że jego zła passa nareszcie się skończyła. Niestety, szybko przekonuje się, jak bardzo się mylił. Inteligentne, pełne przewrotnego humoru kino o skomplikowanym miłosnym trójkącie, w który angażują się rywalizujący ze sobą bracia. ■

6 lat kultury bez barier

WARSZAWSKI festiwal
kultury
— bez
barier

Warszawskiego Festiwalu Kultury bez Barier, którego idea jest łączenie ludzi i znoszenie wszelkich ograniczeń uniemożliwiających wielu osobom swobodny dostęp do wydarzeń, miejsc i tekstów kultury, nikomu nie trzeba przedstawiać. Tegoroczna edycja imprezy rozgrywanej się jednocześnie w wielu miastach Polski zaskoczy odbiorców.

W ubiegłym roku festiwal odbywał się pod hasłem „Nie bój się chcieć”, zachęcającym odbiorców z różnego rodzaju niepełnosprawnościami do aktywnego uczestnictwa w kulturze. Tym razem przewodzi mu hasło: „Możesz”, kierowane przede wszystkim do uczestników – pełnosprawnych czy nie – ale również do organizatorów, którzy z roku na rok starają się coraz bardziej otworzyć na potrzeby wszystkich gości: z niepełnosprawnościami i bez, osób starszych, obcokrajowców, rodzin z dziećmi i każdego, komu bliska jest idea otwartości i tolerancji.

- Festiwal Kultury bez Barier cha-

rakteryzuje się otwartością, radością i dostrzeganiem potrzeb każdego człowieka, rozumianego jako równego wśród równych – zaznacza Aleksandra Szorc, koordynatorka dostępności - specjalista ds. osób niesłyszących w Fundacji Kultury bez Barier.

W ramach festiwalu przez kilka dni w wielu miastach całego kraju odbywają się różnorodne wydarzenia wpisujące się w szeroko rozumianą kulturę. Wszystkie są dostępne dla każdego: spektakle teatralne, pokazy filmowe i wystawy są dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnością sensoryczną, intelektualną, ruchu, a także osób ze spektrum autyzmu

czy wykluczanych ze zwykłego uczestnictwa w kulturze z powodów materialnych.

Tegoroczna edycja odbędzie się w dniach od 28 września do 7 października oraz w weekend od 12 do 14 października 2018 roku. Festiwal jest organizowany we współpracy z Miastem Stołecznym Warszawa, Teatrem Studio, Disney Polska oraz Bemowskim Centrum Kultury.

„Razem z Tobą” jest patronem medialnym wydarzenia - niebawem na łamach miesięcznika i portalu internetowego oraz w mediach społecznościowych będziemy informowali o programie wydarzenia. ■ Oprac. MS

„Ty i Ja” po raz piętnasty

Europejski Festiwal Filmowy Integracja Ty i Ja w 2018 r. odbędzie się po raz piętnasty. Przez ponad dekadę zdążył przetrzeć szlaki tematowi niepełnosprawności w mediach, kulturze, przestrzeni społecznej, nie tylko koszalińskiej, ale również polskiej i europejskiej, będąc inspiracją dla kilkudziesięciu podmiotów organizujących równoległe do głównej edycji Małe Festiwale Ty i Ja w ponad trzydziestu miejscowościach. Pięciokrotnie festiwal gościł w Parlamencie Europejskim i Londynie, a w 2015 r. także we Włoszech, Hiszpanii, Chorwacji i na Litwie.

- Mamy wiernych widzów, sympatyków i przyjaciół w Polsce i za granicą. Współpracujemy z fundacjami, stowarzyszeniami, organizacjami działającymi na rzecz osób niepełnosprawnych. Integrujemy przez sztukę: przede wszystkim filmową, choć w programie festiwalu swoje miejsce mają też inne jej dziedziny: muzyka, teatr, fotografia, plastyka, a w ostatnich latach performance i happening. Prezentujemy artystów z niepełnosprawnością, ich dokonania, sukcesy i talenty - mówią organizatorzy Festiwalu.

Mówimy o barierach i skutecznie je przełamujemy. Zapraszamy do Koszalina niezwykle osobowości, proponując uczestnikom festiwalu spotkania z filmowcami, sportowcami czy artystami. Najbardziej dumni jesteśmy z dyskusji „Bez barier”, gdzie padają trudne pytania. Część spotkań ma miejsce w koszalińskich szkołach, Zakładzie Karnym, a ostatnio w Centrum Szkolenia Sił Powietrznych. Odkrywamy tematy pomijane w publicznej dyskusji, trudne, czasem kontrowersyjne, jak rodzicielstwo czy seksualność. W 2016 r. mówiliśmy o sile sportu i idei igrzysk paraolimpijskich, myśl przewodnia 14. edycji brzmiała „Życie można zacząć wiele razy”. 15. EFF integracja Ty i Ja odbędzie się pod hasłem „Rodzina bez retuszu” - dodają.

W latach 2003 – 2017 zaprezentowanych zostało ok. 600 niezwykłych filmów z całego świata przybliżających wiedzę, z czym osoby z niepełnosprawnością zmagają się w różnej od polskiej rzeczywistości. Jak funkcjonują



Fot. nadesłana

na różnych kontynentach i krajach pojęcia integracja, bariery, tolerancja. W konkursie filmowym mierzą się co roku filmy fabularne, dokumentalne i amatorskie.

Choć myśl przewodnia Festiwalu zmienia się każdego roku, wciąż aktualna i świeża pozostaje jego główna idea: działanie na rzecz prawidłowo pojętej integracji społecznej. ■

Oprac. Red.

Psi terapeuci i więcej uśmiechu

Przyjaciół, przewodników, obrońców, terapeutów – jednym słowem: pies. Jest cichym bohaterem i wiernym towarzyszem w naszej codzienności – poprawia humor, zdrowie i samopoczucie. Udowodniono, że obecność psa pozytywnie wpływa m.in. na zdrowie fizyczne i samopoczucie oraz daje wiarę we własne możliwości. Dlatego już od ponad roku w szpitalach i ośrodkach terapeutycznych w całej Polsce można regularnie spotkać psy i ich certyfikowanych opiekunów – terapeutów. Zajęcia Dogoterapii organizuje tam Fundacja „Dr Clown” we współpracy z Mars Polska. Teraz do grupy instytucji otwartych na tę niecodzienną inicjatywę dołączyły kolejne szpitale i ośrodki integracyjne. Łącznie zajęcia odbywają się w 15 placówkach, w tym w 11 szpitalach dziecięcych.



Fot. nadełstana

Po pięciu dekadach badań nad relacjami człowieka ze zwierzęciem naukowcy z Instytutu WALTHAM należącego do firmy Mars są w stanie precyzyjnie określić realne korzyści płynące z obecności psa. Towarzystwo czworonożnego przyjaciela jest szczególnie pomocne dzieciom w radzeniu sobie z trudnościami czy w czasie pobytu w szpitalu. Podobne działanie ma śmiech, o który w polskich szpitalach od 19 lat dbają wolontariusze Fundacji „Dr Clown”. Z połączenia tych dwóch elementów: uśmiechu i towarzystwa psa zrodziła się idea współpracy dla dobra najmłodszych pacjentów. Zajęcia dla chorych dzieci, z udziałem certyfikowanych terapeutów z psami oraz „doktorów clownów”, odbywają się co najmniej raz w miesiącu.

– Już od 19 lat prowadzimy program „Terapii śmiechem” w szpitalach i placówkach specjalnych, „lecząc śmiechem” chore dzieci, osoby niepełnosprawne i seniorów. Wiemy, jak zbawienny wpływ na zdrowie i samopoczucie naszych podopiecznych ma kontakt z drugim człowiekiem oraz uśmiech, który dotlenia, wspomaga odporność, przyspiesza rekonwalescencję i stymuluje wydzielanie się „hormonów szczęścia”. Za sprawą realizowanego z Marsem projektu dogoterapii połączonej z „Terapią

śmiechem” możemy podarować naszym podopiecznym coś unikalnego. Widzimy wspaniałe efekty tych zajęć – dzieci otwierają się, chętniej się bawią i wchodzą w relacje z innymi, smutek i lęk ustępują na ich twarzach miejsca uśmiechowi. I co niesamowite – mali pacjenci mówią nam, że dzięki naszym zajęciom z pobytu w szpitalu wyniosą ciepłe i radosne wspomnienia – mówi Anna Czerniak, Prezes Fundacji „Dr Clown”.

Do tej pory z pozytywnego wpływu relacji z czworonogami, połączonej z programem „Terapii śmiechem”, skorzystało ponad 800 małych pacjentów przebywających na różnych oddziałach: psychiatrii, onkologii, neurologii, kardiologii, okulistyki – w 5 szpitalach dziecięcych: Gdańsku, Łodzi, Szczecinie, Toruniu i Warszawie, które przystąpiły do programu w ubiegłym roku. Obserwując korzystną wzajemną relację dzieci i psów towarzyszących w terapii, do współpracy dołączyły w 2018 r. kolejne placówki: w Bielsku Białej, Lublinie, Opolu, Sosnowcu, Suwałkach oraz we Wrocławiu.

– Zaczynaliśmy od dogoterapii w lokalnej szkole specjalnej i przedszkolu integracyjnym w Erminowie, niedaleko naszego kompleksu fabrycznego pod Sochaczewem. Rezultaty szybko przeszły najśmielsze oczekiwania rodziców,

terapeutów i samych dzieci, więc zdecydowaliśmy się poprowadzić akcję w kolejnych placówkach na terenie naszego kraju – opowiada Marzena Ignaczak, dyrektor ds. korporacyjnych w Mars Polska. – Z pomocą przyszła nam Fundacja „Dr Clown” i w tej chwili dogoterapia przynosi radość i ulgę pacjentom oraz podopiecznym ośrodków terapeutycznych w całej Polsce – dodaje Marzena Ignaczak.

– Szybsza rekonwalescencja po chorobach i operacjach, lepsze radzenie sobie w sytuacjach stresowych, budowanie poczucia własnej wartości i pewności siebie oraz podwyższanie ogólnej odporności – to tylko kilka punktów z szerokiej listy benefitów, jakie daje człowiekowi czworonożny przyjaciel – mówi lekarka weterynarii Małgorzata Głowacka z Mars Polska.

Jak podkreślają organizatorzy, w dogoterapii z troską i pełną odpowiedzialnością o komfort psa zawsze dba terapeuta. Tylko wypoczęte i zrelaksowane zwierzę dostarczy z radością pozytywnych doznań swoim pacjentom. Dogoterapia to jeden z przykładów na to, jak psy znacząco pomagają człowiekowi w jego codziennym życiu. Rezultaty zajęć z udziałem psa są też przypomnieniem, jak bardzo zwierzęta zasługują na godne życie u boku człowieka. ■

Red.

Co robimy podczas zwolnienia lekarskiego?

W 2017 r. olsztyński i elbląski ZUS kontrolował, czy mieszkańcy województwa prawidłowo wykorzystują zwolnienia lekarskie i czy faktycznie są chorzy.

KATARZYNA KRUPICKA

W ubiegłym roku ZUS w województwie warmińsko-mazurskim skontrolował prawie 5 tys. zwolnień lekarskich co do prawidłowości wykorzystania oraz prawie 10 tys. zasadności wystawienia zwolnień. Gdy u lekarza odbieramy zielony druk stwierdzający, że jesteśmy czasowo niezdolni do pracy, musimy pamiętać, że ZUS albo pracodawca może sprawdzić, czy grzecznie leżymy w łóżku, czy może dorabiamy na boku.

Kontrola prawidłowości wykorzystania zwolnienia lekarskiego polega na ustaleniu czy osoba ubezpieczona w okresie orzeczonej niezdolności do pracy nie wykonuje pracy zarobkowej albo czy nie wykorzystuje zwolnienia od pracy w sposób niezgodny z jego celem. Prawo pozwala na weryfikację każdego zwolnienia bez względu na zaznaczone w nim wskazania w postaci „chory powinien leżeć” lub „chory może chodzić”, czy symbol choroby. Bywa, że pracownicy ZUS, którzy chcą wykonać swoje obowiązki, spotykają się z odmową wpuszczenia do domu, a przedstawiane przez chorych powody takiego stanowiska są często bardzo oryginalne.

W wyniku przeprowadzonych kontroli, pracownicy Zakładu wykryli wiele nieprawidłowości. Osoby przebywające na zwolnieniu lekarskim wyjeżdżają na wycieczki, czym bardzo często chwali się na portalach społecznościowych. Najczęściej pójdzie na zwolnienie wykorzystywane jest na remonty i wykonywanie prac zarobkowych. Nietypowych anegdot z sytuacji, jakie zastają pracownicy ZUS – u podczas kontroli domowych u „chorych”, jest mnóstwo, np. pani w bardzo zaawansowanej ciąży malowała sufit i tłumaczyła, że lekarz jej tak zalecił, inny pan z chorym kręgosłupem wspinał się na drabinię i przycinał drzewka. Innym razem



Fot. pixabay.com

pracownicy kontrolujący zastali osobę przebywającą na zwolnieniu z powodu chorego kręgosłupa podczas naprawy samochodu czy prac w tartaku.

W wyniku kontroli wykorzystania zwolnień lekarskich w ZUS w Olsztynie pozbawiono prawa do zasiłku chorobowego 200 osób, natomiast w Elblągu 167 osób, w skutek czego zażądano zwrotu prawie 430 tys. zł. Coraz częściej ZUS występuje do samych pracodawców z zapytaniem, czy ich pracownicy nie wykonywali pracy zarobkowej przebywając na zwolnieniu. Okazuje się, że mając dwa zatrudnienia, bardzo często jesteśmy „chorzy” tylko u jednego, a u drugiego po prostu pracujemy. Po wykryciu takich nieprawidłowości, trzeba zwrócić wypłacone zasiłki łącznie z odsetkami. Jest to bardzo skuteczna metoda wykrywania nadużyć w związku z wykorzystywaniem zwolnień.

Innym sposobem kontroli zasadności wystawienia zwolnień lekarskich jest kontrola lekarza orzecznika. W Olsztynie w 2017 r. zostało przeprowadzo-

nych prawie 5 tys. badań lekarskich, natomiast w Elblągu prawie 5,5 tys. Lekarz orzecznik ZUS może sam zbadać pacjenta, może skierować go na badanie specjalistyczne, poprosić lekarza prowadzącego o udostępnienie dokumentacji medycznej dotyczącej pacjenta albo też zlecić wykonanie dodatkowych badań pomocniczych.

Jeżeli w czasie badania orzecznik stwierdzi, że jesteśmy już zdrowi, przerwie nasze zwolnienie i na jutro będziemy musieli stawić się w pracy. W wyniku takiej kontroli w Olsztynie zostało skróconych 251 zaświadczeń lekarskich, łącznie na 1710 dni, co daje kwotę prawie 107 tys. zł. Natomiast w Elblągu wydano 455 decyzji pozbawiających prawa do zasiłku na okres 3208 dni i kwotę prawie 200 tys. zł.

Musimy pamiętać, że biorąc zwolnienie lekarskie, zobowiązani jesteśmy do należytego wykorzystywania go zgodnie z przeznaczeniem i przebywania w podanym miejscu zamieszkania. ■

Od teraz szybciej zareklamujesz bilet

Do tej pory, by zareklamować bilet kolejowy, należało dostarczyć przewoźnikowi oryginał biletu (jeżeli został wydany w tradycyjnej „papierowej” formie). Od niedawna, o ile przewoźnik wskaże taką możliwość, przy składaniu reklamacji wystarczy zdjęcie lub skan biletu. Nowe przepisy wiążą się również ze zmianami dotyczącymi rozpatrywania reklamacji i możliwością dokonania jej drogą elektroniczną.

Zmiany są efektem nowelizacji rozporządzenia regulującego zasady wnoszenia i rozpatrywania reklamacji w transporcie drogowo-kolejowym, która weszła w życie 23 marca 2018 roku.

Nowe przepisy umożliwiają złożenie reklamacji drogą internetową. Jeśli przewoźnik zapewni taką możliwość, można będzie zrobić to poprzez internetowy formularz kontaktowy lub za pośrednictwem e-maila. W takiej sytuacji nie trzeba będzie wysłać pocztą oryginalnego biletu zakupionego w kasie czy w biletomacie – wystarczy załączyć skan lub zdjęcie. Przewoźnik może jednak zażądać dostarczenia oryginału lub kserokopii dokumentu (np. w celu weryfikacji roszczeń), ale musi zwrócić go listem poleconym najpóźniej w momencie wysyłki decyzji w sprawie reklamacji.

– Komunikacja przez internet staje się powszechna. Mam nadzieję, że przewoźnicy pójdą z duchem czasu i umożliwią składanie reklamacji e-mailem czy przez formularz na stronie internetowej. Liczę na to, że oryginałów dokumentów będą wymagać tylko w wyjątkowych przypadkach, np. gdy zdjęcie biletu będzie niewyraźne. Wykorzystanie nowych możliwości, które dają zmiany w prawie, pozwoli na odforma-



Fot. Rafał Sulek

lizowanie postępowania reklamacyjnego, co na pewno będzie korzystne dla pasażera – podkreśla Ignacy Góra, Prezes Urzędu Transportu Kolejowego.

Rozpatrywanie reklamacji

Od momentu wejścia w życie nowych przepisów jeśli pasażer wnieśli reklamację w kasie lub siedzibie firmy, przewoźnik ma obowiązek niezwłocznie potwierdzić pisemnie przyjęcie reklamacji. W przypadku tej składanej drogą elektroniczną, potwierdzenie powinno nadejść w przeciągu 7 dni od otrzymania reklamacji.

Termin rozpatrzenia reklamacji pozostaje taki jak dotychczas, czyli 30 dni

(przy czym wyznacza go data nadania odpowiedzi). Warto wspomnieć, że od teraz przewoźnik musi poinformować pasażera o jego prawie do odwołania się od niesatysfakcjonującej decyzji reklamacyjnej.

Informacja o rozstrzygnięciu sprawy zostanie dostarczona pasażerowi w ten sam sposób, w który dokonano reklamacji. Można jednak zastrzec sobie inną możliwość: podczas składania reklamacji drogą internetową można zaznaczyć opcję odpowiedzi listem poleconym i na odwrót, czyli poprosić o nadesłanie informacji e-mailem przy wnoszeniu reklamacji w formie tradycyjnej. ■

Oprac. MS

Zagraniczny wyjazd? Nie zapomnij o EKUZ

Rozpoczęły się wakacje. Wielu z nas zapewne podjęło już decyzję o urlopie. Warto więc zadbać o rzecz najważniejszą – ubezpieczenie. Ministerstwo cyfryzacji przypomina, że przed wyjazdem za granicę warto wyrobić Europejską Kartę Ubezpieczenia Zdrowotnego (EKUZ). Teraz zrobimy to przez Internet.

EKUZ zapewnia nam i naszym dzieciom możliwość korzystania ze świadczeń zdrowotnych w krajach Unii Europejskiej oraz krajach Europejskiego Stowarzyszenia Wolnego Handlu.

Dostać ją może każdy, kto posiada ubezpieczenie zdrowotne w Narodowym Funduszu Zdrowia oraz osoby, które są

nieubezpieczone, ale mają prawo do korzystania z opieki medycznej w Polsce.

Europejska Karta Ubezpieczenia Zdrowotnego jest bezpłatna, a zawniósować o nią można na kilka sposobów, m.in. w oddziale NFZ czy online. Wszystkie niezbędne informacje dotyczące sposobu wnioskowania o EKUZ znajdują się

na stronie Ministerstwa Cyfryzacji.

Ile trzeba czekać na wydanie karty?

NFZ zapewnia, że EKUZ zostanie wyrobiona w ciągu 3–5 dni roboczych od momentu otrzymania naszego wniosku. Jeśli karta ma zostać do nas wysłana,

należy doliczyć czas przesyłki.

Przypominamy, że w skład krajów UE wchodzi: Austria, Belgia, Bułgaria, Chorwacja, Cypr, Czechy, Dania, Estonia, Finlandia, Francja, Grecja, Hiszpania, Holandia, Irlandia, Litwa, Luksemburg, Łotwa, Malta, Niemcy, Polska, Portugalia,

Rumunia, Słowacja, Słowenia, Szwecja, Węgry, Wielka Brytania, Włochy, a do EFTA należą: Islandia, Liechtenstein, Norwegia, Szwajcaria.

Należy pamiętać, że nie każda usługa medyczna w tych krajach będzie bezpłatna. Zanim pójdziemy do lekarza za gra-

nicą należy upewnić się, czy zapłacimy za usługę, której potrzebujemy. Warto więc sprawdzić na jakich zasadach możemy korzystać z usług medycznych w danym kraju oraz jakie są ewentualne koszty leczenia. ■

Źródło: www.nfz.gov.pl

PRAWO

Co i ile może zabrać nam komornik?

Problemy finansowe czy postępowanie egzekucyjne prowadzone wobec osoby zadłużonej często wywołuje obawy, że dokonywane w toku egzekucji zajęcia pozbawią ją środków do życia. Należy mieć na uwadze, że komornik sądowy realizuje wnioski wierzyciela i działa na wyraźne jego polecenia m.in. z jakich składników majątku ma być prowadzona egzekucja, czy ma być prowadzona z nieruchomości, ruchomości, rachunku bankowego, otrzymywanych przez dłużnika dochodów w postaci wynagrodzenia za pracę lub przyznanych świadczeń, dlatego zawsze warto jest porozumieć się z wierzycielem co do terminów i wysokości spłat zadłużenia, ponieważ nie ulega wątpliwości, że egzekucja jest dla dłużnika najbardziej uciążliwym sposobem na odzyskanie należności przez wierzyciela.

Eliza Krakowska - Mowińska

Radca Prawny

Przepisy prawa gwarantują jednak minimum egzystencji poprzez ustalenie limitów zajęć egzekucyjnych w postaci kwot wolnych od potrąceń, które muszą pozostać do dyspozycji dłużnika. Podstawą do prowadzenia postępowania egzekucyjnego, jest posiadanie przez wierzyciela tytułu wykonawczego, którym najczęściej jest wyrok lub postanowienie sądu albo ugoda, opatrzone klauzulą wykonalności. Przepisy kodeksu pracy w rozdziale dotyczącym ochrony wynagrodzenia za pracę czy ustawa o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych precyzyjnie wskazują należności, które podlegają potrąceniu, kolejność i możliwą wysokość dokonywania potrąceń oraz kwoty wolne od potrąceń.

Uprzywilejowanie świadczeń alimentacyjnych

W pierwszej kolejności potrąceniu podlegają kwoty zasądzone z tytułu świadczeń alimentacyjnych. Potrącenia z wynagrodzenia za pracę mogą być dokonywane w przewidzianych w kodeksie pracy granicach tj. podczas egzekucji świadczeń alimentacyjnych - do wysokości $\frac{3}{5}$ wynagrodzenia, natomiast podczas egzekucji innych należności

lub potrącania zaliczek pieniężnych - do wysokości $\frac{1}{2}$ wynagrodzenia. Jeżeli pracownikowi dokonywane są potrącenia na pokrycie należności innych niż świadczenia alimentacyjne i udzielone pracownikowi zaliczki pieniężne, wówczas potrącenia nie mogą w sumie przekraczać $\frac{1}{2}$ wynagrodzenia, a łącznie z potrąceniami należności z tytułu świadczeń alimentacyjnych - $\frac{3}{5}$ wynagrodzenia. Niezależnie od tych potrąceń kary pieniężne potrąca się w granicach określonych w ten sposób, że kara pieniężna za jedno przekroczenie, jak i za każdy dzień

nieusprawiedliwionej nieobecności, nie może być wyższa od jednodniowego wynagrodzenia pracownika, a łącznie kary pieniężne nie mogą przewyższać dziesiątej części wynagrodzenia przypadającego pracownikowi do wypłaty, po dokonaniu wszelkich innych potrąceń. Jeżeli pracownik otrzyma nagrodę czy dodatkowe wynagrodzenie roczne, ma udział w zysku lub w nadwyżce bilansowej wówczas przy zaspokojeniu świadczeń alimentacyjnych podlegają one egzekucji do pełnej wysokości. Jeżeli w danym roku dłużnik dokonał nadpłaty podatku, komornik ma prawo



Fot. pixabay.com

zając należny mu z Urzędu Skarbowego zwrot pieniędzy.

Kwoty wolne od potrąceń wynagrodzenia za pracę

Wyszczególnione zostały również kwoty wynagrodzenia za pracę wolne od potrąceń, co w praktyce oznacza, że pracownik ma zapewnioną wypłatę minimalnego wynagrodzenia za pracę gdy jest zatrudniony w pełnym wymiarze czasu pracy, a potrącenia dokonywane są na pokrycie należności innych niż świadczenia alimentacyjne (w 2018 roku jest to kwota 2.100 zł brutto czyli 1530 zł netto). Przy potrącaniu zaliczek pieniężnych udzielonych pracownikowi pracodawca wypłaca pracownikowi jedynie 75% minimalnego wynagrodzenia za pracę, z kolei przy potrącaniu kar pieniężnych przekazuje pracownikowi 90% minimalnego wynagrodzenia za pracę. Potrącenia z wynagrodzenia za pracę są dokonywane po odliczeniu z kwoty przysługującego pracownikowi wynagrodzenia składek na ubezpieczenia społeczne oraz zaliczki na podatek dochodowy od osób fizycznych. Warto zwrócić uwagę, że w sytuacji zatrudnienia pracownika w niepełnym wymiarze czasu pracy, zagwarantowane pracownikowi do wypłaty wyżej wymienione kwoty wolne od potrąceń ulegają odpowiedniemu zmniejszeniu proporcjonalnie do wymiaru czasu pracy. Opisane uregulowania, dotyczące również kwoty wolnej od potrąceń, nie mają zastosowania do umowy zlecenia bądź umowy o dzieło, a jedynie do stosunku pracy. Jeżeli jednak praca na podstawie umowy cywilnoprawnej (zlecenia, o dzieło) jest jedynym źródłem utrzymania, dłużnik może zabiegać o to, aby zostać potraktowanym według zasad obowiązujących jak w przypadku umowy o pracę. W tym celu powinien udokumentować, że pracuje u jednego pracodawcy przez dłuższy czas oraz otrzymuje stałe dochody, których celem jest zapewnienie utrzymania.

Zasiłki

Wynagrodzenie ze stosunku pracy podlega egzekucji w zakresie określonym w przepisach kodeksu pracy, który stosuje się odpowiednio do zasiłków dla bezrobotnych, dodatków aktywizacyjnych, stypendiów oraz dodatków

szkoleniowych, wypłacanych na podstawie przepisów o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy. Od 1 stycznia 2019 roku przepisy dotyczące potrąceń z wynagrodzenia za pracę, jak i związane z tym kwoty wolne od potrąceń określone w kodeksie pracy, będą miały zastosowanie odpowiednio do wszystkich świadczeń powtarzających się, których celem jest zapewnienie utrzymania albo stanowiących jedyne źródło dochodu dłużnika będącego osobą fizyczną.

Zgodnie z ustawą o postępowaniu egzekucyjnym w administracji do egzekucji ze świadczeń pieniężnych, przysługujących z ubezpieczenia społecznego w razie choroby i macierzyństwa (do których zalicza się zasiłek chorobowy, świadczenie rehabilitacyjne, zasiłek wyrównawczy, zasiłek macierzyński czy zasiłek opiekuńczy) stosuje się przepisy o egzekucji ze świadczeń przewidzianych w przepisach o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych. Pomimo, że zastępują one wynagrodzenie, a zazwyczaj ich wysokość jest od niego niższa, to podlegają one egzekucji. Obowiązują również kwoty wolne od egzekucji. Natomiast nie podlegają egzekucji świadczenia alimentacyjne, świadczenia pieniężne wypłacane w przypadku bezskuteczności egzekucji alimentów, świadczenia rodzinne, dodatki rodzinne, pielęgnacyjne, porodowe, dla sierot zupełnych, zasiłki dla opiekunów, świadczenia z pomocy społecznej, świadczenia wychowawcze oraz jednorazowe świadczenie z tytułu urodzenia się dziecka z ciężkim i nieodwracalnym upośledzeniem albo nieuleczalną chorobą zagrażającą życiu, które powstały w prenatalnym okresie rozwoju dziecka lub w czasie porodu. Egzekucja nie obejmuje również świadczeń, dodatków i innych kwot, o których mowa w ustawie o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej, środków finansowych przeznaczonych na utrzymanie lokalu mieszkalnego w budynku wielorodzinnym lub domu jednorodzinnego, przyznawanych w oparciu o ustawę o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej, w części przysługującej na umieszczone w rodzinie zastępczej lub rodzinnym domu dziecka dzieci i osoby, które osiągnęły pełnoletność przebywając w pieczy zastępczej. Niemniej jednak, jeśli świadczenia



Fot. pixabay.com

wpływają na konto, a komornik zajmie rachunek bankowy (wolne od zajęcia rachunku bankowego są kwoty do wysokości 75% minimalnego wynagrodzenia brutto) w praktyce okaże się, że dopóki nie wyjaśnimy sprawy, nie jesteśmy w stanie dysponować świadczeniami nieobjętymi egzekucją, ponieważ komornik nie ma wglądu do źródła, z którego zostały przekazane i skąd pochodzą. Jeśli zatem dłużnik otrzymuje alimenty na dziecko, warto założyć mu osobne konto bankowe tylko w tym celu, a jeżeli istnieje taka możliwość, zasiłki niepodlegające zajęciu egzekucyjnemu warto jest odbierać osobiście.

Kwoty wolne od potrąceń emerytury, renty

Ze świadczeń pieniężnych takich, jak emerytura czy renta, po odliczeniu składki na ubezpieczenie zdrowotne oraz zaliczki i innych należności z tytułu podatku dochodowego od osób fizycznych, mogą być również dokonywane potrącenia na zaspokojenie należności alimentacyjnych jak i innych należności, wynikających z tytułów wykonawczych w przewidzianych ustawą granicach, które zostały określone w sposób następujący:

- co do świadczeń alimentacyjnych - do wysokości 60% świadczenia,
- należności egzekwowanych związanych z odpłatnością za pobyt w domach pomocy społecznej, odpłatnością za pobyt w zakładach opiekuńczo-leczniczych, odpłatnością za pobyt w zakładach pielęgnacyjno-opiekuńczych - do wysokości 50% świadczenia,

- innych egzekwowanych należności
- do wysokości 25% świadczenia.

Emerytury i renty są wolne od egzekucji i potrąceń, w części odpowiadającej:

- 50% kwoty najniższej emerytury lub renty - zależnie od rodzaju pobieranego przez emeryta (rencistę) świadczenia - przy potrącaniu należności alimentacyjnych, wraz z kosztami i opłatami egzekucyjnymi,

- 75% kwoty najniższej emerytury lub renty - przy potrącaniu na pokrycie należności innych niż świadczenia alimentacyjne,

- 20% najniższej emerytury lub renty przy potrącaniu należności z tytułu odpłatności za pobyt osób uprawnionych do świadczeń w domach pomocy społecznej, zakładach opiekuńczo-leczniczych lub zakładach pielęgnacyjno-opiekuńczych.

Od 1 lipca 2018 roku wymienione kwoty wolne od potrąceń będą podlegać corocznej waloryzacji od dnia 1 marca na zasadach określonych dla emerytur i rent. Ponadto jeżeli po odliczeniu składki na ubezpieczenie zdrowotne oraz zaliczki i innych należności z tytułu podatku dochodowego od osób fizycznych wysokość świadczenia będzie niższa niż kwota świadczenia wolna od potrąceń i egzekucji, potrącenia i egzekucja nie będą dokonywane. Kwoty wolne od potrąceń i egzekucji ustala się dla emerytur i rent wraz ze wszystkimi wzrostami, zwiększeniami, dodatkami oraz innymi świadczeniami wypłacanymi wraz z emeryturą lub rentą na podstawie odrębnych przepisów, z wyłączeniem świadczeń rodzinnych oraz dodatku dla sierot zupełnych, dodatku pielęgnacyjnego i dodatku weterana poszkodowanego. W razie zbiegu uprawnień do dwóch lub więcej świadczeń pieniężnych kwotę wolną od egzekucji i potrąceń ustala się od jednego - wyższego świadczenia.

W chwili obecnej kwoty najniższej renty z tytułu niezdolności do pracy wynoszą: 1000,00 zł miesięcznie dla osób całkowicie niezdolnych do pracy, a 750,00 zł miesięcznie dla osób częściowo niezdolnych do pracy. Kwota najniższej emerytury oraz renty rodzinnej również wynosi 1000,00 zł miesięcznie. ■

ZDROWIE

Rehabilitacja na miarę

Tak sopockie stowarzyszenie Re-Misja nazwało swój projekt skierowany do osób chorych, stanowiący odpowiedź na potrzeby osób chorych reumatycznie z województwa pomorskiego, które wymagają stałej rehabilitacji.

Na choroby reumatyczne chorują osoby zarówno starsze, jak i młode. Dane statystyczne wskazują, że najczęściej występującą chorobą reumatyczną jest reumatoidalne zapalenie stawów (RZS), a po niej zesztywniające zapalenie stawów kręgosłupa (ZZSK), łuszczycowe zapalenie stawów oraz toczeń, na które to choroby zapada coraz więcej młodych ludzi. W Polsce osób chorujących ogólnie na choroby reumatyczne jest ok. 10 milionów, w tym na RZS – ok. 165 tysięcy, na toczeń ok. 20 tysięcy (liczba osób z rozpoznaną chorobą, a rzeczywistość jest większa), zaś na ZZSK – ok. 25 tysięcy. Choroba szybko doprowadza do niepełnosprawności – w Polsce mówi się o ok. 1,5 miliona osób niepełnosprawnych z powodu chorób reumatycznych. Szacuje się, że po 5 latach choroby 50 procent chorych na RZS traci zdolność do pracy, a po 10 latach liczba ta wzrasta niemal do 100 procent.

Główne problemy chorych

- Doświadczenia stowarzyszenia Re-Misja potwierdzają występowanie trzech głównych problemów. Przede wszystkim chorzy reumatycznie nie mają powszechnego dostępu do rehabilitacji adekwatnej do ich potrzeb i możliwości. Refundowana rehabilitacja osób chorych reumatycznie polega głównie na poddaniu ich zabiegom fizykoterapeutycznym (takim jak laser, krioterapia, pole magnetyczne itp.) przepisany przez lekarza. Zabiegi te przysługują choremu teoretycznie raz w roku, ale w praktyce procedura jest długotrwała – bywa, że od pierwszej wizyty u reumatologa do otrzymania rehabilitacji pacjent czeka 2 lata – tłumaczy Magdalena Misuno ze Stowarzyszenia Re-Misja, koordynator projektu.
- Ponadto rehabilitacja na NFZ polega na tym, że chory otrzymuje



10 zabiegów, na które uczęszcza codziennie przez 2 tygodnie (w dni robocze). Dla osób czynnych zawodowo powoduje to dodatkowe uciążliwości związane m.in. z koniecznością zwalniania się z pracy lub wzięcia urlopu przez chorego na 2 tygodnie. Po takiej intensywnej rehabilitacji pacjenci są zwyczajnie zmęczeni (zarówno ćwiczeniami, jak i codziennymi dojazdami), a przez to niezdolni do podejmowania innych działań. Ponadto rehabilitacja ta ma niewystarczający potencjał edukacyjny: pacjent nie wyrabia w sobie codziennego nawyku ćwiczeń czy ruchu – dodaje Magdalena Misuno.

Drugim poważnym problemem jest niedostosowanie oferty do potrzeb pa-

potrzeb

mogą jednak uczestniczyć w zajęciach w wodzie. Dlatego też projekt zrealizowany przez stowarzyszenie Re-Misja był również dostosowany do ich potrzeb – zaproponowano im indywidualne zajęcia fizjoterapeutyczne wykonywane przez profesjonalnych rehabilitantów w domach pacjentów – mówi Magdalena Misuno.

Skutkiem braku rehabilitacji lub

są skazane na samotną walkę z chorobą.

Ruch to zdrowie

– Trzecim poważnym problemem jest niedostateczna świadomość osób chorujących o wpływie aktywności fizycznej na chorobę reumatyczną – wyjaśnia Grzegorz Madej, trener personalny, członek Stowarzyszenia Re-Misja. – Wielu chorych mimo możliwości mało się rusza, nie ćwiczy, nie chodzi choćby na codzienne spacerunki. Powodem tego jest ból oraz niewiedza o konieczności ruchu mimo bólu (adekwatne do schorzenia ćwiczenia fizyczne oraz ruch usprawniają chorych, uśmierzają ból, a regularne ich uprawianie nie dopuszcza do całkowitej niepełnosprawności). Im więcej osoba chora reumatycznie ma dostępu do zajęć rehabilitacyjnych i im bardziej jest aktywna, tym większą ma szansę na sprawne funkcjonowanie i samodzielność.

Adresaci projektu od marca do połowy maja 2018 roku (przez 10 tygodni) dwa razy w tygodniu uczestniczyli w rehabilitacji, obejmującej ćwiczenia, naukę pływania albo rekreację w basenie lub indywidualne zajęcia z fizjoterapeutą.

Rehabilitacja odbyła się w Sopocie, Gdańsku, Gdyni, Starogardzie Gdańskim, Władysławowie, Bolszewie i Malborku – w miejscach zamieszkania uczestników. Brali w niej udział zarówno członkowie stowarzyszenia Re-Misja, jak i osoby spoza organizacji, które zgłosiły się do projektu w wyniku rekrutacji.

– Projekt stowarzyszenia Re-Misja „Rehabilitacja na miarę potrzeb”, sfinansowany ze środków Fundacji PZU, miał na celu nie tylko polepszenie sprawności chorych reumatycznie biorących w nim udział, ale także wyrobienie w nich świadomości potrzeby ruchu każdego dnia. Według opinii zawartych w ankietach po odbytej rehabilitacji efekt ten osiągnięto: zdecydowana większość uczestników zadeklarowała więcej się ruszać i ćwiczyć oraz wykonywać gimnastykę przynajmniej 3 razy w tygodniu, a niektórzy nawet codziennie. I co najważniejsze: polepszyło się samopoczucie i kondycja fizyczna wszystkich uczestników projektu – podkreśla Magdalena Misuno. ■

Red.



Fot. nadesłana

pacjenta oraz brak refundacji przez NFZ ćwiczeń usprawniających w wodzie (poza zajęciami w basenie solankowym, np. w Pomorskim Centrum Reumatologicznym w Sopocie), które są jednymi z najbardziej korzystnych zabiegów rehabilitacyjnych. Czasem dla chorych ważne jest samo przebywanie w wodzie, chodzenie w niej, a także pływanie czy zajęcia typu aquaerobik czy aquacycling (jazda na stacjonarnym rowerze w wodzie pod okiem instruktora).

– Woda odciąża stawy, przez co możliwe jest chodzenie w niej oraz ćwiczenia bez obciążania schorowanych stawów. Takie zajęcia czy sama rekreacja niestety kosztują, a nie każdego chorego na nią stać. Nie wszyscy chorzy reumatycznie

rzadkiego do niej dostępu jest to, że choroba reumatyczna doprowadza szybciej do inwalidztwa, a przez to wykluczenia społecznego i zawodowego. Chorzy przewlekłe częściej chodzą na zwolnienia chorobowe z powodu pogorszenia stanu zdrowia, przez co częściej są narażani na zwolnienia z pracy. Brak możliwości pracy zawodowej skutkuje tym, że coraz więcej chorych pobiera rentę i inne zasiłki, a sami chorzy nie są zadowoleni ze swojego życia i sytuacji materialnej (renta z tytułu niezdolności do pracy to ok. 900 zł netto). Chorują najczęściej kobiety, które z powodu widocznych oznak choroby są w dużej liczbie przypadków porzucane przez swoich partnerów życiowych, przez co najczęściej

Sukces na wyciągnięcie ręki

W przyszłym roku w Abu Dhabi odbędą się Światowe Letnie Igrzyska Olimpiad Specjalnych. Wraz z 63 innymi zawodnikami nasz kraj w Zjednoczonych Emiratach Arabskich będzie reprezentowała Katarzyna Janicka, uczennica SOSW nr 1 w Elblągu, która niedawno osiągnęła sukces w ogólnopolskich rozgrywkach.

ŻANETA BUCZYŃSKA

Od 9 do 12 czerwca odbywały się XI Ogólnopolskie Letnie Igrzyska Olimpiad Specjalnych Katowice – Chorzów – Mikołów, gdzie wystartowała trójka zawodników z Klubu Olimpiad Specjalnych „Rekord”, który działa przy SOSW nr 1 w Elblągu. W badmintonie Oddział Warmińsko – Mazurski Olimpiad Specjalnych reprezentowała Katarzyna Janicka, a w bowlingu debiutant Adrian Kocak oraz absolwent SOSW nr 1 w Elblągu Karol Musik. W sumie 1000 zawodników z niepełnosprawnością intelektualną zmierzyło się w 11 dyscyplinach sportowych. Patronat Honorowy nad imprezą objęła Pierwsza Dama Agata Kornhauser – Duda. Elbląscy zawodnicy zdobyli łącznie cztery medale. Katarzyna Janicka wywalczyła dwa złota w badmintonie, jeden w rywalizacji pojedynczej, a drugi w deblu. Adrian Kocak zdobył w bowlingu brąz w rywalizacji pojedynczej oraz srebro w deblu wraz z Karolem Musikiem.

W poniedziałek ze wszystkich złotych medalistów wylosowano grupę zawodników, którzy 14 marca 2019 roku wyruszą reprezentować nasz kraj na Światowych Letnich Igrzyskach Olimpiad Specjalnych w Abu-Dhabi w Zjednoczonych Emiratach Arabskich. W sumie Polskę będzie reprezentować 64 zawodników w różnych dyscyplinach sportowych. Wśród nich znalazła się Katarzyna Janicka.

Uczennica Specjalnego Ośrodka Szkolno – Wychowawczego nr 1 w Elblągu „lubi sport i aktywność, jest ambitna i zmotywowana. Od początku edukacji związana jest ze sportem. Swoich sił próbuje



Fot. nadesłana

nie tylko w badmintonie. Jeździ konno, bierze udział w gimnastyce i bowlingu, ma na swoim koncie sporą liczbę medali. W październiku 2017 roku zdobyła złoto na X Ogólnopolskim Turnieju Badmintona Olimpiad Specjalnych w Trzciance. W tym samym miesiącu startowała w IX Ogólnopolskim Mitingu Jeździeckim Olimpiad Specjalnych w Drzonkowie.

– Cieszymy się bardzo i jesteśmy dumni, że nasza zawodniczka osiągnęła taki sukces i ma szansę wyjechać na Światowe Letnie Igrzyska Olimpiad Specjalnych. Życzymy jej dużo szczęścia i aby wróciła z medalami – powiedziała Małgorzata Kliks, opiekunka i trenerka Katarzyny Janickiej. – Dla uśmiechu i radości dzieciaków i ich rodziców warto starać się, żeby wydobyć potencjał uczniów – dodała. ■

Debiut sitwake'a podczas Mistrzostw Polski

W tym roku po raz pierwszy podczas mistrzostw Polski w wakeboardzie i wakeskacie za wyciągiem o medale będą też walczyć niepełnosprawni zawodnicy w kategorii sitwake.

BARTOSZ SOSNÓWKA

Współpraca pomiędzy Avalon Extreme i Polskim Związkiem Motorowodnym i Narciarstwa Wodnego to wypadkowa pokrywających się działań obu organizacji. Związek prowadzi cztery dyscypliny sportu, jedną z nich jest wakeboard, będący „starszym bratem” sitwake'a, czyli odmiany wake'a dla niepełnosprawnych. Wspólne działania mają za zadanie rozszerzyć zasięg wydarzeń realizowanych przez Avalon Extreme. Jednym z najważniejszych aspektów będzie stworzenie oddzielnej kategorii dla sitwake'owców podczas mistrzostw Polski za wyciągiem, które odbędą się w Sosnowcu w ośrodku Wake Zone Stawiki pod koniec lipca br.

– To dla nas naturalna współpraca i naturalny kierunek rozwoju tej dyscypliny. Sitwake jest coraz popularniejszy na świecie, a w Polsce coraz częściej spotykamy wspaniałych ludzi, którzy pomimo niepełnosprawności realizują swoją pasję poprzez pływanie na jednej desce. Co ważne, udowadniają w ten sposób, że sporty ekstremalne są dla każdego. Wystarczy



Fot. nadesłana

silny charakter i ciężka praca. Myślę, że dając im możliwość walki o medale i tytuły mistrzostw Polski, jeszcze bardziej ich mobilizujemy i popularyzujemy ten piękny sport – mówi Paweł Szabelewski, sekretarz generalny Polskiego Związku Motorowodnego i Narciarstwa Wodnego. ■

WTZ-y w Bażantarni

Integracyjny Bieg Terenowy WTZ „Bażantarnia”, który w tym roku odbył się po raz czwarty, osiągnął rekordową frekwencję. Z ekstremalnymi warunkami towarzyszącymi biegowi zmierzyły się drużyny z 17 placówek.

MONIKA SZALAŚ

– W biegu pojawia się element rywalizacji, ale tak naprawdę najbardziej zależy nam na integracji. Chcielibyśmy, żeby oprócz sportowych rozgrywek uczestnicy warsztatów z różnych miejscowości mogli wspólnie spędzić czas i nawiązać kontakty – zaznacza Elżbieta Zaradkiewicz, kierownik Warsztatu Terapii Zajęciowej F.P.D.N. im. Matki Teresy z Kalkuty.

Placówce udało się stworzyć nową tradycję, ponieważ Integracyjny Bieg Terenowy WTZ „Bażantarnia” nie tylko zagościł w społecznej świadomości, ale przede wszystkim wpisał się w kalendarz imprez terenowych w najpiękniejszej części Elbląga. O rosnącej popularności wydarzenia świadczy liczba placówek, które 29 maja wzięły udział w biegu.

– W ubiegłym roku startowało 10 drużyn, w tym – 17. Jesteśmy pod wrażeniem, szczególnie że przyjechali uczestnicy z odległych miejsc. Mieliśmy w tej edycji aż trzy województwa. Widać, że echo naszej imprezy poszło w świat, z czego bardzo się cieszymy – mówi Justyna Głódź.

– I daję nam dużą satysfakcję jako organizatorom, bo widzimy, że robimy coś fajnego, co się sprawdza, co trzeba kontynuować. Co roku spotykamy się z bardzo pozytywnym odzewem, a zaraz po zakończeniu wydarzenia dostajemy pytania o datę kolejnego – dodaje Anna Żubrowska.

Bieg terenowy w Bażantarni to ich inicjatywa. Obie panie od lat działają w środowisku osób z niepełnosprawnościami i wiedzą, że choć niepełnosprawność sama w sobie każdego dnia stawia wyzwania, to nic nie stoi na przeszkodzie, by pojawiały się nowe.

– Zawsze staramy się wprowadzać nowe zadania, urozmaicać bieg. Teraz zmieniliśmy też układ tras. Nigdy nie będzie tak samo – zapowiada Justyna Głódź.

W tym roku uczestnicy musieli zmierzyć się z takimi wyzwaniami jak: przejście przez wodę, po linie i pod siatką, wykrywanie metali specjalnym sprzętem, odnalezienie punktu, zadanie medyczne czy napętnienie



Fot. Rafał Sulek

wiaderka wodą za pomocą gąbki. Sama trasa, choć liczy zaledwie trzy kilometry, do najłatwiejszych nie należy.

– Na początku byliśmy bardzo zestresowani, bo po raz pierwszy brałyśmy w tym udział i nie wiedziałyśmy czego się spodziewać. Koleżanki były wcześniej, zapewniały, że to dobra zabawa. Miały rację, chociaż muszę przyznać, że bieg i zadania były sporym wyzwaniem – mówi Natalia Górka, studentka pedagogiki specjalnej w PWSZ w Elblągu.

– Trasę przygotowuje i zabezpiecza Elbląski Klub Orienteeringu „Gryf”. My jako terapeutki sprawdzamy ją tylko pod kątem możliwości uczestników i ich bezpieczeństwa. Żeby ją przeżyć i wykonać wszystkie zadania, potrzebny jest team building, czyli współpraca drużyny. Jedna osoba na pewno nie poradzi sobie z wyzwaniami – tłumaczy Anna Żubrowska.

Drużyna składa się z trzech osób z niepełnosprawnością, terapeuty z danej placówki oraz dwóch wolontariuszy z Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Elblągu. Każdy z członków musi wykazać się zaangażowaniem, żeby zapewnić grupie szansę na wygraną.

– Wszyscy muszą ze sobą współpracować, a integracja pojawia się na różnych poziomach – podkreśla Justyna Głódź.

– Czasem pod koniec biegu uczestnicy biegną już pod rękę wspierani przez wolontariuszy, a czasem jest na odwrót: to właśnie uczestnicy są „siłą napędową” dla

wolontariuszy – śmieje się Anna Żubrowska.

Wzajemne wsparcie jest kluczowe, ponieważ ci, którzy zajmą miejsca na podium, mają pierwszeństwo wyboru nagrody. Ważniejsza jest jednak integracja i dobra zabawa, a organizatorzy zadbali o to, by nikt nie wrócił z pustymi rękoma: dla uczestników przygotowano medale, puchary i pamiątki.

Poniżej prezentujemy wyniki IV Integracyjnego Biegu Terenowego WTZ „Bażantarnia”

- 1 WTZ Bartoszyce 29,19
- 2 WTZ Stowarzyszenie „Tacy Sami”, Elbląg 29,55
- 3 WTZ Morąg 29,57
- 4 WTZ Marzęcino 31,11
- 5 WTZ Gruta 33,39
- 6 WTZ Władysławowo 34,39
- 7 WTZ Elk 35,54
- 8 WTZ Grudziądz 36,05
- 9 WTZ F.P.D.N Matki Teresy z Kalkuty, Elbląg 37,20
- 10 WTZ Tolkmicko 37,22
- 11 WTZ Susz 39,20
- 12 WTZ Kętrzyn 39,22
- 13 WTZ Frombork 39,30
- 14 WTZ Orneta 39,37
- 15 WTZ Koniecwałd 40,32
- 16 WTZ Tczew 41,52
- 17 WTZ Kowalewo Pomorskie 58,26

Fotorelację z wydarzenia zobaczyć można na razemztoba.pl/18216 ■

Słuchawki do zadań specjalnych

Rynek medycznych urządzeń wearables, czyli inteligentnych akcesoriów do noszenia na ciele, rośnie bardzo dynamicznie. Na rynek trafiają słuchawki, które oprócz słuchania muzyki, pozwalają także nieustannie kontrolować temperaturę ciała, tętno, a także natlenienie organizmu. Urządzenia tego typu mogą być przyszłością medycyny domowej.

– Pracujemy nad bardzo precyzyjnym urządzeniem, umieszczanym w przewodzie słuchowym, które służy do monitorowania różnych parametrów życiowych, takich jak tętno, temperatura ciała czy nasycenie tlenem – mówi w rozmowie z agencją informacyjną Newseria Innowacje dr Johannes Kreuzer, prezes zarządu firmy Cosinuss.

Badanie parametrów życiowych poprzez urządzenia douszne jest coraz popularniejsze. Na rynku za kilkadziesiąt złotych dostępny jest czujnik tętna Grove. Zestaw zawiera klips na ucho z przewodem oraz moduł odbiornika. Wynik można wyświetlić na monitorze przez port szeregowy. Za nieco ponad 200 zł można natomiast kupić douszny czujnik saturacji, czyli nasycenia hemoglobiny tlenem. Na rynku nie brakuje również elektronicznych termometrów dousznych.

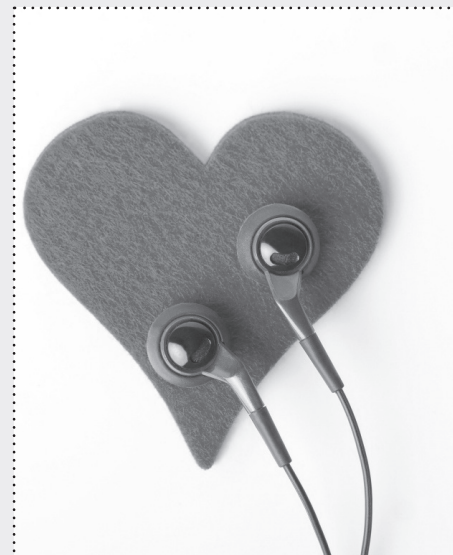
Słuchawki Cosinuss łączą funkcjonalność dostępnych na rynku urządzeń, a przy

tym pozwalają słuchać ulubionej muzyki ze smartfona. Ich koszt to ok. 120 euro.

– Słuchawki można podłączyć przez Bluetooth do praktycznie każdego smartfona, ale oprócz możliwości słuchania muzyki, posiadają zintegrowane i dostosowane czujniki do monitorowania zdrowia. Można korzystać z naszej aplikacji, ale również z innych aplikacji sportowych – zapewnia Johannes Kreuzer.

We wrześniu zadebiutuje wersja słuchawek Cosinuss przeznaczona dla dzieci.

– Opracowaliśmy także wersję dla dzieci, którą można zakładać do snu, by w sposób ciągły mierzyć temperaturę, na przykład gdy dziecko gorączkuje. W przypadku chorego dziecka możemy obserwować, czy gorączka spada, czy wzrasta, a także czy zastosowane leczenie jest skuteczne. W przypadku przekroczenia ustalonej wartości otrzymamy powiadomienie. Jednocześnie na smartfonie możemy obserwować



Fot. pixabay.com

barwną prezentacją mierzonego zakresu temperatur – informuje prezes zarządu Cosinuss. ■

Źródło: innowacje.newseria.pl

Echolokacja szansą dla niewidomych?

Część osób niewidomych i niedowidzących potrafi odwzorować świat na podstawie wydawanych dźwięków i nasłuchiwanie przekazującego dane echa. Echolokacja jest możliwa do wykorzystania przez ludzi, podobnie jak są w stanie robić to nietoperze czy delfiny, jednak takiej umiejętności trzeba się nauczyć. Polscy badacze pracują nad stworzeniem gry, która przy wykorzystaniu dźwięków binauralnych umożliwi rozwój zdolności echolokacji u osób z dysfunkcją wzroku. Problem ten dotyczy nawet 1,8 mln Polaków.

– Projekt polega na stworzeniu narzędzi, które umożliwią rozwój zdolności echolokacji, głównie u osób niewidomych i słabo widzących. Echolokacja to odwzorowanie świata na podstawie dźwięku odbitego. Chcemy nagrywać dźwiękami binauralnymi otaczającą przestrzeń po to, żeby później można było to wielokrotnie odsłuchiwać. Mając tę samą powtarzalną sytuację można się nauczyć, jaka informacja jest przekazywana w tych dźwiękach – tłumaczy w rozmowie z agencją Newseria Innowacje Sławomir Strugarek, analityk Transition Technologies.

Naukowcy z Uniwersytetu Zachodniego Ontario w Kanadzie, którzy zbadali mózgi dwóch niewidomych na co dzień korzystających z echolokacji stwierdzili, że przy interpretacji takich dźwięków aktywuje się płat potyliczny, czyli obszar mózgu odpowiedzialny za skojarzenia wzrokowe. Choć nie każdy niewidomy potrafi w ten sposób rozpoznawać świat, można się tego nauczyć. Firmy Utilitia i Transition Technologies chcą stworzyć grę umożliwiającą poruszanie się po wirtualnie odwzorowanej przestrzeni przy wykorzystaniu dźwięków binauralnych.

Red.

Przez krawiectwo do samowystarczalności

Okolicie ulicy Kościuszki to jedno z bardziej niedocenianych miejsc Elbląga. Bliskość szkół i przystanku autobusowego, do tego mały osiedlowy sklepik i otaczająca zieleń, sprawiają wrażenie pewnej izolacji od miejskiego zgiełku. Nie każdy zdaje sobie sprawę, że przy tej samej jednokierunkowej uliczce mieści się Centrum Integracji Społecznej. Właśnie tutaj, za murami jednego z ZBK-owskich budynków, zarówno niepełnosprawni seniorzy, jak i osoby młode uczą się zaradności w praktyce.

KRZYSZTOF WÓJCIK

Mijając próg pracowni krawieckiej, niemal od razu spotykam kilka par wpatrzonych we mnie oczu, radosny zgiełk słyszany zza drzwi na chwilę ucicha. Wita mnie uśmiechnięta kobieta, Ewa Frańczak – czego jeszcze nie wiem – mistrzyni krawiectwa i osoba odpowiedzialna za funkcjonowanie tej części elbląskiego CIS-u.

– To nasza pracownia – mówi instruktorka. – Niektórzy przychodzą, widzą napis „Pracownia krawiecka” i myślą, że świadczymy usługi, a my tu mamy warsztaty.

Wnętrze wygląda niemal tak, jak je sobie wyobrażałem – profesjonalne maszyny do szycia symetrycznie ustawione w dwóch sąsiadujących ze sobą pomieszczeniach, specjalnie wydzielone miejsce na materiały, osobne pojemniki na szpilki, nożyczki i resztę sprzętu, którego nazwy nigdy nie poznam. Mimo to w całym tym kunszcie dostrzegam coś jeszcze, drobne rzeczy, które wieńczą całą tę kompozycję, otulając ją aurą spokoju i serdeczności.

Widzę amatorsko zaaranżowaną wystawę gotowych prac, szyte tulipany, które niemal myślę z żywymi roślinami, cukierki w porcelanowej salaterce na mniejszym stoliku. Ktoś pije herbatę, innych pochłania rozmowa.

– Zaraz koniec przerwy i wracamy do pracy – słyszę.

Na reakcję nie trzeba było czekać długo. Uczestnicy warsztatów wrócili do swoich stanowisk, zaczęli chwytac narzędzia i kończyć to, co rozpoczęli jeszcze przed przerwą. Bez pośpiechu, każdy w swoim tempie.

– Staramy się, żeby każdemu było jak najlepiej, ale dyscyplina musi być – uśmiecha się instruktorka, po czym



Fot. Krzysztof Wójcik

kontynuuje przewodnictwo po świecie maszyn.

Pokazuje metody oznaczania materiału kredą krawiecką, która utlenia się po czasie i nie pozostawia śladu. Demonstruje różne sposoby szycia. Bardziej skomplikowane ścięgi widzę po raz pierwszy, ich nazwy zaczynają brzmieć coraz bardziej fantastycznie.

– Tak wygląda ścieg dziergany – tłumaczy, zręcznie operując igłą. Po chwili wydaje się, jakby igła sama przeplatała się przez skrawek materiału, a doświadczona krawcowa tylko nadzorowała jej pracę. – To bardzo ładny i mocny szew – zachwala.

– Uczymy się ściągów krawieckich, ręcznych i maszynowych. Teraz robimy fartuszki, łapki kuchenne, igielniki. Wcześniej były torebki. To jest praca zespołowa – podkreśla Ewa Frańczak.

– Pan Jan wycina szablony, pikuje, pani Iwona pracuje na overlocku [maszyna krawiecka do szycia ściągów służących do łączenia i wykańczania materiałów – red.], każdy ma swoją rolę do odegrania. Ale to nie wszystko – dodaje po dłuższej

przerwie – uczymy się prasować, zwykłym żelazkiem i przemysłowym.

Z pozoru banalne czynności w rzeczywistości wcale takie nie są. Ich opanowanie to nie tylko nauka zaradności i samowystarczalności, ale przede wszystkim poprawa samooceny poprzez zwiększenie zasobu umiejętności.

– Uczestnicy warsztatów poznają też krawieckie triki. Wie pan jak szybko nawlec nitkę? Uciąć ją pod kątem i każdy bez problemu poradzi sobie z nawlekaniem! – zdradza jeden z przydatnych patentów, instruując w tym czasie uczestników, jak poprawnie wszywać lamówkę do fartucha.

Najpierw uczą się podstaw, sposobów oznaczania, wycinania, później fastrygi i ścięgi. Na koniec wiedzę i umiejętności przenoszą na konkretne działania.

– I tak powstają te cuda – pokazuje mi filcowe zabawki, piękne igielniki, starannie wykończone fartuchy kuchenne, które wyglądają jak ze sklepu. Mają w sobie jednak coś więcej. – Każda z tych rzeczy ma swoją duszę – dopowiada, kierując moje myśli na właściwe tory. – To są bar-

dzo czasochłonne prace, bo wszystko powstaje ręcznie.

W ich fachu liczy się kreatywność i współpraca, bo cały czas działają w zespole.

– Wycinamy, szyjemy i dyskutujemy, gdzie tu nakleić oczka, jak to przyozdobić, żeby wyszło coś fajnego.

Elbląskie Centrum Integracji Społecz-

nej to projekt realizowany przez Elbląską Radę Konsultacyjną Osób Niepełnosprawnych od października 2016 roku w partnerstwie z Elbląskim Stowarzyszeniem Wspierania Inicjatyw Pozarządowych.

Ewa Frańczak oferuje możliwość rozwoju, naukę pracy w grupie i zaradności. Swoje ponad 30–letnie doświadczenie

pracy w branży krawieckiej przekazuje najlepiej jak umie. Dzięki niej uczestnicy warsztatów otwierają się, mają ze sobą stały kontakt, potrzebę ciągłej komunikacji, a zdobytą wiedzę przynoszą do domu – to istotna korzyść. Nie trzeba już wydawać pieniędzy na profesjonalnego krawca, kiedy samemu potrafi się cerować, wszywać zamki, skrać i zwęzać spodnie. ■

SPOŁECZEŃSTWO

Olga stawia pierwsze kroki po wybudzeniu ze śpiączki

Ponad 40 tysięcy złotych udało się zebrać na rehabilitację Olgi Klimiuk. Studentka z Elbląga mogła skorzystać ze specjalistycznego sprzętu w klinice w Iławie. Efekty przerosły oczekiwania rodziny. Możemy odczytać z jej twarzy smutek i radość, Olga próbuje nawiązywać z nami kontakt - mówi Agnieszka Brzezicka, kuzynka Olgi. Postępy są ogromne, pracy jest jeszcze wiele, a pieniądze powoli się kończą.

JAOANNA SIUDAK

Olga Klimiuk z Wysokiej uległa wypadkowi samochodowemu. Dziewczyna ma uszkodzony pień mózgu, do dziś lekarze nie potrafią określić jak rozległy jest ten uraz. Dziewczyna przebywa teraz w domu. Kolejny termin rehabilitacji w iławskiej klinice przypada na sierpień, jeśli zwolni się miejsce, być może uda się przyspieszyć turnus. Już teraz gołym okiem widać, że kilkugodzinna praca ze specjalistami przynosi efekty.

Olga postawiła swoje pierwsze kroki. To była przełomowa chwila. Udało się też zabrać ją na wycieczkę po Iławie. Na jej twarzy było widać radość. Słuchała muzyki podczas jazdy samochodem, cieszyła się i to było bardzo budujące - mówi Agnieszka Brzezicka.

Dziewczyna na co dzień korzysta ze specjalnej tablicy. Pokazuje wyrazy, zdania i litery. Olga pracuje z logopedą, ale mówienie pozostaje wciąż największym problemem. Wprowadzony system komunikacji sprawdza się i pozwala rodzinie nawiązywać kontakt z dziewczyną.

– Dzięki temu jesteśmy w stanie porozumieć się z nią. Ola odróżnia litery, wskazuje całe zdania. Ostatnio zadała mojej siostrze pytanie „Kiedy do mnie znów przyjedziesz” - dodaje Brzezicka.

Przypomnijmy, Olga przez kilka miesięcy była w śpiączce, nie było z nią żadnego kontaktu. Rodzina, która pamięta dziewczynę jako wesołą pełną energii osobę, początkowo szukała pomocy na własną rękę. To jednak nie okazało się takie łatwe. Wtedy z pomocą ruszyła Anna Parzyńska. To za jej sprawą w Elblągu odbył się koncert charytatywny, przeprowadzono kilkadziesiąt licytacji, zbiórkę, a odzew w mediach społecznościowych był ogromny.

– Zebrałiśmy ponad 40 tysięcy złotych. To pokazują, że ludzie chcą pomagać. Powrót Olgi do zdrowia był priorytetem. I priorytetem nadal pozostaje. Widząc postępy, wiem że to ma sens. Jeśli pieniądze się skończą, jestem gotowa znowu przeprowadzić



zbiórkę - mówi Anna Parzyńska.

Jednorazowy turnus to koszt około 12 tysięcy złotych. Rodzina nie jest w stanie zapewnić samodzielnie opieki. Zalecenia lekarzy mówią o 9 godzinach codziennego treningu. Potrzebne są też specjalistyczne maszyny. ■