

6/2014 (128)
MAGAZYN
BEZPŁATNY



®

INTEGRACJA

Ukazuje się od 1994 roku

MAGAZYN DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ, ICH RODZIN I PRZYJACIÓŁ



ISSN 1232-8510

CZŁOWIEK BEZ BARIER 2014



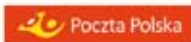
niepełnosprawni.pl

www.integracja.org



Więcej nas łączy, niż dzieli...

Dziękujemy Partnerom, Instytucjom i Darczyńcom,
z którymi m.in. współpracowaliśmy
w 20. jubileuszowym roku istnienia Integracji
(wszystkim dziękujemy na www.integracja.org).



ZWIĄZEK BANKÓW POLSKICH





Mijający 2014 rok był dla nas szczególny, gdyż z okazji 20-lecia otrzymaliśmy mnóstwo słów uznania, dowodów szacunku i radości, które utwierdziły nas w przekonaniu, że Integracja jest komuś potrzebna. Dziękuję wraz z całym Zespołem, że pomagacie nam realizo-

wać marzenia o kraju bardziej dostępnym i społeczeństwie bardziej otwartym, w którym wszystkich ludzi więcej łączy, niż dzieli.

Myślę, że się zgodzimy, iż 20 lat temu żyliśmy w zupełnie innym kraju. Jestem przekonany, że nikt nie chciałby cofnąć czasu, ale z drugiej strony, podejmując z nim wyścig, często chcemy mieć wszystko natychmiast, tu i teraz, i niepotrzebnie tracimy cierpli-


Nie zabijać marzeń

wość, energię i sympatię do świata. Lew Tołstoj mawiał, że „czas się nie śpieszy – to my nie nadążamy”. Dlatego zastanawiam się, co robić, aby przez kolejne lata wykorzystać czas, w którym jesteśmy, jak go spożytkować, aby marzenia mogły się realizować...

Nigdy nie ukrywałem, że dzięki Integracji spełniam swoje marzenia o świecie przyjaznym dla wszystkich i że bardzo bliskie jest mi motto Marka Twaina, który zaleca: „Trzymaj się z dala od ludzi, którzy tłamszą twoje marzenia. Mali ludzie zawsze to robią. Jednak naprawdę wielcy sprawiają, że ty także możesz stać się wielki”.

Miałem to szczęście, że spotkałem wiele wspaniałych osób, które przyjęły zaproszenie do integracyjnej podróży, aby wspólnie realizować marzenia, w pełni zdając sobie sprawę, że „życie nie jest lepsze ani gorsze od naszych marzeń, jest tylko zupełnie inne” (William Szekspir).

Z okazji świąt Bożego Narodzenia i Nowego Roku życzę Wam, Drodzy Czytelnicy, oraz Waszym Rodzinom i Przyjaciołom, Opiekunom, Asystentom, Wolontariuszom..., aby nikomu nie zabrakło marzeń, a jeszcze bardziej odwagi, aby je realizować.


redaktor naczelny

FAKTY I OPINIE

- 3 Od redaktora...
- 4 Z kraju
- 7 Jak zamówić „Integrację”?
- 8 Listy Czytelników
- 9 Paczka Integracji

JUBILEUSZ INTEGRACJI

- 10 Człowiek bez barier 2014 • **Zakochani w życiu** – relacja z Gali w Zamku Królewskim
- 12 Człowiek bez barier 2014 • **Inspiruje i wspiera** – rozmowa z Januszem Świątajem, „Człowiekiem bez barier 2014”
- 14 Człowiek bez barier 2014 • **Wyróżnieni w Konkursie** – sylwetki bohaterów
- 16 Wielka Gala Integracji • **Prezycendkie 20-lecie Integracji** – relacja z Areny Ursynów
- 20 Wielka Gala Integracji • **Z innej perspektywy** – wrażenia korespondentki Integracji
- 22 Kampania 20-lecia • **Barierami złączeni** – o kampanii „Więcej nas łączy, niż dzieli”

WARTO WIEDZIEĆ

- 24 Uwalniamy „koperty” • **Kto najbardziej potrzebuje karty?** – kontrowersje i wyjaśnienia
- 26 Niezwykły dokument • **Człowiek ze STALI** – film o Rafale Wilku
- 27 Poradnik medyczny • **Niełatwe kobiece sprawy** – ginekologzy są dostępni!
- 30 Odwaga życia • **Długa droga na uniwersytet** – walka Agnieszki Bał o prawo do edukacji
- 33 Miejsce na ziemi • **Heros ze Świebodzina** – opowieść o wyjątkowym dr. Leśkiewiczu
- 36 Windy i podnośniki • **Kieleckie Targi EURO-LIFT** zapraszają już za rok
- 37 **Ze świata** • Przegląd ciekawych doniesień
- 38 Poradnik rodzica i wychowawcy • **Samodzielność to podstawa** – dziecko jej chce
- 41 Kierowca bez barier • **Do celu coraz bliżej** – sparaliżowany Mateusz za kierownicą!
- 44 Poradnik medyczny • **Weź się pan zbadać!** – groźne raki: jąder i prostaty

KULTURA I EDUKACJA

- 46 Dobre rozwiązania • **Na miarę medalu** – operatorzy blisko doskonałości
- 48 Biznes społecznie odpowiedzialny • **Bezpieczna rozrywka** – o grach losowych
- 50 Biznes społecznie odpowiedzialny • **Pół wieku przemian** • 1000 stacji na 50-lecie!
- 50 Nowoczesne rozwiązania • **Łatwa wysyłka listów poleconych** – oferta e-pocztowa
- 52 Kalejdoskop • **Nowości prasowe i książkowe**
- 56 Internet • **E-bank oswojony** – konta i karty bez wychodzenia z domu
- 58 **Integracja jako ekspert** – o audycje na pocztach, szkoleniu w branży samochodowej i reaktywacji portalu niepełnosprawni.pl

CENTRA INTEGRACJI

- 62 Prawnik w redakcji • **Czytelnicy pytają...** m.in. o świadczenie pielęgnacyjne
- 64 Porozumienie z ZUS – **Nie tylko renta...** – rozmowa z prezesem ZUS
- 65 **Informator ZUS**

W PFRON

Więcej pieniędzy na aktywizację

W związku z pozyskaniem dodatkowej puli środków na realizację zadań zleczanych Zarząd PFRON podjął decyzję dot. udzielenia dofinansowania organizacjom pozarządowym na realizację w 2015 r. wniosków zgłoszonych w piętnastym konkursie o zlecenie realizacji zadań (w formie wsparcia), ogłoszonych na podst. art. 36 ustawy o rehabilitacji, w ramach dwóch celów programowych. Dodatkowe środki otrzymają organizacje, które realizują projekty związane z wejściem osób z niepełnosprawnością na otwarty rynek pracy i zwiększenie ich samodzielności. Podjęta przez PFRON decyzja skutkuje zwiększeniem wysokości środków na dofinansowanie projektów w ramach konkursu do kwoty ponad 57 mln zł. (mr, pfron.org.pl)

NA RYNKU PRACY

Spada bezrobocie

Z badań GUS wynika, że w III kwartale 2014 r. współczynnik aktywności zawodowej osób z niepełnosprawnością w wieku produkcyjnym wyniósł 28,2 proc. i był o 1 proc. wyższy niż w poprzednim kwartale. W tym samym okresie wskaźnik zatrudnienia wyniósł 24,1 proc. (w II kwartale 22,5 proc.). Optymistycznie wygląda wskaźnik dotyczący stopy bezrobocia, które w porównaniu do II kwartału spadło o 2,7 proc i osiągnęło 14,7 proc. Zdaniem Biura Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych, wyniki badań GUS, czyli zmiany w systemie wsparcia zatrudniania osób z niepełnosprawnością, nie stanowią głównego czynnika determinującego tę sytuację. W większym stopniu decyduje o tym koniunktura gospodarcza. (mr, niepelnosprawni.gov.pl)

W BIZNESIE

Wolontariat w biznesie

Prezesi i przedstawiciele najbardziej innowacyjnych firm działających na polskim rynku m.in. Orange Polska, PZU i Aviva dyskutowali podczas konferencji „Przywództwo, wolontariat, nowe technologie” o tym, jak mądrze zarządzać i łączyć biznes z działaniami prospołecznymi. Konferencję 3 grudnia br. zorganizowała Koalicja „Prezisi – wolontariusze 2011”. Główną częścią konferencji była prezentacja praktyk wolontariatu pracowniczego oraz wykład na temat wykorzystania mediów społecznościowych i nowych technologii w zarządzaniu. (mr, niepelnosprawni.pl)

W POLITYCE

Wspólna lekcja wrażliwości

– *Wszyscy dorośli, a zwłaszcza ci, którzy pracują w rządzie i agendach rządowych, mają w stosunku do osób niepełnosprawnych szczególne zobowiązania* – mówiła 3 grudnia 2014 r. premier Ewa Kopacz uczniom klasy 3a Szkoły Podstawowej nr 103 w Warszawie podczas lekcji poświęconej Światowemu Dniowi Osób Niepełnosprawnych. Prowadziła ją wspólnie z Piotrem Pawłowskim, prezesem Integracji.

– *To nie jest przypadek, że dzisiaj jestem tu z panem prezesem Fundacji Integracja. Pan prezes od wielu lat pomaga osobom niepełnosprawnym, dzięki czemu te osoby znajdują łatwiej pracę, odnajdują się w społeczeństwie* – mówiła premier, wręczając dzieciom poradniki Integracji: *Savoir-vivre wobec osób z niepełnosprawnością*. (tp, niepelnosprawni.pl)

Więcej informacji i dostępny poradnik – na www.integracja.org

Trener pracy priorytetem

– *Trener pracy i asystent osoby niepełnosprawnej – te dwie formy pomocy będą w przyszłym roku priorytetem Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej* – powiedział w rozmowie z PAP, w przeddzień Światowego Dnia Osób Niepełnosprawnych, Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych, Jarosław Duda. Zdaniem ministra konieczne jest wprowadzenie wczesnej interwencji i rozwijanie szerokiej oferty edukacyjnej dla dzieci z niepełnosprawnością, a także wprowadzenie w Polsce trenera pracy i asystenta osoby z niepełnosprawnością. – *Na takiej zindywidualizowanej pomocy będziemy się koncentrować* – dodał. (pap.pl)

W NAUCE

Bez tabu w Krakowie

Seks osób z niepełnosprawnością, także intelektualną, przestaje być tematem tabu, ale wciąż jest wiele do zrobienia, zwłaszcza w kwestii edukacji seksualnej – to jeden z wniosków listopadowej konferencji „Oblicza seksualności osób niepełnosprawnych – wątki rozproszone w pedagogice specjalnej”, która odbyła się 14–15 listopada w Krakowie. (af, niepelnosprawni.pl)

Sonda niepelnosprawni.pl

Zapytaliśmy
Czytelników portalu:

Co jest największą przeszkodą w znalezieniu pracy przez osobę z niepełnosprawnością?

liczba odpowiedzi: 699

Niechęć pracodawców do zatrudnienia osób z niepełnosprawnością	29%
Brak odpowiednich ofert	19%
Obawa przed utratą renty	17%
Niskie proponowane zarobki	11%
Problem z dojazdem do pracy	9%
Zbyt wysokie wymagania pracodawców	7%
Niedostosowanie miejsc pracy	6%
Moim zdaniem, nie ma przeszkód	2%



W PRAWIE

Świadczenia na jedno dziecko – niekonstytucyjne

Przepis, który przyznaje świadczenie pielęgnacyjne osobie uprawnionej, np. ojcu lub matce tylko na jedno dziecko z niepełnosprawnością, a jest ich w rodzinie więcej i drugi rodzic już nie może otrzymać tego świadczenia, jest niezgodny z Konstytucją – orzekł 18 listopada br. Trybunał Konstytucyjny. W marcu 2011 r. do TK wpłynęła skarga ojca, któremu odmówiono prawa do świadczenia pielęgnacyjnego na syna, gdyż jego żona pobierała już to świadczenie na drugie dziecko z niepełnosprawnością. Do skargi przystąpił Rzecznik Praw Obywatelskich. (br, niepełnosprawni.pl)

Łatwiej o dofinansowanie pracy

W styczniu br. wchodzi w życie *Ustawa o zmianie ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych*, rozszerzająca krąg osób z niepełnosprawnością, których pracodawcy będą mogli otrzymać zwrot dodatkowych kosztów związanych z ich zatrudnieniem. Dotyczy to kosztów dostosowania pomieszczeń zakładu pracy, adaptacji/zakupu sprzętu lub urządzeń ułatwiających wykonywanie pracy lub funkcjonowanie w zakładzie pracy. (mr, finansesebezbarier.pl)

W SPORCIE

Polacy na Mistrzostwach Świata w Ampfutbolu

Polska reprezentacja wystąpiła na Mistrzostwach Świata w meksykańskim mieście Culiacan. Po udanych występach w fazie grupowej i ćwierćfinale przeszli do półfinału zawodów, gdzie zmierzyli się z Angolą, z której reprezentacją po zażartej walce przegrali 1:0. W meczu o III miejsce – 7 grudnia br. – nasi zawodnicy przegrali 0:1 z Turcją. Tytuł mistrza świata zdobyli Rosjanie. (al, niepełnosprawni.pl)

Mistrzostwa Europy w tańcu na wózkach

W podwarszawskich Łomiankach rozegrano 8–9 listopada br. Mistrzostwa Europy w tańcu na wózkach. Podczas zawodów zaprezentowali się tancerze z aż 18 krajów, m.in. Włoch, Ukrainy, Polski, Izraela i Azerbejdżanu, których można było podziwiać w 12 konkurencjach. Na parkiecie bezkonkurencyjni okazali się reprezentanci Rosji, Ukrainy i Białorusi; ich drużyny zdobyły odpowiednio: pięć, trzy i dwa złote medale na 12 możliwych. Polskiej reprezentacji udało się zdobyć cztery medale: trzy brązowe i jeden srebrny. (mr, niepełnosprawni.pl)



W KULTURZE

Muzea dostępne

Z okazji Światowego Dnia Osób Niepełnosprawnych Stowarzyszenie Razem dla Niepełnosprawnych zainaugurowało w Muzeum Sportu i Turystyki (Centrum Olimpijskie w Warszawie) VII edycję „Dnia otwartego dla osób niepełnosprawnych w muzeach”. Patronat nad wydarzeniem objął wicemarszałek Sejmu Eugeniusz Grzeszczak, a wśród zaproszonych gości znaleźli się m.in. dyrektorzy warszawskich Muzeów: Niepodległości, Narodowego, Kolejnictwa i Muzeum Fryderyka Chopina, które przygotowały 3 grudnia w swoich placówkach – dostępnych dla osób z różnymi niepełnosprawnościami – bezpłatne spotkania, zajęcia i filmy. (as, niepełnosprawni.pl)

Na wózkach i o kulach

19 listopada br. na polski rynek trafiła lalka wózkowiczka.

– *Wszystkie nasze działania sprowadzają się do nauki poznawania świata w całej jego różnorodności i tego, jak w tym świecie robić dobre rzeczy* – wyjaśnia Alina Grobicka, prezes Zarządu WeGirls, której ideą jest łączenie zabawy z nauką właściwych postaw życiowych.

Fundacja Przyjaźni WeGirls pomaga dzieciom i przeciwdziała ich wykluczeniu. Głównym działaniem fundacji jest zbiórka włosów na peruki dla dzieci chorych, po chemioterapii lub operacjach. (mr, niepełnosprawni.pl)

**Artystyczne prezentacje**

27 listopada br. w Sali im. Janusza Korczaka w Akademii Pedagogiki Specjalnej odbyła się Ogólnopolska Scena Prezentacji Artystycznych Realizacji OSPAR 2014. Jest to coroczna impreza, w której dzieci i młodzież z ośrodków specjalnych, placówek opiekuńczych, wychowawczych oraz zakładów poprawczych prezentują swoją twórczość wokalną, muzyczną, taneczną, kabaretową itp.

Patronami Honorowymi imprezy w tym roku byli m.in. prof. Jan Łaszczyk, Władysław Kosiniak-Kamysz, Radosław Sikorski i Hanna Gronkiewicz-Waltz. (inf. prasowa).

W INTEGRACJI

**Więcej nas łączy, niż dzieli**

Pod takim hasłem 17 grudnia br. rusza kampania społeczna na 20-lecie Integracji. Jej celem jest zwrócenie uwagi na sytuacje z życia codziennego, które dotyczą osób z niepełnosprawnością, jak i pełnosprawnych. Partnerem kampanii jest grupa Ringier Axel Springer Polska. (af, Id, inf. własna) **Więcej – s. 22**

**ZUS partnerem Integracji**

Prezes Integracji, Piotr Pawłowski, oraz prezes Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, Zbigniew Derdziuk, podpisali porozumienie, które dotyczy upowszechniania informacji dotyczących osób z niepełnosprawnością i usług świadczonych na ich rzecz przez ZUS. Część umowy stanowić będzie przygotowanie specjalnego informatora – w kolejnych numerach „Integracji”. Nasz magazyn znaleźć można w placówkach ZUS – adresy na niepelnosprawni.pl. (red.) **Więcej – s. 64**

Człowiek bez barier 2014

2 grudnia br., podczas uroczystej Gali w Zamku Królewskim w Warszawie, wręczono nagrody w XII edycji konkursu „Człowiek bez barier”. Zdobywcą tytułu został Janusz Świtaj. Wyróżnienia odebrali: Małgorzata Hałas-Koralewska, Krzysztof Jankowski, Bartłomiej Skrzyński oraz Adam Feliks Czeladzki, który zdobył też Nagrodę Publiczności. (af, niepelnosprawni.pl)



Więcej o Gali i bohaterach – s. 10–15

O kartach parkingowych na dachu Galerii

W związku z kampanią informacyjną Integracji, finansowaną przez PFRON: „Uwalniamy koperty dla najbardziej potrzebujących!”, 27 listopada br. odbyła się konferencja prasowa w warszawskiej Galerii Mokotów. Wzięli w niej udział: poseł Sławomir Piechota, przewodniczący sejmowej Komisji Polityki Społecznej i Rodziny, inicjator zmian w ustawie *Prawo o ruchu drogowym*, mł. insp. Marek Konkolewski z Komendy Głównej Policji, Piotr Pawłowski, prezes Integracji, i Anthony Vesin, dyrektor Galerii. Partnerem akcji jest PKN ORLEN. (mr, mk) **Więcej – s. 24**

**Przewodnik drogowy bez barier**

2 grudnia br. dobiegła końca akcja na platformie PolakPotrafi.pl, której celem było zebranie środków na pierwszy w Polsce multimedialny przewodnik drogowy dla osób z niepełnosprawnością. Akcją zainicjował Mateusz Puzkarski, który od 7 lat – w wyniku skoku do wody – jeździ na wózku. W realizacji projektu Mateusza wspierali Partnerzy akcji m.in. Fundacja Integracja, Peugeot Polska oraz Stowarzyszenie Niepełnosprawnych Kierowców SPiNKa. Udało się zebrać ponad 22 tys. zł. (red.) **Więcej – s. 41**

Warsztaty dla korespondentów Integracji

2 grudnia br. odbyły się warsztaty dziennikarskie dla uczestników akcji „Zostań korespondentem Integracji”. W jej ramach organizujemy sieć korespondentów lokalnych, umożliwiając zdobycie doświadczenia początkującym dziennikarzom i aktywistom. Warsztaty dla uczestników poprowadzili reportażysta Wojciech Tochman, dziennikarz „Tygodnika Powszechnego” Przemysław Wilczyński, sekretarz red. „Integracji” Agnieszka Sprycha i sekretarz red. portalu niepelnosprawni.pl Tomasz Przybyszewski. Chcesz zostać korespondentem Integracji, zgłoś się do nas: korespondent@integracja.org. (red.)

W NGO

„Zwyczajnie Aktywni 2014”

6 listopada br. odbyła się Gala Konkursu „Zwyczajnie Aktywni 2014”, w którym nagradzane są projekty aktywizacji zawodowej osób dotkniętych chorobami przewlekłymi. Granty w wysokości 30 tys. zł otrzymały: Stowarzyszenie „Apetyt na życie”, Wielkopolskie Stowarzyszenie Colitis Ulcerosa i Choroby Leśniowskiego-Crohna i Ogólnopolskie Stowarzyszenie Młodych z Zapalnymi Chorobami Tkanki Łącznej „Zmajmy się razem”. (mr, niepelnosprawni.pl)

O świecie dotyku i dźwięku

4 i 5 grudnia br. w Pałacu Kultury i Nauki odbyła się 12. już konferencja „Reha for the Blind in Poland”, organizowana przez Fundację „Szansa dla niewidomych”. Tegoroczne hasło konferencji to: „25 lat polskich przemian. Wielki technologiczny skok niewidomych – od izolacji do integracji”. Nie zabrakło paneli dyskusyjnych, a także wystawy tyflorehabilitacyjnej. (mr, niepelnosprawni.pl)

Przemoc – terra incognita

90 proc. osób z niepełnosprawnością intelektualną doświadcza jakiejś formy przemocy: fizycznej, ekonomicznej, seksualnej lub psychicznej – wynika z pilotażowego badania „Przemoc wobec osób z niepełnosprawnością intelektualną” – zrealizowanego na terenie woj. mazowieckiego przez Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym, przy wsparciu PFRON. (af, inf. własna)



WYDAWCA

**Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji,
Fundacja Integracja,**
ul. Dzielna 1, 00-162 Warszawa,
tel.: 22 530 65 70, 831 85 82,
faks: 22 635 11 82,
e-mail: redakcja@integracja.org
www.integracja.org

REDAKCJA

redaktor naczelny **Piotr Pawłowski**
sekretarz redakcji **Agnieszka Sprycha**
listy **Janka Graban**

dziennikarze **Agnieszka Fiedorowicz, Mateusz Różański**
Centrum Integracja **Ewa Szymczuk**
opracowanie graficzne **Adriana Herbut**
korekta **Ewa Kniaziołucka**

WSPÓŁPRACOWNICY

Joanna Adamska, Agnieszka Bal, o. Bernard, Artur Kowalczyk, Dorota Próchniewicz, Tomasz Przybyszewski, Beata Rędzia, Anita Siemaszko, Piotr Stanisławski, Damian Szymczak, Anita Wawrzyńczak

REKLAMA

Łukasz Bednarski, tel.: 519 066 476,
e-mail: reklama@integracja.org

DYSTRYBUCCJA, REKLAMACJE WYSYŁKI

Centrum Dystrybucji Quad/Graphics Sp. z o.o.,
ul. Pułtуска 120, 07-200 Wyszków

Infolinia: 22 336 70 09; 22 336 73 21.

e-mail: aneta.bloch@quadgraphics.pl,
tel.: 22 336 70 09

DRUK

Quad/Graphics Sp. z o.o., ul. Pułtуска 120,
07-200 Wyszków

OBSŁUGA INTERNETOWA



„INTEGRACJĘ” WSPIERA



**Projekt współfinansowany
ze środków**



PARTNER



NAKŁAD 30 000 egz.

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych.
Zastrzegamy sobie prawo skracania, zmiany tytułów
i redagowania tekstów.
Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada.
Copyright © Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji 2014.

Przedruk tylko za zgodą Wydawcy.



Znajdź nas na Facebooku
www.facebook.pl/integracja



oraz na Twitterze
[@Niepe_pl](https://twitter.com/Niepe_pl)



Zaloguj się do aplikacji
Citi Mobile, zeskanuj kod
i przekaż 5 zł na cele statutowe Integracji.

Zamów już dziś!



„Integracja” z dostawą do domu!

Możesz pokryć koszty przesyłki...
(27 zł za 6 kolejnych numerów)

**Możesz dołączyć
do Paczki Integracji...**
(20 zł za min. 25 egz. jednego numeru)

Zapraszamy do zamówienia prenumeraty
pojedynczych „Integracji” lub dołączenia
do wyjątkowego grona naszych wolontariuszy
dystrybuujących pismo,
czyli do **PACZKI INTEGRACJI**.

Zgłoszenia:
aneta.bloch@quadgraphics.pl
tel. 22 336 70 09

Więcej informacji: niepelnosprawni.pl



20 lat minęło... a ciągle jest co robić. Pani Ania z Warszawy przywołuje w liście do Integracji inspirujące ją słowa dr. Lecha Wierusza. Janina Ochojska, szefowa Polskiej Akcji Humanitarnej, kiedyś w rozmowie z Piotrem Pawłowskim („Mam dużo marzeń”, niepełnosprawni.pl) przywołała słowa Dobrego Doktora, który mówił do pacjentów i podopiecznych: „Wy możecie więcej, a nie mniej. Wam dano, a nie odebrano”. Niepełnosprawność to wartość, wyzwanie. Powołanie do człowieczeństwa. Najważniejsze zadanie każdego człowieka na ziemi. Paradoksalnie więc mamy łatwiej...

✉ Przekraczanie granic

Wyobraźcie sobie, że jeszcze do niedawna mieszkałam i pracowałam w Madrycie podczas projektu „Make a step forward – projekt mobilności gwarancją zawodowego i osobistego rozwoju”. To mój kolejny wyjazd w ramach programów europejskich. Uczestnictwo w nich stało się najlepszą formą radzenia sobie z ograniczeniami, niepełnosprawnością.

Każdy człowiek marzy, by nadać swojemu życiu sens. Dla mnie impulsem do zmian było zdanie wypowiedziane przez dr. Lecha Wierusza, które dzisiaj jest moim mottem życiowym: „Masz tylko jedno życie. Możesz siedzieć i płakać, ponieważ masz powód, naprawdę wielki powód. Ale co ci z takiego życia przyjdzie. Lepiej pokonać to kalectwo”. I tak oto projekt mobilności stał się okazją do przekroczenia innych granic – nie tych zaznaczonych na mapie, ale tych, które postawiło przed nami życie lub też tych stawianych przez samych siebie.

Proces zmian bywa trudny. Aby nie stracić motywacji, starałam się wybierać rozwiązania, które powinny mi być pomocą w realizacji celów. Starałam się łączyć przyjemne z pożytecznym np. wiedziałam już, że dużo więcej potrafię dać z siebie, przebywając za granicą, czuję się tam swobodnie. W moim przekonaniu mieszkańcy Starej Europy są po prostu bardziej oswojeni z tematem niepełnosprawności. Dlatego ową przyjemnością był wybór ciekawych projektów zagranicznych, a pożytkiem była nauka języka obcego i zdobywanie nowych doświadczeń zawodowych.

Polecam zapoznanie się z ofertą programów europejskich, bowiem w większości z nich osoby niepełnosprawne należą do grupy uprzywilejowanej, czyli nasze szanse na wyjazd rosną, a korzyści są niezmiernie: praktyczna i bezpłatna nauka języka obcego, poznanie innych kultur oraz umiejętne poruszanie się w międzynarodowym środowisku pracy. Praca nad sobą – taki staż to fantastyczna przygoda, ale też stawianie czoła wyzwaniom, hartujemy charakter, nabieramy pewności siebie, zawodowych doświadczeń. Ten staż był dla mnie najlepszym uniwersytetem – szkołą, która pozwoliła mi nabyć nowej wiedzy, ale też uniwersytetem życia. Życzę każdemu takiej przygody.

Anna Szmigiel z Warszawy

► **Od Redakcji:** Wyjazd za granicę to znakomity sposób na wspaniałe przeżycia i naukę świata. Osoby zainteresowane udziałem w konkretnym programie Erasmus+ odsyłamy na portal: www.erasmusplus.org.pl., bowiem przewidziano jego trwanie aż do 2020. Ponadto zapraszamy na Portal Funduszy Europejskich: www.funduszeuropejskie.gov.pl/ Centralny Punkt Informacyjny Funduszy Europejskich mieści się przy ul. Żurawiej 3/5 w Warszawie, telefony do konsultantów: 22 626 06 32, 22 626 06 33, 22 745 05 46, e-mail: punktinformacyjny@cpe.gov.pl

✉ Puste słowa

Gala nie zastąpi codziennych zmagania i trudów osób niepełnosprawnych i ich rodzin. Jest gorzej niż źle. Tyłko ten, kto jest niepełnosprawny albo ci, którzy się nim opiekują na co dzień, naprawdę to wiedzą. Sama jestem niepełnosprawna, więc mogę ocenić to najlepiej. Wciąż chodzę, ale gdybym musiała usiąść na wózku byłabym zdana na litość innych.

W mojej miejscowości (miasto około stutysięczne) wciąż przeważają wysokie krawężniki i autobusy wysokopodłogowe. W najbliższej przychodni brak podjazdów na wózki, podobnie na poczcie. Rehabilitacja to jedna wielka tragedia. Trzeba czekać w nieskończoność. Kiedy naprawdę potrzebna jest wizyta u specjalisty, można dostać się tylko prywatnie. Mimo XXI wieku i doby internetu wciąż brak komunikacji wewnątrz służby zdrowia. Każdemu lekarzowi trzeba tłumaczyć, na co chorujemy i jakie przyjmujemy leki. Osoby leżące są zdane tylko na pomoc najbliższych. Brak dla nich opiekunów z urzędu, nie wspominając o rehabilitacji. Zasiłki opiekuńcze i renty, o ile są, to więcej niż niewystarczające. Ludzie niepełnosprawni skazani są na biedę i vegetację. I jeszcze ta wszędobylska biurokracja. Żeby cokolwiek załatwić dla osoby niepełnosprawnej, trzeba wypełnić wiele papierków i odwiedzić niejeden urząd. Niekompetencja urzędników jest porażająca. Ostatnio ze szpitala otrzymałam skierowanie do sanatorium. Wysłałam je do NFZ. Okazało się, że należało dołączyć wypis ze szpitala. Dostałam. Jednak po jakimś czasie dowiedziałam się, że to wszystko powinien wysłać lekarz



ze szpitala. Nie wywiązał się z obowiązku i z wyjazdu do sanatorium nici.

Taka jest rzeczywistość, a nie to co mówi Prezydent i co pokazują na Gali.

Nick: Grażyna

► **Od Redakcji:** Czy umiemy się cieszyć z bycia razem?

Tylko nieliczni (patrz następna wypowiedź). Nie cieszymy się z małych sukcesów, które dodawane do siebie budują wielki gmach Polski bez barier. Bardzo nam przykro, że Pani nie dostała się do sanatorium w tym roku (proszę próbować w przyszłym), ale to nie zmienia faktu, jak wiele zrobiliśmy przez ćwierć wieku wolności. Wychodzenie z totalitarnego, wielowiekowego w rzeczywistości zniewolenia, rozpoczęte ledwo 25 lat temu, jest dla naszego środowiska jak wybuch wulkanu, którego lawy nikt już nie zatrzyma. Ciągłe jesteśmy niezadowoleni, bo za mało i za wolno, bo nie tym, co trzeba. Zapominamy jednak, że dokonała się niespotykana w naszej historii rewolucja w podejściu do osób z niepełnosprawnością.

Czasem się aż głupio czuję wobec innych grup społecznych, gdzie nie ma żadnego zmiłuj! Co nie znaczy, że jako kulawi mamy raj na ziemi, bo to nie ta lokalizacja...

✉ **Wielkie Gratulacje**

Taka Gala to wielki wysiłek organizacyjny. Goście byli przedni. Najważniejsza osoba w państwie witana oklaskami na stojąco. Prowadzący pierwsza klasa. Pani od śmiechu bardzo śmieszna. Integracja to zespół ludzi, którym się chce działać. Wywiad z posłem Sławomirem Piechotą przeprowadzony przez Jarosława Gugałę to miód na moje serce. Cieszę się z tej Gali. Jako osoba niezrzeszona i wiekowa, radząca sobie z własną i siostry

niepełnosprawnością, pierwszy raz na Gali, choć z niepełnosprawnością od 58 lat, mogę potwierdzić, że zaszły wielkie zmiany w zakresie świadomości społecznej. Im wyższa kultura osobista, tym świadomość większa.

Jest wiele problemów dnia codziennego, ale Gala jest po to, by świętować, tzn. cieszyć się z bycia razem. „Bo więcej nas łączy, niż dzieli”. Dziękuję.

Nick: Bogumiła

► **Od Redakcji:** To my dziękujemy za to, że jesteście

z nami, wspieracie nas, doceniacie, że nawet jak się z nami spieracie, to czujemy się potrzebni, choćby po to, aby zebrać baty i wysłuchać Waszego bólu, frustracji, rozczarowania. Po to między innymi jesteśmy, by Was wysłuchać w najtrudniejszych chwilach.

Tym bardziej czujemy wdzięczność za każde słowo rozumiejące nasze działania i widzące cel, jaki obraliśmy pod kierunkiem Piotra Pawłowskiego 20 lat temu.

Integracja to codzienna i żmudna praca. Innej drogi ku normalności nie ma – jak dalsze pokonywanie barier i stereotypów. Także w naszym środowisku.

Kochamy Was! Rozumiemy Wasz los, bo jest on nam wspólny.

Niepełnosprawność jak kręgi na wodzie obejmuje cały akwen, pokazując najgłębszy sens życia.



Czekamy na Wasze listy

Piszcie na adres redakcji: „Integracja”,
ul. Dzielnia 1, 00-162 Warszawa
e-mail: janka.graban@integracja.org

PACZKA INTEGRACJI

Drodzy Przyjaciele Integracji!

Jest nam niezmiernie miło, że grupa osób, organizacji i instytucji zamawiających bezpłatny magazyn „Integracja” stale się powiększa. Do grona naszych dystrybutorów dobrej woli dołączył Zakład Ubezpieczeń Społecznych. Na mocy porozumienia

zawartego z Integracją (więcej s. 64) 2,5 tys. egzemplarzy magazynu będzie dostępnych w wybranych placówkach ZUS. Szczegółowa lista placówek już wkrótce na niepełnosprawni.pl. Szukajcie „Integracji” w tych miejscach!



Wszystkich zainteresowanych PACZKĄ INTEGRACJI, a także pojedynczymi egzemplarzami prosimy o kontakt: tel.: 22 336 70 09; e-mail: paczkaintegracji@integracja.org; aneta.bloch@quadgraphics.pl

NUMER KONTA WYSYŁKOWEGO: 98 1370 1037 0000 1706 4020 9711

Więcej o PACZCE INTEGRACJI: www.integracja.org

Zakochani w życiu



2 grudnia br., podczas Gali w Zamku Królewskim w Warszawie, wręczono nagrody w XII Konkursie „Człowiek bez barier”. Zdobywcą tytułu został Janusz Świtaj. Przyznano także cztery równorzędne wyróżnienia i Nagrodę Publiczności.



Agnieszka Fiedorowicz
dziennikarka „Integracji”
i portalu niepelnosprawni.pl

Gości Gali Finałowej XII Konkursu „Człowiek bez barier” przywitał prezes Stowarzyszenia Przyjaciół Integracji Piotr Pawłowski i przekazał głos prowadzącemu Radkowi Brzózce, dziennikarzowi i reporterowi TVP. Prezes Pawłowski podziękował Małżonce Prezydenta RP; Pani Annie Komorowskiej, która objęła konkurs honorowym patronatem. Prowadzący odczytał list, który

Pani Anna Komorowska skierowała do finalistów Konkursu i gości Gali.

Wojownik pokonuje siebie

Celem Konkursu, datowanego od 2003 r. – Europejskiego Roku Osób Niepełnosprawnych – jest prezentowanie sylwetek wyjątkowych osób z niepełnosprawnością, które niezależnie od miejsca zamieszkania, statusu, zawodu czy wykształcenia łączą postawą życiową i zaangażowaniem na rzecz innych. Cała półfinałowa piętnastka codziennie udowadnia, że bariery istnieją dla tych, którzy nie chcą ich pokonać.

– Kapituła Konkursu od lat przewodniczy prof. Antonina Ostrowska. Już niejednokrotnie chciała zdezertować, ale jej wiedza i doświadczenie są nam niezbędne – żartował Piotr Pawłowski. Przypomniał słowa Konfucjusza: „Najsilniejszym wojownikiem jest ten, kto pokona siebie”. – Niepełnosprawność jest wyzwaniem, pokonywaniem siebie. Laureaci to osoby, które podróżują, latają, nurkują; łączy ich to, że wychodzą z domu i przełamują bariery.

Galę uświetnił wykonaniem dwóch utworów Roman Roczeń, wyróżniony w Konkursie „Człowiek bez ba-

Fot. K. Kuśmierz

rier” w 2006 roku niewidomy pieśniarz i gitarzysta, który po występie podkreślił:

– *Nieczęsto się zdarza, że własne środowisko potrafi wybrać najlepszych, ale ten konkurs jest tego przykładem.*

Każdy ma swój Mount Everest

Tuż przed wręczeniem nagród publiczność obejrzała filmy prezentujące sylwetki wyróżnionych przez Kapitułę osób: Małgorzaty Hałas-Koralewskiej, Adama Feliksa Czeladzkiego, Krzysztofa Jankowskiego i Bartłomieja Skrzyńskiego.

„Każdy ma swój Mount Everest do pokonania, dla mnie był nim powrót do latania” – mówił w filmie Adam Feliks Czeladzki.

Nie dotarł na Galę, gdyż 2 grudnia testował w RPA nowy model szybowca! Pozdrowił gości w nagraniu, a statuetkę z rąk Jadwigi Czartoryskiej, prezes Zarządu Fundacji Orange, odebrała jego żona.

Kolejna wyróżniona osoba, Małgorzata Hałas-Koralewska, zapewniała:

– *Staram się pokonywać bariery i pokazywać, że warto spełniać marzenia.*

Statuetkę wręczyła jej Izabela Rakuc-Kochaniak, dyrektor Fundacji PZU.

Bartłomiejowi Skrzyńskiemu statuetkę wręczył Marian Zalewski, członek Zarządu TVP SA, a wyróżniony zapytał:

– *Czy państwo są zakochani albo byli zakochani? Chciałem powiedzieć, że ja jestem: w życiu, w każdej chwili, którą chcę hołubić.*

Ostatnie wyróżnienie powędrowało do Krzysztofa Jankowskiego, który podziękował szczególnie przyjaciółom, którzy go wspierają. Przyjął wyróżnienie z rąk prezes Zarządu PFRON Teresy Hernik.

Żyć i otwierać się na ludzi

Zanim ogłoszono zwycięzcę Konkursu, poznaliśmy laureata Nagrody Publiczności. Czytelnicy portalu Niepełnosprawni.pl z grona 15 półfinalistów wybrali Adama Feliksa Czeladzkiego (2753 głosów, czyli ponad 30 proc.). Statuetkę żonie laureata wręczył prezes Fundacji LOTTO Milion Marzeń, Bartosz Mielecki.

W tym momencie Gali było już jasne, że „Człowiekiem bez barier 2014” został Janusz Świtaj. Nagrodę wręczyli mu Agnieszka Kloda-Dębska, dyrektor Biura Promocji i Marketingu Korporacyjnego Poczty Polskiej, i minister Jarosław Duda, Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych.

– *Kiedy zadzwoniłem do Janusza, by zaprosić go na Galę, odpowiedział: „Ale o tej porze roku w podróż się nie wybieram”. Jest tu z nami, a więc pewna bariera została pokonana – żartował Piotr Pawłowski.*

– *W tej szczególnej dla mnie chwili otrzymania tytułu „Człowieka bez barier” chciałem podziękować rodzicom, dzięki którym mogłem pokonać prawie 400 km, przyjechać do stolicy i uczestniczyć w wielkim wydarzeniu. (...) Odebranie tak znaczącej statuetki będzie dla mnie dodatkowym motorem do działania, przykładem dla innych niepełnosprawnych, że*

warto żyć i otwierać się na ludzi – mówił laureat.

Monolog o sensie życia.

Piotr Pawłowski zaprosił na scenę Annę Dymną, prezes Fundacji „Mimo wszystko”.

– *Dawno mnie mężczyzna do płaczu nie zmusił – żartowała, ocierając łzy, aktorka. – Poznałam Janusza już jakiś czas temu i od początku prowadzenia fundacji ten człowiek dawał mi najwięcej siły. (...) Gdy poprosił o zaprzestanie uporczywej terapii i wybuchła medialna afera, zdenerwowałam się, zadzwoniłam i nakrzyczałam na niego – mówiła. – Dziś Janusz pracuje w mojej fundacji – naprawdę ciężko. Myślę, że jest skarbem dla wszystkich ludzi, bo wywołał w Polsce dyskusję o sensie życia. (...) Komu Janusz najbardziej pomoże? Takim ludziom jak ja. (...) Zrozumiałam, że szczęśliwy człowiek to taki, któremu chce się żyć, ma tysiące powodów do szczęścia. Dzięki laureatom tego konkursu nasze życie staje się lepsze, dlatego w imieniu tzw. zdrowych wszystkim Wam dziękuję! Jestem dumna, Januszu!*

Gala była tłumaczona na język migowy, dostępna w audiodeskrypcji i transmitowana na portalu Niepełnosprawni.pl.



Gala w Zamku Królewskim w Warszawie ma od lat wyjątkową publiczność

Organizator



Patronat honorowy

Małżonka Prezydenta RP Pani Anna Komorowska

Partnerzy instytucjonalni



Partnerzy



Patronat medialny



Janusz Świtaj – „Człowiek bez barier 2014”

Janusz Świtaj jest najbardziej znaną osobą z niepełnosprawnością w Polsce, oddychającą za pomocą respiratora. Jego historia poruszyła Polaków, kiedy w 2007 r. domagał się zgody na zaprzestanie uporczywej terapii utrzymującej go przy życiu. Dwa tygodnie przed 18. urodzinami uległ wypadkowi komunikacyjnemu, w wyniku którego doszło do zmiążdżenia rdzenia kręgowego i złamania kręgów szyjnych na wysokości C2 i C3. Został podłączony do respiratora, dzięki któremu mógł oddychać. Załamał się. Już dwa tygodnie po wypadku poprosił lekarza o podanie środka nasennego i odłączenie od respiratora. Wyraził także wolę oddania swoich narządów dla osób potrzebujących. Cierpienie i załamanie psychiczne pogłębiły się jeszcze w domu, wraz z utratą nadziei, że będzie mógł samodzielnie oddychać, ruszać rękami i jeździć na wózku, oraz na widok poświęcenia rodziców.

Kielich goryczy przepełniły kilkuletnie bezowocne starania o dodatkową opiekę pielęgniarską i rehabilitację, oraz zmniejszenie przez NFZ zakresu opieki pielęgniarki do dwóch spotkań w tygodniu na 1,5 godziny. Zaczął domagać się prawa do godnej śmierci.

Akt rozpacz stał się punktem zwrotnym w życiu Janusza. Stał się bohaterem mediów, zyskał przyjaciół, wiele osób postanowiło mu pomóc. Zakupiono mu za ok. 200 tys. zł wózek z przenośnym respiratorem. Po 15 latach opuścił cztery ściany i poszedł z rodzicami na spacer. Bardzo chciał się odwdziżyć i pomagać innym. Anna Dymna z Fundacji „Mimo wszystko” zaproponowała mu w Fundacji pracę analityka internetowego rynku osób niepełnosprawnych – Janusz Świtaj obsługuje komputer za pomocą ust. Zaczął dla Fundacji wyszukiwać ludzi znajdujących się w podobnym stanie. Chce jak najwięcej dla nich zrobić.

Każdego roku – dzięki sponsorom – przygotowuje paczki świąteczne, które wysyła najbardziej potrzebującym. Pracując, rozpoczął naukę w liceum dla dorosłych, a po zdaniu matury dostał się na studia psychologiczne na Uniwersytecie Śląskim. W 2008 r. wydał autobiograficzną książkę *Dwanaście oddechów na minutę*, a w 2011 r. został ambasadorem kampanii „Idziemy na wybory”, apelując do osób z niepełnosprawnością, aby realizowały swoje prawa wyborcze. W 2012 r. poprowadził wyprawę K2 – osób z niepełnosprawnością na



szczyt krakowskiego Kopca Kościuszki. W tym samym roku Muzeum Powstania Warszawskiego uhonorowało trud i poświęcenie rodziców oraz wolę życia Janusza w I edycji konkursu im. Jana Rodowicza „Anody”.

Swoim przykładem, uporem, pragnieniem rozwoju i nauki oraz pomocą innym zaraża ludzi będących podobnie jak on w trudnej sytuacji. Dla wielu jest inspiracją. Jego doświadczenie i osobista sytuacja wywołały dyskusję na temat domowej opieki medycznej, uświadomiły trudne położenie osób przykutych do łóżek oraz to, że ważnym elementem wsparcia jest zapewnienie im asystenta osobistego.

– Jeśli choć jedna osoba niepełnosprawna uwierzy, że może tak jak ja wrócić do życia, to warto dla tego celu pracować. Jestem żywym przykładem tego, że zawsze trzeba sobie stawiać cele i konsekwentnie dążyć do ich realizacji – mówi Janusz Świtaj. – Każdy dzień jest dla mnie osobistym K2. Czuję się szczęściarzem i tym szczęściem chciałbym zarazić innych. Mam dwa motto w życiu: „Co nas nie zabije, to nas wzmocni”, a drugie, które towarzyszy mi od 20 lat, to słowa piosenki Marka Grechuty: „Najważniejsze są chwile, których jeszcze nie znamy, najpiękniejsze są dni, na które czekamy”. To, co przed nami, i to, co jeszcze możemy zrobić.

Inspiruje i wspiera

Agnieszka Fiedorowicz: Tytuł „Człowiek bez barier” to radość, ale pewnie i odpowiedzialność...

Janusz Świtaj: To dla mnie ogromne przeżycie. Statuetka będzie miała w moim pokoju i pamięci szczególnie miejsce. Jak wspominałem w swojej przemowie, zostanie „Człowiekiem bez barier 2014” doda mi „powera”, wzmocni moje już ponadnaturalne siły i zaowocuje jeszcze lepszym działaniem na rzecz osób niepełnosprawnych.

Wielokrotnie zwracał Pan uwagę na problem braku usług asystenckich dla osób ze znaczną niepełnosprawnością. To chyba wyzwanie na miarę „Człowieka bez barier”?

Sam jako jednostka ciągle o to apeluję, wysyłałem już dwukrotnie listy do byłego premiera Donalda Tuska. Niestety, sprawa wciąż spychana jest na margines. Chciałbym zachęcić do wspólnej debaty na ten temat kilka głównych fundacji w naszym kraju. Gdyby dziś zabrakło mi pieniędzy na asystenta, z powrotem utknąłbym w łóżku i nie mógłbym wykonać żadnego ruchu, musiałbym przerwać wszystkie podjęte działania. Wiem, jakie to ważne, i chciałbym, aby osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności, które chcą się uczyć, pracować, aktywnie żyć, miały takiego asystenta przypisanego z urzędu. Takie osoby powinny być wyselekcjonowane i przygotowane do odgrywania swej roli. Obecnie sam wyszukuję takich ludzi, ale mijają wiele tygodni, zanim asystent oswoi się z moją niepełnosprawnością, nauczy obsługi skomplikowanej aparatury, wózka czy respiratora. Niemniej jednak warto, aby władze pochyliły się nad tym problem i znalazły środki na finansowanie usług asystenckich.

Jaką największą barierę musiał pokonać w swoim życiu „Człowiek bez barier 2014”?

Janusz Świtaj stał się bohaterem mediów w 2007 roku, kiedy domagał się zgody na zaprzestanie uporczywej terapii utrzymującej go przy życiu. Ten głos rozpaczy zmienił jego życie. Po 15 latach opuścił cztery ściany, pracuje w fundacji Anny Dymnej „Mimo wszystko” i pomaga osobom w równie trudnej jak on sytuacji. Oddycha za pomocą respiratora.

Na szczęście nie mentalną. Nigdy nie miałem barier w świadomości, byłem nastawiony na życie. Największą barierą był brak możliwości opuszczenia OIOM, bo nie mieliśmy domowego respiratora. Gdy wreszcie w 1999 roku znalazłem się w domu, barierą było przykucie do łóżka. Nie marzyłem, że w polskich realiach mógłbym mieć wózek z respiratorem, który tak mnie usprawni. Pokonałem barierę wyjścia z domu! Moje opuszczenie 8. piętra było symboliczne.

Jakie ma pan plany na najbliższą przyszłość?

Gdy tylko wrócę z Warszawy, 4 grudnia angażuję się w akcję „Kulawy Mikołaj” na naszej uczelni, Uniwersytecie Śląskim. 7 grudnia jadę do Bielska-Białej na akcję „Moto Mikołaje”. Z przyjaciółmi motocyklistami cały listopad zbieraliśmy fundusze dla dzieci z jedyne go w Bielsku państwowego domu dziecka. Za te pieniądze kupimy pieluchy, łóżka, materace, których brakuje, ale oczywiście też prezenty, żeby dzieci miały bogatego i radosnego mikołaja. Część funduszy, które zostaną zebrane, będą wykorzystane latem na wyjazd nad morze lub w pobliskie góry.

Czego – nie tylko świątecznie – chciałby Pan życzyć przyszłym laureatom konkursu „Człowiek bez barier”?

I tym obecnym, i przyszłym chciałbym życzyć, aby dawali z siebie jak najczęściej, żeby byli inspiracją dla

osób niepełnosprawnych, zwłaszcza tych, którzy mają depresję i zmagają się ze swoimi słabościami. Chciałbym, abyśmy byli godnym wzorem do naśladowania, także dla ludzi pełnosprawnych, którzy obserwują nasze działania i uświadamiają sobie, że ich problemy w porównaniu do naszych są naprawdę niewielkie.

Nie ma co się zamartwiać, trzeba iść do przodu i starać się czerpać z życia pełnymi garściami!



Janusz Świtaj
w towarzystwie
Rodziców
i Anny Dymnej

Wyróżnienia w konkursie „Człowiek bez barier 2014”

Krzysztof Jankowski

Tylko czas mnie ogranicza

W wyniku błędu lekarza Krzysztof Jankowski urodził się z dziecięcym porażeniem mózgowym. Niepełnosprawność nie ograniczyła jednak jego potrzeby realizowania marzeń. Uprawiał lekkoatletykę w klubie Start Wrocław i w 2010 r. został mistrzem Polski w pchnięciu kulą i wicemistrzem w rzucie dyskiem. Obecnie studiuje Zarządzanie w Wyższej Szkole Bankowej oraz Finanse i Rachunkowość na Uniwersytecie Ekonomicznym we Wrocławiu.

Kiedy dzięki kolegom usiadł na rowerze typu handbike, postanowił go wykorzystać w aktywizacji osób z niepełnosprawnością. Stworzył z kolegami Projekt Aktywizacji Osób Niepełnosprawnych Za Pomocą Rowerów Integrycyjnych, założył Fundację Dobry Cel i zorganizował akcję Wielka Zbiórka na Dobry Cel. Fundacja kupiła kilka rowerów i uruchomiła we Wrocławiu pierwszą w Polsce darmową wypożyczalnię handbike'ów. Zaczęła też organizować Dni Rowerów Integrycyjnych i prowadzi stronę roweryintegryjne.pl.

– Po trzech latach mamy dziewięć handbike'ów, z których korzysta coraz więcej osób. Organizujemy także wycieczki po całym województwie. Chciałbym, aby podobne wypożyczalnie powstawały w innych miastach.

Krzysztof zaczął też organizować spotkania z młodzieżą z niepełnosprawnością: „Aktywnością w bariery”, ma za sobą wyprawę trampingową do Indii, autostopem. Wziął udział w największym w Polsce wyścigu autostopowym „Auto Stop Race”, do Walencji, w którym uczestnicy podróżują w dwuosobowych drużynach. Był pierwszą osobą z niepełnosprawnością.

– Nie przejmuję się ograniczeniami i staram się żyć pełnią życia, zachęcać innych i pomagać im w aktywności.



Bartłomiej „Skrzynia” Skrzyński

Aktywny i niestrudzony

To on wymyślił określenie „w-skersi”, które stało się znane dzięki Telewizji Polskiej, gdyż zaczęła nadawać program pod takim tytułem. Za program Bartłomiej Skrzyński otrzymał w 2003 r. od PFRON statuetkę za „szczególny wkład w promowanie idei równości szans osób niepełnosprawnych i propagowanie integracji w Europejskim Roku Osób Niepełnosprawnych”, a w 2008 r. Grand Prix w ogólnopolskim konkursie „Oczy Otwarte” organizowanym przez Integrację, pod patronatem Stowarzyszenia Dziennikarzy Polskich. Wkrótce z przyjacielem produkował i prowadził program „Bez Barier” emitowany na antenie TVP Wrocław i portalu bezbarier.tv. Otrzymali za to w 2010 r. brązowy medal w konkursie Lodofamacze, w kategorii „Przedsiębiorca – Osoba Niepełnosprawna”. Stworzył też – w ramach programu „Nie ma barier. Dolny Śląsk” – portal niemabarier.dolnyślask.pl, a także uczestniczył w projekcie Ministerstwa Edukacji Narodowej „Szkoła równa dla wszystkich”.

Bartłomiej Skrzyński, dzięki zaangażowaniu w wiele miejskich kampanii społecznych jest we Wrocławiu rozpoznawalną osobą poruszającą się na wózku (choruje na postępujący zanik mięśni). Publikuje artykuły we wrocławskich i ogólnopolskich pismach oraz na portalach internetowych. Władze Wrocławia powierzyły mu w 2010 r. funkcję Rzecznika Miasta Wrocławia ds. Osób Niepełnosprawnych.

– Chciałbym, aby miasto, transport, infrastruktura i instytucje, były powszechnie dostępne dla wszystkich mieszkańców – mówi. – Zdaję sobie sprawę, że na wiele rozwiązań trzeba jeszcze poczekać, ale Wrocław staje się miastem dla wszystkich, w każdym roku mamy nowe cele do osiągnięcia, jednym z nich jest to, aby w przyszłym roku już 100 proc. autobusów było niskopodłogowych i dostępny był główny rynek. Do pracy mobilizuje mnie motto: „Jeśli nie ja, to kto?”. Chcę zrobić jak najwięcej dla Wrocławia.





Adam Czeladzki

Marzenia się nie zmieniają

W 2009 r. szybowiec Adama Czeladzkiego spadł na ziemię podczas podchodzenia do lądowania, a on złamał kręgosłup. Mimo to od razu wiedział, że wróci do latania. Po pięciu operacjach zaczął to realizować. Zaliczył testy. Problemem i wyzwaniem pozostał zakup i dostosowanie szybowca. W Polsce – jak dotąd – szybowcem samodzielnie nie latała osoba poruszająca się na wózku. W Europie to zaledwie garstka, lecz nikt nie uprawia szybownictwa sportowo. Adam Czeladzki nauczył się sterowania szybowcem dostosowanym do jego potrzeb i po roku wystartował w Szybowcowych Mistrzostwach Polski – na tym samym lotnisku, na którym się rozbił. Zajął 4. miejsce na szybowcu dwie klasy gorszym niż maszyny innych zawodników. Uzyskał tę samą lokatę na kolejnych Mistrzostwach Polski. W 2011 r. dokonał wyczynu na skalę światową. W Gari-

riep Dam w RPA przeleciał po pasie trójkąta samodzielnie 1028 km. Został za to wyróżniony dyplomem Międzynarodowej Federacji Lotniczej FAI. W 2013 r. wszedł w skład reprezentacji Polski i wystartował w Szybowcowych Mistrzostwach Europy w Ostrowie Wielkopolskim, zajmując jako debiutant 8. miejsce w gronie 90 pilotów. Przed wypadkiem miał przelatanę 1800 godzin, obecnie – 3200.

– Nie miałem wątpliwości, czy po wypadku jest sens prowadzić także życie jak przed nim. Nie widziałem powodu, abym miał je zmieniać, bo usiadłem na wózku. Oczywiście niepełnosprawność trochę podcina skrzydła, ale w powietrzu, gdy ścigam się ze sprawnymi osobami i rywalizujemy jak równy z równym, nie liczy się niepełnosprawność. Nie chcę dodatkowych punktów. Nie jest też moim celem udowodnienie, że niepełnosprawny może polecieć na Księżyc, jeśli wygrywa ze sprawnymi.



Małgorzata Hałas-Koralewska

Mam jeszcze sporo do udowodnienia

Małgorzata Hałas-Koralewska od trzech lat odnosi sportowe sukcesy. Ma chondrodystrofię, genetyczną chorobę powodującą zaburzenie wzrostu i struktury (budowy) chrząstek nasadowych w organizmie oraz niskorosłość. Jej wzrost zatrzymał się na 130 cm. Jedenaście lat temu zauważył ją trener klubu Start Wrocław. Uczyła się w szkole z internatem we Wrocławiu, do którego przyjechała ze Strzelina. Trener zaproponował, aby spróbowała swoich sił w ciężarach osób z niepełnosprawnością (wyciskanie sztangi na ławce). Po zakończeniu szkoły nie była jednak w stanie łączyć treningów z pracą. Do powrotu namówił ją przyszły mąż, a jednocześnie trener ciężarowców z niepełnosprawnością.

Zaczął się pasmo sukcesów, które osiąga, rywalizując także z zawodnikami pełnosprawnymi.

Na swoim koncie Małgorzata ma wiele medali Mistrzostw Polski sztangiściów z niepełnosprawnością – jest aktualną Mistrzynią i Rekordzistką Polski IPC (International Paralympic Committee), Międzynarodową Mistrzynią Węgier i Słowacji 2011, aktualną Mistrzynią Europy i rekordzistką Europy, aktualną Mistrzynią Świata GPC i rekordzistką świata wśród zawodniczek pełnosprawnych (Global Powerlifting Committee), Wicemistrzynią Świata Federacji WUAP (World United Amateur Powerlifting). Na ostatnich Mistrzostwach Świata w Wiedniu, w zawodach osób pełnosprawnych, w swojej grupie wagowej (do 61 kg), zdobyła złoto, ustanawiając rekord świata ciężarem 110 kg. Teraz jej najważniejszym celem jest udział w Igrzyskach Paraolimpijskich w Brazylii i pokonanie dominujących w dyscyplinie Rosjanek.

– Sport jest najlepszą rehabilitacją i daje mi ogromną satysfakcję. Kiedyś największą barierą było przebywanie wśród ludzi, bo czułam na sobie ich spojrzenia, ale przełamalam to i już się nie przejmuję. Od tego zaczęła się moja droga realizowania marzeń. Wierzę, że to początek kariery, a mam jeszcze bardzo dużo do udowodnienia sobie i przeciwniczkom.

Małgorzata zajmuje się wyszukiwaniem dla firmy, w której pracuje, ofert przetargów w internecie. Postanowiła też założyć stowarzyszenie, aby zachęcać dziewczyny z niepełnosprawnością do trenowania podnoszenia ciężarów.

WIELKA GALA 2014 INTEGRACJI

20 lat minęło



Prezydenckie 20-lecie Integracji

Wieczór 6 listopada 2014 roku w warszawskiej Hali Arena Ursynów był kolejnym świętem Integracji i naszych Przyjaciół. Galę poprowadził prezes Piotr Pawłowski, dziennikarze: Beata Tadla i Maciej Orłoś oraz artystka kabaretowa Katarzyna Pakosińska. Hasło przewodnie tegorocznej Gali to „20 lat minęło”, bowiem w 2014 roku Integracja obchodzi 20-lecie istnienia. Datowane jest od wydania 1. numeru magazynu „Integracja”, powstałego z inicjatywy Piotra Pawłowskiego.

Mechanizmy wolności. Galę rozpoczął film, dzięki któremu pu-

„Kochani! Trzeba spojrzeć na problemy osób niepełnosprawnych w Polsce nie tylko jak na wyzwanie, ale również ważne zadanie, które udało się rozwiązać w ramach 25-lecia naszej wolności” – powiedział Prezydent RP Bronisław Komorowski, witając gości Wielkiej Gali Integracji.

bliczność przeniosła się do drukarni Quad/Graphics w Wyszku, gdzie drukował się najnowszy numer „Integracji”. W rytmie pracujących maszyn drukarskich mogliśmy obser-

wować, jak przez 20 lat zmieniał się magazyn, z 8-stronicowego, czarno-białego biuletynu, redagowanego w domu Piotra Pawłowskiego, do 60-stronicowego, profesjonalnego



Tegoroczne Medale Przyjacieli Integracji w imieniu nagrodzonych firm odebrali: Jacek Kowalski, członek Zarządu Orange Polska, Dariusz Tomczak, członek Zarządu ds. sprzedaży Quad/Graphics Europe Sp. z o.o., oraz Bogusław Piwowar, członek Zarządu TVP S.A.



Rzecznik Praw Dziecka, Marek Michalak, wręczył Integracji Odznakę Honorową za Zasługi dla Ochrony Praw Dziecka

rowski! – powitał uczestników Gali Piotr Pawłowski.

Burzą oklasków został powitany wchodzący na scenę Prezydent, który sprawował nad Galą honorowy patronat.

– Kochani! Trzeba spojrzeć na problemy osób niepełnosprawnych w Polsce nie tylko jak na wyzwanie, ale również ważne zadanie, które udało się rozwiązać w ramach 25-lecia naszej wolności – powiedział Bronisław Komorowski. – Z tych najważniejszych chciałbym wymienić zmianę ordynacji wyborczej, która ułatwiła głosowanie osobom niepełnosprawnym. Wielkim wyzwaniem dla nas wszystkich jest, abyśmy mądrze korzystali z mechanizmów naszej wolności. Te rozwiązania, które pozwalają łatwiej pokonywać bariery poprzez zaangażowanie w sprawy wielkiej i małej ojczyzny, to także jest integracja!

pisma, które ukazują się w nakładzie 30 tys. egzemplarzy i dociera do czytelników w całej Polsce.

– Witam serdecznie! Spotkał nas ogromny zaszczyt, jest z nami Prezydent RP, Pan Bronisław Komo-

Prezydent zaapelował do uczestników Gali, aby w wyborach samorządowych 16 listopada głosowali na tych, którzy rozumieją problem niepełnosprawności.

Jubileusz Integracji uświetnił swoją obecnością m.in. Rzecznik Praw Dziecka, Marek Michalak, który na ręce prezesa wręczył Integracji Odznakę Honorową za Zasługi dla Ochrony Praw Dziecka. Rzecznik przybył ze specjalnym przedstawicielem ONZ ds. przemocy wobec dzieci, Martą Santos Pais.

– Chciałbym podziękować Integracji, że czasem upominacie, czasem wskazujecie, ale zawsze oczekujecie konkretnych rozwiązań i one zmieniają rzeczywistość! – mówił Marek Michalak.

Następnie goście obejrzeni występy Moniki Kuszyńskiej, wokalistki, która po ciężkim wypadku samochodowym z powodzeniem wróciła na scenę.

Medale dla przyjaciół. Podczas Gali wręczono Medale Przyjacieli Integracji, które przyznawane są od 1997 roku i powstały w celu promowania cennych inicjatyw i działań na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnością w Polsce.

Pierwszy z tegorocznych Medalii przyznany został firmie Orange Polska za dostrzeganie problemów klientów z niepełnosprawnością oraz skuteczne wdrażanie odpowiednich dla nich produktów i usług, przeciwdziałających społecznemu wykluczeniu. W imieniu prezesa Integracji Medal Jackowi

Fot. K. Kuśmierz, Piotr Stanisławski

Monika Kuszyńska



Kowalskiemu, członkowi Zarządu Orange Polska, wręczył Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych, Jarosław Duda.

Kolejny Medal trafił do firmy Quad/Graphics Europe Sp. z o.o. za blisko 20-letnią profesjonalną współpracę, dzięki której magazyn „Integracja” jest atrakcyjnym edytorsko pismem na rynku prasy specjalistycznej, zajmującej się niepełnosprawnością. Medal odebrał Dariusz Tomczak, członek Zarządu ds. sprzedaży.

Trzecim Medalem wyróżniono Telewizję Polską S.A. za wyjątkową postawę na rzecz przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu widzów z niepełnosprawnością. Medal odebrał Bogusław Piwowar, członek Zarządu TVP S.A.

Jasne okno dnia. Po Medalach przyszedł czas na kolejne wrzucenie. „Na spacer zabierz psa, uśmiechnij się jak ja. Jasne okno dnia znów otwiera świat” – zaśpiewała Dorota Osieńska.

Rozstrzygnięto też konkurs „Aplikacje bez barier”. W kategorii: Istniejące dostępne aplikacje zwyciężył skierowany do osób z niepełnosprawnością Gadaczek PRO, przygotowany przez firmę DICO s.c.

W konkursie „Aplikacje bez barier” nagrody wręczali: Włodzimierz Paszyński, zastępca Prezydenta m.st. Warszawy, i Tomasz Pactwa, dyrektor Biura Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m.st. Warszawy



Współgospodarzami Gali byli Beata Tadla i Maciej Ortoś



Dorota Osieńska

Nagrodę z rąk zastępcy Prezydenta m.st. Warszawy, Włodzimierza Paszyńskiego, odebrali Ewa Przebinda i Sebastian Szufa. Kolejną nagrodę otrzymała aplikacja ogólna, dostępna dla osób z niepełnosprawnością, Moje Leczenie, z firmy Connectmedica. Odebrali ją Paulina Sylwestrzak i Igor Gnot.

Nagrody w drugiej kategorii konkursu za koncepcje aplikacji wręczył Tomasz Pactwa, dyrektor Biura Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m.st. Warszawy. Pierwszym laureatem został Michał Kucharczyk, pomysłodawca aplikacji Język Liniiowy, syntezatora mowy. Drugą nagrodę za aplikację Gluten Zły, która ma wspierać osoby chore na celiakię, otrzymali: Natalia Grams i Ka-

rol Bińkowski. Wyróżnienie specjalne odebrali Michał Maj i Mateusz Tim, twórcy aplikacji Colorfix, czytelnika m.in. zwiększającego kontrast.

Łeb do WCAG. Bartosz Mielecki, prezes Fundacji LOTTO Milion Marzeń, oraz Bartek Ostalowski, stypendysta Fundacji wręczyli nagrody w konkursie „Serwis www



Katarzyna Pakosińska



Pełna Arena Ursynów gościła ponad 2 tys. widzów, w tym jak zawsze w pobliżu sceny osoby poruszające się na wózkach

bez barier”, skierowanym w tym roku do właścicieli serwisów instytucji kultury, finansowanych ze środków publicznych.

W kategorii: Serwis instytucji kultury laureatem zostało Muzeum Zamek Królewski w Warszawie, a nagrodę odebrały Irena Zalewska i Izabela Witkowska-Martynowicz. W kategorii: Serwis akcji/wydarzenia kulturalnego laureatem została Ninatka.pl, serwis Narodowego In-

stytutu Audiowizualnego w Warszawie, a nagrodę odebrały Marta Sztanka i Magda Bocheńska.

Konkurs „Serwis www bez barier” związany jest z obowiązkiem wdrożenia od 1 czerwca 2015 r. standardu dostępności WCAG 2.0 w serwisach instytucji publicznych.

– WCAG? Co to jest? – dopytywała się Katarzyna Pakosińska.

– Web! Łeb do tego trzeba mieć! – odpowiedział Piotr Pawłowski.

Tu trzeba być. Plejadę gwiazd jubileuszowej Gali zamknął występ zespołu Enej, który zagrał swoje przeboje i dwukrotnie bisował.

Gdy Piotr Pawłowski żegnał gości, na scenie pojawili się pracownicy Integracji z kwiatami.

– Z takim zespołem można robić naprawdę wielkie rzeczy – powiedział wzruszony prezes Integracji.

Zachwyceni Galą byli goście:

– Już po raz 18. jestem na Gali, to jest bardzo ważna impreza osób z niepełnosprawnością – wyznała Iwona Łapińska z Warszawy, poruszająca się na wózku.

– To jest impreza, na której trzeba być – stwierdziła Beata Zelek z Krakowa, osoba z niepełnosprawnością ruchową. – Działania Integracji mają wielki wpływ na sytuację osób z niepełnosprawnością. Ten jubileusz to ukoronowanie osiągnięć 20 lat. ♦

**Agnieszka Fiedorowicz,
Mateusz Różański**

Gwiazda wieczoru – zespół Enej



Korespondent
Integracji:

Z innej perspektywy

Hasłem przewodnim tegorocznej Wielkiej Gali Integracji zorganizowanej w warszawskiej Arenie Ursynów 6 listopada br. było „20 lat minęło”. Dokładnie 20 lat temu ukazał się pierwszy numer magazynu „Integracja”. Obchody 20-lecia Integracji uświetnił Prezydent RP Bronisław Komorowski.



Laura Jurga, uczestniczka akcji „Zostań korespondentem Integracji”, w programie finansowanym przez FIO

Minione 20 lat to czas wielu zmian w naszym kraju i dobrych rozwiązań, których inicjatorem było m.in. Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji. Wszyscy chyba znają kampanie Integracji pod hasłami: „Płytką wyobraźnia to kalectwo” i „Czy naprawdę chciałbyś być na naszym miejscu?”. A są one zaledwie przykładami licznych działań, które przyczyniły się do poprawy jakości życia i zmiany wizerunku osób z niepełnosprawnością. Jubileusz Integracji zbiegł się w tym roku z obchodami 25 lat wolności Polski.

Choć Wielkie Gali Integracji to dawna są coroczną tradycją, trzeba przyznać, że tym razem spotkanie było pod wieloma względami inne niż wszystkie te, w których miałam okazję uczestniczyć. Miałam być nie tylko widzom, ale także korespondentem „Integracji”. (...) Nie mogłam uczestniczyć osobiście, ale znalazłam transmisję na niepelnosprawni.pl.

Na biurku tuż obok notatek usadowiła się moja wszędobylska kotka, która co jakiś czas patrzyła mi w oczy, jakby chciała zapytać: „I o czym tym razem napiszesz?” Gdy na scenę wszedł Prezydent Bronisław Komo-

rowski, aby powiedzieć o tym, co ważne dla wszystkich Polaków – z perspektywy 25 lat głębokich przemian i wolności – dotarło do mnie, że słucham wystąpienia Prezydenta Polski, który mówi o owych przemianach także w odniesieniu do osób z niepełnosprawnością.

Ważne słowa. Chłonęłam słowa. Prezydent mówił m.in. o zmianie ordynacji wyborczej i niekwestionowanej roli organizacji pozarządowych we wspieraniu osób z niepełnosprawnością – co niewątpliwie daje powody do radości. Przyszłam jednak, że pomyślałam wtedy, aby kwestia mądrego i skutecznego wsparcia osób z jakąkolwiek niepełnosprawnością nie należała w naszym kraju tylko do organizacji pozarządowych, gdyż to właśnie państwo powinno stworzyć szeroko rozumiany, skuteczny system wsparcia. Organizacje pozarządowe nie mogą go w tym zastąpić. Powinny natomiast wpisywać się w realizację niektórych przewidzianych w systemie zadań.

Kolejne wyzwania. Występująca podczas Gali Monika Kuszyńska powiedziała, że „niepełnosprawność nie musi oznaczać wykluczenia”. W pełni zgadzam się z tym zdaniem. Ale dodam, że zależy to od wielu czynników. Także od tego, czy ludzie będą

się wzajemnie dostrzegać, słuchać i obdarzać szacunkiem. Wtedy przymiotnik „niepełnosprawny” nie będzie już tak konieczny, bo kluczowe stanie się również dostrzeganie potrzeb drugiego człowieka. (...).

Dużo udało się zmienić, ale nie wystarczy same zapisy prawne i likwidacja barier. Potrzeba czegoś więcej – zmiany mentalności. Dotyczy to tak osób pełnosprawnych, jak i z niepełnosprawnością, bo wszyscy są członkami polskiego społeczeństwa – obywatelami, a przede wszystkim ludźmi, którzy mogą i powinni kreować rzeczywistość, nie ulegać zniechęceniu i zwątpieniu, iść do przodu. A jak będzie, zależy w dużej mierze od nas. Podejmowanie działań – tych na miarę własnych możliwości i tych pozornie niemożliwych – zawsze zmienia perspektywę.

„Niech nie krąży nam, że się kończy świat, kiedy chce się żyć. I to jeszcze jak!” – zaśpiewała podczas Gali Dorota Osieńska. Te słowa mocno mnie poruszyły. Kolejny raz odkryłam, jak ważne są dobre myśli, które mogą chronić przed narzekaniem.

Kotka spojrzęła na mnie tak, jakby coś zrozumiała, i zaczęła beztrudnie bawić się ołówkiem. ◆

Zapraszamy do współpracy korespondentów – zwłaszcza do programu telewizyjnego „Misja Integracja”. Więcej informacji: korespondent@integracja

UWALNIAMY KOPERTY

dla najbardziej potrzebujących!



30 czerwca 2015 roku wszystkie karty parkingowe dla osób z niepełnosprawnością, wydane przed 1 lipca 2014 roku, stracą ważność.

Dowiedz się więcej na kartaparkingowa.pl

Kampania finansowana
ze środków PFRON



Partner akcji



Organizator kampanii



Więcej nas łączy, niż dzieli... 20 LAT

Barrierami połączeni

Schody, wyboje, ale i wspólna zabawa, i kibicowanie. „Więcej nas łączy, niż dzieli...” – to hasło ruszającej 17 grudnia br. kampanii społecznej Integracji. Jej celem jest zwrócenie uwagi na sytuacje z życia codziennego, które w równym stopniu dotyczą osób z niepełnosprawnością, jak i pełnosprawnych, dorosłych i dzieci, kobiet i mężczyzn.

Kampania „Więcej nas łączy, niż dzieli...” podsumowuje 20-lecie Integracji – organizacji działającej na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnością. Na przestrzeni minionych lat Integracja rozwinęła się z wydawcy czarno-białego biuletynu w znaczącą organizację pozarządową, obecną w pięciu miastach Polski, znaną z prowadzenia profesjonalnych mediów i jako eksperta w zakresie aktywizacji zawodowej, dostępności architektonicznej i stron internetowych. Integracji udaje się zmieniać nie tylko społeczną świadomość dotyczącą niepełnosprawności, ale i usuwać bariery, aby ułatwiać życie na co dzień – pracę, zakupy, sport, naukę oraz życie towarzyskie i kulturalne. Niepełnosprawność już nie wyklucza, ale wiele codziennych barier doskwiera wszystkim.

– Coraz więcej nas łączy, a mniej dzieli. Na przestrzeni 20 lat funkcjonowania Integracji udało się zainicjować dostosowanie gmachu Sejmu RP i wielu obiektów publicznych, urzędów, centrów handlowych, z których wszyscy korzystamy – przekonuje prezes, Piotr Pawłowski.

Wspólne problemy i radości.

– Hasło „Więcej nas łączy, niż dzieli...” niesie w sobie niesłychanie ważną prawdę: świat pełnosprawnych i świat ludzi z niepełnosprawnościami to w wielkim stopniu ta sama rzeczywistość. W moim poczuciu bardzo trudno jest wyznaczyć sztywną granicę. Czy ja sam jestem

aż tak „pełnosprawny”, jeśli się mnie porówna z wybitnym naukowcem poruszającym się na wózku? Przecież nie mam tak wybitnego umysłu, za to mam nadwagę, która strasznie utrudnia mi życie. Ujmuję słowo „pełnosprawność” w cudzysłów. Chciałbym, żeby nasza kampania pokazała, iż ludzie bardzo się różnią fizycznie i psychicznie, ale jednocześnie mają wiele ze sobą wspólnego – zarówno jeśli chodzi o codzienne problemy, jak i radości. Mało tego, te problemy, bariery, dotyczą wszystkich. Może nie jeździsz na wózku, ale masz małe dziecko w wózku. I nagle pojawiają się schody... – tłumaczy Jan Domaniewski, współtwórca kampanii.

Na kolejnych plakatach obserwujemy, jak wózkowicz i aktorka na szpilkach napotyka wyboje, wysoki sportowiec i człowiek z niskim wzrostem z trudem sięgają albo schylają się po produkty w sklepie. Ale niewi-

domy i widząca wspólnie kibicują „gdy wygrywają nasi”, a chłopiec i dziewczynka bawią się tabletem, chociaż on, pozbawiony rąk, obsługuje go wyłącznie za pomocą stóp...

Partnerem kampanii jest Ringier Axel Springer Polska (RASP) i Grupa Onet.

– Od dawna z podziwem obserwowaliśmy kampanie Fundacji Integracja. Dlatego bez wahania Ringier Axel Springer Polska i Grupa Onet.pl postanowiły objąć patronat medialny nad kampanią – mówi Anna Marucha, rzecznik prasowy Ringier Axel Springer Polska. – Jesteśmy przekonani, że to ważna inicjatywa, która zbuduje nową świadomość na temat funkcjonowania osób niepełnosprawnych w naszym społeczeństwie. Obie firmy – Ringier Axel Springer Polska i Grupa Onet.pl są liderami na rynku mediów w Polsce – nasze tytuły prasowe i serwisy internetowe mają ogromny zasięg. Dzięki temu kampania dotrze do bardzo szerokiej grupy odbiorców. Jej odsłony ukażą się m.in. na stronach Onetu, w „Fakcie”, „Newsweeku”, „Forbesie”, „Przeglądzie Sportowym” i na profilach w mediach społecznościowych.

Pierwsza odsłona kampanii „Więcej nas łączy, niż dzieli...” zaplanowana jest na 17 grudnia br. w mediach RASP i Grupy Onet, na niepełnosprawni.pl, w nr. 6/2014 i 1/2015 „Integracji” oraz w krajach Europy, gdzie RASP wydaje prasę. ◆

Łukasz Drozda, Agnieszka Fiedorowicz



**WIĘCEJ NAS ŁĄCZY,
NIŻ DZIELI...**

**...GDY TAK BARDZO
CHCEMY DOTKNAĆ...**



INTEGRACJA 20^{lat}
Więcej nas łączy, niż dzieli...

Partnerami kampanii społecznej „Więcej nas łączy, niż dzieli...” są:

ringier
axel springer

onet.

**WIĘCEJ NAS ŁĄCZY,
NIŻ DZIELI...**



**...GDY W TELEWIZJI
WYGRYWAJĄ NASI...**

foto: Tomasz Orłowski, Agnieszka Włoczyńska, Norman Boczek

INTEGRACJA 20^{lat}
Więcej nas łączy, niż dzieli...

Partnerami kampanii społecznej „Więcej nas łączy, niż dzieli...” są:

ringier
axel springer

onet.

Kto najbardziej potrzebuje karty?

30 czerwca 2015 roku to ostateczny termin ważności starych kart parkingowych. Po tym dniu na tzw. kopertach parkować będą mogły tylko osoby spełniające nowe, o wiele bardziej rygorystyczne kryteria. Ta rewolucyjna zmiana budzi potężne emocje w środowisku osób z niepełnosprawnością.



Mateusz Różański
dziennikarz „Integracji”,
serwisu finansybezbarier.pl
i portalu niepelnosprawni.pl

Zmiana jest po to, by tzw. koperty służyły tym osobom, które najbardziej tego potrzebują. Stąd bardzo precyzyjne określenie kręgu osób, które będą mogły korzystać z nich na nowych zasadach – mówił poseł Sławomir Piechota, główny inicjator zmiany przepisów, podczas konferencji prasowej inaugurującej kampanię informacyjną „Uwalniamy koperty dla najbardziej potrzebujących”, zorganizowanej w warszawskiej Galerii Mokotów 27 listopada br. Poseł dodał, że coraz częstsze były przypadki zajmowania miejsc oznaczonych „kopertą” przez osoby ewidentnie niemające problemów z poruszaniem się. Jego zdaniem wynika to z faktu, że karty przyznawano dotąd praktycznie każdemu, kto wykażał orzeczenie o niepełnosprawności.

Nowe przepisy przewidują grzywnę 2 tys. zł dla osoby, która w sposób nieuprawniony posługuje się kartą parkingową, np. wystawioną na osobę nieżyjącą (w Warszawie jest takich kart ok. 9 tys.) lub na tę, której nie ma w samochodzie.

– W marcu zeszłego roku w Wielkiej Brytanii wprowadzono karę

w wysokości tysiąca funtów dla osób bezprawnie zajmujących tzw. koperty – tłumaczył parlamentarzysta.

Przypomniał też, że nowe karty będą drukowane centralnie, dzięki czemu trudniej je będzie podrobić, a od 2016 roku będą także rejestrowane w Centralnej Ewidencji Pojazdów i Kierowców (CEPiK).

Pod lupą Rzecznika Praw Obywatelskich.

Zmiany, które są tematem kampanii wynikają też z potężnej dysproporcji pomiędzy liczbą osób posługujących się kartami, a liczbą tzw. „kopert”, która szacowana jest na ok. 13 tys. Zmniejszenie liczby osób uprawnionych do korzystania z tego dokumentu ma ułatwić dostępność „kopert” tym, którzy naprawdę ich potrzebują.

Powstaje jednak pytanie, co z osobami, które utracą prawo do korzy-

stania z tzw. kopert, a mają uzasadnione powody, aby mieć do nich prawo? Wiele z tej liczącej kilkaset tysięcy osób grupy nie godzi się z utratą przywilejów. Pozbawione prawa do karty parkingowej zostaną m.in. osoby legitymujące się orzeczeniem potwierdzającym lekki stopień niepełnosprawności oraz obniżoną sprawność ruchową i te posiadające umiarkowany stopień niepełnosprawności, których sprawność ruchowa uległa obniżeniu, jednak ich możliwości samodzielnego poruszania się nie są znacznie ograniczone.

Zmiany uderzają zwłaszcza w osoby, których niepełnosprawność nie wynika z dysfunkcji narządu ruchu, wzroku czy chorób neurologicznych np. osoby po przebytych chorobach nowotworowych, kardiologicznych i związanych z układem pokarmowym. Przedstawiciele tej ostatniej

Dla kogo nowe karty?

Wedle nowych przepisów karty przysługują tylko tym osobom, które mają ważne orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności oraz osobom z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, której przyczyną jest choroba wzroku (symbol 04-O), niepełnosprawność narządu ruchu (05-R), choroba neurologiczna (10- N) oraz osobom z niepełnosprawnością do 16. r.ż. Dodatkowym warunkiem są znacznie ograniczone możliwości samodzielnego poruszania się. Nowe karty będą ważne maks. 5 lat od daty wydania.

grupy, zrzeszeni w Polskim Towarzystwie Wspierania Osób z Nieswoistymi Zapaleniami Jelita „J-elita”, wystosowali pismo do Biura Rzecznika Praw Obywatelskich ze skargą na nowe przepisy.

„Znaczna część osób z NZJ, która do tej pory posiadała karty parkingowe – straci je. Możliwość załatwienia potrzeb fizjologicznych, zwłaszcza w sytuacjach pilnych trudno nazwać „przywilejem”, jak większość określa posiadanie karty parkingowej. Niejednej osobie pozwoliła ona uniknąć sytuacji uwłaczającej ludzkiej godności, kiedy dzięki szybkiemu zaparkowaniu pojazdu biegiem dotarła na czas do toalety” – czytamy w skardze do prof. Ireny Lipowicz, Rzecznika Praw Obywatelskich.

Prawa nabyte czy ważny interes społeczny.

Jak informuje biuro prasowe RPO, do początku grudnia 2014 r. do Biura Rzecznika Praw Obywatelskich trafiło aż 140 skarg na nowe przepisy, w większości od osób prywatnych. Skarżący kwestionują zgodność z Konstytucją przepisów, które pozbawiają je prawa nabytego. W niektórych skargach zwraca się też uwagę na to, że na skutek zmiany przepisów większość osób z niepełnosprawnością, które są zainteresowane uzyskaniem karty parkingowej, musi ponownie ubiegać się o orzeczenie o stopniu niepełnosprawności – mimo że mają je ważne. Wiąże się to z koniecznością stawiania się w Powiatowym Zespole Orzekania o Niepełnosprawności, a niekiedy także z wymogiem przedstawienia dodatkowej dokumentacji medycznej. Osoby z niepełnosprawnością podnoszą także, że nowe regulacje wprowadziły obowiązek osobistego składania wniosków o wydanie karty parkingowej i osobistego jej odbioru, co stanowi duże utrudnienie zwłaszcza dla osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności.

Potwierdza to Stanisław Trociuk, z-ca Rzecznika Praw Obywatelskich:

– Spłynęło do nas dość dużo skarg dotyczących nowych przepisów. Wiąże się to z koniecznością ponownej

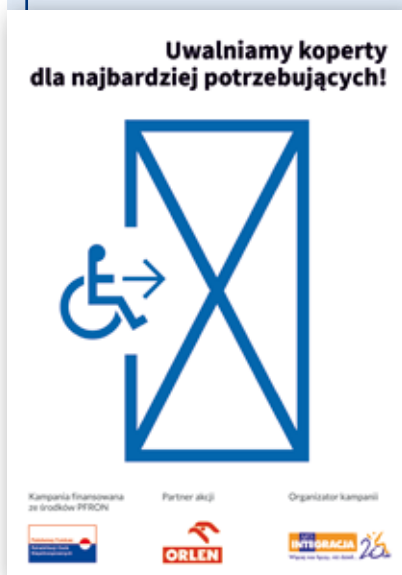
Integracja uwalnia „koperty”

O nowe przepisy pytają osoby odwiedzające nasze Centra i Czytelnie „Integracji”. Z myślą o nich ruszyła kampania Integracji „Uwalniamy koperty dla najbardziej potrzebujących!”. Została sfinansowana przez PFRON, a jej partnerem jest PKN ORLEN.

Celem kampanii jest dotarcie do jak największej liczby osób z niepełnosprawnością posiadających karty parkingowe i poinformowanie ich o nowych zasadach ich przyznawania i wydawania. W ramach kampanii uruchomiona została strona **www.kartaparkingowa.pl**, z informacjami na temat zmian w przepisach. Umieszczono tam informacje o organach wydających karty parkingowe dla wszystkich powiatów i opisano procedurę wymiany dokumentu. Strona jest dostępna dla użytkowników z niepełnosprawnością.

W ramach kampanii przewidziane zostały też: spoty telewizyjne i radiowe w mediach o zasięgu ogólnopolskim, publikacje prasowe i akcja plakatowa na

wybranych stacjach paliw PKN ORLEN oraz w wybranych sklepach sieci Biedronka. Informacje ukazywać się będą też na Facebooku Integracji, Twitterze, portalu niepełnosprawni.pl i w magazynie „Integracja”.



weryfikacji tych osób, które posiadają stare karty parkingowe, pod kątem tego, czy spełniają warunki nowych przepisów. Prowadzimy postępowanie w tej sprawie. Mamy wątpliwości dotyczące tego, czy ta zmiana przepisów nie doprowadzi do naruszenia zasady praw nabytych. W tej chwili skierowaliśmy korespondencję do Ministerstwa Infrastruktury. W przyszłym tygodniu [wypowiedź z 9 grudnia br. – MR.] spotkam się posłem Sławomirem Piechotą, aby wysłuchać argumentacji, która zdaniem projektodawcy przemawiała za wprowadzeniem tych przepisów.

Stanisław Trociuk dodał, że po przeprowadzeniu postępowania wyjaśniającego i zebraniu informacji Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich zajmie w sprawie stanowisko.

– Rozważaliśmy to bardzo szczegółowo i oczywiście konstytucyjnie, generalna zasada jest taka, że nie wolno pozbawiać praw nabytych, takich jakie właśnie gwarantowały osobom z lekkim stopniem niepełnosprawności posiadane przez nie karty parkingowe. Jednakże Konstytucja mówi też, że można dokonać ograniczenia praw nabytych, jeśli jest to uzasadnione ważnym interesem społecznym – wyjaśniał podczas konferencji poseł Piechota.

Internauci komentujący temat na portalu niepełnosprawni.pl zamieszczają coraz więcej komentarzy za zmianami. Piszą więc: „Wzięli się za tych niby niepełnosprawnych. A krzyk jest o to, że pewnie wielu ma lewe uprawnienia do parkowania na kopertach i boją się ich utraty, stąd zasłanianie się prawami nabytymi itp. Widziałem kierowcę lexusa obwieszzonego złotymi łańcuchami, który miał kartę inwalidy i pchał ciężki wózek z zakupami z marketu” albo „Uprawniony do parkowania na kopercie «inwalida» z samochodu targał 25-kilogramowe worki z zaprawą na IV piętro w bloku”. Samo życie... ♦

Człowiek ze STALI

Ten dokumentalny film zaczyna się mocnym akcentem. 3 maja 2006 roku trwa żużlowy mecz klubów KSŻ Krosno i GTŻ Grudziądz. W ósmym biegu Rafał Wilk, główny bohater filmu, przewraca się. Przejeżdża po nim jeden z zawodników. Rafał leży na torze, nie porusza się. Zostaje odwieziony karetką do szpitala. Już nigdy nie stanie na własnych nogach.

Tekst Agnieszka Jędrzejczak

Premierowe pokazy filmu Roberta Szaja i Michała Juszcakiewicza *Rafał Wilk – człowiek ze stali* odbyły się 4 listopada w Elblągu oraz 5 listopada br. w Rzeszowie. Kilka dni później film został wyemitowany w TVP. Powstał dzięki wsparciu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Wielu widzów po projekcji ocierało łzy, wzruszony był też bohater.

– Nie miałem okazji wcześniej zobaczyć tego filmu. Były sceny, kiedy się śmiałem, ale też zakręciła mi się łza w oku. Niektóre momenty były szczególnie, jak wypadek mojego taty i medale w Londynie, które mo-

głem mu zadedykować. Obiecałem mu kiedyś, że będę najlepszy, i cięszę się, że mogłem zdobyć dla niego złoty medal olimpijski – mówił po projekcji.

Żużlowca, którego pamiętają najwytrwalsi kibice tej dyscypliny sportu, już nie ma. Jest za to paraolimpijski mistrz świata. Człowiek, który po wieloletniej rehabilitacji powrócił na sportowy szczyt.

– *Wartka akcja, dobrze przemyślane scenariusz i nietuzinkowy bohater* powodują, że widownia reaguje żywiołowo. Są i wzruszenie, i salwy śmiechu, bo Rafał i jego bliscy mają ogromne poczucie humoru i nawet

o trudnych sprawach potrafią mówić lekko – tak film komentuje Ilona Berezowska, dziennikarka pisząca o polskich kolarzach i biegaczach.

Scenariusz do filmu napisał Robert Szaj, wiceprezes Polskiego Komitetu Paraolimpijskiego. Prowadzone przez niego stowarzyszenie wyprodukowało już trzy filmy o sportowcach z niepełnosprawnością. Film wyreżyserował Michał Juszcakiewicz, twórca i prowadzący program „Od przedszkola do Opola”.

– Mam nadzieję, że nie zepsułem tematu. A był on wielki, więc i odpowiedzialność przed Rafałem Wilkiem kolosalna. Wiele miesięcy wspólnej pracy zaowocowało efektem, którego na pewno się nie wstydzę, i mam w sobie chęć na więcej takich tematów – mówił po premierze Michał Juszcakiewicz.

– Już we wrześniu 2012 roku, gdy Rafał Wilk zdobywał medale, wiedziałem, że to doskonały bohater, który powinien być przedstawiony szerokiej publiczności. Wtedy zajmowałem się filmem o Natalii Partyce, ale wiedziałem, że Rafał będzie bohaterem następnego obrazu – wyznał Robert Szaj.

Film wkrótce zostanie wyemitowany przez TVP Sport. ♦

RAFAŁ WILK – CZŁOWIEK ZE STALI

Produkcja: Stowarzyszenie „Instytut Ekoprussia”
Producent: Robert Szaj
Scenariusz: Robert Szaj, Michał Juszcakiewicz
Reżyser: Michał Juszcakiewicz



Niełatwe kobiece sprawy

Kobiety z niepełnosprawnością rzadziej odwiedzają ginekologów, nie wykonują regularnych badań, częściej chorują. Wpływ na to ma ograniczony brak dostosowanych gabinetów, ale i sami lekarze rzadko wiedzą, jak postępować z pacjentką np. na wózku. Radzimy, jak znaleźć dostępnego ginekologa, dobrać antykoncepcję albo zostać mamą...



Agnieszka Fiedorowicz
dziennikarka „Integracji”
i portalu niepełnosprawni.pl

Julita jest studentką Uniwersytetu Warszawskiego, pochodzi z Kościana, niewielkiego miasta w Wielkopolsce. Na wózek wylądowała w wieku 13 lat, w wyniku wypadku komunikacyjnego.

– Miałam szczęście, mama, lekarz internista dbała o moją edukację, bez skrępowania odpowiadała na pytania o miesiączkę, ciążę, seks, antykoncepcję. Po wypadku zaprowadziła mnie do swojej koleżanki ginekolożki, która spokojnie wytłumaczyła, że mimo niepełnosprawności mogę w przyszłości współżyć i urodzić dziecko.



Groźny brak wiedzy

Sytuacja Julity jest godna pozazdroszczenia. Dr Alicja Długołęcka, edukatorka seksualna z warszawskiej Akademii Wychowania Fizycznego, co roku latem, podczas obozów organizowanych przez Fundację Aktywnej Rehabilitacji, prowadzi warsztaty edukacji seksualnej dla młodzieży na wózkach w wieku od 12 do 16 lat. Aż 1/3 uczestników przyjeżdża na obozy całkowicie nieświadoma – nastolatki nie wiedzą, skąd się biorą dzieci i na czym polega stosunek seksualny. Brak kontaktu z własnym ciałem, świadomości tego, co jest „poniżej pasa” częściej dotyczy dziewcząt. Są obsługiwane przez mamy, które je cewnikują i zakładają pampersy.

Niektóre w ogóle nie wiedzą, że miesiączkują. Rodzice często nie widzą też potrzeby zaprowadzenia córek do ginekologa. A gdy same chcą pójść do specjalisty, mają trudności ze znalezieniem przyjaznego lekarza, z dotarciem do gabinetu i położeniem się na fotelu. A nawet jeśli się tam wybiorą uciekają, słysząc: „Ja pani nie zbadam, bo pewnie pani jest dziewicą”.

W Polsce żyje blisko 3 mln kobiet z orzeczoną niepełnosprawnością. Mniej niż 1/3 regularnie uczęszcza do ginekologa, co przekłada się na brak badań profilaktycznych – USG i cytologii. Rośnie ryzyko zachorowań, m.in. na nowotwory piersi czy szyjki macicy.

Ginekolog niedostosowany

Częstotliwość wizyt w gabinecie ginekologicznym

kobiety w ogóle niekorzystające z wizyt u ginekologa	37%
kobiety odwiedzające ginekologa nieregularnie	36%
kobiety uczęszczające do „stałego” ginekologa regularnie	27%

Powody niechodzenia do specjalisty (możliwych kilka odpowiedzi)

brak dostosowania architektonicznego placówek i gabinetu	75%
brak dostatecznej wiedzy lekarzy na temat problemów ginekologicznych kobiet z niepełnosprawnością	55%
całkowita obojętność służby zdrowia wobec problemów ginekologicznych kobiet z niepełnosprawnością	37%

(źródło: „Ginekologia praktyczna”, 2010. W badaniu wzięło udział 30 respondentek, w wieku 17–41 lat, wszystkie z niepełnosprawnością ruchową).



Fotel, łóżko czy kozetka?

Julita szok przeżyła, gdy jako studentka wybrała się do przychodni uczelnianej.

– *Miałam krwiste upławy. Lekarz na mój widok zbaraniał, a potem powiedział, że mnie nie zbada, bo nie ma warunków! W prywatnym gabinecie lekarz z pomocą rejestratorki wtargał mnie na wysoki fotel ginekologiczny. Czulałam się jak worek kartofli* – opowiada studentka.

Od roku jest w stałym związku i wciąż bada się u koleżanki mamy.

– *Dostęp do usług służby zdrowia dla osób z niepełnosprawnością nadal w polskiej rzeczywistości odbiega od standardów europejskich, bariery architektoniczne i mentalne powodują, że dla wielu pacjentek to wciąż droga przez mękę* – przyznaje dr n. med. Wojciech Puzyna, dyrektor Szpitala Specjalistycznego św. Zofii w Warszawie, jednej z najstarszych i renomowanych placówek położniczo-ginekologicznych w Polsce.

Szpital jest dostosowany architektonicznie (10 lat temu otrzymał wyróżnienie Integracji w konkursie „Warszawa bez barier”). Podjazdy i windy to nie wszystko, każdy fotel ginekologiczny ma tu napęd pneumatyczny i obniża się, ułatwiając ulokowanie się na nim pacjentce jeżdżącej na wózku.

– *Otwarty na potrzeby pacjentek z niepełnosprawnością jest też nasz personel, na równi lekarze, położne, pielęgniarki i sanitariuszki. Pacjentka z niepełnosprawnością jest dla nas nie problemem, ale wyzwaniem* – zapewnia dr Wojciech Puzyna.

Dr Monika Łukasiewicz, specjalista ginekologii i położnictwa, seksuolog, prowadzi w Szpitalu Bielańskim poradnię dla pacjentek niepełnosprawnych ruchowo. Przyjeżdżają tu pacjentki z całej Polski, także z niepełnosprawnością intelektualną. Bada je na fotelu, jak i na zwykłej kozetce. Kieruje się wytycznymi amerykańskiego Towarzystwa Ginekologów i Położników (ACOG).

– *Większość moich pacjentek bez problemu przemieszcza się z wózka na leżankę, rozbiera i podnosi nogi. Jeśli pacjentka nie jest dziewczicą i nie ma nadmiernej spastyczności, można założyć wziernik (niezbędny do np. pobrania cytologii). Trudniej jest w przypadku pacjentek z MPD*

(mózgowym porażeniem dziecięcym), gdyż są one często dziewicami i mają dużą spastyczność, można jednak przeprowadzić badanie sondą ginekologiczną, przez odbył lub sondą przez powłoki brzuszne. Ze względu na spięcie i stres pobranie cytologii często nie jest możliwe, ale ocenę stanu narządów rodnych umożliwi badanie USG – wylicza dr Łukasiewicz i zwraca uwagę, że u dziewcząt po URK (uszkodzeniu rdzenia kręgowego) często występują tzw. autonomiczne dysrefleksje: zaczerwienienie twarzy, spadek tętna i wzrost ciśnienia.

– *Należy badać takie pacjentki ciepłymi wziernikami, w nachyleniu fotela pod kątem 45 stopni.*

Kobieta z niepełnosprawnością powinna: (zaleca dr Monika Łukasiewicz):

- Odwiedzać ginekologa przynajmniej raz w roku.
- Jeśli współżyje – najlepiej raz w roku, a przynajmniej raz na trzy lata wykonać cytologię.
- Regularnie badać piersi (samobadanie i USG raz w roku).
- Zabezpieczać się. Kobiety z niepełnosprawnością ruchową nie mogą przyjmować tabletek antykoncepcyjnych oraz plastrów opartych na estrogenach (zwiększają ryzyko zakrzepicy). Nie zaleca się też wkładek wewnątrzmacicznych – zwiększają ryzyko ciąży pozamacicznej, uszkodzenia ściany macicy, a pacjentki z URK nie odczuwają dolegliwości bólowych w podbrzuszu.
- Dozwolone są tzw. minipigułki, prezerwatywy, żele plemnikobójcze, wkładki (spirale) gestagenne.
- Ze względu na tzw. nadreaktywny pęcherz, noszenie pampersów – kobiety z niepełnosprawnością ruchową częściej cierpią na zapalenia układu moczowo-płciowego, a nie czują objawów (ból, pieczenia). Mają też częściej zapalenia pochwy, z wystąpieniem nieprzyjemnych w zapachu i konsystencji upławów.



Nie każda ciąża to patologia

W wyniku urazu rdzenia kręgowego dochodzi do zatrzymania miesiączkowania (ok. 6 miesięcy), potem krwawienie powraca. Wiele kobiet słyszy jednak od lekarza: „Ciąża na wózku? Jak pani sobie wyobraża urodzić zdrowe dziecko?”

– *Pacjentki z niepełnosprawnością ruchową generalnie nie mają problemów z płodnością, natomiast ciąża wymaga monitoringu* – wylicza dr n. med. Wojciech Puzyna.

– *Ciężarnej na wózku gorzej się oddycha, gdyż rosnąca macica ucis-*

ka przeponę, zwiększa się też ryzyko zakrzepicy, pacjentki często dostają środki przeciwzakrzepowe, leczone są też infekcje układu moczowego. Często dochodzi do porodów przedwczesnych, a ponieważ pacjentki z URK nie czują skurczy,



Ciąża na wózku – możliwy dyskomfort

- W pierwszym trymestrze ciężarne często cierpią na zawroty i bóle głowy, mdłości. O ile u kobiety w pełni sprawnej są to naturalne zmiany, u kobiety z niepełnosprawnością ruchową może to być sygnał komplikacji.
- O wszystkich objawach trzeba informować ginekologa.
- Podczas drugiego trymestru przyrost masy ciała może wpływać na zdolność do wykonywania codziennych czynności (takich jak przesiadanie się na wózek czy poruszanie się na nim), częstsze oddawanie moczu albo powstanie odleżyn.
- W czasie trzeciego trymestru mogą wystąpić kłopoty z oddychaniem, osłabienie całego układu oddechowego, zaburzenia krążenia, obrzęki nóg i stóp.
- Zaleca się w tym czasie dodatkowy odpoczynek i zwiększoną dbałość o siebie.
- Należy zwracać uwagę na wszelkie sygnały mogące być zapowiedzią porodu, a więc zmiany w spastyce lub oddychaniu, ból pleców, napięcie w brzuchu, ucisk w miednicy.
- Większość kobiet po porodzie może karmić piersią, możliwe jest jednak nasilenie spastyki.

niezbędny jest pobyt na oddziale patologii ciąży od ok. 32 tygodnia ciąży – dodaje dr Łukasiewicz.

– Wybór formy porodu zależy od stanu pacjentki, ale i wskazań lekarzy specjalistów, np. okulisty w przypadku niedowidzącej, neurologa w przypadku niepełnosprawności ruchowej. Często zalecane jest cesarskie cięcie. Jeśli pacjentka jest w stanie odwieść nogi i występuje czynność skurczowa macicy, to możliwy jest poród fizjologiczny. Dzięki rozpowszechnieniu tzw. porodów rodzinnych rodzące z niepełnosprawnością mogą liczyć na pomoc męża czy partnera, który służy jako tłumacz, ale personel szpitala pomaga też w ewentualnym znale-

zieniu zewnętrznego tłumacza – wyjaśnia dr Puzyna i przyznaje, że dziecko urodzone przez pacjentkę z niepełnosprawnością cieszy go podwójnie. – To pokonanie kolejnej bariery na drodze do pełnej integracji – mówi.

W swojej karierze szczególnie zapamiętał pacjentkę z marskością wątroby, która donosiła ciążę wbrew zaleceniom lekarskim.

– I ta ciąża wręcz poprawiła jej stan zdrowia, a potem urodziła kolejne dziecko.

Szkolić, szkolić i jeszcze raz szkolić!

W naszym kraju nie opracowano dotychczas standardów, które uwzględniają specyficzne potrzeby kobiet z niepełnosprawnością. Nie ma modelu zbierania wywiadu lekarskiego od kobiety, która ma dysfunkcję mowy, wzroku, nie słyszy lub niedosłyszy, ma ograniczone możliwości intelektualne.

– Kobiety z niepełnosprawnością intelektualną, a także dziewczynki z mózgowym porażeniem dziecięcym potrzebują poczuć się u lekarza bezpiecznie, nabrać zaufania. Lekarz powinien być dla pacjentki niepełnosprawnej jak przyjaciel, nie tylko zbadać, ale też pogadać i ją wysłuchać – zaleca dr Monika Łukasiewicz.

Opieka ginekologiczna tej grupy jest niesłychanie ważna, ponieważ z badań wynika, że dziewczynki

z niepełnosprawnością intelektualną najczęściej padają ofiarami przemocy seksualnej: gwałtów czy kazirodztwa, które ginekolog mógłby w porę wychwycić.

– Ciągłe widzę ogromną potrzebę szkoleń w kwestii postępowania z pacjentkami z niepełnosprawnością ruchową i intelektualną – dodaje dr Monika Łukasiewicz.

– Różne grupy profesjonalistów siadają na wózkach i próbują wczuć się w sytuację osoby niepełnosprawnej, a takie szkolenia przydałyby się także ginekologom – mówi dr Wojciech Puzyna i postuluje, aby organizacje wpierające osoby z niepełnosprawnością, takie jak Integracja, zaczęły przyznawać na wzór akcji „Rodzić po ludzku” certyfikaty „Dostępnego lekarza” i „Dostępnej placówki”. ♦

Przydatne adresy:

WROCŁAW: Poradnia Towarzystwa Rozwoju Rodziny, ul. Podwałe 74, Poradnia dysponuje podjazdem, dzięki któremu można dostać się na wózek bezpośrednio do łóżka ginekologicznego.

WARSZAWA: Poradnia dla kobiet z niepełnosprawnością ruchową, Szpital Bielański, ul. Cegłowska 80, Szpital Specjalistyczny św. Zofii, ul. Żelazna 90.

LUBLIN, dr Monika Łukasiewicz, praktyka prywatna, ul. Gorczańska 75.

Znasz dostępnego i przyjaznego ginekologa, napisz do Integracji, (agnieszka.fiedorowicz@integracja.org), zarekomendujemy go na portalu niepełnosprawni.pl

Długa droga na studia



Agnieszka Bal
studentka III roku politologii
na Uniwersytecie Warszawskim

Jestem osobą niepełnosprawną od urodzenia. Mam porażenie mózgowie z choreoatetozą – jest to uszkodzenie mózgu, które powoduje u mnie ruchy mimowolne, zaburzenie mowy i wzroku. Urodziłam się 22 września 1990 roku jako piąte dziecko w rodzinie inteligentkiej. Czwórka mojego starszego rodzeństwa traktowała mnie normalnie.

Problemy zaczęły się, gdy poszłam do przedszkola integracyjnego, do którego uczęszczały dzieci pełnosprawne, jak i z różnym stopniem niepełnosprawności. Jedno z nich ciągle mnie gryzło, a ja byłam bezradna. Wreszcie mama założyła dla mnie stowarzyszenie „Po pierwsze Rodzina”, a potem poradnię „AGA” z zajęciami w systemie Peto [jest to system wielokierunkowego usprawniania i nauczania osób z zaburzeniami ruchowymi, opracowany przez

„Wymogłam na mamie, by zadzwoniła do wychowawczynie, odwołała swoją decyzję i przekazała, że postanowiłam chodzić normalnie do szkoły i przygotowywać się do matury. Wiedziałam, że ze względu na najlepiej rozwiniętą pamięć słuchową i sytuacyjną najefektywniej uczyć się podczas lekcji” – tak o pokonywaniu barier powszechnej edukacji pisze warszawska studentka.

węgierskiego lekarza i pedagoga Adrása Pető. Dużą uwagę zwraca się na ćwiczenia z zakresu samoobsługi m.in. ubieranie, mycie, jedzenie, sprząatanie, chód, mowę, kreślenie znaków. System ma przygotowywać do nauki szkolnej – przyp. red.].

Przez pierwsze trzy lata uczyła mnie indywidualnie Teresa Werhnowicz. Potem kontynuowałam naukę w szkole podstawowej przy poradni „AGA”.

Jak przeczytać *Świteziankę*?

Jeszcze przed rozpoczęciem nauki w szkole, podczas pobytu w ośrodku „Krok za Krokiem” w Zamościu, pani Agnieszka Pilch uczyła mnie symboli

Blissa. One jako pierwsze dały mi szansę porozumiewania się ze światem. Miałam książkę z około 200 symbolami. Z czasem zaczęło mi się wydawać, że Bliss, jak język chiński, ma trudne rysunki. Zaczęłam więc uczyć się piktogramów. Tak powstała moja druga książka do komunikacji. Równocześnie, dzięki wsparciu rodziny, stawałam się coraz odważniejsza i uczyłam się pokonywać stereotypy. Rodzice traktowali mnie normalnie i wszędzie zabierali. Odkad pamiętam, marzyłam o studiach na uniwersytecie i w pewnym momencie zdałam sobie sprawę, że nie zrealizuję tego marzenia, jeśli nie nauczę się czytania i pisania. Deprymu-

jąco działało na mnie otoczenie terapeutyczne, które nie wierzyło, że uda mi się opanować te umiejętności, nie wspominając o matematyce. Nie poddawałam się. Liczyć nauczyłam się w piątej klasie, a czytać dopiero w szóstej. Miałam wsparcie dwóch studentek: mojej siostry Dominiki (z matematyki) oraz szkolnej stażystki Magdy, która podczas swojej pierwszej lekcji polskiego dała mi, z wiarą w umiejętności, tekst do czytania. I przeczytałam *Świteziankę* Adama Mickiewicza.

Gimnazjum, czyli rewolucja.

5 kwietnia 2005 roku przystąpiłam do pierwszego ważnego egzaminu, testu kompetencji po VI klasie. Nawet do głowy mi nie przyszło, że mogłabym być z niego zwolniona ze względu na niepełnosprawność. Było dla mnie naturalne, że egzaminu się zdaje. Nie mogłyśmy jednak z mamą znaleźć gimnazjum, w którym mogłabym codziennie mieć lek-

cje ze swoją klasą. Dodatkowym problemem było to, że w związku z posiadanym orzeczeniem o potrzebie kształcenia specjalnego w klasie integracyjnej przysługiwało mi prawo do tzw. nauczyciela wspierającego specjalnie do mnie przypisanego. W końcu mama napisała w moim imieniu do Biura Edukacji m.st. Warszawy, aby znaleziono dla mnie szkołę. I trafiłam do Gimnazjum nr 123 im. Jana Pawła II na Białołęce. Codziennie pokonywałam 15 km z domu na Żoliborzu, ale było warto. Uczestniczyłam, w nowym dla mnie życiu szkoły.

Podczas wyborów do samorządu szkolnego zgłosiłam się na zastępcę przewodniczącej klasy i przez dwa lata pełniłam tę funkcję. Przerzuciłam m.in. zmiany w statucie szkoły, który do tej pory pozwalał nauczycielom przyznawać punkty jedynie uczniom pełnosprawnym za pomocą tym niepełnosprawnym. Teraz punkty otrzymywać mogli wszyscy – za

postawę wolontarystyczną. Zostałam za to nominowana do Samorządowego Konkursu Nastolatków „Ośmiu Wspaniałych”. I dostałam wyróżnienie prezesa Fundacji „Świat na Tak”.

Zdawać czy nie zdawać? Byłam w III klasie gimnazjum i nieuchronnie zbliżał się czas najtrudniejszej wtedy decyzji w moim życiu. Czy podejść do egzaminu gimnazjalnego? Większość grona pedagogicznego odradzała ten krok. Bardzo chciałam spróbować, ale też nie robić problemów nauczycielom. Gdy zwierzyłam się ze swoich wątpliwości szkolnej pedagog, Renacie Królak, usłyszałam słowa, których nie zapomnę do końca życia: „Szkoła ma obowiązek zapewnić ci możliwość zdawania egzaminu”. Więc to wyegzekwowałam i z sukcesem zdałam egzamin gimnazjalny. Droga do liceum była teoretycznie otwarta, ale po raz kolejny czekał mnie koszmar poszukiwania szkoły, która zechcia-

Reklama

REHA
ACTIV

Rascal



RUSZA PROGRAM AKTYWNY SAMORZĄD

OFERUJEMY:

- NOWOCZESNE AMERYKAŃSKIE WÓZKI I SKUTERY ELEKTRYCZNE
- MOBILNE RAMPY I SZYNY PODJAZDOWE W 6 DŁUGOŚCIACH
- NAJWIĘKSZY WYBÓR AKUMULATORÓW ŻELOWYCH
- USŁUGI PROFESJONALNEGO AUTORYZOWANEGO SERWISU
- BARDZO ATRAKCYJNE CENY I POMOC W WYPEŁNIENIU WNIOSKÓW



Reha-Activ, ul. Główna 53
Wronczyn, 62-060 Stęszew

tel./fax 66-820-77-02
61-861-64-60

kontakt@reha-activ.pl
www.reha-activ.pl

łaby umożliwić mi normalną naukę, z całą klasą. Tym razem sama już poprosiłam o pomoc Biuro Edukacji i zostałam uczennicą Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr V im. Stefana Kisielewskiego na Pradze Południe, tym razem 17 km od domu.

Niestety, już w dniu rozpoczęcia roku szkolnego usłyszałam od nauczycielki wspierającej, że lepiej, abym zrezygnowała z codziennego chodzenia do szkoły na wszystkie lekcje z moją klasą... Byłam zszokowana tą propozycją, bo tyle lat walczyłam o możliwość normalnej nauki. Temat oficjalnie został ucięty, gdy moje gimnazjum wydało opinię, że podczas nauki uczestniczyłam we wszystkich lekcjach w klasie i nie stanowiło to dla mnie problemu. Ciągle jednak słyszałam jakieś aluzje ze strony nauczycieli. Wsparciem była dla mnie mądra i życzliwa wychowawczyni, Iwona Szostak-Kulpa, nauczycielka języka polskiego i wiedzy o kulturze oraz – zmieniony w drugiej klasie nauczyciel wspierający – Rafał Szaszko, który szybko poznał moje możliwości. Żyłam normalnym życiem uczennicy liceum, ba, nawet bywałam na wagarach!

Plan na życie. W III klasie nastąpił dramatyczny zwrot. Nowa wychowawczyni przekonała mamę do powrotu do nauczania indywidualnego. Doszło do burzliwej wymiany zdań, w czasie której powiedziałam mamie, że nie ma prawa za mnie decydować, bo jestem pełnoletnia. Wymogłam na mamie, by zadzwoniła do wychowawczyni, odwołała swoją decyzję i przekazała, że postanowiłam chodzić normalnie do szkoły i przygotowywać się do matury. Zdawałam sobie sprawę, że zgoda na nauczanie indywidualne oznacza mniej godzin lekcyjnych. Wiedziałam też, że ze względu na najlepiej rozwiniętą pamięć słuchową i sytuacyjną najefektywniej uczę się podczas lekcji. Szkoła nie miała wyjścia i przywróciła mi normalny tok nauki. Zaległości nadrobiłam w dwa tygodnie. Jedną z nauczycielek podczas uroczystego zakończenia roku życzyła mi, żebym

Uniwersytet wyszedł naprzeciw mojej niepełnosprawności. Zapewnia mi transport specjalistyczny (bus z godłem UW!), asystentów transportowych na dalsze przejścia i asystentów notujących podczas zajęć.

„realizowała swój, a nie mamy plan na życie”.

Od 4 do 24 maja 2011 roku zdawałam maturę. Egzamin był dostosowany do mojej niepełnosprawności. Polski i matematykę pisałam po 7 godzin, wskazując łokciem lewej ręki odpowiedzi na specjalnie przygotowanych i umieszczonych na blacie wózka tablicach. Wiedzę o społeczeństwie i angielski zdawałam po 5 godzin, a egzaminy ustne około godziny. W skład komisji egzaminacyjnej wchodził każdorazowo nauczyciel wspomagający, który dobrze potrafił się ze mną komunikować.

Egzaminy zdałam dobrze, poza matematyką, z której miałam poprawkę w sierpniu. Zabrakło mi 1 punktu... Za radą dyrektora złożyłam odwołanie do Okręgowej Komisji Egzaminacyjnej, opisując, jak wygląda dyktowanie przeze mnie rozwiązań i ile czasu wymaga. Eksperti uznali, że rozwiązane przeze mnie zadania świadczą wystarczająco o moich umiejętnościach i nie mój brak wiedzy, ale brak czasu stanął na przeszkodzie zaliczenia.

Z dumą odebrałam świadectwo dojrzałości.

Agnieszka Bal była bohaterką spotu kampanii informacyjnej Integracji i PFRON „Wybory samorządowe bez barier” i filmu na 20-lecie Integracji, przygotowanego na Wielką Galę Integracji. Filmy są dostępne na YouTube, na Integracja.tv.

Bus z godłem UW. Było już za późno, żeby pójść na wymarzone dziennikarstwo, więc zaczęłam studiować politologię na Wydziale Dziennikarstwa i Nauk Politycznych UW. Uniwersytet wyszedł naprzeciw mojej niepełnosprawności. Zapewnia mi transport specjalistyczny (bus z godłem UW!), asystentów transportowych na dalsze przejścia i asystentów notujących podczas zajęć. Uczestniczę we wszystkich zajęciach zgodnie z planem studiów. Formę zaliczeń i egzaminów każdorazowo uzgadniam z prowadzącymi zajęcia. Wybrałam specjalizację marketing polityczny. Założyłam sobie, że nie będę pisać pracy licencjackiej o niepełnosprawności. Analizuję „Zmiany wizerunku Janusza Palikota od populisty do męża stanu w latach 2005–2013”. Wskazuję łokciem litery na blacie wózka, a asystent pisze na komputerze. Po licencjacie, do którego obrony właśnie się przygotowuję (grudzień 2014), chcę podjąć studia magisterskie na dziennikarstwie.

Myślę, że nie byłabym w tym miejscu, w którym jestem, gdyby nie wszyscy, którzy mi pomagali, i moje korzenie. Dlatego dziękuję przede wszystkim Mamie i całej Rodzinie, która zaszczepiła mi pęd do wiedzy, oraz wszystkim Nauczycielom za okazaną pomoc w zdobywaniu wykształcenia. ♦



Heros ze Świebodzina

Jubileusz 40-lecia obchodzi Stowarzyszenie im. Lecha Wierusza, zrzeszające byłych wychowanków i pacjentów Lubuskiego Ośrodka Rehabilitacyjno-Ortopedycznego (LORO) w Świebodzinie. W tym szczególnym roku wychowankowie czczą m.in. pamięć założyciela Ośrodka – dr. Mirosława Leśkiewicza.



Andrzej Medyński
prezes „Grupy Opty”
Stowarzyszenia im. Lecha
Wierusza w Świebodzinie

40. zlot „Grupy Opty” Stowarzyszenia im. Lecha Wierusza, zrzeszającej byłych wychowanków i pacjentów Lubuskiego Ośrodka Rehabilitacyjno-Ortopedycznego (LORO) w Świebodzinie, trwał od 19 do 21 września br. w Przełazach pod Świebodzinem. Około 100 uczestników zlotu zwiedziło zmodernizowany Ośrodek z m.in. nowym blokiem operacyjnym, sfinansowanym z Funduszy Europejskich i pomocy Fundacji Polsat. Smutkiem napawa tylko widok części zamkowej, wyłączonej z użytkowania i popadającej w ruinę, oraz zaniedbany park. Niestety, kilku podobnych do naszej placówek już nie ma w ogóle...

Świebodzin natomiast działa i przyciąga byłych wychowanków. Tu organizują okrągłe jubileuszowe spotkania. Gromadzą się też w in-

nych miejscach: byli we Lwowie, w Czechach i Berlinie. Zgodnie z przyjętym statutem, corocznie wybierany komandor zaprasza członków Stowarzyszenia do siebie i prezentuje swoje miasto i region. Kontakty ułatwia www.opty.info.

„Grupa Opty” powstała spontanicznie po Zjeździe Wychowanków w 1974 roku z okazji 25-lecia szkoły przysanatoryjnej. Uczestnicy zjazdu uzmysłowili sobie, jak silne łączą ich więzi i postanowili je pielęgnować. Dzielnie wspierał ich nauczyciel, mgr Jan Sobociński, który jeszcze w szkole rozbudził w nich tolerancję, patriotyzm, a zarazem ciekawość świata. Ten wspaniały pedagog uczestniczył w ich spotkaniach niemal do końca życia.

Czterdzieści lat istnienia Stowarzyszenia to sporo. Uczestnikami jubileuszowego zlotu byli ludzie w różnym wieku, a część nigdy wcześniej się nie spotkała. Co powoduje, że byli wychowankowie Ośrodka utrzymują tak silne więzi?

Ośrodek, czyli drugi dom.

Mam zaszczyt prezerosowania Stowarzyszeniu już 40 lat. Do Ośrodka zostałem przyjęty po raz pierwszy w 1957 roku i przebywałem tam wielokrotnie do 1972 roku; łącznie spędziłem tam ok. 10 lat. Dyrektorem od 1952 do 1982 roku – do przejścia na emeryturę, był dr Lech Wierusz, który jest patronem LORO i naszego Stowarzyszenia. Powstały w 1948 roku Ośrodek nie tylko prowadził leczenie dzieci i młodzieży. W placówce dbano o pełny rozwój psychofizyczny, nikt nie uważał się nad „biednymi kalekimi dziećmi”, uczono nas samodzielności, rozwijaliśmy zainteresowania, wyrastaliśmy w zdrowej rywalizacji o wyższą sprawność.

Wieloletnie pobyty wynikały z ówczesnych metod leczenia, ale dawały szansę ukończenia szkoły podstawowej i liceum. Nie tylko długość pobytu decydowała o tym, że tworzyły się między nami niezwykle więzi. Czuliśmy, że nasi opiekunowie: lekarze, pielęgniarki, wychowawcy, salowe



to nasi przyjaciele. Nie waham się nazwać Ośrodka moim drugim domem.

Nasi Opiekunowie wielokrotnie wykazywali poświęcenie, które może zdziwić dzisiejszego czytelnika. Na przykład Tomek, chodzący o kulach student germanistyki, wymagał podreperowania zdrowia w sanatorium. Jego mama była chora i nie mogła mu towarzyszyć, więc wspomniany już nauczyciel, Jan Sobociński, rzucił wszystko i z nim pojechał.

Gdy Małgosia kończyła liceum w Ośrodku, jej rehabilitant, mgr Zenon Piszczynski, pojechał do Torunia, aby sprawdzić, czy są tam dla niej odpowiednie warunki do studiowania. Towarzyszył też w powrocie do domu Cezaremu, bez obu rąk, który po procesie maksymalnego usprawnienia wyjeżdżał do domu z całym zestawem specjalnych pomocy. Rehabilitant pomógł mu zainstalować udogodnienia w trudnych wiejskich warunkach domowych.

Dzięki długoletniemu kontaktowi z Ośrodkiem poznałem setki wychowanków. Gdybym chciał przedstawić ich pozycję życiową, aspiracje, osiągnięcia w postaci tzw. krzywej Gaussa, to jej maksimum zdecydowanie odbiegałoby od przeciętnej społeczności: wysokie aspiracje, wykształcenie — starannie dobrane, a zaradność życiowa — znakomita.

W Ośrodku poznałem przyszłą żonę, a kiedy postanowiliśmy powiększyć rodzinę, pojechaliśmy do Ośrodka dowiedzieć się, czy stan naszego zdrowia na to pozwala. Doktor Wierusz powiedział do żony: „Wiesz, Elu, trudno wszystko przewidzieć, ale gdybym był kobietą, to bym się zdecydował”. Gdy wysłaliśmy dr. Wieruszowi zdjęcie naszego małego synka, z dumą pokazywał je pracownikom, mówiąc: „To nasze dziecko”, jakby był naszym ojcem.

Okazją do wspomnień była podczas tegorocznego zlotu uroczysta kolacja w Ośrodku Rehabilitacyjno-



Najbardziej przyciąga byłych wychowanków właśnie Świebodzin, więc tu organizują okrągłe jubileuszowe spotkania.

-Wypoczynkowym „Pałac” w Przełazach, w której uczestniczyli nasi opiekunowie z lat dzieciństwa. Aż trudno uwierzyć, że kierowca zakładowy, pan Genio, jeden z pierwszych i najdłużej pracujących w Ośrodku, który woził nas karetkami, a potem autobusem zakładowym na wycieczki szkolne, do dziś pamięta nasze imiona! Podczas spotkania złożyliśmy na miejscowym cmentarzu hołd tym, którzy odeszli. Potrzebny był już kontener zniczy...

Założyciel i dyrektor. Podczas zlotu odbyła się promocja książki mojego autorstwa: *A wszystko zaczęło się od doktora Mirosława Leśkiewicza – początek rehabilitacji w świebodzińskim Zakładzie*. Pisząc ją, chciałem usunąć „białą plamę niepamięci”, powrócić do źródeł, założenia i organizacji Ośrodka w Świebodzinie przez dr. Mirosława Leśkiewicza, współtwórcę powojennej rehabilita-

cji w Polsce i pierwszego dyrektora placówki, którego ideę wspaniale kontynuował dr Lech Wierusz.

Mirosław Leśkiewicz urodził się w 1910 roku w Warszawie. Już jako skaut przejawiał nieprzeciętne zdolności i podjął studia w Szkole Morskiej w Tczewie, kształcącej „herosów”, kadre odradzającej się gospodarki morskiej. Po roku nauki młody Leśkiewicz odkrył swoje prawdziwe powołanie – medycynę, którą zaczął studiować na Uniwersytecie Warszawskim im. Józefa Piłsudskiego. Aktywnie działał w środowisku studenckim: organizował koła zainteresowań, obozy wędrownie (m.in. po Bieszczadach, gdzie prowadził badania miejscowej ludności). Inicjował też budowę gmachu dla gorzej sytuowanych studentów medycyny, a gdy z braku funduszy budowa została wstrzymana, zamustrował się na „Dar Pomorza” i jako pomocnik lekarza okrętowego wziął udział w historycznym rejsie dokoła świata (1934–1935). Po studiach odbył szereg staży na oddziałach szpitalnych chirurgii i urologii.

W 1939 roku Mirosław Leśkiewicz po mobilizacji zorganizował baon medycyny na warszawskich Powązkach. Wziął udział w Kampanii Wrześniowej, a po powrocie do Warszawy działał w konspiracyjnych organizacjach: „Grunwald” i „Unia”. Powsta-

jące podziemie AK umieściło go w Charsznicy w Lasach Miechowskich. Oficjalnie był epidemiologiem, a wieczorami wsiadał na rower i jechał dziesiątki kilometrów w Lasy Miechowskie, aby leczyć partyzantów. Tu w 1944 roku dopadła go choroba Bürgera, która skutkowałą amputacją obu nóg. Po okresie załamania dr Leśkiewicz, dzięki pomocy przyjaciół, wyjechał do Szwecji. Wrócił, poruszając się na protezach. Tymczasem w kraju na skutek wojny, niewypałów i gruzlicy kalekami zostało ok. 100 tys. młodych ludzi, szczególnie dzieci. Brakowało dla nich programu leczenia i rehabilitacji, specjalistów, a przede wszystkim ośrodków leczniczych i wychowawczych. Dr Leśkiewicz, korzystając ze zdobytych w Szwecji doświadczeń, w marcu 1948 roku przedstawił w Ministerstwie Zdrowia program organizacji takiego ośrodka. Profesor Wiktor Dega, krajowy konsultant ds. rehabilitacji, powierzył mu jego organizację w Świebodzinie, w budynku „Caritasu”. Doktor Leśkiewicz z miejsca przystąpił do prac adaptacyjnych, walczył o fundusze, a do prac remontowych zaangażował wszystkich pracowników. W czerwcu 1949 roku w Ośrodku było czterdzieścioro dzieci.

Prześcignął epokę. Doktor Leśkiewicz od początku narzucił ostry reżim organizacyjny: wymagał wiele od siebie, ale wychowanków traktował po partnersku. Dzieci, pochodzą-

ce często ze środowisk patologicznych, rodzin niepełnych, tu mogły poczuć się współgospodarzami, rozwijać się. Doktor bazował na doświadczeniu samodoskonalenia, wyniesionym ze skautingu. W 1949 roku zorganizował dla podopiecznych obóz letni w pobliskim Wilkowie. W 1950 roku pozyskał do tych celów pałac w Przelazach, który na 9 lat stał się letnią filią świebodzińskiego Ośrodka. Prowadzona w taki sposób rehabilitacja dawała zadziwiająco dobre rezultaty. Obozowe olimpiady odbywały się co tydzień, a młodzież prześcigała się w uzyskiwaniu coraz lepszych wyników. Wizytujący Polskę przedstawiciel ONZ, dr Rusk, który współtworzył w USA system rehabilitacji dla powracających z frontu żołnierzy, był zszokowany rezultatami pracy dr. Leśkiewicza. Ośrodek odwiedzały delegacje z Zachodu i ze Wschodu. Rosła renoma. Dr Leśkiewicz wyprzedził epokę.

Znając wartość samodoskonalenia poprzez skauting, już w 1949 roku dr Leśkiewicz zorganizował obóz letni w pobliskim Wilkowie.

Jako wykładowca warszawskiego Państwowego Instytutu Pedagogiki Specjalnej, prowadzonego przez prof. Marię Grzegorzewską, ze łzami w oczach opowiadał o stanie okaleczonej młodzieży i planach utworzenia kompleksowego ośrodka, prowadzącego rehabilitację fizyczną z równoczesnym budowaniem osobowości wychowanków. Pragnął, by młodzi ludzie, wychodząc z ośrodka, mieli w ręku zawód i nie byli zdani na łaskę społeczeństwa.

W 1951 roku, w wyniku zmian politycznych, nastąpiło upaństwowienie ośrodków „Caritasu”. Zmiany obejmowały stanowiska kierownicze – szczególnie szykanowani byli AK-owcy. Doktor Leśkiewicz, który na skutek politycznej presji doznał zawału serca, złożył wypowiedzenie. Do Świebodzina już nie powrócił. Po leczeniu na kilka lat wznowił aktywną działalność zawodową, kierując Ośrodkiem Naukowo-Lecznicznym prof. Adama Grucy w Ciechocinku. Pojawiły się jednak u niego dalsze stany martwicze. Doktor walczył do końca, wierny głoszonym młodzieży hasłom: „Chcieć to móc” i „Nie ma rzeczy niemożliwych”. Swoją wiedzę przekazywał studentom pedagogiki specjalnej, prowadząc wykłady w mieszkaniu. Zmarł w 1963 roku.

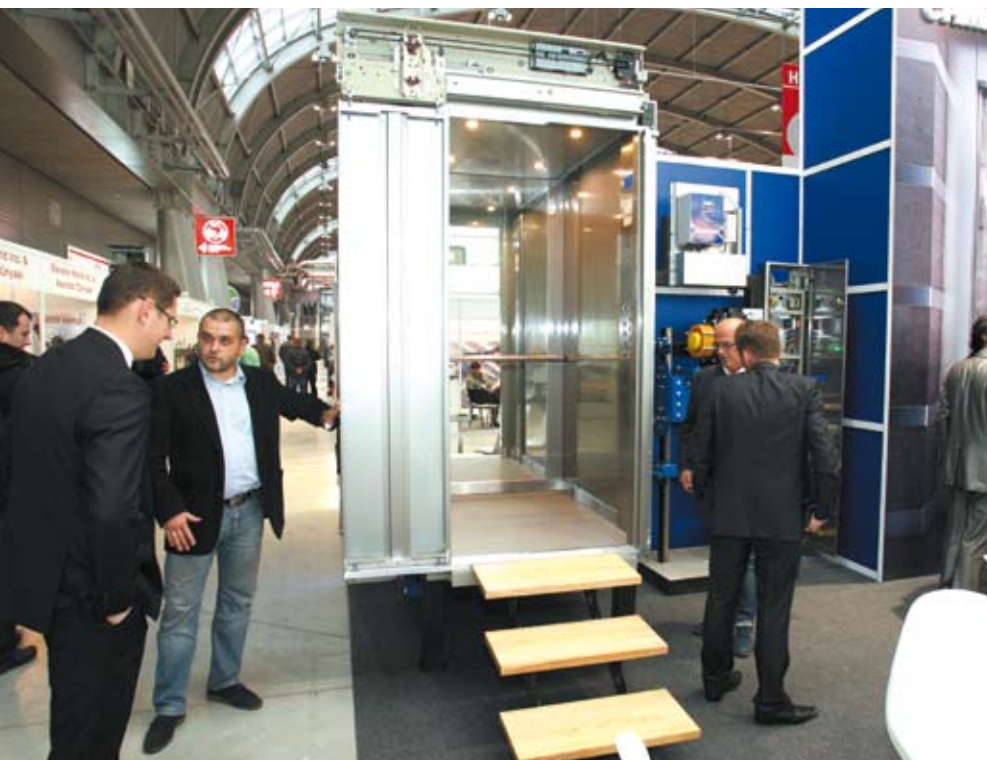
Jesteśmy Mu to winni. Moje pokolenie wychowanków nie poznało dr. Leśkiewicza, ale dr Lech Wierusz, jego godny następca i kontynuator idei całkowitego oddania dzieciom, sprawił, że Ośrodek w latach 60. i 70. stał się przodującym sanatorium ortopedycznym, osiągniętym światowe wyniki, szczególnie w leczeniu skolioz. Obecnie Ośrodek specjalizuje się w endoprotezach stawów biodrowych i kolanowych. I choć to inne miejsce, nadal podchodzi się tu z sercem do pacjentów.

Zadaniem wychowanków Ośrodka, będących spadkobiercami idei dr. Mirosława Leśkiewicza, jest przywrócenie należnego mu miejsca w historii rehabilitacji i medycyny w powojennej Polsce. ◆



Windy i podnośniki

**III Międzynarodowe Targi Dźwigów EURO-LIFT w Kielcach
to jedyna biznesowa wystawa branży
w tej części Europy.**



O atrakcyjności rynku polskiego jako odbiorcy tej branży świadczy 60-procentowy udział w targach firm spoza naszego kraju. W 2014 r. zdecydowaną większość ze 128 wystawców stanowiły firmy zagraniczne. Obok silnego przedstawicielstwa firm polskich w targach udział wzięły firmy m.in. z Niemiec, Włoch, Turcji, Czech, Hiszpanii, Chin, USA, Szwajcarii, Korei i Grecji, zgromadzone na ponad 5 tys. mkw. Wystawę odwiedziło blisko 2 tys. specjalistów branżowych.

Udział w wystawie wzięły prestiżowe branżowe stowarzyszenia, a wśród nich: ELA (European Lift Association) – zrzeszająca wszystkie

krajowe organizacje dźwigowe działające w Europie, włoskie ANICA (Narodowe Stowarzyszenie Przemysłu Komponentów do Dźwigów) oraz amerykańskie NAEC (National Association Elevator Constructors). Swoją wystawę wraz z niemieckimi partnerami zorganizował AFAG (Messen und Ausstellungen) z Augsburga – organizator targów Interlift.

Na kieleckich targach EURO-LIFT prezentowano wiele innowacji branży dźwigowej – począwszy od naj-

nowszych urządzeń dźwigowych i komponentów do wind, napędów, kabin, drzwi i lin windowych, poprzez sterowniki, systemy kontroli i bezpieczeństwa, elementy obsługowe i wskazujące, hydraulikę, osprzęt i wyposażenie, na prasie fachowej kończąc.

Targom EURO-LIFT 2014 towarzyszyły specjalistyczne spotkania, a wśród nich konferencja „Świat bez barier – usuwanie barier architektonicznych w budownictwie”. Podczas spotkania specjaliści podejmowali tematy związane z wymaganiami UE w zakresie specjalistycznego przystosowania wind dla osób z niepełnosprawnością, zmian przepisów budowlanych, wyrównania szans w dostępie do budynków i pomocy PFRON w likwidacji barier architektonicznych.

Drugiego dnia odbyła się konferencja pod hasłem „Dotacje unijne a finansowanie rewitalizacji budynków wielorodzinnych”. Rozmowy prowadzone w czasie tego spotkania dotyczyły m.in. programów energooszczędnościowych, środków z funduszu spójności 2014–2020, modernizacji dźwigów oraz wymogów formalno-prawnych przy modernizacji budynków. Spotkanie zorganizowało Polskie Stowarzyszenie Producentów Dźwigów oraz miesięcznik „Administrator”. ♦



**Kolejna edycja targów
EURO-LIFT odbędzie się
18–20 października 2016 r.**

WATYKAN O autyzmie

Papież Franciszek zaprosił do Watykanu osoby z autyzmem i ich rodziny z całego świata, by 21–23 listopada br. podczas konferencji „The Person with Autism Spectrum Disorders: Animating Hope” dyskutować m.in. o ich życiu, metodach terapii i włączaniu do społeczeństwa. W konferencji wzięło udział ponad 650 ekspertów z 57 krajów. Papież zaprosił osoby z autyzmem i ich rodziny na audiencję, a także odprawił mszę w ich intencji i wezwał katolików, aby osoby z autyzmem poczuły, że Kościół również dla nich jest ich domem. (źródło: Autismspeaks.com).



ARGENTYNA Buty, a nie biała laska

Argentyński student Juan Manuel Bustamante stworzył buty, które mogą już niedługo zmienić życie osób z dysfunkcją wzroku. Duspavoni, bo tak nazywa się nietypowe obuwie stworzone przez Argentyńczyka, wyposażone jest w specjalny detektor wykorzystujący ultradźwięki, dzięki któremu można wykryć leżące na drodze przeszkody, m.in. wystające płyty betonowe, śmieci, potłuczone szkło, wysokie progi, samochody, a nawet zwierzęta. O wykryciu przeszkody buty informują noszącą je osobę poprzez vibracje. Zostały zaprezentowane podczas tegorocznych Targów Naukowych w Buenos Aires, które odbyły się 9–11 listopada br. (źródło: telesurtv.net).

INDIE Indyjska Miss na wózku

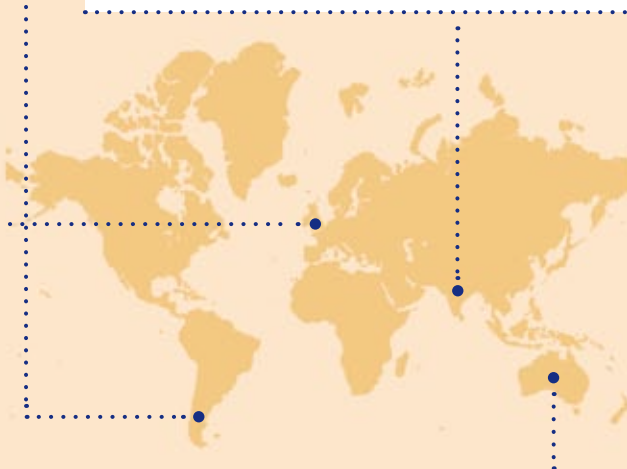
Już po raz drugi w indyjskim mieście Mumbai odbyły się finały konkursu Miss Wheelchair India. Zgłosiło się ponad 200 dziewcząt z całego kraju, a w finale, który 26 listopada do rywalizacji stanęło siedem pięknych Hindusek. Koronę Miss zdobyła mieszkanka stanu Bangalore, Raja Lakshmi.

– *Gdybym mogła wybrać, czyje życie chciałabym przeżyć, wybrałabym ponownie swoje* – zapewniła, odbierając koronę Miss. (bangaloremirror.com)



WIELKA BRYTANIA Film o St. Hawkingu

7 listopada br. do brytyjskich kin trafił pełnometrażowy film *Theory of everything*, opowiadający o Stephenie Hawkingu, słynnym fizyku zmagającym się ze stwardnieniem zanikowym bocznym. Film w reż. Johna Marsha przedstawia kluczowy dla życia naukowca moment, gdy w połowie lat 60. zaczynał swoją karierę naukową na Uniwersytecie w Cambridge. To właśnie wtedy rozpoczęły się poważne problemy ze zdrowiem, które okazały się objawami ciężkiej choroby. W rolę wybitnego badacza wcielił się znany m.in. z *Nędzników* Edmie Redmayne. (theguardian.com)



AUSTRALIA Wózkowiczka z Rosji zdobyła Górę Kościuszki

Poruszająca się od dziecka na wózku Rosjanka, Tatiana Agajewa, będąca osobą z mózgowym porażeniem dziecięcym, zdobyła o własnych siłach najwyższe wzniesienie kontynentu australijskiego, Górę Kościuszki (2228 m n.p.m.). Agajewa brała udział w projekcie „Przezwyścianie”, zorganizowanym przez redakcję gazety „Karpiński Robotnik”. W ramach projektu korespondenci gazety przygotowywali osobę z niepełnosprawnością ruchową do wspinaczki na trzy wysokie góry. We wspinaczkę na najwyższy szczyt Australii Tatianie towarzyszyła grupa profesjonalnych alpinistów. (neinvalid.ru)

Samodzielność to podstawa



Z miłości przychylamy niepełnosprawnym dzieciom nieba i... wszystko za nie robimy. Opiekujemy się i troszczymy. A one, jak wszystkie dzieci, chcą czuć się samodzielne, pewne siebie i mieć przyjaciół. Dziecka nie wystarczy kochać. Trzeba je nauczyć bycia sobą i życia wśród innych.



Dorota Próchniewicz

dziennikarka, blogerka, pedagog, mama 19-letniego Piotra z niepełnosprawnością

Możliwie niezależni

W wychowaniu dzieci z niepełnosprawnością obowiązują podobne cele i zasady, jak w wychowaniu zdrowych, pełnosprawnych, neurotypowych pociech, tylko metody bywają inne. Potrzeba więcej cierpliwości, zrozumienia i szacunku. Podobne będą też skutki rodziciel-

skich potknięć: z rozpieszczanych dzieci, które dostają wszystko na zażalenie – wyrosną egoiści, a z nadto kontrolowanych i wyręczanych w codziennych życiowych czynnościach – osoby niepewne siebie i pełne kompleksów. Zależne bardziej, niż wynika to z ich zaburzeń.



Początek drogi

Niepełnosprawność dziecka wywraca do góry nogami życie rodzinne i plany na przyszłość. Po diagnozie doświadczamy emocji, jakich rodzice zdrowych pociech nigdy nie rozumieją: lęku, frustracji i poczucia winy. Czasem też wyparcia diagnozy. Nieuzasadnionej wiary w wyleczenie. Wpływa na to wiele czynników: przede wszystkim rodzaj i głębokość zaburzenia, szanse na poprawę stanu zdrowia, a także środowisko, w którym często zmagamy się z samotnością, bo babcie i są-

siadki nie mają dla nas dobrych rad. Liczy się dostępność pomocy. Istotną jest sytuacja materialna – to, na ile rodzina jest zgrana i potrafi wspierać się w trudnych sytuacjach. Niezwykle ważnym czynnikiem jesteśmy my sami. To, ile mamy wiary w siebie, optymizmu, otwartości na nowe doświadczenia i wytrwałości, zdecyduje o tym, jak poradzimy sobie w nowej sytuacji – nieodwracalnej niepełnosprawności dziecka. Ta postawa poprowadzi dalej i nas, i nasze dzieci.

Nie dajmy się stereotypom

To nieprawda, że dzieci z niepełnosprawnością są nieszczęśliwe, a ich rodzice muszą się całkowicie poświęcić. Możemy odgrywać wiele ról społecznych, a nasze dzieci potrzebują wyjścia poza krąg najbliższych. Rodzic i dziecko są różnymi osobami. Każda z nich powinna budować swoją tożsamość. „Poświęcanie się” jest często wyrazem bezradności i zagubienia.

Niebezpieczne skrajności i złoty środek

Skrajne postawy wobec choroby dziecka, można opisać następująco:

Skrajność 1: będę zawsze opiekować się moim biednym maleństwem, niczego mu nie odmówię, wszystko za nie zrobię, jest już wystarczająco poszkodowane przez los, by doświadczać dodatkowych stresów i nieprzyjemności.

Skrajność 2: im więcej będziemy pracować, ćwiczyć, tym szybciej nastąpi poprawa, a przecież o to właśnie chodzi, nie wolno odpuścić, załamywać się, musimy walczyć i wygrywać za wszelką cenę.

Gdy jesteśmy tak pochłonięci przychylaniem nieba czy też morderczą pracą, zapominamy zapytać: gdzie w tym wszystkim jest dziecko? Czy ono chce być całkowicie od nas zależne? Czy nie staje się przedmiotem naszej źle pojętej troski? Czy nie powinno mieć czasu na zabawę, odpoczynek i nudę? Na bycie dzieckiem, a nie obiektem naszych rehabilitacyjnych ambicji?

Złotym środkiem, do którego trzeba dążyć, jest akceptacja. Należy:

- zaakceptować dziecko takim, jakie jest, z jego chorobą, ale i z prawem do autonomii, z poszanowaniem jego osoby, z jego wadami i zaletami,

- zaakceptować, że rola rodzica osoby niepełnosprawnej to tylko jedna z odgrywanych ról, przyjąc, że niekoniecznie jest się terapeutą, pielęgniarzem i jedynym opiekunem.

To punkt wyjścia do dalszych działań, czyli wychowania dziecka, kształtowania samoakceptacji, szukania wsparcia w otoczeniu w zakresie rehabilitacji i edukacji oraz podejmowania rozsądnych decyzji co do losów rodziny.

Pogodzenie się z sytuacją wymaga czasu. Ale nasze dzieci potrzebują mądrego wsparcia od zaraz, więc róbmy, co się da, by jak najszybciej zbudować tę akceptującą postawę.

Jak wspierać siebie?

- neutralizować wroga, zwanego „poczuciem winy” – to nie twoja wina, że dziecko jest zaburzone, chore, robisz, to, co możesz na daną chwilę, w danej sytuacji życiowej,

- zrobić listę cech, które pomogą pokonywać trudności i czerpać z życia satysfakcję,

- nie wpadać w pułapkę „całkowitego poświęcenia”, w tak szczególnej sytuacji trzeba często poświęcić np. niektóre marzenia, plany zawodowe, ale nie poświęcać siebie,

- robić wszystko, by ocalić swoją tożsamość, mieć swoje pasje,

- pamiętać, że ja i moje dziecko to dwie różne osoby,

- programować się pozytywnie – „życie pełne wyzwań”, a nie „ciężkie życie”,

- nie bać się negatywnych emocji, to ich brak albo ukrywanie mogą budzić niepokój,

- nie ulegać stereotypom, budować własne strategie przetrwania, dla siebie i rodziny,

- znaleźć prawdziwych przyjaciół, którzy będą wspierać,

- szukać pomocy psychologa,

- dostrzec plusy i minusy sytuacji,
- nie popadać w nadmierny optymizm ani skrajny pesymizm,

- stawiać sobie krótkoterminowe cele, nie wybiegać w przyszłość, którą trudno przewidzieć.



Symbioza i separacja

Nasze niepełnosprawne dzieci tak jak inne przechodzą takie same fazy rozwoju osobowości, tak samo potrzebują odpowiednich do swego wieku interakcji społecznych. Powinniśmy więc do tych potrzeb dostosować swoje rodzicielskie wsparcie.

Dziecko tuż po narodzinach wymaga bliskości, wręcz symbiozy z matką. W naszym przypadku obowiązki, emocje i obawy są większe, łatwiej o zmęczenie i przygnębienie. Ale czują je też matki zdrowych dzieci, i generalnie dla wszystkich rodziców jest to okres najbardziej intensywnej opieki. Gdy dziecko wchodzi w wiek przedszkolny, trzeba zrobić pierwszy krok w kierunku oderwania go od mamy i taty – wprowadzić do grona

rówieśników, gdzie pozna nowe obyczaje, będzie mogło sprawdzić się w nowych sytuacjach, podejmować decyzje, obserwować i oceniać. Wiek szkolny przynosi jeszcze dłuższą separację od rodziców i szanse na jeszcze większe kroki w kierunku samodzielności. Po nim następuje okres dojrzewania, czas buntu i budowania tożsamości. Ten proces ma uniezależnić wewnętrznie młodego człowieka, ukształtować jego opinie i poglądy, uczynić go dorosłym, czyli doprowadzić do pełnej separacji od rodziców.

Dziecko z niepełnosprawnością często całe życie będzie zależne od innych i niejednokrotnie potrzebuje fizycznego wsparcia przy najprostszycy życiowych czynnościach. Kожарzy nam się z osobą wymagającą

Rodzeństwo

Dziecko z niepełnosprawnością często nie jest jedyne w rodzinie, ale bywa tak traktowane. Wymaga, aby poświęcano mu więcej czasu niż sprawnemu rodzeństwu. Ale jego niepełnosprawność nie powinna oznaczać, że wszystko mu wolno i dostaje zawsze to co najlepsze. Rodzeństwo nie może czuć się odrzucone, potrzebuje od mamy i taty tyle samo miłości i zainteresowania. Ważne jest, aby rodzice zrozumieli, że dziecko z niepełnosprawnością, podobnie jak rodzeństwo, chce się bawić, zdobywać uznanie za to, co potrafi zrobić, a nie dlatego, że jest chore.

pomocy, więc automatycznie bywa traktowane jak ktoś, kto nie może mieć własnych upodobań czy opinii. Separacja nigdy nie będzie pełna. Separacja nigdy nie będzie pełna. Wiele z naszych dzieci nigdy nie pójdzie w świat, aby żyć własnym życiem, ale powinny dostać szansę na wyrażenie siebie. Może nam się tylko wydaje, że wiemy, co nasze dziecko lubi jeść, jakiej muzyki słuchać, gdzie chodzić na spacer. Pytaliśmy? Już w wieku kilku lat między terapiami i walką o świadczenia, warto zobaczyć w nim drugiego człowieka. Nie tylko MOJE dziecko.

Rodzice dzieci z niepełnosprawnością muszą popracować mocniej, by:

- poznać swoje dziecko, jego charakter, zalety i wady,

- uważnie go słuchać,
- znaleźć takie obszary, w których mogłoby o sobie decydować,
- dać szansę na wyrażanie emocji,
- dać szansę na doświadczanie sukcesów i porażek,
- okazywać szacunek wobec jego opinii i emocji.

Jak wszyscy rodzice mamy obowiązek zapewnić dzieciom możliwie najlepsze warunki rozwoju i dążyć do tego, by możliwie najlepiej radziły sobie z problemami i miały poczucie własnej wartości. I były szczęśliwe. Potrzebne im są relacje z innymi i zadania do wykonania. Pokonywanie trudności i dokonywanie wyborów. Jeśli ochronnego parasola nie da się zamknąć, trzeba przynajmniej

Potrzeby

Czego twoje dziecko potrzebuje bardziej niż rówieśnicy?

- świadomości, że rodzice są z niego zadowoleni,
- poczucia, że się go nie wstydzą,
- większej akceptacji otoczenia,
- odpoczynku i zabawy,
- rozmawiania o jego inności,
- większego optymizmu rodziców.

uczynić go niewidzialnym. Na ile to tylko możliwe, pozwalać dzieciom żyć własnym życiem, posłać do przedszkola, szkoły, szukać przyjaznych dla nich miejsc i osób.



Dlaczego wychowanie jest takie ważne?

Terapia, edukacja, leczenie – te zadania możemy powierzyć innym. Wychowanie tworzy człowieka, który może być szczęśliwy, gdy ma poczucie własnej wartości, potrafi wpływać na otoczenie, odpowiada za siebie w jakimś obszarze. Gdy nawiązuje relacje z innymi. Uczy się z nimi komunikować. Artykułować

swoje potrzeby czy opinie, nawet jeśli zatrzymają się one na poziomie podstawowych emocji. Osoba z zaburzeniami, nawet jeśli tylko w niewielkim stopniu jest świadoma swojej inności, w dłuższej perspektywie życiowej o wiele bardziej potrzebuje ukształtowanego poczucia tożsamości, samodzielności, samoakceptacji

i odporności psychicznej niż regularnych ćwiczeń. Potrzebuje poczucia sensu. Są rodziny, które tworzą „bezpieczny” świat we własnym domu, w pełni kontrolowany. Jest to jednak świat zamknięty, pełen rutyny. Uniemożliwiający emocjonalny rozwój dzieciom i rodzicom. Otwartość wydaje się czymś znacznie ciekawszym. Zmiany i różnorodne doświadczenia to ciągły rozwój.



Wyjście z domu, otwarcie drzwi

„Nikt nie zajmie się moim dzieckiem lepiej niż ja” – brzmi obiegowa opinia. Jest w niej wiele prawdy, bo na pewno nikt nie będzie lepszym rodzicem. Zmieni pieluchę, poda leki, poczyta książkę.

System nas nie rozpieszca, ale warto zabiegać o poprawę wsparcia środowiskowego. Przede wszystkim o bezproblemowy dostęp do leczenia, terapii, specjalistycznej opieki, do szkół i przedszkoli. Ale też o miejsca, gdzie dzieci, a potem dorosłe osoby z niepełnosprawnością mo-

głyby aktywnie spędzać czas na poziomie ich potrzeb, rozwijać zainteresowania, nawiązywać przyjaźnie – czy to przez kilka godzin dziennie, czy przez kilka dni, a nawet tygodni. Niesamodzielność jest silnie związana z wykluczeniem społecznym. Warto jak to najwcześniej możliwe szukać w najbliższym otoczeniu instytucji, organizacji, a czasem po prostu osób, które – na przykład poprzez wyjazdy i warsztaty – pomogą stopniowo uniezależnić dziecko od stałej obecności rodziców, dając mu

szanse na przeżywanie własnych doświadczeń. Z wiekiem staje się to ważniejsze niż klasyczna rehabilitacja. Zadowolenie z życia i poczucie, że robi się coś satysfakcjonującego wychodzą na pierwszy plan.

Od dzieciństwa pokazujemy dziecku, że drzwi jego domu są otwarte, że wokół istnieje różnorodny świat, a ono może w tym świecie czuć się dobrze. Może wtedy mniej bolesne stanie się pytanie: „Co będzie z moim dzieckiem w przyszłości?”.

Będą inni ludzie, miejsca. A ono sobie poradzi, bo dobrze je wychowaliśmy.

Do celu coraz bliżej



„Mobilność dla Mateusza” to projekt, którego realizacja da wielu osobom z niepełnosprawnością, poruszającym się na wózkach elektrycznych, szansę prowadzenia samodzielnie samochodu i zyskania większej niezależności. W projekcie uczestniczy Mateusz Puskarski, firma Peugeot Polska oraz darczyńcy, którzy przekazują na jego realizację darowizny i 1% podatku.

Siedem lat temu Mateusz Puskarski złamał kręgosłup w wyniku niefortunnego skoku do wody. Dzisiaj porusza się na wózku elektrycznym i jest uzależniony od najbliższych. Nie zrezygnował jednak z marzeń, aby wrócić do aktywnego, a co ważniejsze, samodzielnego życia. Przed wypadkiem Mateusz był panczenistą, uprawiał łyżwiarstwo szybkie i osiągał sukcesy – kontynuowanie kariery sportowej było niemożliwe, więc rozpoczął studia prawnicze. Od ponad 3 lat tata zawozi go samochodem z Komorowa do Warszawy na uczelnię i stamtąd przywozi. Mateusz to rośli mężczyzna, więc przetransportowanie go z wózka do samochodu łączy się z dużym wysiłkiem. Nie da się prze-

wieźć elektrycznego 120-kilogramowego wózka Mateusza, dlatego zostawia go na uczelni i tam z niego korzysta. Codzienna wymiana wózków uświadomiła mu, że bez mobilności nie zrealizuje swojego marzenia o niezależności i odciążeniu rodziców. Postanowił znaleźć na to pomysł. Marzenie mogłoby się spełnić tylko w jeden sposób – poprzez dostosowany samochód, do którego samodzielnie będzie wsiadał i którym będzie kierował.

Peugeot i panczeniści łączą siły. Pomysł wydawał się nierealny i szalony, lecz znalazł zrozumienie w Stowarzyszeniu Pomocy Niepełnosprawnym Kierowcom SPiNKa, które zdecydowało się pomóc Mate-



Piotr Stanisławski

jest dziennikarzem i fotografem, współpracuje m.in. z redakcjami „Integracji” i portalu niepełnosprawni.pl

uszowi znaleźć odpowiedniego partnera. Pozytywnie odpowiedziała firma Peugeot Polska, która postanowiła wesprzeć Mateusza, przekazując mu samochód Peugeot Partner, oraz rozpoczynając projekt „Mobilność dla Mateusza” w ramach prowadzonego od 2011 roku programu „Peugeot bez Barier”. W projekt włączyła się Fundacja Integracja, która patronuje przedsięwzięciu. Wspólnym celem jest znalezienie funduszy na skomplikowaną i drogą adaptację auta do potrzeb Mateusza. Konieczne jest zastosowanie nowo-



czesnych rozwiązań technologicznych, a także adaptacja samochodu przez specjalistyczną zagraniczną firmę, ponieważ w Polsce czegoś podobnego nikt jeszcze nie realizował.

Do projektu dołączył niedawno Polski Związek Łyżwiarstwa Szybkiego (PZŁS), którego prezes Kazimierz Kowalczyk podczas konferencji inaugurującej sezon łyżwiarski, przekazał w obecności najlepszych polskich panczenistów, m.in. Zbigniewa Bródki, Katarzyny Bachledy-Curuś i Konrada Niedźwiedzkiego, stroje sportowców oraz albumy z ich autografami, które trafią na aukcje m.in. na stronie **www.charytatywni.allegro.pl**. Uzyskane z nich środki zostaną przekazane na dostosowanie auta dla Mateusza. Przeprowadzona również została zbiórka na platformie crowdfundingowej **PolakPotrafi.pl**. W zamian za atrakcyjne nagrody, jak np. strój sportowy kolarzy Sylwii Rekowskiej z projektu Osiem59, rowery marki Peugeot oraz lot w tunelu aerodynamicznym Flyspot, darczyńcy wpłacali pieniądze na realizację multimedialnego przewodnika dla kierowców z niepełnosprawnością, który zrealizuje Mateusz, kiedy sam siądzie za kierownicą.

Przewodnik drogowy bez barier. – *Chciałbym w nim pokazać drogową Polskę oczami kierowcy z niepełnosprawnością – mówi Mateusz. – Na bieżąco będę publikował na stronie peugeotbezbarier.pl materiały z moich wyjazdów: filmy, zdjęcia, obserwacje, polecane mapy tras i postojów, z wieloma wskazówkami dla kierowców z niepełnosprawnością – jak sobie radzić z różnymi wyzwaniem w czasie podróży, gdzie znajdują się przyjazne rozwiązania dla kierowców, dostosowane bramki na autostradzie, przyjazne stacje benzynowe itp. Pokażę też, jak wygląda specyfika kursu i egzamin na prawo jazdy osoby z niepełnosprawnością,*

1% na projekt Bez Barier

Peugeot Polska i Fundacja Integracja zachęcają do przekazania 1% podatku na rzecz realizacji bezprecedensowego projektu pod nazwą „Bez Barier” (więcej o innych akcjach na ten cel na: www.peugeotbezbarier.pl).

Aby przekazać 1% podatku na opisany powyżej cel, wystarczy wpisać w odpowiednie rubryki w formularzu PIT:

- ✓ nr KRS Fundacji Integracja: 0000 144 578
- ✓ kwotę 1% swojego podatku
- ✓ cel szczegółowy: Bez Barier.



Dziękujemy za pomoc!

a także adaptacja samochodu. Po- może mi w tym zamontowana w samochodzie kamera.

Dorota Kozłowska z Peugeot Polska, która koordynuje projekt „Mobilność dla Mateusza”, dodaje, że przewodnik będzie znakomicie propagował ideę mobilności wśród osób z niepełnosprawnością, ułatwiając im wejście do świata kierowców.

– *Chcemy, aby Mateusz usiadł za kierownicą i pokazał innym osobom z niepełnosprawnością, że mogą tak jak on zostać samodzielnymi kierowcami. Mateusz swoją postawą udowadnia bez przerwy, że jest możliwe łamanie wszelkich barier.*

Joystick kierowcy. Po długich poszukiwaniach adaptacji samochodu Mateusza podjęła się ostatecznie specjalistyczna firma Bever z Holandii. Mateusz był już na pierwszych testach w siedzibie firmy. Na razie wiadomo, że zastosowany zostanie specjalistyczny system kierowania pojazdem z użyciem technologii Joyster, dzięki któremu Mateusz będzie kierować autem, siedząc za kierownicą na swoim „zadokowanym” wózku elektrycznym, za pomocą jednego tylko joysticka (skręcanie w lewo/prawo, przyspieszenie i hamowanie). Lewą ręką ze sprawniejszą dłonią będzie obsługiwał panel sterujący z przyciskami włączającymi różne urządzenia (światła, kierunkowskazy, wycieraczki, hamulec ręczny, klimatyzację, sterowanie lusterek, szyb, radia itp.), które znajdują się na wydzielonym panelu po lewej

stronie. Zmianie ulegnie także konstrukcja podłogi samochodu – ruch drzwi będzie zdalnie sterowany z pilota, tylne zawieszenie będzie pneumatyczne, tak aby mogło się obniżyć po otwarciu kłapy, a dzięki specjalnemu najazdowi, który będzie się automatycznie rozkładał, Mateusz samodzielnie wjedzie do samochodu. Konieczna będzie również instalacja systemu mocowania wózka inwalidzkiego w miejscu kierowcy, tzw. dokowanie, specjalne pasy bezpieczeństwa z systemem samozapinającym oraz zagłówek sterowany i otwierany z sufitu.

Testy? Rewelacyjnie! W Holandii Mateusz testował nowe rozwiązania w samochodzie służącym do nauki jazdy osób z niepełnosprawnością. Obecny był z nim również instruktor nauki jazdy z Polski oraz jego odpowiednik z Holandii. Jak wypadły testy? Nadspodziewanie dobrze, aby nie powiedzieć rewelacyjnie.

– *Gdy wykonano badanie organoleptyczne siły oraz ruchu ramion i dłoni Mateusza, przygotowano auto do jego potrzeb – mówi Piotr Kosmowski, wiceprezes Zarządu Stowarzyszenia Pomocy Niepełnosprawnym Kierowcom SPiNKa. – Początek był trudny, jednak dosłownie po minucie Mateusz pojechał! Obserwowałem zakres mobilności jego ramienia, podparcie łokcia, wysiłek oraz nieprawdopodobną determinację i talent. Najpierw jeździliśmy po parkingu firmy, potem po małych uliczkach miasta i po 20 minutach*

wróciliśmy. Test wypadł dobrze, a kolejna jazda jeszcze lepiej. Mateusz świetnie sobie radził w mieście, rozwijał dozwolone prędkości – w Holandii w obszarze zabudowanym obowiązuje 60 km/h, on jechał 30–40–50 km/h, skręcał, hamował, przyspieszał.

Na autostradę! Mateuszowi tak dobrze szła jazda, że w pewnym momencie instruktor zapytał: „Dokąd chcesz dalej jechać?”. Mateusz odpowiedział: „Może na autostradę?”. Na autostradzie radził sobie równie dobrze przy prędkościach 80–100 km/h. Po około godzinie wrócili do bazy. Oceniono zmęczenie Mateusza, jego wysiłek umysłu i ramienia. Wniosek wszystkich obecnych na miejscu był jeden: Mateusz będzie jeździł! Teraz pozostaje zastosować wszystko w aucie Peugeot Partner i Mateusz będzie mógł samodzielnie obsługiwać swój samochód. Problem stanowi jedynie tankowanie na stacji benzynowej, ale obsługa na większości stacji pomaga kierowcom z niepełnosprawnością.

– To było ekscytujące doświadczenie, wreszcie mogłem samodzielnie kierować samochodem – wspomina Mateusz. – Okazało się, że wybrane rozwiązania i oprzyrządowanie idealnie wpisują się w moją niepełnosprawność. Przy całym stopniu skomplikowania rozwiązań technologicznych dałem sobie z nimi radę podczas pierwszego wyjazdu, czego się zupełnie nie spodziewałem. To oznacza, że nie będzie potrzeby robienia aż tak wielu zmian i testów, aby znaleźć odpowiednie rozwiązania. Projekt zaczyna przybierać bardzo realny kształt.

Spełnienie marzenia Mateusza w dużej mierze zależy jednak od zebranych funduszy od darczyńców na kosztowną adaptację samochodu Peugeot Partner, który Peugeot Polska przekazał nieodpłatnie na ten cel. Sukces tego bezprecedensowego przedsięwzięcia może rozpocząć nowy rozdział w życiu Mateusza, a także zwiększyć mobilność osób z niepełnosprawnością w Polsce. Osoby sparaliżowane – tak jak

Mateusz – dostają nadzieję na prowadzenie samochodu i niezależne życie. Każdy z nas może pomóc Mateuszowi spełnić jego marzenie i wesprzeć niezwyklej projekt, wpłacając dowolną kwotę na specjalny numer konta, jaki Fundacja Integracja otworzyła dla tego przedsięwzięcia:

Nr konta:

13 1370 1037 0000 1706 4021 2502

Adresat: Fundacja Integracja,
ul. Dzielna 1, 00-162 Warszawa

Tytuł przelewu: Bez Barier





Weź się pan zbadaj!

Listopad jest od lat miesiącem budowania świadomości męskich chorób nowotworowych: raka jąder i prostaty.

Obydwa zbierają co roku krwawe żniwo wśród mężczyzn na całym świecie.

Największym „sojusznikiem” nowotworu jest brak wiedzy – stąd potrzeba jej upowszechniania i profilaktyki.



Mateusz Różański
dziennikarz „Integracji”,
serwisu finanssebezbarier.pl
i portalu niepelnosprawni.pl

Konsultacja merytoryczna:

dr n. med. Tomasz Sarosiek, ordynator
Oddziału Onkologii Klinicznej i Chemioterapii
Centrum Medycznego Magodent

Czynniki ryzyka

Obydwa nowotwory mają podłoże genetyczne. W grupie ryzyka są mężczyźni, w których rodzinie, zwłaszcza najbliższej (ojciec, dziadek, bracia) dochodziło do zachorowań na ten typ raka. Nie ma natomiast czynników środowiskowych, które mogłyby wpłynąć na zwiększenie lub zmniejszenie ryzyka wystąpienia raka jąder lub raka prostaty.

U mężczyzn, którzy z jakiegoś powodu stracili jądra (np. na skutek nowotworu), istnieje niewielkie zagrożenie zachorowania na raka prostaty, gdyż nowotwór ten do rozwoju potrzebuje testosteronu, męskiego hormonu płciowego. W przypadku raka jądra czynnikiem dodatkowym jest wcześniejsze wystąpienie wnetrostwa – sytuacji, w której w okresie dziecięcym jedno z jąder nie zstępuje z jamy brzusznej do moszny i trzeba je do niej chirurgicznie sprowadzać. W tej grupie rak jądra występuje częściej niż u reszty populacji.

Rak jądra i rak prostaty (gruczołu krokowego) są niezwykle groźne. Pierwszy atakuje mężczyzn najczęściej między 18. a 40. r.ż. Ma gwałtowny przebieg, jest złośliwy i szybko daje przerzuty, ale jednocześnie poddaje się chemioterapii, dlatego można go skutecznie wyleczyć nawet w zaawansowanym stadium. Rak jądra uważa się za stan zagrożenia życia i jedno ze wskazań do natychmiastowego podjęcia leczenia.

Rak prostaty rozwija się powoli; mogą minąć lata, zanim zaczną dawać objawy. Najbardziej są nim zagrożeni mężczyźni po 60. r.ż., choć

zdarzają się i młodszy. Wykrycie go nie zawsze jest wskazaniem do leczenia. Pacjenci w podeszłym wieku są często poddawani tylko obserwacji – zdarza się, że umierają na schorzenia inne niż zdiagnozowany nowotwór.

Wczesnym objawem raka prostaty jest częste oddawanie moczu, również w nocy, a także poczucie niepełnego opróżnienia pęcherza. W późnych stadiach choroby w moczu pacjenta może pojawić się krew. Objawem choroby jest też zmniejszenie strumienia moczu lub niemożność jego oddawania. Potrzebna jest wtedy interwencja chirurgiczna.

Jak się badać?

Każdy dorosły mężczyzna powinien co najmniej raz w miesiącu dokładnie zbadać jądra. Można to zrobić samemu, w trakcie kąpieli lub przed snem. Trzeba uważnie sprawdzić wielkość, kształt jąder i to, czy nie ma na nich guzków. W przypadku pojawienia się jakichkolwiek dolegliwości: bólu, opuchlizny itp., trzeba natychmiast zgłosić się do lekarza.

Mężczyźni często powiększenie jądra kojarzą z czynnikami pozanowotworowymi: np. zapaleniem lub krwiakiem na skutek uderzenia, jednak każdy tego typu objaw powinien być zgłaszany lekarzowi i zbadany za pomocą USG. Do czasu wykonania takiego badania każde powiększenie czy guzek na jądrze trzeba traktować

jak raka. Dodatkowo panowie z grupy ryzyka, czyli ci, w rodzinach których występował ten nowotwór, i ci, którzy byli dotknięci wnetrostwem, powinni przynajmniej raz do roku przeprowadzać USG swoich narządów płciowych.

W wypadku raka prostaty badanie wymaga wizyty u lekarza. Badając krew, należy mierzyć sobie poziom PSA (specyficznego antygenu prostaty). Potem należy udać się na badanie *per rectum*, polegające na badaniu prostaty za pomocą palca wprowadzanego do odbytu. Wbrew obiegowej opinii jest ono bezbolesne – stosuje się przy nim znieczulający żel. Może je wykonać każdy lekarz, również internista.

Badanie to jest, niestety, wciąż tematem wstydlivym, ale niekiedy należy samemu zwrócić się lekarza o jego przeprowadzenie. Nie ma żadnych racjonalnych powodów, dla których pa-

cjenci mieliby wstydzić się tego badania. Wystarczy przed nim zadbać o higienę odbytu (np. poprzez przepłukanie go ciepłą wodą z mydłem), tak by badanie przebiegło bezproble-

mowo. Mężczyźni po 50. r.ż. powinni co najmniej raz w roku udawać się do lekarza internisty, onkologa lub urologa na oznaczanie PSA i badanie *per rectum*.

Diagnoza i co dalej?

Na raka najczęściej wskazują wyniki badań USG. Należy jak najszybciej udać się z nimi do onkologa klinicznego (nie trzeba mieć skierowania, wystarczy się zapisać). Najlepiej zgłaszać się do dużych ośrodków – instytutu onkologicznego lub szpitala ukierunkowanego na leczenie raka. Ważne, żeby był w nim oddział chirurgiczny i onkologiczno-urologiczny.

W przypadku raka jądra konieczne jest usunięcie narządu, na którym powstał nowotwór. Jeżeli drugie z jąder jest zdrowe, pacjent po zabiegu pozostaje sprawny seksualnie i zdolny do posiadania potomstwa. Po operacji guz jest badany histopatologicznie (pod mikroskopem oceniany jest pobrany materiał pod kątem jego złośliwości). Powinno się też przeprowadzić tomografię komputerową jamy brzusznej i miednicy a także klatki piersiowej – w celu lokalizacji ewentualnych przerzutów.

Przed operacją należy wykonać badanie na obecność markerów nowotworowych (we krwi) i powtórzyć je trzy tygodnie po operacji. Z wynikami tych badań pacjent powinien ponownie trafić do onkologa klinicznego, który zadecyduje, czy jest potrzebne dalsze leczenie. Jeżeli nowotwór nie dał przerzutów i jest

ograniczony tylko do jądra, to pacjent wymaga już tylko obserwacji lekarskiej, chyba że komórki rakowe przedostały się do naczyń krwionośnych i limfatycznych. Wtedy stosuje się profilaktyczną chemioterapię.

Gdy doszło do przerzutów, to w zależności od ich masy, liczby i umiejscowienia pacjent wymaga określonej chemioterapii. W niektórych przypadkach trzeba zastosować zabieg wycięcia węzłów chłonnych zaotrzewnowych, w których najczęściej i najszybciej tworzą się przerzuty. Ale statystyki są pocieszające: obecnie za wyleczonych uznaje się od 45 do 95 proc. pacjentów z przerzutami raka jądra.

W przypadku raka prostaty możliwości leczenia jest więcej. Po jego wykryciu przeprowadza się biopsję. Polega na pobraniu – za pomocą sondy – niewielkich fragmentów prostaty, które następnie poddawane są badaniu histopatologicznemu, pozwalającemu ocenić złośliwość zmian. Wskazane jest też przeprowadzenie badania na obecność przerzutów do kości (scyntygrafii) oraz tomografii jamy brzusznej i miednicy, aby zbadać, czy nie doszło do przerzutów. Jeśli badania je wykluczają, a poziom PSA jest stosunkowo niski,

to pacjent ma do wyboru trzy możliwości leczenia. Pierwszą jest operacja usunięcia gruczołu krokowego i często węzłów chłonnych biodrowych wewnętrznych i zasłonowych. Operacja wycięcia gruczołu krokowego zmienia życie mężczyzny. Najczęstszą konsekwencją, dotyczącą 30 proc. mężczyzn, jest impotencja (brak wzwodu), drugim – nietrzymanie moczu. Może ono przybierać różne postacie – od całkowitego nietrzymania do nietrzymania wysiłkowego, gdy niekontrolowane oddawanie moczu następuje np. na skutek kasznięcia lub kichnięcia.

Z powodu tych powikłań coraz częściej zamiast zabiegu chirurgicznego stosuje się radioterapię (leczenie za pomocą promieniowania jonizującego). Jest równie skuteczna jak operacja, ale zachodzi dużo mniejsze ryzyko powikłań. Skutkami radioterapii mogą być trwające nawet przez pół roku bóle pęcherza i odbytu, wywołane przez odczyny popromienne.

Trzecią metodą, stosowaną u mężczyzn po 80. r.ż., gdy mamy do czynienia z niskim poziomem złośliwości nowotworu i PSA, a sam nowotwór nie daje objawów i został wykryty przypadkowo, jest obserwacja, wsparta niekiedy terapią hormonalną.

Życie po raku

Pacjenci po operacji usunięcia jądra powinni być pod kontrolą lekarza – w ciągu pierwszych dwóch lat należy udawać się na wizyty min. raz na trzy miesiące, a potem (do 5. roku po operacji) raz na pół roku. W ramach badań należy wykonywać USG drugiego jądra, a pacjenci, którzy nie

przeszli chemioterapii, także tomografię jamy brzusznej i miednicy. Raz na 3–4 miesiące należy przeprowadzić kontrolę markerów nowotworowych i zrobić RTG klatki piersiowej.

Po operacji raka prostaty trzeba regularnie dokonywać oznaczenia poziomu PSA, dzięki czemu można

wykryć ewentualny nawrót choroby. Jeśli poziom PSA jest wysoki, należy przeprowadzić badania (tomografię i scyntyografię).

Pacjenci dotknięci rakiem mają zapewnioną pomoc psychologiczną, dzięki której łatwiej jest im wrócić do normalnego życia. ♦

Na miarę medalu



150 placówek bez barier w całym kraju, dokumenty i faktury dostępne dla osób z dysfunkcją wzroku, wybrane modele telefonów komórkowych przeznaczone dla osób z niepełnosprawnością – to tylko niektóre działania Orange Polska wychodzące naprzeciw potrzebom tej grupy klientów. Za swoją działalność Orange Polska została uhonorowana tegorocznym Medalem Przyjaciół Integracji.



Beata Rędziać
dziennikarka, współpracuje
m.in. z redakcjami „Integracji”
i niepełnosprawni.pl

Podejmujemy się przedsięwzięć niwelujących bariery społeczne w dostępie do usług telekomunikacyjnych i form nowoczesnej komunikacji. Wśród najbardziej zagrożonych są osoby z niepełnosprawnością – uważa Bożena Leśniewska, dyrektor wykonawczy ds. sprzedaży Orange Polska. – Odpowiednie dostosowanie salonów jest jedną z wielu rzeczy, które robimy jako firma, i nie wynika tylko z rozporządzeń, ale z wsłu-

chowania się w potrzeby klientów. Po prostu jest to nasza powinność i staramy się ją wypełniać najlepiej, jak potrafimy. Wśród naszych salonów wytypowaliśmy ponad 150 placówek, które przystosowaliśmy do potrzeb klientów z niepełnosprawnością. Staraliśmy się, aby takie placówki znalazły się w każdym mieście na prawach powiatu, w którym mamy salony sprzedaży Orange Polska – dodaje dyrektor Leśniewska.

Dostosowując salony, Orange Polska zrealizowała zalecenia wspomnianego Rozporządzenia Ministerstwa Administracji i Cyfryzacji (MAiC) w sprawie udogodnień dla

osób z różnymi niepełnosprawnościami, świadczonych przez dostawców usług telefonicznych. Zakłada ono dostosowanie do potrzeb tych klientów m.in. stron internetowych firm telekomunikacyjnych.

Dokumenty i faktury dostępne dla osób słabowidzących lub niewidomych. W każdym salonie Orange Polska można poprosić o wydrukowanie powiększonej czcionką takich dokumentów, jak: regulamin, cennik czy wzór umowy. Dokumenty mogą być przekazane w formie tekstowej pocztą elektroniczną, na nośniku elektro-

nicznym, na papierze – w alfabecie Braille’a lub przy użyciu dużej czcionki w ciągu 30 dni od daty zamówienia. Można je składać za pośrednictwem www.orange.pl, Facebooka i poprzez infolinię.

Klient Orange Polska może zamówić fakturę VAT wraz z podstawowym wykazem wykonanych usług (załącznik do faktury) w alfabecie Braille’a, dużą czcionką lub pocztą elektroniczną w formacie tekstowym. Dużą czcionką i w formacie tekstowym można także otrzymać biling.

– *Dodatkową fakturę, załącznik oraz biling przygotowujemy bezpłatnie, jednorazowo lub cyklicznie na podstawie zamówienia złożonego przez osobę słabowidzącą lub niewidomą osobiście, listownie bądź telefonicznie* – zapewnia Monika Kulik, ekspert ds. odpowiedzialności społecznej biznesu w Orange Polska.

– *Wszystkim naszym Klientom gwarantujemy wygodne formy obsługi. Nowe udogodnienia, które wdrożyliśmy dla osób z niepełnosprawnością, ułatwią im korzystanie z naszych usług i z nowoczesnych technologii w życiu codziennym* – mówi Jolanta Dudek, dyrektor wykonawczy ds. obsługi klientów.

Osoby z niepełnosprawnościami mogą skorzystać także z odpowiednio przystosowanych publicznych automatów telefonicznych. Ich peł-

ną listę można znaleźć na stronie www.publitel.pl. Z kolei na stronie operatora www.orange.pl oznaczono dedykowane i rekomendowane dla osób z niepełnosprawnością telefony stacjonarne i komórkowe.

Orange Polska pracuje też nad ułatwieniem dostępu osobom z niepełnosprawnościami do strony internetowej www.orange.pl. Prace nad dostosowaniem jej do standardu WCAG 2.0 – ogólnoeuropejskiego standardu dostępności, intensywnie trwają od końca 2012 roku. Na bieżąco są prowadzone audyty dostępności, w które są zaangażowani eksperci ds. dostępności i konsultanci z niepełnosprawnościami.

Dialog z partnerami społecznymi.

Orange Polska prowadzi dialog z ekspertami i organizacjami zajmującymi się osobami z problemami słuchu, wzroku czy ruchu.

– *W przygotowaniu materiałów informacyjnych i szkoleń dla pracowników z obsługi klienta z niepełnosprawnością współpracujemy z Fundacją Integracja. Nowe technologie, wprowadzane przez firmę Orange Polska z myślą o osobach z różnymi niepełnosprawnościami, wpisują się w zapisy Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych* – zaznacza Monika Kulik.

– *Dla Integracji – eksperta w zakresie niepełnosprawności* – Orange

Polska jest wrażliwym społecznie przyjacielem naszego środowiska. Cieszy mnie, że firmy dostrzegają potencjał klientów z niepełnosprawnością, otwierają się na ich potrzeby, poznają oczekiwania, uczą się współpracy, właściwej ich obsługi i na co dzień zabiegają, tak jak o innych klientów – podkreślił Piotr Pawłowski, prezes Fundacji Integracja.

Orange Polska została podczas jubileuszowej Wielkiej Gali Integracji, 6 listopada br. w Warszawie, uhonorowana Medalem Przyjaciół Integracji. Medal odebrał Jacek Kowalski, członek Zarządu Orange Polska.

Kapituła Medalu Przyjaciół Integracji wyróżniła Orange Polska za dostrzeganie problemów klientów z niepełnosprawnością oraz skuteczne wdrażanie odpowiednich dla nich produktów i usług przeciwdziałających społecznemu wykluczeniu. Doceniono kompleksowe rozwiązania technologiczne i programistyczne, dzięki którym osoby z różnymi rodzajami niepełnosprawności mają szansę na skuteczną i nowoczesną komunikację. Wrażliwość społeczna Orange Polska może być dla firm i instytucji wzorem odpowiedzialności za osoby z niepełnosprawnością i solidarności z nimi.

Opis wszystkich udogodnień, które mogą być najbardziej korzystne z punktu widzenia osób z różnymi niepełnosprawnościami można znaleźć na www.orange.pl w zakładce „Bez barier”. ◆

Udogodnienia w salonach Orange Polska:

- swobodny dostęp bez barier architektonicznych,
- oznaczone stanowisko z niskim biurkiem,
- możliwość wydrukowania dokumentów powiększoną czcionką,
- możliwość złożenia zlecenia na otrzymywanie faktury i dokumentów w pliku tekstowym i w alfabecie Braille’a,
- możliwość złożenia zlecenia na otrzymywanie faktury powiększoną czcionką,
- pomoc we właściwym skonfigurowaniu urządzenia,
- pomoc przeszkolonych konsultantów,
- wejście do salonu oznaczone jest odpowiednimi symbolami wskazanymi przez MAiC,
- stanowisko dostosowane do obsługi klientów z niepełnosprawnością jest oznaczone w widoczny sposób.

Lista dostępnych salonów na stronie: www.salony-orange.wp.pl



Bezpieczna rozrywka

W LOTTO grają miliony Polaków. Każdy z nich ma szansę stać się milionerem. Wystarczy udać się do kolektury, kupić los na jedną z oferowanych gier lub loterii, samemu wybrać liczby albo zdać się na popularną metodę chybił trafił. Rozrywka tego typu może wciągać, czasem nadmiernie. Dla Totalizatora Sportowego jednym z wyznaczników odpowiedzialnego biznesu jest zadbanie o to, by była to rozrywka bezpieczna.

Tekst Agnieszka Jędrzejczak



TOTALIZATOR
SPORTOWY

Zasady gry w LOTTO są bardzo proste, punkty sprzedaży dostępne praktycznie za każdym rogiem. To powoduje, że jest to najpopularniejsza forma rozrywki w Polsce, dostępna właściwie dla każdego. Tym większą więc odpowiedzialność firmy i pracowników Totalizatora Sportowego za zapewnienie bezpieczeństwa graczy. To z myślą o nich Totalizator Sportowy od lat realizuje działania, które mają na celu zapewnienie odpowiedzialnej gry.

Odpowiedzialny produkt.

Tworzenie nowych propozycji czy też modyfikowanie już istniejących produktów zawsze oparte jest na badaniach. Zarówno tych dotyczących potrzeb i oczekiwań klientów, jak i badań potencjalnego wpływu społecznego tych gier.

Już na etapie projektowania gier Totalizator Sportowy myśli o bezpieczeństwie graczy. Zostały ustalone specjalne procedury dotyczące tworzenia nowych gier, a nowe produkty są analizowane pod kątem ich bezpieczeństwa. Natomiast każda z dostępnych na rynku gier czy loterii sprzedawanych przez Totalizator Sportowy przeszła testy z wykorzystaniem międzynarodowego narzędzia Gam-GaRD, które bada ryzyko uzależnienia od danego produktu.



Dodatkowo Totalizator Sportowy razem z Fundacją LOTTO Milion Marzeń buduje bazę wiedzy, która przyczynia się między innymi do doskonalenia programu Bezpiecznej Rozrywki. Fundacja LOTTO w ciągu ostatnich lat zorganizowała kilka konferencji naukowych, które były miejscem wymiany doświadczeń i wiedzy przedstawicieli świata akademickiego i naukowego w zakresie psychoterapii i terapii uzależnień.

Odpowiedzialna sprzedaż.

Odpowiedzialna sprzedaż, to nie tylko sposób zachowania kolektora, ale też zadbanie o to, aby na każdym etapie oferowania czy reklamowania produktu robić to w sposób odpowiedzialny. Reklamy produktów Totalizatora Sportowego są adresowane – w przekazie promocyjnym – wyłącznie do osób pełnoletnich. Nie odwołują się do słabości osób szczególnie podatnych na uzależnienie od gier ani też nie sugerują, że produkty LOTTO są remedium na wszelkie życiowe nieszczęścia.

Z komunikatów płynnie czytelny przekaz – gra dostarczy ci doskonałej zabawy, ale nie sprawi, że będziesz bardziej szczęśliwy.

Kolektury Totalizatora Sportowego obowiązkowo oznaczone są znakiem 18+. Dzieci i młodzież nie mają dostępu do gier, nawet gdy przychodzi do kolektury z dorosłymi opiekunami. Nie ma możliwości, żeby dziecko losowało za gracza albo żeby kupować los dla osoby niepełnoletniej. Jest to bardzo surowo przestrzegane i stanowi standard obsługi w kolekturach Totalizatora Sportowego.

To właśnie profesjonalizm kolektorów sieci LOTTO sprawia, że możemy korzystać z gier liczbowych bez narażenia się na negatywne konsekwencje uzależnień. A tego nie udało by się osiągnąć bez odpowiedniego doświadczenia i ciągłych szkoleń. Kandydaci na pracowników punktów sprzedaży LOTTO zapoznawani są z zasadami bezpiecznej gry i odpowiedzialnej sprzedaży. Takie szkolenia są organizowane także w trakcie

ich pracy. Od 2012 roku Fundacja LOTTO Milion Marzeń organizuje dodatkowe spotkania wyłącznie na temat odpowiedzialnej sprzedaży.

Otwarta komunikacja. Totalizator Sportowy dba też o zapewnienie



Informujemy, że w gry liczbowe i loterie mogą grać jedynie osoby, które ukończyły 18 lat.

Więcej o naszych produktach www.lotto.pl
Sprawdź jak grać odpowiedzialnie www.fundacjalotto.pl

nie kompleksowej informacji pozwalającej graczom na podejmowanie świadomych decyzji. Na stronie www.lotto.pl znajdują się zasady gry,

regulaminy, ciekawostki i tabele wygranych. Każdy z kolektorów Totalizatora Sportowego przechodzi specjalistyczne szkolenia produktowe, przez co staje się rzetelnym informatorem na temat oferowanych produktów. Zawsze służy radą i dodatkowymi informacjami. Zwraca też uwagę na zachowania graczy. Reaguje, jeśli zauważy niepokojące symptomy nadmiernego zaangażowania emocjonalnego bądź finansowego.

...a na koniec. Jeśli nie uda się tym razem wygrać i dołączyć do grona milionerów, to można odejść z kolektury z miłym poczuciem, że przyczyniamy się do wsparcia polskiego sportu i kultury. Z każdej złotówki wydanej na gry liczbowe LOTTO 19 groszy zasila państwowe fundusze celowe, które co roku przyczyniają się do realizacji wielu lokalnych i ogólnopolskich inicjatyw kulturalnych i sportowych. ♦

Działania Totalizatora Sportowego na rzecz odpowiedzialnej gry zostały docenione przez międzynarodowe organizacje branżowe – Spółka została wyróżniona certyfikatem Odpowiedzialnej Gry dwóch organizacji: European Lotteries and Toto Association oraz World Lotteries Association.



Pół wieku przemian

Największy polski koncern paliwowy ORLEN świętuje 50-lecie płockiej rafinerii. I ciągle się zmienia – także w kwestii podejścia do osób z niepełnosprawnością: ma ponad 1000 dostępnych stacji, wspólnie z Integracją „uwalnia koperty” i wspiera Towarzystwo Opieki nad Ociemniałymi w Laskach.

Tekst Agnieszka Jędrzejczak

Lata 50. XX w. były czasem intensywnej odbudowy, zniszczonej przez wojnę, polskiej gospodarki. W związku z rozwojem przemysłu i motoryzacji zapotrzebowanie na produkty naftowe w Polsce zaczęło intensywnie rosnąć. Przy drogach pojawiało się coraz więcej stacji benzynowych. W odpowiedzi na te zmiany zapadła decyzja o budowie Mazowieckich Zakładów Petrochemicznych i Rafinerijnych w Płocku (MZPiR), które ruszyły w grudniu 1964 roku z pierwszą produkcją benzyny. Konsekwentna rozbudowa płockiej rafinerii pozwoliła nie tylko na ciągłe zwiększanie przerobu ropy, ale również przyczyniła się do rozwoju przemysłu maszynowo-metalowego w rejonie Płocka, rozbudowy miejscowych zakładów budowlanych oraz pobliskiej Stoczni Rzecznej. Przełom nastąpił po 1989 roku, kiedy w wyniku otwarcia na zagranicznych inwestorów wzrosła wewnętrzna konkurencyjność gałęzi przemysłu, w tym branży paliwowej. Wkrótce na nasz rynek zaczęły wchodzić zagraniczne firmy paliwowe, takie jak: BP, Shell, Statoil, Lukoil, a w wyniku rozwoju sektora małych i średnich przedsiębiorstw swoje punkty zakładali drobni przedsiębiorcy. Liczba stacji w Polsce w ciągu ostatnich 20 lat zwiększyła się z niepełna 4 tysięcy do ponad 6,5 tysięcy.

Nowa era, nowe wyzwania. W 1999 roku doszło do połączenia Centrali Produktów Naftowych (CPN) z Petrochemią Płock, w wyniku którego powstał Polski Koncern Naftowy. Bazą do sprzedaży detalicznej paliwa stały się dla PKN-u stacje paliw CPN oraz równie popularne niebieskie stacje z „Petką”, czyli literą P wpisaną w stylizowaną biało-niebieską retortę (naczynie laboratoryjne). Wkrótce nowa marka zyskała nazwę ORLEN i logo z orłem. Dziś paliwowy gigant posiada jeden z nowoczesniejszych zakładów tego typu w Europie. Wraz z rozwojem infrastruktury paliwowej rosła funkcjonalność stacji benzynowych, które przestawały być kojarzone tylko z miejscem, gdzie można kupić paliwo. Zmiany te były efektem rosnących oczekiwań konsumentów wobec stacji i nowych trendów, które wprowadzali na rodzimy rynek zagraniczni konkurenci. W PKN ORLEN



Stacja w Słupsku, lata 70. XX w.



Stacja Myślenice, lata 50. XX w.



Autostrada k. Wrocławia, lata 90. XX w.



poszukiwanie nowych rozwiązań zaowocowało decyzją o stworzeniu w 2008 roku odrębnego brandu oferty gastronomicznej: marki Stop Cafe. Sukces przedsięwzięcia zachęcił Spółkę do dalszych inwestycji. W 2011 roku otwarto pierwszy punkt Meeting Point Stop Cafe, odchodzący od tradycyjnego modelu stacji benzynowej w kierunku obiektu wielofunkcyjnego, oferującego kompleksową obsługę wszystkich potrzeb podróżnych.

Płocka spółka, wiedząc, jak ważne jest budowanie silnych i długotrwałych relacji z klientami, zaproponowała im możliwość uczestnictwa w jednym z dwóch programów lojalnościowych. W 2000 roku Koncern stworzył

program FLOTA dla klientów instytucjonalnych, który pozwalała na bezgotówkowe zakupy na stacjach ORLEN właścicielom firm. Rok później, z myślą o klientach indywidualnych, powstał program VITAY, z którego obecnie systematycznie korzystają blisko 4 miliony osób, czyli co szósty polski kierowca.

Od lat ORLEN stara się tak urozmaicać swoją ofertę, aby każdy mógł znaleźć coś dla siebie. Użytkownikom kart flotowych oferowane są kompleksowe usługi serwisowania pojazdów osobowych i dostawczych. Z kolei z usługi prysznicza korzystają najczęściej kierowcy samochodów ciężarowych. Przede wszystkim jednak klienci wracają na stacje ORLEN ze względu na ofertę gastronomiczną, na którą składa się m.in. świeżo parzona kawa i hot dogi, jak również, w zależności od lokalizacji, bogaty wybór kanapek, zapiekanek czy gorących dań.

Zróżnicowana jest również oferta usług dodatkowych, na którą składają się m.in. wypożyczalnia przyczep, Viatoll, paczkomaty i lotto. Uczestnicy programu VITAY mogą korzystać z bezpłatnego dostępu do internetu. Szereg udogodnień, zwłaszcza dla osób podróżujących z dziećmi, oferują Miejsca Obsługi Podróżnych przy autostradach i drogach ekspresowych. Obiekty wyposażone są w specjalne strefy relaksu dla dzieci – ze stoliczkami, krzeselkami, tablicą, przyborami do rysowania, natomiast rodzice najmłodszych pociech w razie potrzeby mogą skorzystać z przewijaków.

Od wielu lat PKN ORLEN dba również o dostosowanie infrastruktury i obsługi swoich stacji do oczekiwań klientów z ograniczoną sprawnością ruchową. Obecnie ponad 1000 stacji paliw PKN ORLEN to obiekty dostosowane do obsługi osób z niepełnosprawnością.

Biznes społecznie odpowiedzialny. Znane jest również zaangażowanie Koncernu w działalność z zakresu społecznej odpowiedzialności biznesu. Firma od lat wspiera projekty z dziedziny sportu, kultury i ochrony dziedzictwa narodowego. Nie pozostaje też obojętna na potrzeby osób z niepełnosprawnością. Fundacja ORLEN – Dar Serca od ponad 10 lat wspomaga Towarzystwo Opieki nad Ociemniałymi w Laskach, w którym każdego roku kształcą się około 300 niewidomych dzieci i młodzieży w wieku od 5 do 19 lat. PKN ORLEN m.in. wsparł finansowo budowę nowej szkoły dla nich i zakup specjalistycznego wyposażenia.

Od 20 lat PKN ORLEN jest sponsorem Międzynarodowych Mistrzostw Polski w Tenisie na Wózkach, a w ramach programu stypendialnego „Pełnia życia” sześciu zdobywców złotych medali Letnich Igrzysk Paraolimpijskich Londyn 2012, w konkurencjach lekkoatletycznych, otrzymało stypendia na rozwój karier sportowych.

W 2014 roku PKN Orlen razem z Integracją „uwalnia koperty” – czyli jest partnerem akcji informacyjnej na temat zmiany przepisów dotyczących kart parkingowych osób z niepełnosprawnością. ◆

Łatwa wysyłka listów poleconych



Zdecydowana większość z nas przynajmniej raz wysłała list polecony. Najczęściej przesyłamy tą drogą ważne informacje, dokumenty, decyzje i wnioski.

Tekst Agnieszka Ujma

Za każdym razem, by nadać taki list, zjawiamy się przy okienku na poczcie. Kupujemy znaczki, wypełniamy druki, a pracownik poczty przyjmuje opłatę, rejestruje przesyłkę, stempluje i podpisuje potwierdzenia. Od niedawna znaczki na listy polecone możemy kupić przez internet. Online wypełnimy także potwierdzenie nadania. Wszystko za sprawą platformy Envelo stworzonej przez spółkę Poczta Polska Usługi Cyfrowe z Grupy Kapitałowej Poczta Polska.

Platforma Envelo już od roku ułatwia tysiącom Polaków dostęp do usług pocztowych przez internet. W domu, biurze, a nawet w podróży możemy nadać list, wysłać kartkę

albo przygotować i kupić znaczek pocztowy. Z takich e-rozwiązań Poczty Polskiej mogą skorzystać również osoby prowadzące działalność gospodarczą, dla których możliwość szybkiego przygotowania korespondencji jest zdecydowanym ułatwieniem. Poprzez platformę firmy mogą m.in. wysyłać i odbierać faktury. Usługa o nazwie Neofaktura pozwala na ich wysyłkę przez internet i dostarczenie w formie elektronicznej bądź papierowej.

Platforma Envelo cały czas się rozwija i właśnie uruchomiła możliwość zakupu znaczka na przesyłki polecone. Niebawem z Envelo będzie można również wysłać list polecony.

Neoznaczek na list polecony

List polecony można już opłacić neoznaczkami dostępnymi na www.envelo.pl. To znaczek pocztowy z przydzielonym kodem R, który kupuje się przez internet i samodzielnie drukuje w domu lub biurze. Dostępny jest w wersji bez grafiki lub z grafiką. Na platformie umieszczono galerię atrakcyjnych wzorów, którymi można ozdobić neoznaczek. Każdy użytkownik może też dodać na nim własny obrazek, np. swoje świąteczne zdjęcie czy logo firmy. Neoznaczek z kodem R drukuje się na etykietach samoprzylepnych, kartce lub zwykłej kopercie. Na platformie dostępna jest też opcja umieszczenia neoznaczka na kopercie do samo-

Jak kupić neoznaczek na przesyłki polecone?

1. Wejdź na www.envelo.pl i wybierz opcję „Kup znaczek”.
2. Wybierz nominał na list polecony lub skorzystaj z kalkulatora cen.
3. Zaznacz interesujące Cię „Usługi dodatkowe”.
4. Wybierz rodzaj znaczka z grafiką lub bez oraz formę jego wydruku.
5. Wypełnij dane potrzebne do potwierdzenia nadania/książki nadawczej*.
6. Opłać zamówienie, a następnie wydrukuj neoznaczkę wraz z potwierdzeniem nadania.
7. Przesyłka jest gotowa do nadania w placówce pocztowej.

*opcjonalnie



dzielnego złożenia, czyli kartce A4, na której wraz z opłatą drukujemy wzór do złożenia.

To niejedyny udogodnienie. Potrzebne do nadania przesyłki dokumenty dotychczas były dostępne tylko w placówce pocztowej. Teraz potwierdzenie nadania lub książkę nadawczą można wypełnić online podczas zakupu na platformie Envelo. Wygodną opcją jest załadowanie potrzebnych danych do książki adresowej z pliku. Obojętnie, czy użytkownik wypełni dane, czy nie, otrzyma plik PDF z drukami nadania, które będzie mógł w razie potrzeby uzupełnić później. Neoznaczkę i druki odbierze przez e-mail lub bezpośrednio z platformy.

Na www.envelo.pl możemy także wykupić usługi dodatkowe – zwrotne potwierdzenie odbioru lub potwierdzenie doręczenia lub zwrotu. Kosztują tyle samo co w okienku pocztowym.

Korespondencję opłaconą neoznaczką na przesyłki polecone nadajemy na poczcie. Jednak dzięki wcześniejszemu przygotowaniu listów – naklejeniu znaczków wraz z kodami R i wypełnieniu wszystkich potrzebnych druków – formalności przy okienku skracają się do minimum. Pracownik poczty skanuje neoznaczkę i kod R, by zweryfikować opłatę i zarejestrować przesyłkę w systemie. Na koniec podpisuje i stempluje potwierdzenie nadania. Wszystko zajmuje zaledwie chwilę.

List polecony z komputera

Envelo zapowiada kolejną nowość – możliwość wysłania listu poleconego bez wychodzenia z domu.

Neolist polecony to odpowiednik tradycyjnego listu z „erką”, który

wysłany przez internet, a adresatowi doręczy go w kopercie listonosz. Z usługi będzie mógł skorzystać każdy zalogowany użytkownik platformy.

Treść takiej korespondencji wpisujemy w edytorze na platformie lub dodamy jako załącznik PDF. Neolist polecony, tak jak zwykły, będzie mógł zająć maksymalnie 6 kartek, czyli 12 stron, wliczając w to stronę adresową. Drukowany będzie dwustronnie, a w opcjach znajdzie się wydruk kolorowy lub czarno-biały. Po kliknięciu „Wyślij” i opłaceniu przesyłki online całość będzie automatycznie drukowana i kopertowana, więc tajemnica korespondencji nie zostanie naruszona.

Co będzie można wysłać neolistem poleconym? Osoby prywatne będą mogły tą drogą przesłać np. skargi i zażalenia do firm i instytucji, a także różnego rodzaju petycje. Nadadzą w ten sposób także zeskanowane dokumenty, np. umowy i formularze.

Dla osób prowadzących działalność gospodarczą neolist polecony to możliwość wysłania np. wniosków o przesunięcie terminów płatności czy prolongatę, a także wezwań do płatności. Usługę Envelo będą mogli wykorzystać także do przesyłania ofert handlowych, umów, regulaminów czy specyfikacji zamówień.

Wyjątkiem będą pisma, na których wymagany jest podpis odręczny albo pieczęć. W takich wypadkach ułatwieniem będzie możliwość zakupu neoznaczków na przesyłki polecone i skorzystania z przypisanych do nich opcji.

Koresponduj ze światem

E-usługi przeznaczone dla korespondencji rejestrowanej ułatwiają wysłanie przesyłek poleconych zarówno do adresatów w Polsce, jak i na świecie. Dostępne opcje to doręczenie ekonomiczne na terenie Polski lub priorytetowe dla przesyłek krajowych i zagranicznych.

Platforma Envelo to poczta prosta, którą każdy ma na wyciągnięcie ręki. Wystarczy komputer i internet. ♦

Jak wysłać neolist polecony*?

1. Wejdź na www.envelo.pl i zarejestruj się lub zaloguj do konta użytkownika.
2. Wybierz zakładkę „Skrzynka Envelo”.
3. Kliknij opcję „Nowa przesyłka” i wybierz „Neolist”, a następnie „Drukowany”.
4. Dodaj adresata i wybierz: „list polecony” lub „list polecony + ZPO”.
5. Napisz list w edytorze lub dodaj załącznik PDF.
6. Kliknij „Wyślij” i opłać przesyłkę.
7. Gratulacje! Właśnie wysłałeś neolist polecony. Status realizacji usługi możesz sprawdzić w skrzynce Envelo.

*usługa w przygotowaniu

Przegląd prasy nie tylko ngo

„Aktywni” nr 1 (7) 2014

Pismo dofinansowane przez PFRON wydaje Podkarpacki Związek Organizatorów Zakładów Aktywności Zawodowej. Zakłady aktywności zawodowej (zaz) zaczęły funkcjonować na mocy art. 29 *Ustawy z 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych*. Przygotowują osoby z niepełnosprawnością do pracy na otwartym rynku pracy. Redaktorem naczelnym jest Mariusz Mituś, jarosławianin, pedagog i edukator, m.in. wiceszef Koła Polskiego Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym oraz szef Ośrodka Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczego w Jarosławiu. Za cały dorobek pracy w 2004 roku odznaczony został Srebrnym Krzyżem Zasługi.

Więcej: Adres red. ul. Wilsona 6a , 37-500 Jarosław, tel. 16 621 53 78, www.pzozaz.pl, biuro@pzozaz.pl

„PEUGEOT EXPERIENCE MAGAZINE” nr 10

Ten ogólnopolski magazyn Peugeot Polska wydaje od 2010 r. Pismo kierowane jest do właścicieli samochodów marki Peugeot, umacnia wizerunek firmy stawiającej na nowoczesne technologie, jak i na elegancki wysokiej jakości design. Publikuje informacje z branży motoryzacyjnej, relacje z targów i rajdów. Prezentuje nowe modele aut. Na łamach pisma pojawia się też tematyka mobilności osób z niepełnosprawnością. Projekt „Peugeot bez barier” pokazuje, że auto kierowcom z niepełnosprawnością daje wolność i niezależność.

W numerze polecamy *Samochód zamiast nóg*, wywiad z Krzysztofem Marciniakiem (szefem Stowarzyszenia SPINKa). Działania Peugeot Polska, firmy wrażliwej na niepełnosprawność, zostały w 2013 roku nagrodzone Medalem Przyjaciół Integracji.

Więcej: Redakcja, Peugeot Polska, ul. Domaniewska 42, 02-672 Warszawa, email: magazyn@peugeotexperienceclub.pl

„Głos Pacjenta Onkologicznego” nr 9/wrzesień 2014

Bezpłatne pismo Polskiej Koalicji Organizacji Pacjentów Onkologicznych, które powstało trzy lata temu, aby chorujący na nowotwory mieli „swoje miejsce”. Jak czytamy, gazeta pragnie być „przystępnym i rzetelnym źródłem informacji o chorobach nowotworowych i metodach ich leczenia, ale przede wszystkim drogowskazem pomagającym poruszać się w zawiłych meandrach polskiej i europejskiej służby zdrowia – jej procedurach i systemie. Organizacje pacjentów chcą „pokazywać, że rak to nie wyrok i że razem łatwiej”. Redaktor naczelną pisma jest Aleksandra Rudnicka. Gratulujemy pomysłu. Dotychczasowe dziewięć numerów pisma można pobrać w formacie PDF na stronie: www.pkopo.pl/glos_pacjenta_onkologicznego

Więcej: Polska Koalicja Organizacji Pacjentów Onkologicznych (adres do korespondencji), ul. Piękna 28/34 lok. 53, 00-547 Warszawa, tel. kom. do red. naczelnej: 502 071 677, e-mail: info@pkopo.pl

Publikacje

Nauka mowy

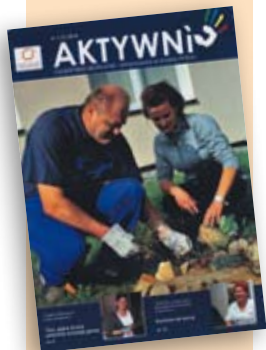
Ryzyko udaru mózgu rośnie wraz z wiekiem. Dotyka głównie osoby starsze (średni wiek zachorowania przypada na ok. 70. rok życia), ale zdarza się także dzieciom. Rocznie mamy ok. 60 tys. nowych zachorowań, najczęściej mężczyzn. Jest to główna przyczyna trwałego kalectwa. Dlatego polecamy Czytelnikom „Integracji” tę szczególną publikację. Skierowana jest do rodzin chorych z afazją, które chcą pomóc bliskim, w odzyskaniu utraconych umiejętności wystawiania się. Poradnik przygotowali wybitni specjaliści: logopeda oraz psychoterapeuta i psycholog. Trzeba pamiętać, jak napisała w liście do redakcji autorka, że „terapia mowy w afazji jest procesem długotrwałym, wymagającym wiele wytrwałości i cierpliwości. Ćwiczenia należy prowadzić przez wiele miesięcy, nawet lat”. W poradniku znajdziemy też zestawy ćwiczeń dla poszczególnych zaburzeń mowy.

Aniela Wilk, Łukasz Krwaczyk, Udar mózgu. Terapia mowy chorych z afazją, wyd. Oficyna Wydawnicza 4K, Tarnowskie Góry-Repty 2012

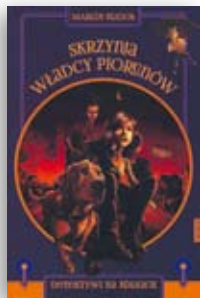
Uwaga! Dziecko!

Fundacja Odzyskać Radość działa na rzecz porzuconych maluchów, głównie poniżej 3. roku życia, które znalazły dom w Zakładzie Opiekuńczo-Lecznicznym w Kraszewie-Czubakach. Jest to jedyna w Polsce placówka opiekująca się m.in. dziećmi dializowanymi otrzewnowo. NFZ finansuje jedynie leczenie i rehabilitację, dlatego fundacja zbiera środki na ich utrzymanie oraz edukację. Zainicjowana we wrześniu br. kampania „Porzucone-Niepełnosprawne” pragnie wywołać dyskusję o tym zjawisku. Realizowana jest przy wsparciu środków Samorządu Województwa Mazowieckiego.

Więcej na: www.porzucone-niepelnosprawne.pl



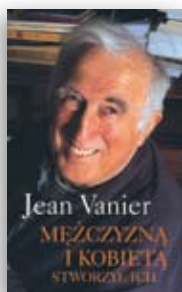
Warto przeczytać



Otwarty umysł

Marcin Koziół, *Skrzynia władcy piorunów*, Wyd. The Facto, Warszawa 2014

Zapamiętajcie nazwę „The Facto”. To wydawnictwo publikuje „książki, jakie jego zespół sam chciałby czytać”. Tym razem zapraszają po przygodę, radość i dobrą zabawę, ale i po wiele otuchy, jaką ta powieść przemycyca w sposób niezauważalny i nienachalny. 14-letnia Julia poruszająca się na wózku i labrador Spike, pies asystujący, zostają wplątani w intrygę, która pozwala dziewczynce zrealizować marzenie o byciu detektywem... Przekonajcie się, jak wiele można dokonać, kiedy mamy oddanych przyjaciół, otwarty umysł i chęć do działania. „To naprawdę fantastyczna historia – komentuje Marek Sołtys, szef Towarzystwa Przyjaciół Szalonego Wózkowicza. „Nie słyszałem o innej powieści przygodowej dla młodzieży, której głównymi bohaterami byłiby: osoba na wózku i jej pies asystujący. To Dan Brown dla młodzieży. Ta powieść może pomóc w zmianie wizerunku osób z niepełnosprawnością.”



Istoty płciowe

Jean Vanier, *Mężczyzna i kobietą stworzył ich*, tłum. Sylwia Filipowicz, Wyd. Św. Wojciech, Poznań 2014

Działacz społeczny i filantrop, a nade wszystko twórca Wspólnoty „Arka” i współtwórca „Wiary i Światła”. Doktor filozofii, który wybrał najciężej upośledzonych, osoby z niepełnosprawnością intelektualną, i zamieszkał z nimi, pokazujący jak wiele możemy się od nich nauczyć. Tak naprawdę, to nie my pomagamy, lecz oni pomagają nam, niosąc postanie pokory i miłosierdzia. Nadal mieszka w pierwszej wspólnotie „Arki” w Trosly-Breuil we Francji. Podróżuje, wykładając antropologię. Jest autorem wielu książek, z których każda jest wielkim odkrywaniem tajemnicy niepełnosprawności i mądrych wskazówek na integracyjne współistnienie. Tym razem konfrontuje nas z pytaniem: Jak ukierunkować seksualność kobiet i mężczyzn z niepełnosprawnością intelektualną? Czy tacy ludzie mogą zawierać małżeństwa i przekazywać życie?

Opracowanie: Janka Graban

Uciekanie i wracanie

Joanna Bogudał Borkowska, *Baletowa wataha*, wyd. Miniatura, Kraków 2014

Autorka jest z wykształcenia psychologiem i politologiem. Z powołania pisze wiersze i opowiadania oraz artykuły popularnonaukowe. Obie pasje procentują nowatorskimi dziełami. Proponujemy ostatnie owoce prozy poetyckiej, w których kreacje surrealistyczne z pogranicza jawy i snu symbolizują egzystencjalne pułapki, a człowiek zamiast żyć ucieka od siebie, aby znów wracać i znów pytać o sens tego wszystkiego. Kiedy uciekamy? Dlaczego? Zawsze – od nadmiaru cierpienia, ale czym jest nadmiar? A co w przypadku braku cierpienia dzieje się z ludzką duszą? Umiera zarówno od jednego, jak i drugiego stanu?



Mikołajek na prezent

René Goscinny, *Rekreacje Mikołajka*, rys. Jean-Jacques Sempé, tłum. Tola Markuszewicz, Elżbieta Staniszkis, wyd. Nasza Księgarnia, Warszawa 2013

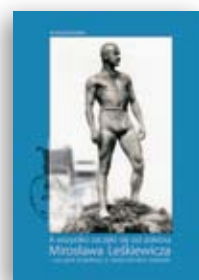
Czas na wspólne czytanie nadchodzi wyśmienity: święta, Nowy Rok i długie zimowe wieczory. Poznamy kolejne niebываłe perypetie tego bohatera, m.in. problemy z nosem stryja Gienia i historię o drukowaniu gazety. Jeśli ktoś jeszcze nie zna Mikołajka, najstynniejszego francuskiego ucznia, to informujemy, że mieszka w małym miasteczku z rodzicami, jest jedynakiem i uczy się w klasach początkowych męskiej szkoły podstawowej. Uchodzi za strasznie łobuziaka, ciągle wplątuję się w coraz to nowe kłopoty i bawi kolejne pokolenia małych (i nieco większych) czytelników. O jego fenomenie przeczytacie na polskiej stronie Mikołajka: www.mikolajek.pl.



Heros ze Świebodzina

Andrzej Medyński, *A wszystko zaczęło się od doktora Leśkiewicza – początek rehabilitacji w świebodzińskim Zakładzie*. Druk-Tor Toruń 2014

Młody, wysportowany mężczyzna o duszy społecznika, zaangażowany w działalność konspiracyjną traci na skutek choroby obie nogi. Mimo tego nie poddaje się, poświęca życie pomocy dzieciom, które utraciły kończyny. To mógłby być świetny scenariusz kinowego przeboju rodem z Hollywood. Tym mężczyzną był doktor Mirosław Leśkiewicz, założyciel Zakładu Leczniczko-Wychowawczego „Caritas” w Świebodzinie. Książkę o niezwykłym życiu doktora napisał jeden z pacjentów Zakładu, Andrzej Medyński, który trafił do Świebodzina w latach 50. ub. wieku. Jak sam przyznaje, napisał ją, by ocalić od zapomnienia historię tego niesamowitego miejsca i jego założyciela, który wprowadzał w czyn słowa Marii Grzegorzewskiej: „Nie ma kaleki, jest człowiek”.



UWAGA!

Dla 8 osób, które 15 stycznia br. o godz. 10.00 zadzwonią pod nr tel. kom.: 505 602 566, mamy w prezencie książki ufundowane przez prezentowane na tej stronie wydawnictwa.



E-bank oswojony

Jak założyć konto, płacić rachunki i robić zakupy, nie ruszając się z domu? Przez internet. Ta forma usług bankowych jest coraz tańsza i wygodniejsza. I – wbrew stereotypom – bezpieczna.



ART

Za tym awatarem kryje się dziennikarz i recenzent książek, pasjonat internetu i nowych mediów

Osobista wycieczka do banku wydaje się najlepszym wyborem. Tylko pozornie. Po pierwsze do oddziału banku trzeba się jakoś dostać, co dla osób z niepełnosprawnością może być uciążliwe. Po drugie, w banku trzeba swoje odstać – w dużych bankach, które mają wielu klientów, kolejki są nieodzowne. Po trzecie, usługi „przy okienku” są znacznie droższe niż te wykonane z domu za pomocą sieci. Mitem jest opinia, że przez internet można wykonać tylko najprostsze operacje. Obecnie większość operacji można załatwić wirtualnie.

Załącz konto. Mnogość bankowych oddziałów tworzy złudne wrażenie, że Polacy wszystko rozliczają za pośrednictwem swoich kont bankowych. Polska nie jest liderem, jeśli chodzi o korzystanie przez zwykłych obywateli z usług bankowych. Natomiast polski system bankowy jest naprawdę nowoczesny i sprawny. Problemem jest ciągle niska świadomość finansowa Polaków, np. przekonanie, że osoby z niskimi zarobkami nie stać na posiadanie konta w banku. To mit. Oczywiście konta VIP taki pracownik nie założy, ale

też nie o to chodzi. Cały ambaras polega na wybraniu takiego banku i rachunku, który będzie dostosowany do potrzeb i w dodatku tani.

Większość będzie potrzebować na co dzień kilku usług: wykonywania przelewów, sprawdzania stanu konta, obsługi karty płatniczej, ustanawiania stałych zleceń. Najlepiej wypisać je na kartce, a potem zacząć szukać w internecie banku, który tanio lub zupełnie za darmo będzie te usługi świadczył. Najwygodniej porównać konta w różnych bankach za pomocą porównywarek np. www.ekontobankowe.pl/ranking-kont-osobistych

Pamiętajmy, że każdy bank oferuje kilka rodzajów kont. Dlatego ważne jest zapamiętanie nazwy konta, którego warunki odpowiadają. Po może to uniknąć przykrych sytuacji

– zazwyczaj finansowych – już po podpisaniu umowy z bankiem.

Ważne jest, aby po wybraniu konta wejść na stronę danego banku i sprawdzić, czy warunki, o których czytaliśmy w porównywarce, są takie same. Umowę na posiadanie konta podpisujemy w domu. Procedura zazwyczaj jest dość prosta: wybieramy na stronach banku zakładkę typu: „Otwarcie rachunku przez internet”, wypełniamy formularz, który powinien się otworzyć, i wysyłamy online, klikając w odpowiedni przycisk. Wszystkie oczywiste błędy (np. pomyłka w numerze PESEL) powinny być przez formularz od razu wychwycone i należy je poprawić. Pamiętajmy, żeby przed wysłaniem formularza sprawdzić wszystkie dane – literówka w nazwisku uniemożliwi zawarcie umowy,

Debetowa czy kredytowa?

Otwierając rachunek w banku, będziemy potrzebować karty płatniczej. Są dwa podstawowe rodzaje kart: debetowa i kredytowa. Debetową możemy płacić i pobierać pieniądze w bankomatach do wysokości salda na rachunku bankowym. Kredytowa – jak sama nazwa wskazuje – to po prostu rodzaj kredytu, który przyznał nam bank. Obciążony jest jej rachunek (bez związku z podstawowym rachunkiem, jaki mamy w banku). Możemy nią płacić (wybieranie pieniędzy z bankomatów jest w przypadku tej karty bardzo drogie) do wysokości kredytu, jaki przyznał bank. Na jego spłatę mamy zazwyczaj 30–50 dni, kiedy to nie płacimy odsetek. Po tym terminie spłacamy kartę w pewnych ratach z odsetkami. Obiema kartami można płacić w sieci.

albo będzie kosztować dodatkowe wyjaśnienia, co niepotrzebnie przedłuży procedurę.

Czy taki sposób otwierania rachunku bankowego jest bezpieczny? Tak, ponieważ wypełnienie formularza to jeszcze nie zawarcie umowy. Z pisemną umową przyjedzie kurier. Umowę możemy podpisać od razu (jeśli wcześniej zapoznaliśmy się z jej treścią) i oddać kurierowi lub wysłać później pocztą lub kurierem. Niektóre banki zastrzegają sobie, że nowe konto będzie działać od momentu aktywacji przez klienta. Aktywacji takiej dokonuje się zazwyczaj telefonicznie.

Jeśli mamy już konto w banku, ale z jakiegoś powodu potrzebujemy kolejnego rachunku w innym, to trzeba sprawdzić, czy istnieje możliwość zawarcia umowy z nowym bankiem przy wykorzystaniu dotychczasowego konta (za pośrednictwem przelewu). Wypełniamy odpowiedni wniosek na stronie „nowego banku” (Otwieranie rachunku za pośrednictwem przelewu). W odpowiedzi (np. SMS-em) otrzymamy numer nowego rachunku. Na ten rachunek przelewamy niewielką kwotę ze „starego banku”. Nowy bank otrzyma ten przelew i porówna dane identyfikujące nadawcę przelewu z danymi we wniosku, który wypełniliśmy na stronie banku. Jeśli dane się zgadzają, to rachunek zostanie otwarty. Karty płatnicze przyjdą później (pocztą lub kurierem). Pamiętajmy, że dane muszą się zgadzać! Jeśli w starym banku posługujemy się np. dawnym adresem pocztowym, a we wniosku o nowe konto podaliśmy nowy adres, to rachunek nie zostanie otwarty.

Bardziej skomplikowana jest sprawa przeniesienia rachunku z banku do banku. Procedurą m.in. przelaniem środków, poinformowaniem stron trzecich np. ZUS, który przelewa pieniądze na konto, zajmuje się zazwyczaj nasz nowy bank. Usługa powinna być bezpłatna, chyba że pojawiają się jakieś nieoczekiwane przeszkody. Bank powinien się wtedy skontaktować, by rozwiązać pro-

blem. Trzeba to koniecznie zaznaczyć podczas rozmowy z przedstawicielem banku, by uniknąć dodatkowych opłat.

Przelewy. Od chwili uruchomienia rachunku możemy z niego w pełni korzystać. Najwygodniej będzie w wolnej chwili wpisać po kolei numery rachunków bankowych, na które zazwyczaj będziemy przelewać pieniądze i opłacać miesięczne rachunki. Trzeba tylko pamiętać, aby zadeklarować takie zlecenie jako „stałe”, tzn. żeby trafił do listy rachunków, a nie zniknął zaraz po wykonaniu przelewu. W różnych bankach różnie się to nazywa, dlatego najlepiej w wolnej chwili prześledzić strukturę swojego rachunku i znaleźć tę opcję.

Bezpieczeństwo

Czy rachunki w banku otwierane lub obsługiwane samodzielnie w internecie są bezpieczne? Tak. To są zwykłe rachunki bankowe, których wyfalczość gwarantuje Bankowy Fundusz Gwarancyjny.

Więcej na stronie www.bfg.pl

Wprowadzanie danych do miesięcznych opłat zaczynamy od podania nazwy instytucji, na przykład Spółdzielnia Mieszkaniowa. Jeśli wynajmujemy mieszkanie od osoby prywatnej lub raz na jakiś czas zasilamy konto dziecka, to wpisujemy w tym miejscu imię i nazwisko.

Wszystkie dane znajdziemy na drukach przelewów przesłanych nam wcześniej przez instytucję (druk pocztowe/bankowe). Najważniejszy jest numer rachunku, na który będą przelewane pieniądze. Wpisywanie numerów kont jest najsłabszym „ogniwem”, ponieważ możemy się łatwo pomylić, wprowadzając długi ciąg cyfr. Ale spokojnie! Jeśli się pomylimy – system bankowy nas o tym od razu poinformuje, unie-

możliwiając zapisanie takiego przelewu. Jak to możliwe? Otóż dwie pierwsze cyfry wszystkich rachunków bankowych, to cyfry kontrolne – są wyliczane za pomocą matematycznego wzoru z pozostałych cyfr rachunku bankowego. Pomyłka, czyli wprowadzenie w jakimkolwiek miejscu innej cyfry, od razu zmienia wynik i „strony równania” nie będą się już zgadzały. Dopóki nie poprawimy pomyłki, przelew nie zostanie zrealizowany. Ta genialna metoda obowiązuje m.in. w całej Unii Europejskiej i wyklucza proste pomyłki i późniejsze skomplikowane konsekwencje przypadkowego puszczenia przelewu na inne konto. Pamiętajmy, że chcąc wykonać przelew europejski (tzw. SEPA) do innego kraju UE, docelowy rachunek poprzedzamy kodem państwa np. IT (Włochy).

Na koniec wprowadzamy tytuł i kwotę, jeśli zawsze będą takie same. Jeśli nie, zostawiamy te pola puste i za każdym razem, robiąc przelew, będziemy wpisywać odpowiednią kwotę. Gdy raz poświęcimy czas na wprowadzenie danych do rachunków, przelewy będziemy robić błyskawicznie!

Bankowe potwierdzenie, że przelew „wyszedł”, możemy sami wydrukować, pod warunkiem że został on już przez bank zrealizowany. Jeśli pieniądze jeszcze z banku nie wyszły, wydruk potwierdzenia będzie niemożliwy.

A kiedy przelewy z banków wychodzą? W dni powszednie 2–3 razy dziennie w turach. Na koncie odbiorcy powinny być w dniu następnym. Jeśli jednak odbiorca ma rachunek w naszym banku, to pieniądze przechodzą na jego konto od razu. Jeśli ktoś pilnie potrzebuje gotówki, można wybrać „przelew błyskawiczny” (jeśli taką usługę bank oferuje). Przelew taki idzie do innego banku ok. kwadransa. Jest jednak droższy od standardowego.

Przelewów błyskawicznych nie opłaca się przysyłać odbiorcom instytucjonalnym – i tak trzeba zczekać, aż go zaksięgują (trwa to jeden lub dwa dni robocze). ♦

Po pierwsze: dostępność



Integracja od wielu lat wspiera instytucje, firmy i organizacje w dostosowywaniu ich usług do potrzeb osób z niepełnosprawnością. Warto zaufać naszym doświadczonym ekspertom, otwierając się na klientów z niepełnosprawnością.



Beata Rędzia

jest dziennikarką współpracującą m.in. z redakcją „Integracji” i portalem niepelnosprawni.pl

Audyt architektoniczny placówek Poczty Polskiej w Bydgoszczy, szkolenia z obsługi klienta z niepełnosprawnością w Peugeot Polska oraz reaktywacja portalu niepelnosprawni.pl to kolejne działania ekspertów Fundacji Integracja, które zwiększają dostępność miejsc i usług.



Poczta bez barier

Głównym celem audytorów Integracji, sprawdzających dostępność architektoniczną placówek Poczty Polskiej dla osób z niepełnosprawnością, jest ocena, czy w danym miejscu może zostać obsłużony klient poruszający się na wózku inwalidzkim.

– Liczy się m.in. szerokość wejścia, możliwość poruszania się po placówce i dostępność stanowiska obsługi klienta – mówi Kamil Kowalski, audytor dostępności Fundacji Integracja. – Dla Poczty Polskiej dodatkowo sprawdzamy także zaplecze pod kątem możliwości zatrudnienia pracownika z orzeczeniem o niepełnosprawności – dodaje.

Ten element audytu nie ma znaczenia dla przyznania certyfikatu „Obiekt bez barier”.

– Poczta Polska od dawna prowadzi działania na rzecz osób z niepełnosprawnością. Zgodnie z wymogami prawa pocztowego,

w placówkach pocztowych znajduje się szereg udogodnień: podjazdy, wejścia równe z poziomem chodnika, dzwonki do przywołania pracownika obsługi, obniżone i odpowiednio oznakowane okienko, skrzynki pocztowe, których wysokość umożliwia nadawanie przesy-

łek przez osoby poruszające się na wózkach oraz automatyczne podnośniki – wylicza Katarzyna Krasieńska, zastępca dyrektora Biura Public Relations w Poczcie Polskiej.

– W audytowanych placówkach zaprojektowano stanowisko ze stosunkowo wysoko umieszczonym blatem, który daje poczucie komfortu pracy, ale obok blat ten obniżono, dzięki czemu klient z niepeł-

Placówka pocztowa w Busku-Zdroju





Szkolenie dla wszystkich

– Realizując program Peugeot bez Barrier, zorientowaliśmy się, że my sami, osoby zaangażowane w jego wprowadzenie w sieci Peugeot, mamy bariery, które utrudniają np. swobodną rozmowę z osobami z widoczną niepełnosprawnością. Obawialiśmy się, że swoim zachowaniem możemy nieświadomie sprawić im przykrość. Pomyśleliśmy, że podobne problemy mają inne osoby z naszej sieci – opowiada Zofia Siołkowska, specjalista ds. adaptacji w Peugeot Polska.

Podkreśla, że program miał pokazać, iż problem tkwi głównie w osobach pełnosprawnych, a osoby z niepełnosprawnością są takie jak inni: mają poczucie humoru, frustracje, podobne oczekiwania od życia.

– Wyszliśmy z założenia, że jeśli przełamiemy w sobie obawy, to nasze kontakty z osobami niewidomyimi, poruszającymi się na wózkach, o kulach i innymi z widoczną niepełnosprawnością, nie tylko w życiu zawodowym, ale również na co dzień będą całkowicie naturalne. Taka postawa będzie świadczyć m.in. o naszej europejskości – mówi Zofia Siołkowska.

Dlatego Peugeot Polska zdecydował się na przeprowadzenie szkoleń z zakresu obsługi klienta z niepełnosprawnością dla 40 przedstawicieli handlowych z całej Polski oraz pięciu innych pracowników firmy.

– Klient miał ściśle określone oczekiwania pod kątem obsługi klientów w branży motoryzacyjnej

nosprawnością może nawiązać kontakt wzrokowy z pracownikiem – podkreśla audytor.

W placówkach typu uzdrowiska czy centra rehabilitacji od 2013 r. Fundacja Integracja na wniosek Poczty Polskiej przeprowadza audyty dostępności, a placówki spełniające wymogi są sukcesywnie certyfikowane. W ubiegłym roku taki certyfikat uzyskała placówka Poczty w Centrum Rehabilitacji Stocer w podwarszawskim Konstancinie-Jeziornie.

– Poczta Polska chce dołączyć do czołówki firm społecznie odpowiedzialnych. Dla nas oznacza to m.in. ciągłe zwiększanie dostępności produktów i usług dla osób zagrożonych wykluczeniem społecznym, w tym osób niepełnosprawnych – podkreślał wtedy Jerzy Józkowiak, prezes Zarządu Poczty Polskiej, który wraz z prezesem Integracji, Piotrem Pawłowskim, dokonał oficjalnego otwarcia placówki.

– Od 2013 r. nowe lub modernizowane placówki, budowane lub re-

montowane są zgodnie z wytycznymi Fundacji Integracja, dotyczącymi dostępności – mówi Katarzyna Krasieńska.

W jej opinii audytowanie i certyfikacja placówek są niezbędne do potwierdzenia ich dostępności dla osób z niepełnosprawnością.

– Firmy, które chcą być przestrzegane jako odpowiedzialne i zaangażowane społecznie, powinny zadbać o to, aby każdy mógł skorzystać z ich usług. Jeśli firma, tak jak Poczta Polska, ma rozległą sieć sprzedaży i z różnych przyczyn nie chce certyfikować wszystkich obiektów, powinien wybrać lokalizacje, w których z dużym prawdopodobieństwem klientami mogą być osoby niepełnosprawne. Takie placówki zlokalizowane są m.in. w miejscowościach uzdrowiskowych czy osiedlach mieszkaniowych, na których mieszkają starsze osoby – mówi przedstawicielka Poczty Polskiej.



– zaznacza Łukasz Bednarski z Fundacji Integracja, który szkolił pracowników Peugeot Polska.

W trakcie szkolenia uczestnicy dowiedzieli się o dostępnych rozwiązaniach technicznych stosowanych w samochodach, w zależności od rodzaju i zakresu niepełnosprawności. Ważnym obszarem szkolenia były aspekty prawne, związane z uczestnictwem osób z niepełnosprawnością w kursach na prawo jazdy. Przedstawiciele handlowi zyskali dodatkową wiedzę z zakresu doradztwa w wyborze odpowiedniego oprzyrządowania samochodu odpowiedniego do rodzaju dysfunkcji.

– Szkolenie przekonało nas, że jednym z aspektów sprzedaży aut w ramach programu „Peugeot bez Barrier” są w pełni świadomi doradcy handlowi. Pracownicy zaznaczyli, że takie szkolenie powinni przejść wszyscy mający bezpośredni kontakt z klientem – stwierdza Zofia Siołkowska. – W 2015 roku planujemy wprowadzenie tego szkolenia jako obowiązkowego, najpierw dla handlowców, a później pracowników recepcji serwisu.

Więcej informacji o współpracy z Integracją w zakresie dostępności architektonicznej, serwisów internetowych oraz szkoleń dotyczących m.in. obsługi klientów z niepełnosprawnością udziela Rafał Chmura tel.: 505 603 014, e-mail: ekspert@integracja.org



Niepełnosprawni.pl

Pozostał: aktualny, poradniczy i informacyjny. Stał się: nowoczesny i dostępny dla użytkowników z różnymi niepełnosprawnościami – nasz portal w nowej odsłonie z okazji 20-lecia Integracji.

Założony w 2003 roku portal **Niepełnosprawni.pl**, prowadzony przez Integrację i stanowiący część jej platformy informacyjnej, to największe w Polsce medium internetowe, poświęcone w całości tematyce niepełnosprawności. To dziś ogromna baza informacji z kraju i ze świata, wzbogacana miesięcznie o kilkaset nowych tekstów: naszych interwencji, porad, nowości z zakresu legislacji dotyczącej osób z niepełnosprawnością, historii pisanych przez życie, ale też ogłoszeń i ofert pracy.

Miesięcznie odwiedza portal ok. 200 tys. internautów, a od początku istnienia – ok. 16 mln osób – można więc powiedzieć, że to prawie pół Polski!

– Kiedy w 2003 roku inicjowałem powstanie portalu **Niepełnosprawni.pl**, nie do końca zdawałem sobie sprawę z siły i mocy internetu. Dziś jestem w pełni świadomy, że bez sieci byłibyśmy w zupełnie innym miejscu, jeśli chodzi o dostęp do informacji – mówi Piotr Pawłowski, prezes Integracji.

Pozostać numerem 1. W czerwcu br. przeprowadziliśmy wśród Czytelników anonimową ankietę, którą wypełniło kilkaset osób. Wynika z niej, że 86 proc. użytkowników to osoby z różnymi niepełnosprawnościami, z czego 35 proc. – z dysfunkcją narządu ruchu, 19 proc. z chorobami neurologicznymi, 12 proc. z dysfunkcją narządu wzroku. Portal odwiedzają też opiekunowie osób z niepełnosprawnością, asystenci,

nauczyciele, lekarze, rehabilitanci, studenci i urzędnicy.

Choć 78 proc. użytkowników oceniło portal „dobrze”, wiedzieliśmy, że przyszedł czas na zmiany, by pozostać numerem 1.

– Portalowi w obecnej formie coraz trudniej sprostać wymogom współczesności, stąd decyzja o gruntownej jego przebudowie – nie tylko w warstwie graficznej – wyjaśnia Tomasz Przybyszewski, sekretarz redakcji portalu **Niepełnosprawni.pl**.

Dostępność, nowoczesność i responsywność, czyli dopasowanie portalu do użytkowników korzystających z różnych urządzeń mobilnych, jak smartfony czy tablety, to trzy główne cechy nowego portalu.

– „Wszystko o niepełnosprawności” – to nasze motto, które wspiera konkretne rozwiązania, także technologiczne. Portal od 6 listopada 2014 roku jest w pełni dostępny dla każdej osoby z niepełnosprawnością. Walczyliśmy z barierami i dlatego zrobiliśmy wszystko, aby nie było ich na naszym portalu – zapewnia Piotr Pawłowski.

Z Waszych potrzeb. Internauci pisali, że „portal to ogromna baza wiedzy o niepełnosprawności”, że „od lat integruje i pomaga dostrzec jaśniejsze strony życia”. Sercem portalu **Niepełnosprawni.pl** pozostał poradnik, zbiór praktycznych informacji o życiu z niepełnosprawnością.

– Teraz można też zadać pytanie doradcom z Centrów Integracja poprzez formularz internetowy – zachęca Tomasz Przybyszewski.



Nie brakuje nowości: w dziale Zdrowie publikujemy informacje na temat postępów medycyny polskiej i światowej, w dziale Nowe Technologie – nowinki cyfrowe, a w Czytelnicy – numer aktualny i archiwalne magazynu „Integracja” oraz nasze publikacje.

Szczególnie polecamy kanał Niepełnosprawni TV, na którym jest „Misja Integracja”.

Twórcie z nami! Symbolem jeszcze szerszego otwarcia się na potrzeby Czytelników jest nowe logo portalu. „Dymek” nad nazwą symbolizuje bowiem komunikację.

Nowa odsłona portalu jest projektem otwartym. Zapraszamy do korzystania i przesyłania uwag na adres: redakcja@niepelnosprawni.pl ♦

Agnieszka Fiedorowicz, Beata Rędział



**Fani sportu
dziękują graczom
LOTTO**

Każda złotówka, którą przeznaczasz
na gry liczbowe LOTTO, to 19 groszy
dla sportu i kultury.



Gramy dla sportu i kultury

Czytelnicy pytają

Osoba z niepełnosprawnością może zwrócić się do spółdzielni mieszkaniowej z prośbą o dzierżawę miejsca parkingowego obok swojego bloku. Może być ono oznakowane białą kopertą (z numerem rejestracyjnym auta).

Na Państwa listy odpowiada **ANITA SIEMASZKO**, prawnik.
Listy prosimy kierować na adres e-mail:
redakcja@integracja.org



✉ Likwidacja firmy

Szanowni Państwo, czy osoba będąca na rencie inwalidzkiej po wymówieniu z pracy przez pracodawcę z powodu likwidacji firmy ma prawo do zasiłku dla bezrobotnych? Nadmieniam, że taka osoba w Urzędzie Pracy ma status „poszukującego pracy”. Okres zatrudnienia – to ponad trzy lata.

Józef P. z woj. pomorskiego

➤ Niestety, nawet najniższa renta wyklucza uzyskanie statusu bezrobotnego. Zgodnie z *Ustawą o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy*, bezrobotna może być osoba, która nie nabyła m.in. prawa do emerytury lub renty z tytułu niezdolności do pracy, renty szkoleniowej, renty socjalnej, renty rodzinnej w wysokości przekraczającej połowę minimalnego wynagrodzenia za pracę. Bezrobotny nie może także pobierać nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego, zasiłku przedemerytalnego, świadczenia przedemerytalnego, świadczenia rehabilitacyjnego, zasiłku chorobowego, zasiłku macierzyńskiego lub zasiłku w wysokości zasiłku macierzyńskiego.

Nieistotne jest także, czy renta jest polska, czy zagraniczna i czy jest pobierana, czy nie. Głośny był ostatnio przypadek rencisty, który miał orzeczenie o stopniu niepełnosprawności, przyznane przez czeskiego orzecznika. Otrzymał rentę około 40 zł. Przez polskiego lekarza orzecznika został uznany za zdolnego do pracy. Chciał się zarejestrować jako bezrobotny. Urząd pracy odmówił. Rencista zrzekł się renty, ale nadal nie może uzyskać statusu osoby bezrobotnej. Ustawodawca bowiem odróżnia sformułowanie „nie nabyła pra-

wa” od zwrotu „nie pobiera”. Nie wystarczy więc zrzec się prawa do renty z tytułu niezdolności do pracy. Jeśli renta w ogóle została przyznana, nie można uzyskać statusu bezrobotnego. Z pewnością w przypadku coraz częściej pojawiających się problemów z niskimi zagranicznymi rentami pojawić się muszą zmiany ustawowe w tym zakresie.

Mając prawo do renty, nie może Pan jednocześnie pobierać zasiłku dla bezrobotnych. W urzędzie pracy może Pan zostać zarejestrowany jako „poszukujący pracy”, a nie jako „bezrobotny”.

✉ Zmiana orzeczenia

Jak wygląda rozprawa zaskarżająca wyrok z Wojewódzkiego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawności? W 2008 r. po wypadku samochodowym otrzymałam stopień umiarkowany. W 2010 r. wstawiono mi endoprotezę stawu biodrowego i utrzymano orzeczenie. Natomiast w bieżącym roku komisja przyznała mi lekki stopień. Odwołałam się, ale bezskutecznie. Jaką mam szansę na zmianę orzeczenia? Jakie są szanse, jeśli podam sprawę do sądu?

Genowefa D. z woj. wielkopolskiego

➤ Od orzeczenia Wojewódzkiego Zespołu ds. Orzekania o Niepełnosprawności przysługuje Pani odwołanie do sądu pracy i ubezpieczeń społecznych w terminie 30 dni od dnia doręczenia orzeczenia. Odwołanie wnosi się za pośrednictwem zespołu, który orzeczenie wydał. Należy pamiętać, że w postępowaniu odwoławczym Wojewódzki Zespół, podobnie jak Powiatowy Zespół, ma prawo skorzystać z instytucji samokontroli (czyli jest możliwa

zmiana orzeczenia dokonana przez Wojewódzki Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności).

Odwołanie od orzeczenia Wojewódzkiego Zespołu należy przesłać lub złożyć w Wojewódzkim Zespole

ds. Orzekania o Niepełnosprawności, który wydał zaskarżane orzeczenie. Nie należy kierować go bezpośrednio do sądu pracy i ubezpieczeń społecznych, ponieważ wydłuży to przebieg procesu odwoławczego ze względu na konieczność jego przekazania do Wojewódzkiego Zespołu w celu przeprowadzenia samokontroli. Postępowanie przed sądem pracy i ubezpieczeń społecznych jest bezpłatne. Sąd zapewne powoła biegłego lekarza i na podsta-

wie jego opinii ogłosi werdykt. Od wyroku sądu okręgowego może Pani odwołać się do sądu apelacyjnego. Apelacja przysługuje także Wojewódzkiemu Zespołowi ds. Orzekania o Niepełnosprawności.

✉ Wolna „koperta”

Mieszkam w Krakowie na jednym z większych osiedli, spółdzielnia od pewnego czasu wydzieliła część parkingu dla osób tylko z identyfikatorami dla mieszkańców poszczególnych bloków i zaczęło się zamieszanie. Jeden z niepełnosprawnych mieszkańców „przywłaszczył” sobie miejsce dla inwalidów. Wydrukował tablicę rejestracyjną, zafoliował i przykleił ją na znaku pionowym nad tym miejscem. Bywają okresy, że auto jest używane, ale bywa też, że pan wyjeżdża na dłużej, a miejsce stoi puste, gdyż inne osoby niepełnosprawne nie znają przepisów i nie wiedzą, czy grozi im coś za pozostawienie auta na takim miejscu. Policja, jak i straż miejska zupełnie się tym nie interesują. Szczerze powiem – mam już dość samowolki ludzi, którym się wydaje, że wszystko im się należy.

Joanna G. z woj. małopolskiego

➤ Moim zdaniem, należałoby ustalić w sposób niebudzący wątpliwości, czy rzeczywiście spółdzielnia udzieliła zgody na wydzielenie miejsca parkingowego temu mieszkańcowi. Z pewnością najwłaściwsze będzie zwrócenie się z pisemnym zapytaniem. Od razu potwierdzę, że udzielenie takiej zgody przez spółdzielnię jest możliwe i zgodne z przepisami. W obecnym stanie prawnym osoba z niepełnosprawnością może zwrócić się do spółdzielni mieszkaniowej z prośbą o dzierżawę jednego miejsca parkingowego obok bloku, w którym mieszka. Po uzyskaniu zgody spółdzielni miejsce parkingowe może być oznakowane białą „kopertą” (wraz z numerem rejestracyjnym samochodu), znakiem D-18a wraz z tabliczką z symbolem osoby z niepełnosprawnością i z numerem rejestracyjnym samochodu.

Jeżeli taki przywilej uzyskała tylko jedna osoba z niepełnosprawnością, a inne o podobnym stopniu niepełnosprawności mają problem z parkowa-

niem, to sprawę powinna rozstrzygnąć spółdzielnia

Pisemny wniosek, a może petycja osób z niepełnosprawnością z racjonalnym rozwiązaniem problemu ułatwi właściwe podjęcie decyzji władzom spółdzielni.

Jeżeli z kolei postępowanie niepełnosprawnego sąsiada jest „samowolką”, to należałoby wystąpić do spółdzielni o podjęcie działań dyscyplinujących i przywracających stan poprzedni.

✉ Dodatek pielęgnacyjny

Jestem osobą niepełnosprawną w stopniu znacznym, mam 26 lat i mózgowie porażenie dziecięce (MPD) od urodzenia. Opiekuje się mną mama, która otrzymała wcześniejszą emeryturę po 20 latach pracy, ze względu na moją chorobę. Emerytura mamy wynosi ok. 730 zł. Świadczenie pielęgnacyjne to obecnie 1000 zł, natomiast od stycznia 2015 r. wzrośnie do kwoty 1200 zł. Czy mama może wystąpić o przyznanie części ww. świadczenia, które ogółem stanowiłoby kwotę świadczenia pielęgnacyjnego, jakie otrzymują rodzice opiekujący się dziećmi niepełnosprawnymi?

Małgorzata K. z woj. mazowieckiego

➤ Świadczenie pielęgnacyjne nie przysługuje, jeżeli osoba sprawująca opiekę, ma ustalone prawo do emerytury, renty rodzinnej z tytułu śmierci małżonka, przyznanej w przypadku zbiegu prawa do renty rodzinnej i innego świadczenia emerytalno-rentowego, renty socjalnej, zasiłku stałego, zasiłku przedemerytalnego, świadczenia przedemerytalnego lub nauczycielskiego świadczenia kompensacyjnego. Według przepisów, matce naszej Czytelniczki nie przysługuje świadczenie pielęgnacyjne, ponieważ ma prawo do emerytury. Z pewnością jednak sytuacja, w której funkcjonują odmienne systemy

wsparcia dla osób o podobnych potrzebach, nie jest prawidłowa. Być może należałoby zainteresować sprawą Rzecznika Praw Obywatelskich. A może Trybunał Konstytucyjny zauważyłby w takim odmiennym traktowaniu niekonstytucyjność i nakażałby zmianę prawa? ◆



Nie tylko renta...

Prezesi Zakładu Ubezpieczeń Społecznych i Stowarzyszenia Przyjaciół Integracji podpisali porozumienie, dzięki któremu w kolejnych numerach „Integracji” znajdzie się „Informator ZUS”, a w placówkach ZUS „Integracja”. Poniżej skrót rozmowy przeprowadzonej podczas tego wydarzenia.

Piotr Pawłowski: Panie Prezesie, bardzo się cieszę, że zaczynamy współpracę i dziękuję. Mam nadzieję, że dzięki niej magazyn „Integracja” będzie docierał do tych, którzy odwiedzają placówki ZUS w całym kraju...

Zbigniew Derdziuk: Zdecydowanie tak. Umowa między Zakładem Ubezpieczeń Społecznych a Stowarzyszeniem Przyjaciół Integracji daje nam możliwość przekazania klientom w placówkach pełnej treści magazynu, który integruje środowisko osób z różnymi niepełnosprawnościami, ale prezentuje też szereg porad. Zawiera je m.in. „Informator ZUS”, który wraz z „Integracją” będzie dystrybuowany w naszych placówkach (...).

Panie Prezesie, pewnie ma Pan w głowie sumę, jaka jest rocznie wydawana na renty, ale niemałe kwoty są też przeznaczane na prewencję rentową, czyli rehabilitację.

ZUS, realizując wypłatę emerytur i rent, wydaje łącznie ok. 150 mld zł. Cały budżet świadczeń to 194 mld zł. Co najmniej 1 proc. tej kwoty – w tym roku ponad 192 mln zł – to wydatki na tzw. prewencję rentową, świadczenia rehabilitacyjne, którym podlegają osoby ubezpieczone.

Mamy ponad 100 umów z różnymi ośrodkami rehabilitacyjnymi stacjonarnymi, ale i też ambulatoryjnymi, a rocznie rehabilitujemy ponad 73 tys. osób; od początku istnienia programu prewencji rentowej liczba rehabilitowanych osiągnęła milion.

Z którego typu rehabilitacji ludzie korzystają najczęściej? Które przyniosą największą liczbę efektów?

Są trzy największe grupy schorzeń: narządów układu ruchu, krążenia i psychosomatyczne. O ile Polska osiągnęła poprawę, jeśli chodzi o leczenie chorób układu krążenia, o tyle zauważamy wzrost tzw. chorób stresu. Prowadzone przez nas badania efektywności wskazują ponad 50-procentową powracalność do ubezpieczeń, czyli niekorzystanie ze świadczeń. Poza aspektem materialnym taki powrót wpływa też na komfort życia – realizację przez osobę wszystkich swoich działań.

ZUS, zarządzając funduszem wypadkowym, w tym roku realizuje też prewencję wypadkową (...). Działania obejmują badania, opracowania, szkolenia, ale też wsparcie miejsc pracy, pracodawców w zakresie wyposażenia w materiały ochronne.

Na ten rok mamy ponad 32 mln zł, w przyszłym roku kwota będzie wyższa i będzie rosła – do 1 proc. funduszu wypadkowego.

Czyli starają się Państwo patrzeć na niepełnosprawność przez pryzmat możliwości, a nie ograniczeń?

Zdecydowanie. Obserwujemy pozytywną tendencję: jest coraz więcej osób, które energicznie i z zaangażowaniem korzystają z rehabilitacji, które widzą, jak cenny jest powrót do aktywności zawodowej. (...) Z naszych badań wynika, że powracalność do pracy zależy od momentu podjęcia rehabilitacji, tzw. wczesna

interwencja działa. Najbardziej efektywne jest natychmiastowe skierowanie przez lekarza POZ na rehabilitację; jest ono weryfikowane przez lekarzy ZUS-u i ustala się termin rehabilitacji – czas oczekiwania waha się od miesiąca do trzech miesięcy. W ramach drugiej ścieżki w trakcie kontroli pobierania zasiłku chorobowego lekarz orzecznik ZUS rekomenduje rehabilitację. Najmniej efektywna jest rehabilitacja, zastosowana gdy osoba zgłasza się już na badanie, ubiegając się o rentę z tytułu niezdolności do pracy. Im jednak wcześniej podjęta rehabilitacja, tym lepsze efekty.

Przyznam, że miło słyszeć, iż ZUS nie tylko wypłaca renty i emerytury... Takie działania są korzystne dla całej wspólnoty, zauważmy, że rehabilitacja jest bardziej efektywna społecznie niż płacenie świadczeń.

Myślę, że nasze środowisko, osób z niepełnosprawnością, musi nauczyć się wykorzystywać dostępne możliwości, które dają poczucie niezależności, jak np. praca, żeby nie przywyknąć do myślenia: „tylko renta...”

Dlatego chciałem podziękować za możliwość współpracy ze Stowarzyszeniem Przyjaciół Integracji. Fakt, że materiały wydawnictwa będą dystrybuowane w ZUS, będzie też okazją do pokazywania naszym klientom dobrych przykładów aktywności.

Bardzo dziękuję za spotkanie. ◆

Cały tekst rozmowy znajduje się na portalu niepełnosprawni.pl

Warto poznać działania instytucji wspierających osoby z niepełnosprawnością i śledzić strony internetowe, publikacje i poradniki, w których są informacje m.in. na temat uprawnień pracowników z niepełnosprawnością.

Uprawnienia pracownicze osób niepełnosprawnych zostały uregulowane w rozdziale 4 *Ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych* (Tekst jednolity: Dz.U. z 2011 r. nr 127, poz. 721 z późn. zm.), a także w rozporządzeniach wykonawczych do tej ustawy.

Omówione w niniejszym informatorze uprawnienia pracownicze przysługują osobie z niepełnosprawnością odpowiednio od dnia, od którego została wliczona do stanu zatrudnienia osób z niepełnosprawnością u danego pracodawcy.

1. Czas pracy

Czas pracy osoby niepełnosprawnej nie może przekraczać 8 godzin na dobę i 40 godzin tygodniowo.

Od 1 lipca 2014 r. czas pracy osoby niepełnosprawnej zaliczonej do znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności nie może przekraczać 7 godzin na dobę i 35 godzin tygodniowo.

Osoba niepełnosprawna nie może być też zatrudniona w porze nocnej i w godzinach nadliczbowych.

Stosowanie skróconych norm czasu pracy (7 godzin na dobę i 35 godzin tygodniowo) nie powoduje obniżenia wysokości przysługującego wynagrodzenia wypłacanego w stałej miesięcznej wysokości. Natomiast

pracownikowi, którego wysokość wynagrodzenia jest określona w stawce godzinowej, przechodzącemu na skrócony wymiar czasu pracy – należy stawkę wynagrodzenia zasadniczego odpowiednio podwyższyć (w stosunku, w jakim pozostaje dotychczasowy wymiar jego czasu pracy do czasu skróconego).

Wymienionych wyżej ograniczeń czasu pracy osób niepełnosprawnych nie stosuje się:

- do osób zatrudnionych przy pilnowaniu oraz
- gdy, na wniosek osoby zatrudnionej, lekarz przeprowadzający badania profilaktyczne pracowników lub, w razie jego braku, lekarz



Fot. Piotr Stanisławski

sprawujący opiekę nad tą osobą wyrazi na to zgodę. Koszty tych badań ponosi pracodawca.

2. Przerwy w pracy

Na podstawie art. 134 *Kodeksu pracy* wszystkim pracownikom, których dobowy wymiar czasu pracy wynosi co najmniej 6 godzin, przysługuje prawo do przerwy w pracy,

trwającej co najmniej 15 minut. Osobie niepełnosprawnej – bez względu na dobowy wymiar czasu pracy – przysługuje ponadto prawo do dodatkowej przerwy w pracy

w wymiarze 15 minut na gimnastykę usprawniającą lub na wypoczynek. Czas obu wymienionych powyżej przerw jest wliczany do czasu pracy.

3. Prawo do dodatkowego urlopu

Osobie zaliczonej do znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełno-

sprawności przysługuje dodatkowy urlop wypoczynkowy w wymiarze

10 dni roboczych w roku kalendarzowym. Prawo do pierwszego

urlopu dodatkowego osoba ta nabywa po przepracowaniu jednego roku następującego po dniu zaliczenia jej do jednego z tych stopni niepełnosprawności.

Urlop dodatkowy nie przysługuje natomiast osobie uprawnionej do

urlopu wypoczynkowego w wymiarze przekraczającym 26 dni roboczych lub do urlopu dodatkowego – w wymiarze 10 dni – na podstawie odrębnych przepisów. Jeżeli osoba niepełnosprawna jest uprawniona, na podstawie odrębnych przepisów,

do urlopu dodatkowego w wymiarze niższym niż 10 dni roboczych – zamiast tego urlopu przysługuje jej urlop dodatkowy z tytułu niepełnosprawności w wymiarze 10 dni.

4. Turnus rehabilitacyjny

Osoba zaliczona do znacznego lub umiarkowanego stopnia niepełnosprawności ma także prawo do zwolnienia od pracy w wymiarze do 21 dni roboczych w celu uczestniczenia w turnusie rehabilitacyjnym, nie częściej niż raz w roku.

Pracownik ubiegający się o udział w turnusie rehabilitacyjnym powinien uzyskać od lekarza sprawującego nad nim opiekę wniosek o skierowanie na taki turnus.

We wspomnianym wniosku lekarz określa rodzaj turnusu i czas jego trwania. Skierowanie na turnus rehabilitacyjny pracownik powinien

przedstawić pracodawcy w takim terminie, który umożliwi mu zapewnienie normalnego toku pracy w zakładzie pracy.

Podstawą wypłaty wynagrodzenia za czas zwolnienia od pracy w związku z pobytem na turnusie rehabilitacyjnym jest przedłożony pracodawcy dokument potwierdzający pobyt na turnusie (najczęściej jest to faktura), wystawiony przez jego organizatora.

Za czas omawianego zwolnienia od pracy pracownikom niepełnosprawnym przysługuje prawo do wynagrodzenia obliczonego tak jak

ekwiwalent pieniężny za urlop wypoczynkowy.

Zgodnie z obowiązującymi przepisami nie może dojść do kumulacji nieobecności w pracy z powodu korzystania z dodatkowego urlopu oraz zwolnienia od pracy w celu uczestniczenia w turnusie rehabilitacyjnym. W myśl wskazanej na wstępie ustawy łączny wymiar urlopu dodatkowego i zwolnienia od pracy w celu uczestniczenia w turnusie rehabilitacyjnym nie może przekroczyć 21 dni roboczych w roku kalendarzowym.

5. Dodatkowe uprawnienia

Pracownikowi niepełnosprawnemu legitymującemu się orzeczeniem o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności przysługuje ponadto zwolnienie od pracy w celu wykonania badań specjali-

stycznych, poddania się zabiegom leczniczym lub usprawniającym, a także w celu uzyskania zaopatrzenia ortopedycznego lub jego naprawy, jeżeli czynności te nie mogą być wykonane poza godzinami pracy. Za

czas zwolnienia od pracy pracownik zachowuje prawo do wynagrodzenia obliczonego tak jak ekwiwalent pieniężny za urlop wypoczynkowy.

6. Utrata zdolności do pracy na dotychczasowym stanowisku

Osobie zatrudnionej, która w wyniku wypadku przy pracy lub choroby zawodowej utraciła zdolność do pracy na dotychczasowym stanowisku, pracodawca jest obowiązany wydzielić lub zorganizować odpowiednie stanowisko pracy z podstawowym zapleczem socjalnym, nie później niż w okresie trzech miesięcy od daty zgłoszenia przez tę osobę gotowości przystąpienia do pracy. Zgłoszenie gotowości przystąpienia do pracy powinno nastąpić w ciągu miesiąca od dnia uznania osoby za niepełnosprawną.

Jeżeli wyłączną przyczyną wypadku przy pracy było naruszenie prze-

pisów w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy przez pracownika z jego winy lub w wyniku jego stanu nietrzeźwości – pracodawca jest zwolniony ze wskazanych wyżej obowiązków. ♦



Ty chronisz swój sprzęt. My chronimy Twoje dane.



Kaspersky Internet Security – multi-device.

Codziennie dbasz o swój sprzęt - kupujesz torby, pokrowce i obudowy, by Twoje urządzenia ciągle wyglądały jak nowe i działały sprawnie. My troszczymy się o dane - chronimy Twoją prywatność, pieniądze, tożsamość i rodzinę online. Ty i Kaspersky Lab to idealne połączenie bezpieczeństwa wszystkich Twoich urządzeń, niezależnie od tego, czy korzystasz z komputera PC, Mac czy smartfona lub tabletu z Androidem™.

▶ **POMYŚL O TYM. TAK JAK MY.**

ZESPÓŁ KASPERSKY LAB



KASPERSKY lab

kaspersky.pl

Prowadzimy internetowe serwisy tematyczne:

- ✓ sprawniwp pracy.pl
- ✓ finansebezbarier.pl
- ✓ kartaparkigowa.pl

Likwidujemy bariery architektoniczne

65 audytów architektonicznych przeprowadziliśmy w placówkach użyteczności publicznej i komercyjnych (2014)

Robimy audyty WWW

170 stron internetowych instytucji administracji państwowej i samorządowej oraz firm i organizacji przetestowaliśmy pod kątem ich dostępności (2014)

Promujemy dobre przykłady

64 osoby zostały wyróżnione w historii Konkursu „Człowiek bez barier” (od 2003 r.)



Więcej nas łączy, niż dzieli...



Realizujemy program TV „Integracja”

540 odcinków programu w całości poświęconego problemowi niepełnosprawności, a skierowanego nie tylko do osób z niepełnosprawnością, wyprodukowaliśmy od 1997 r.

Wydajemy magazyn „Integracja”

180 000 egzemplarzy przekazaliśmy Czytelnikom w 2014 r.

600 wolontariuszy dystrybuuje magazyn na terenie całego kraju

Wspieramy osoby z niepełnosprawnością w znalezieniu pracy

385 osób z niepełnosprawnością znalazło w 2014 r. pracę dzięki Centrom Integracja

1067 osób z niepełnosprawnością wsparliśmy w 2014 r. w poszukiwaniu zatrudnienia

Prowadzimy portal niepełnosprawni.pl

200 000 internautów odwiedzających portal miesięcznie

24 000 użytkowników forum

300 informacji publikowanych miesięcznie

Udzielamy porad w Centrach Integracja i poprzez infolinię 801 801 015

8343 porad natury prawno-socjalnej udzieliiliśmy w 2014 r. osobom z niepełnosprawnością, ich opiekunom i pracownikom wspierających ich instytucji

...dodaj do tego swój



KRS 0000 102 130