

PASJONATKA



**INTE
GRA
CJA** ^{lat}
25

BEZPŁATNY MAGAZYN DLA OSÓB
Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ,
ICH RODZIN I PRZYJACIÓŁ

UKAZUJE SIĘ OD 1994 ROKU

6/2019 (158)

**PIOTR
I PRZYJACIELE**

**ZMIANY
W 2020 ROKU**

**WIARA
I KOŚCIÓŁ**



ISSN 1232-8510

**CZŁOWIEK
BEZ BARIER 2019**

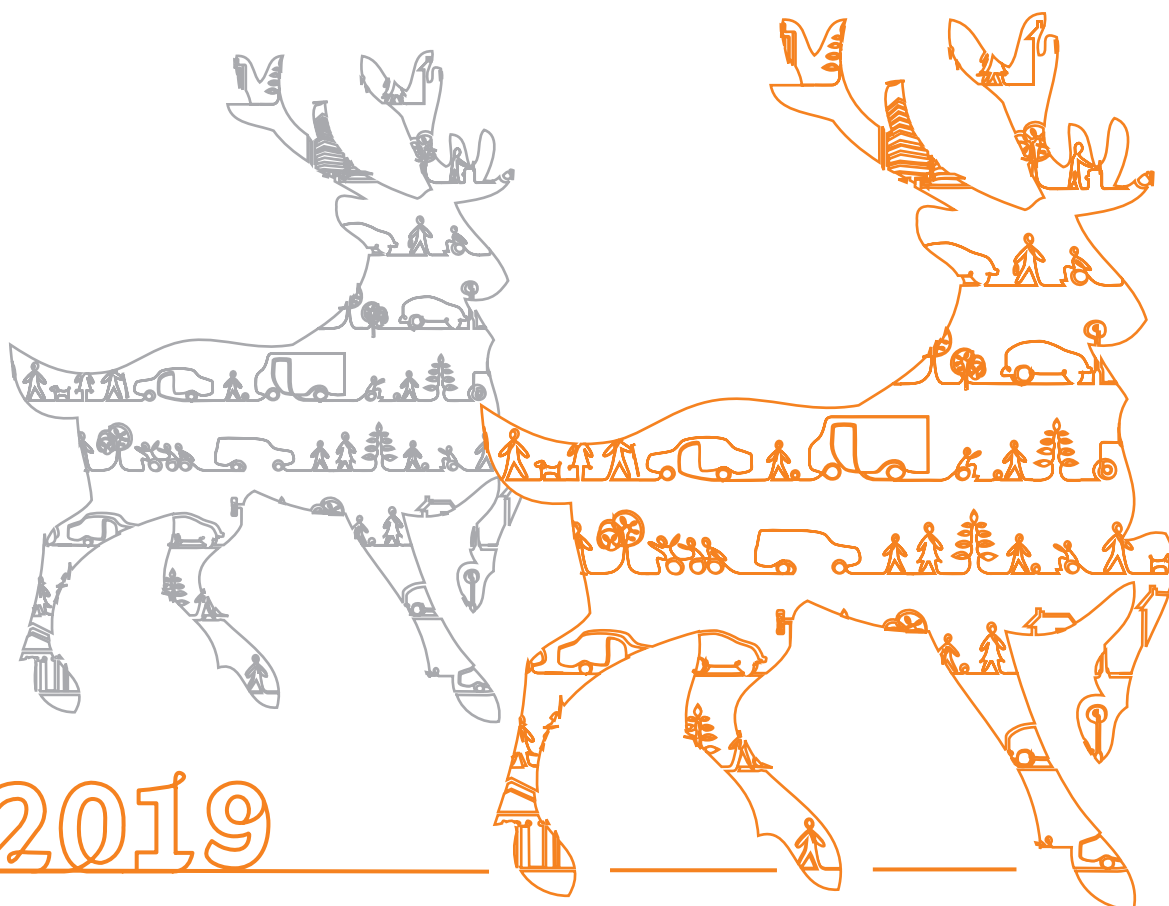
**SPOTKANIE
W METRZE**

**NOWE ŻYCIE
W MIEŚCIE**

niepelnosprawni.pl
www.integracja.org

Wyjątkowych Świąt
Bożego Narodzenia
oraz szczęścia w nadchodzącym
Nowym Roku 2020
wraz z serdecznymi podziękowaniami
za dotychczasową współpracę
i z nadzieją na dalsze
wspólne działania

Ewa Pawłowska
wraz z Zespołem Integracji



WESOŁYCH ŚWIĄT!

■ FAKTY I OPINIE

- 3. Od redaktora... • Przełom... Przeczytajcie...
- 4. Z kraju • W polityce, prawie, kulturze, sporcie, PFRON, regionie, ngo...
- 7. Jak zamówić „Integrację”?
- 8. Listy Czytelników
- 9. Medytacja • Boże Narodzenie i Nowy Rok

■ NASZE SPRAWY

- 10. Gość Integracji • Krzysztof Michałkiewicz, prezes PFRON
- 13. Poradnik obywatela • Zmiany w 2020 r.
- 15. Non stop dyżur • Co nas czeka?
- 16. 24. Wielka Gala Integracji
 - Z przeszłości w przyszłość

■ WARTO WIEDZIEĆ

- 20. Samo życie • Spotkanie w metrze
- 23. Rozkosze umysłu • Wdzięczność (nie) jest przereklamowana
- 24. Człowiek bez barier 2019 • 17. Konkurs
- 29. Linia wysokiego zaufania • Co dalej?
- 30. Premiera książki • *Piotr i Przyjaciele*
- 34. Życie religijne i duchowe
 - Niepełnosprawność w Kościele
- 40. Inny punkt widzenia • Módl się o wyzdrowienie
- 41. CIOP • Model wsparcia osób niepełnosprawnych w środowisku pracy
- 42. Praca i przygoda • Pasjonatka
- 44. Od teatru do serialu • ITAN w Krakowie
- 46. Po przeprowadzce • Nowe życie w mieście
- 50. Access City Award • Nagroda dla Warszawy!

■ ZDROWIE I ŻYCIE

- 51. Reportaż • A Wilk śpiewa...
- 54. Poradnik pacjenta • Nie lekceważ tych sygnałów
- 56. Dobre rozwiązania • Centrum Wsparcia Klienta

■ KULTURA I EDUKACJA

- 58. Tworzyć każdy może... • Pierwsze strzały talentu
- 60. Kalejdoskop • Książki i filmy
- 62. Prawnik odpowiada • Czytelnicy pytają
- 64. Dostępność Plus • Pieniądze na windy, podjazdy, likwidację barier...
- 65. Informator ZUS (29) • ZUS wypłaca nie tylko emerytury i renty



PRZEŁOM

Drodzy Czytelnicy i Przyjaciele Integracji, przed nami czas podsumowań, ale i nowych planów. Dziękuję Wam za słowa wsparcia, a Zespołowi Integracji za ogromne zaangażowanie. Za nami niełatwy rok, ciąg cyklicznych wydarzeń, które po raz pierwszy przygotowaliśmy i przeżyliśmy bez Piotra. Kontynuujemy szereg projektów, ale i rozpoczęliśmy w tym roku nowe działania. Wiem, że wszystko to dzieje się z niewytłumaczalną racjonalnie opieką Piotra. Daliśmy radę, Piotrze! Zrealizowaliśmy nawet nasze wielkie marzenie – książkę. *Piotr i Przyjaciele* jest o Tobie, Integracji i ludziach, których miałeś szczęście spotkać na swojej drodze. Czytelnicy mogą zdobyć tę książkę w konkursie, o którym więcej na s. 30–31 i na portalu Niepełnosprawni.pl.

KONIECZNIE PRZECZYTAJCIE

Sz szczególnie polecam materiał o Kościele dla wszystkich. Gratuluję autorce, Anecie Wawrzyńczak, wyjątkowej wrażliwości, zaufania bohaterów i taktownej ich obserwacji podczas stawiania pytań o jakość wiary i codzienne uczynki. Niech ten tekst towarzyszy nam nie tylko podczas świątecznych wypraw do kościołów. Niech podpowie, jak z ufnością i szacunkiem służyć człowiekowi.

Zachęcam do skorzystania z porad Julity Kuczkowskiej i „spróbowania” życia w Warszawie – właśnie nagrodzonej prestiżową Access City Award za starania o dostępność i wiele zmian na jej rzecz w bardzo krótkim czasie. W każdym wielkim mieście żyje się drożej, ale i pod wieloma względami łatwiej – jest tu bowiem przyjazna komunikacja i infrastruktura, łatwiej o pracę, ale też ciekawe życie kulturalne i towarzyskie. Łatwiej zdobyć wiedzę i nowy zawód. Życzę odwagi, chociaż na próbę!

Myślę, że inspiracją do śmiałych działań staną się niewidomi i niedowidzący aktorzy krakowskiego teatru ITAN, bohaterowie 13-odcinkowego serialu TVP „Pasjonaci” (od stycznia 2020 r.), w którym jedną z ról zagrała warszawianka Dorota Ziental ze swoim przewodnikiem Pako (są na okładce „Integracji”). W tym numerze Dorota i reżyser serialu opowiadają o projekcie i swoim życiu.

SERDECZNE ŻYCZENIA

Magiczny czas, w którym znalazły się niespodziewanie bohaterki reportażu Ilony Berezowskiej (s. 20–22), trwa i ma swoje kolejne etapy. Ta historia jest jak iskra, która rozpala serca i daje wiarę w ludzi. Nikt nie powinien być sam ze swoimi sprawami, nie tylko w Święta. Wszyscy potrzebujemy wsparcia. Jedni więcej, inni mniej. Wierzę, że jeszcze dużo dobra wyniknie z tej znajomości, która zaczęła się na stacji metra w drodze na tegoroczną Wielką Galę Integracji. Kibicujemy Monice i Małgorzacie. I włączamy się w proces zmiany życia Moniki, aby stała się niezależna, o czym marzy od lat.

Na czas odpoczynku świątecznego i nadchodzący 2020 rok składam Państwu życzenia, cytując św. Jana Pawła II: „Niech nasza droga będzie wspólna. Niech nasza modlitwa będzie pokorna. Niech nasza miłość będzie potężna. Niech nasza nadzieja będzie większa od wszystkiego, co się tej nadziei może sprzeciwiać”. ■

Ewa Pałowska, redaktor naczelna

W POLITYCE

FUNDUSZ SOLIDARNOŚCIOWY

21 listopada br. Sejm RP przyjął projekt ustawy zmieniającej Solidarnościowy Fundusz Wsparcia Osób Niepełnosprawnych w Fundusz Solidarnościowy, który oprócz finansowania programów wspierających osoby z niepełnosprawnością i ich opiekunów finansowałby m.in. wypłatę rent socjalnych i tzw. 13. emerytur. Zaniepokojeni przedstawiciele środowiska osób z niepeł-



nosprawnością domagają się dopisania do ustawy zapisów gwarantujących wydatki m.in. na opiekę wytchnieniową i usługi asystenckie – do czego przychylił się Senat RP.

Więcej na s. 13–14. (mr)



MINISTER MARLENA MALĄG

8 listopada 2019 r., premier Mateusz Morawiecki ogłosił skład nowego rządu. Stanowisko Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej objęła Marlena Maląg, dotychczasowa prezes PFRON, pełniąca tę funkcję od grudnia

2018 r. W ostatnich wyborach parlamentarnych Marlena Maląg zdobyła mandat posłanki, kandydując z list Prawa i Sprawiedliwości. W okręgu nr 36 (z siedzibą w Kaliszu) zdobyła 25 695 głosów. To trzeci wynik w jej okręgu wyborczym. (tp)

W PFRON



NOWY PREZES PFRON

15 listopada br. Krzysztof Michałkiewicz, dotychczasowy Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych (w latach 2015–2019), odebrał z rąk Minister Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej Marleny Maląg nominację na prezesa PFRON. Krzysztof Michałkiewicz był wcześniej m.in. ministrem pracy i polityki społecznej (2005–2006). Poza działalnością polityczną pracował w organizacjach społecznych, m.in. w Lubelskim Towarzystwie Dobroczynności, Lubelskim Stowarzyszeniu Organizatorów Pomocy Społecznej, Lubelskim Obserwatorium Problemów Społecznych. **Wywiad na s. 10–12.** (tp)

LAUREACI KONKURSU „OTWARTE DRZWI”

„Zasoby oraz poczucie piętna i dyskryminacji u osób chorujących psychicznie korzystających ze środowiskowych metod wsparcia”, „Rodzice dziecka zagrożonego niepełnosprawnością – (nie)obecność wsparcia”, „Adaptacja geograficzna atlasu Białorusi dla osób słabowidzących i niewidomych” oraz „Świat po omacku. Społeczne i kulturowe ramy relacji, praktyk i odczuć osób niewidomych” – to tytuły prac nagrodzonych w 16. już edycji konkursu PFRON „Otwarte drzwi”, w którym oceniane są prace magisterskie i doktorskie na temat niepełnosprawności. Na konkurs nadesłano 17 prac magisterskich i 11 doktorskich. Każda była analizowana pod kątem aktualności tematu i możliwości jej zastosowania w praktyce, a także wartości poznawczej i merytorycznej. (mr)



W SŁUŻBIE ZDROWIA W NOWYCH TECHNOLOGIACH

PEŁNOMOCNIK DS. REFORMY PSYCHIATRII DZIECI I MŁODZIEŻY

Prof. Małgorzata Janas-Kozik, kierownik Katedry Psychiatrii i Psychoterapii oraz Oddziału Klinicznego Psychiatrii i Psychoterapii Wieku Rozwojowego Wydziału Lekarskiego Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach, została Pełnomocnikiem Ministra Zdrowia ds. reformy w psychiatrii dzieci i młodzieży. Koordynowana przez nią reforma zakłada m.in. wprowadzenie trzech poziomów referencyjnych pomocy psychiatrycznej dla dzieci i młodzieży oraz mobilnych zespołów terapeutycznych, składających się z psychologów, terapeutów i psychoterapeutów. Będą oni świadczyć usługi w otoczeniu młodych pacjentów. (mr)

IMPLANT PO AMPUTACJI

Spersonalizowany implant ortopedyczny Custom-ITAP dla osób po amputacji nogi powyżej kolana to nowy projekt Pracowni Indywidualnych Implantów Medycznych łódzkiego Bionanoparku. Ma poprawiać jakość życia, zapewniać lepszą zdolność chodzenia i optymalny zakres ruchu. W ramach projektu implant będzie dopasowywany wytypowanym pacjentom po wcześniejszym wykonaniu tomografii komputerowej. Projekt jest współfinansowany ze środków Europejskiego Funduszu Rozwoju Regionalnego; jego wartość to ponad 6 mln zł, z czego dofinansowanie UE sięga ponad 5 mln zł. (mr)

W PROGRAMIE „DOSTĘPNOŚĆ PLUS”

300 MLN ZŁ DLA UCZELNI

Narodowe Centrum Badań i Rozwoju przeznaczy 300 mln zł na dofinansowanie 85 projektów, które zwiększą dostępność uczelni dla osób z niepełnosprawnością. Środki przyznano w ramach konkursu „Uczelnia dostępna” realizowanego w programie „Dostępność Plus”. Dzięki finansowaniu możliwe będzie wprowadzenie zmian organizacyjnych na uczelniach oraz podniesienie świadomości i kompetencji kadry, co przełoży się na zwiększenie dostępności oferty edukacyjnej. (red.)

ŚRODKI DLA INSTYTUCJI

Zaakceptowano założenia trzech nowych konkursów w programie „Wiedza Edukacja Rozwój”. Mają m.in. zwiększyć dostępność instytucji publicznych dla osób z niepełnosprawnością. Ich celem jest także wdrożenie nowatorskich rozwiązań wypracowanych w Inkubatorach Innowacji Społecznych, w jak największej liczbie organizacji. Upowszechniane innowacje mają wpłynąć na poprawę jakości życia osób z niepełnosprawnością, chorych, starszych i ich opiekunów. Budżet na te działania wynosi prawie 11 mln zł. (red.)

W REGIONACH



WARSZAWA NAGRODZONA

Stolica Polski otrzymała Access City Award – nagrodę dla europejskich miast, które są najbardziej przyjazne i dostępne dla osób z niepełnosprawnością, gwarantując równy dostęp do praw podstawowych, poprawiając jakość życia mieszkańców i zapewniając wszystkim – niezależnie od wieku, mobilności i umiejętności – równy dostęp do wszystkich zasobów i atrakcji miejskich. Nagroda jest przyznawana od 2010 r. przez Komisję Europejską we współpracy z Europejskim Forum Niepełnosprawności (European Disability Forum) i Europejską Platformę Osób Starszych (AGE Platform Europe). W zeszłym roku III miejsce w tym konkursie zajęła Gdynia.
Więcej na s. 50 (mr)



GDYNIA: NAGRODA IM. PIOTRA PAWŁOWSKIEGO

W dowód pamięci po Piotrze Pawłowskim, Honorowym Obywatelu i przyjacielu Gdyni, prezydent miasta ustanowił nagrodę jego imienia. Będzie przyznawana osobom, które wyznaczają w Polsce nowe standardy społeczne, zmieniają rzeczywistość oraz poszerzają świadomość społeczną. Zgłoszenia kandydatur do nagrody są przyjmowane do 31 stycznia 2020 r. Należy je przesłać na adres Urzędu Miasta Gdyni, al. Marszałka Piłsudskiego 52/54, 81-382 Gdynia z dopiskiem „Nagroda im. Piotra Pawłowskiego” lub złożyć w zamkniętej kopercie z dopiskiem „Nagroda im. Piotra Pawłowskiego” w Kancelarii Ogólnej Urzędu Miasta Gdyni. (inf. pras.)



PODLASKIE: MIESZKANIA WSPOMAGANE

Pięć tzw. mieszkań wspomaganych dla osób z niepełnosprawnością intelektualną ma powstać w 2020 r. w woj. podlaskim. To element pilotażowego projektu realizowanego przez Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej (ROPS) w Białymstoku, wspólnie z dwiema organizacjami z Suwalszczyzny: Stowarzyszeniem Inicjatyw Społeczno-Gospodarczych im. Króla Zygmunta Augusta w Augustowie oraz Polskim Stowarzyszeniem na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną w Suwałkach. Zakłada się, że każde mieszkanie pomieści od 2 do 5 osób, będzie miało opiekuna, a mieszkańcy pomoc terapeutyczną, psychologiczną i pedagogiczną. (red.)

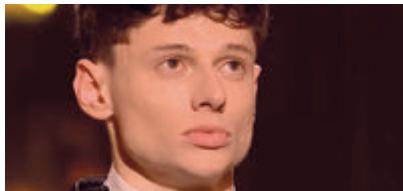
WARSZAWA: KLINIKA BUDZIK DLA DOROSŁYCH

Fundacja „Akogo?” rozpoczyna w Warszawie, tuż obok Mazowieckiego Szpitala Bródnowskiego, budowę Kliniki Budzik dla dorosłych. Prezes Fundacji Ewa Błaszczuk zapowiedziała, że w marcu 2020 r. zostanie wmurowany kamień węgielny, a klinika przyjmie pierwszych pacjentów w 2022 r. To pierwsza w Warszawie placówka dla dorosłych osób w śpiączce. Honorowy patronat nad przedsięwzięciem objęła żona prezydenta RP Agata Kornhauser-Duda. (red.)

W KULTURZE

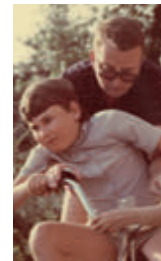
TOP MODEL

Dawid Woskian z Bielska-Białej, aktualnie mieszkający w Kozach, gdzie ukończył liceum ogólnokształcące, zwyciężył w ostatniej edycji programu „Top Model”, show telewizji TVN. Jego największą pasją jest street workout, czyli trening z wykorzystaniem elementów miejskiej zabudowy lub w specjalnych parkach do ćwiczeń, a największym marzeniem – bycie modelem. Dawid marzy, by udział w programie „Top Model” stał się trampoliną do świata mody. 20-letni zwycięzca ma zespół Tourette’a. (mr)



FILM O DOKTORZE JANASZKU

30 listopada br. podczas Przeglądu Polskich Filmów Fabularnych DEBIUTY odbyła się premiera filmu *Doktor Piotr*. Opowiada historię dr. Piotra Janaszka, lekarza i społecznika, który od lat 70. XX w. zmieniał życie osób z niepełnosprawnością. W dokumencie opowiadają o nim przyjaciele, uczestnicy słynnych obozów rehabilitacyjnych dla dzieci w Mielnicy i ludzie, z którymi współpracował. W filmie wykorzystano też fragmenty felietonów Piotra Janaszka. Dokument powstał dzięki wsparciu Samorządu Województwa Wielkopolskiego w ramach projektu „Ikony Wielkopolski” oraz Konińskiej Fundacji Kultury. Film jest dostępny na kanale YouTube. (inf. pras.)



W NGO

NAGRODY „DLA DOBRA WSPÓLNEGO”

Po raz czwarty przyznano nagrody Prezydenta RP w Konkursie „Dla Dobra Wspólnego”. Laureatami zostali: założycielka Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną Krystyna Mrugalska, Fundacja Spina z Katowic, pomagająca dzieciom i dorosłym z rozszczepem kręgosłupa, i Cafe Równik, wrocławska kawiarnia, w której pracują osoby z niepełnosprawnością. Nagrodę specjalną, nazwaną w tym roku imieniem śp. Piotra Pawłowskiego, otrzymała założycielka Kliniki Budzik i prezes Fundacji „Akogo?” Ewa Błaszczuk. Nagrodę wręczyła prezes Integracji Ewa Pawłowska. (red.)

W SPORCIE

SPORTOWIEC ROKU!

Pływak Jacek Czech został Sportowcem Roku 2019 w 1. Plebiscycie Polskiego Komitetu Paraolimpijskiego. Trenerem Roku wybrano Andrzeja Ochala (tenis stołowy), a Organizacją Roku – Fundację Złotowianka. Laureaci otrzymali statuetki im. Sir Ludwiga Guttmanna. (ib)



PIOTR I PRZYJACIELE

Podczas gali 17. Konkursu „Człowiek bez barier 2019” w Zamku Królewskim w Warszawie miała premierę książka Integracji: *Piotr i Przyjaciele* – zbiór ponad 100 opowieści, wspomnień, anegdot i refleksji osób związanych życiowo, zawodowo, towarzysko i społecznie z Piotrem Pawłowskim, założycielem i prezesem Integracji, którego 1. rocznica śmierci minęła w październiku br. W książce zamieszczono blisko 400 fotografii z archiwów Integracji i prywatnych, kalendarium 25-lecia Integracji i niepublikowane *Abecadło Pawłowskiego*, przygotowane przez niego w 2016 r. z okazji swoich 50. urodzin. **Więcej na s. 30–33.** (as)

W INTEGRACJI

CZŁOWIEK BEZ BARIER 2019

Zwycięzcą 17. Konkursu „Człowiek bez barier”, organizowanego przez Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji, został Wojciech Kowalczyk z Legionowa, któremu czytelnicy portalu przyznali również Nagrodę Publiczności. Tytuł „Osobowość Internetowa” otrzymał Kamil Kowalewicz, a Nagrodę Specjalną – Paulina Malinowska-Kowalczyk. Gala wręczenia nagród odbyła się w Zamku Królewskim w Warszawie 3 grudnia 2019 r. Honorowym patronatem Konkurs objęła Małżonka Prezydenta RP Agata Kornhauser-Duda. **Więcej na s. 24–28.** (red.)

24. WIELKA GALA INTEGRACJI

Blisko 3 tys. osób bawiło się 16 listopada br. podczas 24. Wielkiej Gali Integracji. Wydarzenie – pod honorowym patronatem Prezydenta RP Andrzeja Dudy – było okazją do podsumowania 25 lat działalności Integracji i jej założyciela, śp. Piotra Pawłowskiego, ale też zaprezentowania planów Integracji na przyszłość. Gwiazdą wieczoru był zespół De Mono, którego koncert poprzedziły minirecitale Darka Malejonka, Doroty Osińskiej i Julii Bartosiak. Galę prowadzili: Beata Wachowiak-Zwara, Ewa Pawłowska i Tomasz Wolny. **Więcej na s. 16–19.** (red.)



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
Infolinia: 801 801 015

REDAKCJA

redaktor naczelna Ewa Pawłowska
sekretarz redakcji Agnieszka Sprycha
listy Janka Graban

dziennikarze Beata Dąbłaż, Mateusz Różański
Centrum Integracja Ewa Szymczuk
opracowanie graficzne Piotr Janiszewski
korekta Anna Postawska

WSPÓŁPRACOWNICY

Jan Arczewski, Ilona Berezowska, o. Bernard,
Sylvia Błach, Angela Greniuk, Jacek Hołub,
Agata Jabłonowska-Turkiewicz, Julita Kuczkowska,
Róża Matuszewska, Hanna Pasterny,
Dorota Próchniewicz, Tomasz Przybyszewski,
Anita Siemaszko, Piotr Stanisławski, Emilia Traczyk,
Julia Torla, Aneta Wawrzyńczyk, Jola Wiszowata

REKLAMA

Aneta Dąbrowska-Kodym, tel.: 505 602 722
e-mail: reklama@integracja.org

DYSTRYBUCJA, REKLAMACJE WYSYŁKI

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

Infolinia: 67 21 08 650
e-mail: mmichalik@quad.com

DRUK

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

OBSŁUGA INTERNETOWA



„INTEGRACJĘ” WSPIERA



PROJEKT WSPÓŁFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW



PARTNER

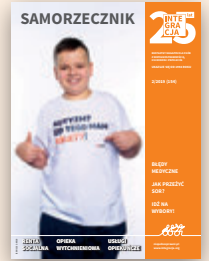


NAKŁAD 30 000 egz.

Redakcja nie zwraca tekstów niezamówionych.
Zastrzegamy sobie prawo skracania, zmiany tytułów i redagowania tekstów.
Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada.
Copyright © Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji 2019.
Przedruk tylko za zgodą Wydawcy.

Okładka: Dorota Ziental | Jej pies przewodnik Pako; fot. Jarosław Czyrko, archiwum Doroty Ziental | Fundacji Vis Maior

Zamów już dziś!



BEZPŁATNIE!

Wszyscy Czytelnicy i Przyjaciele Integracji, którzy chcą wesprzeć nasze działania, mogą wpłacać dowolne kwoty na cele statutowe Stowarzyszenia Przyjaciół Integracji, na nr konta:

05 1600 1462 1815 1544 4000 0019

Zapraszamy także urzędy, szkoły, poradnie, organizacje pozarządowe... do zamawiania bezpłatnej prenumeraty pojedynczych numerów „Integracji” lub dołączenia do wyjątkowego grona naszych wolontariuszy dystrybuujących pismo, czyli do **PACZKI INTEGRACJI** (od 25 do 100 egz.).

Zgłoszenia prenumeraty i do Paczki Integracji:

agnieszka.sprycha@integracja.org
tel.: 519 066 481

Zgłoszenia tylko do Paczki Integracji:

mmichalik@quad.com
tel.: 67 21 08 650

Więcej informacji:

Niepelnospawni.pl
www.integracja.org/informujemy/
magazyn-integracja



na Facebooku
www.facebook.pl/integracja



na Twitterze
@Niepe_pl



na Instagramie
fundacijaintegracja



na YouTube
integracjatv

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





CZEKAMY NA WASZE LISTY

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

Kochani Czytelnicy, witajcie serdecznie w ostatnim numerze mijającego roku. Już w blokach startowych lub w opłótkach 2020 r. Pamiętajcie, że według starej maksy – jaki Nowy, taki cały rok.

Korzenie święta Nowego Roku sięgają tradycji antycznej i kalendarzy rzymskich. W 46 r. przed narodzeniem Chrystusa został wprowadzony jako obowiązujący kalendarz juliański, reformatora Juliusza Cezara. Według tego kalendarza do dziś obchodzą święta wyznawcy prawosławia i grekokatolicy. W końcu XVI w. papież Grzegorz XIII zreformował kalendarz, który na jego cześć nazwano gregoriańskim. Nowy Rok jako odrębne święto figuruje w tym kalendarzu obchodzony jest od 1630 r. Do życzeń – aby nikt nie był samotny nie tylko w świąteczny czas oraz do siego roku! – dołączam fragment wiersza Adama Mickiewicza. Utwór powstał ostatniego dnia 1823 r. w klasztorze oo. bazylianów w Wilnie, gdzie poeta był więziony, a później skazany na zesłanie: „Skonał rok stary! Z jego popiołów wykwita/Feniks nowy już skrzydła roztacza na niebie,/Świat go cały nadzieją i życzeniem wita:/Czegóż w tym nowym roku żądać mam dla siebie?//Może chwilek wesółtych? – Znam te błyskawice;/Kiedy niebo otworzą i ziemię ozłocą,/Czekamy wniebowzięcia (...)”

MIEĆ OCZY I GŁOWĘ OTWARTĄ

Jestem inżynierem, na co dzień zajmuję się budownictwem, potrzebuję informacji o tym, jaką wysokość należy przyjąć odnośnie do wysokości wzroku dziecka na wózku (znalazłam tylko informację dot. osób dorosłych, gdzie przyjmuje się wysokość oczu na poziomie 125 cm). Oczywiście zdaję sobie sprawę, że w zależności od wieku wysokość ta będzie różna, ale jaki zakres należy przyjąć? Nie chcę przy tym ograniczać grupy docelowej, zatem proszę o widelki, tj. od jakiej do jakiej wysokości mogą znaleźć się oczy osoby na wózku w różnym wieku, w przedziale od 3 do 100 lat.

Honorata J.

■ **OD REDAKCJI:** Oto przygotowana dla Pani odpowiedź naszego eksperta Kamila Kowalskiego, Dyrektora Integracji LAB. Od siebie dodam, że życie nie do końca daje się pozamykać w liczbach, centymetrach, odległościach, paragrafach itd. Oczywiście szeroko pojęta dostępność wymaga profesjonalizmu, ale jednocześnie wrażliwości i otwartego umysłu, a czasem zwykłej rozmowy z osobami, dla których jest projekt. Oddaję głos specjalistom: „Nie ma gotowej odpowiedzi na Pani pytanie. Oś linii wzroku jest pochylona w dół o 10–15 stopni, a pole widzenia obejmuje około

30 stopni (po 15 stopni w górę i w dół od osi). Wszystko zależy więc, od tego, co Pani chce zaprojektować. Tak jak Pani zauważa, jest to parametr zależny od wieku, ale również używanego wózka (poziomu siedziska). Parametr ten dla różnych osób może bardzo się od siebie różnić.

Określenie odpowiednich parametrów wymaga:

- określenia grupy wiekowej;
- sprawdzenia w tablicach antropometrycznych, na jakiej wysokości względem siedziska znajduje się poziom wzroku; w tablicach będą podane wartości dla najniższej, średniej i wysokiej dziewczynki oraz najniższego, średniego i wysokiego chłopca;
- sprawdzenia u producenta, na jakim poziomie będzie znajdowało się siedzisko wózka zależnie od wzrostu;
- ustalenia na podstawie zebranych danych, na jakiej wysokości znajdzie się poziom wzroku;
- określenia na podstawie poziomu wzroku pola widzenia;
- dobrania odpowiednich parametrów w zależności od tego, co będzie projektowane.

Proszę zauważyć, że również dla osoby dorosłej błędem jest przyjęcie jednej wartości. Inny poziom wzroku ma niska kobieta, a inny – wysoki mężczyzna.

Boże Narodzenie i Nowy Rok

Br. Bernard, zakonnik w klasztorze oo. benedyktynów w Tyńcu

Życie coraz bardziej wychodzi z ram, w które chcemy je zamknąć. Taka jest jego natura, ale jednak wciąż nie możemy się do tego ostatecznie przyzwyczaić. Narzekamy więc na nieznośne czasy, na swoje ograniczenia, brak szczęścia itd. W takim kontekście Boże Narodzenie, a tym bardziej Nowy Rok stają się jedynie okazją do powiększenia przeżywanej frustracji. Jak wszystkie tradycyjne święta, swoim powrotem przypominają miniony czas, sugerują podsumowania czy oceny. Ich natura, począwszy od najstarszych tradycji religijnych, miała zawsze na celu właśnie taką cykliczną retrospekcję. Bo to jest rola religii – „wyrwanie” człowieka z linearnej nieuchronności czasu, ostatecznie niosącej tylko przemijanie i śmierć.

Powrót Bożego Narodzenia powinien być więc jasnym punktem na – może coraz ciemniejszej – mapie naszego życia. Podobnie z Nowym Rokiem, który zawsze jakoś się z Bożym Narodzeniem łączy – ten sam klimat, ta sama atmosfera. Owszem, dla sfrustrowanych i rozpaczonych może nie do zniesienia, a jednak inna, niezwykła. Może trzeba ją nam na nowo odkryć – tak jak pozytywny aspekt cykliczności zwyciężającej dramatyczną linearność?

Nasze kłopoty ze światem pozbawiają nas zdolności pełnego doświadczenia niezwykłej atmosfery. I nie chodzi tu bynajmniej o tani sentymentalizm albo o ucieczkę w sztucznie wywołane doznania, które mają pocieszyć w smutkach. Raczej o zdolność zatrzymania się, spojrzenia z dystansem na niełatwy bieg zdarzeń. Właśnie po to są Święta będące, jak sama nazwa wskazuje, konsekwencją świętości. Ta ostatnia, jak pokazują

etnologowie czy antropologowie, to po prostu sfera wydzielona z codzienności, nieskażona nią.

Oczywiście ta techniczna i minimalistyczna definicja nie pokazuje całego potencjału pojęcia czy doświadczenia świętości, ale warto ją przytoczyć, by Święt nie stracić. Bo ich charakter, czyli także niepowtarzalna atmosfera, są dzisiaj mocno zagrożone. Próbuje się pod nie podszyć coraz bardziej wyrafinowane i nachalne działania komercyjne. I niestety, robią to coraz skuteczniej. Może też dlatego, że im pomagamy, zatracając poczucie święteczności.

Ciekawe, że na początku Adwentu, czyli liturgicznego przygotowania do Bożego Narodzenia, papież Franciszek napisał list apostolski o... żłóbku. Tekst ten można by nazwać traktatem o wadze świętecznej atmosfery, która ma swój czas, dynamizm, charakter – ale i ważną rolę do odegrania. Żłóbek, dla którego skądinąd jest coraz mniej miejsca w sferze publicznej, w ujęciu papieża okazuje się katalizatorem obietnicy rozwiązania niemożliwych spraw. Przez niego przepływają nasze sprawy, troski, wyrażone w figurkach postaci, zwierząt czy przedmiotów tworzących właśnie atmosferę żłóbka. Choć tak naprawdę to on sam jest odpowiedzialny za atmosferę Święt. Jest jej punktem zaczepienia, symbolem, kondensacją.

A atmosfera jest istotna. Nie tylko ta święteczna. Jak pokazują niektórzy współcześni filozofowie, to, co najistotniejsze między ludźmi, jest właśnie atmosferą: więź, wzajemne zaangażowanie, możliwości czy nawet początek zbliżenia lub współpracy. Są to momenty wymykające się



opisom czy regułom. Po prostu nowa jakość pomiędzy dwoma podmiotami. „Razem” powstające z dwóch (lub więcej) „osobno”. Święta są po to, by na nowo odkryć piękno i moc atmosfery. Jak to zauważył jeden z XIX-wiecznych teologów, Boże Narodzenie ma swój smak właśnie dzięki niepowtarzalnej atmosferze bliskości, wspólnego śpiewu, wspólnej radości. Są to przeżycia nieporównywalne z innymi. Atmosfera pozwala zintegrować doświadczenie wiary, uczynić je żywym. Atmosfera pasterki w wigilijną noc oczyszcza i przemienia. Tak samo atmosfera łamania się opłatkiem albo znajdowania prezentów pod choinką. Wchodzimy w inny świat, tak różny od tego rozpaczliwego, otaczającego nas na co dzień. Czyż nie jest nam w nim dobrze? Jeśli tak – to czemu nie miałby być prawdziwy, bardziej realny od masakry, w której żyjemy?

Może więc świętość to jest nasze prawdziwe i niczym niezmałowane szczęście? Jeśli tak, to Boże Narodzenie jest nie tylko tradycją, lecz i rzeczywistością, która zaprasza, czeka. Bo atmosfera „potrzebuje” drugiego człowieka, zaangażowania, współpracy... A atmosfera Bożego Narodzenia jest najpiękniejsza, bo i sprawa jest niezwykła: spotkanie z Bogiem na Ziemi. W takiej perspektywie każdy Nowy Rok jest darem i okazją do dziękczynienia... ■

PREZES PFRON



O pracy i stażach w firmach i instytucjach, o programach na rzecz aktywizacji zawodowej młodych ludzi, pułapce rentowej, rehabilitacji kompleksowej, reformie orzecznictwa i współpracy z organizacjami pozarządowymi – rozmawiamy z Krzysztofem Michałkiewiczem, prezesem Zarządu PFRON, a w latach 2015–2019, Pełnomocnikiem Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych.



Ewa Pawłowska
prezes Integracji
redaktor naczelna
magazynu „Integracja”



Tomasz Przybyszewski
szef mediów Integracji
dziennikarz, sekretarz redakcji
portalu Niepełnosprawni.pl

Ewa Pawłowska, Tomasz Przybyszewski: Panie Prezisie, przez cztery lata pełnił Pan funkcję Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych i od podszewki zna Pan potrzeby osób z niepełnością oraz sposoby ich zabezpieczenia przez państwo. Jakie są Pana obserwacje i wnioski? W jakim miejscu jesteśmy?

Krzysztof Michałkiewicz: Świat się zmienia bardzo szybko, także sytuacja osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności jest dzisiaj inna niż kilka czy kilkanaście lat temu. Ich potrzeby się zmieniają, a my staramy się na nie odpowiadać. Zdajemy sobie sprawę, że czasem jesteśmy krok za tym, co nowoczesne czy aktualne. Osoby z niepełnosprawnościami mają różne potrzeby i to, co jeszcze kiedyś było wystarczające, niekoniecznie jest takie obecnie. Musimy zatem cały czas dostosowywać nasze działania do zmieniających się potrzeb i oczekiwań osób z różnymi niepełnosprawnościami.

TP: Jedną z tych potrzeb jest praca. Obecnie poziom zatrudnienia osób z niepełnosprawnością w Polsce oscyluje w granicach 30 proc. To dużo, ale wciąż wiele nam brakuje do krajów Europy Zachodniej. Co PFRON może zrobić, aby poziom zatrudnienia w Polsce nadal rósł?

KM: Podejmujemy różnego rodzaju działania i realizujemy wiele programów, które mają – z jednej strony zwiększyć atrakcyjność osób niepełnosprawnych na rynku pracy, a z drugiej – także je zachęcać, żeby podjęły to wyzwanie, bo dla wielu podjęcie pracy jest wyzwaniem. Uważamy, że obecna sytuacja na rynku pracy – niski poziom bezrobocia – daje szansę, żeby osoby niepełnosprawne łatwiej znajdowały pracę i by nie martwiły się, że sobie w niej nie poradzą. To często świetni i bardzo zmotywowani pracownicy, którzy chcą pokazać, że ich praca wcale nie jest gorsza od innych.

TP: W Polsce od paru lat mamy sytuację trochę nietypową. Bezrobocie jest rzeczywiście minimalne, natomiast wśród osób z niepełnosprawnością jest wiele rąk do pracy. Od lat diagnozujemy jednak różne bariery na rynku pracy osób z niepełnosprawnością. Które według Pana są największe?

KM: Nie ukrywam, że wyzwaniem jest dla nas nie tylko zapewnianie osobom niepełnosprawnym dostępności stanowisk pracy czy zachęcanie ich



do podjęcia zatrudnienia. Przede wszystkim chcemy, żeby to były dobre miejsca, żeby osoby niepełnosprawne nie wykonywały najprostszych prac, w których wystarczą niskie kwalifikacje. Osoby niepełnosprawne mają swoje plany, marzenia i możliwości oraz posiadają wiele umiejętności i wysokich kompetencji. Bardzo wiele z nich przecież studiuje oraz podnosi kompetencje. Zależy nam, żeby miejsca pracy odpowiadały ich potrzebom, oczekiwaniom i umiejętnościom, a jednocześnie, aby były stabilne i dobre.

Uruchomiliśmy szereg programów, m.in. „Absolwent”, które mają pomóc znaleźć pracę po ukończeniu studiów. Mamy też program „Stabilne zatrudnienie”, ponieważ uważamy, że osoby niepełnosprawne mogą świetnie pracować i być doceniane w administracji publicznej – centralnej czy samorządowej. Ten program wprowadza m.in. staże w instytucjach rządowych. Współpracujemy też stale z pracodawcami, żeby zachęcać ich do zatrudniania osób z niepełnosprawnościami.

TP: PFRON podpisuje porozumienia z instytucjami i dużymi firmami. Jakie są efekty tych działań i jakie perspektywy? Czy będą podpisywane kolejne porozumienia?

KM: Tak. Zauważamy bowiem, że w polskich firmach jest coraz więcej zrozumienia dla niepełnosprawności. Wrażliwość na to, aby w swojej załodze mieć także pracowników niepełnosprawnych, jest coraz większa. Możliwość podpisania porozumienia z Państwowym Funduszem Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych jest dla pracodawców powodem do dumy. W ten sposób pokazują swoją społeczną odpowiedzialność, wrażliwość i empatię.

TP: Może Pan zdradzić, z jakimi kolejnymi podmiotami porozumienia będą podpisywane?

KM: Cały czas rozmawiamy z różnymi firmami. Zaawansowane rozmowy mamy z Polską Agencją Rozwoju Przedsiębiorczości, która jest właścicielem wielu przedsiębiorstw. Szukamy nowych partnerów, bo uważamy, że jest to korzystne dla obu stron: osób niepełnosprawnych, jak również przedsiębiorców.

TP: Ważnym działaniem Funduszu jest pilotażowy projekt rehabilitacji kompleksowej – wzorowany

na zagranicznych doświadczeniach, ale tak naprawdę oparty na polskiej szkole rehabilitacji z lat 50. i 60. XX w. Kiedyś to Polska wyznaczała standardy w tej dziedzinie. Jak Pan ocenia potencjał tego rozwiązania?

KM: Popieram je w 100 procentach. Choć to forma kosztowna, to kompleksowa rehabilitacja jest bardzo efektywnym sposobem myślenia o osobach, które z różnych względów wypadły z rynku pracy; w wyniku wypadku czy choroby stały się niezdolne do kontynuowania zatrudnienia. W ramach trzech etapów rehabilitacji: medycznej, psychospołecznej i zawodowej odbudowujemy w człowieku wysoką samoocenę, przekonujemy go, że ma ogromne możliwości i może się realizować, jeżeli nie w swoim zawodzie, to w innym.

TP: Jeżeli ten pilotaż się sprawdzi, to będzie Pan zwolennikiem wprowadzenia na stałe tego typu rozwiązań?

KM: Ważne, że ten pilotażowy program jest realizowany z Zakładem Ubezpieczeń Społecznych. Także ZUS-owi zależy bowiem na tym, żeby osoby, które z różnych powodów wypadły z rynku pracy, wracały do aktywności zawodowej. Uważam, że nasze partnerstwo będzie przynosiło dobre efekty.

TP: Od wielu lat pojawia się i budzi obawy w różnych środowiskach temat zmian, które miałyby skutkować utratą przez PFRON osobowości prawnej. Czy obecnie jest rozważane takie rozwiązanie?

KM: Trudno jest mi antycypować, co ustawodawca będzie chciał realizować w nowej kadencji parlamentu. Uważam jednak, że PFRON dobrze służy osobom niepełnosprawnym i środowisku osób niepełnosprawnych zależy na tym, żeby ten instrument nie przestał funkcjonować. Istnienie PFRON-u ma dla nich szczególną wartość. To dowód, że państwo o nich pamięta, myśli o nich i jest otwarte na ich potrzeby.

TP: Jakiś czas temu trwały prace nad reformą systemu orzekania. Czy Pana zdaniem powinno się tę sprawę doprowadzić do końca? Czy może nie jest potrzebna aż taka rewolucja?

KM: Wspomniane prace prowadził już trzeci w historii zespół powołany do opracowania reformy systemu

Ważnym partnerem aktywizacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych są organizacje pozarządowe.

orzekania. Prace poprzednich, w przeciwieństwie do ostatniego, zakończyły się bez wypracowania jakichkolwiek rozwiązań. Zmiana orzecznictwa wymaga szerokiej debaty publicznej. Reforma, żeby mogła być wprowadzona, musi być dobrze przygotowana i poprzedzona szeroką dyskusją ze społeczeństwem.

EP: Ważnym partnerem aktywizacji zawodowej i społecznej osób z niepełnosprawnością są organizacje pozarządowe. Warto podkreślić, że udało się ostatnio PFRON-owi zapewnić płynność finansowania realizowanych przez organizacje projektów. Co jednak można zrobić, aby organizacje były faktycznym partnerem i nie drżały z roku na rok, czy otrzymają projekty do realizacji?

KM: Poza dofinansowaniami do rynku pracy osób niepełnosprawnych PFRON przekazuje pieniądze do samorządów powiatowych i wojewódzkich. Uważamy, że to one najlepiej wiedzą, co ich niepełnosprawnym mieszkańcom jest najbardziej potrzebne. Jednak naturalnym partnerem Funduszu są też organizacje pozarządowe. Coraz więcej organizacji wnioskuje o finansowanie swoich statutowych działań. Trzeba pamiętać, że bezpośrednim partnerem trzeciego sektora powinny być samorządy – to one bowiem mają wpisane w swoje zadania zaspokajanie potrzeb mieszkańców wspólnoty samorządowej.

Ogromnie się cieszę, że coraz więcej osób niepełnosprawnych zakłada stowarzyszenia i fundacje. Jest to ważna forma aktywności obywatelskiej, społecznej, a często również zawodowej. Nie ukrywam, że w swoim życiu sam byłem aktywny w sektorze pozarządowym – czy jako inicjator, czy prezes w różnych organizacjach.

Uważam, że zaangażowanie w trzeci sektor to doświadczenie potrzebne każdemu obywatelowi. Do tego czymś naturalnym i oczywistym powinien być wolontariat. Każdy powinien część swojego wolnego czasu poświęcić na działalność charytatywną albo społeczną.

EP: Ze środków Funduszu samorządy wspierają indywidualne potrzeby osób z niepełnosprawnością. Potrzeb jest zawsze więcej niż środków, ale tradycyjnie wina za ten stan rzeczy zrzucana jest na PFRON. Co można zrobić, żeby więcej osób było zadowolonych?

KM: Rzeczywiście, z jednej strony cieszymy się, że jest coraz więcej osób, które mają pomysły na swoją aktywność i chcą realizować swoje pasje oraz marzenia, ale z drugiej strony liczymy na większe zaangażowanie samorządów, żeby lepiej zaspokajały potrzeby swoich niepełnosprawnych mieszkańców.

Będziemy także pracować nad nową perspektywą finansową Unii Europejskiej, żeby dostrzegą potrzeby niepełnosprawnych obywateli. Chcemy, żeby wszystkie środki przeznaczone na wsparcie osób z niepełnosprawnościami były wykorzystywane efektywnie i racjonalnie. Nawet przy niewielkich środkach można uczynić wiele dobra, a trzeba pamiętać, że potrzeby są naprawdę duże.

EP: PFRON jest też zaangażowany w program „Dostępność Plus”. To m.in. transport indywidualny w systemie „door-to-door” czy likwidacja barier w budynkach mieszkalnych.

KM: Od samego początku jestem wielkim entuzjastą rządowego programu „Dostępność Plus”. Dobrze wiem, jak istotna jest owa dostępność.

Wymyśliłem kiedyś dom pomocy społecznej dla osób niepełnosprawnych fizycznie, byłem potem jego dyrektorem. Mieszkało tam 100 osób na wózkach, większość miała wózki elektryczne i jeździła po całej okolicy. Niedaleko był bazarek i sklepy, a przy przejściach dla pieszych poobniżane krawężniki. Nieco później mieliśmy tam małżeństwo – pan był niewidomy. Dla niego brak krawężnika był istotną sprawą, bo nie wiedział, gdzie kończy się chodnik, a gdzie zaczyna jezdnią. Dopiero wtedy zrozumiałem, że likwidowanie barier nie jest takie proste. To, co dla jednych jest barierą, drugim może pomóc funkcjonować niezależnie. Ten sam krawężnik może być szansą i zarazem przeszkodą nie do pokonania.

Cieszę się, że doświadczenia środowiska osób niepełnosprawnych w identyfikowaniu i pokonywaniu barier są wykorzystywane także dla osób ze specjalnymi potrzebami, aby ułatwić im życie. PFRON mocno zaangażował się w program i ustawę o dostępności. Na przykład projekt „door-to-door” ma ułatwiać ludziom najbardziej niesprawnym dotarcie do lekarza, miejsca pracy czy instytucji kultury. Inny realizowany przez PFRON projekt – szkolenia dla 5 tys. pracowników transportu zbiorowego – to z kolei szansa na przyjazne korzystanie z komunikacji publicznej przez osoby niepełnosprawne. Chcemy, aby pracownicy transportu zbiorowego umieli identyfikować potrzeby niepełnosprawnych pasażerów. Podróż w środkach transportu może być wygodna.

EP: Oby tych światełek było jak najwięcej. Dziękujemy za rozmowę.

KM: Ja również dziękuję za rozmowę, a z okazji Świąt Bożego Narodzenia wszystkim osobom z różnymi niepełnosprawnościami życzę, aby był to dla nich czas nadziei, radości i życzliwości innych. Niech w nadchodzącym roku spełnią się wszystkie Państwa plany i marzenia. ■



ZMIANY W 2020 ROKU

Wyższe świadczenie pielęgnacyjne, wyższa płaca minimalna, waloryzacja rent – na jakie zmiany w przepisach mogą liczyć w nadchodzącym roku osoby z niepełnosprawnością?



Beata Dązbłaż
dziennikarka „Integracji”
i redaktorka portalu
Niepełnosprawni.pl

ŚWIADCZENIE PIELĘGNACYJNE

Kwota świadczenia pielęgnacyjnego jest co roku waloryzowana o wskaźnik wzrostu płacy minimalnej.

Od 1 stycznia 2020 r. będzie to 1830 zł miesięcznie „na rękę”. Świadczenie przysługuje:

- ▶ matce albo ojcu dziecka z niepełnosprawnością,
- ▶ opiekunowi faktycznemu dziecka,
- ▶ osobie będącej rodziną zastępczą spokrewnioną, w rozumieniu *Ustawy z dnia 9 czerwca 2011 r. o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej*,
- ▶ innym osobom, na których zgodnie z *Ustawą z dnia 25 lutego 1964 r. – Kodeks rodzinny i opiekuńczy* ciąży obowiązek alimentacyjny, z wyjątkiem osób o znacznym stopniu niepełnosprawności w sytuacji rezygnacji z zatrudnienia lub gdy nie podejmuje się pracy w celu sprawowania opieki nad osobą z niepełnosprawnością, powstałą do 18. r.ż. lub do 25. r.ż. (gdy dziecko było w trakcie nauki).

PŁACA MINIMALNA

W 2020 r. minimalne wynagrodzenie wzrośnie do poziomu 2600 zł brutto (2250 zł brutto wynosiło w 2019 r.).

Prawie 14 proc. zatrudnionych Polaków otrzymuje płacę minimalną.

Wzrośnie także minimalna stawka godzinowa dla zatrudnionych np. na umowę zlecenie i w 2020 r. wyniesie 17 zł (w 2019 r. wynosiła 14,70 zł).

WALORYZACJA RENT I EMERYTUR

W ustawie budżetowej założono waloryzację świadczeń emerytalno-rentowych od 1 marca 2020 r. ze wskaźnikiem waloryzacji na poziomie 103,24 proc., co oznacza, że świadczenia wzrosłyby o 3,24 proc. Zatem:

- ▶ najniższa emerytura, renta z tytułu całkowitej niezdolności do pracy i renta rodzinna wzrosłyby do 1135,64 zł z 1100 zł;
- ▶ renta z tytułu częściowej niezdolności do pracy wyniosłaby 851,73 zł (w 2019 r. 825 zł);
- ▶ renta z tytułu całkowitej niezdolności do pracy w związku z wypadkiem lub chorobą zawodową i renta rodzinna wypadkowa wyniosłyby 1362,77 zł (w 2019 r. 1320 zł);
- ▶ renta z tytułu częściowej niezdolności do pracy w związku z wypadkiem lub chorobą zawodową wyniosłaby 1022,08 zł (w 2019 r. 990 zł).

Wzrośnie także renta socjalna do kwoty 1135,64 zł brutto. Dotąd wynosiła 100 proc. kwoty najniższej renty z tytułu całkowitej niezdolności do pracy, czyli 1100 zł – czyli ok. 935 zł „na rękę”.

Politycy partii rządzącej zapowiadają jednak utrzymanie w 2020 r. waloryzacji kwotowo-procentowej, więc podwyżka ta może być wyższa. Wskazuje się, że będzie to, podobnie jak w 2019 r., nie mniej niż 70 zł brutto.

Waloryzacja obejmie emerytury i renty rolników indywidualnych, służb mundurowych oraz emerytury pomostowe i nauczycielskie świadczenie kompensacyjne. Waloryzacji podlega także dodatek pielęgnacyjny.

„TRZYNASTKA”

Renciści i emeryci otrzymali po raz pierwszy w 2019 r. tzw. trzynastkę, 13. emeryturę czy rentę. Jest to dodatkowe świadczenie wypłacane wszystkim rencistom i emerytom w jednakowej kwocie minimalnej emerytury (1100 zł brutto w 2019 r.). Rząd zapowiada, że w 2020 r. „trzynastka” także zostanie wypłacona.

SOLIDARNOŚCIOWY FUNDUSZ WSPARCIA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

(stan na dzień 10.12.2019)

Od 1 stycznia 2020 r. trzynasta emerytura i renty socjalne mają być finansowane ze środków Funduszu Solidarnościowego, który zostanie przekształcony z Solidarnościowego Funduszu Wsparcia Osób Niepełnosprawnych. Środki z tego Funduszu będą też kierowane na finansowanie zasiłków pogrzebowych wypłacanych w razie śmierci pobierających rentę socjalną. Senacka Komisja Rodziny, Polityki Senioralnej i Społecznej przyjęła poprawkę opozycji zakładającą stały procentowy poziom wydatków na realizację, m.in. opieki wytchnieniowej i usług asystenckich, tak, jak oczekiwały tego organizacje pozarządowe, a Komisja Budżetu i Finansów Publicznych opowiedziała się za odrzuceniem ustawy umożliwiającej finansowanie tzw. 13. emerytur i rent socjalnych z Funduszu Solidarnościowego. 17 grudnia br. ustawą zajmą się senatorowie. Solidarnościowy Fundusz Wsparcia Osób Niepełnosprawnych powstał w 2019 r., w wyniku protestu w sejmie rodziców osób z niepełnosprawnością. Powołano go w celu finansowania m.in.: opieki wytchnieniowej, tworzenia centrów opiekuńczo-mieszkalnych czy usług asystenckich. Programy te zaczęły być realizowane przez samorządy. Potem doszedł kolejny cel działania Funduszu, jakim jest wypłata świadczenia uzupełniającego, czyli tzw. 500 plus

dla osób niesamodzielnych. Pieniądze na jego wypłatę też mają pochodzić z planowanego przez rząd podatku od sklepów wielkopowierzchniowych. Środki do Funduszu miały trafiać z tzw. daniny solidarnościowej, czyli podatku w wys. 4 proc. od nadwyżki dochodów powyżej 1 mln zł za rok podatkowy. Pieniądze te trafią do budżetu dopiero w 2020 r. Stąd na czas przejściowy zdecydowano się na finansowanie świadczenia uzupełniającego i innych wydatków Solidarnościowego Funduszu Wsparcia Osób Niepełnosprawnych ze środków Funduszu Pracy.

ŚWIADCZENIE 500 PLUS DLA OSÓB NIESAMODZIELNYCH

W związku z powtarzającymi się głosami, że ZUS będzie orzekał w sprawie tzw. 500 plus tylko do marca 2020 r., zapytaliśmy o to u źródła. Oto odpowiedź ZUS: „W ustawie o świadczeniu uzupełniającym dla osób niezdolnych do samodzielnej egzystencji nie zostało określone żadne ograniczenie czasowe przyznawania świadczeń. Dopóki obowiązuje ustawa, dopóty ZUS będzie orzekał w sprawie niezdolności do samodzielnej egzystencji dla celów świadczenia uzupełniającego”.

RENCISTA BĘDZIE MÓGŁ OTRZYMAĆ ŚWIADCZENIE PIELEGNACYJNE

9 stycznia 2020 r. wejdzie w życie wyrok Trybunału Konstytucyjnego z 26 czerwca 2019 r., wg którego opiekunowie osób z niepełnosprawnością, którzy pobierają rentę z tyt. częściowej niezdolności do pracy, będą mogli ubiegać się o świadczenie pielęgnacyjne. Dotychczas przepisy ustawy o świadczeniach rodzinnych wykluczały taką możliwość. Według nich świadczenie pielęgnacyjne nie należy się, gdy taki opiekun ma przyznane: emeryturę, rentę (w tym rodzinną lub socjalną), zasiłek stały, nauczycielskie świadczenie kompensacyjne, rodzicielskie świadczenie uzupełniające „Mama 4+”, specjalny zasiłek opiekuńczy, zasiłek dla opiekuna.

USTAWA O ZAPEWNIANIU DOSTĘPNOŚCI...

20 września 2019 r. weszła w życie *Ustawa o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami*. Jest kluczowym elementem rządowego programu „Dostępność Plus”, który rząd przyjął 17 lipca 2018 r. Celem ustawy jest poprawa warunków życia osób ze szczególnymi potrzebami, zagrożonych wykluczeniem. Niektóre zapisy ustawy, ze względu na czas potrzebny na dostosowanie się do nowych przepisów, wchodzi w życie później. W 2020 r. dotyczy to nast. przepisów:

- ▶ Do 30 września 2020 r. mają zostać wyznaczeni koordynatorzy dostępności; taki obowiązek będą miały organy władzy publicznej, w tym administracji rządowej i samorządowej, oraz kontroli państwowej i ochrony prawa, także sądy i trybunały.
- ▶ Po roku od wejścia w życie ustawy, czyli po 20 września 2020 r., ministrowie kierujący

poszczególnymi działami administracji rządowej będą mieli obowiązek przeprowadzenia przeglądu obowiązującego prawa pod kątem zapewnienia dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami. Sporządzone raporty będą opiniowane przez Radę Dostępności i na tej podstawie minister właściwy ds. rozwoju regionalnego może wnioskować do każdego ministra o przeprowadzenie niezbędnych zmian prawnych. Ma to pozwolić na lepsze uwzględnianie kwestii dostępności np. w oświacie, zdrowiu, infrastrukturze.

USTAWA O DOSTĘPNOŚCI CYFROWEJ...

Większość przepisów ustawy weszła w życie 23 maja 2019 r. Ustawa dotyczy dostępności cyfrowej stron internetowych i aplikacji mobilnych podmiotów publicznych. Wprowadza także obowiązek umieszczania na stronach deklaracji dostępności oraz określa kompetencje Ministerstwa Cyfryzacji, jeśli chodzi o zakres monitoringu stron internetowych i aplikacji mobilnych. Zawiera także opis procedur na wypadek nieprzestrzegania dostępności cyfrowej.

Niektóre przepisy ustawy wchodzi w życie w 2020 r.:

- ▶ 28.02.2020 r. – GUS ma przekazać do Ministerstwa Cyfryzacji listę podmiotów publicznych zobowiązanych do przestrzegania ustawy.
- ▶ 31.03.2020 r. – podmioty mają obowiązek stworzenia na swoich stronach deklaracji dostępności, czyli dokumentu w formacie cyfrowym na temat dostępności strony lub aplikacji.
- ▶ 30.04.2020 r. – Ministerstwo Cyfryzacji opublikuje wykaz adresów stron www i aplikacji mobilnych podmiotów publicznych.
- ▶ 23.09.2020 r. – zakończy się okres przejściowy dla stron www, które powstały przed 23.09.2018 r., co oznacza, że będą musiały być już dostępne. Od tego terminu zaczyna także obowiązywać dostępność multimedialnych.
- ▶ 1.01.2020–22.12.2020 r. – pierwszy monitoring www.

WIĘKSZE WSPARCIE DLA WTZ I ZAZ

Jednostki samorządu terytorialnego otrzymają w 2020 r. większe środki na funkcjonowanie warsztatów terapii zajęciowej (WTZ) i zakładów aktywności zawodowej (ZAZ). Dofinansowanie rocznego pobytu jednego uczestnika w WTZ wzrośnie do 20,496 tys. zł. Od 1 października 2019 r. wzrosła także kwota dofinansowania rocznego pobytu jednej osoby w ZAZ – z 22 tys. zł do 22,75 tys. zł. Od 2020 r. i w latach następnych wsparcie dla tych placówek wyniesie 25 tys. zł rocznie na osobę.

REALIZACJA ZLECEŃ NA WYROBY MEDYCZNE

Od 1 stycznia 2020 r. wystawianie, weryfikacja i realizacja zleceń na wyroby medyczne odbywać się będzie za pośrednictwem serwisów internetowych lub usług informatycznych NFZ. Będzie obowiązywał także nowy wzór zlecenia. Więcej informacji na stronie NFZ. ■



DOROTA PRÓCHNIEWICZ – mama dorosłego Piotra z autyzmem. Dziennikarka, redaktorka, autorka, pedagożka. Współpracuje z mediami i organizacjami pozarządowymi w zakresie podnoszenia świadomości autyzmu oraz poprawy sytuacji osób z niepełnosprawnościami i ich rodzin w Polsce. Związana z nieformalną inicjatywą „Chcemy całego życia”. Prowadziła blog www.autystyczni.blox.pl. Szuka sposobów na opisanie nietłatwej codzienności, gdy trzeba pogodzić samotne rodzicielstwo, pracę zawodową i walkę o godne życie.



CO NAS CZEKA?

Przyszłość to jeden z głównych tematów, o jakich wciąż myśli się i mówi w rodzinach, w których są osoby z niepełnosprawnością. To temat codzienny, stale obecny. Można powiedzieć: totalny. Obecny przy otwieraniu portfela. Przy każdym wyjściu z domu. Przy każdej rozmowie.

O przyszłości nie da się nie myśleć w naszych domach. Co będzie jutro? Co za rok? Co nas czeka? Co z nami będzie? Co dalej? Czy coś się wreszcie zmieni?

Gdy mijają kolejne lata, temat przyszłości coraz łatwiej, coraz bardziej naturalnie zamienia się w słowa: Jak długo jeszcze? Ile jeszcze można czekać? Nie mam już na nic siły. Nie mam siły dalej walczyć. I tak nic się nie zmieni. Ile razy można zaczynać od nowa?!

Przyszłość w naszych rodzinach to temat trudny, smutny, budzący obawy. Temat wiszący nad nami niczym gradowa chmura, która nie zwiastuje dobrej pogody. Niczym ciężki, bury koc zastaniający widok (podobno świat jest piękny). Jeśli jesteś osobą z niepełnosprawnością, opiekunem takiej osoby, kimś dla niej bliskim, zwykle nie skaczesz z radości, gdy zbliża się Nowy Rok. Chociażby z powodu wspomnianego zmęczenia. Bo oto mija kolejny rok, w którym znów trzeba było walczyć o każdy dzień. W którym trudno było coś zaplanować. Kolejny rok zawiedzionych nadziei, niespełnionych obietnic. Kolejny rok pełen napięć, niepewności, czy przyznają to czy inne świadczenie, czy nie zmniejszą jego wysokości, co powiedzą na kolejnej komisji orzekającej, czy projekt (nieważne który) będzie przedłużony i na jak długo.

Kolejny rok, w którym nic się nie zmieniło. Następny miałby być inny?

Jesteśmy tylko ludźmi. Uczymy się na własnych doświadczeniach, obserwujemy doświadczenia innych w podobnej sytuacji. Coraz trudniej wykrzesać z siebie choć trochę optymizmu. Mnie też słowa nie układają się radośnie, gdy piszę ten tekst. Każdy kolejny rok, od dawna, od 10 czy może 12 lat, wygląda bardzo podobnie. Gdy się kończy, przychodzą myśli o tym, czego nie udało się zrobić, co nie nadeszło. Z czego trzeba było

zrezygnować. Kumulowanego miesiącami zmęczenia nie da się już ukryć. Łapię się na tym, że powtarzam sobie: „Oby tylko dotrzeć do Nowego Roku” i przez chwilę jest to pocieszeniem. Mamy wdrukowane w głowę, że „nowe” może oznaczać „lepsze”. I to, że los może się odmienić.

Dawno, dawno temu, gdy jeszcze nie miałam dziecka z niepełnosprawnością, myślałam, że ludzie sami są odpowiedzialni za swój los. I są sobie winni, gdy w życiu im się nie układa. Myślałam tak nawet wtedy, gdy syn był mały. Miał już diagnozę. Słowo autyzm niewiele wtedy jeszcze znaczyło, a niepełnosprawność była pojęciem nieznanym. Patrząc na małe dziecko, trudno nie mieć nadziei. Będąc młodym człowiekiem, trudno też z góry skazywać się na niepowodzenie.

Czas nauczył mnie pokory. A przede wszystkim tego, czym jest życie w społeczeństwie tak, a nie inaczej skonstruowanym. Tysiące razy słyszałam, że jestem bohaterką, zdaniem kogoś, kto jest w zupełnie innej sytuacji (i wiem, że nie ja jedna to słyszałam). Tysiące razy zastanawiałam się, co ja właściwie takiego bohaterskiego robię, zajmując się własnym dzieckiem.

Czas nauczył mnie tego, że mamy ograniczony wpływ na swoje życie. Gdy trafia się choroba czy niepełnosprawność, zupełnie zmienia się układ sił. Pojawiają się nieznane dotąd, a bardzo znaczące potrzeby. Szybko pojawia się przekonanie, że nie ma szans, aby poradzić sobie z nimi samemu. Ty i twoja rodzina stajecie się zależni. Potrzebujecie diagnoz, orzeczeń, rehabilitacji, terapii, specjalistów, leków... Potrzebujecie ich stale. Szybko się orientujecie, że o nie nietłatwo. Nie ma gwarancji, nie ma pewności. Nie wiadomo, co dalej. Przepisy są niejasne, ciągle się zmieniają, nie uwzględniają wielu potrzeb, a może raczej – uwzględniają niewiele z nich. Koniec z planowaniem przyszłości. To chyba najgorsza ze zmian. Jaki wtedy można mieć wpływ na swoje życie?! No, cóż – ograniczony...

Mimo wszystko to tak całkiem nie straciłam dawnych przekonań, że sami kształtujemy swoje życie. Wiele ograniczeń można pokonać. Warto się z nimi mierzyć. Ja nie mogę przestać tego robić. Ktoś jeszcze? Znam sporo osób, które się nie poddały i nie powtarzają refrenów, że nic się nie zmieni, że jest źle, a będzie gorzej. Tylko dzięki nim daje się przetrwać, a czasem nawet cieszyć. Również z tego, że Nowy Rok to jednak nowa nadzieja. ■

Z PRZESZŁOŚCI W PRZYSZŁOŚĆ

24. Wielka Gala Integracji, coroczne święto osób z niepełnosprawnością, przeszła do historii. Była szczególna z dwóch powodów. Podsumowała 25 lat działań Integracji i jej założyciela, śp. Piotra Pawłowskiego, lecz była też spojrzeniem w przyszłość. Wieczorem, 16 listopada 2019 r., w warszawskiej Arenie Ursynów zgromadziło się ok. 3 tys. osób z niepełnosprawnością i ich przyjaciół z całej Polski.

Tegoroczną Wielką Galę Integracji poprowadzili Beata Wachowiak-Zwara, pełnomocniczka prezydenta Gdyni ds. osób z niepełnosprawnością, dziennikarz Tomasz Wolny i Ewa Pawłowska, prezes Integracji.

– *To jest szczególny dla nas wieczór, chciałabym jednak na chwilę zatrzymać się nad ostatnim trudnym rokiem – bez założyciela Piotra Pawłowskiego – mówiła prezes Integracji. – Piotr chyba bardzo o nas myśli. Zostawił nam bowiem zapal, moc do dalszego działania, zaraził nas swoją pasją (...). Zostawił też swoje marzenia, które staramy się realizować* – stwierdziła prezes, nawiązując do powołania nowego działu o nazwie Integracja LAB oraz Funduszu Wieczystego im. Piotra Pawłowskiego.

„Minął już rok, od kiedy nie ma z nami śp. Piotr Pawłowskiego. To strata, z którą wciąż trudno się pogodzić. Niezapomniany założyciel i prezes Stowarzyszenia Przyjaciół Integracji oraz Fundacji Integracja, twórca i redaktor naczelnym dwumiesięcznika „Integracja” oraz portalu Niepełnosprawni.pl, ekspert i konsultant prawodawców, architektów i pracodawców, członek kapituły Nagrody „Dla Dobra Wspólnego” przy Prezydencie Rzeczypospolitej Polskiej, autor oraz gość licznych programów telewizyjnych i radiowych, a także utalentowany artysta malujący ustami – całym swoim życiem ukazywał, jak przełamywać bariery odgradzające osoby z niepełnosprawnością od reszty społeczeństwa” – wspominał w liście do organizatorów, uczestników i publiczności Gali Prezydent RP Andrzej Duda.

25 lat działalności Integracji podsumował specjalnie na tę okazję zrealizowany film.

TRZY MEDALE NA 25-LECIE

Tradycyjnie podczas Gali wręczono Medale Przyjaciół Integracji. W tym roku, z okazji 25-lecia organizacji, pierwszy z nich otrzymał PFRON. Wyróżnienie odebrał dyrektor generalny Funduszu, Sebastian Szymonik.

Kolejny Medal 25-lecia przyznano Miastu Stołecznemu Warszawie. Odebrał go wiceprezydent Paweł Rabiej.

Trzeci Medal otrzymało Miasto Gdynia. Wyróżnienie odebrał prezydent Wojciech Szczurek.

SPOJRZENIE W PRZYSZŁOŚĆ

Podsumowanie dotychczasowych dokonań Integracji to jednak nie wszystko. Druga część Wielkiej Gali Integracji poświęcona była nowym działaniom.

Na scenie wspominaliśmy Ideathon, zrealizowane w tym roku przedsięwzięcie, którego celem było wypracowanie narzędzia ułatwiającego zatrudnianie osób z niepełnosprawnością.

Nowym projektem Integracji, zakotwiczonym we wcześniejszych działaniach, jest powstały w tym roku dział Integracja LAB. To ośrodek badawczy Integracji i centrum kompetencyjne w dziedzinie niepełnosprawności.

– *Integracja LAB to nasz dział badawczy. Ten projekt był marzeniem Piotra Pawłowskiego, z którym rozmawialiśmy setki godzin i chcieliśmy powołać go do życia. Piotr nie zdążył, ale postanowiliśmy Jego dzieło kontynuować. Chcemy sprawdzać, jakie są potrzeby i możliwości osób z niepełnosprawnością, będziemy tworzyć ekspertyzy i wspierać procesy legislacyjne, co już też robimy, oraz będziemy pomagać tworzyć produkty i usługi dostępne dla osób z niepełnosprawnościami* – przedstawił projekt jego koordynator Kamil Kowalski.



Prowadzący: Ewa Pawłowska, Beata Wachowiak-Zwara i Tomasz Wolny



List Prezydenta RP do uczestników Gali odczytała dyrektor Grażyna Wereszczyńska z Biura Dialogu i Korespondencji



Pierwszy z Medali Przyjacieli Integracji odebrał dyrektor generalny PFRON, Sebastian Szymonik



Paweł Rabej, wiceprezydent Warszawy, z drugim Medalem Przyjacieli Integracji



Za trzeci Medal Przyjacieli Integracji podziękował Wojciech Szczurek, prezydent Gdyni



Panel na temat dostępności poprowadził ekspert i dyrektor działu Integracja LAB, Kamil Kowalski

Podczas Gali odbył się panel dyskusyjny o działaniach i planach Integracji LAB, w którym uczestniczyli partnerzy – z Instytutu Wzornictwa Przemysłowego, Centralnego Instytutu Ochrony Pracy i warszawskiej Akademii Sztuk Pięknych. Kolejną z inicjatyw zaprezentowanych podczas Gali była Przystań Integracja – przedsięwzięcie będące

swoistym prezentem od pracowni architektonicznej Workplace dla Integracji z okazji 25-lecia organizacji. Jego symbolem stała się roślina, którą Ewie Pawłowskiej w imieniu Workplace wręczył Bogusz Parzyszek.
– *Roślina jest symbolem projektu pawilonu Przystań Integracja, który jakiś czas temu zakiełkował w głowach*



Minikoncert grupy Maleo Reggae Rockers z liderem Dariuszem Malejonkiem



Gwiazda wieczoru: De Mono z wokalistą Andrzejem Krzywym i największymi przebojami zespołu



Wielkie podziękowania dla ogromnej grupy wolontariuszy – przedstawicieli wielu firm z całej Polski

paru wyjątkowych dziewczyn z pracowni. Widząc, ile Integracja robi dla osób z niepełnosprawnościami, uznały, że nadeszła pora, by coś zrobić dla niej. Ich celem jest stworzenie miejsca pełnego energii, otwartego i dostępnego dla wszystkich – opowiadał o idei pawilonu. – Już niedługo będziemy nagłaśniać całą akcję, bo wchodzimy w etap szukania partnerów i ludzi takich jak my – którzy chcą coś zrobić dla Integracji. Ale już dziś dziękujemy prezydentom Warszawy i Gdyni za to, że jako pierwsi zadeklarowali pomoc i włączyli się do naszej akcji – dodał.

NIE TYLKO NIEŚWIADOMOŚĆ

Tradycyjnie Wielkiej Gali Integracji towarzyszyli artyści, wśród nich osoby z niepełnosprawnością. O oprawę muzyczną zadbał DJ Bartek „MesBrutah” Dzieńkiewicz, który od 17 lat zajmuje się muzyką.

Nikomu chyba nie trzeba przedstawiać Maleo Reggae Rockers z liderem Dariuszem Malejonkiem. To swego rodzaju spojrzenie w przeszłość Integracji. Dariusz Malejonek w 1996 r. nagrał singiel *Nieświadomość*, który promował kampanię Integracji o tej samej nazwie. Jej celem było uświadamianie niebezpieczeństw skoków do wody w nieznanych miejscach. *Nieświadomość*



Mocnym akcentem Wielkiej Gali z okazji 25-lecia organizacji był deszcz białych i pomarańczowych balonów

niedługo potem przekształciła się w kampanię społeczną „Płytką wyobraźnia to kalectwo” – jedną z najgłośniejszych akcji w historii Integracji (krótki wywiad z muzykiem jest na portalu Niepełnosprawni.pl).

Gościem Gali był także projektant Paweł Majerczyk, który wraz z projektantką Kaliną Valentovitch podzielił się swoją ideą tworzenia odzieży dla osób z niepełnosprawnością, jak i pełnosprawnych.

O fryzury artystów i prowadzących zadbał Tomasz Karcz, natomiast o makijaż – Marzena Bartosz.

WOLONTARIUSZE, GWIAZDY SCENY I PUBLICZNOŚĆ

Przy organizacji i sprawnym przebiegu Gali jak zwykle pomagali Integracji wolontariusze. Publiczność mogła natomiast uczestniczyć w wirtualnej wystawie, oglądając ponad 1,5 tys. prac osób z niepełnosprawnością.

Zwieńczeniem Gali był w tym roku koncert zespołu De Mono, starszego od Integracji jedynie o pięć lat.

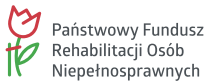
– *Ta Gala jeszcze bardziej wzmocniła mnie w walce z chorobą* – podkreślił po zakończeniu wydarzenia Marek Daniluk. – *Osoby z niepełnosprawnością muszą się integrować i wychodzić do ludzi. Żebyśmy byli zauwa-*



24. Wielka Gala Integracji nie odbyłaby się bez Partnerów – instytucji, firm i organizacji – którym w imieniu swoim i Gości dziękujemy za wsparcie!

Patronat Honorowy Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej Andrzeja Dudy

Partnerzy instytucjonalni:*



* Projekt współfinansowany ze środków PFRON i m.st. Warszawy

Partnerzy strategiczni:



Fundacja



Partnerzy:



Współpraca:



Patronat medialny:



Partner technologiczny Integracji:



żani, choćby przez władze naszego miasta. Decydenci muszą wiedzieć, że są ludzie, którzy potrzebują pewnych udogodnień, by móc normalnie żyć. I to od lat pokazuje Integracja. Robi naprawdę dobrą robotę – stwierdził mężczyzna.

Wielu kolejnych, równie udanych gal, życzyła Integracji uczestniczka Monika Smyk, na co dzień mieszkająca w DPS-ie w Ciechanowie, która po raz pierwszy przyjechała na Wielką Galę Integracji (więcej o Monice i jej niesamowitej znajomej – Małgorzacie czytaj na s. 20–22).

– To superinicjatywa! – cieszyła się Monika. – Tutaj możemy się spotkać, porozmawiać o swoich problemach, wymienić się doświadczeniami. Na pewno jeszcze nie raz przyjadę na Wielką Galę – zapowiedziała.

Do jej słów odniosła się też Grażyna Mrozowska, która co roku przyjeżdża na nasze wydarzenie.

– Zawsze to ciekawe przeżycie. Można dowiedzieć się o wielu nowych projektach dla osób niepełnosprawnych. Ale też po prostu spotkać się z ludźmi z całej Polski – podkreśliła, wychodząc z Areny Ursynów. ■



SPOTKANIE W METRZE

Była 15.00, sobota. Do 24. Wielkiej Gali Integracji zostały dwie godziny. W warszawskiej Arenie Ursynów trwały ostatnie przygotowania organizatorów.



Ilona Berezowska
dziennikarka współpracująca
m.in. z „Integracją”
i portalem
Niepełnosprawni.pl

Małgorzata miała wolny dzień. Wracała metrem z targów kosmetyków ekologicznych. Zadowolona z zakupów, na luzie, weekendowo. Pełnosprawna, zadbana, spełniona, matka, żona, joginka, wegetarianka, kobieta sukcesu. O Integracji nigdy nie słyszała.

Monika była już w drodze na Wielką Galę Integracji. Jechała z daleka. Na wystużonym, niedostosowanym do jej potrzeb wózku elektrycznym kilka godzin wcześniej wyjechała z Domu Pomocy Społecznej w Ciechanowie. Namówił ją przyjaciel. Wcześniej nie miała odwagi.

PRZESZŁOŚĆ...

– Byłam zamknięta w sobie. Chciałam coś ze swoim życiem zrobić, chciałam sobie pomóc, ale nie wiedziałam jak.

Jakieś dwa lata temu do naszego domu opieki wprowadził się człowiek, który zaczął mnie zachęcać, żebym wychodziła do ludzi, szukała towarzystwa młodszych. Nie od razu go posłuchałam. Bałam się – mówi Monika, która urodziła się z czterokończynowym porażeniem.

Długo milczy pytana o najpiękniejsze chwile w swoim życiu. Nie pamięta ich. Pochodzi z małej miejscowości pod Zamościem. Ojciec miał problem alkoholowy. Dzisiaj jest po wylewie. Nie może opiekować się córką. Matka wyjechała.

– *To miało być na chwilę, może na rok, żeby zarobić trochę pieniędzy. Została we Włoszech. Rzadko się ze mną kontaktuje. Rodzeństwo ma swoje życie. Wszyscy rozjechali się po świecie. Zostałam sama.*

Gdy matka wyjeżdżała za lepszym życiem, chciała oddać dorosłą już wtedy córkę do domu opieki.

– *Wybór miałam niewielki: pójść do sióstr albo do ośrodka. Wybrałam ośrodek i znalazłam tam wsparcie. Opiekunkę, która traktowała mnie jak córkę.*



Niestety, odeszła na emeryturę. Znowu zostałam sama.

Bez opiekunki życie Moniki w ośrodku stało się nie do zniesienia. Była otoczona osobami z niepełnosprawnością intelektualną. Szukała sposobu, by uciec. Znalazła miłość. Rzuciła wszystko, co dotąd знаła, i tak znalazła się w Ciechanowie. Uczucie jednak nie przetrwało, ale pozostała przyjaźń i miejsce w domu opieki przeznaczonym dla osób starszych.

DOM...

Dom ma wiele zalet, ale nie ma oferty dla tych, którzy nie czekają tu na swój koniec. Na jego terenie są sale gimnastyczne i fizjoterapeutyczne, ale ich zakres i godziny pracy specjalistów nie uwzględniają potrzeb osób z porażeniem czterokończynowym.

– Od jakiegoś czasu oprócz osób starszych, przyjmujemy osoby przewlekle, somatycznie chore. Nasz najmłodszy mieszkaniec ma 27 lat, a najstarszy 97. Staramy się wszystkim zapewnić dom. Monika ma u nas jednoosobowy, dostosowany do jej potrzeb pokój. Do dyspozycji są osoby pomagające w czynnościach higienicznych, w ubraniu, czesaniu. Monika korzysta z posiłków. Mamy też salę terapii, sprzęt rehabilitacyjny. Robimy co w naszej mocy, żeby mieszkańcy się nie nudzili, ale z młodymi ludźmi mamy problem. Oni wolą wyjeżdżać, spędzać czas w internecie – wyjaśnia kierownictwo DPS Kombatant.

Dla Moniki „nie nudzić się” to za mało. Chce zdobyć wykształcenie i pracę. Być niezależna. Na miejscu nie ma doradcy zawodowego. Próbowwała więc podnieść kwalifikacje na własną rękę. Rozpoczęła naukę w szkole średniej.

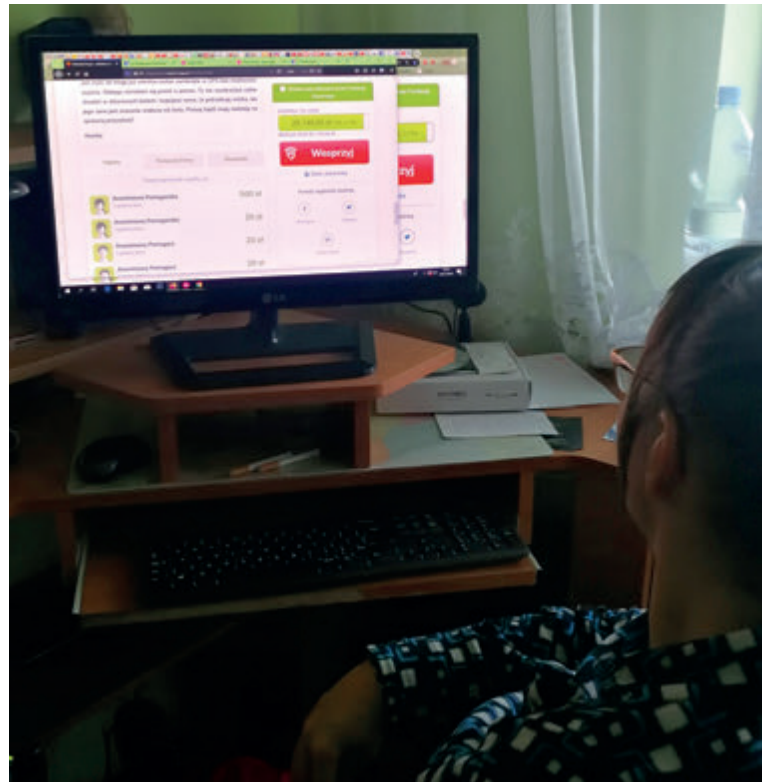
– Musiałam jednak zrezygnować. Szkoła była w Warszawie. Nie miałam gdzie nocować. Nie mogłam opłacać sobie hotelu. Moja renta w większości idzie na opłatę pokoju w domu opieki. Na życie zostaje mi niewiele ponad 200 zł. To wyklucza dojazdy i noclegi, ale zrobiłam kursy graficzne. Szukałam pracy, nie udało mi się – mówi Monika.

WYPRAWA...

W sobotę 16 listopada 2019 r. Monika postanowiła dać sobie kolejną szansę i wyjść do ludzi. Rozpadającym się wózkiem, którego bateria stale się rozładowuje, ruszyła na Wielką Galę Integracji do Warszawy. Na swojej drodze spotkała Małgorzatę, która tak zapamiętała ten dzień:

– Wsiadłam do wagonu, minęłam młodą kobietę na wózku. Nie wiem, dlaczego zwróciłam na nią uwagę. Widziałam, jak prosiła kogoś o pomoc. Nie wiedziała, jak dojechać do celu, a ta osoba akurat wysiadła. Zapytałam więc, w czym mogę pomóc.

Wrażliwa i zawsze otwarta na pomoc innym Małgorzata nie mogła postąpić inaczej. Od dawna angażuje się w sprawy społeczne. Walczy o ochronę zwierząt. Wspiera osoby z niepełnosprawnością. Uczestniczy



Stanowisko pracy w pokoju Moniki w DPS w Ciechanowie

w protestach. Jest wolontariuszką w schronisku dla zwierząt. Chociaż żyje w świecie, o którym Monika nigdy nawet nie marzyła, nie odmawia pomocy.

– Nie mogłam uwierzyć, że ona wybrała się na tę Galę i na miejscu nikt na nią czeka. Chciałam po nią przyjechać po wydarzeniu, ale okazało się, że jej wózek nie jest ani lekki, ani składany, ani nowoczesny. Po prostu żadną miarą nie mógłby się zmieścić w moim samochodzie.

Nie było wątpliwości, że Monika potrzebuje nowego wózka. Po drodze okazało się, że potrzebuje też szkoły, pracy i miejsca w ośrodku w Warszawie, by móc się wyrwać ze swojej rzeczywistości i żyć pełnią życia.

– Ja za wszelką cenę chcę pracować. Jestem pewna, że uda mi się to w Warszawie, tylko jeszcze nie wiem, jak się tu przenieść – zapowiada Monika, która miała bilet dla osoby towarzyszącej na Galę Integracji.

Małgorzata nie wahała się ani chwili.

– Pierwszy raz byłam na takim wydarzeniu. Naprawdę było warto. Tyle radości, entuzjazmu. Łatwo się tym zarazić i jeszcze bardziej docenić to, co się ma – mówi Małgorzata.

Marzy o domu na wsi, w którym z jej rodziną zamieszka gromada zwierzątek. To jest marzenie z datą realizacji na trochę dalszą przyszłość. Na razie postawiła przed sobą zadanie zdobycia nowego wózka dla Moniki. Poruszyła w tym celu wszystkich.

LUDZIE...

Małgorzata trafiła do Integracji przez Adama Wacha, architekta, który walczy o dostępność przestrzeni miejskiej dla osób z różnymi niepełnosprawnościami.



Efekt pracy Moniki jako graficzki – przygotowanie efektownej kartki świątecznej

– Na Monikę i Małgorzatę wpadłem przypadkiem, tuż przed Wielką Galą Integracji. Dowiedziałem się, jak się poznały, i muszę przyznać, że to zrzędzenie losu mnie poruszyło. Wrażenie zrobiła na mnie empatia Gosi. Przecież to była dziewczyna wracająca do domu, do swoich spraw, a jednak postanowiła pomóc obcej osobie. Zachęcałem je, by wzięły udział w naszej uroczystości, zwłaszcza że obchodziliśmy w Integracji ważną rocznicę. Cieszę się, że do nas dołączyły. One lepiej poznały nas, my poznaliśmy ich historię. Dowiedziałem się o problemach Moniki z wózkiem, o jej wyprawie z Ciechanowa. Jej determinacja w działaniu zainspirowała mnie. Postanowiłem, że nie zostawię Moniki samej sobie i zrobię, co będę mógł, żeby historia tej przypadkowej znajomości między dziewczynami poszła w świat – mówi Adam Wach, który zaprzyjaźnił się z Moniką i Małgorzatą, a od czasu Gali utrzymuje z nimi regularny kontakt.

Małgorzata z Moniką zostały zaproszone do telewizji dzięki wsparciu dziennikarza Tomasza Wolnego, prowadzącego tegoroczną Wielką Galę Integracji. Po programie kwota na koncie zbiórki na wózek Moniki zaczęła przyrastać. Obie panie każdy dzień zaczynają teraz od sprawdzenia, czy są już bliżej celu. Obecnie (10 grudnia 2019 r.) na koncie zbiórki jest już 30 498 zł! Do zakupu wózka brakuje zaledwie 1000 zł.

– Grudzień to magiczny czas. Wtedy dzieją się cuda. Wierzę, że zdarzy się i Monice – mówi Małgorzata.

16 listopada zupełnie się nie znały. Dwa tygodnie później spotkały się ponownie. Monika przyjechała w pożyczonej, zbyt ciasnej kurtce. W jej szafie nie ma eleganckiej sukienki ani butów, a panie miały przed sobą następne wielkie wyjście: galę Konkursu „Człowiek bez barier” w Zamku Królewskim w Warszawie – kolejne wydarzenie organizowane przez Integrację, już 17. raz.

Tego dnia Małgorzata obchodziła urodziny, ale prezenty robiła Monice.

– Ja nie chcę sprawiać kłopotów. Wcale nie jestem głodna – zapewnia zawstydzona Monika.

Czerwieni się, gdy Małgorzata proponuje lunch, chociaż jeszcze nic tego dnia nie jadła. Znowu spędziła mnóstwo czasu, by dotrzeć do Warszawy. Opiera się, gdy Małgorzata chce jej podarować kurtkę, ale wie, że musi się przemóc. Pokonać obawy i przyjąć wsparcie.

WIZYTA...

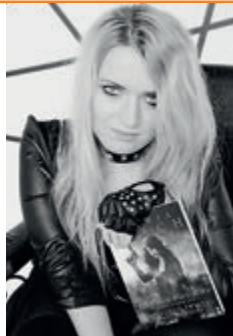
Tydzień później Małgorzata odwiedziła Monikę w DPS Kombatant w Ciechanowie. Monika przez całe spotkanie zerknęła na ekran komputera. Strona zbiórki to teraz jej strona startowa. Powoli zaczyna wierzyć, że będzie miała nowy wózek. A to dopiero pierwszy krok. Z nową przyjaciółką gotowa jest przenosić góry. Z radością pokazuje swoje graficzne projekty, całe dni spędza, dopracowując korektę zdjęć. Komputer stał się jej oknem na świat. Dzięki niemu nabyła umiejętności, które mogą zainteresować pracodawców. Przed nią zdobycie wykształcenia.

– Trochę się boję nauki na odległość, wolalabym mieć kontakt z uczniami i nauczycielami, ale zrobię, co trzeba. Bo się nie poddam, będę próbowała dalej. Zrobię wszystko, żeby się usamodzielnic, zarabiać na siebie, zamieszkać w Warszawie. Tylko proszę, nie zostawiajcie mnie z tym samej. Potrzebuję wskazówek, jak mam to zrobić, dokąd się udać, gdzie szukać pomocy – mówi Monika.

CDN...

Integracja będzie towarzyszyć Monice i Małgorzacie w ich kolejnych krokach. Przed Moniką spotkanie z doradcą zawodowym w Centrum Integracji w Warszawie – ocena kwalifikacji, umiejętności, oczekiwań, przygotowanie CV i przegląd ofert pracy.

Małgorzata też ma kilka pomysłów, co i jak robić dalej. Trzymamy kciuki. ■



SYLWIA BŁACH – pisarka, blogerka, działaczka społeczna, modelka, ambasadorka kampanii Dotykam =Wygrywam, promującej samobadanie piersi. Wolontariuszka Fundacji Jedyna Taka, laureatka stypendium ministra za wybitne osiągnięcia. Wyróżniona przez markę Panache w konkursie Modelled by Role Models Nowy Wymiar Piękna jako „Wzór do Naśladowania”. Finalistka konkursu Mocne Strony Kobiety magazynu „Cosmopolitan”. Pracuje jako programistka i jest doktorantką na kierunku: informatyka. Choruje na rdzeniowy zanik mięśni, porusza się na wózku. Prowadzi blogi, jeden poświęcony literaturze, niepełnosprawności, programowaniu i podróżom, a drugi – modzie i urodzie. W 2017 r. znalazła się w I edycji *Listy Mocy*, publikacji wydanej przez Integrację, z sylwetkami 100 najbardziej wpływowych Polek i Polaków z niepełnosprawnością. Więcej: sylwiablach.pl.

WDZIĘCZNOŚĆ (NIE) JEST PRZEREKLAMOWANA

Codziennosc kipi wsparciem bliskich i nieznanym. Zbiorki na rehabilitacje, maile ze zrzutkami, jeden procent. Podanie czegoś, ubranie, przesadzenie, połozenie. Drobiazgi, którymi wypełniamy dni, i skorupa znieczulicy, która z każdą chwilą narasta. I choć już wszędzie z głośników płyną świąteczne przeboje, to czy my sami w grudniu pamiętamy o najważniejszych wartościach Świąt: wdzięczności i pomaganiu innym?

Codziennie o coś prosimy. Zmuszeni przez los, nie zastanawiamy się nad rozmiarem pomocy, którą otrzymujemy. Uczeń od małego, że ktoś poda, wyręczy i pomoże, z czasem zapominamy o wdzięczności. To nie zawsze nasza wina – człowiek do pewnych rzeczy się przyzwyczaja. A gdy codzienne wsparcie zaczyna się od podniesienia nas z łóżka, a kończy na wieczornej kąpeli, po drodze jeszcze wymuszając prośbę o podanie czegoś z wyższej półki, zrobienie herbaty czy założenie butów, wdzięczność staje się trudną emocją. W codzienności dopada zmęczenie, a zmęczenie jest pierwszym krokiem do znieczulicy. Rutyna staje się normą, a czy ktokolwiek nas uczył, że za normę się dziękuję? I nie, nie mam tu na myśli odruchowego „dzięki!”, ale prawdziwą, szczerą emocję. Emocję, o którą tak trudno w tych czasach – będąc niepełnosprawnym, ale też i zdrowym jak ryba.

Jest też druga strona medalu, a w tym przypadku: druga strona budowanej relacji międzyludzkiej. Od małego uczy się nas skromności, a tak mało osób potrafi przyjmować komplementy. I wdzięczność. Słyszymy: przecież zawsze ci pomogę, przecież to żaden problem, to nic wielkiego. A skoro to nic wielkiego, to za co tu dziękować?

Myślę, że czasem warto. W granicach komfortu.

Nie usamodzielnimy się nagle, a słowo „dziękuję” w nadmiarze może być krępujące dla obu stron. Może zatem, oprócz powiedzenia tego magicznego wyrazu od czasu do czasu z większym zaangażowaniem, warto pójść o krok dalej?

Dobro powraca. I jeśli ktoś pomaga nam, to nie zapominajmy, że my też możemy pomóc komuś. Niepełnosprawność nie zwalnia z pomagania – to znany slogan, ale tak często puszcza mimo uszu. Jak tu pomóc innym, skoro sami tak wiele pomocy potrzebujemy?

Da się. Jeśli możemy, pomyślmy o wolontariacie. Nie bawi nas to? Mamy prawo, każdy ma swój poziom empatii. Wtedy można pomagać finansowo – dawać datki, wspierać aukcje. Sami codziennie prosimy innych o pieniądze, więc to nie wchodzi w grę? Może zatem dajmy komuś swój czas? Porozmawiajmy z sąsiadką, która codziennie siedzi sama na ławce, albo zagadajmy, nawet w internecie, do tej dziewczyny, która pisze o tym, że czuje się samotna. A jeśli nie mamy ochoty na bliskie interakcje międzyludzkie, bo codziennie tyle czasu musimy spędzać z innymi, że wolne chwile chcemy celebrować w samotności? To może wyślemy kartkę jakiemuś dziecku, które się z tego ucieszy? Albo babci, której bliscy odeszli?

Przed Świątami możemy dać coś od siebie. Okazać wdzięczność. Bo choć różne są sytuacje, a pocieszanie się tym, że zawsze może być gorzej, uważam za kiepskie podejście, to dziś to napiszę: zawsze może być gorzej. Zawsze możemy nie mieć komu okazać wdzięczności. Może w tym magicznym czasie warto się nad tym chwilę zastanowić i dać coś od siebie? A może stanie się to naszym postanowieniem noworocznym?

Człowiek żyje bowiem tak długo, jak długo pamięć o nim tkwi w umysłach ludzi. ■

17. KONKURS

Wojciech Kowalczyk został „Człowiekiem bez barier 2019” podczas gali 17. Konkursu, organizowanego przez Integrację. W Światowym Dniu Osób Niepełnosprawnych, 3 grudnia br., w Zamku Królewskim w Warszawie. Organizator, czyli Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji, przyznał też cztery równorzędne wyróżnienia, nagrodę w kategorii Osobowość Internetowa, Nagrodę Publiczności oraz Nagrodę Specjalną.

Chcę zacząć od słów Marka Kamińskiego, polarnika: odkrywamy bieguny, które nosimy w sobie – powiedziała tytułem wstępu Ewa Pawłowska, prezes Integracji. – *To są m.in. poczucie własnej wartości, energia, siła do działania, do zdobywania własnych biegunów. Nasi laureaci, co mogą z całą pewnością stwierdzić, już je odkryli, bo na biegun nie idzie się nogami, ale głową – jak podkreśla Marek Kamiński. Dziękuję, że jesteście, odkrywacie bieguny i mobilizujecie innych.*

Celem Konkursu „Człowiek bez barier” jest nagradzanie osób z niepełnosprawnością, których życie zawodowe i społeczne może stać się wzorem. Konkurs pokazuje, że niepełnosprawność nie musi określać ludzi, odbierać marzeń, kojarzyć się z biernością, nieszczęściem i wykluczeniem – że można wieść dobre i szczęśliwe życie.

Podsumowanie i pożegnanie z jury

O początkach Konkursu krótko opowiedziała prof. Antonina Ostrowska, przewodnicząca jury, żegnając się z tą rolą, ale zapowiadając wspieranie organizatorów. – *Od 17 lat mamy wiele osiągnąć. Na początku pierwszej*

gala to była bardzo skromna impreza, ale z czasem doszły inne zaszczytne nagrody do „Człowieka bez barier”, uznaliśmy że warto przyznawać nagrody specjalne – wspominała. – W ciągu 17 lat wyłoniliśmy ok. 100 osób i wszystkie dokonywały rzeczy niezwykłych. Te osoby nie wymagają naszego współczucia, ale zrozumienia. Chciałam także złożyć osobiste oświadczenie: przekroczyłam wiek emerytalny i postanowiłam wycofać się z pełnienia funkcji przewodniczącej jury konkursu. W całym tym czasie doznałam wielu satysfakcji i wzruszeń, poznałam wiele osób. Przede wszystkim Piotra Pawłowskiego, który był, jak Państwo wiecie, niezwykłym człowiekiem – podsumowała prof. Ostrowska.

Wyłonieni za nieprzeciętną aktywność

W tegorocznej gali nie uczestniczyła honorowa patronka Konkursu – Małżonka Prezydenta RP Agata Kornhauser-Duda, ale przesłała do Laureatów oraz Gości filmik.

– *Chcę zwrócić się przede wszystkim do tegorocznych laureatów z gorącymi gratulacjami za w pełni zastąpione zwycięstwo – mówiła Pierwsza Dama. – Dołączają*





Wojciech Kowalczyk, „Człowiek bez barier 2019”, odebrał statuetkę, kwiaty i gratulacje, a także Nagrodę Publiczności



Publikację *Piotr i Przyjaciele* zaprezentowały: Ewa Pawłowska, prezes Integracji, i Agnieszka Sprycha, twórczyni książki

Państwo do grona tych, którzy zostali wyłonieni za swoją nieprzeciętną aktywność. Pragnę wyrazić słowa podziwu dla Państwa niestrudzonej działalności i angażowania się w sprawy o różnym zasięgu (...). Niepełnosprawność w żaden sposób nie przeszkadza Państwu w realizacji własnych ambicji, rozwijaniu się w zawodzie i znalezieniu własnego miejsca w społeczeństwie. Wszystkie sukcesy i osiągnięcia stały się możliwe, bo pokonują Państwo zarówno własne słabości, jak i bariery zewnętrzne.

Małżonka Prezydenta RP zwróciła też uwagę na to, jak odbierana jest działalność osób z niepełnosprawnością:
– Dziękuję za to, że możemy uczyć się od Państwa wrażliwości społecznej i determinacji, otwartej postawy i akceptacji odmienności. To wspaniała lekcja, której nigdy nie zapomnimy. Chcę też zapewnić Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji o mojej sympatii. Znajomość z Państwa społecznością przyniosła mi nie tylko zadowolenie i satysfakcję, ale też uświadomiła, jak trwają i niezwykle silną stanowią Państwo wspólnotę.

Premiera książki o Piotrze Pawłowskim

Gala Konkursu była także okazją do premiery najnowszego wydawnictwa Integracji *Piotr i Przyjaciele*. To zbiór 112 wspomnień, anegdot, refleksji osób związanych życiowo, zawodowo, towarzysko i społecznie z Piotrem Pawłowskim, założycielem i prezesem Integracji, którego 1. rocznica śmierci minęła w październiku br. W publikacji jest blisko 400 zdjęć z archiwów Integracji i prywatnych, kalendarium 25-lecia Integracji oraz niepublikowane dotąd *Abecadło Pawłowskiego*, przygotowane przez niego na prywatną uroczystość 50. urodzin w 2016 r.

– To niezwykła publikacja. Pomysłodawczynią jest nasza redaktor Agnieszka Sprycha. To był szalony pomysł, a wszystko trwało dwa miesiące – powiedziała Ewa Pawłowska, zapraszając redaktor do mikrofonu.

– To książka spotkanie, w której zjednoczył nas, mam nadzieję, że nie po raz ostatni, Piotr. Bardzo dziękuję wszystkim za pomoc – podsumowała Agnieszka Sprycha, a więcej o publikacji na s. 30–33.

Gala na YouTube

Galę Konkursu „Człowiek bez barier 2019” można obejrzeć na kanale Integracji na YouTube.com.



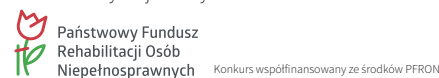
Patrycji Malinowskiej, znanej z programu „Must be the Music”, towarzyszył przy fortepianie Max Cholewiński, młody muzyk, pianista i kompozytor

Integracja składa podziękowania wszystkim Partnerom i Przyjaciółom 17. Konkursu „Człowiek bez barier”

Patronat Honorowy

Małżonki Prezydenta RP Agaty Kornhauser-Dudy

Partner instytucjonalny:



Partnerzy główni:



Patronat medialny:



CZŁOWIEK BEZ BARIER 2019

WOJCIECH KOWALCZYK

ZDOBYWCA TAKŻE NAGRODY PUBLICZNOŚCI



Pomimo rdzeniowego zaniku mięśni, SMA typu 1, czuje się spełnionym człowiekiem. Jeszcze parę lat temu kłopot sprawiało mu siedzenie i oddychanie, ręce były całkowicie bezwładne, a choroba regularnie czyniła dalsze spustoszenia.

Całe życie Wojtka było walką o kolejny dzień, miesiąc, rok. Choroba wygrywała, aż przyszedł moment, w którym postanowił pokazać, na co go stać.

– *Zapytałem siebie, czy to musi tak wyglądać, czy ja mogę coś ze swoim życiem zrobić* – wspomina. – *Postanowiłem zrobić wszystko, co w mojej mocy, żeby poprawić sytuację. Zacząłem pisać listy.*

Pisał do lekarzy, klinik i specjalistów. Szukał informacji o lekach, badaniach i eksperymentach. Chciał, aby zarejestrowany na amerykańskim rynku lek był przetestowany na osobach dorosłych i dostępny w Polsce.

Dzięki swojej determinacji wszedł do programu testów leku nusinersen. Odzyskał możliwość siedzenia, z respiratora korzysta jedynie nocą i stał się silniejszy. Szybko postawił przed sobą kolejne zadania.

Chciał, aby lek był refundowany w Polsce. W tym celu nie wahał się pisać nawet do papieża. Zorganizował kilka akcji społecznych, w tym Mannequin Challenge dla SMA, podczas którego mieszkańcy Legionowa na chwilę zamarli w bezruchu, by wyrazić solidarność z osobami unieruchomionymi przez rdzeniowy zanik mięśni. Jego zaangażowanie wsparło zakończoną sukcesem walkę całego środowiska o refundację leku.

Działa dalej. Angażuje się w sprawy mieszkańców Legionowa. Objął funkcję pełnomocnika ds. osób niepełnosprawnych w Urzędzie Miasta. Ocenia inwestycje pod kątem dostępności. Sugeruje zmiany, które włączą osoby starsze i z różnymi niepełnosprawnościami w codzienne życie Legionowa. Udziela rad i prowadziżywioną korespondencję z potrzebującymi jego wsparcia.

– *Chcę zmieniać świat. Moim celem jest wdrożenie programu osobistych asystentów osób niepełnosprawnych. Chcę też wprowadzić system transportu miejskiego dla osób z niepełnosprawnością* – planuje.

Zmienia także siebie. Studiuje, śpiewa przed publicznością, prowadzi motywacyjną stronę Pokonać SMA.

– *Najważniejsze jest wychodzenie z domu, bycie wśród ludzi, wśród osób pełnosprawnych. Nie warto rozpamiętywać spraw i skupiać się na chorobie. Trzeba żyć, na tyle, na ile się da* – to motto przyświeca mu w codziennych działaniach.



PAULINA MALINOWSKA- KOWALCZYK

NAGRODA SPECJALNA

Miała 11 lat, gdy nowotwór zaatakował jej kości. Przeżyła chemioterapię, wypadanie włosów i rzęs, a na koniec amputację całej lewej ręki. Przez blisko dwa lata po operacji wychodziła z domu tylko wtedy, gdy musiała. Tak broniła się przed pytaniami, docinkami i wytykaniem palcami.

– *Z dnia na dzień amputacja zabrała mi wszystko, co kochałam: występy taneczne, treningi piłki ręcznej i związane z nimi marzenia. Czułam, że wraz z ręką „odcięto mnie” od aktywności, którą tak uwielbiałam* – wspomina Paulina.

Choroba nie zabrała jej głosu i zamiłowania do występów publicznych. Zaczęła brać udział w konkursach recytatorskich, a od VIII klasy przez 5 lat występowała

w amatorskim teatrze. Dziś określa ten czas jako niezwykle ważny terapeutycznie. W teatrze nie tylko nauczyła się operować głosem i ciałem, ale przestała się wstydzić swojej niepełnosprawności. Ukończyła iberystykę (przez wiele lat uczyła języka hiszpańskiego), a także studia podyplomowe z komunikacji społecznej i mediów. Podczas Europejskiego Roku Osób Niepełnosprawnych (2003) była rzecznikiem prasowym wydarzeń organizowanych z tej okazji przez TVP, a rok wcześniej dowiedziała się o castingu telewizji na warsztaty prezenterskie dla osób z niepełnosprawnością.

W 2004 r. była już jedną z osób realizujących Kampanię Paraolimpijską Ateny 2004. Telewizja zatrzymała Paulinę na 15 lat. Relacjonowała w niej kolejne igrzyska paraolimpijskie, a w Soczi (2014) i Pjongczangu (2018) była attaché prasową reprezentacji Polski. Równolegle tworzyła w telewizji programy o tematyce sportowej i społecznej, w tym przez blisko 10 lat prowadziła program „Pełnosprawni”.

W 2017 r. została rzecznikiem prasowym Polskiego Komitetu Paraolimpijskiego. W lipcu 2019 r. Prezydent RP Andrzej Duda zaprosił ją do swojej ekipy jako doradcę ds. osób z niepełnosprawnością. Paulina dzieli więc dzień pracy. Do tego jest żoną, mamą dwójki dzieci, a od niedawna także... babcią. Zawsze żyła „w biegu”. Nie brakuje jej determinacji i wytrwałości.

– *Jako nastolatka wymarzyłam sobie, że zrobię mostek ze stania. To bardzo trudne nawet wtedy, kiedy ma się dwie ręce, a nie jedną. Ale ja się zaparłam. Wstawałam codziennie o 5.50 i ćwiczyłam. I udało się* – śmieje się Paulina. – *Jestem przekonana, że uda mi się także zrobić wiele dla osób z niepełnosprawnością. Mogę przecież wstawać o 4.00.*

KAMIL KOWALEWICZ OSOBOWOŚĆ INTERNETOWA



Nigdy nie poczuł, że zaważyło mu się życie. Ani po wypadku na jeziorze, który posadził go na wózku, ani w dniu, gdy niespodziewanie zmarła jego mama.

– *Chciałbym, żeby było jasne. Ja nie jestem chory, nie determinuje mnie niepełnosprawność, nie spędzam życia na rehabilitacji, ja tylko inaczej się poruszam* – mówi Kamil Kowalewicz.

Pierwszą wyprawę, którą zapamiętał, odbył z ojcem. Małgorzata, żona, którą nazywa swoją największą pasją, podziela jego zainteresowania. Najpierw podróżowali po Polsce. Później były Włochy, ale to nie od nich zaczął się blog „RobiMy Podróże”.

– *Kupiłem bilety do Pekinu* – wspomina Kamil. – *Dla Gosi to była niespodzianka. Szukaliśmy przed tym wyjazdem informacji, czy Chiny są dostosowane. Nie znaleźliśmy.*

W Chinach narodził się pomysł, by podróże relacjonować i pomóc w ten sposób innym osobom z niepełnosprawnościami. Blog szybko zyskał zwolenników. Czytają go również rodzice podróżujący z dziećmi w wózkach. Kamil z żoną jeżdżą tam, gdzie chętnie pojedą inni. Nie specjalizują się w ekstremalnych wyprawach. Chcą pokazać, że podróżować może każdy. „RobiMy Podróże” czy projekt „Polska na Wózku” – to dopiero początek. Kamil i Goha (takiego zapisu jej imienia używają) szukają nowych sposobów dotarcia do swoich czytelników. Kręcą filmy, planują aplikację i książkę po przyszłorocznych wycieczkach.



AGNIESZKA EJSMONT WYRÓŻNIENIE

Choroba postawiła ją przed wyborem: żyć w błogim, ale nierealnym półświecie czy w rzeczywistości, która choć realna, to przeraża. Chora na schizofrenię paranoidalną Agnieszka Ejsmont wybrała ten drugi świat. Od 25 lat każdego dnia heroicznie walczy z lękami oraz o to, aby osoby chorujące psychicznie żyły godnie i nikt się ich nie bał.

Ukończyła studium handlowe, zdobyła licencjat z pracy socjalnej. Pracowała na rynku otwartym i chronionym. Skończyła kurs doradcy ds. zdrowienia. Chce pracować jako doradca i pomagać wychodzić z kryzysów psychicznych. Od 2015 r. działa w Grupie Wsparcia Osób z Doświadczeniem Kryzysu Psychicznego TROP, wspierając rozmową chorych i ich bliskich.



JOLANTA KRAMARZ WYRÓŻNIENIE

Jolanta Kramarz miała 8 miesięcy, gdy przeszła operację oczu. W wieku 12 lat dowiedziała się, że ma zaawansowaną zaćmę. Dziś porusza się z psem przewodnikiem. Podkreśla, jak wiele znaczy dla niej fakt, że mimo trudności chodziła do szkoły masowej. Pod koniec studiów zaczęła szukać pracy w Warszawie. Pracowała w wielu miejscach. Chętnie angażowała się w działania organizacji pozarządowych. Zdecydowała o założeniu Fundacji Vis Maior. Wkrótce powstała też Fundacja Pies Przewodnik.

Pani Jolanta wytoczyła proces jednemu z hipermarketów. Doszło do ugody, ale skutkiem konfliktu było przyspieszenie wprowadzenia do polskiego prawa zapisów o psie przewodniku.



SEBASTIAN LUTY WYRÓŻNIENIE

Wypadek diametralnie zmienił moje życie, ale uważam, że wpłynął na mnie pozytywnie – mówi Sebastian, który 15 lat temu złamał kręgosłup i jest sparaliżowany w 95 proc. W trakcie studiów założył pierwszą firmę. Dużo podróżował, smakując sporty ekstremalne. To nie one jednak doprowadziły go do utraty sprawności. Dziś jest kierowcą wyścigowym, ambasadorem projektu Avalon EXTREME. Konsekwentnie dąży do spełnienia największego marzenia – zdobycia międzynarodowej licencji kierowcy wyścigowego i walki o mistrzostwo Polski.

Po wypadku założył Fundację Avalon, która od 13 lat pomaga osobom z niepełnosprawnościami i przewlekle chorym.



HELENA PYZ WYRÓŻNIENIE

Nie boi się ryzyka. Wierzy w Boży plan i misję, którą każdy ma do wykonania. Jej misją jest pomoc innym. Szpitale, sanatoria, ośrodki zdrowia poznała jako 10-latką, gdy zachorowała na polio. Trudne doświadczenia przekuła w swój zawód. Była lekarką na warszawskiej Woli i w podwarszawskich Żąbkach. Kochała swoją pracę, ale miejsce na ziemi czekało na nią w Indiach. Nie znała języka, niewiele wiedziała o trądzie, ale zdecydowała, że tam pojedzie. Zapamiętała fetor, brud i wszechobecny hałas.

Minęły trzy dekady. Dzisiaj poruszająca się na wózku polska doktor zarządza ośrodkiem, ratuje życie, pomaga najuboższym chorym. O emeryturze nie myśli, będzie pracowała, dopóki wystarczy jej siła. ■



JAN ARCZEWSKI – Od dzieciństwa choruje na rdzeniowy zanik mięśni i porusza się na wózku. W Domu Pomocy Społecznej Kalina w Lublinie, w którym od 32 lat mieszka i pracuje jako psycholog, stworzył Telefon Zaufania dla Niepełnosprawnych (81 747 98 21). Odbył tysiące rozmów. Problemy, z którymi zwracają się do niego ludzie, dotyczą wszystkich sfer życia, nie tylko psychologicznej czy egzystencjalnej. Jest finalistą Konkursu „Człowiek bez barier 2004” i pierwszym laureatem Nagrody Prezydenta RP „Dla Dobra Wspólnego” (2016). W 2017 r. znalazł się w *Liście Mocy*, publikacji wydanej przez Integrację, z sylwetkami 100 najbardziej wpływowych Polek i Polaków z niepełnosprawnością, i w tym samym roku otrzymał Nagrodę TOTUS Fundacji Dzieła Nowego Tysiąclecia.



CO DALEJ?

Przed nami czas rodzinnych spotkań z okazji Świąt. Dla większości Polaków to szczególnie okres nie tylko ze względów religijnych, ale też pogłębiania relacji rodzinnych, niejednokrotnie ich odnawiania. Są jednak wśród nas tacy, dla których ten czas kojarzy się z tym, że będą o rok starsi, bo przecież od Świąt do Nowego Roku jest tylko kilka dni.

Wśród nich jest duża grupa ludzi będących opiekunami osób niepełnosprawnych albo zniedołężniałych współmałżonków w podeszłym wieku. To właśnie ich radość świętowania przyćmiona bywa w sposób szczególny troską o losy bliskich, w momencie kiedy odejdą z tego świata albo sami będą potrzebowali opieki. Czy znajdują na tę trudną przyszłość jakieś rozwiązania? Czy tylko pogłębiają się w zadumie i bezradności?

Pani Józefa ma syna z niepełnosprawnością intelektualną. Kiedy zaczęła odczuwać, że się starzeje, postanowiła zamieszkać wraz z nim w domu pomocy społecznej. Uważa, że w ten sposób zmniejszy w nim ból rozstania, jeśli ona umrze. Jak mówi: „Kazio przez ten okres przyzwyczaił się do nowych ludzi, współmieszkańców i personelu”.

Podobnie zrobiła Pani Zosia, kiedy zauważyła u siebie nieodwracalne problemy z krążeniem – także zamieszkała ze swoim synem w domu pomocy. Ta decyzja to był chyba wynik jakiegoś przeczucia, bo mimo że nie była stara, odeszła po kilku miesiącach. Syn do dziś nie może się pogodzić z tym, że nie mieszka z rodzeństwem, chociaż jest przez nie regularnie odwiedzany.

Pani Ela, aby syn łatwiej zniósł jej ewentualne odejście, umieściła go w domu pomocy, gdzie odwiedza go prawie codziennie i przebywa po kilka godzin. Zabiera też czasem do domu. Wojtek ma niepełnosprawność intelektualną w stopniu znacznym, ale gdy mamy nie ma kilka dni, zaczyna popłakiwać i jest mocno pobudzony psychoruchowo.

Pan Adam ma córkę z zespołem Downa, ale też matkę z bardzo zaawansowaną demencją. Niestety, córka bardzo

źle reagowała na zachowania babci. Często wpadała w furię już na sam jej widok. Mimo że mają duży dom, nie potrafili tego wszystkiego ogarnąć. Efekt jest taki, że córka jest z ojcem, a babcia w domu pomocy, gdzie regularnie odwiedza ją syn. Ostatnio coraz gorzej radzi sobie z opieką nad córką i już szuka rozwiązań na przyszłość.

Ewa choruje na postępujący zanik mięśni. Wcześniej opiekowali się nią rodzice. Niestety, ojciec zmarł, a matka to osoba starsza i schorowana. Ewa wymaga całodobowej opieki, więc pomaga jej brat. Ma jednak swoją rodzinę, której z tego powodu poświęca mniej czasu. Jego bliscy chyba nie do końca potrafią to zrozumieć, bo coraz częściej syn sugeruje matce, aby oddać Ewę do domu pomocy. Ona nawet nie chce o tym rozmawiać, twierdząc, że syn ma obowiązek opiekować się siostrą tym bardziej, że odziedziczył cały majątek, również część Ewy.

Marek porusza się na wózku. Jest w miarę samodzielny. Ma pełnosprawną żonę. Początkowo układało się między nimi dobrze, ale choroba zaczęła go z wiekiem coraz bardziej ograniczać. Żona pomaga mu we wszystkich czynnościach, nie dając niczym do zrozumienia, że to dla niej jakikolwiek problem. On jednak uważa inaczej i obawia się, że go kiedyś zostawi, a on wtedy sobie nie poradzi. Powoli zaczyna rozważać zamieszkanie w domu pomocy społecznej.

Przedstawiłem tu kilka historii, które łączy wspólny mianownik, mianowicie: co dalej? I to nie tylko w sytuacji, gdy jedyny opiekun osoby niesamodzielnej umrze, ale też gdy z różnych powodów nie będzie w stanie pomóc albo też – jak Marek – gdy dochodzi do wniosku, że zbyt obciąża kochaną osobę swoimi potrzebami.

Każdy z wymienionych bohaterów staje przed ogromnym dylematem: jak odnaleźć się w nowej rzeczywistości, kiedy zabraknie sił. Ciągłe musimy szukać lepszych rozwiązań niż domy opieki czy wymuszanie na członkach rodziny opieki nad bliskimi. Może warto pomyśleć o takich domach, w których mogłyby zamieszkać całe rodziny z osobami wymagającymi całkowitej opieki. Może wtedy pytanie: „co dalej?” nie bolałoby tak bardzo jak dotychczas.

A może Państwo mają jakieś pomysły, jak rozwiązać ten problem?

Czekając na te pomysły, życzę wszystkim prawdziwych rodzinnych Świąt i ogromnych pokładów sił do pokonywania trudności w nowym roku. Najlepiej oczywiście, aby tych trudności nie było... ■

Wśród autorów wspomnień są m.in.: żona, rodzice, rodzina, przyjaciółki i przyjaciele, partnerzy z różnych środowisk, organizacji, firm, instytucji i mediów, artyści, dziennikarze i duchowni, byli i obecni współpracownicy...

PIOTR I PRZYJACIELE

Porywające i zaskakujące wspomnienia zebrane w 1. rocznicę śmierci założyciela i prezesa Integracji



Zbiór rozmów, anegdot, refleksji i zdjęć osób związanych życiowo, zawodowo, towarzysko, społecznie i biznesowo z Piotrem Pawłowskim (1966–2018). Unikatowy pomnik wybitnego człowieka, który skutecznie zmieniał Polskę i Polaków i miał ogromny wpływ na rzeczywistość dotyczącą nie tylko ludzi z niepełnosprawnością i ich otoczenia. To hołd złożony człowiekowi, który żył wśród ludzi i dla ludzi. Wyjątkowemu i niezapomnianemu.

PIOTRA PAWŁOWSKIEGO POKAZUJEMY JAKO:

- pasjonata życia
- czułego i troskliwego męża i syna
- oddanego i lojalnego przyjaciela
- wymagającego szefa i partnera
- obserwatora i komentatora rzeczywistości
- kreatora idei, wydarzeń i kampanii
- mentora i motywatora
- towarzysza zabaw, żartów i przygód
- konesera wina, dobrej kuchni i stylu
- artystę malującego ustami...

WSPOMNIENIA PREZENTOWANE SĄ:

- ▶ alfabetycznie (prawie...)
- ▶ opatrzone unikatowymi fotografiami i grafikami
- ▶ uzupełnione notkami o autorach
- ▶ wzbogacone kalendarium 25-lecia Integracji
- ▶ w tonie żartobliwym lub poważnym
- ▶ jako bardzo osobiste albo oficjalne
- ▶ szczerze, odważnie, niebanalnie
- ▶ bez cenzury...

Książka miała premierę 3 grudnia br. w Zamku Królewskim w Warszawie, podczas gali 17. Konkursu „Człowiek bez barier”, organizowanej z okazji Światowego Dnia Osób Niepełnosprawnych. Można ją otrzymać, przysyłając swoje wspomnienia o Piotrze Pawłowskim (szczegóły na str. obok).

UWAGA! Na stronach 31–33 prezentujemy wybrane wspomnienia z książki *Piotr i Przyjaciele*, wydanej w 2019 r. przez Integrację. Książkę można otrzymać, wysyłając własne wspomnienie o Piotrze Pawłowskim (poznany osobiście albo przez media). Czekamy do 28 lutego 2020 r. na tradycyjne listy lub e-maile (adres redakcji na s. 7).



Zawsze chciało mu się chcieć

AGNIESZKA KRĘGLICKA – PRZYJACIÓŁKA, WSPÓŁWŁAŚCICIELKA KILKU RESTAURACJI W WARSZAWIE

Unosiliście się kiedyś nad ziemią? – pyta Piotr Kajetana i Tonię, którzy mają 4 i 6 lat i patrzą na niego zaskoczeni.

Wychodzimy razem na ulicę, żegnając się po kolacji w Chianti przy ul. Foksal. Ewa otwiera tylne drzwi samochodu, a Piotr zaprasza nasze dzieci, by trzymając się wózka, weszły z nim na platformę, po której on wjeżdża do auta. Uruchamia podnośnik i powolutku razem odrywają się od ziemi. Dzieci się śmieją, ale super!

– Jeszcze, jeszcze, możemy jeszcze?! To fajniejsze niż deser!

Zawsze spotykaliśmy się przy stole. Lubiliśmy pić razem wino, wtedy łatwo o beztroskę, lekkie tematy, zwykłą paplaninę. Spędzaliśmy czas rozrywkowo, próbowaliśmy butelek przywiezionych z podróży, omawialiśmy nowe wegetariańskie pomysły kulinarne, śmialiśmy się i upijaliśmy. Piotr lubił, gdy latem na ulice wylegały ogródki, mógł bez przeszkód wjechać do każdej knajpy.

Uwielbiał dobre jedzenie, doceniał sztukę kucharzy, cieszył się wizytami w restauracjach. Jednym z przesłań Integracji było to, by ludzie z niepełnosprawnościami nie zamykali się w domach, by świat był dla nich dostępny, a przyjemności bywania w restauracji nie ograniczały ani niedogodności architektoniczne, ani onieśmienie.

W czasie jednej z jego wizyt uświadomiliśmy sobie, że skrupowanie wcale nie dotyczy gości. To kelnerzy, którzy obsługują osoby z niepełnosprawnością, bywają zakłopotani. Piotr zaczął przyjeżdżać na nasze wewnętrzne szkolenia, przelatywał lody, oswajał, rozśmieszał, nie pouczał. Był świetnym, cierpliwym trenerem. A na koniec zapowiadał, że wpadnie sprawdzić, jak im idzie. I wpadał. Kelnerzy w restauracjach się zmieniają. Piotr przyjeżdżał na kolejne edycje, a ostatni cykl szkoleń wsparł krótkimi filmami instruktażowymi, które wyprodukowała Integracja. Teraz zauważam, że realizował swoją misję nawet podczas naszych błahych rozmów.

Poznaliśmy się przy organizacji pierwszej Wielkiej Gali Integracji. Piotrek Todys, mój bliski kolega z czasów licealnych, który budował Integrację z Pawłowskim,

zadzzwonił, że jest sprawa: trzeba zorganizować przyjęcie, by po części oficjalnej móc się spotkać i podziękować wielu osobom wspierającym pismo. Nie ma budżetu, ale lokalizacja megaprestiżowa – warszawska Filharmonia. Tego nie da się zrobić w pojedynkę, na personel nie było kasy, a chłopcy (mieliśmy wtedy po dwadzieścia parę lat) byli równie entuzjastyczni jak narwani. I gdy gala już trwała, a ja z mężem ustawialiśmy pospiesznie bufety, jak wróżki w bajce o Królownie Śnieżce zjawily się mama Piotrka i jego ciotki. Zakasały rękawy, sprawnie ułożyły przekąski na półmiskach, udekorowały, ustawiły na bufetach... i w tym momencie zaczęli napływać goście. Zdążyliśmy.

Zrobiliśmy tych gal razem sporo. Piotr na nich nigdy nic nie jadł, ledwo mógł sięgnąć po wodę, bo nieustannie zajmował się gośćmi, czarował sponsorów, witał przyjaciół, udzielał wywiadów. Gdy po czasie omawialiśmy wydarzenie: co poszło dobrze, a co poprawić w następnym roku, zawsze ustalaliśmy, że byłoby wskazane, by wreszcie czegoś spróbował na swojej imprezie.

Lubiłam, gdy nazywał niepełnosprawnych „kulawymi”, zdejmowało to odium poprawności, pozwalało się zbliżyć, ośmielało. Piotr szybko skracał dystans, żartował, również z siebie. Opowiadał, że mimo iż ich nie zużywa, to potrzebuje kupować nowe buty. Nie chciał być kulawym w niemodnych butach. Zawsze był świetnie ubrany, nawet wystylizowany, z fularem albo idealnie dobraną poszetką, w adekwatnym garniturze.

Dwudniowy zarost – nigdy w życiu! To było imponujące. Tak jakby zawsze chciało mu się chcieć. ■

Z Piotrem Todysiem i Hubertem Urbańskim



Szalone podróże

ZBIGNIEW GRABOWSKI – PIERWSZY KIEROWCA INTEGRACJI, KOLEGA Z LAT STUDENCKICH

Piotra Pawłowskiego poznałem w 1991 roku na spotkaniach prężnie wówczas działającego duszpasterstwa akademickiego przy kościele św. Zygmunta na warszawskich Bielanach. Wokół duszpasterstwa zgromadzonych było dużo osób z niepełnosprawnościami. Była to dla nas ważna aktywność, którą zaszczerpił duszpasterz ks. Władysław Duda. Razem z osobami z niepełnosprawnościami wyjeżdżaliśmy na turnusy rekolekcyjne do ośrodka w Łązniewie, organizowaliśmy imprezy sylwestrowe, mniej więcej raz w miesiącu spotykaliśmy się wszyscy na wspólnej mszy świętej.

Cyklicznie w naszym kościele odbywały się modlitwy w duchu Taizé, w których uczestniczył Piotr. Mieszkał na Bródnie, więc gdy była taka potrzeba, często organizowałem transport. Najczęściej korzystaliśmy z „bardzo wysokopodłogowego” autobusu miejskiego, czyli ikarusa, a niekiedy z wystuzonego volkswagena „garbusa” (nie wiem, czy wypada używać takiego określenia, ale kiedyś była to popularna nazwa), którego właścicielem był ksiądz Duda. Można się domyślić, że ćwierć wieku temu było zdecydowanie więcej barier architektonicznych, a transport publiczny nie był w ogóle dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Tak się zaczęło nasze podróżowanie.

Kolejne wyzwanie, to objazdówka po Francji zorganizowana przez wspomniane duszpasterstwo akademickie we wrześniu 1991 roku. Docelowo jechaliśmy do Taizé. To było prawdziwe szaleństwo. Autokar popsuł się już we Wrocławiu. Nie wpuszczono nas na polsko-niemieckiej granicy, bo wieźliśmy własne jedzenie dla ponad 40 osób. Z tego powodu ukryliśmy prowiant i dzięki temu udało się wjechać do Niemiec od strony Czechosłowacji. Piotr siedział w autokarze na zwykłym fotelu, bez pasów, bez żadnych udogodnień. Każde przyspieszenie, hamowanie, zakręt wymagały od niego czujności. Na postojach razem z kolegami przenosiliśmy Piotra na wózek. To było na pewno duże wyzwanie dla Piotra, ale dzielnie to znosił. Zwiedziliśmy mnóstwo miast, w tym



Plac Czerwony w Moskwie zdobyty!

oczywiście piękny Paryż. Piotr zauważał, że wiele miejsc było już dostosowanych do poruszania się osób z niepełnosprawnościami, ale były też takie, które wymagały zmian. W porównaniu jednak do sytuacji w Polsce było komfortowo.

W podobnym klimacie zorganizowaliśmy we wrześniu 1992 roku objazdówkę do Włoch. Około 40 osób związanych z duszpasterstwem akademickim szukało przygody. Tym razem czekało nas sporo noclegów pod namiotami, co stanowiło spore wyzwanie dla Piotra: spanie na materacu, warunki polowe...

Po drugim dniu podróży dotarliśmy na miejsce odpoczynku. Był to kemping. Jak na wrzesień, wydawało nam się, że jest dziwnie chłodno. Było już ciemno. Rozbiliśmy namioty, zjedliśmy coś ciepłego, około pierwszej w nocy położyliśmy się spać. Mniej więcej około 4.00 prawdopodobnie już nikt z naszej grupy nie spał. Było tak zimno, że każdy w nocy, po omacku złożył na siebie wszystko, co tylko miał, ale i to nie wystarczyło. Chłód wygonił nas z namiotów, na których osiadł szron. Okazało się,



że temperatura spadła do 4 stopni poniżej zera! Nie byliśmy na to przygotowani. Dopiero gdy zaczęło świtać, zauważyliśmy, że jesteśmy w otoczeniu pięknych Alp. Kilka godzin później zatrzymaliśmy się w upalnej Padwie, gdzie wspaniała włoska kawa postawiła nas na nogi. Wspólnie z grupą zwiedziliśmy jeszcze m.in.: Florencję, Rzym, Asyż, Wenecję.

Mnóstwo wrażeń!

Na początku 1993 roku Piotr zwrócił się do mnie z pytaniem, czy pojechałbym z nim do Moskwy, na konferencję związaną z wolontariatem. Byłem wtedy na pierwszym roku studiów na AWF, w sierpniu tego samego roku mieliśmy z Joanną, moją narzeczoną, wziąć ślub, a ja robiłem remont mieszkania babci, w którym mieliśmy zamieszkać. Wszystko udało się ułożyć i w czerwcu ruszyliśmy do Moskwy. Tym razem lecieliśmy. Po lądowaniu byliśmy pełni obaw, czy ktoś pomoże nam wydostać się z samolotu. Obsługa mile nas zaskoczyła. Dwóch panów czekało na nas ze specjalnym wąskim wózkiem. Pomogli nam dotrzeć do punktu kontroli paszportów.

Na konferencji spotkaliśmy m.in. Joannę Grodzicką, wówczas wiceprezes Polskiego Towarzystwa Stwardnienia Rozsianego, ze zdiagnozowanym wtedy stwardnieniem rozsianym. Co jest bardzo ciekawe, pani Joanna po kilku latach wyszła z choroby. Nie znam szczegółów, ale zostało to uznane za cud. Z opisów, które czytałem, wynika, że prawdopodobnie po uzdrowieniu wybrała drogę zakonną.

W Moskwie mieszkaliśmy w wielkim hotelu, niedaleko placu Czerwonego. Pamiętam, że aby sprawnie wjechać z Piotrem do toalety, musiałem zdjąć drzwi, które wydawało mi się, że ważą ze dwie tony. Zresztą zdejmowanie drzwi do toalety w pokojach hotelowych, po to, aby wjechać wózkiem, to było w tamtych czasach ćwiczenie obowiązkowe.

W lipcu tego samego roku wybraliśmy się na tydzień do Tyńca. To był oczywiście pomysł Piotra. Pojechaliśmy tam polonezem jego rodziców. Mieszkaliśmy w klasztorze oo. benedyktynów. Piotra przyjacielem był brat Bernard, późniejszy opat. Spędziliśmy dużo czasu z zakonnikami na wspólnych modlitwach, posiłkach, rozmowach. Pracowaliśmy też w ogrodzie klasztornym, oczywiście tak jak potrafiliśmy. Odwiedziliśmy Kraków i mnóstwo miejsc wokół niego. Piotr miał wszędzie znajomych. Pamiętam, że byliśmy u kilku osób, które Piotr przekonywał,

aby zaakceptowały swoje niepełnosprawności, i motywował je do działania, do wyjścia do ludzi.

Kolejnym większym wypadem był wyjazd do Budapesztu w październiku 1994 roku. Wybraliśmy się tam z Piotrem i wtedy już moją żonę Joanną na spotkanie z Joni Eareckson Tada i jej przyjaciółmi. Piotr utrzymywał stały kontakt z Joni. Opowiadał mi, że była jego inspiracją w działaniu. Trasę pokonaliśmy znanym już polonezem. W Budapeszcie spotkaliśmy wiele ciekawych osób. Pamiętam, że tam pierwszy raz w życiu jedliśmy stone ciastka kremowe.

Warta przypomnienia jest podróż do Brukseli, którą odbyliśmy w lipcu 2000 roku. Celem wyjazdu było nawiązanie współpracy Stowarzyszenia Przyjaciół Integracji z administracją Unii Europejskiej, wymiana doświadczeń, zdobycie informacji o prowadzeniu organizacji pozarządowych. Towarzyszyli nam Renata Koźlicka ze Stowarzyszenia Klon/Jawor i Piotr Stanisławski, fotograf i dziennikarz Integracji. Jechaliśmy już wtedy „Łaciatą”, minibusem Integracji. W „Łaciatej” Piotr miał swoje stanowisko, możliwość podpięcia pasów, pulpit do pracy. Pobyt w Brukseli był udany. Szalona była jednak droga powrotna. Z tego, co pamiętam, trwała prawie dobę, za co do dzisiaj podziwiam Piotra.

Naszych wspólnych podróży było dużo więcej, nie sposób ich wszystkich tu wymienić. Dzięki pozytywnemu szaleństwu, optymizmowi i wytrwałości Piotra napotymane niedogodności nie miały znaczenia.

Mam mnóstwo wspomnień i przeżyć związanych z Piotrem. Nie zawsze nadążałem za jego decyzjami i opiniami. Przyznaję, że do niektórych dojrzałem dopiero niedawno. ■



Rzymska kompozycja

NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ W KOŚCIELE



Duży i Mały Wojtek słabo się porozumiewają, rozmawiają po swojemu.
– Czasem, gdy trudno jest mi być mamą moich Wojtków, pytam Boga, gdzie On jest. A oni znają odpowiedź – jest na krzyżu – opowiada Anna.



Aneta Wawrzyńczak
dziennikarka współpracująca z „Integracją”,
portalem Niepełnosprawni.pl,
„Rzeczpospolita” i portalem Wirtualna Polska

Artykuł opublikowany w „Plusie i Minusie”
w numerze z dn. 23–24 listopada 2019 r.
Przedruk za zgodą redakcji, autorki i bohaterów artykułu.

Dla Dużego ważna jest modlitwa, krzyż i gest przeproszenia. Ma różne problemy sensoryczne i nieraz wydarzy się coś, po czym czuje się winny. Wtedy ściąga swój krzyż ze ściany, przynosi Annie.

– Jeżeli osoba niepełnosprawna intelektualnie żyje w środowisku, które opiera się na wierze, to i w niej ta wiara się pojawia – mówi Anna.

Od czego by zacząć? Może od stołu, stół jest przecież najważniejszy. To wokół niego zazwyczaj kręci się całe życie rodzinne, a także w kościele stanowi centralną część ołtarza (nie licząc tabernakulum i krzyża, naturalnie).

A zatem stół, wszystko równiutko poukładane, można by odmierzać linijką. Kryształowy półmisek, na oko ciężki. Z rodzaju tych, które trzyma się w kredensie

dla ozdoby i wyciąga tylko na specjalne okazje. Na dnie odrobina wody święconej. Na półmisku małe kropicidło, ułożone tak, by nie zmąciło wody. Jakby czekało.

Po prawej i lewej symetrycznie ustawione plastikowe świeczniki. Nowoczesne, na baterie. Cyk w pstryczek jeden, drugi i już, świecą. Nie trzeba zapatek, nie ma ryzyka, że podpali się koronkowy obrus i złożone równo na pół biało-czerwone wstęgi (również rozłokowane symetrycznie). Obok mały krzyż, metalowy, taki wystawia się na chwilę, gdy ksiądz przychodzi z kolędą.

Po sąsiedzku kolekcja dzwonek: kryształowy, porcelanowy, mosiężny, drewniany, łącznie sztuk sześć. Obok jeszcze bezprzewodowy mikrofon i otwarte kieszonkowe wydanie Pisma Świętego.



Poza stołem są też niezliczone dewocjonalia, w prze-
ważającej większości pod postacią świętych obrazów
i krzyży zdobycznych, przywiezionych z wycieczek,
na przykład z Gór Świętokrzyskich, Oliwy, Ukrainy.

– *To tak dla mnie specjalnie zaaranżowane?* – pytam.

– *A skąd. Tak to wygląda na co dzień* – mówi Bożena Krakówka. W domu wypełnionym dewocjonaliami w podwarszawskim Piastowie zamieszkuje ze swoją matką, mężem Grzegorzem i 20-letnim synem Wojtkiem (córka Weronika wyszła za mąż, poszła na swoje).

Niespiesznie z Bożeną i Grzegorzem zasiadamy przy stole, Wojtek pojawia się i znika. Przynosi miseczkę truskawek, czule przytrzymuje moją rękę, gdy w podzięce głaszczę go po ramieniu, kieruje ją na swoje serce. Za chwilę jednak denerwuje się na matkę, ewidentnie coś mu nie pasuje.

– *Mówię o tobie... Nie chciałbyś?* – dopytuje Bożena.

Wojtek wskazuje gniewnie palcem to na mamę, to na mnie, tak kilka razy. W końcu, niezrozumiany, wychodzi. Wraca za kilka minut z małym talerzykiem z ciastem i praliną opakowaną w zdobny celofan. No tak, gość w dom, Bóg w dom.

BRÓŃ BOŻE COŚ RUSZYĆ

Bożena otwiera kredens, wyciąga kolejne drewniane krzyże.

– *Każdy jeden miał przez lata na dłoniach i stopach naklejone przez Wojtka plastry, wyobraża to sobie pani? W kościele bał się dotknąć krzyża, jakby mu to sprawiało realny ból. Dopiero jak zaczął dostrzegać go na budynku kościoła, przestał przyklejać te plastry* – opowiada.

Sama z zawodu jest pielęgniarką i rozumuje tak: skoro Wojtek doskonale na własnej skórze przećwiczył, czym jest ból, skoro sam widział od małego plastry na swoim ciele, wktuwane wenflony, to mu się widocznie tak kojarzy.

– *Stąd te plastry były głównie na dłoniach, przekłutego boku Jezusa nigdy nie opatrywał. Do dziś, jak dotyka ręką krzyża, mam wrażenie, że robi to tak delikatnie, żeby nie sprawić bólu.*

Wojtek urodził się w 1999 r. Od razu było wiadomo, że ma zespół Downa, chwilę później – że ominęły go typowe dla trisomii 21 wady serca, miał natomiast poważne problemy z jelitami, założony cewnik, operacja za operacją, kryzys za kryzysem, powikłanie goniło powikłanie. Wojtek przeżył trzy śmierci kliniczne, dwa lata spędził na OIOM-ie, w tym 97 dni pod respiratorem.

Opowiadając o tym, Bożena nerwowo przeszukuje komodę w salonie. Bezskutecznie.

– *Musi mi pani uwierzyć na słowo, bo nie mogę znaleźć zdjęcia, jak on wtedy wyglądał. To był jakiś obłąd, klęczałam godzinami w szpitalnej łazience. Przeklinałam Boga, a za chwilę go błagałam, żeby Wojtka ratował* – mówi. I jeszcze: – *Nie ujmuję zdolności naszym lekarzom. Ale jak nieraz Wojtek tak żarliwie się modli, to myślę, że może właśnie dlatego, że jednak palec Boży chronił i jego,*

i nas. Mogliśmy się przecież wzajemnie obwiniać, kłócić, rozstać, prawda?

Może to kwestia charakteru, a może właśnie tej wiary, która się w nim jakoś zaszczepiła – w każdym razie Wojtek od małego zachowywał się w czasie mszy nietypowo.

– *Nigdy nie ganiał po kościele jak inne dzieciaki, tylko siedział cicho, obserwował, słuchał. Jak dla mnie to on od małego podchodził do Kościoła jak dorosły* – uważa Grzegorz. Do dzisiaj mu tak zostało.

– *Moment wejścia do kościoła to jest jego moment. Tam jest nie ze mną, nie z mężem. Jakby z Bogiem tylko* – wyjaśnia z kolei Bożena. I zapewnia, że Wojtka (jego siostry zresztą też) nikt do kościoła na siłę nie ciągnął.

– *Nie jesteśmy jakoś szczególnie bogobojną rodziną, nie należymy do żadnej wspólnoty, nie zdarzyło się nigdy, żeby dzieci nie zjadły, bo musieliśmy koniecznie być w niedzielę na mszy* – wyjaśnia. Grzegorz: – *Po prostu jesteśmy katolikami, w niedzielę chodzimy do kościoła, obchodzimy katolickie święta.*

A jednak kilka ładnych lat temu Wojtek wszedł w rolę księdza. Wcześniej wcielał się notorycznie w prowadzącego program „Jaka to melodia”.

– *Stał za deską do prasowania, miał mikrofon, z odtwarzacza puszczał piosenki, a babcia musiała zgadywać* – śmieje się Bożena. – *Później zaczął wyjeżdżać ze mną na wycieczki, zwiedzaliśmy często różne kościoły i widocznie wtedy tak mu się to w głowie zaczęło układać.*

To prawdopodobnie tłumaczy, dlaczego Wojtek zaanektował stół w jadalni na swój prywatny ołtarz. Z kryształowego kieliszka, serwetki i kartki świątecznej skonstruował prowizoryczny, acz wiernie naśladowujący całą konstrukcję, kielich mszalny. A gdy tatę rozboleła głowa, podszedł, położył na niej rękę, pomamrotał coś po swojemu pod nosem, uczynił znak krzyża: „Już powinieneś być uzdrowiony”.

Teraz gdy tylko zobaczy mszę w telewizorze albo zacznie odprawiać własną w salonie, to nie ma zmiłuj, nie oderwie się go nawet wołami. Grzegorz:

– *Ja się nieraz śmieję, że nie musimy iść do kościoła w niedzielę, odprawimy sobie u Wojtka. On jest z nas wszystkich najbardziej pobożny. I nie zostawi mszy, modlitwy, póki nie skończy.*

Jak klęczy w kościele, to długo i wytrwale, nie przysiadła na piętach. A jak ktoś próbuje ołtarz z jadalni przemieścić w bardziej ustronne miejsce, to uparcie znosi wszystko z powrotem.

– *Próbowaliśmy w kącie przestawić, zrobić mu jakąś boczną nawę, żeby stół był stołem. Na razie nie ma mowy* – mówi Bożena. Grzegorz potakuje:

– *Broń Boże coś ruszyć.*

Tylko modlitwy Wojtek długo nie odmawiał, nie było mu to w ogóle potrzebne. Ale jak już zaczął, to na całego, stworzył swój własny, mały rytuał. Bożena:

– *On się kładzie, ja muszę usiąść obok, żadne z nas nie klęka. Zapala lampkę i czeka, aż wymienię, za kogo się modlimy: za mamę, tatę, babcię, Weronikę, Łukasza i Tinę.*



Wojtek z rodzicami, Bożeną i Grzegorzem, przy stole w jadalni, który zaanektował na swój prywatny ołtarz

Tina to nasz piesek, nie mogę jej pominąć, bo się upomina gestem. I nie mogę pomylić kolejności, wtedy mnie strofuje.

Za modlitwy odpowiedzialna jest mama, tatę zaprasza do nich sporadycznie. Ale rok temu pojechał sam na turnus, trzeba było jakoś to ogarnąć.

– Przekazaliśmy to wszystkim wolontariuszce, powiedziała: nie ma problemu. Później mi opowiedziała, co się na wyjeździe stało.

A stało się to, że już pierwszego wieczora jeden z kolegów Wojtka z pokoju zakomunikował: „Módlcie się, mnie to nie przeszkadza, ale nie dołączę, bo jestem innego wyznania”. W sukurs poszedł mu kolejny: „Dla mnie też okej, ale też nie będę się modlił, jestem niewierzący”. Wolontariuszka zachodziła więc do nich późnym wieczorem, siadała na skraju łóżka Wojtka i cichutko odmawiała *Ojciec nasz* i *Zdrowaś Mario*. Zaraz zauważyła, że ręce zaczęły też składać Antek i Stasiak.

– Aż któregoś wieczora siedzi u siebie w pokoju, nagle pukanie do drzwi, wchodzi Adam, ten niewierzący. I pyta niecierpliwie, kiedy wreszcie przyjdzie. Agnieszka przychodzi, patrzy i oczom nie wierzy: Wojtek jak to Wojtek, leży na łóżku. A wokół niego wszyscy klęczą i mówią pacierz, w tym Daniel, który jest innego wyznania, i Adam też – opowiada Bożena. – Agnieszka mówiła, że dech jej wtedy zaparło. I mnie do dziś, jak o tym opowiadam, zapiera.

GEST, KTÓRY ZMIENIA WSZYSTKO

W mieszkaniu Anny i Krzysztofa w Krakowie wiara ich adoptowanych synów – Wojtka Małego (31 lat, zespół

Downa) i Wojtka Dużego (32 lata, spektrum autyzmu) aż tak się nie manifestuje. Właściwie na pierwszy rzut oka, a i kolejne też, nikt by nie poznał, że tak blisko im do Boga. Dopiero jak się przyjrzeć ścianie, do której przylega łóżko piętrowe, gdzie na górze śpi Duży, a na dole Mały, zauważy się sporych rozmiarów krucyfik. Anna wyjaśnia:

– Wojtki na pewno mają wiarę w Jezusa, bo Jego łatwiej jest przedstawić, znają Jego wizerunek. Który dla nich nie jest wizerunkiem, tylko rzeczywistą osobą. Oni są przekonani, że autentycznie mają do czynienia z Panem Jezusem.

Sami nie pogadają, porozumiewają się po swojemu, dlatego Anna jest ich głosem. Już wcześniej nim była.

– Czasem, gdy trudno jest mi być mamą moich Wojtków, pytam Boga, gdzie On jest. A oni znają odpowiedź – jest na krzyżu. My, całując krzyż, całujemy symbol. Oni całują Jezusa i są tego pewni – powiedziała parę lat temu w wywiadzie dla lokalnego katolickiego czasopiśma „Gość Krakowski”.

Teraz tłumaczy, że Mały może godzinami klęczeć, a jeszcze chętniej siedzieć po turecku w pustym kościele i słuchać, jak mama śpiewa Bogu (i jemu też) kanony.

– Kościół to dla niego miejsce szczególne, jest rozczarowany, jak msza się kończy. Krzysiek z Dużym już wychodzą, ja z Małym zostaję. On musi dotrzeć do końca, wysłuchać ostatniej zwrotki, zamknąć rytuał.

Dla Dużego ważna jest modlitwa, krzyż i gest przeproszenia. Bo ma różne problemy sensoryczne i nieraz „coś niedobrego się wydarzy”, po czym „czuje się winny”. Wtedy ściąga swój krzyż ze ściany, przynosi



Annie, każe jej uklęknąć, sam też klęka i go całuje, później daje Annie do pocałowania.

– *On tak rozumuje, że już nie mamy wyjścia, skoro pocałowaliśmy Pana Jezusa, to nie możemy się na siebie gniewać, ten gest zmienia wszystko.*

I że księża są tylko ludźmi.

– *Spółeczeństwo dopiero od niedawna oswaja się z niepełnosprawnością. I tak samo jak społeczeństwo księża często nie są przygotowani na ten kontakt. Bo jak się nie ma kogoś takiego w swojej rodzinie, wśród znajomych, sąsiadów, to nie ma po co się przygotowywać, takie panuje przekonanie – uważa Anna. W parze z niewiedzą kroczy jej nieodłączny kompan, strach. – To wszystko składa się na to, że ludzie się wycofują, nie bardzo chcą wchodzić w takie relacje. Dopiero kiedy z jakiegoś powodu zaczynają się otwierać, nagle stwierdzają, że jest zupełnie inaczej.*

– *Nie taki diabeł straszny, jak go malują?*

– *Właśnie.*

Annie było (i jest) o tyle łatwiej, że sama stworzyła środowisko, w którym Duży i Mały są akceptowani bezwarunkowo. W 1993 r. trafiła do Domu Pomocy Społecznej Łanowa jako wolontariuszka, później została kierownikiem warsztatów terapii zajęciowej. Gdy podopieczni placówki szykowali się do sakramentów (bierzmowania, pierwszej komunii św., chrztu), poczuła powołanie, żeby ich do tego przygotować, pokazać, o co chodzi w Kościele, opowiedzieć o Bogu.

– *Wzięłam pod opiekę 11 chłopców, zorganizowałam dla każdego indywidualnego opiekuna, dogadałam się z księdzem, który zechciał nas poprowadzić – opowiada. Przez rok spotykali się co poniedziałek, katecheza była msza. – Na początku był chaos. Zdarzało się, że krzyż przeleciał jak samolot przez kaplicę, któryś podopieczny nim rzucił. Ale kiedy przychodził moment przeistoczenia, to nagle wszyscy zwracali się ku ołtarzowi. Myślę, że intuicyjnie, bo jak inaczej? Nie intelektualnie przecież. To pokazuje, że nie jest tak, jak nam się wydaje, że oni są zupełnie poza tym, że nie są świadomi tego, co dzieje się w kościele.*

W międzyczasie została mamą Dużego i Małego, później dołączył do nich Krzysztof, stworzyli rodzinę.

– *Jeżeli osoba niepełnosprawna intelektualnie żyje w środowisku, które opiera się na wierze, to i w niej ta wiara się pojawia. Najpierw przez naśladownictwo, od tego się zaczyna – uważa. Ale nie kończy, czego dowodem jest na przykład kwestia znaku krzyża u Małego, sam go nie wykona, Anna musi stanąć za nim i poprowadzić jego rękę. Ale nie na zawołanie. – Jak nie ma ochoty, to się nie przeżegna. A są momenty, kiedy sam się ustawia i daje znać, że teraz akurat chce. Dlatego ja w tym widzę więcej świadomości niż wyuczenia. Bo gdyby to było wyuczone, to działałby z automatu. Wtedy, kiedy trzeba, kiedy robią to wszyscy.*

Dzięki Wojtkom także wiara Anny urosła. Wcześniej modliła się: „Panie Boże, jeśli chcesz, żebym była ich

mamą, to ich uzdrów”. W tej intencji poszli całą trójką na pielgrzymkę do Częstochowy (Mały w wózku spacerówce, Duży i Anna piechotą).

– *Nie bałam się ich niepełnosprawności, tylko odbioru społecznego. Kiedy osoba niepełnosprawna jest małym dzieckiem, budzi czułość, troskę, uśmiech. Kiedy dorośnie, jest inaczej. Jakby niepełnosprawność się wyostrzyła, staje się bardziej widoczna i wręcz niektórych razi. Chciałam też, by byli zdrowi, żeby kiedyś mogli mi powiedzieć, co w nich siedzi, czy jest im ze mną dobrze – wyjaśnia. Już pod szczytem Jasnej Góry okazało się, że Bóg zadziałał po swoim. – Sama droga była uzdrowieniem. Nie ich, tylko mnie, mojego myślenia. Zrozumiałam wtedy, że oni się nie zmienią, ale ja mogę być ich mamą.*

SAKRAMENT DOBREJ WOLI

Wojtek Krakówka przyjął pierwszą komunię św. rok później niż jego rówieśnicy.

– *Był u nas z parafii ksiądz po kolędzie, zapytałśmy mimochodem, czy może przystąpić. Niby nie zaprzeczył, ale jakoś tak bez entuzjazmu zareagował, coś kręcił pod nosem, że przecież Wojtek nie potrafi mówić, to jak się wypowiada, jak przystąpi do sakramentu – opowiada Grzegorz. Bożena dodaje: – Ja byłam pewna, że gładko pójdzie. A jednak nie, jednak ksiądz się zawahał. Myślę, że nie wiedział, jak do tego podejść, pewnie byliśmy pierwszą rodziną w naszej parafii, która o to zapytała.*

Bożenie przypomniało się wtedy, że jej kolega ze szkolnej ławy został księdzem, od lat prowadzi dom dla takich jak Wojtek, jest nawet duszpasterzem niepełnosprawnych. Ksiądz Stanisław Jurczuk zgodził się od razu.

– *Tego dnia Wojtek był jedyną osobą przyjmującą pierwszą komunię. Ale służyło mu na tej mszy dwunastu ministrantów, takich samych jak on – opowiada Bożena, a mi ciśnie się na myśl (i za chwilę na usta), że to jakiś zbieg okoliczności, może nawet palec Boży. Dwunastu było też apostołów.*

Wtedy też Bożena dowiedziała się, jak wygląda spowiedź niepełnosprawnych intelektualnie – zwłaszcza tych, którzy tak jak jej syn nie mówią.

– *Wojtek przyklęka, kapłan kładzie mu rękę na głowie i robi znak krzyża. I już, jest rozgrzeszenie, Wojtek odchodzi z uśmiechniętą buzią i serce jest czyste. Tylko trzeba wcześniej uprzedzić kapłana, że to jest chłopiec z takim problemem – wyjaśnia. Któregoś razu nawet, na wakacjach w Świnoujściu, Wojtek bez jej wiedzy poszedł do konfesjonatu. – Właśnie tak się kapłan zachował, o nic nie pytał, nie było żadnego problemu. To była wojskowa kaplica, miejsce, wydawałoby się dosyć siermiężne, z drylem. A jednak ksiądz wiedział, jak się zachować. Czyli to jest w jakiś sposób uregulowane, jest taka wiedza. Tylko widocznie nie wszyscy księża o tym pamiętają. Albo nie chcą pamiętać.*

Anna też ma dobre wspomnienia, zwłaszcza dotyczące krakowskich dominikanów.

– *Jak Duży był jeszcze małym szkrabem, zdarzało mu się wejść w czasie mszy ojcu pod ornat. I nie było z tego* →

powodu żadnego problemu – opowiada. – Nawet na niedzielnej mszy ogólnodostępnej Wojtek mógł podejść do mikrofonu i powiedzieć coś w swoim języku, który dla większości ludzi jest niezrozumiały, nawet dla mnie wtedy jeszcze był. Chciał po prostu coś wyrazić, a ojciec nigdy nie tłumaczył jego słów, tylko mówił: „Ciebie, Ojczy, prosimy”. To mi pokazało, że mamy swoje miejsce w Kościele.

Nie w każdym. To te gorsze wspomnienia. Najbardziej obrywało się Małemu, który długo nie umiał przyjąć komunikantu; z uwagi na suchotę fizjologiczną w ustach było ryzyko, że się nim zadławi. Dlatego Anna (po konsultacji ze znajomymi kapłanami) wymyśliła, że Mały i inne dzieciaki z Domu Pomocy Społecznej Łanowa będą przyjmowali komunię w płynie, nie pod postacią ciała, ale krwi Chrystusa. Anna:

– Miałam specjalnie przechowywaną, przeznaczoną tylko do tego celu łyżeczkę. Ksiądz brał ją ode mnie, żeby udzielić Wojtkowi komunii, później zanosił na ołtarz, żeby dokończyć rytuał, na koniec mszy mi oddawał. Ale nie każdy ksiądz, niektórzy zupełnie tego nie akceptowali. I nie zgadzali się na udzielenie Wojtkowi komunii w ogóle. To było strasznie trudne, bo ja widzę, jakie to jest dla niego ważne. Zawsze po komunii ma uśmiech od ucha do ucha.

Szczególnie źle zapadł jej w pamięć proboszcz parafii we wsi, w której spędzali wakacje.

– Zaśmiał mi się w twarz i powiedział: „Skąd ja mam pewność, że pani nie jest wariatką, która właśnie sobie to wymyśliła?” – wspomina. – A przecież mógł to sprawdzić. Tylko że trzeba mieć intencję, żeby pomóc drugiemu człowiekowi – dodaje Krzysztof. Anna:

– Później dowiedziałam się, że ten ksiądz w ogóle nie udziela pierwszej komunii św. dzieciakom niepełnosprawnym, muszą jeździć dwie miejscowości dalej.

– Dlaczego? Jest jakiś logiczny argument, żeby niepełnosprawnemu intelektualnie odmówić sakramentu? – pytam.

– Chyba tylko taki, że ksiądz nie wie, czy dana osoba ma świadomość przyjmowanego sakramentu. Uznaje więc, że to może być profanacja. A tak na pewno nie jest – wyjaśnia Anna.

– A namaszczenie chorych?

– Może przyjąć każdy.

– Nieprzytomny też?

– Też. Dlatego uważamy, że to bardziej kwestia nastawienia. I osobowości. Są ludzie otwarci na innych i zamknięci. Wszystko zależy od dobrej lub złej woli człowieka – ucina Krzysztof, a Anna dodaje:

– Ja mam ten komfort, że zawsze mogę iść do dominikanów, którzy udzielą Wojtkom komunii. Ale kiedy myślę o rodzicach walczących w swoich parafiach z księżmi, którzy nie chcą przygotować ich dzieci do sakramentów, to czuję się bezradna. Jak wytłumaczyć ludziom, księżom, że niepełnosprawni w kościele są jak najbardziej na miejscu?

CZARNO-BIAŁY ŚWIAT

Dom Rehabilitacyjno-Opiekuńczy w Milanówku. O 11.00 będzie msza, już pół godziny wcześniej większość podopiecznych wyczekuje jej na ganku. Z prowadzącym ośrodek księdzem Stanisławem Jurczukiem siadamy na uboczu, rozmawiamy o miejscu niepełnosprawnych intelektualnie w Kościele (od 1990 r. jest duszpasterzem niepełnosprawnych w archidiecezji warszawskiej) i tym, że księża różnie ich traktują.

– To nie jest nic nadzwyczajnego – wyjaśnia ks. Stanisław. – Gdy przychodzą tutaj pracownicy, po jednych widać z marszu, że nadają się do pracy z niepełnosprawnymi, po innych – że będą się męczyć. Nie każdy musi umieć pracować z niepełnosprawnymi. Tak samo jest z księżmi, nie każdy jest w stanie się przełamać.

Praca pracą, a co z sakramentami? Czwartý synod archidiecezji warszawskiej w końcu podaje, że „ludzie umysłowo upośledzeni, żyjący w rodzinach lub specjalnych zakładach, powinni być objęci opieką duszpasterstwa parafialnego” (statut 413), a jeżeli „ich stan na to pozwala, powinni być oni przygotowani do przyjęcia sakramentów świętych” (statut 414).

– Nie o to chodzi w sakramentach, żeby nauczyć się formułek. Chodzi o to, czy człowiek kocha Pana Jezusa i wie, że Pan Jezus go kocha – uważa ks. Stanisław.

I dodaje, że nawet niemówiący wiele potrafią przekazać gestami. Tylko że tych gestów trzeba się nauczyć, a żeby się nauczyć – trzeba przebywać razem, wykazać trochę cierpliwości, chęci, zrozumienia. – Ja znam moich podopiecznych od lat, więc doskonale odczytuję, o co im chodzi, mogę ich tłumaczyć jak język migowy – wyjaśnia kapłan.

Tak, jak w przypadku Mariusza, którego gesty w kierunku kapłana widziałam chwilę wcześniej. Wykonał on dwa ruchy rękoma: najpierw szybko przebierał palcami, później wskazał jednym z nich do góry.

– Wie pani, o co pytał?

– Czy pójdzie do nieba? – to jak dla mnie jedyna logiczna odpowiedź. Ale nie trafiłam.

– Czy idę na pielgrzymkę na Jasną Górę – śmieje się ks. Stanisław.

Nadchodzi 11.00, godzina mszy. Bardziej sprawni do przestronnej kaplicy na czwartym piętrze dostają się schodami, reszta cierpliwie czeka pod windą na swoją kolejkę. Sama msza jest krótsza i bardziej chaotyczna niż standardowo, jeśli ktoś ma chęć, może podejść do mikrofonu i przez chwilę wyrecytować ks. Stanisława w prowadzeniu liturgii, ponadto między nogami kręci się jego dog niemiecki, w końcu uklada się pod ołtarzem.

Zanim po mszy zjedziemy do świetlicy, gdzie będziemy mogli spokojnie porozmawiać, jeden z podopiecznych zaczepia ks. Stanisława na schodach, dopytuje się o jakąś baterię. Kapłan odbija piłeczkę:

– Powiedz mi, do czego Duch Święty jest potrzebny?

– Duch Święty jest mądry. Biblia podaje, że Matka



Wojtek Duży i Wojtek Mały w krakowskim mieszkaniu z rodzicami – Anną i Krzysztofem

Boska miała stosunek i urodziła Chrystusa – odpowiada mężczyzna.

Ksiądz Jurczuk wzdycha i śmieje się jednocześnie:

– Czasem trudno zrozumieć jego filozoficzne wywody.

– A kim dzisiaj jesteś?

– Anatomem.

– To jest właśnie cały Mariusz. Czasami jest lekarzem, czasami księdzem – wyjaśnia kapłan.

Gdy siadamy, wspominam mszę. Mówię o kakofonii, psie przy ołtarzu, wrywaniu sobie mikrofonu przez ministrantów. I że w tym chaosie jest coś wzruszającego i prawdziwego.

– Bo to są takie msze jak w pierwszych wiekach chrześcijaństwa, kiedy wszystko odbywało się spontaniczne, bez paragrafów, rygorów, stania na baczność. Oni są u siebie, więc to oni decydują – odpowiada ks. Jurczuk. I dodaje: – Gdy przyjeżdżają do nas ludzie z zewnątrz, zawsze się dziwią, że nasi mieszkańcy są czynnie zaangażowani w mszę. A my po prostu wykorzystujemy ich talenty i umiejętności.

– A co z ich wiarą? Może łatwiej im jest wierzyć, bo nie przepuszczają Boga przez filtr rozumu, nie analizują, nie próbują zrozumieć? – dopytuję.

– Oczywiście. Ich świat jest czarno-biały, ewangeliczny, jednoznaczny. Dla nich tak znaczy tak, a nie to nie.

Nie kombinują, czy na pewno o to chodzi albo jak coś ominąć, zrobić po swojemu. Wykazują pełne zaufanie i pełne posłuszeństwo. Dlatego jest im łatwiej przyjąć Pana Boga i jego nauczanie.

– Ale Bóg jest abstrakcyjny, nie można go dotknąć, spojrzeć w oczy, usłyszeć głosu – drążę.

– To nie jest dla nich problem, oni mają tak ogromne

zaufanie do nauczania Kościoła, że jeśli mówimy im, że taki jest przekaz Pana Boga, to uznają to po prostu za prawdę. Na nich działa to, że Pan Bóg stworzył ten piękny świat. I dla nich jest to logiczne, nie muszą Go widzieć na własne oczy, wystarczy, że widzą Jego dzieło.

– Mimo wszystko adekwatny wydaje mi się dzisiejszy psalm: „Jakież przedziwne Twoje imię, Panie”.

– Bo to prawda, czasami trudno jest im zrozumieć to, że Pismo Święte mówi nie tylko o wielkości Pana Boga i wielkości człowieka, ale też i naszym draństwie. Na przykład Mariusz nie może pogodzić się z tym, że Pan Jezus został ukrzyżowany. My mu często wtedy mówimy: „Jakbyś tam był, toby pewnie nie został ukrzyżowany”. Ale ważniejsze są dla nich proste przekazy, a najważniejszy jest Dekalog, bo cóż może być prostszego?

Rozmawiamy jeszcze o Dużym i Małym, że dla nich dotknięcie krzyża to nie jest dotknięcie symbolu, tylko fizyczne obcowanie z Jezusem. I o Wojtku z Piastowa, który na krzyżach naklejał opatrunki, jakby to był prawdziwie cierpiący Chrystus.

– I bardzo dobrze, bo temu mają służyć symbole, które przemawiają jakąś treścią. Dotykanie symbolu to jest właśnie dotykanie tej treści. Krzyż czy obraz mają przecież wyrażać obecność Pana Boga – mówi ks. Stanisław. Wspomina też kazanie, które lata temu usłyszał z ust rekolekcjonisty. – Mówił, że w kościele zdarzają się cegły pokruszone, wyłamane, aż prosi się, żeby je wyciągnąć. Tylko że gdyby je wyjąć, to kościół całkowicie by się zawalił. Tak samo jest z niepełnosprawnymi: gdybyśmy ich wyrzucili ze społeczeństwa, toby się zawaliła nasza miłość. Bo niepełnosprawność nie jest karą, ale sprawdzianem naszej miłości. ■



HANNA PASTERNY – konsultantka ds. osób niepełnosprawnych w Centrum Rozwoju Inicjatyw Społecznych CRIS w Rybniku, osoba niewidoma, finalistka Konkursu „Człowiek bez barier 2011”, autorka książek: *Jak z białą laską zdobywałam Belgię*, *Tandem w szkocką kratkę* i *Moje podróże w ciemno*. W 2017 r. znalazła się w *Liście Mocy*, publikacji wydanej przez Integrację, z sylwetkami 100 najbardziej wpływowych Polek i Polaków z niepełnosprawnością. Więcej: www.hannapasterny.pl.

MÓDL SIĘ O WYZDROWIENIE

Kościół parafialny ma służyć pogłębianiu wiary. Każdy powinien znaleźć tu swoje miejsce. Idealnie byłoby, gdyby proboszcz znał wszystkie owieczki, ich problemy, dbał o ich rozwój duchowy, a zagubionym pomógł odnaleźć się we wspólnocie. Jednak to zadanie bywa bardzo trudne.

Strach przed innością jest czymś naturalnym. Od tematu niepełnosprawności uciekają też niektórzy księża. Nie wiedzą, jak się zachować i jak o niej rozmawiać. Mężczyzna, który po utracie wzroku prosi księdza o rozmowę, słyszy, że ma się modlić, a poruszająca się na wózku kobieta z wykształceniem wyższym – że nie może uczestniczyć w wyjazdowych rekolekcjach, bo treści będą dla niej za trudne. Ksiądz informuje liderów wspólnoty, że pani X odeszła i tak jest lepiej, bo ma zaburzenia psychiczne i nie da się z nią dogadać. Czasem księża są też skrępowani, przychodząc na kolędę do osoby niewidomej. Nie podejrzewam ich o złą wolę. Problemem jest strach wynikający z niewiedzy. Spotkałam także księży, którzy prosili mnie o radę w sprawie przygotowania dziecka z niepełnosprawnością intelektualną do pierwszej komunii św., rozmowy z klasą chłopaka z zespołem Aspergera, włączenia do liturgii osoby głuchoniewidomej. Zaobserwowałam również, że niektóre osoby niepełnosprawne mają zbyt wygórowane oczekiwania wobec duchownych i wymagają od nich wszechstronnego wsparcia.

Te doświadczenia zainspirowały mnie do zaproponowania kurii warsztatów dla księży pt. „Osoba niepełnosprawna w Kościele”. Do mojego pomysłu z entuzjazmem odniósł się biskup Marek Szकुdło. Zajęcia prowadziłam dla dwóch grup księży z archidiecezji katowickiej. Odkryliśmy, że osoby z daną niepełnosprawnością mogą mieć różne potrzeby. Niektórzy głusi chcieliby brać udział we mszy dla wszystkich, gdyby teksty części statych były wyświetlane tak jak pieśni w wielu kościołach, a kazanie było tłumaczone na język migowy. Są jednak i tacy, którzy wstydzą się migać w obecności słyszających, wołają, by cała msza była w języku migowym, odprawiana w kameralnym gronie.

Wyzwaniem dla uczestników okazało się zdefiniowanie problemów, z jakimi osoba niepełnosprawna może się spotkać w budynku kościoła. Zwrócili uwagę tylko na brak podjazdu i akustykę. Tymczasem problemów jest dużo więcej. Dla niewidomych problemem może być dotarcie do kościoła, zwłaszcza w nieznanym

miejscu i gdy jest śnieg zakrywający punkty orientacyjne, znalezienie konfesjonatu i zorientowanie się, czy jest w nim ksiądz, nieznajomość tekstów pieśni, zlokalizowanie osoby zbierającej kolektę, przekazanie znaku pokoju (nie wiadomo, czy osoba obok wyciąga rękę), przyjęcie komunii św., następnie odnalezienie swojego miejsca. Osoba z autyzmem może mieć trudności ze względu na intensywny zapach kadzidła, tłok, głośne dźwięki dzwonów i organów.

Wspólnie szukaliśmy rozwiązań. Padło wiele propozycji, w tym niewymagających nakładów finansowych, m.in.: zamieszczanie na stronie parafii informacji w formacie tekstowym, znalezienie za pośrednictwem grup parafialnych wolontariuszy, którzy pomogliby niepełnosprawnym w dotarciu do kościoła, angażowanie niepełnosprawnych do czynnego udziału w liturgii nie tylko na przeznaczonych dla nich mszach, organizowanie mszy z audiodeskrypcją, ćwiczenie przed mszą nowych pieśni, wysyłanie tekstów pieśni e-mailem, zasygnalizowanie osobie niewidomej podania komunii św. przez dotknięcie lub wypowiedzenie jej imienia, a także cierpliwe wysłuchanie w konfesjonale penitenta z zaburzeniami psychicznymi.

Przygotowując się do tych zajęć, rozmawiałam z osobami z niepełnosprawnościami, ich rodzicami, psychoterapeutami oraz duchownymi. Dzielili się swoimi doświadczeniami, pozytywnymi i negatywnymi. Kobieta chorująca psychicznie i matka autystycznego dziecka usłyszały od księży radę: „Módl się o wyzdrowienie”. Obie wpędziło to w poczucie winy. Mężczyzna z zespołem Aspergera apeluje do księży, by podczas mszy dyscyplinowali głośno zachowujące się dzieci i ich rodziców. Rozmówcy sugerowali też, by księża na kazaniach poruszali temat dbania o zdrowie psychiczne, zachęcali do leczenia psychiatrycznego i psychoterapii. To ważne, bo wielu ludzi chorujących psychicznie uważa, że ich trudności nie wynikają z choroby, lecz zbyt słabej wiary i niewystarczająco gorliwej modlitwy. W Kościele często czują się samotni i niezrozumiani. Najbardziej poruszyły mnie słowa kobiety chorującej na schizofrenię: „Powiedz im, żeby się mnie nie bali”. ■

Model wsparcia osób niepełnosprawnych w środowisku pracy



„Prawie wszystkie prace mogą być wykonywane przez osoby niepełnosprawne, a w odpowiednim środowisku większość osób niepełnosprawnych może być produktywna” - takie wnioski można odnaleźć w Światowym Raporcie o Niepełnosprawności opracowanym przez Światową Organizację Zdrowia i Bank Światowy

Z raportu NIK o zatrudnianiu osób niepełnosprawnych w Polsce wynika, że większość osób niepełnosprawnych pozostaje poza rynkiem pracy. W 2017 r. w wieku produkcyjnym znajdowało się 1680 tys. osób niepełnosprawnych, a odsetek biernych zawodowo wyniósł 71,1% (1195,5 tys.). Przy czym należy pamiętać, że dla ludzi niepełnosprawnych praca jest nie tylko drogą do usamodzielnienia ekonomicznego i poprawy warunków bytu, ale także zasadniczym sposobem integracji z otoczeniem.

W poprawie szans osób niepełnosprawnych na rynku pracy bardzo istotną rolę odgrywają pracodawcy. Zatrudnienie osoby niepełnosprawnej może przynieść im wiele korzyści, z których najważniejsze to pozyskanie **dobrej, lojalnej**

W art. 27 Konwencja Narodów Zjednoczonych o prawach Osób Niepełnosprawnych (KPON) ratyfikowana przez Polskę „uznaje prawo osób niepełnosprawnych do pracy, na zasadzie równości z innymi osobami; obejmuje to prawo do możliwości zarabiania na życie poprzez pracę swobodnie wybraną lub przyjętą na rynku pracy oraz w otwartym, integracyjnym i dostępnym dla osób niepełnosprawnych środowisku pracy”. Zakazuje także wszelkich form dyskryminacji w zatrudnieniu, promuje dostęp do szkolenia zawodowego, sprzyja możliwości samozatrudnienia i wzywa do racjonalnych usprawnień w miejscu pracy.

i zaangażowanej kadry oraz pozytywny odbiór społeczny firmy czy instytucji kierującej się zasadami społecznej odpowiedzialności biznesu. Pracodawcy są gotowi zatrudniać osoby niepełnosprawne, często jednak podjęcie stosownych działań utrudnia im **niedostosowana infrastruktura** oraz **brak wiedzy** o prawidłowym przystosowaniu miejsca pracy do potrzeb osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności.

Warto pamiętać, że dostosowanie stanowiska pracy w wielu przypadkach nie wymaga dużych nakładów finansowych czy organizacyjnych. Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy (CIOP-PIB) wraz z partnerami – Państwowym Funduszem Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON), Krajowym Związkiem Rewizyjnym Spółdzielni Inwalidów i Spółdzielni Niewidomych oraz Stowarzyszeniem Przyjaciół Integracji – a także ekspertami opracował model wsparcia osób niepełnosprawnych w środowisku pracy.

Model wsparcia osób niepełnosprawnych w środowisku pracy zawiera konkretne narzędzia do tworzenia środowiska pracy uwzględniającego **specyficzne potrzeby osób z niepełnosprawnością ruchową, wzrokową, słuchową oraz intelektualną**, w tym narzędzia do oceny fizycznych i psychospołecznych warunków pracy, narzędzia wspomagające przystosowanie środowiska, a także niezbędne informacje o sieci podmiotów, które wesprą pracodawcę w eliminowaniu barier i przeprowadzeniu procesu zatrudnienia osoby niepełnosprawnej.

Bezpłatne i profesjonalne narzędzia ułatwiające zatrudnienie osób niepełnosprawnych to:

MAPA DROGOWA

opis opracowanych aplikacji i narzędzi wsparcia pracodawców ON

4 PORADNIKI DLA PRACODAWCÓW ZATRUDNIAJĄCYCH OSOBY Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI NARZĄDU RUCHU, WZROKU, SŁUCHU ORAZ Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ INTELEKTUALNĄ porady dotyczące zatrudnienia osób z niepełnosprawnościami i dostosowania środowiska pracy

ErgoON – LISTA KONTROLNA

aplikacja (w wersji na komputer i smartfon) do oceny dostosowania zakładu pracy do potrzeb osób niepełnosprawnych

ErgoON – KALKULATOR KORZYŚCI

aplikacja (w wersji na komputer i smartfon) do wyliczania korzyści finansowych wynikających z zatrudniania osób z niepełnosprawnościami

ErgoON – WIZUALIZACJE

aplikacja prezentująca przykłady przystosowania stanowiska pracy do potrzeb osób z niepełnosprawnościami

ErgoON – PROJEKTOWANIE

program do aranżowania przestrzeni biurowej pod kątem potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Wszystkie dostępne narzędzia można pobrać ze strony: www.ciop.pl/model_wsparcia_ON.

Także na tej stronie umieszczone są informacje o tym, gdzie pracodawcy uzyskają dodatkową pomoc:

- Punkty Kontaktowe PFRON
- Zespół Informacyjno-Doradczy w zakresie dostosowywania stanowisk pracy do potrzeb osób niepełnosprawnych w CIOP-PIB
- Zespół Projektowania i Dostosowywania stanowisk pracy do potrzeb osób niepełnosprawnych w CIOP-PIB
- Sieć Ekspertów BHP ds. Osób Niepełnosprawnych.

PASJONATKA

– Usiadłam i zaczęłam się śmiać. Tak jak nie śmiałam się nigdy w życiu. Artur Dziurman błagał, żebym przestała, bo przecież za chwilę miałam grać wkurzoną. Nie mogłam się powstrzymać. Dookoła panowało zamieszanie. W maleńkiej pracowni zebrał się tłum, to miała być kluczowa scena. Miałam wyrzucić albumy ze zdjęciami zrobionymi w czasie, gdy jeszcze widziałam. Symbolicznie zaakceptować, że nie widzę. Tymczasem albumów nie było, bo nie zostały omówione z reżyser biurową. Dziurman biegał i nakazywał sobie myśleć. Zmieniały się koncepcje, psuły się rekwizyty. A potem wszystko się uspokoiło i zagraliśmy tak, jakby tak właśnie miało być.



Ilona Berezowska
dziennikarka współpracująca
m.in. z „Integracją”
i portalem Niepełnosprawni.pl

DEBIUT NA EKRANIE I W TEATRZE

Kilka miesięcy wcześniej Dorota Ziental nie wiedziała, że zagra w filmie. O aktorstwie nigdy nie marzyła. Spełniła się, prowadząc szkolenia z zasad savoir-vivre'u wobec osób niepełnosprawnych. Ta praca przynosi jej satysfakcję i daje poczucie spełniania misji. Gdy jednak dowiedziała się o castingu, bez chwili wahania wysłała zgłoszenie.

– Zachwyciła mnie jej historia. Doroty i jej niewidomego partnera, który jest inżynierem, wynalazcą, projektantem. Pomyślałam, że zrobię o nich odcinek, o całej trójce, bo Dorota na spotkanie przyszła z psem Pako. W naszym serialu nie było jeszcze psa przewodnika. Ten był wspólniały. Piękny, mądry labrador w filmie to pomysł trafiony i jedyny – mówi Artur Dziurman, aktor, reżyser i założyciel jedynego w Polsce teatru aktora niewidomego ITAN.

Pomysł 13-odcinkowego serialu „Pasjonaci” narodził się trzy lata temu. Opowiada o pasji aktorskiej osób niedowidzących i niewidomych. Odcinek o Dorocie jest inny. Wychodzi poza teatr.

– O zaangażowaniu Doroty zdecydowało przede wszystkim aktorstwo. Ona wygląda świetnie na ekranie, ale to nie wszystko. W sensie prawdy, otwartości i interpretacji tekstu, mówi doskonale. Nawiazaliśmy dobry kontakt i dobrze się z nią współpracowało. Dorota zagrała także na deskach naszego teatru i poradziła sobie bardzo dobrze. W swoją rolę weszła naturalnie. – Artur Dziurman wysoko stawia poprzeczkę niewidomym aktorom. W ITAN wzrok aktorów nie jest najważniejszy. – Nie sprzedaję publiczności niepełnosprawności, nad którą się zlituje. Zawsze powtarzam, że robimy fantastyczny spektakl. Taki, po którym publiczność bije brawa na stojąco – zapewnia reżyser.

ROLA ŻYCIA

W serialu „Pasjonaci” Dorota Ziental zagrała siebie. Osobę niewidomą, która w pełni akceptuje swoją niepełnosprawność i żyje spełnionym życiem. Nie zawsze tak było. Do 7. roku życia widziała normalnie. Potem wzrok zaczął się pogarszać. Zaczęły się niezliczone podróże do specjalistów.

– To nie było jak w filmach – bohater gorzej widzi, idzie do lekarza i dowiaduje się, że ma zwyrodnienie barwnikowe siatkówki. Ja na diagnozę czekałam latami. Byłam już po trzydziestce, gdy moja choroba została nazwana, zapisana na papierze, a jej genetyczne podłoże wyjaśnione – wspomina Dorota, której brak diagnozy przeszkadzał w akceptacji choroby.

Może gdyby chodziła do szkoły integracyjnej, gdyby zdecydowała się na laskę, zaoszczędziłaby sobie niepotrzebny stres i przykrych incydentów, ale tak się nie stało. Stresem było czytanie w szkole Pana Tadeusza z podziałem na role. Potrzebowała do tego lupy i dobrego oświetlenia, a za nic na świecie nie przyznałaby się do tego nauczycielom. Problemem było wpadanie na ludzi i konieczność korzystania z pomocy innych.

– Gdy się potykałam, mówiłam, że jestem gapą. Człowiek woli być wzięty na ulicy za pijanego czy kogoś pod wpływem narkotyków niż za osobę, która ma problemy ze wzrokiem. Długo to od siebie odpychałam. Uciekałam przed laską, parzyła mnie w rękę. Miałam takie podejście, że nigdy tej choroby nie zaakceptuję, bo akceptacja oznaczałaby kapitulację. To było głupie. Narazałam się na częste nieprzyjemności.

W końcu przyszedł moment, gdy życie bez laski stało się nie do zniesienia.

– Weszłam do ciemnej bramy, wprost z zalanej słońcem ulicy. Zazwyczaj przystosowanie wzroku do ciemności zabierało mi kilka minut. Spędzałam je, udając, że szukam czegoś w torebce lub w telefonie.



Tamtego dnia ciemność nie ustępowała. Mijały kolejne minuty, a do spotkania było coraz bliżej. Ruszyła i wpadła na kobietę, która zareagowała agresywnie wykrzyczanym pytaniem: „Ślepa jesteś?!”

– Pomyślałam, że nie mogę tak żyć. Miałam 27 lat i to było nie do przyjęcia. Nie mogłam przecież do końca życia ciągle kogoś prosić o pomoc i być zdana na łaskę innych, bo przecież byłaby to jakaś tragedia. Podjęłam decyzję, że poszukam wsparcia.

DROGA DO AKCEPTACJI

Nie знаła nikogo niewidomego. Polski Związek Niewidomych kojarzył się jej z instytucją przeznaczoną dla starszych osób. Jednak właśnie tam poszła. Od tego kroku wszystko się zmieniło. Dostała pierwszą łaskę.

– Później się okazało, że zupełnie nieprawidłową, przeznaczoną dla dzieci, ale skąd miałam to wiedzieć, a tym bardziej moja mama, która poszła po nią do sklepu.

Znalazła instruktorkę, pierwszą, drugą, kolejną. Nauczyła się chodzić z łaską, poruszać po mieście, korzystać z komputera. Poznała młodych ludzi, którzy pomimo niepełnosprawności prowadzą udane, satysfakcjonujące życie. Zyskała psa przewodnika.

– Już nie skupiam się na swoim niewidzeniu. Nie spędza mi snu z powiek – zapewnia Dorota.

Niepełnosprawności Doroty można nie zauważyć. Drobną blondynką, w nieskazitelnym makijażu i niena-

gannej stylizacji nie daje sobie taryfy ulgowej. Chodzi na jogę i siłownię. Chętnie bierze udział w kampaniach, w których przekonuje, że niewidoma kobieta pozostaje kobietą i nadal dba o wygląd.

– Gdy widziałam, byłam estetką. Lubiłam się otaczać pięknymi przedmiotami, dobrze wyglądać. Nie odpuściłam sobie, gdy przestałam widzieć. Porządek musi być. Lubię zakupy, robię to z mamą, ale sama też sobie radzę, muszę tylko dopytać o kolor lub używać detektora koloru. Zdarza mi się usłyszeć, że muszę być nieszczęśliwa, bo nie widzę. Niewidzenie już mnie nie ogranicza. Jestem szczęśliwa – zapewnia Dorota.

Pozostaje otwarta na wszystko, co przynosi życie. Swoją rolę w serialu „Pasjonaci” traktuje jak przygodę, która pokazała, na jak wiele jeszcze ją stać.

– Zaskoczyłam samą siebie. Zrobiłam rzeczy, o których nie pomyślałabym, że są możliwe. W trzy dni nauczyłam się piosenki, chociaż wydawało mi się, że nie umiem śpiewać. I to nie była zwyczajna, prosta piosenka, ale trudna, poetycka. Tańczyłam na scenie i grałam w spektaklu. A przede wszystkim poznałam fantastycznych ludzi. To ze mną zostanie.

– Premiera „Pasjonatów”, których nakręcenie było możliwe dzięki wsparciu Fundacji ORLEN – DAR SERCA, Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych i Telewizji Polskiej, nastąpi 19 grudnia br. w Krakowie. Później serial będzie można oglądać w telewizji – zaprasza Artur Dziurman. ■



ITAN W KRAKOWIE

Ilona Berezowska
dziennikarka współpracująca
m.in. z „Integracją”
i portalem Niepełnosprawni.pl



Teatr Aktora Niewidomego ITAN w Krakowie jest jedyny w swoim rodzaju. Od 15 lat grają w nim aktorzy z dysfunkcją narządu wzroku. Twórcą Teatru jest Artur Dziurman, popularny aktor teatralny i telewizyjny, reżyser. Uchyła rąbka tajemnicy sukcesu tego niecodziennego przedsięwzięcia oraz opowiada o 13-odcinkowym serialu „Pasjonaci” – od stycznia w TVP.

Ilona Berezowska: Jak to się zaczęło?

Artur Dziurman: Mój serdeczny kumpel, który jeździł na wózku, zaproponował mi któregoś razu, żebyśmy zrobili jakąś fajną scenę teatralną dla osób z niepełnośprawnościami. Pierwszą w Polsce. Taką, żeby się mogli spotykać, integrować, grać. Pomysł się spodobał. Powołaliśmy z Wojtkiem Tatarczuchem stowarzyszenie. Niestety, w trakcie budowy naszej sceny Wojtek zmarł i zostałem z tym sam. Musiałem podjąć decyzję, czy tę ideę odrzucę, czy będę drażył. W tym czasie można było się starać o granty unijne. Pojawili się niezwykli ludzie, którzy pomogli mi napisać wnioski i to wszystko zorganizować. Napisałem wniosek, wygraliśmy i ruszyliśmy. Przeprowadziliśmy zajęcia dla osób niewidomych, nauczyliśmy ich warsztatu aktorskiego, zrobiliśmy przedstawienie i zagraliśmy je 60 razy. To były *Dzikię łabędzie*.

IB: Na tym nie poprzestaliście.

AD: Na bankiecie po ostatnim przedstawieniu podeszli do mnie niewidomi aktorzy. Chociaż tak naprawdę



aktorami stali się później, gdy zorganizowaliśmy dla nich akademię aktorską. Uczyliśmy emisji głosu, wychodzenia na scenę, dykcji, poczucia prozy, piosenki itd. Wrócimy jednak do tamtej chwili.

Podeszli do mnie i zapytali:

- *A co robimy dalej?*
- *A co mamy robić dalej?* – pytałem zaskoczony.
- *Nie będziemy już grać dalej?*
- *A chcecie dalej grać?*
- *No tak!* – odpowiedzieli z entuzjazmem.

Mówili, że szkoda tego grania, że fajna grupa się zawiązała, wyszli z domu, znaleźli w tym radość i pasję: życie nabrało sensu. Pomyślałem, że skoro tak mówią, to trzeba robić, i tak to ruszyło dalej.

IB: Zmienił Pana kontakt z aktorami niewidomymi?

AD: Mam swój sposób bycia, jestem bezpośredni, szybko nawiązuję kontakty. Jestem gadatliwy i mówię to, co myślę, a nie to, co trzeba lub wypada powiedzieć. Z tego powodu bywam wyrzucany poza nawias i ciężko się ze mną pracuje, ale staram się być zawsze w zgodzie ze sobą i prawdziwy. Myślę więc, że to mnie nie zmienia, a Teatr Aktora Niewidomego ITAN prowadzę już od 15 lat. Szybko się okazało, że znajdujemy wspólny język i nawiązujemy relacje. Włożyliśmy w to przedsięwzięcie ogromnie ciężką pracę. Każda próba kosztowała mnie zmianę trzech koszulek – tak się pocitem, żeby pokazać pewne zależności występujące na scenie. Oczywiście nauczyłem się wtedy również pewnej pokory, optymizmu, niezalamywania się z powodu błahych wydarzeń. Chociaż akurat problemy, z którymi się mierzyłem, błahie nie były. Mimo wszystko dzięki tej współpracy na swoje problemy finansowe czy rodzinne starałem się patrzeć innymi kategoriami. Aktorzy niewidomi mają tak bardzo utrudnione życie, więc dla czego ja, który jestem zdrowym i pełnosprawnym człowiekiem, wykonującym tak szlachetny zawód, jakim jest aktorstwo, reżyseria

czy prowadzenie jedyne w Polsce Teatru Aktora Niewidomego, nie potrafiłbym wzniesić się ponad własne problemy.

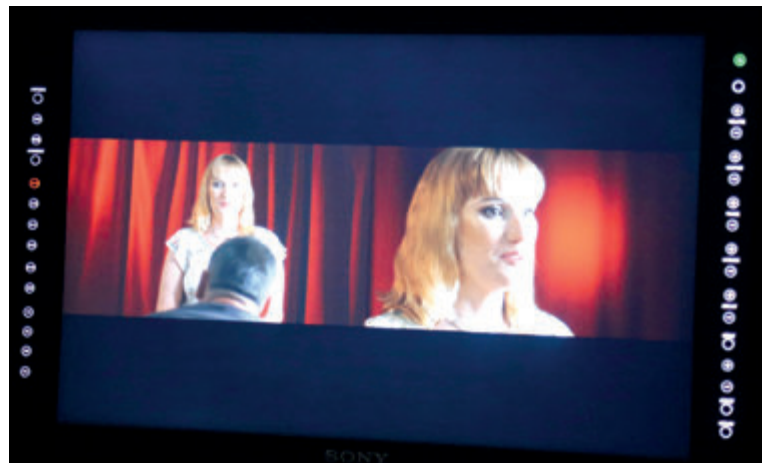
IB: Łatwo jest sprzedać spektakl grany przez niewidomych aktorów?

AD: Łatwo jest sprzedać każdy spektakl, jeśli grają tam aktorzy znani z telewizji, z seriali. Teatr Aktora Niewidomego to inna sprawa. Robimy w pełni profesjonalne przedstawienia. Sprzedając spektakl w domach kultury czy instytucjach, nigdy nie używam argumentu niepełnosprawności. Nie żałuję aktorów, nie sprzedaję litości. Powtarzam: zrobiliśmy tak fantastyczny spektakl, że widzowie na końcu wstaną z miejsc. Dużo gram i wiem, że owacje na stojąco zdarzają się rzadko, a my tworzymy przedstawienia, które poruszają, zmuszają do refleksji i zostawiają jakiś ładunek emocjonalny. Gramy spektakl Maeterlincka *Ślepcy*, gramy *Brata Naszego Boga*, Kabaret Starszych Panów i *Cyganerię*. Widzowie nie dowierzają. Pytają, czy nasi aktorzy naprawdę nie widzą.

IB: Nadal czuje Pan satysfakcję z tej działalności i ma entuzjazm do dalszych działań?

AD: Gdybym nie czerpał z tego energii, tobym tego nie robił. Przecież w każdej chwili mogę powiedzieć: dosyć! Nadal widzę w tym sens. Gramy 4–5 spektakli w miesiącu. Zrobiliśmy dwa filmy, za chwilę premierę ma nasz serial „Pasjonaci”. Zaczynamy budować własny teatr. Dzieją się u nas rzeczy niebywałe. Z ubolewaniem jednak stwierdzam, że ta praca jest niedoceniana przez władzy miasta i kraju. Na szczęście znajdujemy wsparcie. Serial „Pasjonaci” kręcimy dzięki Fundacji ORLEN – DAR SERCA, Telewizji Polskiej SA i PFRON-owi. Już wiem, co zagramy na deskach własnego teatru, ale jeszcze zachowam to dla siebie. Na pewno będzie pięknie. ■

Na planie serialu – analiza każdej sceny i ujęcia



NOWE ŻYCIE W MIEŚCIE



Julita Kuczkowska
dziennikarka,
studiuje psychologię
na Uniwersytecie SWPS w Warszawie

Przeprowadzka do dużego miasta to często szansa na lepsze życie. Oferuje ono szeroki wachlarz edukacyjny i wiele możliwości rozwoju zawodowego. Można przebierać w formach rozrywki i wydarzeniach kulturalnych. Z jednej strony jest się anonimowym, a z drugiej – każdy dzień może przynieść nowe znajomości. Jest jeszcze jedna ważna rzecz: w tym roku Warszawa zajęła I miejsce w konkursie Access City, w którym nagradzane są miasta najbardziej przyjazne osobom z niepełnosprawnością. W dużym mieście jest mniej barier, dzięki czemu żyje się łatwiej. Co warto wiedzieć, gdy w planach pojawiło się osiedlenie się w stolicy?

MIESZKANIE

Oczywiście najważniejsza jest kwestia dotycząca mieszkania, bo bez tego ani rusz. Ceny lokali w Warszawie wciąż szybują i potrafią przyprawić o zawrót głowy. Weźmy pod uwagę jeszcze taki fakt, że w przypadku wielu osób z niepełnosprawnością potrzebne są różne udogodnienia: brak barier architektonicznych, winda, duże przestrzenie w mieszkaniu. Te kryteria spełniają głównie lokale w nowym budownictwie, co jeszcze bardziej podbija cenę kupna czy najmu mieszkania. Ceny wynajmu (bez opłat za media) za kawalerkę zaczynają się od 1500 zł za miesiąc, a mieszkania 2-pokojowego od ok. 1700 zł za miesiąc.

Dobrym rozwiązaniem na początek jest wynajęcie pokoju, co pozwoli znacznie obniżyć budżet. Koszt takiego wynajmu zaczyna się od 700 zł za miesiąc. Zanim zaczniesz się jednak szukać ofert na otwartym rynku, warto popytać znajomych albo wykorzystać moc mediów społecznościowych – może akurat znajomy znajomego ma mieszkanie lub pokój do wynajęcia za nieco niższą cenę niż „rynkowa”.

Idealnym rozwiązaniem, choć wymagającym większych poszukiwań, jest znalezienie mieszkania z możliwością meldunku – choćby tymczasowego. Daje to możliwość złożenia w urzędzie danej dzielnicy wniosku

o przyznanie lokalu socjalnego lub komunalnego. Osoby z większymi zarobkami mogą starać się o wynajem mieszkania w tzw. miejskich TBS-ach.

Jeśli jesteśmy w trakcie przeprowadzki i pojawiają się w stolicy tylko na dwa–trzy dni, żeby załatwić sprawę urzędową czy „ogarnąć” mieszkanie, to możemy rozważyć nocleg w hostelu. Cena za noc zaczyna się od 35 zł w pokoju wieloosobowym (wg hostelu wyszukiwanego na portalu booking.com, z zaznaczoną opcją udogodnień dla osób z niepełnosprawnością).

Jest jeszcze jedna alternatywa lokalowa. Wiąże się ona z rozpoczęciem edukacji...



EDUKACJA

Mieszkanie w akademiku to rozwiązanie idealne na początek przygody z nowym miastem. Po pierwsze, koszty wynajmu pokoju są znacznie niższe. Na przykład akademiki Uniwersytetu Warszawskiego oferują ceny od 315 zł za miejsce w pokoju trzyosobowym do 670 zł za pokój jednoosobowy. Po drugie, akademik to taka mała społeczność, a więc doskonałe miejsce, żeby nawiązać nowe znajomości i spędzać czas z ludźmi. Teoretycznie o pokój w akademiku może starać się każdy student, ale pierwszeństwo mają studenci uczelni, do której należy dany dom. Studenci mogą mieszkać w akademiku również podczas wakacji i ferii.

Wybierając studia i uczelnię, warto wcześniej sprawdzić, jakie warunki i dostosowania mają akademiki. Zazwyczaj „zaadaptowanych” pokoi jest tylko kilka w danym domu studenckim. Jeszcze przed złożeniem dokumentów na uczelnię warto nawiązać z nią kontakt i porozmawiać o swoich potrzebach związanych z niepełnosprawnością. Każda uczelnia ma Biuro ds. Osób



Niepełnosprawnych i właśnie z taką jednostką można się kontaktować w celu uzyskania informacji nie tylko o zakwaterowaniu, ale też o dostępności wybranego wydziału. Uczelnie mają obowiązek ułatwić studentom z niepełnosprawnością proces kształcenia. W zależności od potrzeb może to być np. kurs orientacji przestrzennej na uczelni, zapewnienie asystenta podczas zajęć i w drodze do i z uczelni, pomoc w załatwianiu spraw związanych z procesem studiowania. Takie wsparcie jest zapewnione bez względu na to, czy są to studia stacjonarne, czy zaoczne.

TRANSPORT

Komunikacja miejska

Choć Warszawa ma powierzchnię ponad 500 km², poruszanie się po mieście nie sprawia większych problemów. Komunikacja miejska – metro, tramwaje, autobusy – są w większości dostosowane do osób z niepełnosprawnością i dobrze ze sobą skomunikowane. Owszem, na niektórych liniach zdarza się, że na przemian kursują tramwaje niskopodłogowe z wysokopodłogowymi. Można to jednak łatwo zweryfikować na portalu www.jakdojade.pl, zaznaczając opcję „niskopodłogowe”. Jeśli chodzi o metro, to zazwyczaj w pierwszym i ostatnim wagonie znajdują się miejsca dla osób z niepełnosprawnością. Kursuje kilka rodzajów wagonów metra i w zasadzie wszystkie są dostępne (z wyjątkiem najstarszych rosyjskich). Można również skorzystać z pomocy w miejscach przesiadkowych: węzeł Młociny, Metro Wilanowska, Dworzec Wschodni i w punktach informacyjnych znajdujących się m.in. w następujących lokalizacjach:

- ▶ ul. Żelazna 61,
- ▶ Lotnisko Chopina,
- ▶ terminal A – hala przylotów – lokal 1.810/811,
- ▶ Dworzec Centralny – hala główna dworca kolejowego, punkt usytuowany od strony Al. Jerozolimskich,
- ▶ Metro Plac Wilsona – linia M1 Pawilon 1002.

Pełną listę 22 punktów można znaleźć w serwisie Warszawskiego Transportu Publicznego: www.wtp.waw.pl.

Należy zaznaczyć, że transport publiczny dla osób z niepełnosprawnością w stopniu znacznym oraz ich asystentów/opiekunów jest bezpłatny. Z pewnością w pierwszych dniach poruszania się po miejskiej dżungli można poczuć zagubienie. Dlatego, udając się w nowe miejsce, trzeba mieć jakiś zapas czasu. Myśląc o przeprowadzce do Warszawy, warto odwiedzić ją kilka razy. Umówić się na spacer z osobą, która dobrze zna stolicę, i pomoże się zaaklimatyzować. Powie, gdzie można tanio i dobrze zjeść, i gdzie znajdują się urzędy i różne ważne miejsca. Jeżeli nie mamy w stolicy rodziny ani żadnych

znajomych, można poszukać kogoś chętnego do pomocy poprzez media społecznościowe. Najlepiej znaleźć osobę, która mieszka w Warszawie i ma podobną niepełnosprawność – bo ktoś taki najlepiej będzie znał miasto pod kątem konkretnych potrzeb i ograniczeń.



Transport specjalistyczny

W Warszawie istnieje możliwość skorzystania z transportu specjalistycznego w systemie „od drzwi do drzwi”. Transport odbywa się przystosowanym busem z windą, a kierowcy pomagają od drzwi mieszkania/domu do miejsca docelowego. Cel podróży jest dowolny, ale może obejmować jedynie teren miasta. Zapotrzebowanie na taki przejazd należy zgłosić co najmniej 3 dni wcześniej (im wcześniej, tym większa szansa na to, że dzień i godzina będą wolne i pomoc zostanie udzielona). Przejazd zostaje potwierdzony telefonicznie. Jest to usługa płatna w wysokości 15 zł, niezależnie od długości trasy. Transport realizowany jest od poniedziałku do piątku w godzinach 06.00–22.00, a w soboty i niedziele 08.00–16.00. W ustawowe święta nie jest dostępny. W celu zgłoszenia przejazdu należy zadzwonić pod numer 22 298 59 00

CENTRA WSPARCIA I INFORMACJI

**Nie wiesz, od czego zacząć?
Zacznij szukać informacji tutaj:**

- ▶ **Warszawskie Centrum Pomocy Rodzinie**
<https://wcpr.pl/osoby-niepełnosprawne/wsparcie-osob-niepełnosprawnych>
- ▶ **Centrum Informacyjne dla Osób Niepełnosprawnych**
www.niepełnosprawni.pl/ledge/x/17294
- ▶ **Polityka Społeczna Miasta Stołecznego Warszawy**
<https://politykaspoleczna.um.warszawa.pl/niepełnosprawnosci>





lub 720 915 300, albo napisać na adres e-mailowy:
bus@specjaltrans.pl.

Własny samochód

Jeżeli ktoś jest zwolennikiem własnego transportu, to warto wiedzieć, że z kartą parkingową można parkować bezpłatnie i bez ograniczeń na niebieskich „kopertach”. Można wyrobić sobie również kartę N+ (obowiązuje tylko w Warszawie). W tym celu należy się udać z kartą parkingową osoby z niepełnosprawnością do Zarządu Dróg Miejskich. Karta N+ wraz z kartą parkingową, wyłożone za przednią szybą pojazdu w sposób eksponujący widoczne zabezpieczenia oraz umożliwiające odczytanie numeru i daty ważności, uprawniają do bezpłatnego postoju na każdym ogólnodostępnym miejscu postojowym.

Karta N+ wydawana jest bezpłatnie, na wniosek uprawnionego użytkownika drogi, w Zarządzie Dróg Miejskich przy ul. Chmielnej 120, w pokoju nr 10, w godz. 8.00–14.30; tel. kontaktowy: 22 558 92 83

PRACA

Wiadomo, że ten element jest bardzo ważny, gdyż bez pracy trudno będzie się utrzymać w dużym mieście, gdzie koszt życia jest wyższy niż w mniejszych miejscowościach. Równocześnie jednak jest tu więcej miejsc rozwoju zawodowego. Jeżeli przyjeżdżamy tu na studia, a wspiera nas jeszcze rodzina, to szukaniem pierwszej pracy można zająć się po przyjeździe. Jeśli jednak planujemy przeprowadzkę, polegając finansowo tylko na sobie, to warto wcześniej odłożyć nieco oszczędności i stworzyć sobie „poduszkę finansową” w razie kłopotów ze znalezieniem pracy. Obowiązkowym punktem do odhaczenia jest zbudowanie dobrego życiorysu.

Jeśli nie do końca potrafimy sprecyzować, co chcemy robić lub na jakie stanowiska moglibyśmy kandydować, warto zgłosić się do miejsca, gdzie osobom z niepełnosprawnością 0 udzielana jest pomoc w szukaniu pracy. Są to np.:

- ▶ **Biuro FAR – woj. mazowieckie**
ul. Inspektowa 1
02-711 Warszawa
tel./faks: 22 858 75 39
e-mail: biuro.mazowieckie@far.org.pl
- ▶ **Punkt Poradnictwa dla Osób z Niepełnosprawnościami FAZON**
tel.: 22 620 32 02
biuro@fazon.pl
- ▶ **Fundacja Aktywizacja**
ul. Narbutta 49/51
02-529 Warszawa
tel.: 22 654 75 51
e-mail: fundacja@aktywizacja.org.pl

▶ Centrum Integracja

ul. Dzielna 1
00-162 Warszawa
tel.: 22 831 85 82, 570 066 506, 570 066 806
faks.: 22 635 11 82
e-mail: warszawa@integracja.org



Jeśli nie mamy dużego doświadczenia zawodowego, to warto skorzystać z programów wsparcia na rynku pracy, które realizowane są przez wiele instytucji i organizacji pozarządowych. W ramach takiego programu można odbyć szkolenie czy płatny staż, aby finalnie zyskać zatrudnienie.

Warszawa to miasto, które prężnie się rozwija. Powstaje wiele biurów i firm, a wraz z nimi – miejsc pracy. Ale zatrudnienia trzeba szukać nie tylko w szklanych wieżowcach. Dobrym miejscem na pierwszą pracę mogą okazać się centra handlowe, centra rozrywki, znane sieciówki, jak np.: McDonalds, Starbucks, Pizza Hut. Jeżeli niepełnosprawność na to pozwoli – na początek można pracować fizycznie. Warto rozejrzeć się też po mniejszych firmkach i w nich znaleźć zajęcie dla siebie. Przecież w zakładzie fotograficznym nie muszą poszukiwać jedynie fotografa. Osoba, która będzie prowadziła profil w mediach społecznościowych lub obrabiała zdjęcia w programach graficznych, może być wręcz mile widziana w takim miejscu.

Poszukiwanie pracy to też praca. Należy użyć wszelkich dostępnych środków możliwości: internetu, znajomości, urzędu pracy, wysłać swoje oferty, odwiedzić biura pośrednictwa pracy i organizacje zajmujące się aktywizacją osób z niepełnosprawnością.

ASYSTENT

Rola asystenta w pełnym i samodzielnym życiu osoby z dysfunkcjami jest kluczowa. Może być to szczególnie istotne dla osób, które decydują się na przeprowadzkę solo i nie bardzo mają jak liczyć na pomoc rodziny, która jest daleko, a do tej pory pomagała. W Warszawie



można skorzystać z usług asystenta w ramach programu „Asystent Osoby Niepełnosprawnej”. Przeznaczony jest dla osób z niepełnosprawnością ruchową, sensoryczną oraz intelektualną. Asystent pomaga w przemieszczaniu się po mieście, dotarciu do lekarza, na uczelnię czy do pracy, załatwieniu spraw w urzędach czy bankach. Można liczyć także na wsparcie, kiedy chce się wziąć udział w wydarzeniu sportowym czy kulturalnym. Usługa asystenta jest bezpłatna. Ze względu na duże zapotrzebowanie na takie usługi trzeba planować swój terminarz z dużym wyprzedzeniem. Najlepiej zgłosić zapotrzebowanie na pomoc przed początkiem miesiąca, w którym będzie ona potrzebna. Pierwszeństwo mają osoby potrzebujące pomocy w dotarciu do lekarza, na uczelnię lub do pracy. Z usługi asystenta mogą korzystać też osoby spoza Warszawy, które akurat w przebywają w stolicy.

- ▶ **Zgłoszenia usługi asystenckiej należy kierować:** od poniedziałku do piątku w godzinach: 8.00–18.00
telefonicznie: 22 277 49 89 lub przez e-mail: asystent@um.warszawa.pl

REHABILITACJA I DOSTĘP DO OPIEKI MEDYCZNEJ

Przenosząc się do nowego miasta, trzeba pamiętać o znalezieniu ośrodka zdrowia, najlepiej w pobliżu miejsca zamieszkania. Osoby z niepełnosprawnością – jeśli ośrodek nie jest w pełni dostępny – mogą zgłosić się do innego. Na pierwszą wizytę u lekarza podstawowej opieki zdrowotnej warto zabrać ze sobą dokumentację i historię choroby, tak żeby lekarz dobrze poznał nasz przypadek.

Plus mieszkania w stolicy jest również taki, że jest tu dostęp do najlepszej opieki medycznej w kraju, bo przecież głównie tu znajdują się najważniejsze jednostki medyczno-badawcze. Wdrażane są pionierskie programy zwiększające dostępność miejsc. Na przykład w tym roku Szpital Praski wprowadził nowe standardy dostępności do usług medycznych, w tym opieki ginekologicznej. Pracownik szpitala ustala z pacjentką zakres niezbędnej pomocy (np. pomoc w wysiadaniu z samochodu i wsiadaniu do niego przed szpitalem, spotkanie w określonym miejscu szpitala i pomoc w dotarciu do odpowiedniego gabinetu, tłumacza języka migowego, dodatkową asystę przy badaniu). Więcej informacji można uzyskać na stronie szpitala: www.szpitalpraski.pl/pacjent-z-niepelnosprawnoscia.

W przypadku rehabilitacji dobrze jest znaleźć placówkę niedaleko miejsca zamieszkania, żeby nie obciążać się dojazdami. Na uwagę zasługuje m.in. rehabilitacja w Fundacji Avalon, która oferuje takie zajęcia, jak: Aktywna Rehabilitacja, psycholog, neurologopeda, zajęcia outdoorowe – „Samodzielni w terenie”,

zajęcia „Samodzielni na co dzień”, nordic walking, cross trening, samoobrona, zumba – taniec, trening w wirtualnej rzeczywistości, techniki relaksacyjne, ale też indywidualną rehabilitację „jeden na jeden”. Na pierwszą wizytę można się umówić telefonicznie lub przez e-mail:

- ▶ **Fundacja Avalon**
tel.: 22 349 97 71, 796 324 328
e-mail: fundacja@fundacjaavalon.pl

AKTYWNOŚCI I ROZRYWKA

Poza tradycyjnymi formami rehabilitacji w Warszawie organizowane są liczne aktywności dla osób z niepełnosprawnościami. Tutaj nie zapisujesz się na to, co akurat jest organizowane. Tu wybierasz to, co cię interesuje. A wybór jest naprawdę duży: rugby na wózkach, zajęcia pływackie i nurkowe, koszykówka, taniec na wózkach, tenis dla osób niewidomych, amp futbol – to tylko niektóre z bogatej oferty. To miasto oferuje wiele możliwości, ale daje też szansę rozwoju własnych pomysłów i inicjatyw. Nie trzeba przecież szukać zajęć skierowanych wyłącznie do osób niepełnosprawnych. Jeśli interesuje nas rękodzieło, znajdziemy kilka kursów tworzenia ceramiki czy biżuterii. Gdy ważne są kwestie ekologiczne, można wziąć udział w zajęciach gotowania zero waste lub pójść na wystawę poświęconą zmianom klimatycznym. Tutaj ciągle coś się dzieje. Oczywiście zawsze wcześniej warto sprawdzić, czy miejsce, do którego się udajemy, jest dla nas dostępne. A nawet jeśli nie – to znajdziemy alternatywę na spędzenie wolnego czasu.



Teatry, kina, opery, muzea, wydarzenia, targi, wyprzedaże garażowe, różne akcje społeczne – jeśli pochodzisz z małej miejscowości i trafiasz do stolicy, to nagle otwiera się przed tobą morze możliwości.

Czasami problemem nie jest znalezienie ciekawego jakiegoś wydarzenia, ale dokonanie wyboru, jak i gdzie spędzić czas. ■

NAGRODA DLA WARSZAWY!

W ciągu 10 lat istnienia Access City Award pierwszym miastem z Europy Środkowowschodniej, które ją otrzymało, jest Warszawa. „Nagroda za rok 2020 została przyznana za zintegrowane działania i włączające podejście, a także za całościową poprawę w bardzo krótkim czasie” – uzasadniła przyznająca wyróżnienie Komisja Europejska.

Istotą konkursu Access City jest nagrodzenie miast z Europy gwarantujących równy dostęp do praw podstawowych i dbających o poprawę jakości życia mieszkańców. Za zapewnienie wszystkim równego dostępu do zasobów i atrakcji miasta. Nagrodę w Brukseli odebrał wiceprezydent Paweł Rabej, pełnomocniczka prezydenta m.st. Warszawy ds. dostępności Donata Kończyk oraz Dyrektor Biura Pomocy i Projektów Społecznych Tomasz Pactwa.

– Ta nagroda to po pierwsze docenienie, a po drugie zobowiązanie. Docenienie dlatego, że ta najważniejsza nagroda w Unii Europejskiej przyznawana miastom bez barier bądź tym, które dążą do tego, jest dla nas wielką satysfakcją. Bardzo się ucieszyliśmy, gdyż nagroda docenia kompleksowe podejście do zagadnienia dostępności miasta, na co złożyła się praca wielu osób w Warszawie. Docenia także organizacje pozarządowe, z którymi pracujemy nad tym, m.in. Integrację i jej założyciela Piotra Pawłowskiego, który bardzo intensywnie inspirował warszawski Ratusz i inne miasta do tego, żeby o integracji myślały i żeby likwidować bariery – mówił Paweł Rabej.

– Mamy świadomość deficytów, m.in. barier cyfrowych różnego rodzaju. Nagroda jest zobowiązaniem, żeby kontynuować tę drogę, biorąc pod uwagę, że mamy w Warszawie 110 tys. osób z bardzo różnymi niepełnosprawnościami. Muszę też powiedzieć, że patrząc na Brukselę i Warszawę, nie mamy się czego wstydić, choć jest jeszcze dużo do zrobienia – dodał.

NAJBLIŻSZA PRZYSZŁOŚĆ

Nagroda jest zobowiązaniem także dla Tomasza Pactwy.

– Przede wszystkim chcemy w miarę pilnie przyjąć wytyczne dostępności wydarzeń, najpóźniej na przełomie starego i nowego roku. Chcemy także usprawnić transport specjalistyczny dla osób z niepełnosprawnością, żeby więcej ich mogło z niego korzystać. Mamy kilka pomysłów, jak wykorzystać otrzymanie nagrody, które chcemy przedyskutować z organizacjami pozarządowymi – mówi.

Jako przykłady podaje stworzenie trasy turystycznej po centrum miasta dostępnej również dla osób niewidomych i słabowidzących, opartej na dotykowym poznawaniu i nowych technologiach. Kolejny element to teleopieka dla osób mniej samodzielnych ze względu na wiek.

– Chcielibyśmy w najbliższych dwóch latach wdrożyć założenia projektu wirtualnej Warszawy, czyli m.in. nawigację dla osób niewidomych w budynkach publicznych i atrakcjach turystycznych. To są najbliższe plany, o których mogę powiedzieć, że mamy pieniądze, i niektóre projekty są już bardzo zaawansowane – mówił Tomasz Pactwa. – Wierzę,



że w ciągu dwóch lat miasto zmieni się na jeszcze bardziej dostępne. Mamy jeszcze 5 proc. niedostępnych przystanków, co chcemy zmienić, szczególnie w kluczowych węzłach, jak np. Trasa Łazienkowska. 10 proc. przystanków jest częściowo niedostępnych, ale ponad 80 proc. jest dostępnych – dodaje.

W dalszej perspektywie działania związane z dostępnością będą polegały m.in. na tworzeniu mieszkań wytniętych czy chronionych.

DOCENIONY PLAN I JEGO WDRAŻANIE

– Nagroda Access City nie jest za to, że Warszawa jest idealna, lecz że Warszawa przyjęła jakiś plan i chce go realizować – mówi Donata Kończyk. – Nagroda wskazuje na docenienie działań nie tylko przez Komisję Europejską, ale także na poziomie krajowym. Wniosek był bowiem oceniany lokalnie i doceniony przez polskie władze i organizacje pozarządowe. Wchodzimy trochę na wyższy poziom, bo wiemy, że polityka dostępnościowa, przyjęta przez miasto, jest kierunkiem działań, który został nagrodzony. Standardy dostępności dla m.st. Warszawy zostały przyjęte w 2017 r. i są sukcesywnie wdrażane. Teraz przed nami praca nad wdrażaniem wymogów wynikających z nowych ustaw dostępnościowych, w tym systematyczne planowanie działań mających na celu podnoszenie dostępności miasta – dodaje.

Na fakt tego, że dostępność staje się standardem w działaniach samorządu i jednostek podległych miastu zwraca uwagę wiceprezydent Paweł Rabej:

– To bardzo ważne, by każdy podejmujący decyzje budowlane, architektoniczne, użytkowe, które dotyczą funkcjonalności w różnych działaniach miasta: komunikacji, budynkach, projektowaniu wspólnych przestrzeni, zieleni, miał świadomość, że mają służyć także osobom z różnymi niepełnosprawnościami, starszym i dzieciom. To wiele ułatwia.

Nagroda Access City jest przyznawana od 2010 r. przez Komisję Europejską we współpracy z Europejskim Forum Niepełnosprawności (European Disability Forum) i Europejską Platformą Osób Starszych (AGE Platform Europe). W 2019 r. III miejsce w tym konkursie zajęła Gdynia. ■



A WILK ŚPIEWA...

Marzec 2015 r. Grzegorz Wilk ucharakteryzowany na Bono z zespołu U2 odbiera nagrodę odcinka programu „Twoja twarz brzmi znajomo”, przekazuje 10 tys. zł dla dzieci i młodzieży z wadami słuchu, a potem publicznie wyznaje: „Nie słyszę połowy tego, co do mnie mówicie. Używam aparatów słuchowych i chciałbym, aby wszyscy, którzy mają problemy ze słuchem, nie wstydzili się ich nosić”.



Grzegorz Wilk – piosenkarz, aktor, kompozytor, autor tekstów i prezenter telewizyjny urodził się w 1973 r. w niewielkim, niespełna 10-tysięcznym mieście Grodków w pow. brzeskim na Opolszczyźnie. Jak wielu obywateli Unii Europejskiej ma wiele zawodów. Także takich kompletnie niezwiązanych z show biznesem. Z wykształcenia jest nauczycielem techniki i informatyki oraz socjologiem, ale skończył także specjalizację francuską na Wydziale Filologicznym Uniwersytetu Opolskiego oraz zdobył uprawnienia dziennikarza radiowego i... technika dentylistycznego.

Skąd tyle różnych specjalizacji?

– Ze spełniania marzeń, ale też błędów w myśleniu o pracy zawodowej – śmieje się Grzegorz. – Z jednej strony chciałem się kształcić i rozwijać w wielu dziedzinach, które mnie pasjonowały, lecz skrajnie: technika i nauki humanistyczne. A dłużej w różnych rzeczach zawsze lubiłem, więc stąd ten technik dentylistyczny. A z drugiej strony, to się działo w latach 80.–90. XX w.,

Emilia Traczyk
dziennikarka,
pasjonatka zdrowego
stylu życia



szukałem więc dziedziny, w której praca zabezpieczy mi byt. Wszystkie zawody traktowałem jak „życiowy spadochron”: jeśli się nie uda zarobić w jednej branży, to może w drugiej wyjdzie. A efekt jest taki, że w żadnym z tych zawodów nie pracowałem.

Grzegorz bardzo dobrze wspomina swoje szkoły i uczelnie. Do dziś pamięta nazwiska wszystkich nauczycieli, którzy „byli pasjonatami, nie do zagięcia w swoich przedmiotach”, i zarazili go różnymi pasjami, m.in. do lekkoatletyki (trenował wielobój), podróżowania i śpiewania.

GRZEGORZ KONCERTUJE...

Grzegorz zaczął śpiewać w podstawówce, w szkolnym chórze. W 1998 r. jego głos urzekł jury kultowego programu „Szansa na sukces” (TVP2). Wygrał jeden z odcinków, w którym wykonał piosenkę zespołu Piersi pt. *On nie jest cham*. Od tamtego wydarzenia jego kariera zaczęła się rozwijać, ukazując Grzegorza Wilka jako artystę wszechstronnego.

W 2002 r. w Zgorzelcu Grzegorz otrzymał Grand Prix na Międzynarodowym Festiwalu Piosenki Greckiej, po kolejnych dwóch latach (2004) został solistą i aktorem wrocławskiego Teatru Muzycznego Capitol, w którym zagrał główne role, m.in. w spektaklach: *Scat*, *Galeria* i *Gorączka* (piosenki Elvisa Presleya), *My Fair Lady* oraz *Bo ma duszę nasz dom*, a po następnych dwóch (2006) zaczął występować jako solista i parodysta w programie rozrywkowym „Szymon Majewski Show” (TVN). Od 2007 r. Grzegorz jest także solistą w oratoriach Piotra Rubika. Koncertował z nim m.in. na Słowacji, w USA i Kanadzie. W 2005 r. dołączył do ekipy solistów w programie „Jaka to melodia” (TVP1) – gdzie zyskał jeszcze większą rozpoznawalność oraz sympatię widzów i słuchaczy. Grzegorz jest współtwórcą, wokalistą i autorem tekstów zespołu Electrofit, a także wydał trzy albumy z własnymi piosenkami.

Talenty Grzegorza Wilka docenili znani artyści polskiej branży muzycznej, m.in.: Włodzimierz Korcz, Alicja Majewska, śp. Zbigniew Wodecki, Krzysztof Krawczyk, Ryszard Rynkowski, Leszek Możdżer, Robert Janowski, Paweł Kukiz – zapraszając go do realizacji wspólnych nagrań. Nostalgiczną, dumną, głęboką i elegancką barwę głosu Grzegorza dostrzegli też twórcy muzycznych projektów narodowych. Od kilku lat Grzegorz występuje m.in. podczas Koncertów Niepodległości w Muzeum Powstania



Warszawskiego oraz koncertów składanych w hołdzie Janowi Pawłowi II.

...CHOĆ NIE WSZYSTKO SŁYSZY

W 2015 r. Grzegorz Wilk został zaproszony do III edycji programu „Twoja twarz brzmi znajomo” (Polsat), w którym polscy aktorzy, dzięki pracowitej charakteryzacji i wielogodzinnym treningom wokalnemu wcielają się wizualnie i głosowo w znanych artystów krajowych i światowych. Grzegorz wzbudził zachwyt publiczności jako Amanda Lear, udając Grzegorza Ciechowskiego, dostał gorącą owację, bawił jako Rudi Schubert, a jako Bono z zespołu U2 pokonał wszystkich rywali.

Gdy w skórzanych spodniach i kamizelce, z czarnymi, nażelowanymi włosami trzymał czek z wygraną, 10 tys. zł, publiczność w studiu i przed telewizorami nawet się nie domyślała, że jest świadkiem jednego z najbardziej wzruszających odcinków. Grzegorz Wilk przekazał wygraną podopiecznym Specjalistycznego Ośrodka Diagnostyki i Rehabilitacji Dzieci i Młodzieży z Wadami Słuchu w Opolu i wyznał, że... ma niedosłuch i używa aparatów słuchowych.

A WSZYSTKO PRZEZ ŚLIMAK

Grzegorz nie wie, skąd wzięta się jego wada słuchu. Dostrzegł ją, gdy zaczął śpiewać z muzykami na koncertach.

– *Każdy koncert był dla mnie zmaganiem się z nieprawdopodobnym hałasem, podobnie było na dyskotekach. Ciągle się zastanawiałem, jak ludzie mogą się bawić z uśmiechem na ustach, skoro to po prostu boli. Miałem też kłopot z prowadzeniem rozmów na co dzień. Słyszałem*

dobrze rozmówcę, gdy panowała cisza. Ale gdy w tle pojawiały się jakieś głosy, hałas, inne zakłócenia, było już gorzej z rozumieniem – tłumaczy Grzegorz.

Bardzo długo bronił się przed pójściem do lekarza, tłumacząc sobie, że to przez zmęczenie słuchu i coraz głośniejsze basy na koncertach.

– *Słuch jest zmysłem niewymiernym. Każdy z nas słyszy inaczej, ale nikt nie nosi przy sobie urządzeń pomiarowych, aby sprawdzić jego prawidłowość. Dopiero w specjalnych kabinach akustycznych można stwierdzić, co się słyszy, a czego nie* – mówi Grzegorz.

Wielokrotne badania i konsultacje, m.in. w Instytucie Fizjologii i Patologii Słuchu w podwarszawskich Kajetanach, potwierdziły diagnozę: Grzegorz ma niemal 60-decybelowy niedosłuch wywołany zakłóceniami w działaniu ślimaka.

Ślimak to najważniejsza część ucha środkowego. Nosi taką nazwę, gdyż z wyglądu przypomina ślimaczą muszlę. To długi, zwężający się, zawinięty w spiralę kanał kostny, wypełniony całkowicie płynem. W środku ślimak ma dwie błony: podstawową i Reisnera (inaczej: przed-sionkową), które dzielą go na trzy komory nazywane schodami. Wewnątrz schodów ślimaka znajduje się narząd Cortiego, który zamienia pobudzenia znajdujących się na nim rzęsek w impulsy nerwowe, a jego zniszczenie powoduje całkowitą głuchotę.

Grzegorz nie słyszy pasma średnich tonów. Znakomicie natomiast słyszy pasma tonów wysokich i niskich, ale szybko się przy tym męczy. Podczas śpiewania zakłada zamknięte słuchawki douszne Lime Ears. Dzięki nim słyszy tylko potrzebne mu dźwięki. Na co dzień używa aparatów słuchowych na obojgu uszach.



Słyszysz wtedy wszystko głośno i wyraźnie. Ale dla higieny pozwala też uszom odetchnąć od aparatów, robiąc kilkudniowe przerwy. Zauważył bowiem, że nieustanne noszenie aparatów bardzo przytępia słuch.

ŻADNE ZE MNIE CUDOWNE DZIECKO

Wyznając publicznie prawdę o wadzie słuchu, Grzegorz Wilk nie myślał o sobie.

– *Dzieciaki mojej trenerki wokalnej miały problemy ze słuchem, a wstydziły się nosić aparaty. Przyznałem się, że ja też takie mam, żeby im pokazać, że to żaden obciach* – wyjaśnia.

Grzegorz nie wiedział, jak to spontaniczne wyznanie wpłynie na jego karierę. Osoby z wadami słuchu zareagowały na nie bardzo ciepło i przyjaźnie. Mówiły i pisały, że swoim śpiewem i postawą Grzegorz daje im nadzieję, iż można wyrwać się z niewielkiego miasteczka i pomimo niepełnosprawności zmysłu słuchu realizować swoje marzenia nawet w dziedzinie tak bardzo związanej z dźwiękiem.

– *Z kolei ludzie z branży zarzucali mi, że opowiadam bzdury, że robię z siebie cudowne dziecko, że to plotka, którą rozpowiadają, żeby się o mnie więcej mówiło. Przylgnęła też do mnie niesłuszna łątka, że z powodu wady słuchu mogę być trudny we współpracy* – wyznaje ze smutkiem Grzegorz.

Te pomówienia uraziły go najbardziej, bo do swoich sukcesów doszedł ciężką pracą i uporem, a zaakceptowanie diagnozy niedosłuchu nie było łatwe. Grzegorz dodaje też, że nie rozumie, dlaczego jego wyznanie wywołało taki szum, skoro kłopoty ze słuchem to tajemnica poliszynela wielu muzyków i piosenkarzy. Nie mówi się o tym głośno.

SŁAWA MNIE NIE ŁECHCE

W pierwszym wywiadzie, którego Grzegorz udzielił w 1998 r., powiedział, że uwielbia pracować z pasjonatami.

– *To się nie zmieniło. Uskrzydla mnie praca z ludźmi, którzy kochają swoją pracę, wykonują ją, nie bacząc na czas, miejsce i swoje ograniczenia, bo sam taki jestem*

– *mówi. – Ci ludzie to moje anioły. Ja też jestem aniołem, ale w pierwszym ziemskim wcieleniu. Dlatego trudno mi się dostosować, bo nie rozumiem zła.*

Nie miał i nie ma menedżera. Karierą i wszystkimi z nią związanymi sprawami: prawnymi, administracyjnymi, promocyjnymi i logistycznymi zarządza sam. A jest ich dużo, bo Grzegorz bierze udział w programach telewizyjnych, koncertach plenerowych i innych wydarzeniach artystycznych, nagrywa w studio, gra w musicalach itp. Śmieje się, gdy dziękuję mu, że tak szybko się odezwał w odpowiedzi na moją prośbę o wywiad, i komentuję, iż przez menedżera załatwiabym tę sprawę dłużej.

Nie jest typem celebryty. Nie opowiada o swoim życiu prywatnym i nie pokazuje na fanpage’u, jak mieszka, w co się ubiera i z kim żyje.

– *Taka „sława” mnie nie nęci* – mówi. – *Ja jestem tylko w jakimś stopniu rozpoznawalny. Zresztą wiem, że wiele osób z branży boli to, że jestem rozpoznawalny w taki dobry sposób, bo w zasadzie nic mi nie można zarzucić. Ale wiele drzwi jest przede mną zamkniętych, bo cechuje mnie „nietandety” sposób wyrażania emocji. Na moich koncertach ludzie śmieją się, płaczą, bawią się. A to jest solą w oku tych, którzy nie potrafią być medium, i to dotyczy również ich menedżerów. A teraz wszędzie działają ci, którzy mają dobrych agentów. Nie ukrywam, że trochę utylitarnej sławy by się przydało. Po to, aby pomóc ludziom i przede wszystkim zwierzętom. Bo człowiek znany może po prostu więcej zdziałać. Uważam, że sława, popularność powinny być jedynie narzędziem do tego, aby godnie i bez wstydu żyć i działać bez trwogi o jutro. Wtedy łatwiej zwrócić uwagę na pewne problemy społeczne, pokazać ludziom, że nie są z tym sami. Udowodnić, że można jakiś problem rozwiązać i zmotywować innych do działania.*

Na pytanie, czy dostał jakąś propozycję współpracy od organizacji pozarządowej, Grzegorz odpowiada:

– *Do tej pory nie. Na szczęście, w ogóle mnie to nie zraża. Nadal robię swoje. I tak pewnie pozostanie, bo nie lubię żyć złudzeniami i nie czekam na gwiazdkę z nieba.* ■

NIE IGNORUJ TYCH SYGNAŁÓW!

Czy wiesz, że siniaki mogą być objawem białaczki, szary nalot na języku – opryszczki, czkawka – zawału, a obrzęki nóg – zbyt drastycznego odchudzania? Przedstawiamy osiem sygnałów, które zwykle bagatelizujemy, a które mogą być oznaką poważnych schorzeń.



Emilia Traczyk
dziennikarka,
pasjonatka zdrowego
stylu życia

SYGNAŁ 1.

NALOT NA JĘZYKU

Naturalną barwą języka jest **lekka biel**. Bardziej intensywna powstaje w efekcie niedbalej pielęgnacji jamy ustnej, zbyt częstego płukania jej płynem z wodą utlenioną lub wypijania zbyt małej ilości płynów. Jeśli jednak nalot jest kredowobiały, o konsystencji zsiadłego mleka oraz obejmuje podniebienie, gardło oraz przetyk, a pokryta nim błona śluzowa boli, piecze i pojawiają się na niej owrzodzenia, trzeba sprawdzić, czy nie doszło do grzybicy jamy ustnej. Powinny to uczynić zwłaszcza osoby, które przyjmują antybiotyki, sterydy albo są w trakcie chemioterapii lub immunosupresji. Biały nalot na języku może także wskazywać na: anemię, cukrzycę, kiłę, dur brzuszny, szkarlatynę, choroby, które wymuszają oddychanie przez usta (np. przerost migdałka gardłowego), a nawet na zakażenie wirusem HIV oraz zmianę przedrakową o nazwie: leukoplakia.

Nalot na języku może przybierać także inne kolory:

- ▶ **żółty** lub **brązowy**: od papierosów, kawy, herbaty albo żółtych przypraw, ale może być też objawem chorób pęcherzyka żółciowego i dróg żółciowych, nieprawidłowego działania wątroby oraz choroby wrzodowej żołądka i dwunastnicy; brązowy język bywa też skutkiem niedotlenienia organizmu (u osób, które mają problemy z oddychaniem) lub zatrucia go toksynami;
- ▶ **zielony** – świadczy o osłabieniu wątroby;
- ▶ **czerwony** – sygnalizuje albo złą pracę wątroby, albo problem z pęcherzykiem żółciowym;
- ▶ **purpurowy** – może świadczyć o niedoborze witamin z grupy B;
- ▶ **szary, siny** – to oznaka niedoboru żelaza (anemii) albo zapalenia wywołanego wirusem opryszczki;
- ▶ **czarny** – oznacza dysfunkcję nerek.

SYGNAŁY 2. I 3.

ŚLINOTOK I SUCHOŚĆ W USTACH

Ślina – wydzielana przez ślinianki (przy uszach, pod językiem, przy żuchwie) oraz niewielkie gruczoły na wargach, podniebieniu, języku i policzkach – to jeden z ważniejszych płynów ustrojowych. Nie tylko umożliwia odczuwanie smaku, mówienie i trawienie, ale też chroni jamę ustną przed bakteriami, wirusami i patogenami, błonę śluzową przed uszkodzeniami, a zęby przed próchnicą. Zdarza się jednak, że organizm produkuje śliny zbyt wiele, zbyt mało lub wcale. Co to może oznaczać?

Ślinotok towarzyszy często mdłościom w ciąży, pojawia się po spożyciu kwaśnych owoców, ostrych przypraw lub leków przeciwpsychotycznych. Może być oznaką zatrzymania się ciała obcego w gardle lub przetyku, ząbkowania u dzieci, zatrucia pokarmowego, mononukleozy, ospy wietrznej, pryszczycy czy wścieklizny, ale też występuje jako objaw dodatkowy schorzeń:

- ▶ jamy ustnej, m.in. aft, zapalenia martwiczo-wrzodziejącego lub opryszczkowego oraz nowotworów złośliwych – raków: policzka, języka lub dna jamy ustnej;
- ▶ gardła, m.in. zapalenia nagłośni, ropni: okotomigdałkowego i zagardłowego oraz raka gardła;
- ▶ przetyku, m.in. refluksu żołądkowo-przetykowego i raka przetyku;
- ▶ układu nerwowego, m.in. porażenia mózgowego, choroby Parkinsona, padaczki, stwardnienia zanikowego bocznego.

Suchość w ustach (tzw. kserostomia) może być wywołana przez głębokie oddychanie przez usta, stres, dym papierosowy lub spożywanie zbyt małej ilości płynów bądź zbyt dużej ilości soli. Są jednak i inne przyczyny tego niemiłego i bolesnego uczucia, a mianowicie:

- ▶ leki, np. przeciwdepresyjne, przeciwwymiotne, przeciwłękowe i antyhistaminowe;
- ▶ narkotyki, np. marihuana i amfetamina;
- ▶ chemioterapia;
- ▶ radioterapia głowy i szyi;
- ▶ menopauza;



- ▶ choroby układowe, np. wrodzony niedorozwój ślinianek (bardzo rzadko), cukrzyca, gruźlica, niewydolność nerek lub ich kamica, nadczynność tarczycy, reumatoidalne zapalenie stawów, toczeń rumieniowaty, twardzina, a nawet trąd i AIDS;
- ▶ choroby gorączkowe, przy których występują wymioty i biegunki – wtedy suchość w ustach jest objawem odwodnienia.

SYGNAŁ 4. CZKAWKA

Ten męczący i wprawiający w zakłopotanie objaw podrażnienia przepony pojawia się nagle i nie zawsze zapowiada poważniejsze kłopoty zdrowotne. Czkawka może być „karą” za zbyt szybkie jedzenie „na sucho” czy wypicie zbyt dużej ilości alkoholu, ale może też być objawem poważniejszych schorzeń, m.in.:

- ▶ nerwicy;
- ▶ chorób układu nerwowego, np. stwardnienia rozsianego, guza mózgu, zapalenia nerwów;
- ▶ podrażnienia błony bębenkowej w uszach, np. przez ciało obce;
- ▶ urazu w obrębie jamy brzusznej lub klatki piersiowej;
- ▶ chorób gardła lub krtani;
- ▶ chorób wywołanych zaburzeniami przemiany materii, np. cukrzycy;
- ▶ przepukliny rozworu przełykowego;
- ▶ zapalenia płuc lub opłucnej;
- ▶ zawału mięśnia sercowego lub zapalenia osierdzia.

KIEDY Z CZKAWKĄ DO LEKARZA?

Gdy towarzyszą jej: silny ból brzucha, wzdęcia, odbijanie się, brak apetytu, wstręt do mięsa, ostra biegunka, ból w klatce piersiowej, krwioplucie, duszności, silne bóle lub zawroty głowy i zaburzenia widzenia, a także wtedy, gdy pojawiła się po przyjęciu nowego leku albo gdy trwa dłużej niż: 8 godzin – u dorosłego, lub 3 godziny – u dziecka.

SYGNAŁ 5. SZUMY USZNE

Szumy uszne to osobliwe zjawisko akustyczne niewywołane przez żadne dźwięki. Słyszy je tylko osoba, której dotyczy. Nie mają żadnego wpływu na jakość jej słuchu, ale za to ogromny na jej życie: wywołują napięcie nerwowe, izolują od otoczenia, rujną życie we wszystkich jego aspektach. Stałe, uciążliwe szumy uszne mogą być objawem nadużywania leków (antybiotyków, przeciwzapalnych, przeciwbólowych), ekspozycji na silny hałas lub długotrwałego stresu, niskiej krzepliwości krwi, ale także wielu schorzeń, takich jak np.: nadczynność tarczycy, nadciśnienie tętnicze czy miażdżycza naczyń krwionośnych.

SYGNAŁ 6. OBRZĘKI

Obrzęki to efekt gromadzenia się w tkankach nadmiaru płynu surowiczego. Jest on magazynowany, gdy dochodzi z różnych powodów do zaburzeń w pracy systemu kontrolowania wody w organizmie. Obrzęki powstają zwykle na nogach. Mogą się pojawić po spożyciu alkoholu, długiej pracy przy biurku albo podróży autem lub samolotem, także po spacerze w niewygodnych butach. Obrzęki mogą być też objawem jakiegoś urazu, schorzenia (np. nieprawidłowej pracy serca, nerek, wątroby) oraz stosowania... zbyt rygorystycznej diety odchudzającej z niewielką ilością białka, którego brak powoduje swobodne przeciekanie płynów przez ściany naczyń.

SYGNAŁ 7. NOCNE POTY

Pocenie się w nocy może mieć wiele przyczyn. Są wśród nich błaha (np. spanie w zbyt nagrzanym pomieszczeniu), proste (np. hipoglikemia, czyli niski poziom cukru we krwi, menopauza albo przyjmowanie leków przeciwgorączkowych, napotnych, przeciwdepresyjnych), jak też poważne i złożone, takie jak m.in.:

- ▶ groźne infekcje bakteryjne lub wirusowe; np. gruźlica, zapalenie wsierdzia lub szpiku albo ropnie;
- ▶ nadczynność tarczycy;
- ▶ nowotwory złośliwe, np. chłoniak ziarniczny;
- ▶ obturacyjny bezdech senny;
- ▶ przyczyny neurologiczne, np. autonomiczna dysrefleksja, czyli nadmierna aktywność autonomicznego systemu nerwowego, która powoduje nagłe napady wysokiego ciśnienia krwi, a która występuje najczęściej u osób z urazami rdzenia kręgowego powyżej poziomu Th6.

SYGNAŁ 8. SINIAKI

Tworzą się tam, gdzie uszkodzeniu ulegają drobne naczynia krwionośne i krew przedostaje się do tkanek. Zwykle powstają więc po silnym uderzeniu lub ucisku, ale też u kobiet podczas menstruacji, po zażyciu leków (np. przeciwzapalnych lub rozrzedzających krew), z powodu zbyt małej ilości witaminy C albo są cechą osobniczą wynikającą z wrodzonej nadmiernej kruchości naczyń. Istnieją także choroby, których sińce są charakterystycznym objawem, a chodzi m.in. o:

- ▶ skazę krwotoczną,
- ▶ hemofilię,
- ▶ marskość wątroby,
- ▶ niewydolność nerek,
- ▶ białaczkę. ■

Pocenie się w nocy i za dnia – może być objawem schorzenia o nazwie nadmierna potliwość idiopatyczna, ale skąd ono się bierze, tego lekarze nie mogą ustalić.



CENTRUM WSPARCIA KLIENTA KOLEJOWA JEDNOSTKA DO ZADAŃ SPECJALNYCH

**Nagły wypadek podczas podróży, koordynacja przejazdów pasażerów z niepełno-
sprawnością czy zepsuta winda – w takich sytuacjach najlepiej liczyć na Centrum
Wsparcia Klienta (CWK), które pomaga także pasażerom z niepełnosprawnością.
Jednostka powstała z inicjatywy PKP Intercity, PKP SA i PKP Polskich Linii
Kolejowych. Funkcjonuje 7 dni w tygodniu, 24 godziny na dobę, działa bez względu
na warunki atmosferyczne.**



Róża Matuszewska
współpracuje z „Integracją”
i portalem Niepełnosprawni.pl

Grupa PKP postawiła sobie za cel uczynienie podróży koleją jak najbardziej bezpieczną i komfortową dla pasażerów z niepełnosprawnością. Służą temu nie tylko szkolenia dla pracowników, ale także unowocześnianie taboru i dworców w całym kraju. Równie istotne są: klarowne informowanie osób z niepełnosprawnością o przysługujących im ulgach i udogodnieniach, możliwość szybkiego skontaktowania się z przewoźnikiem i właściwego zaplanowania podróży oraz zareagowania w sytuacji wystąpienia nagłych problemów.

JEDNOSTKA DO ZADAŃ SPECJALNYCH

Zespół CWK liczy od 3 do 6 osób, tworzą go pracownicy spółek z Grupy PKP – zarządcy infrastruktury i zarządcy dworców oraz największego przewoźnika dalekobież-

nego w kraju. Centrum Wsparcia Klienta zapewnia pasażerom wszelką możliwą pomoc na każdym etapie podróży.

Centrum Wsparcia Klienta działa całą dobę przez cały tydzień, bez względu na warunki atmosferyczne. Dzięki bezpośredniej współpracy z dyspozyturą ruchu pracownicy CWK mają najbardziej aktualne informacje na temat składów, zapoznają się na bieżąco z sytuacją pasażerów na pokładzie pociągu i udzielają pomocy przede wszystkim pasażerom najbardziej potrzebującym (np. podróżnym z małymi dziećmi, osobom starszym czy osobom z niepełnosprawnością). Zanim pasażer rozpocznie podróż pociągiem, ma możliwość skorzystania z asysty na dworcu, która jest również organizowana przez CWK. Co więcej, zespół zapewnia także każdemu dostosowany do jego potrzeb dojazd do miejsca docelowego – pociągiem PKP Intercity lub innego przewoźnika. Zdarzają się też sytuacje, gdy pracownicy CWK decydują o uruchomieniu zastępczej komunikacji autobusowej, a nawet przewozić



pojedynczych pasażerów taksówkami – oczywiście w żadnej sytuacji pasażer nie ponosi dodatkowych kosztów. Ponadto pracownicy podejmują decyzję o wydaniu ciepłych napojów, wody czy poczęstunku podróżnym, np. w przypadku opóźnień. Do końca września br. Centrum Wsparcia Klienta przygotowało dla podróżnych ponad 422 tys. poczęstunków na dworcach i w pociągach oraz zorganizowało transport taksówkami i noclegi dla ponad 600 osób.

– *Przykładowo, pasażer na wózku chce podróżować Pendolino z Gdańska do Krakowa, ale awarii ulega winda, którą docelowo miał dostać się na peron* – wyjaśnia Piotr Czarnota, konsultant ds. osób niepełnosprawnych PKP Intercity. – *Wtedy konduktor dzwoni z informacją do CWK, aby jego pracownicy mogli zorganizować wszystko tak, by pociąg mógł wjechać na stację od drugiej strony, a pasażer mógł skorzystać z działającej windy. Wymaga to koordynacji całego przejazdu, a także pracy obsługi całego dworca i przyjazdów innych pociągów* – informuje.

POD DODATKOWYM NADZOREM

Centrum Wsparcia Klienta powstało po to, by podróż pociągiem m.in. dla osoby z niepełnosprawnością nie wiązała się z niepotrzebnym stresem. Pomaga im w tym ogromne doświadczenie i zdobyta przez lata pracy wiedza. Mając świadomość takiego wsparcia, osoby z niepełnosprawnością mogą czuć się zaopiekowane na każdym etapie korzystania z usług PKP Intercity.

– *Chodzi o to, aby pasażer z niepełnosprawnością podczas np. awarii pociągu mógł bezpiecznie i komfortowo kontynuować podróż* – tłumaczy przedstawiciel PKP Intercity. – *Centrum jest takim dobrym duchem, który czuwa nad bezpieczeństwem i komfortem podróży i na bieżąco zbiera informacje na temat przejazdu.*

W CWK pracują doświadczeni pracownicy PKP, mający ogromną wiedzę na temat kolei, szlaków i pociągów. Dzięki temu potrafią zareagować we wszystkich sytuacjach, również tych niestandardowych.

Gdy osoba z niepełnosprawnością podróżuje bez wcześniejszego zgłoszenia przejazdu, wtedy drużyna konduktorska informuje CWK o konieczności zorganizowania pomocy na stacji, na której pasażer z niepełnosprawnością będzie wysiadał. Podczas podróży na długich trasach – na przykład z Przemysła do Kołobrzegu, gdy w trakcie podróży czterokrotnie zmienia się drużyna konduktorska – koordynacją ich pracy i przekazywaniem potrzebnych im informacji zajmuje się Centrum Wsparcia Klienta.

KLUCZOWY JEST PRZEPŁYW INFORMACJI

PKP Intercity za cel postawiło sobie sprawienie, aby podróż pociągiem była dla osób z niepełnosprawnością komfortowa i bezpieczna. Do tego potrzebna jest jednak właściwa komunikacja – zarówno ze strony przewoźnika, jak i pasażera z niepełnosprawnością.

Dlatego tak istotne jest informowanie o planach podróży i związanych z nią potrzebach z odpowiednim 48-godzinny wyprzedzeniem.

– *Pasażerowie z niepełnosprawnością mogą uzyskać wszelkie potrzebne im informacje, dzwoniąc pod numery 42 205 45 31 lub 703 200 200. Konsultanci obsługujący oba numery telefonów udzielają odpowiedzi na zadawane przez pasażerów pytania. Najczęściej dzwonią do nas osoby z niepełnosprawnością, chcące zgłosić potrzebę pomocy w czasie podróży pociągiem. Wówczas konsultanci informują o przysługujących zniżkach, dostępnym taborze, czyli o tym, który pociąg jest dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnością, jakie parametry wózka umożliwiają odbycie bezpiecznej i komfortowej podróży, a także czy dany dworzec jest dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnością. Informują też oczywiście o kwestiach związanych z bezpieczeństwem w podróży, a także o najatrakcyjniejszych warunkach, ofertach i alternatywnych połączeniach* – przypomina Katarzyna Grzduk, rzecznik prasowy PKP Intercity.

Najliczniejszą grupę spośród zgłaszających się pasażerów z niepełnosprawnością stanowią osoby poruszające się na wózkach.

– *Każdy konsultant infolinii, otrzymując zgłoszenie, ma obowiązek wypełnienia specjalnego formularza. Jest on oczywiście dostępny na naszej stronie internetowej. Wiele osób woli jednak zadzwonić i ustalić szczegóły podróży z pomocą konsultanta. Komplet danych na temat podróży, w tym m.in. informacja o tym, czy pasażer będzie jechał sam, czy z opiekunem, trasa, termin, ale także zakres pomocy, jakiej potrzebuje, oraz to, jakim wózkiem się porusza, trafia do Centrum Wsparcia Klienta. To tam podejmowana jest we współpracy z PKP S.A. decyzja, czy i w jakim zakresie pracownicy PKP Intercity mogą przyjąć do realizacji zgłoszenie. Informacja o decyzji podjętej w Centrum Wsparcia Klienta przekazywana jest do pracownika infolinii. Ten zaś przekazuje ją pasażerowi zgodnie ze wskazanym w formularzu kanałem kontaktu – na przykład poprzez wiadomość SMS, telefonicznie lub na wyraźną prośbę klienta e-mailem. Na tym etapie kończy się rola konsultanta, a zaczyna Centrum Wsparcia Klienta – wyjaśnia rzecznik prasowy Katarzyna Grzduk.*

PKP Intercity jako największy przewoźnik dalekobieżny w kraju pokazuje, że przyszłość transportu zbiorowego to nowoczesna kolej, w tym dostosowane pociągi i aplikacje do planowania podróży, ale co najważniejsze – umiejętność odpowiadania na potrzeby różnych grup klientów. Temu właśnie służy CWK, które czuwa nad bezpieczeństwem i komfortem każdego pasażera. Dzięki niemu, wchodząc na pokład pociągu, osoby z niepełnosprawnością mogą być pewne, że niezależnie od tego, co może wydarzyć się podczas podróży, nie muszą martwić się tym, czy i jak dotrą do miejsca docelowego. ■

PIERWSZE STRZAŁY TALENTU

W literaturze debiut to pierwszy opublikowany utwór. W sztukach plastycznych – pierwsze dzieło, np. rzeźba, obraz. W muzyce – pierwsze wykonanie lub nagranie płyty. W teatrze – pierwszy występ w spektaklu. Wszystko to robi się publicznie pierwszy raz...

W tradycji angielskiej poszło to tak daleko, że inicjacja życia publicznego, oficjalne wprowadzenie do towarzystwa było debiutem. Chwilą ważną i uroczystą, doniosłym przeżyciem. Słowo „debiut” wywodzi się z języka francuskiego: *début* i oznacza: „pierwszy rzut”.

Poznajmy zatem ciekawie zapowiadających się debiutantów. Proszę o uważną lekturę, ponieważ mamy od nich prezenty, ale – aby je zdobyć – trzeba odpowiedzieć na przygotowane przez redakcję pytania.

PRZED DRUGIM DEBIUTEM

Agata Kokowska (rocznik 1986) mieszka w Zawierciu. Jako bardzo młoda kobieta 10 lat temu uległa wypadkowi, który zmienił jej życie. Ma bardzo duże ubytki wzroku i niedowład połowiczny prawostronny. Dzięki wsparciu mamy oraz instruktorki przestrzennej wróciła po latach zmagania się z chorobą do swojej pasji, którą jest rysunek. Z czasem stało się nią też pisanie. Pomimo niedowładu prawej ręki podjęła wyzwanie i rozpoczęła na nowo przygodę ze sztuką, która jest również formą terapii. Jak sama mówi: „Dzięki rysowaniu jestem szczęśliwa, wolna – jestem sobą”.

Proces twórczy ze względu na ograniczenia chorobowe jest długi, okupiony wysiłkiem, ale daje też zadowolenie. Pierwsza praca *Dzban z roślinami* powstawała przez trzy tygodnie, po pięć godzin dziennie. Prace Agaty Kokowskiej wystawiono w sierpniu br. w holu przed Oddziałem Rehabilitacji Kardiologicznej i Oddziałem Rehabilitacji Neurologicznej Górnośląskiego Centrum Rehabilitacji (GCR) w Reptach. Artystka wspomina te dni: „Poza Reptami kilka lat temu miałam wystawę swoich prac w Miejskim Ośrodku



Kultury w Zawierciu, zorganizowaną przez PZN. Był to jednak dzień wystaw kilkunastu organizacji pozarządowych. To były moje pierwsze prace po wypadku, moim zdaniem dużo gorsze niż obecne. Tamtej wystawy raczej nikt nie zauważył...”.

Przed wypadkiem Agata rysowała, w liceum dekorowała pracownię języka angielskiego m.in. rysunkami budowli Londynu. Przetom nastąpił podczas rehabilitacji, która otworzyła ją na rysunek tworzony świadomie. Poczuła wtedy, że jest twórcza. Do skontaktowania się z „Integracją” namówiła ją psycholog Gabriela Rawlik z GCR „Repty” podczas kolejnego pobytu w Centrum. Zaczęła wierzyć, że jej twórczość ma wartość i sens.

„O wielu rzeczach związanych z niepełnosprawnością nie miałam pojęcia. Na darmo poszukiwałam odpowiedzi na wiele pytań. Po upływie siedmiu lat postanowiłam to opisać. Opisać problemy dotyczące mojej sytuacji”.

Książka, która powstała – *Życie po wypadku. Instrukcja obsługi* – lada chwila zostanie wydana, w bardzo małym nakładzie, bo tylko na taki Autorka znalazła środki.



CZEKAMY NA WASZĄ TWÓRCZOŚĆ

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



Od Autorki mamy dla Czytelników 2 egz. książki *Życie po wypadku. Instrukcja obsługi*. Czekamy na odpowiedzi (w listach lub mejlem na adres redakcji) na pytanie: **Czym zaskoczyła mnie niepełnosprawność?** Autorzy najciekawszych wypowiedzi otrzymają подарowane książki.

ZACHWYT NAD ŻYCIEM

Wojtek Wątor (rocznik 1992) mieszka w Baranowie. Kiedy miał 7 lat, przeżył wypadek samochodowy, w wyniku którego doznał uszkodzenia rdzenia kręgowego i złamania kręgów szyjnych C1 i C2, co oznaczało porażenie czterokończynowe. Cierpi także na niewydolność oddechową, ale porusza mięśniami twarzy. „Dzięki temu mogę sterować komputerem i wózkiem elektrycznym w pełni samodzielnie – wyznaje na swojej stronie www. – Steruję swoim wózkiem za pomocą brody i joysticka, a komputerem dzięki programowi VisualMouse”.

Ukończył technikum informatyczne. Od 16 lat oddycha za pomocą respiratora. Interesuje się informatyką, cybernetyką, automatyką i robotyką, ponadto obroną narodową i zjawiskami paranormalnymi.

„Jestem przeciętnym Polakiem i funkcjonuję w tym świecie przede wszystkim dzięki wspaniałym Rodzicom, którzy są dla mnie, gdy jest taka potrzeba, lekarzami, ale przede wszystkim 24-godzinnymi opiekunami” – dodaje autor.

Debiutancki tomik Wojciecha Wątora zawiera ponad 40 liryków, które opisują przyrodę, cielesność człowieka, upływ czasu, emocje, marzenia, ponadczasowe prawdy moralne. Został wydrukowany przez Wydawnictwo Diecezjalne w Sandomierzu. Słowo wprowadzające, zatytułowane *Carpe diem współczesnego człowieka*, napisała Danuta Chyła.

Carpe diem (łac.), dosłownie: „chwytaj (skub) dzień” – to sentencja z Horacego, zawarta w *Pieśniach* (1, 11, 8): „Chwytaj dzień, bo przecież nikt się nie dowie, jaką nam przyszłość zgotują bogowie...”.

Bardzo ważną osobą przy wydaniu tomiku był pan Kazimierz Linda. Opracował dotąd 130 książek poetyckich, prozatorskich, utworów dramatycznych i antologii poetyckich, w tym 46 debiutów książkowych i 16 antologii. Jest członkiem Stowarzyszenia Literackiego „Witryna” w Stalowej Woli (w którym w latach 2005–2009 pełnił funkcję prezesa, a obecnie – wiceprezesa), a także Stowarzyszenia Autorów Polskich, należy do Oddziału Warszawskiego II. Mieszka i tworzy w Stalowej Woli. W 2018 r. odebrał tytuł Zasłużonego dla Miasta Stalowa Wola. To też poeta i dobry duch poetów. Ich wielki przyjaciel.

Dłonie pełne chwil to dobry debiut, ponieważ nie ma w nim poetyckiego przekłamywania, wydumania i fałszywej pozy. Jest młodzieńcza autentyczność i radość smakowania życia. ■

Wojciech Wątor, *Dłonie pełne chwil*, red., skład, okładka, wydawca Kazimierz Linda, Baranów 2019



Debiutant подарował Czytelnikom „Integracji” 2 egz. swojego zbioru wierszy. Czekamy na Wasze odpowiedzi na pytanie: **Czym jest liryka?** Autorzy najciekawszych z nich zdobędą tomik, w którym świat liryczny budzi wzruszenie i zachwyt nad precyzją słowa, malującą pejzaże emocji...

Stodki grzech

w lustrzanym odbiciu
ujrzałem twe
szafirowe oczy
promienne rysy
rozpałały płomień nadziei
błyszczące usta
słodko kusily
do grzechu
wir oczu twych
wciągał bezlitośnie

Obudzona nadzieja

szaro-pochmurne dni
wiatr
strzałami rozwiął szarość
trafiła i mnie
prosto w serce
gdzie nadzieja
skrywała się
przed światem
i przede mną
kwiliła tylko cicho
czy to nie dziwne
że obudził ją nagle
wiatr
bezbarwny śpiewak
kołysanek

Nowa szansa

Tego dnia wróciła
usiadła nad gorzkim miejscem
zostawiła wszystko za sobą
złamany sen
w ręce trzymała promień
jak nową myśl
otwierała dni
jak szansę w której
głośno biło serce
żywsze niż cierpienie
lęk osłabiał mnie wszystkim
czym mogłaby być
kolejna szansa
by gonić za marzeniem
kolejna szansa
by poczuć
że żyję

WARTO OBEJRZEĆ W KINIE, NA DVD, PORTALU FILMOWYM



ORZEŁ BIAŁY

Dzień świra, reż. i scen. Marek Koterski, muz. Jerzy Satanowski, prod. Polska 2002

Film, który nie traci ani na treści, ani na gorzkim przestaniu. Powinniśmy oglądać go co jakiś czas, kiedy zagalopujemy się w występach wobec bliźniego. Kiedy pójdą konie po betonie zazdrości, zawiści, złości, złych życzeń wszystkim naokoło. To pełna smutnych konotacji opowieść, w której nasz śmiech z sekwencji na sekwencję wycisza się, a zastępuje go poczucie wstydu, zażenowania i chęci zaprzeczania, że to o nas! Genialna rola Polaka inteligenta Adama Miauczyńskiego (Marek Kondrat), 49-letniego rozwiedzionego nauczyciela języka polskiego. Boryka się on z przygnębiającą codziennością – samotnością oraz ludzką i swoją głupotą. Jego życie to ciąg rytuałów, które wywołują w końcu współczucie. Mrozek napisał, że „najtrudniej jest przeżyć następne 5 minut”. Koterski o tym przypomina, a Kondrat mistrzowsko i sugestywnie tę frustrację przekazuje. Ktoś celnie stwierdził, że oglądanie tego filmu boli. Gdy go oglądam, to widzę siebie. Człowieka, który nie może się pogodzić z otaczającą go rzeczywistością... Kulminacyjną sceną jest modlitwa Polaka na dobranoc. Warto obejrzeć ten film raz, drugi... aby coś się zadziało w duszy, przestawiło, naprostowało. Oświeciło nas. Może stanie się cud w polską wigilijną noc, że ludzkim głosem będziemy ze sobą rozmawiać dłużej niż do pasterki...



POROZUMIENIE

Rain Man, reż. Barry Levinson, scen. Ronald Bass, Barry Morrow, muz. Hans Zimmer, prod. USA 1988

To film kultowy. Obsypana wieloma nagrodami opowieść wpisała się do kanonu kina i serc widzów. Wraz ze znakomitą obsadą (Dustin Hoffman, Tom Cruise) reżyser zabiera nas w podróż odmieniającą życie bohaterów. Ojciec, który porzucił Charliego wiele lat temu, zmarł. W testamencie został zamieszczony tajemniczy wpis o tym, że Charlie ma brata Raymonda zamkniętego w zakładzie dla osób z autyzmem. Raymond z niesamowitą szybkością rozwiązuje w pamięci skomplikowane zadania matematyczne. Ojciec zostawił fortunę Raymondowi, który nie rozumie, do czego służą pieniądze. Charlie jest rozgoryczony tajemnicą ojca. Wykrada brata z zakładu i wyruszają w podróż, aby się poznać. Jest to poznanie głębokie, zmieniające braci, którzy nawiązują więzi ponad wszystkim, co ich ogranicza. Wiele śmiechu, ale i pozytywnych wrażeń na miarę oscarowych trofeów. Co ciekawe, Jack Nicholson odrzucił rolę Raymonda. Hoffman chciał, aby Charliego zagrał Bill Murray. Film miał reżyserować Steven Spielberg. Wycofał się z projektu, kiedy George Lucas poprosił o pomoc przy realizacji 3. części filmu *Indiana Jones*. Wtedy na ofertę skusił się Barry Levinson, ale ją odrzucił z powodu pracy nad filmem *Good Morning, Vietnam*. Takie to perypetie filmowców...



PRZEKLĘTA CHWIŁA

Wymyk, reż. Greg Zgliński, scen. Greg Zgliński, Janusz Margański, muz. Jacek Grudzień, Mariusz Ziembka, prod. Polska 2011

Historia dwóch braci – Alfreda i Jerzego – którzy w trakcie podróży kolejką podmiejską są świadkami brutalnej napaści na dziewczynę. Jerzy (Łukasz Simlat) bez namysłu staje w obronie kobiety, natomiast Alfred (Robert Więckiewicz) zawodzi – z obawy o własną skórę reaguje ponieważ i staje się biernym świadkiem tragedii młodszego brata... Niezwykła rola Roberta Więckiewicza, łamiąca stereotyp bohatera męskiego kina. Historia pokazuje, że życie może zmienić się w ułamek sekundy. Alfred żyje na krawędzi, uwielbia prędkość i adrenalinę, ale to młodszy brat jest osobą decydującą w prowadzeniu wspólnej firmy. Kobieta, interesy, przychylność rodziców – wszystko ich dzieli. Zazdrość Alfreda przeradza się w otwarty konflikt. Kiedy feralnego dnia robi to, co zrobił, jego życie zmienia się na zawsze... *Wymyk* został uznany za jeden z najmocniejszych polskich filmów. Superduet aktorski wspomogli: Marian Dziędziel w roli ojca oraz Gabriela Muskata jako żona starszego brata. Film kręony był w Łodzi, m.in.: na dworcach Łódź Kaliska i Łódź Żabieniec, na Politechnice Łódzkiej i w klubie Akademia. Do szpiku kości prawdziwy, bez głupawego happy endu. Dla tych, którzy cenią kino o problemach. Nie będziecie zawiedzeni.



WARTO PRZECZYTAĆ...

SZCZĘŚCIE MAŁŻEŃSKIE

Jacek Pulikowski, *Rodzina. Najważniejsza firma na świecie*, wyd. RTCK Nowy Sącz 2019



Autor jest szczęśliwym mężem Jadwigi (od 1976 r.) i ojcem Marii, Jana i Urszuli, a od niedawna również teściem Marty i Artura. Od wielu lat zaangażowany w działalność Duszpasterstwa Rodzin i Poradnictwa Rodzinnego. Jest wspólnie z przyjaciółmi założycielem i wieloletnim Prezesem Stowarzyszenia Rodzin Katolickich Archidiecezji Poznańskiej. Przez dwie kadencje był świeckim audytorem Rady ds. Rodziny Episkopatu Polski. Jest nauczycielem akademickim na Politechnice Poznańskiej, ponadto prowadzi zajęcia w Podyplomowym Studium Rodziny na Wydziale Teologicznym Uniwersytetu A. Mickiewicza w Poznaniu. Kolejna jego książka, tym razem o szczęściu w małżeństwie, pomaga tworzyć zdrową, szczęśliwą i trwałą rodzinę. Przekonuje, że kluczem do przetrwania i fundamentem budowania szczęśliwej rodziny jest... trwała, oparta na miłości relacja męża z żoną. Niewielu mężczyzn zdaje sobie z tego sprawę, że aby dbać o rodzinę, powinni przede wszystkim dbać o... żonę. I na odwrót. „Dzieci bardziej od miłości mamy i bardziej od miłości taty potrzebują miłości między mamą i tatą. Najważniejsze więc, co ojciec może zrobić dla swoich dzieci, to kochać ich matkę”.

Wszystkie książki Jacka Pulikowskiego wielokrotnie wznawiano w wielotysięcznych nakładach, a niektóre przetłumaczono na języki obce (angielski, rosyjski, łotewski, litewski, białoruski). Autor był nagrodzony m.in. nagrodą wydawców katolickich Feniks.

INSPIRACJA I TERAPIA

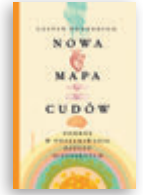
Przemysław Sobieszczuk, *Siła w EB. Historia człowieka ze szkła*, wyd. PSobieszczuk, 2019



Patronat Integracji. Opowieść autobiograficzna o codziennych zmaganiach z rzadką chorobą genetyczną, z którą autor się urodził. To książka o ogromnym wachlarzu emocji, od wzruszenia, humoru, radości, strachu, gniewu do złości i frustracji. Jest traktatem o pokonywaniu swoich słabości i ograniczeń. O dążeniu do normalnego życia pomimo ciężkiej choroby. O realizacji marzeń. O miłości trudnej, ale pięknej i bezgranicznej, która bez względu na niepełnosprawność jest zawsze możliwa i realna. To inspiracja dla każdego, kto przeczyta tę niecodzienną biografię. Książka z rodzaju tych, które mogą zmienić życie. Jest jak duchowa terapia, która wyleczy z wszelkich smutków, niepowodzeń, braku wiary w siebie i we własne siły.

ODKRYWANIE ŚWIATA

Gaspar Henderson, *Nowa mapa cudów*, tłum. Adam Olesiejuk, Zofia Szachnowska-Olesiejuk, wyd. Marginesy 2019



Autor jest pisarzem i dziennikarzem, ale w swojej karierze oceniał też hollywoodzkie scenariusze, niósł pomoc humanitarną w Ugandzie i pisał o prawach człowieka w Iraku. Mieszka w Oksfordzie. Za tę książkę zdobył – jeszcze przed jej publikacją – nagrodę Jerwood, a od Brytyjskiego Stowarzyszenia Pisarzy Nagrodę im. Rogera Deakina. W 2013 r. *Nowa mapa cudów* znalazła się na finałowej liście pozycji nominowanych do Nagrody Towarzystwa Królewskiego w dziedzinie książki naukowej.

Wyjaśnia fenomen światła i pochodzenie wszechświata, zjawiskowość mechaniki ludzkiego ciała, olśniewające dziwy przyrody i technologie, które zmienią świat i nas samych. Pełnymi garściami czerpie przy tym z filozofii i historii naturalnej, sztuki i religii, neuronauki i nanotechnologii. Ten mądry, inspirujący i pięknie zilustrowany przewodnik o podtytule: *Podróż w poszukiwaniu rzeczy niepojętych* zachęca do spojrzenia na świat na nowo. A także stawia fundamentalne pytania nam, którzy wiedzą o świecie niemal wszystko: Czy ta wiedza nie zniszczyła umiejętności zachwycania się? Co dziś może nas jeszcze urzec? Co jesteśmy gotowi uznać za cud?

MŁODOŚĆ, KTÓRA UCZY

Eric Lindstrom, *Do zobaczenia nigdy*, tłum. Dorota Malina, wyd. YA, Warszawa 2015



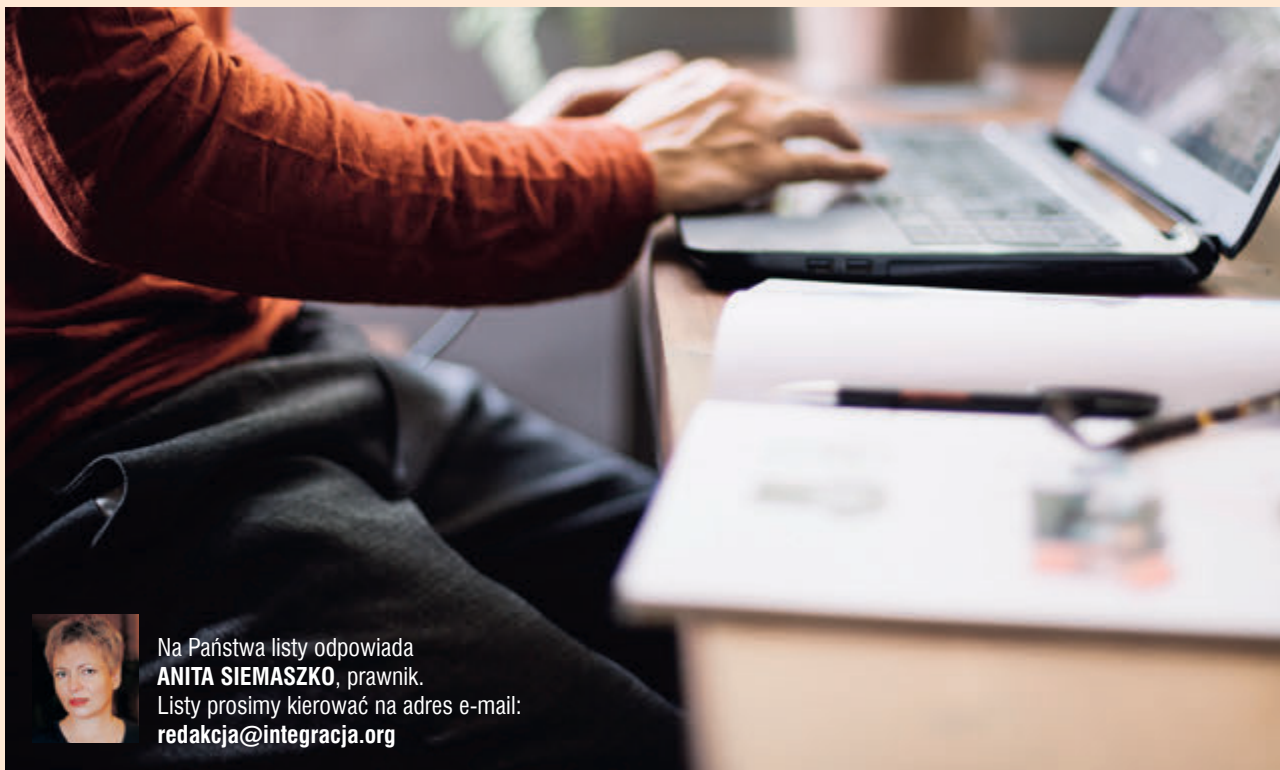
Kolejny patronat medialny Integracji. Zaskakujący debiut o niewidomej nastolatce. Wzruszająca, szczerza i mocna opowieść o przyjaźni, dorastaniu, tolerancji i żalobie po stracie, która może przynieść ukojenie. Autor powieści adresowanej do młodzieży przez lata pracował w przemyśle interaktywnej rozrywki jako dyrektor kreatywny, scenarzysta i twórca gier. W 2006 r. otrzymał nominację do nagrody BAFTA w kategorii: Najlepszy scenariusz gry wideo za *Tomb Rider: Legend*. Trzy lata później był nominowany w kategorii: Najlepsza gra przygodowa, za *Tomb Rider: Underworld*. Wychowywanie dzieci i praca w szkole sprawiły, że pokochał literaturę młodzieżową, którą chętnie czyta w swoim domu na zachodnim wybrzeżu USA, gdzie mieszka z żoną, dziećmi i kotami.

UWAGA!

Dla Czytelników, którzy 30 stycznia 2020 r. o godz. 10.00 zadzwonią pod nr tel. kom.: 505 602 566, mamy książki ufundowane przez wydawnictwa prezentowane na tej stronie.

CZYTELNICZY PYTAJĄ

Każdy z nas wcześniej czy później stanie przed pytaniami, na które odpowiedzieć może tylko profesjonalista. Zachęcamy do dzielenia się swoimi wątpliwościami i nadsyłania listów opisujących problemy. Zawsze znajdzie się wyjście z sytuacji.



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

PYTANIA PRACODAWCY

Chciałbym zatrudnić osobę ze znacznym stopniem niepełnosprawności, przyznany mi czas nieokreślony. Nie potrzebuję ona żadnego specjalnie przystosowanego stanowiska pracy.

Mam w związku z tym parę pytań:

- Czy jako zatrudniający osobę niepełnosprawną mam jakieś bonusy/dodatki od państwa?
- Czy są jakieś ograniczenia w zatrudnieniu takiej osoby: liczba godzin tygodniowo, cały etat, pół etatu a może mniej?
- Czy dla osób aktywnych zawodowo jest dodatkowe dofinansowanie na wyposażenie ortopedyczne?

Maciej M.

Zatrudnienie osób niepełnosprawnych reguluje Ustawa z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz. U. z 2019 r. poz. 1172, ze zm.). To w tej ustawie są podane m.in. czas pracy osób niepełnosprawnych, ich uprawnienia pracownicze, a także obowiązki i wsparcie pracodawców. Uprawnienia pracowników niepełnosprawnych, a także wsparcie ich pracodawców

uzależnione są od stopnia niepełnosprawności. Istnieją 3 stopnie niepełnosprawności: • znaczny, • umiarkowany, • lekki.

W przypadku **wszystkich** stopni niepełnosprawności czas pracy osoby niepełnosprawnej nie może przekraczać 8 godzin na dobę i 40 godzin tygodniowo. Pracownik niepełnosprawny ma prawo do dodatkowej 15-minutowej przerwy w pracy na gimnastykę usprawniającą lub wypoczynek; czas tej przerwy jest wliczany do czasu pracy. Osoby niepełnosprawne nie mogą być zatrudnione w porze nocnej oraz wykonywać pracy w godzinach nadliczbowych.

Czas pracy osoby niepełnosprawnej **ze znacznym lub umiarkowanym** stopniem niepełnosprawności nie może przekraczać 7 godzin na dobę i 35 godzin tygodniowo.

Wyjątki niestosowania ograniczeń dotyczących czasu pracy osób niepełnosprawnych są dwa:

- 1) dla osób zatrudnionych przy pilnowaniu,
- 2) a także, gdy na wniosek pracownika z niepełnosprawnością lekarz przeprowadzający badania



profilaktyczne pracowników lub w razie jego braku lekarz sprawujący opiekę nad tą osobą wyrazi na to zgodę.

Inne uprawnienia **pracowników z umiarkowanym i znacznym** stopniem niepełnosprawności dotyczą:

- dodatkowego urlopu wypoczynkowego w wymiarze 10 dni roboczych w roku kalendarzowym,
- czasu wolnego od pracy z zachowaniem prawa do wynagrodzenia w wymiarze do 21 dni roboczych w celu uczestniczenia w turnusie rehabilitacyjnym lub w celu wykonania badań specjalistycznych, zabiegów leczniczych lub usprawniających, jeżeli czynności te nie mogą być wykonane poza godzinami pracy.

Wsparcie pracodawcy zatrudniającego osobę niepełnosprawną (o ile spełnia kryteria) to m.in. dofinansowanie do wynagrodzeń. Kwota miesięcznego dofinansowania uzależniona jest od stopnia niepełnosprawności pracownika i wynosi 1800 zł – w związku z zatrudnieniem pracownika o znacznym stopniu niepełnosprawności.

Powyższa kwota dofinansowania zwiększa się o 600 zł w przypadku osób niepełnosprawnych, w odniesieniu do których orzeczono:

- chorobę psychiczną (02-P),
- upośledzenie umysłowe (01-U),
- całościowe zaburzenia rozwojowe (12-C),
- epilepsję (06-E) oraz
- niewidomych w stopniu znacznym i umiarkowanym (04-O).

Jeśli chodzi o więcej informacji na temat dofinansowania, polecam stronę www.pfron.org.pl.

Aktywność zawodowa osoby niepełnosprawnej może być pomocną przestanką w ubieganiu się o dofinansowanie przedmiotów ortopedycznych w PCPR.

BRAK DOFINANSOWAŃ

Mam rentę socjalną, umiarkowany stopień niepełnosprawności. Trzy razy udało mi się otrzymać dofinansowanie do turnusu rehabilitacyjnego. Niestety, od kilku lat nie otrzymuję takiego dofinansowania z PCPR. W odmowie jest brak wystarczających środków lub to, że z dofinansowania mogą skorzystać dzieci i młodzież. Czy jest jeszcze inna możliwość, źródło dofinansowania, miejsce, do którego mogę się zwrócić?

Paulina D.

Paragraf 5.12 *Rozporządzenia Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 15 listopada 2007 r. w sprawie turnusów rehabilitacyjnych* (Dz. U. z 2007 r. Nr 230, poz. 1694) określa, że pierwszeństwo dofinansowania do uczestnictwa w turnusie rehabilitacyjnym mają osoby, które posiadają orzeczenia o zaliczeniu do znacznego i umiarkowanego stopnia niepełnosprawności albo równoważne, a także osoby niepełnosprawne w wieku do 16 lat albo w wieku do 24 lat uczące się i niepracujące, bez względu na stopień niepełnosprawności.

W swoim liście stwierdza Pani, że PCPR jako powód odmowy dofinansowania Pani turnusu podaje brak środków finansowych. W przepisach przewidziano uprzywilejowanie dofinansowaniem czterech grup, są to:

- osoby ze znacznym stopniem niepełnosprawności,
- osoby z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności,
- osoby niepełnosprawne w wieku do 16 lat,
- osoby do 24 lat uczące się i niepracujące – bez względu na stopień niepełnosprawności.

Warto, ubiegając się w następnym roku o dofinansowanie turnusu, pisemnie potwierdzić, że należy Pani do grupy osób mogących ubiegać się o wsparcie, i podkreślić, że przez kolejne 3 lata z takiego wsparcia Pani nie korzystała. Istnieje wówczas większa szansa na uzyskanie obszerniejszego pisemnego uzasadnienia postępowania PCPR, a także na zmianę jego decyzji.

WYJŚCIE Z DPS

Mieszkam w Domu Pomocy Społecznej (DPS)

dla przewlekłe psychicznie chorych.

Od kilku lat pracuję i studiuję. Według nowej ustawy lekarz psychiatra co pół roku stwierdza zasadność pobytu mieszkańca w danym domu, ale wg lekarza mój pobyt nie jest konieczny.

DPS jednak twierdzi, że mogę opuścić dom jedynie za zgodą sądu. Co o tym mówi prawo?

Jarosław G.

Od 1 stycznia 2018 r. w *Ustawie z 19 sierpnia 1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego* (Dz.U. t.j. z 2018 r. poz. 1878 z późn. zm.) w sposób znaczący zmieniła się sytuacja pensjonariusza DPS, w tym także osoby ubezwłasnowolnionej. Do końca grudnia 2017 r. sąd nie musiał nawet wysłuchać osoby z niepełnosprawnością. Osoba ubezwłasnowolniona, gdy przebywała w DPS, nawet jeśli jej stan zdrowia się poprawił, nie mogła wnioskować o weryfikację, czy jej pobyt tam nadal jest zasadny. Obecnie osoba przyjęta do DPS, w tym także ubezwłasnowolniona, może wystąpić do sądu opiekuńczego o zmianę orzeczenia o przyjęciu do DPS (art. 41 ustawy). Osoba, która nie wyraża zgody na dalsze przebywanie w DPS, może wystąpić do sądu opiekuńczego z wnioskiem o zniesienie obowiązku przebywania w nim. Szczególnie istotne jest to, że w celu zapewnienia pełnej ochrony prawnej osób z zaburzeniami psychicznymi lub niepełnosprawnością intelektualną osobie przyjętej do DPS lub szpitala psychiatrycznego bez jej zgody sąd „ustanawia” adwokata lub radcę prawnego z urzędu, nawet bez wniesienia o to wniosku. Nic więc nie stoi na przeszkodzie, by wystąpił Pan do sądu o to, by mógł Pan DPS opuścić, szczególnie w sytuacji poprawy stanu zdrowia. Sąd powinien w takiej sytuacji przydzielić Panu adwokata lub radcę prawnego z urzędu, który będzie reprezentował Pana i chronił Pana dobro. Z pewnością bardzo istotna będzie pozytywna opinia Pańskiego lekarza, choć zapewne sąd nie poprzestanie na tej opinii. ■

PIENIĄDZE NA WINDY, PODJAZDY I LIKWIDACJĘ BARIER ARCHITEKTONICZNYCH

Ponad 40 mln zł jest do wykorzystania na likwidację barier architektonicznych i poprawę dostępności budynków dla osób ze szczególnymi potrzebami, tj. m.in. seniorów, rodziców z dziećmi i osób z niepełnosprawnościami. Trwa nabór wniosków na niskooprocentowaną pożyczkę z programu Fundusz Dostępności.

Bank Gospodarstwa Krajowego prowadzi nabór wniosków o niskooprocentowane pożyczki na likwidację barier architektonicznych w budynkach. Skorzystać z nich mogą m.in. spółdzielnie mieszkaniowe, wspólnoty mieszkaniowe, TBS-y, uczelnie, biblioteki i szkoły. Budżet programu w 2019 r. wynosi ponad 40 mln zł.

Z **Funduszu Dostępności** można np. doposażyć budynki w dźwigi osobowe oraz zaadaptować parter budynku i teren przyległy do wejścia do potrzeb osób z niepełnosprawnościami poprzez montaż ramp oraz poręczy oraz mechanizmy otwierania drzwi i okien. Ułatwią one życie tym wszystkim, którzy na co dzień mają trudności z poruszaniem się lub na przykład ze słuchem lub wzrokiem.

Co istotne, minimalna wartość projektu to 100 tys. zł, nie ma natomiast maksymalnej wartości pożyczki, a okres jej spłaty może być rozłożony na **20 lat, przy oprocentowaniu od 0,15% w skali roku. Istnieje także możliwość umorzenia spłaty pożyczki w wysokości nawet 40%.** Dodatkowo, finansowane inwestycje będą mogły być uzupełnione dotacją z PFRON.

Przykładowo spółdzielnia mieszkaniowa z Ostródy, która zaciągnie pożyczkę w kwocie 1 mln zł na wyposażenie w windy budynku wielorodzinnego, zamieszkanego głównie przez osoby w wieku 60 lat lub powyżej oraz dzieci do lat 6 i ich prawnych opiekunów lub osoby z niepełnosprawnościami, może liczyć po realizacji inwestycji na umorzenie w wysokości 400 tys. zł. Wówczas do spłaty przez okres 20 lat pozostanie kwota 600 tys. zł, co oznacza w praktyce spłatę raty kapitałowej w wysokości 2,5 tys. zł miesięcznie i odsetki miesięczne w wysokości ok. 70 zł w pierwszym roku kredytowania. Łączny koszt odsetek w całym okresie kredytowania wyniesie mniej niż 9 tys. zł.

Program pożyczek jest częścią rządowego programu Dostępność Plus. Więcej informacji jest na stronie: www.bgk.pl/fundusze-i-programy/fundusz-dostepnosci ■

Przyznanie pożyczki uzależnione jest od pozytywnej analizy zdolności kredytowej oraz wymaganych zabezpieczeń. Niniejszy materiał nie stanowi oferty w rozumieniu *Kodeksu cywilnego*.

Program Dostępność Plus ma zapewnić swobodny udział w życiu społecznym i publicznym osobom o szczególnych potrzebach (na przykład seniorom, osobom z niepełnosprawnościami, rodzicom z dziećmi, kobietom w ciąży). Koncentruje się na ośmiu obszarach: architektura, transport, edukacja, służba zdrowia, cyfryzacja, usługi, konkurencyjność i koordynacja. Program to nie tylko fundusze na dostępność, ale też rozwiązania prawne, takie jak *Ustawa z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami* (Dz.U. poz. 1696).



Dostępność Plus
Fundusz Dostępności



Fundusz Dostępności

Preferencyjne pożyczki na poprawę dostępności budynków mieszkalnictwa wielorodzinnego, zamieszkania zbiorowego i użyteczności publicznej

Dzięki pożyczce sfinansujesz przedsięwzięcia związane z dostosowaniem dostępności budynków mieszkalnictwa wielorodzinnego, zamieszkania zbiorowego i użyteczności publicznej dla osób ze szczególnymi potrzebami m.in. osób starszego, rodziców z dziećmi oraz osób z trwałą lub czasową niepełnosprawnością. Zlikwidujesz bariery architektoniczne poprzez: instalacje wind (dźwigów osobowych), budowę podjazdów oraz zastosowanie innych potrzebnych udogodnień.

Kto może korzystać:
Spółdzielnie i wspólnoty mieszkaniowe, TBSy oraz jednostki sektora finansów publicznych, a także inne podmioty m.in.: szkoły wyższe, jednostki naukowe, instytucje kultury

Co możesz zyskać?

- 1 Pożyczkę ze stałym niskim oprocentowaniem (0,15% w skali roku w całym okresie kredytowania) nawet na 20 lat.
- 2 Możliwość uzyskania karencji w spłacie kapitału i umorzenia nawet 40% pożyczki.
- 3 Brak dodatkowych opłat i prowizji.

Parametry pożyczki:

- preferencyjne oprocentowanie – 0,15% w skali roku w całym okresie kredytowania,
- długi okres spłaty – do 20 lat,
- możliwość skorzystania z karencji w spłacie kapitału pożyczki – do 6 miesięcy od zakończenia realizacji przedsięwzięcia,
- brak opłat i prowizji za czynności związane z udzieleniem i obsługą pożyczek.

Możesz skorzystać z umorzenia nawet do 40% kapitału pożyczki ze względu na:

<p>1 kryterium terytorialne do 10% (wg wskaźnika GUS, kwota zasilków pielęgnacyjnych wypłaconych na 1000 mieszkańców danej gminy).</p>	<p>2 kryterium przeznaczenia budynka 10% - dla wielorodzinnych budynków mieszkalnych.</p>	<p>3 kryterium społeczne do 20% (udział osób z niepełnosprawnościami, osób powyżej 60 r.z., dzieci do lat 6 oraz ich prawnych opiekunów w ogólnej liczbie mieszkańców budynku).</p>
---	--	--

Zabezpieczenia:
Zabezpieczenie spłaty pożyczki stanowi **wekslel własny in blanco** Inwestora oraz **inne zabezpieczenie** zgodne z praktyką rynkową i adekwatne do przedmiotu projektu, formy prawnej inwestora lub wyniku oceny wniosku o pożyczkę.

Elastyczna forma uruchamiania środków pożyczki poprzez:
bezpośrednie opłacanie faktur wykonawców/dostawców, zaliczkę lub refundację wydatków poniesionych, do 12 miesięcy przed złożeniem wniosku.

Szczegółowe zasady naboru wniosku oraz warunki na jakich będzie udzielane wsparcie, w szczególności w zakresie kwalifikowalności projektu, parametrów pożyczki, warunków dotyczących umorzeń oraz formy zabezpieczenia spłaty pożyczki określone zostały w *Zasadach Naboru Wniosków, dostępnych na stronie: <https://www.bgk.pl/fundusze-i-programy/fundusz-dostepnosci/>*

Przyznanie pożyczki uzależnione jest od pozytywnej analizy zdolności kredytowej oraz wymaganych zabezpieczeń. Niniejszy materiał nie stanowi oferty w rozumieniu *Kodeksu cywilnego*.



ZUS WYPŁACA NIE TYLKO EMERYTURY I RENTY

Oprócz emerytur i rent wypłacamy ponad 20 różnych rodzajów świadczeń. W pierwszym półroczu 2019 r. wydaliśmy na świadczenia dla milionów osób prawie 127 mld zł z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych.



DŁUGA LISTA ŚWIADCZEŃ

To prawda, że najwięcej naszych świadczeniobiorców to emeryci i renciści (7,7 mln osób). Wypłacamy jednak również inne świadczenia. Od stycznia do czerwca 2019 r. zasiłki chorobowe otrzymało 1,5 mln osób, zasiłki macierzyńskie – prawie 476 tys. osób, a świadczenia rehabilitacyjne – ponad 107 tys. osób. W tym samym okresie finansowane z budżetu państwa zasiłki i świadczenia przedemerytalne otrzymało ponad 95 tys. osób, a renty socjalne – 282 tys. osób.

Lista świadczeń, które wypłacamy, jest bardzo długa. Na przykład świadczenia z tytułu wypadku przy pracy z ubezpieczenia wypadkowego to:

- ▶ zasiłek chorobowy,
- ▶ świadczenie rehabilitacyjne,
- ▶ zasiłek wyrównawczy,
- ▶ renta z tytułu niezdolności do pracy,
- ▶ renta szkoleniowa,

- ▶ renta rodzinna,
- ▶ jednorazowe odszkodowanie.

Wypłacamy też mniej znane świadczenia, np. ryczałt energetyczny. Refundujemy również składki na ubezpieczenie samochodów (OC i AC) inwalidom wojennym i wojskowym. Te świadczenia są jednak finansowane z budżetu państwa, a nie z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych.

WNIOSEK, DECYZJA I WYPŁATA

Już to przykładowe wyliczenie świadczeń, które wypłacamy, świadczy o tym, ile wniosków musimy rozpatrzyć, ile decyzji wydać i ile świadczeń wypłacić (jednorazowo, miesięcznie albo kwartalnie). Trzeba pamiętać, że gdy klient składa wniosek o świadczenie, postępowanie dopiero się zaczyna. Najpierw musimy sprawdzić, czy dana osoba spełnia warunki, aby otrzymać świadczenie. Jeśli tak, wyliczamy jego wysokość, a dopiero potem je wypłacamy.

UBEZPIECZENIE ZDROWOTNE TO NIE UBEZPIECZENIE CHOROBOWE

W dużym uproszczeniu można powiedzieć, że ubezpieczenie zdrowotne umożliwia bezpłatne leczenie, a ubezpieczenie chorobowe zapewnia świadczenie na czas tego leczenia.



Choć nazwy – ubezpieczenia chorobowe i zdrowotne – mogą sugerować coś innego, są to zupełnie różne ubezpieczenia. Ubezpieczenie zdrowotne daje prawo do bezpłatnej opieki zdrowotnej, zarówno ambulatoryjnej, jak i szpitalnej. Natomiast ubezpieczenie chorobowe to ubezpieczenie społeczne, które zapewnia prawo do świadczeń w razie choroby i macierzyństwa.

Składki na ubezpieczenie zdrowotne pobiera ZUS i przekazuje je do Narodowego Funduszu Zdrowia. Natomiast składki na ubezpieczenie chorobowe ZUS pobiera i zapisuje na kontach prowadzonych dla każdego ubezpieczonego. Następnie ZUS w razie choroby czy macierzyństwa wypłaca świadczenia.

Jeśli osoba, która może przystąpić do ubezpieczenia chorobowego dobrowolnie, np. zleceniobiorca czy przedsiębiorca, nie zrobi tego, to nie otrzyma świad-

czeń w razie choroby czy macierzyństwa. Warto o tym pamiętać, zwłaszcza że składka na to ubezpieczenie wynosi tylko 2,45%.

Osoba, która opłaca składki na ubezpieczenie chorobowe, zapewnia sobie prawo do:

- ▶ zasiłku chorobowego – gdy jest niezdolna do pracy z powodu choroby,
- ▶ zasiłku opiekuńczego – gdy musi zająć się chorym dzieckiem albo innym chorym członkiem rodziny lub zdrowym dzieckiem do 8 lat (np. jeśli nastąpiło nieprzewidziane zamknięcie przedszkola),
- ▶ świadczenia rehabilitacyjnego – gdy jest niezdolna do pracy, a wykorzystała zasiłek chorobowy i jest szansa, że odzyska zdolność do pracy po dalszym leczeniu lub rehabilitacji,
- ▶ zasiłku macierzyńskiego – gdy urodzi dziecko albo przyjmie je na wychowanie.





ZAPYTAJ DORADCĘ:
25 praktycznych porad

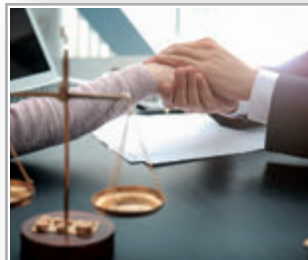
PRACA

11-I
05-R 07-S 02-P
01-U 04-O 12-C
03-L 03-L 08-T
09-M 10-N

ZAPYTAJ DORADCĘ:
25 praktycznych porad
**ORZEKANIE
O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI**



ZAPYTAJ DORADCĘ:
25 praktycznych porad
**KARTA
PARKINGOWA**



ZAPYTAJ DORADCĘ:
25 praktycznych porad
**RENTY, ZASIŁKI,
ŚWIADCZENIA RODZINNE**



ZAPYTAJ DORADCĘ:
25 praktycznych porad
**ULGA
REHABILITACYJNA**

POZNAJ ODPOWIEDZI NA 125 NAJCZĘŚCIEJ ZADAWANYCH PYTAŃ

POLECAMY DZIAŁ: Biblioteka na portalu:

niepełnosprawni.pl

SZKOLENIE ZAZ
KADRY PFRON KARIERA KADRY
BENEFITY PRACODAWCA
DOFINANSOWANIE
AKTYWNOŚĆ CV AWANS
KADRY ZAWÓD REKRUTACJA ZPCHR
PRACA DORABIANIE
OFERTY STĄŻ ORZECZENIE
UMOWA PRACOWNIK PENSJA
KWALIFIKACJE RENTA BHP ZATRUDNIENIE
ETAT URLOP

**ZNAJDŹ PRACĘ
LUB PRACOWNIKA NA:**

