

Ukazuje się od 1988 roku

®

ISSN 1897-1776



MAGAZYN INFORMACYJNY OSÓB  
NIEPEŁNOSPRAWNYCH

kwiecień 2020  
Nr 4 (337)

[naszesperawy.eu](http://naszesperawy.eu)



## 10 faktów o wsparciu



Wojownik na parkiecie

Pomaganie w czasie pandemii

## W numerze m.in.:

### Pandemia pustoszy rynek pracy ..... 6



Ograniczona działalność, spadek przychodów oraz mniejsze zainteresowanie usługami ze strony klientów. To tylko część problemów na rynku pracy, o czym świadczą przykłady z Krakowa, Tamowa i Chelmka. Obecna sytuacja jest stresująca dla pracowników z niepełnosprawnościami i wpływa na ich stan zdrowia

### 10 faktów o wsparciu osób niepełnosprawnych ..... 12

Wraz z pandemią COVID-19 dotykającą wszystkich, zostały wprowadzone rozwiązania dedykowane osobom z niepełnosprawnością i ich opiekunom. Ich celem jest ułatwienie codziennego funkcjonowania tej właśnie grupie naszego społeczeństwa. Prezentujemy wybór działań dedykowanych osobom niepełnosprawnym i ich opiekunom

### Pomaganie w czasach pandemii ..... 14



Zajęcia terapeutyczne nadawały rytm i sens codziennemu funkcjonowaniu. Teraz jest to zdezorganizowane, co wzbudza niepokój u osób z niepełnosprawnością intelektualną. Organizacje zajmujące się nimi wprowadziły istotne zmiany. Fundacja

Anny Dymnej Mimo Wszystko i Bonifaterska Fundacja Dobroczyzna również funkcjonują inaczej niż dotychczas. Opieka nad częścią podopiecznych odbywa się na odległość, co oznacza m.in. poszukiwanie innowacyjnych rozwiązań

### Konkurs „Uczelnia dostępna” część I ..... 18

Zlikwidowanie barier w dostępie do kształcenia na poziomie wyższym – to cel projektów zgłoszonych do konkursu „Uczelnia dostępna”. 85 wnioskodawcom przyznano dofinansowanie na łączną kwotę ponad 300 mln zł. W ośmiu przypadkach wsparcie wyniesie od ponad 10 mln zł do przeszło 14,5 mln zł

### Wojownik na parkiecie. Kierunek Paryż ..... 22



W sierpniu ub.r. Sylwester Wilk uległ poważnemu wypadkowi na motocyklu, w wyniku którego amputowano mu prawą nogę pod kolaniem. Kiedy zaczął korzystać z protezy, otrzymał propozycję udziału w programie „Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami”. Zgodził się, ponieważ lubi sprawdzać się w różnych sytuacjach

### Co wiemy o sporcie adaptowanym? ..... 40



Maratony, koszykówka, szermierka, zjazdy na nartach... W tej chwili niemal każdą dyscyplinę sportową można zaadaptować na potrzeby zawodników z niepełnosprawnością. Można, a nawet należy, bo sport to nie tylko doskonały sposób na rozwój sprawności fizycznej i wsparcie rehabilitacji, ale także możliwość integracji i włączenia się w nurt życia społecznego

### W następnym numerze m.in.:

- 500 mln zł na szybką pomoc dla instytucji opieki całodobowej
- Wirus zaatakował kalendarze. Odwoływanie i przekładanie imprez
- Rusza 15. jubileuszowa edycja kampanii Łodolamacze 2020!
- Zdalne nauczanie wobec uczniów ze specjalnymi potrzebami
- Arkadiusz Skrzypiński: Moja przygoda życia trwa

### nowe Nasze Sprawy – Magazyn Informacyjny Osób Niepełnosprawnych



Wydawca: Krajowy Związek Rewizyjny Spółdzielni Inwalidów i Spółdzielni Niewidomych;

00–362 Warszawa, ul. Galczyńskiego 4,

tel. 22. 827–86–80, www.kzrsiisn.pl

Redakcja:

40–153 Katowice, al. Korfantego 191/E

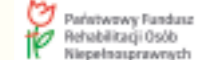
Redaktor naczelny: Ryszard Rzebko

tel. 32. 253–05–41, tel./fax 32.730–29–28

tel. kom. 601. 414–460,

e-mail: redakcja@naszesprawy.com.pl

www.naszesprawy.eu; niepełnosprawni.info.pl



Czasopismo wydawane przy wsparciu finansowym Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych

Redakcja zastrzega sobie prawo skrótów i zmian w nadsyłanych materiałach oraz nie bierze odpowiedzialności za treść ogłoszeń.

**Na okładce:** Zegar czasu Katarzyny Paszowskiej, praca wyróżniona w Ogólnopolskim Konkursie Plastycznym „Przemiany”, w ramach XXX edycji imprez Międzynarodowego Nieprzetartego Szlaku

Skład, druk, kolportaż: JUSTPRINT, Katowice.

Nakład 4500 egz.

Ryszard Rzebko

## Wsparcie społeczne w czasach koronawirusa

Okres ten wykazał braki w wielu dziedzinach życia. Izolacja społeczna wywołała nowe problemy, ale także uwypukliła już wcześniej istniejące. Przykładem jest sytuacja seniorów, którzy przed pandemią często pozostawali sami bez odpowiedniej opieki, wsparcia i możliwości realizacji swoich potrzeb, a w okresie pandemii ich sytuacja stała się jeszcze trudniejsza.

Często samotni z powodu migracji zagranicznych i krajowych swoich bliskich, z brakiem dostępu do internetu (tylko 40 proc. osób powyżej 65 roku korzysta z niego) i telefonu, bardziej niż inni odczuwają odosobnienie. To samo dotyczy innych defaworyzowanych grup społecznych, w tym osób z niepełnosprawnościami.

Te z nich, które wymagają najwyższych form opieki, a nie mogą na nią liczyć ze strony najbliższych, przebywają w ośrodkach całodobowego wsparcia. Tymczasem, jak wykazują dane z przebiegu pandemii COVID-19, liczne skupiska koronawirusa pojawiały się właśnie w dużych domach pomocy społecznej. W pewnym momencie przystosowanych do życia w tych ośrodkach tak gwałtownie, że zaczęło to grozić humanitarną katastrofą.

Na szczęście szybka interwencja ze strony samorządów lokalnych, wsparcie finansowe przez rząd, wdrożenie odpowiednich procedur, wreszcie poświęcenie wielu osób, w tym wojska, nie doprowadziły do tego, co wydarzyło się w Hiszpanii, belgijskiej Flandrii, czy nawet Wielkiej Brytanii. Przypomnijmy: do 17 kwietnia w Hiszpanii zmarło na COVID-19 11,3 tys. mieszkańców domów spokojnej starości, tj. więcej niż połowa wszystkich zmarłych z tej przyczyny, zaś we Flandrii więcej osób umiera na koronawirusa w domach opieki, niż w szpitalach.

Remedium na to jest niby powszechnie znane, ale bardzo trudne do szybkiego przyjęcia i wyegzekwowania. Jest nim deinstytucjonalizacja opieki. Z pewnością lepszym rozwiązaniem byłyby małe rodzinne domy dla seniorów, osób chorych, czy niepełnosprawnych, liczniejsze domy dziennego pobytu czy kluby seniora, utworzone przez władze samorządowe, wspólnoty lokalne czy organizacje pozarządowe. Oczywiście najlepiej byłoby, gdyby seniorzy mogli jak najdłużej przebywać we własnych mieszkaniach lub dzielnicach. Usługi opiekuńcze mają charakter usług użyteczności publicznej i powinny być zlecane przez samorządy lokalne organizacjom obywatelskim i przedsiębiorstwom społecznym, które najlepiej znają problemy osób potrzebujących.

A że taka współpraca jest możliwa i przynosi dobre efekty świadczą przykłady dobrych praktyk np. świadczenie usług senioralnych przez Spółdzielnię Socjalną Uciec Dysfonii z Obornik w Wielkopolsce, założoną przez dwie organizacje obywatelskie, czy Spółdzielnię Socjalną Arka z Gostynia (Wielkopolska) – założyły ją bezrobotne kobiety, które przeszły mastektomię. Takich idei i pomysłów na deinstytucjonalizację opieki społecznej jest znacznie więcej, ale czy wystarczy determinacji i pieniędzy, aby ją szybko wdrożyć? Do tego tematu będziemy jeszcze wielokrotnie powracać.

## Sytuacja w placówkach całodobowej opieki w kontekście koronawirusa

Koronawirus SARS CoV-2 zaatakował wszystkich, bez wyjątku. Skutki pandemii dotyczą praktycznie każdej dziedziny życia społecznego. Jednak wśród zagrożonych infekcją są mniej i bardziej bezbronni. Osoby w wieku senioralnym i z niepełnosprawnościami znajdują się w szczególnie trudnym położeniu. Pandemia tylko te problemy uwypukliła.

W placówkach całodobowej opieki (domy pomocy społecznej, zakłady opiekuńczo-lecznicze, zakłady pielęgnacyjno-opiekuńcze i inne placówki) przebywa nawet 100–150 tys. takich osób. DPS-y były nie raz ogniskami koronawirusa w Polsce. Mieszkańcy takich placówek są wielokrotnie bardziej narażeni na zakażenie niż przeciętny obywatel Polski. A placówki te są chronicznie niedofinansowane, przepełnione i źle zarządzane.

### Zaczęło się w Niedabyli

... w województwie mazowieckim, gdzie w tamtejszym domu pomocy społecznej 24 marca wprowadzono kwarantannę po tym, jak okazało się że jedna z pracujących w ośrodku pielęgniarek miała objawy typowe dla koronawirusa, a następnie przyszedł pozytywny wynik jej testu. 28 marca przekazano, że 60 osób w tej placówce jest zakażonych koronawirusem. Pracownicy DPS otrzymali od służb wojewody mazowieckiego specjalistyczne zestawy ochronne, maski, kombinezony, rękawice i okulary. Konieczne jednak było wsparcie dla pracowników, których było za mało, byli też zmęczeni fizycznie i psychicznie.

A potem zadziałał prawo serii: kolejne kwarantanny i rosnąca liczba zainfekowanych w kolejnych DPS – w Tomczycach (blisko 70 proc. zarażonych mieszkańców), Jakubowicach, Koszęcinie (przymusowa ewakuacja wszystkich mieszkańców), Skarżysku-Kamiennej, Gorzycach, Starym Goździe (3 członków personelu na 88 pacjentów), Bochni, Drzewicy, Bytomiu (149 osób w kwarantannie), Krakowie, Warszawie (Mokotów, w tym pacjenci wymagający dializ).

### Dodatkowe 20 mln zł dla DPS

– W związku z sytuacją dotyczącą rozprzestrzeniania się wirusa SARS-CoV-2 i rosnącymi potrzebami domów pomocy społecznej, zdecydowaliśmy o przekazaniu dodatkowych 20 milionów złotych z rezerwy celowej

budżetu państwa na wsparcie powiatów w prowadzeniu tych placówek – zapowiedziała 4 kwietnia minister rodziny, pracy i polityki społecznej Marlena Maląg. Pieniądże zostaną przekazane już w kwietniu. W czerwcu planowane jest natomiast



dokonywanie ponownej weryfikacji potrzeb tych placówek.

– Wszyscy wiemy, że sytuacja zmienia się dynamicznie, trzymamy rękę na pulsie i reagujemy adekwatnie do okoliczności. Dzisiaj w Polsce działają 824 domy pomocy społecznej oferujące miejsca dla 80,8 tys. osób. Potrzebne jest wsparcie i my tego wsparcia udzielamy – podkreśla szefowa MRPiPS. Przekazanie środków wojewodom, na podstawie ich wniosków zgłoszonych do ministerstwa, ma na celu zwiększenie budżetów wojewodów na dotację dla powiatów prowa-



dających DPS, w których znajdują się mieszkańcy przyjęci do tych placówek na tzw. starych zasadach, czyli przed dniem 1 stycznia 2004 roku.

### Pismo PFON do najwyższych władz

Przewodniczący Polskiego Forum Osób z Niepełnosprawnościami dr Krzysztof Kurowski, w imieniu 324 sygnatariuszy skierował 5 kwietnia do prezydenta RP i premiera rządu RP list, w którym alarmuje o zagrożeniu zdrowia i życia ponad 150 tys. osób z niepełnosprawnościami i seniorów przebywających w instytucjach opieki całodobowej. Zagrożenie to wynika z kryzysu w ich funkcjonowaniu, spowodowanego epidemią COVID-19.

Jak podkreślają sygnatariusze listu, jeśli państwo polskie nie podejmie natychmiastowych działań, to powtórzy się sytuacja z krajów Europy Zachodniej, w które wcześniej uderzyła pandemia. W Hiszpanii, Francji

i Włoszech umarły już tysiące mieszkańców domów pomocy społecznej (często 40–50 proc. ich mieszkańców) i innych instytucji całodobowych, a przypadki zaniedbań są porażające (m. in. porzucenie mieszkańców czy pozbawienie jedzenia).

„Jeśli podobny kryzys nawiedzi Polskę, umrzeć może nawet 1/3 mieszkańców domów pomocy społecznej, zakładów opiekuńczo-leczniczych i zakładów pielęgnacyjno-opiekuńczych, a zatem ponad 40 tysięcy osób z niepełnosprawnościami i seniorów,

# Sytuacja w placówkach całodobowej

a pozostałych czekają bardzo bolesne skutki, zarówno znaczne pogorszenie stanu zdrowia fizycznego (np. na skutek odleżyn), jak i psychicznego (np. traumy) – alarmują autorzy wystąpienia do najwyższych polskich władz. Zaapelowali o niezwłoczne wprowadzenie następujących rozwiązań:

1. Powołanie Zespołu Zarządzania Kryzysowego (ZZK) ds. osób z niepełnosprawnościami przy Pełnomocniku Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych.
2. Uszczegółowienie Instrukcji MRPiPS dla instytucji stałego pobytu oraz świadczenia usług społecznych.
3. Zapewnienie ciągłości świadczenia usług osobom z niepełnosprawnościami i osobom starszym (w tym poprzez wykorzystanie zasobów Wojsk Obrony Terytorialnej).
4. Utworzenie w samorządach bazy osób wymagających wsparcia i sieci instytucji wspierających.
5. Monitorowanie sytuacji mieszkańców instytucji stałego pobytu oraz osób korzystających z usług społecznych.

Zadeklarowali także pełną współpracę przy działaniach zapobiegawczych oraz interwencyjnych.

## Więcej testów w DPS postuluje RPO

7 kwietnia apel Polskiego Forum Osób Niepełnosprawnych poparł rzecznik praw obywatelskich w piśmie do premiera, uznając że rząd za późno zaczął zajmować się reorganizacją systemu opieki tak, by osoby z ograniczoną samodzielnością mogły mieszkać u siebie, a nie trafiać do dużych instytucjonalnych placówek, które teraz trzeba w trybie pilnym zamykać i ewakuować.

Podkreślił w nim też, że podstawowe znaczenie ma kwestia dostępu DPS do testów na obecność wirusa SARS-CoV-2 oraz certyfikowanych środków ochrony osobistej.

## Jesteśmy w stałym kontakcie z wojewodami

Jak zapewniała 8 kwietnia wiceminister rodziny Iwona Michałek, od 13 marca codziennie bierze udział w wideokonferencjach z dyrektorami wszystkich wydziałów polityki społecznej Urzędów Wojewódzkich. – Na bieżąco rozwiązywane są pojawiające się problemy. Codziennie raportowane jest, ile domów pomocy społecznej objętych jest kwarantanną, ile osób jest zakażonych wśród mieszkańców i personelu – wskazała wiceszefowa MRPiPS. Przypomniała, że 13 marca resort przygotował i wysłał do wojewodów instrukcje



dotyczące m.in. wsparcia osób przebywających w domach pomocy społecznej w związku z rozprzestrzenieniem się koronawirusa. Pod koniec marca resort przekazał kolejne rekomendacje, które dotyczyły m.in. zobowiązania jednostek samorządu terytorialnego do skierowania kadry z placówek, których działalność jest zawieszona, do DPS, w których występują problemy kadrowe ze sprawowaniem opieki nad mieszkańcami – przy zachowaniu odpowiednich procedur bezpieczeństwa. W przekazanych poleceniach dla wojewodów uwzględniono także rekomendacje dotyczące konieczności zapewnienia w tych placówkach ciągłości opieki medycznej i opieki pielęgniarskiej, ze względu na duże zagrożenie epidemiologiczne.

Wiceminister Michałek poinformowała, że według stanu na 8 kwietnia, w kraju jest 15 DPS, w których jest problem z koronawirusem. – Przeważają domy, w których głównie transmisja była głównie poprzez personel, który się tam pojawił – podkreśliła. Zwróciła uwagę, że pracujące w jednym domu pomocy społecznej pielęgniarki lub opiekunowie często pracują także w innym lub w szpitalu. – To jest największy problem, żeby tego przenoszenia nie było – dodała.

## Wsparcie dla instytucji całodobowego pobytu ze środków EFS

Pieniądze unijne będzie można przeznaczyć na projekty zapewniające zdrowie i bezpieczeństwo osób przebywających w czasie pandemii w domach opieki społecznej czy domach dziecka, czy ośrodkach dla osób z niepełnosprawnościami. W tej sprawie

minister funduszy i polityki regionalnej Małgorzata Jarosińska-Jedynak skierowała 14 kwietnia pismo ze specjalnymi rekomendacjami do marszałków województw. Mogą oni przeznaczyć na ten cel nawet 1 miliard zł. Wsparcie będą wdrażać Regionalne Ośrodki Polityki Społecznej. – Są one najlepiej umocowane w systemie pomocy społecznej i będą udzielać wsparcia dla poszczególnych instytucji opiekuńczych. Chcemy by procedury były, jak najprostsze, a wsparcie możliwie szybko trafiało do odbiorców – podkreślała szefowa resortu funduszy i polityki regionalnej.

Zgodnie z rekomendacjami MFIPR środki z EFS mogą być przeznaczone na:

- powstrzymanie rozprzestrzeniania się COVID-19 w instytucjach całodobowego pobytu dla dzieci, seniorów, osób z niepełnosprawnościami, osób z problemami zdrowia psychicznego, osób w kryzysie bezdomności, ofiar przemocy
- wsparcie osób przebywających w instytucjach oraz wsparcie personelu tych instytucji w zakresie niezbędnym do ochrony zdrowia i życia
- wsparcie tych osób, które przebywają w społecznościach lokalnych, potrzebnymi usługami
- umożliwienie przeniesienia tymczasowo lub stałego osób z dużych instytucji do miejsc o mniejszym zagrożeniu epidemicznym, na przykład do mieszkań wspomaganych, chronionych, środowiskowych domów samopomocy, warsztatów terapii zajęciowej, szkół specjalnych.

# opieki w kontekście koronawirusa

Katalog usług społecznych zaproponowany marszałkom przez resort funduszy i polityki regionalnej jest otwarty. Samorządy korzystające z Funduszy Europejskich dostępnych w ramach regionalnych programów operacyjnych same mogą proponować działania odpowiadające na potrzeby konkretnych grup i instytucji.

## Ł. Szumowski: problem jest w 20 DPS

Jednostkowe dramaty są bardzo poważne, ale też skala zjawiska jeszcze nie jest tak drastyczna, jak by się wydawało – mówił minister zdrowia Łukasz Szumowski o zachorowaniach na COVID-19 w DPS. Pytany 15 kwietnia o dramatyczną sytuację epidemiologiczną w wielu domach pomocy społecznej oraz opinie lekarzy, którzy alarmują, że brakuje im tzw. wymazówek, Szumowski przyznał, że placówki te są „trudnym tematem”, gdyż przebywają w tych placówkach osoby bardzo chore.

– Ale przypominam, że na ponad 80 tys. osób, które są w DPS-ach, chorych jest teraz około 240 osób. To pokazuje skalę (problemu), na 830 DPS-ów w Polsce, 20 tylko ma problem – gdzie pomagamy, gdzie wojsko rozwodzi pacjentów, gdzie przyjmujemy tych pacjentów do szpitali, gdzie dostarczyliśmy sprzęt ochrony osobistej – zapewniał.

## Potrzeba większej koordynacji i ścisłych procedur

Dr Krzysztof Kurowski, przewodniczący Polskiego Forum Osób z Niepełnosprawnościami, 15 kwietnia skierował do premiera Mateusza Morawieckiego kolejny list, w którym uszczegóławia postulaty związane z działaniami kryzysowymi w związku z epidemią COVID-19, dotyczącymi osób z niepełnosprawnościami i seniorów korzystających z instytucji całodobowych.

„Bardzo dziękujemy za działania podjęte po naszym ostatnim piśmie przez Panią Minister Iwonę Michałek i Pana Ministra Pawła Wdówicką” – pisze przewodniczący PFON. Jednocześnie jednak zwraca uwagę, że okres ten pokazał konieczność większej koordynacji i uspołnienienia działań wszystkich zaangażowanych resortów, zwłaszcza Ministerstwa Zdrowia.

Jak podkreśla, polskie statystyki pokazują, że osoby przebywające np. w domach pomocy społecznej są 30-krotnie bardziej narażone na zakażenie COVID-19 niż inni obywatele naszego kraju.

W tym kontekście należy uznać działania rządu na obecnym etapie za niewystarczające. Jeśli nie pojawią się kolejne działania, to grozi nam powtórzenie tragedii, która wydarzyła się i dzieje się w krajach Europy Zachodniej.

Wskazuje też, że kluczowym czynnikiem działań kryzysowych mogłoby być wykorzystanie wojska, w tym Wojsk Obrony Terytorialnej, tak jak to uczyniono w innych krajach. „W Polsce użycie tych sił na odpowiednio wczesnym etapie mogłoby zapobiec tragedii” – podkreśla dr Krzysztof Kurowski.

W liście zawarto dziewięć szczegółowych rozwiązań, które zapobiegłyby rozszerzeniu się zakażeń w placówkach opieki zdrowotnej lub pomocy społecznej. Przewodniczący deklaruje też w imieniu PFON i współpracujących organizacji środowisk osób niepełnosprawnych, pełną współpracę przy działaniach zapobiegawczych oraz interwencyjnych.

## Wsparcie WOT dla domów pomocy społecznej

W całym kraju Wojska Obrony Terytorialnej wspierają funkcjonowanie domów pomocy społecznej. „Terytorialiści” pomagali pensjonariuszom m.in. w Koszęcinie, Niedabyli i w Drzewicy – poinformowało 15 kwietnia MON.

„Mimo że za funkcjonowanie DPS-ów z reguły odpowiadają gminy i powiaty, Wojsko Polskie, w tym Wojska Obrony Terytorialnej, stale dbają o bezpieczeństwo pensjonariuszy



tych placówek” – zapewnił resort obrony w przesłanym PAP komunikacie.

„W przypadku, kiedy samorządy tracą kontrolę nad sytuacją w DPS-ach, reaguje wojewoda, który w sytuacji wyczerpania wszystkich możliwości może zwrócić się o wsparcie do sił zbrojnych” – zadeklarowało MON.

Według MON „konieczność udzielania pomocy przez Wojsko Polskie wynika m.in. ze zbyt małego zaangażowania samorządów w walkę ze skutkami epidemii koronawirusa”, a podczas Wielkanocy „dyżuruowało tylko 3 procent gmin i co ósmy powiat”.

„Na dziś brygady obrony terytorialnej w całej Polsce wspierają 38 domów pomocy społecznej, ale liczba ta wciąż rośnie. Najczęściej zakres pomocy obejmuje dostawy żywności i środków ochrony osobistej, kontrolę sanitarną, ewakuację medyczną personelu i pensjonariuszy, wsparcie logistyczne, pobieranie wymazów czy też przeprowadzanie wywiadów epidemiologicznych” – powiedział cytowany w komunikacie minister obrony Mariusz Błaszczak.

Od 20 kwietnia na mocy decyzji szefa MON w każdym województwie na bazie brygad obrony terytorialnej został utworzony Zespół Interwencji Kryzysowych, którego celem jest wsparcie DPS – poinformowało 20 kwietnia w komunikacie, rzecznik prasowy WOT.

## NIK: Pozorny nadzór państwa nad placówkami świadczącymi opiekę całodobową

Nawet kilkanaście lat działały bez zezwolenia placówki, które poza jakkolwiek kontrolą świadczyły usługi w zakresie całodobowej opieki nad osobami niepełnosprawnymi, przewlekle chorymi i w podeszłym wieku. Jak ustaliła Najwyższa Izba Kontroli było to możliwe głównie z powodu nieskutecznych działań i zaniedbań wojewodów oraz nieadekwatnych do potrzeb i nieprecyzyjnych przepisów. W ocenie Najwyższej Izby Kontroli, przedstawionej 22 kwietnia oznacza to, że nadzór państwa sprawowany nad tego rodzaju placówkami jest pozorny.

Na bieżąco współpracujemy z wojewodami ws. kontroli placówek zapewniających całodobową opiekę; na początku roku weszły w życie opracowane przez nas przepisy, które mają ograniczyć skalę nieprawidłowości – podkreśliła w odpowiedzi na raport NIK wiceszefowa MRPiPS Iwona Michałek.

Więcej na ten temat – w odrębnym artykule w tym wydaniu.

# Pandemia pustoszy rynek pracy.

Marcin Gazda, fot. autor, ZAZ w Tarnowie, tarnow.net.pl, Spółdzielnia Albert w Chelмку

**Ograniczona działalność, spadek przychodów oraz mniejsze zainteresowanie usługami ze strony klientów. To tylko część problemów na małopolskim rynku pracy, o czym świadczą przykłady z Krakowa, Tarnowa i Chełmka. Obecna sytuacja jest stresująca dla pracowników z niepełnosprawnościami i wpływa na ich stan zdrowia. Nie brakuje osób, które przebywają na zwolnieniach lekarskich.**



Kuchnia w ZAZ „Słoneczne Wzgórze”

Pandemia znacząco zmienia rynek hotelarsko-gastronomiczny. Bolesnie doświadcza tego m.in. „U Pana Cogito” Pensjonat i Restauracja. Ten ZAZ działa w Krakowie od 2003 r. W nim znajdowało się biuro projektu „Młodzi niepełnosprawni – wzór aktywności zawodowej”. Obecnie zatrudnionych jest tam 37 osób, w tym 27 ze znacznym i umiarkowanym stopniem niepełnosprawności. Głównie są to chorujący psychicznie. – Kiedy 13 marca 2020 r. minister zdrowia wydał rozporządzenie, znaleźliśmy się w dramatycznej sytuacji. Działalność obiektów noclegowych została ograniczona, a restauracje mogą realizować tylko zamówienia na wynos – mówi Agnieszka Lewonowska-Banach ze Stowarzyszenia Rodzin Zdrowie Psychiczne, dyrektor „U Pana Cogito”. Przychody ZAZ-u zmalały niemal do zera. Utarg dzienny z gastronomii nie przekracza 200 zł, a niekiedy wynosi 0 zł. A marzec 2020 r. zapowiadał się bardzo dobrze dla trzygwiazdkowego obiektu. Przynajmniej pod względem rezerwacji, których było więcej niż w analogicznym okresie 2019 r. Jednak już na początku w/w miesiąca nie przyjechali goście z zagranicy.

– Największym zagrożeniem jest dla nas groźba całkowitego zawieszenia działalności, która może stać się faktem w kwietniu i trwać długo. Dobrze, że w tzw. tarczy antykrzysowej pojawiły się rozwiązania dot. kwalifikowania refundacji wynagrodzeń z SODiR w przypadku przestoju. Koszty stałe naszej działalności są bardzo wysokie, a wszystkie dotacje



U Pana Cogito

z PFRON-u pokrywają ok. 50 proc. z nich – informuje Agnieszka Lewonowska-Banach.

Dziś ZAZ funkcjonuje w mocno okrojonym składzie. Część personelu przebywa na urlopach. Niektóre osoby są na zwolnieniu lekarskim, bo stres związany z sytuacją zagrożenia wpływa na ich zdrowie psychiczne. Ponadto pracownicy z niepełnosprawnościami zostali pozbawieni wsparcia rehabilitacyjnego.

## Przepis na pomoc

– Obawiamy się, że w przypadku ogłoszenia przez rząd wsparcia dla tych branż gospodarki, które najbardziej dotknął kryzys, nasz pensjonat zostanie z tego wsparcia wykluczony. Nie mamy bowiem wpisu do rejestru przedsiębiorców – stwierdza dyrektor ZAZ-u. W Stowarzyszeniu podkreślają, że odbudowanie turystyki nie będzie łatwe ani szybkie. Proces ten potrwa wiele miesięcy, a może nawet lat. Ale w tarczy antykrzysowej pojawiły się rozwiązania, na których zależało krakowskiej organizacji. To m.in. wspomniane wcześniej zabezpieczenie refundacji z SODiR czy zmiany w ustawie o rehabilitacji i rozporządzeniu w sprawie zakładów aktywności zawodowej. Możliwe będzie wykorzystanie środków zgromadzonych w zakładowym funduszu aktywności na wypłaty dla niepełnosprawnych pracowników.

– Kierunek pomocowy jest dobry, choć jeszcze nie jesteśmy w stanie skorzystać z tych propozycji. Przydatne dla nas okazałyby się też uruchomienie zamówień społecznych, które polegałyby na zleceniu naszej restauracji gotowania posiłków. One byłyby przeznaczone dla osób objętych pomocą społeczną, starszych, niepełnosprawnych, a także tych,

które nie mogą i nie powinny wychodzić z domu w okresie epidemii – wyjaśnia Agnieszka Lewonowska-Banach.

ZAZ już realizuje akcję „Podaruj obiad z Cogito najbardziej potrzebującym”. Jej celem jest zebranie co najmniej 24 tys. zł na przygotowanie i dostarczenie obiadów dla 100 osób. One miałyby je otrzymać przez okres trzydziestu dni. Inicjatywę wsparł Bank Żywności w Krakowie przekazując produkty spożywcze. Zbiórka potrwa do 25 kwietnia, więcej szczegółów na stronie: <https://zrzutka.pl/76u4nf>.

## Stres i strach w Tarnowie

W trudnej sytuacji znajduje się też Centrum Rehabilitacji Społecznej i Zawodowej – Zakład Aktywności Zawodowej „Słoneczne Wzgórze”. Ten tarnowski ZAZ działa na rynku hotelarsko-gastronomicznym. Ponadto prowadzi pracownię ramiarską i wykonuje prace ogrodowe na zlecenie. Zatrudnione w nim są 54 osoby, w tym 32 z niepełnosprawnościami. – Główny problem to oczywiście zdecydowane obniżenie zainteresowania naszymi usługami. Ma to skutki finansowe, bez klientów nie zarabiamy. Jest to dla nas o tyle trudna sytuacja, ponieważ środki własne, a więc wpływy z utargu, stanowią sporą część naszego budżetu – informuje Agnieszka Hulka, dyrektor „Słonecznego Wzgórze”. Wszystkie rezerwy na najbliższe tygodnie, a nawet miesiące zostały odwołane. Wiele z nich przepadło bezpowrotnie, tylko część zainteresowanych przeniosło termin na jesień lub 2021 r. Nie przybywa nowych rezerwacji na przyszły rok, nie ma też kolejnych zleceń. Praca w wybranych działach nie została zaburzona i odbywa się przy zachowaniu wszelkich dostępnych środków ochrony osobistej.

# Walka o przetrwanie



Hotel Słoneczne Wzgórze w Tarnowie

Z kolei w restauracji i hotelu, gdzie wprowadzono ograniczenia, czuć niepokój wśród zatrudnionych. Spora część personelu przebywa na zwolnieniach lekarskich lub urlopach.

– Cała ta sytuacja jest dla pracowników niejednokrotnie bardzo stresująca i budząca strach. Ponadto powoduje wypadnięcie z rutyny w działaniu, która przy pewnych schorzeniach jest ważnym elementem rehabilitacji zawodowej i społecznej – mówi Agnieszka Hulka.

„Słoneczne Wzgórze” stara się podchodzić do obecnych warunków spokojnie, ale odpowiedziałnie. ZAZ zdecydował się przygotowywać posiłki dla ośrodka kwarantanny uruchomionego przez miasto. Dodatkowo nadal realizuje zlecenie dostarczania cateringu dla Ośrodka Opieki Wytchnieniowej „Bezpieczna Przystań”, gdzie przebywają osoby zależne.

– Moim zdaniem „Słoneczne Wzgórze” na tyle stabilnie wpisalo się w krajobraz naszego miasta, że jego pozycja nie jest zagrożona. Oczywiście, odczuwamy poważne zmniejszenie dochodu. Zwolnienie z opłat do ZUS-u i zwiększenie kwoty dofinansowania z PFRON-u to dobry początek dla podmiotów ekonomii społecznej – przekonuje Agnieszka Hulka.

## Niepewna przyszłość Spółdzielni Albert

Konsekwencje pandemii są odczuwane również w Chelмку (woj. małopolskie), gdzie przy WTZ funkcjonuje Spółdzielnia Socjalna Albert. Została założona w połowie 2018 r. przez Fundację im. Brata Alberta oraz Fundację Przyjaciół Fundacji im. Brata Alberta. W tym miejscu zatrudnionych jest 5 osób z niepełnosprawnością intelektualną. Do ich obowiązków zawodowych należy profesjonalne niszczenie dokumentów.

– Jesteśmy w bardzo trudnej sytuacji i staramy się przetrwać ten kryzys. Luty był dla

nas ciężki, mieliśmy bardzo mało zamówień. W marcu wyglądało, że sytuacja może się poprawić, a tutaj nagle taki cios. Część klientów już załatwiała pozwolenia na niszczenie dokumentów, bo niekiedy

W Chelмку z niepokojem spoglądają w przyszłość. Ale liczą, że Albert przetrwa trudny okres. Z pewnością mogłyby w tym pomóc zwolnienia z opłacania składek ZUS-owskich czy dodatkowe wsparcie na wypłaty dla pracowników, zwłaszcza tych z niepełnosprawnościami.

Jak przekonuje Arkadiusz Tomasiak, na obecne problemy warto spojrzeć szerzej.

Jeśli spółdzielnia upadnie, to podopieczni, którzy przeszli z WTZ, wszystko stracą. To może mieć też negatywne skutki w przyszłości, nie tylko dla Fundacji im. Brata Alberta. – Gdy pojawią się kolejne próby utworzenia tego typu miejsc, zapewne będzie trudniej pozyskiwać pracowników. Wiele osób nie zaryzykuje zmiany warsztatu na pracę w spółdzielni. Musimy zrobić wszystko, żeby Albert przetrwał – podsumowuje.



Spółdzielnia Albert w Chelмку, stanowisko niszczenia dokumentów

trzeba zwrócić się o to do Archiwum Państwowego – mówi Arkadiusz Tomasiak, prezes zarządu Spółdzielni Socjalnej Albert i członek zarządu Fundacji im. Brata Alberta.

Cały czas można skorzystać z oferowanych usług. Spółdzielnia zapewnia odbiór dokumentów od kontrahenta i transport do siedziby przy ul. Przemysłowej. Na koniec przekazuje je do ponownego przetworzenia. W Chelмку jednak dostrzegają, że firmy wstrzymały się z zamówieniami. Oszczędzają pieniądze na wypłaty i dalsze funkcjonowanie. Bo przecież nikt nie wie, jak pracodawcy poradzą sobie z zapowiadaną recesją.

– Pani kierownik kontaktuje się z potencjalnymi klientami. Pracownicy przebywają na urlopach lub czekają na telefon ws. nowych zleceń. Oni są w grupie ryzyka, więc nie chcielibyśmy, żeby wychodzili z domów. Zwłaszcza że przebywają ze swoimi rodzicami, którzy są w podeszłym wieku – informuje Arkadiusz Tomasiak. Sytuacji nie ułatwiają stereotypy dot. pracowników z niepełnosprawnościami. Niekiedy trzeba przekonywać, że oni mogą wykonywać obowiązki zawodowe na takim samym poziomie jak osoby zdrowe. Szczególnie jest to istotne, gdy dany podmiot zwraca uwagę głównie na cenę i jakość usługi.

## Spot NFZ: walczyliśmy z wirusem, nie z ludźmi; bądźmy solidarni, nie stygmatyzujmy

NFZ zachęca do obojętności i rozpowszechniania spotu propagującego solidarność z pacjentami chorymi na COVID-19 oraz osobami na kwarantannie. Bądźmy solidarni, nie stygmatyzujmy, pomagajmy – zaleca w filmie psycholog i psychoterapeuta Dorota Minta.

Spot zrealizowano w ramach cyklu „Wsparcie psychologiczne w czasie epidemii”. Jest dostępny pod linkiem <https://youtu.be/LWMLvEh8ALY>. NFZ zwraca uwagę, że wielu ludzi boi się osób zarażonych lub przebywających na kwarantannie. Ale strach – jak podkreślono – nie zwalnia od bycia człowiekiem.

Tymczasem, jak wskazano, zdarzają się przypadki hejtowania, wytykania palcami czy publicznego stygmatyzowania – tak pracowników służby zdrowia, jak i pacjentów, choćby z podejrzeniem zarażenia.

„W czasie kwarantanny narodowej walczyliśmy ze śmiertelnością wirusem, ale nigdy nie przeciw człowiekowi. Bądźmy solidarni. Nie stygmatyzujmy! Pomagajmy! Jutro pacjentem może być każdy z nas” – wskazuje w materiałach NFZ. (PAP)

Katarzyna Lechowicz-Dyl

# Koronawirus na drodze do Tokio. Czas

Marcin Gazda, fot. PKPar

**Letnie Igrzyska Olimpijskie oraz Letnie Igrzyska Paraolimpijskie w Tokio zostały przełożone na 2021 r. Pierwsza z tych imprez ma odbyć się od 23 lipca do 8 sierpnia, a druga – od 24 sierpnia do 5 września. Zorganizowanie zawodów w pierwotnych terminach, tj. latem br., okazało się niemożliwe ze względu na pandemię koronawirusa.**

Dokonane zmiany są logiczne, stwarzają w miarę równe szanse dla większości zawodników. Obecnie w poszczególnych krajach obowiązują różnicowane obostrzenia, np. dotyczące korzystania z pływalni. Jednocześnie grupa reprezentantów kraju rozpoczęła przygotowania po Rio 2016, żeby szczyt sportowej formy osiągnąć za kilka miesięcy. Procesy kwalifikacji nie zostały jeszcze zakończone, a w czerwcu nie odbędą się Paralekkoatletyczne Mistrzostwa Europy w Bydgoszczy. Również kalendarz imprez MP w różnych dyscyplinach zostanie zmodyfikowany, o czym mówi Łukasz Szeliga, prezes Polskiego Komitetu Paraolimpijskiego i prezes zarządu PZSN Start.

**NS: Igrzyska Olimpijskie i Paraolimpijskie w Tokio zostały oficjalnie przełożone na 2021 r. To optymalna decyzja?**

Łukasz Szeliga: Biorąc pod uwagę życie i zdrowie ludzkie, przesunięcie na przyszły rok jest logiczne. Tym bardziej że oprócz samych Igrzysk muszą się jeszcze odbyć kwalifikacje, a ten proces ewidentnie został zaburzony. Zmiana terminu to stworzenie w miarę równych szans dla większości sportowców. Weźmy pod uwagę chociażby pływaków, którzy mieliby rywalizować w Tokio. Byłby to bardzo nierówny układ, bo w wybranych państwach zawodnicy mogą regularnie korzysta-

ć z pływalni i ten trening prowadzić. Natomiast np. w Polsce takie obiekty są pozamykane. Gdyby Igrzyska zostały zorganizowane planowo, to mielibyśmy trochę kuriozalne zawody, bo bez Kanady i Australii, które się wycofały. A podejrzewam, że do tych państw szybko dołączyłyby kolejne.

**NS: Polska brała pod uwagę taki scenariusz?**

ŁS: Gdyby pandemia się utrzymywała i istniało zagrożenie, to postępowalibyśmy według wskazań Ministerstwa Sportu. Myślę, że byłaby duża szansa na to, że nie pojechalibyśmy

do Tokio. Jednak to jest za nami i niestety dzisiaj mamy przestój. Oczywiście, wolelibyśmy, żeby wszystko odbyło się terminowo. Jednak zdrowie i życie są najważniejsze. Nikt z nas nie zamierza łamać wytycznych Światowej Organizacji Zdrowia czy naszego Ministerstwa Zdrowia. Natomiast z przesunięciem na przyszły rok związana jest pewnego rodzaju trudność. Mamy wielu zawodników, którzy już po Rio zaczęli proces przygotowania do Tokio. Oni budują formę stopniowo, a cały proces obliczony jest na 4 lata. W tym roku powinni prezentować się najlepiej, a następuje załamanie wszystkiego. Tutaj będzie



## Polka z nagrodą Międzynarodowego

**Międzynarodowy Komitet Paraolimpijski (IPC) w sposób szczególny obchodzi Międzynarodowy Dzień Kobiet – przyznaje z tej okazji specjalne nagrody. W tym roku przyznał je dwóm kobietom i jednej organizacji, które w sposób szczególny wpłynęły na rozwój ruchu paraolimpijskiego. Jedną z nich jest Polka, Paulina Malinowska-Kowalczyk, rzeczniczka prasowa Polskiego Komitetu Paraolimpijskiego.**

Nagrody „IPC 2020 International Women's Day Recognition” są przyznane zostały w trzech kategoriach. Przedstawicielce Jordanii Maha Bargouthi przyznano nagrodę w kategorii Next Generation Leader (Liderka Przyszłych Pokoleń), Australijski Komitet Paraolimpijski otrzymał nagrodę w kategorii

National Paralympic Committee and International Federation (narodowe komitety paraolimpijskie i federacje sportowe), zaś Paulina Malinowska-Kowalczyk otrzymała nagrodę w kategorii Builder (Budownicza). Po raz pierwszy w historii nagrody przyznano w trzech kategoriach, przez ostatnie lata od chwili powstania uhonorowania w 2013 roku, była tylko jedna nagroda. Nagrody przyznaje Komitet ds. Kobiet w Sporcie IPC, na czele którego stoi Rita van Driel.

**Paulina Malinowska-Kowalczyk – kategoria „Builder” (Budownicza)**

Malinowska-Kowalczyk doskonale wpisuje się w kategorię honorującą osoby, które od lat niezmiennie i konsekwentnie budują ruch paraolimpijski, tym samym podkreślając w nim rolę kobiet. Od 2017 roku jest rzeczniczką prasową Polskiego Komitetu

# domowych treningów

trochę łamię dla sztabów szkoleniowych, jak przemodelować proces treningowy, żeby optymalna forma pojawiła się w przyszłym roku.

**NS: Rozmawialiśmy po Paralekkoatletycznych MŚ w Dubaju. Wówczas powiedział Pan, że w 2020 roku część zawodników zamierza zakończyć karierę po Tokio. Co dla nich oznacza decyzja o przełożeniu imprezy?**

ŁS: Tacy zawodnicy są nie tylko w sportach paraolimpijskich, ale też olimpijskich. Dla nich ta sytuacja jest niedobra. Muszą jeszcze popracować bardzo ciężko przez ponad rok, żeby w jak najlepszym stylu pożegnać się z karierą. Ale przesunięcie terminu to pewnie dobra wiadomość dla tych, którzy dopiero rozwijają swoje sportowe skrzydła. Oni zyskują dodatkowe miesiące na to, żeby zdobyć jeszcze trochę tej praktyki i przepracować kolejne tysiące godzin na treningach.

**NS: Początek roku to dla części zawodników okres zgrupowań, również zagranicznych. Przykładowo, handbikerzy przebywali na Majorce, ale wrócili szybciej do kraju. Jak w trakcie tzw. narodowej kwarentanny wyglądają treningi?**

ŁS: Przerwaliśmy wszystkie zgrupowania, pościgaliśmy zawodników do kraju. Nie jestem na tyle odważny, żeby iść standardami,

których nie zaleca Ministerstwo Zdrowia. Trudną sytuację mamy w Ośrodku Przygotowań Paraolimpijskich w Wiśle, który musiał zawiesić działalność. Tak samo jest w Ośrodkach Przygotowań Olimpijskich w całej Polsce. Tu trzeba spojrzeć na aspekt ekonomiczny całej tej sytuacji, to jest realna groźba utraty wielu miejsc pracy. Natomiast trenerzy zaczynają prowadzić zajęcia ze swoimi zawodnikami przez internet. Montuje się kamery, podgląda się, patrzy się, daje się wskazówki. Wiadomo, że trudno jest zorganizować w domu trening, który będzie tak samo wartościowy i równie wydajny jak ten przy użyciu specjalistycznych przyrządów czy obiektów sportowych. Na szczęście wydłużenie tego okresu o rok daje trochę swobody w myśleniu o tym, że to wszystko jest do odpracowania.

**NS: Co dalej z procesem kwalifikacji?**

ŁS: Zawody kwalifikacyjne są niewątpliwie potrzebne w każdym praktycznie sporcie, m.in. w lekkiej atletyce, pływaniu i w innych dyscyplinach. Tylko część zawodników ma zagwarantowany wyjazd do Tokio. Poszczególne sekcje w IPC [Międzynarodowy Komitet Paraolimpijski – przyp. red.], odpowiadające za dany sport, reorganizują kalendarz imprez. Jesteśmy w kontakcie i zastanawiamy się wspólnie, jak to przygotować, żeby proces kwalifikacji był jak najbardziej obiektywny, sprawiedliwy i w miarę atrakcyjny.

**NS: Wspomniał Pan o procesie kwalifikacji w lekkiej atletyce. Mistrzostwa Europy w tej dyscyplinie miały odbyć się 2-7 czerwca w Bydgoszczy. Dziś wiemy, że i ta impreza zostanie zorganizowana w innym terminie. Kiedy będą rywalizować najlepsi zawodnicy z naszego kontynentu?**

ŁS: IPC bardzo chce, żeby Mistrzostwa Europy odbyły się przed Igrzyskami Paraolimpijskimi w Tokio. Tylko na przyszły rok zaplanowane są też Mistrzostw Świata. Na pewno 3 takie imprezy w 2021 r. nie mają sensu z jakiegokolwiek perspektywy. To oznaczałoby 3 szczyty formy w sezonie, a to jest nierealne do przygotowania. Być może ME zorganizujemy jeszcze w tym sezonie, po 20 września. Planujemy, robimy wstępny przymiar. De facto do prac będziemy mogli przystąpić, kiedy pojawi się zapowiedź, że wychodzimy z domu i wracamy do aktywności.

**NS: Z kolei 12-20 września mają odbyć się Mistrzostwa Europy w Ampfutbolu w Krakowie. Czy ten termin jest zagrożony?**

ŁS: Z tego, co wiem, to na razie nie ma tematu odwołania imprezy. Wszystko jest przygotowywane pod termin wrześniowy. Jednak zaznaczam, że nie mam najświeższych informacji. W ostatnich dniach nie rozmawiałem z Mateuszem [Widlakiem, prezes Stowarzyszenia AMP Futbol Polska i prezydent Europejskiej Federacji Ampfutbolu – przyp. red.], ponieważ byłem pochłonięty innymi trudnościami. Przesunięcie Igrzysk Paraolimpijskich w Tokio oznacza sporo zmian i wyjaśniania pewnych kwestii, bo np. zarezzerwowaliśmy loty czy zamówiliśmy ubrania.

**NS: Jak wygląda sprawa kalendarza Mistrzostw Polski w różnych dyscyplinach?**

ŁS: To będzie wywrócone do góry nogami, bo już się nie odbyły różne imprezy. Też wiemy, że kilka zostanie przesuniętych na inne terminy. Musimy reagować na bieżąco. Teraz planowanie czegoś na maj raczej stoi pod znakiem zapytania, bardziej prawdopodobny wydaje się czerwiec. Jesteśmy gotowi, żeby przeprojektować kalendarz i to ogłosić. Wszystko zależy od tego, kiedy będziemy mogli wyjść z powrotem na ulice, trenować i normalnie funkcjonować. Pandemia zmusiła nas do alternatywnej formy działania. To z pewnością trudny okres, ale nie będzie trwał wiecznie. Ciepłota i spokój pomogą nam wszystkim lepiej się odnaleźć w tej przejściowej sytuacji.

## Komitetu Paraolimpijskiego!

Paraolimpijskiego i od 2019 doradcą prezydenta Andrzeja Dudy ds. osób z niepełnosprawnościami. Jednak jej zaangażowanie się w promocję paraolimpijskiego ruchu sięga wiele lat wstecz. W wieku 11 lat w wyniku choroby nowotworowej amputowano jej lewą rękę, jednak to nie pozbawiło jej ambicji. W latach 2002-2017 pracowała dla Telewizji Polskiej współtworząc programy poświęcone osobom z niepełnosprawnościami. Przez blisko 10 lat prowadziła na antenie TVP Sport program „Pełnosprawni”, nagradzany za promowanie aktywności wśród osób z niepełnosprawnościami.

- Nigdy nie liczyłam na nagrody pracując na rzecz ruchu paraolimpijskiego. Po prostu uwielbiam tę pracę – przyznaje Malinowska. - Zawsze byłam przekonana, że sport paraolimpijski ma swoją markę i indywidualność. Fakt, że otrzymuję tę nagrodę utwierdza mnie

tylko w przekonaniu, że zawsze miałam rację. Nagroda będzie mnie motywowała do dalszej pracy nad promocją ruchu paraolimpijskiego. Poza tym, tak, jestem bardzo szczęśliwa! Jako dziennikarka relacjonowała igrzyska paraolimpijskie w Atenach (2004), Vancouver (2010), Soczi (2014) i Rio de Janeiro (2016). W Soczi i Pjongczangu była rzeczniczką prasową reprezentacji paraolimpijskiej. Podczas igrzysk w Pekinie pracowała jako prowadząca „Studio Pekin” na antenie TVP Sport. W zeszłym roku została uhonorowana „Nagrodą Specjalną” konkursu „Człowiek bez barier” Stowarzyszenia Przyjaciół Integracji, otrzymała także medal upamiętniający stulecie istnienia Polskiego Komitetu Olimpijskiego za pracę na rzecz rozwoju sportu.

Info: PKPar, fot. Bartłomiej Zborowski / PKPar

## Zmarł ks. kanonik Stanisław Jurczuk | Odszedł od nas wielki człowiek

**W Wielką Sobotę, 11 kwietnia, zmarł ks. kanonik Stanisław Jurczuk, diecezjalny duszpasterz niepełnosprawnych, założyciel i prezes Katolickiego Stowarzyszenia Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej, inicjator pieszych pielgrzymek osób niepełnosprawnych z Warszawy na Jasną Górę.**



**Odszedł od nas wielki człowiek – ks. kanonik Stanisław Jurczuk, założyciel i prezes Katolickiego Stowarzyszenia Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej.**



Pogrzeb śp. Księdza Stanisława z powodu pandemii będzie miał formę prywatną, msza św. pogrzebowa odprawiona będzie w Milanówku, gdzie zostanie pochowany miejscowym cmentarzu parafialnym.

Był to kapłan niezwykle zaangażowany we wspieranie osób z niepełnosprawnością i do ostatnich dni życia pomagał mieszkańcom prowadzonych przez stowarzyszenie placówek.

„Człowiek silnej wiary i silnej woli. Całym sercem pomagał innym” – tak wspomina go prezydent RP Andrzej Duda.

„Był dla nas Ojcem i Przewodnikiem, trwamy w wierze i modlitwie o życie wieczne w niebie dla jego duszy” – piszą jego przyjaciele, współpracownicy i podopieczni placówek prowadzonych przez stowarzyszenie.

„Wielu, którym dał nadzieję życia i godności nie mogło Go osobiście pożegnać. Jest nas wielu... Uczestników pielgrzymek pieszych osób niepełnosprawnych na Jasną Górę, mieszkańców domów dla osób niepełnosprawnych, wolontariuszy, darczyńców, podopiecznych, współpracowników.”

Pamięć o nim na zawsze pozostanie w sercach ludzi, o których szczególnie zabiegał i których wspierał.

Ksiądz Stanisław Jurczuk od 1990 r. był duszpasterzem niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej, był także członkiem sekcji Polityka społeczna Narodowej Rady Rozwoju, od 1995 r. prezesem Katolickiego Stowarzyszenia Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej. W latach 1997-2001 był doradcą prezesa Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Pełnił także funkcję dyrektora Domu Rehabilitacyjno-Opiekuńczego w Milanówku.

Ks. Jurczuk był także laureatem wielu nagród za działalność na rzecz osób niepełnosprawnych.

Współtworzył pieszą pielgrzymkę osób niepełnosprawnych z Warszawy na Jasną Górę. Był twórcą programu kompleksowej rehabilitacji od najwcześniejszego dzieciństwa do późnej starości.

Oprac. IKA, fot. PFRON

Był pomysłodawcą kompleksowego programu rehabilitacji osób niepełnosprawnych od najwcześniejszego dzieciństwa po późną starość, poprzez utworzenie i prowadzenie placówek służących wszystkim grupom wiekowym.

Pełnił także funkcję dyrektora Domu Pomocy Społecznej w Brwinowie i Domu Rehabilitacyjno-Opiekuńczego w Milanówku.

W latach 1997-2001 był doradcą prezesa Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, a od 2016 roku – członkiem sekcji polityki społecznej w Narodowej Radzie Rozwoju przy Prezydencie RP. Był również laureatem wielu nagród za działalność na rzecz osób niepełnosprawnych i ambasadorem przemian społecznych w naszym kraju.

Pozostawił żal w sercach nie tylko osób niepełnosprawnych, ale również wszystkich Polaków, którym nie obojętne są losy tego środowiska. Zawsze był obecny w działaniach, które zmierzały do poprawy sytuacji tej grupy społecznej. Posiadał ogromną umiejętność tak ważną dla ludzi niosących pomoc - sztukę empatii, altruizmu i kompromisu, zachowując przy tym konsekwencję w postępowaniu dla dobra ludzi, których reprezentował.

Z powodu tego smutnego i tragicznego faktu, Zarząd i Rada Nadzorcza Fundacji Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie” w Kaliszu pragnie złożyć kondolencje na ręce władz Katolickiego Stowarzyszenia Niepełnosprawnych Archidiecezji Warszawskiej, a za ich pośrednictwem wszystkim, którzy szanowali i cenili nieodżałowanej pamięci księdza kanonika Stanisława Jurczuka.

Z wyrazami głębokiego żalu  
Stanisław Bronz  
Prezes Zarządu  
Fundacji Miłosierdzie

**Nawet kilkanaście lat bez zezwolenia działały placówki, które poza jakąkolwiek kontrolą świadczyły usługi w zakresie całodobowej opieki – wynika z kontroli NIK. Zdaniem Izby nadzór państwa sprawowany nad tego rodzaju placówkami jest pozorny.**

Wyniki kontroli NIK dotyczącej działalności takich placówek w latach 2015–2018 opublikowano 22 kwietnia na stronie internetowej Izby.

Z kontroli wynika, że w tym przedziale czasu bez wymaganego zezwolenia w kraju funkcjonowało ponad 200 placówek oferujących opiekę całodobową. Połowa – mimo wykrycia ich nielegalnej działalności i nałożenia kar pieniężnych – nadal bez większych problemów świadczyła usługi. Koszty dostosowania działalności do obowiązujących standardów były bowiem znacznie wyższe od orzeczonych kar, których w dodatku większość właścicieli i tak nie płaciła.

„Nie ponosząc konsekwencji finansowych nielegalnej działalności i nie dostosowując się do wymogów określonych prawem, mogli oni pobierać niższe opłaty za usługi niż placówki działające legalnie i w ten sposób tworzyć nieuczciwą konkurencję” – wskazała NIK.

Jak wynika z kontroli, w latach 2015–2018 najwięcej placówek zapewniających całodobową opiekę osobom niepełnosprawnym, przewlekle chorym lub w podeszłym wieku prowadzono w województwach: mazowieckim, śląskim, pomorskim, dolnośląskim i małopolskim. „Ich liczba wzrosła z 416 do 564 (35,6 proc.), a liczba miejsc, które oferowały z ok. 14 tys.

## NIK: Nadzór państwa nad placówkami świadczącymi opiekę całodobową jest pozorny

do ponad 20 tys. (47 proc.). Domów pomocy społecznej przybyło w tym czasie znacznie mniej – z 819 do 875 (6,8 proc.), a liczba miejsc dla pensjonariuszy wzrosła tam z niemal 77,5 tys. do prawie 84 tys. (7,9 proc.)” – czytamy na stronie NIK.

Zdaniem NIK powodem dużego i wciąż rosnącego zainteresowania pobytom w tego rodzaju placówkach jest przede wszystkim stosunkowo niski koszt oferowanych przez nie usług, w wielu przypadkach niższy niż w domach pomocy społecznej prowadzonych przez samorządy.

Najczęściej właściciele takich placówek nie ubiegali się o zezwolenie na prowadzenie działalności z powodu wysokich kosztów, jakie musieliby ponieść w związku z dostosowaniem budynków do wymogów ochrony przeciwpożarowej i standardów określonych w ustawie o pomocy społecznej.

„W praktyce jedyną, ale w niewielkim stopniu wykorzystywaną możliwością pozyskiwania wystarczających i obiektywnych informacji na temat działalności placówek oferujących opiekę całodobową są kontrole kompleksowe” – podkreśliła NIK.

Jak podano, w latach 2015–2018 w województwie łódzkim objęto nimi 3 proc. takich placówek, w województwie pomorskim niecałe 5 proc., w województwie mazowieckim ok. 19 proc., a w wo-

jewództwie śląskim nieco ponad połowę, choć zgodnie z przepisami powinny się odbywać nie rzadziej niż raz na trzy lata.

Jak ustaliła NIK, wojewodowie w niewielkim stopniu samodzielnie pozyskiwali informacje o placówkach działających bez zezwolenia, a kontrolę zarządzali dopiero po skargach składanych przez członków rodzin pensjonariuszy, zwolnionych pracowników czy konkurencję. Z kontroli wynika, że w latach 2015–2018 wojewodowie zidentyfikowali 226 placówek, co do których zachodziło podejrzenie, że prowadzą działalność bez zezwolenia. Zlecone postępowania wyjaśniające potwierdziły te przypuszczenia w 210 przypadkach.

Jednocześnie liczba kontroli wykonanych była mniejsza od liczby kontroli zleconych, ponieważ w niektórych przypadkach inspektorzy nie zostali wpuszczeni na teren placówek – nawet, gdy przysłali w asyście policjantów. „Dodać należy, że w latach 2015–2018 zapadł zaledwie jeden wyrok skazujący za utrudnianie kontroli” – wskazała NIK.

Średnio od momentu uzyskania przez urząd wojewódzki informacji o nielegalnie działającej placówce do przeprowadzenia w niej kontroli upływało siedem miesięcy, natomiast do zaprzestania przez nią działalności lub jej zalegalizowania – dwa lata. Zdaniem NIK taka sytuacja mogła utrwać poczucie bezkarności i zachęcać do samowoli.

Ponadto, mimo że na 142 placówki nałożono kary, 96 proc. z nich nadal prowadziło dzia-

łalność, niektóre przez kilka lat. W skrajnych przypadkach placówki działały nawet 18 lat bez zezwolenia i poza jakąkolwiek kontrolą.

Jak podkreśliła NIK, zgodnie z obecnymi regulacjami działanie bez zezwolenia nie wystarczy do tego, aby wstrzymać działalność placówki. Możliwe jest to jedynie w przypadku stwierdzenia zagrożenia życia lub zdrowia osób, które w niej przebywają.

„Bezkarność właścicieli placówek wynikała także z wysokości kar – w niektórych przypadkach nieadekwatnej do osiągniętych zysków. NIK proponuje podwyższenie i zróżnicowanie kar w zależności od liczby pensjonariuszy lub od osiągniętych przychodów (ustalony procent). Konieczna jest także większa skuteczność w ściąganiu kar” – czytamy.

Zdaniem NIK należałoby przenieść odpowiedzialność za prowadzenie placówki bez zezwolenia na grunt prawa karnego, gdzie taka działalność powinna być kwalifikowana jako przestępstwo – z uwagi na groźbę stworzenia realnego zagrożenia dla życia i zdrowia jej pensjonariuszy.

„W związku z tym, że naruszanie przepisów nie wiąże się właściwie z żadnymi poważnymi konsekwencjami, Najwyższa Izba Kontroli zwróciła się do ministra rodziny, pracy i polityki społecznej o podjęcie szeregu przedsięwzięć m.in. legislacyjnych, dotyczących skutecznego przeciwdziałania tworzeniu i prowadzeniu działalności przez placówki nie posiadające zezwolenia wojewody” – podkreśliła w komunikacie Izby. (PAP)

**MRPiPS w odpowiedzi na raport NIK zapewnia, że na bieżąco współpracuje z wojewodami**

**Na bieżąco współpracujemy z wojewodami ws. kontroli placówek zapewniających całodobową opiekę; na początku roku weszły w życie opracowane przez nas przepisy, które mają ograniczyć skalę nieprawidłowości - podkreśliła w odpowiedzi na raport NIK wiceszefowa MRPiPS Iwona Michałek.**

„Z początkiem tego roku weszły w życie przepisy opracowane przez resort rodziny, mające na celu ograniczenie skali nieprawidłowości w placówkach. Wprowadziliśmy wiele zmian w zakresie wymogów pod kątem prowadzących placówki. Po raz pierwszy wprowadzono standardy dotyczące kadry oraz wskaźnika zatrudnienia w placówkach. Poszerzono możliwości w zakresie nakładania kar pieniężnych na podmioty prowadzące nielegalne placówki mimo wcześniejszego ukarania za prowadzenie nielegalnej placówki w innym miejscu” - zaznaczyła wiceszefowa resortu Iwona Michałek.

Jak wskazała, dodatkowo dano wojewodom możliwość jednoczesnego cofnięcia zezwolenia na prowadzenie placówki i nakazania wstrzymania prowadzenia tej placówki, z nadaniem rygoru natychmiastowej wykonalności. - Sytuacja taka może mieć miejsce w razie stwierdzenia zagrożenia życia i zdrowia osób przebywających w placówce, nawet jeśli jest to placówka mająca zezwolenia - podkreśliła wiceminister.

Dodała przy tym, że kary pieniężne przewidziane w ustawie mają na celu doprowadzenie do stanu zgodnego z prawem, czyli do tego, by podmiot prowadzący nielegalną działalność zaprzestał swojej działalności lub uzyskał odpowiednie zezwolenia wojewody.

Podmioty prowadzące taką działalność podlegają karze pieniężnej w wysokości 10 tys. zł (gdy w ich placówce przebywa nie więcej niż 10 osób) lub 20 tys. zł (gdy w placówce przebywa więcej niż 10 osób). W sytuacji niezaprzestania działalności pomimo nałożonej wcześniej kary nakładane są kolejne, wynoszące po 40 tys. zł. (PAP)

## Osoby niepełnosprawne nie powinny być marginalizowane w walce z pandemią COVID-19



**Dunja Mijatović** Komisarz Praw Człowieka Rady Europy umieściła 2 kwietnia na swej stronie deklarację, w której oceniła sytuację osób z niepełnosprawnościami w Europie, w kontekście pandemii koronawirusa.

Konwencja ONZ o prawach osób z niepełnosprawnościami nakłada na państwa obowiązek zapewnienia ochrony i bezpieczeństwa tym osobom w sytuacjach ryzyka. Komisarz uważa, że w walce z wirusem nie zwrócono należytej uwagi na specyficzne potrzeby osób z niepełnosprawnością.

Ograniczenie kontaktów społecznych powoduje, że istnieje wysokie ryzyko zakłócenia usług wspierania przez pracowników socjalnych. Nie tylko z powodu stanu zdrowia czy wymogu kwarantanny, ale także z powodu braku osobistych środków ochronnych. Są osoby, których niepełnosprawność wymaga wsparcia w codziennych czynnościach: jedzeniu, ubieraniu się czy czynnościach higienicznych.

Zdaniem Komisarz w takiej sytuacji należy odpowiednio przygotować i wyposażyć najbliższą rodzinę. Kolejnym rozwiązaniem jest wsparcie finansowe osób z niepełnosprawnościami aby zrekompensować dodatkowe wydatki związane z pandemią.

Grupą szczególnie narażoną na zagrożenie koronawirusem są pensjonariusze instytucji opiekuńczych i szpitali psychiatrycznych. W celu ochrony powinno się wyprowadzić takie osoby - jeżeli to możliwe - z tych miejsc oraz wstrzymać się od przyjmowania nowych pensjonariuszy. Państwa powinny też zadbać o stworzenie przestrzeni informacyjnej dedykowanej osobom niepełnosprawnym, w tym np. w języku migowym.

Ponadto osoby niepełnosprawne w kontekście walki z pandemią i kurczących się zasobów obawiają się dyskryminacji ze względu na niepełnosprawność w dostępie do opieki zdrowotnej. Obowiązkiem wszystkich państw członkowskich jest zapewnienie równego traktowania wszystkich pacjentów. Podczas przygotowywania środków i rozwiązań ułatwiających funkcjonowanie w trakcie pandemii istotne jest, aby zadbać o konsultacje z osobami niepełnosprawnymi, za pośrednictwem ich reprezentatywnych organizacji.

Oprac. *tuk/*,  
fot. Gunnar Vrang / commons.wikimedia.org, CC BY-SA 3.0

## 10 faktów o wsparciu

**Wraz z epidemią COVID-19, która dotyka każdego z obywateli, zostały wprowadzone rozwiązania dedykowane osobom niepełnosprawnym i ich opiekunom. Ich celem jest ułatwienie codziennego funkcjonowanie tej właśnie grupie naszego społeczeństwa. Nowe świadczenie z PFRON, rozszerzenie możliwości pobierania zasiłku opiekuńczego przez rodziców dzieci do 18 roku życia czy orzeczenia o niepełnosprawności bez osobistego stawiennictwa, to tylko niektóre z obowiązujących rozwiązań. Poniżej wybór działań dedykowanych osobom niepełnosprawnym i ich opiekunom.**

### 1. Zasiłek opiekuńczy dla rodziców dzieci do 18. życia

Rodzice lub opiekunowie dzieci, które posiadają orzeczenie o niepełnosprawności lub orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności do ukończenia 18 lat, mogą ubiegać się o dodatkowy zasiłek opiekuńczy. Zasiłek ten przysługuje ubezpieczonemu opiekunowi zwolnionemu od wykonywania pracy, z powodu konieczności osobistego sprawowania opieki, w przypadku zamknięcia placówki, do której uczęszcza dziecko, czyli żłobka, przedszkola, szkoły.

Należy pamiętać, że w przypadku przedłużenia zamknięcia żłobków, klubów dziecięcych, szkół, placówek pobytu dziennego, Rada Ministrów, oddzielnym rozporządzeniem może wydłużyć okres pobierania dodatkowego zasiłku opiekuńczego.

### 2. Zasiłek dla opiekunów dorosłych osób niepełnosprawnych

Problem z opieką nad dorosłą osobą niepełnosprawną może się pojawić w związku z zawieszeniem działalności placówek dziennego pobytu: warsztatów terapii zajęciowej, ośrodków dziennego pobytu, środowiskowych domów samopomocy lub innych placówek (np. ośrodka rewalidacyjno-wychowawczego). Opiekun osoby niepełnosprawnej może w takim przypadku uzyskać zasiłek przysługujący na opiekę nad chorym dorosłym członkiem rodziny.

### 3. Nowe świadczenie z PFRON

O świadczenie mogą starać się osoby mające aktualne orzeczenie o stopniu niepełnosprawności oraz opiekunowie osób mających aktualne

orzeczenie o niepełnosprawności wydane przed 16. rokiem życia.

Świadczenie przysługuje osobom, które korzystały z zajęć prowadzonych w warsztatach terapii zajęciowych, środowiskowych domach samopomocy, dziennych domach pomocy społecznej, uczestniczyły w zajęciach rewalidacyjno-wychowawczych. Świadczenie przysługuje również wychowankom specjalnych ośrodków szkolno-wychowawczych i specjalnych ośrodków wychowawczych.

Wsparcie polega na przyznaniu takim osobom miesięcznego świadczenia w stałej wysokości 500 zł przez 3 miesiące (marzec, kwiecień, maj). Warunkiem otrzymania świadczenia jest brak możliwości korzystania z zajęć rehabilitacyjnych w zawieszonych placówce przez okres co najmniej 5 dni w miesiącu.

### 4. Orzecznictwo. Przedłużenie uprawnień i wypłata świadczeń

Obecnie możliwe jest czasowe przedłużenie ważności orzeczeń, uprawnień i wypłat świadczeń, do których prawo przyznawane jest na podstawie orzeczenia wydanego przez lekarza orzecznika. Zmiany dotyczą czasowego wydłużenia terminów ważności orzeczeń o częściowej, całkowitej niezdolności do pracy, o niezdolności do samodzielnej egzystencji, uzasadniającej uprawnienia do świadczenia rehabilitacyjnego, wydanych na czas określony. Orzeczenia te stanowią podstawę do przyznania świadczenia, których ważność upływa w terminie 30 dni od wejścia ustawy.

Nowe przepisy określają również sytuację osób, których wnioski o świadczenie, uzależnione od

## osób niepełnosprawnych podczas epidemii

wydania orzeczenia o niezdolności do pracy, o niezdolności do samodzielnej egzystencji, itp., zostały złożone do ZUS, przed dniem wejścia w życie ustawy o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19 i orzeczenie nie zostało wydane.

Odpowiedniemu wydłużeniu uległy również terminy ważności książki inwalidy wojennego (wojskowego), legitymacji osoby represjonowanej oraz legitymacji emeryta-rencisty.

### 5. Wydłużenie ważności orzeczeń o niepełnosprawności i stopniu niepełnosprawności

Zmiany dotyczą także wydłużenia terminów ważności orzeczeń o niepełnosprawności oraz orzeczeń o stopniu niepełnosprawności wydawanych przez zespoły do spraw orzekania o niepełnosprawności.

Termin ważności orzeczeń zostanie wydłużony, jeżeli orzeczenie na czas określony wygasło do 90 dni przed dniem wejścia w życie ustawy o szczególnych rozwiązaniach związanych z zapobieganiem, przeciwdziałaniem i zwalczaniem COVID-19, innych chorób zakaźnych oraz wywołanych nimi sytuacji kryzysowych (i w tym okresie został złożony wniosek o wydanie kolejnego orzeczenia), lub gdy orzeczenie wygasło od dnia wejścia w życie ustawy (w tym przypadku nie ma konieczności złożenia wniosku o wydanie kolejnego orzeczenia). Orzeczenia zachowują ważność nie dłużej jednak niż do upływu 60. dnia od dnia odwołania stanu zagrożenia epidemicznego lub stanu epidemii, jednak nie dłużej niż do dnia wydania owego orzeczenia o niepełnosprawności albo orzeczenia o stopniu niepełnosprawności.

Odpowiedniemu wydłużeniu uległy również terminy ważności kart parkingowych.

### 6. Orzeczenia o niepełnosprawności bez osobistego stawiennictwa

Aktualnie, lekarz, przewodniczący składu orzekającego, jeśli uzna dołączoną do wniosku o wydanie orzeczenia dokumentację medyczną za wystarczającą, będzie mógł sporządzić ocenę stanu zdrowia osoby orzekanej bez przeprowadzenia bezpośredniego badania.

Przewodniczącym składu orzekającego będzie mógł być lekarz specjalista lub lekarz posiadający specjalizację co najmniej I stopnia, szczególnie w takich dziedzinach jak choroby wewnętrzne, pediatria, ortopedia i traumatologia

narządu ruchu, neurologia, psychiatria, okulistyka czy otolaryngologia.

Dodatkowym ułatwieniem jest przedłużenie zaświadczeń uprawniających do orzekania o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności wydane członkowi powiatowego zespołu przez wojewodę, którego ważność upływa w terminie od 8 marca 2020 r. Zaświadczenie to zachowa ważność do 90. dnia od chwili odwołania stanu zagrożenia epidemicznego lub stanu epidemii (ale nie dłużej niż do dnia wydania nowego zaświadczenia).

### 7. Utrzymanie miejsc pracy osób niepełnosprawnych w zakładach aktywności zawodowej

ZAZ otrzymają rekompensatę wypłaconego wynagrodzenia pracowników niepełnosprawnych ze środków PFRON. Organizator takiego zakładu, w czasie postoju w działalności lub zmniejszenia przychodu, może ubiegać się o rekompensatę kosztów płacy zatrudnionych pracowników niepełnosprawnych. Rekompensaty obliczane są w części proporcjonalnej do występującej w danym miesiącu liczby dni postoju w działalności lub zmniejszenia przychodu z tej działalności.

Rekompensata wypłacana jest w terminie 14 dni od dnia złożenia kompletnego wniosku.

### 8. Zwiększenie kwoty bazowej dofinansowania do wynagrodzeń osób niepełnosprawnych

Zmiany w ustawie o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych, umożliwiły zwiększenie kwoty bazowej dofinansowania do wynagrodzeń osób niepełnosprawnych.

Oznacza to podwyższenie podstawy kwoty bazowej na osoby o znacznym stopniu niepełnosprawności z 1800 zł do 1950 zł i przy stopniu umiarkowanym z 1125 zł do 1200 zł. Ponadto, dodatek do kwoty bazowej wzrósł na osoby o szczególnych schorzeniach z 600 zł do 1200 zł w przypadku osób o znacznym stopniu niepełnosprawności i z 600 zł do 900 zł w przypadku osób o umiarkowanym stopniu niepełnosprawności. Istotnym udogodnieniem dla pracodawców jest możliwość załatwienia wszelkich formalności online przez platformy: [www.sow.pfro.org.pl](http://www.sow.pfro.org.pl) oraz [www.pracodawca.e-pfron.pl](http://www.pracodawca.e-pfron.pl). Osoby z niepełnosprawnościami skorzystają z platformy: [www.sow.pfro.org.pl](http://www.sow.pfro.org.pl).

### 9. Zapewnienie ciągłości istnienia warsztatów terapii zajęciowej, środowiskowych

domów samopomocy, centrów i klubów integracji społecznej

WTZ to placówki, które dają osobom niepełnosprawnym, niezdolnym do podjęcia pracy, możliwość rehabilitacji społecznej i zawodowej. Pomimo zawieszenia ich działalności, dofinansowanie do kosztów uczestnictwa w zajęciach w tej placówce, które pokrywa PFRON, nie ulega zmianie.

ŚDS, kluby samopomocy są ośrodkami wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi w tym ze spektrum autyzmu lub niepełnosprawnościami sprzężonymi. Podopieczni domów mają możliwość rozwoju osobistego, chociażby poprzez naukę nowych umiejętności czy też podtrzymywanie umiejętności zdobytych wcześniej np. w zakresie czynności dnia codziennego i funkcjonowania w życiu. Na czas zawieszenia w nich działalności, utrzymane zostały dotacje przeznaczone na koszty prowadzenia i utrzymania.

Centra integracji społecznej oraz kluby integracji społecznej działają na rzecz reintegracji zawodowej i społecznej osób podlegających wykluczeniu społecznemu, w szczególności osób: niepełnosprawnych, długotrwale bezrobotnych, uzależnionych od alkoholu i chorych psychicznie. W celu zapewnienia ciągłości istnienia tych ośrodków dotacje zostały utrzymane na stałym poziomie. Oznacza to, że organ administracji publicznej ponosi koszty administracyjne związane z utrzymaniem budynku, kosztami eksploatacyjnymi, telekomunikacyjnymi i tkm, związanymi z zatrudnieniem personelu.

### 10. Zasiłek integracyjny bez zmian

Uczestnikom zajęć w CIS czy KIS przysługuje świadczenie integracyjne. Jest to świadczenie, które pochodzi z Funduszu Pracy. Świadczenie to będzie w dalszym ciągu wypłacane, w dotychczasowej wysokości, czyli w wysokości zasiłku dla bezrobotnych. Jest to ważne rozwiązanie, ponieważ świadczenie to, jest często jedynym źródłem utrzymania uczestników zajęć.

Szczegółowe informacje dotyczące programu „Pomoc osobom niepełnosprawnym poszkodowanym w wyniku żywiołu lub sytuacji kryzysowych wywołanych chorobami zakaźnymi” dostępne są pod adresem: [www.pfron.org.pl](http://www.pfron.org.pl) – zakładka „O Funduszu – Programy i zadania PFRON – Programy realizowane obecnie”.

Info: MRPiPS, oprac. *kat/*

## W ramach programu „Senior plus” w 2020 r. może powstać 191 nowych placówek

W tegorocznej edycji programu „Senior plus” przyznano dofinansowanie dla 738 ofert na łączną kwotę 60,6 mln zł – poinformowała 3 marca szefowa MRPiPS Marlena Małąg. Dodała, że dzięki dofinansowaniu może powstać 191 nowych domów i klubów „Senior plus”.

Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej w 2020 r., podobnie jak w roku poprzednim, na realizację programu „Senior plus” przeznaczyło 80 mln zł. Jednostki samorządu terytorialnego mogły ubiegać się zarówno o wsparcie na utworzenie lub wyposażenie nowych placówek, jak i dofinansowanie placówek już istniejących.

Szefowa MRPiPS na konferencji prasowej przypomniała, że pod koniec 2019 r. było ponad 780 klubów i domów „Senior plus”. – W tegorocznej edycji do dofinansowania rekomendowano w sumie 738 ofert. W pierwszym module dotyczącym tworzenia nowych placówek było to 191 ofert na łączną kwotę 28,8 mln zł, w drugim obejmującym dofinansowanie do placówek już istniejących – 547 ofert na łączną kwotę 31,8 mln zł – poinformowała szefowa MRPiPS.

W ramach tegorocznej edycji programu powstanie 191 placówek – 31 dziennych domów (kwota dofinansowania – 7,7 mln zł) i 160 klubów (21,1 mln zł). To ponad 4 tys. zaplanowanych miejsc dla seniorów. Dofinansowanie do działalności otrzyma natomiast 547 placówek – 235 domów (20,7 mln zł) i 312 klubów (11,1 mln zł) z ponad 13,7 tys. miejsc.

Najwięcej nowych placówek powstanie w województwach: wielkopolskim – 23, dolnośląskim – 21 oraz mazowieckim – 19.

– W niedalekiej przyszłości ogłosimy drugi nabór w konkursie w ramach edycji 2020 programu „Senior plus”. Do wzięcia będzie ok. 15,4 mln zł – zaznaczyła szefowa MRPiPS.

Z kolei wiceminister Stanisław Szwed wskazał, że rząd przeznacza rocznie na realizację programu „Senior plus” 80 mln zł. – To o 50 mln zł więcej niż w 2015 r. na starcie programu – powiedział.

– Cieszymy się, że kluby seniora rozwijają się w mniejszych miejscowościach, na czym nam zależało. Program spełnia swoje zadanie – podkreślił Szwed. (PAP)

Karolina Kropiwick

## Opieka Mimo Wszystko.

Marcin Gazda, fot. archiwum Fundacji Anny Dymnej „Mimo Wszystko”, autor

Zajęcia terapeutyczne nadawały rytm i sens codziennemu funkcjonowaniu. Teraz jest to zdeorganizowane, co wzbudza niepokój u osób z niepełnosprawnością intelektualną. Fundacja Anny Dymnej Mimo Wszystko dba nie tylko o swoich podopiecznych, ale też pomaga innym podmiotom. Jednocześnie sama potrzebuje wsparcia.

Z dnia na dzień znaleźliśmy się w trudnej sytuacji – to słowa dotyczące wielu organizacji pozarządowych. Również Fundacji Anny Dymnej Mimo Wszystko, która opiekuje się prawie 70 osobami z niepełnosprawnością intelektualną. A w ciągu 16 lat działalności udzieliła wsparcia ponad 30 tys. ludzi z całej Polski.

Większość podopiecznych jest w starszym wieku i zmagają się z wieloma chorobami przewlekłymi. Oni nie rozumieją, co się dzieje i dlaczego nagle nie wolno im przychodzić na zajęcia. Zamiast przyjeżdżać do ośrodków Dolina Słońca (Radwanowice, woj. małopolskie) i Spotkajmy się (Lubiatowo, woj. pomorskie), przebywają w domach ze swoimi rodzinami.

– Część osób znajduje się w domach opieki należących do Fundacji im. Brata Alberta. W tych placówkach spędzają czas w kilkuosobowych grupach, pod opieką wychowawców. Niestety, bez możliwości wychodzenia za zewnątrz. Staramy się zrobić wszystko, aby czuli, że się nimi opiekujemy i dbamy o to, by byli przede wszystkim zdrowi – mówi Maja Jaworska, wiceprezes zarządu i dyrektor Fundacji Anny Dymnej Mimo Wszystko.

Jak zaznacza Katarzyna Walaszek, dyrektor ds. projektów w tej organizacji, bardzo mocno zostało zachwiane poczucie bezpieczeństwa podopiecznych. Nie mają swoich codziennych rutyn, które sprawiły, że ich życie było dobre, stałe. Teraz niepokoi ich nowa sytuacja, np. mierzenie temperatury 3 razy dziennie. Terapeuci rozmawiają z nimi, starają się wytłumaczyć realia. Jednak brak myślenia abstrakcyjnego sprawia, że bardzo trudno to wyjaśnić.

Natomiast Maja Jaworska podkreśla, że zwykle warsztaty w marcu były radosne ze względu na przygotowania do kermaszu



Maja Jaworska i Anna Dymna (Albertiana 2019 r.)

wielkanocnego. We wszystkich pracowniach trwały intensywne prace, m.in. wykonywano kartki świąteczne, stroiki. Robiono to z myślą o rodzinie, przyjaciółach i darczyńcach. Ponadto przygotowywano drogę krzyżową na Wielki Piątek. Jak zaznacza dyrektor FAD, w tym roku tego zabrakło.

– Im mniej podopieczni mają aktywności codziennej, tym gorzej dla ich zdrowia fizycznego i samodzielności. Dodatkowo zajęcia terapeutyczne pełnią ważną funkcję, jeśli chodzi o ich dobrostan psychiczny. Są dla nich regulatorem nastroju – miejscem, gdzie czują się potrzebni, ważni i pożyteczni. Podopieczni traktują też zajęcia terapeutyczne jako swoją pracę, która nadaje rytm i sens codziennemu funkcjonowaniu – komentuje Mateusz Sycz, psycholog w ośrodku terapeutyczno-rehabilitacyjnym Fundacji Anny Dymnej Mimo Wszystko.

### Nowa rzeczywistość

W fundacji nie mają wątpliwości, że podopiecznym jest trudno się odnaleźć w obecnej sytuacji. Na pewno brakuje im zajęć na warsztatach, możliwości wyjścia, spotkania się z kolegami, psychologami i terapeutami. Ta sytuacja zdeorganizowała ich codzienność. A dla osób z niepełnosprawnością intelektualną ważna jest systematyczność, powtarzalność zajęć.

## Pomaganie w czasach pandemii



Ośrodek Dolina Słońca

– Rodzice czy opiekunowie w ośrodkach pomocy społecznej robią wszystko, żeby umilić czas tej grupie. Jednak wiedzą, że to nie zastąpi warsztatów. Anna Dymna zainstalowała sobie Skype'a. Będą odbywały się spotkania, jak mówią podopieczni: „z panią Anią, mamą, ciocią, opiekunką”. Czekają ich chwile radości i ożywienia na widok i głos pani Anny Dymnej – podkreśla Maja Jaworska.

Natomiast sygnały docierające od uczestników zajęć są różne. Niektórzy głośno narzekają, że



Ośrodek Dolina Słońca

– Chcemy, żeby zdolności rozumowania podopiecznych były stale pobudzane. Służą temu zajęcia terapeutyczne. Podtrzymane powinny być również umiejętności w zakresie czynności codziennych, sprawności fizycznej, zaradności i samodzielności – informuje Katarzyna Walaszek.

Jak zaznacza Mateusz Sycz, obecna sytuacja trwa na razie zbyt krótko, aby jej konsekwencje stały się bar-

### Wzajemna pomoc

Fundacja nie ukrywa, że potrzebuje wsparcia finansowego. Stara się pozyskiwać pieniądze, aby utrzymać obydwa ośrodki, a także pomagać innym, którzy są w tragicznym położeniu. Obecnie wśród najważniejszych zadań jest zapewnienie środków ochrony bezpośredniej pracownikom i podopiecznym z ośrodków. Równie istotne jest zagwarantowanie żywności dla indywidualnych podopiecznych z Krakowa i okolic.

– Gdy słyszymy, że osoby bezdomne, przebywające w ośrodku Małgorzaty Chmielewskiej, nie mają jedzenia, natychmiast włączamy się i pomagamy. Najbliższy miesiąc został zabezpieczony. W zaprzyjaźnionej Fundacji im. Brata Alberta są ludzie, którzy zajmują się na co dzień także naszymi wspólnymi podopiecznymi. Zgłosili się oni z prośbą o dostarczenie naczyń jednorazowych, a także środków higienicznych i ochronnych. Otrzymali je, na razie sytuacja jest opanowana – mówi Maja Jaworska.

W fundacji uważają, że w pierwszej kolejności państwo powinno zaopiekować się osobami w najtrudniejszej sytuacji: chorymi, niepełnosprawnymi oraz seniorami. Na pewno należy zabezpieczyć materiały i finanse dla ludzi najslab-



WTZ Lubiatowo

chcieliby mieć warsztaty. Inni są zadowoleni z okazji do odpoczynku. O osobach z niepełnosprawnością intelektualną nie zapominają przyjaciele fundacji. Przykładowo, jedna z firm przekazała gry.



WTZ Lubiatowo

dziej widoczne. Ale z pewnością brak zajęć w dłuższej perspektywie będzie miał negatywny wpływ na podopiecznych i terapeutów, wychowawców, na nas wszystkich.

szych. Nie zdawać ich na samotne przechodzenie przez tak trudną sytuację. Wzajemna pomoc i reagowanie na problemy pomoże nam przetrwać ten czas.



# W Konarach inne spojrzenie na wsparcie podopiecznych

Marcin Gazda, fot. archiwum BFD Konary

**Organizacje zajmujące się osobami z niepełnosprawnościami wprowadziły istotne zmiany ze względu na pandemię koronawirusa. Również Bonifraterska Fundacja Dobroczynna funkcjonuje inaczej niż dotychczas. Opieka nad częścią podopiecznych odbywa się na odległość, co oznacza m.in. poszukiwanie innowacyjnych rozwiązań.**

**B**onifraterska Fundacja Dobroczynna (BFD) przeorganizowała pracę każdej swojej jednostki w Konarach (woj. małopolskie). DPS jest zamknięty dla odwiedzających, a sześćdziesięciu mieszkańców może korzystać jedynie z niewielkiego ogrodu. Natomiast w ŚDS i WTZ zajęcia dla uczestników są zawieszane.

– Największą trudnością dla podopiecznych jest pozbawienie ich poczucia bezpieczeństwa oraz zerwanie z dotychczasową rutyną. Do tego dochodzą obostrzenia związane z przemieszczaniem się, co dla niektórych jest bardzo trudne i wręcz niezrozumiałe. Dla DPS-u oznacza to także wprowadzenie reżimu sanitarnego – informuje Ewa Solecka-Florek, dyrektor DPS BFD Konary oraz kierownik ŚDS BFD Konary.

Mieszkańcy tęsknią za swoimi bliskimi. Sytuacji nie ułatwia pogoda, która jest coraz bardziej wiosenna. Wzmaga bowiem ona poczucie odseparowania od ludzi i świata zewnętrznego. Natomiast wkrótce problemem może być zapewnienie odpowiedniej opieki, także tej profesjonalnej. I tego scenariusza obawia się kadra zarządzająca.

– W DPS-ie życie i zajęcia toczą się pozornie normalnie. Bo trudno uspokajać mieszkańców i mówić o bezpieczeństwie, podchodząc do nich... w maseczkach. Niby nic, ot kolorowy materiał na twarzy, jednak w powiązaniu z informacjami ze świata zewnętrznego powoduje duży niepokój, lęk – podkreśla Ewa Solecka-Florek.

(Materiał powstał przed wprowadzeniem obowiązku noszenia maseczek.)

## Opieka na odległość

75 uczestników WTZ oraz ŚDS przebywa w domach rodzinnych. To, jak spędzają czas, jest uzależnione od warunków bytowo-mieszkaniowych oraz indywidualnych możliwości.



Część z nich rozwija swoje talenty albo szlifuje umiejętności, których zdążyli się nauczyć na zajęciach. Terapeuci kontaktują się z nimi telefonicznie co najmniej 2 razy w tygodniu. Pytają o ich potrzeby i samopoczucie. Na bieżąco przekazują wiadomości o sytuacji w kraju oraz o środkach zapobiegawczych, jakie powinni zastosować. Dodatkowo psycholog dzwoni do uczestników, świadcząc swoje usługi w ramach dostępnych działań.

– Szukamy innowacyjnych rozwiązań. Jesteśmy przyzwyczajeni do bezpośredniej pracy z podopiecznymi. Ona jest szalenie ważna i w dłuższej perspektywie niezastąpiona. Jednak obecna sytuacja wymusza spojrzenie na

nasze działania z innej strony, tak aby zapewnić opiekę uczestnikom pomimo braku bezpośredniego kontaktu – zaznacza Natalia Gębka kierownik WTZ.

Niewielka grupa podopiecznych fundacji bierze udział w europejskim projekcie Erasmus+ „LET IT BE”. Jego głównym celem jest stworzenie szeregu aktywności dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Każdy uczestnik ma swoje konto w aplikacji. W niej indywidualnie dobierane są aktywności, które krok po kroku przeprowadzają przez daną czynność lub zawierają konkretną wiedzę w wybranej dziedzinie.



– W czasie zawieszenia działań terapeutów opracowali kolejne aktywności związane z rehabilitacją zawodową, tj. pracą w kuchni oraz w ogrodzie. Ta tematyka pozwala uczestnikom na uczenie się nowych rzeczy w domu pod okiem rodziców czy opiekunów – informuje Natalia Gębka. Dodaje, że to rozwiązanie nie jest dostępne dla wszystkich osób. Trzeba bowiem posiadać komputer lub tablet z dostępem do Internetu.

## Czas zmian

Praca z uczestnikami WTZ byłaby łatwiejsza, gdyby każdy z nich miał urządzenie z dostępem do Internetu. To pozwoliłoby prowadzić zajęcia. Niektórzy podopieczni WTZ brali również udział w projekcie „Wirtualna klasa”. W nim sami musieli wykonać zadania, a następnie kontaktowali się z trenerem przez Skype'a. Uczestnicy kontynuują w domu pracę rozpoczętą w warsztacie, np. rękodzieło bądź wykonanie komputerowych i graficznych prezentacji.

– Generalnie wysokość dotacji na funkcjonowanie WTZ jest niewystarczająca. W zaistniałej sytuacji, a także prawdopodobnie kryzysu gospodarczego, istnieje niebezpieczeństwo braku środków finansowych na działania pomocy społecznej. W przypadku kłopotów finansowych z utrzymaniem placówki zostaną pozostawieni bez opieki – mówi Natalia Gębka.

W normalnych warunkach nawet kilkudniowa nieobecność (np. z powodu choroby) może oznaczać trudności z wejściem w rytm grupy. Zdarza się, że dana osoba potrzebuje czasu, aby odnaleźć się w codzienności. Uczestnicy nie do końca rozumieją zaistniałe zmiany. Mogą poczuć się odrzućeni, osamotnieni, niepotrzebni czy nieprzydatni społecznie.

– Ten stan może powodować napięcie i frustrację oraz zahamowanie aktywności w każdej dziedzinie życia. Pewne jest, że zrobimy wszystko, co w naszej mocy, aby pojawił się uśmiech na twarzach naszych podopiecznych i nadzieja na lepsze jutro. Wciąż pamiętamy, że jesteśmy tutaj dla nich – dodaje Natalia Gębka.

# Powstanie osiem nowych ŚDS

**Wśród 30 nowych ŚDS-ów zaplanowanych do uruchomienia z pieniędzy rezerwy celowej na rozwój sieci ośrodków wsparcia w 2019 r. 8 znajdowało się w powiatach stanowiących białe plamy na mapie Polski – napisała wiceminister resortu rodziny Iwona Michałek w liście do RPO.**

**W**styczniu rzecznik praw obywatelskich Adam Bodnar skierował do Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej pismo, w którym zwrócił uwagę, że nie wszystkie osoby w kryzysie zdrowia psychicznego mogą otrzymać wsparcie w środowiskowych domach samopomocy (ŚDS). Wskazywał wtedy m.in., że w 8,5 proc. powiatów w Polsce na koniec 2018 r. nie było ani jednego domu samopomocy. Zaapelował także o ujednoczenie modelu szacowania skali potrzeb ŚDS.

W odpowiedzi na pismo wiceminister resortu zauważyła, że dla MRPiPS jednym z priorytetów związanych z rozwojem sieci oparcia społecznego dla osób z zaburzeniami psychicznymi jest likwidacja tzw. białych plam czyli powiatów, na których terenie nie działają te jednostki. Tym priorytetem – dodała – mają kierować się wojewodowie przy rozpatrywaniu wniosków o przyznanie dotacji na rozwój ośrodków wsparcia dla osób z zaburzeniami psychicznymi.

– Nie jest to cel możliwy do osiągnięcia w perspektywie roku – zauważyła. Zdaniem Iwony Michałek liczba powiatów bez takich domów systematycznie spada. – Wśród 30 nowych ośrodków wsparcia zaplanowanych do uruchomienia ze środków rezerwy celowej na rozwój sieci ośrodków wsparcia w 2019 r. 8 znajdowało się w powiatach stanowiących „białe plamy”. Jeżeli zatem wszystkie jednostki samorządu terytorialnego zrealizują planowane zadanie, pozostaną 24 powiaty bez infrastruktury tego typu – napisała w piśmie do RPO.

– Zadanie prowadzenia i rozwoju infrastruktury ŚDS jest zadaniem zleconym z zakresu administracji rządowej i ma charakter fakultatywny, a nie obligatoryjny –



zauważyła Michałek. Dlatego – podkreśliła – samorząd terytorialny może w uzgodnieniu z wojewodą utworzyć ośrodek wsparcia lub uruchomić nowe miejsca z uwzględnieniem możliwości ich finansowania z budżetu państwa.

– Środki rezerwy celowej w dyspozycji ministra są ograniczone. Corocznie na ten cel przeznaczane jest ok. 30 mln zł. Dodatkowo od 2017 r. w ramach programu kompleksowego wsparcia rodzin «Za życiem» planowane są także środki z rezerwy celowej budżetu państwa przeznaczonej na rozwój sieci ŚDS dla osób ze spektrum autyzmu oraz niepełnosprawnościami sprzężonymi – przypomniła wiceminister Michałek.

Wskazała również, że w podziale rezerwy zaplanowano utworzenie 1135 miejsc, w tym 450 miejsc kwalifikujących się do podwyższonej dotacji w ramach działania 3.2 programu „Za życiem” oraz wśród 1135 nowych miejsc utworzenie 777 miejsc zaplanowano w 30 nowych ośrodkach wsparcia (w tej liczbie jest 5 miejsc w jednym klubie samopomocy), wśród nich jest 251 miejsc kwalifikujących się do podwyższonej dotacji w ramach działania 3.2 programu „Za życiem”. Pozostałe 358 miejsc powinno powstać w ramach rozszerzenia oferty istniejących ŚDS. (PAP)

**Dorota Stelmaszczyk,**  
fot. archiwum „NS”

## Edukacja w czasach zarazy. Brak realnego wsparcia dla uczniów ze specjalnymi potrzebami

**W sytuacji pandemii koronawirusa edukacja odbywa się online. Wyznaczono termin takiej formy nauki do 26 kwietnia, ale istnieje duże prawdopodobieństwo, że zostanie on wydłużony.**

Nowa forma kształcenia ogranicza, a czasami uniemożliwia udział w nim niektórych pedagogów, w tym nauczycieli wspomagających, których zadaniem jest wspieranie podczas lekcji uczniów ze specjalnymi potrzebami i odpowiednim orzeczeniem z poradni psychologiczno-pedagogicznej, np. dzieci autystycznych, czy z chorobą Aspergera.

Przedstawiciele resortu edukacji podkreślają, że nauczyciel wspomagający powinien współpracować z uczniem z wykorzystaniem technik kształcenia na odległość, ale jak mówią rodzice i opiekunowie, w rzeczywistości wsparcie jakie ma on zapewnić w trakcie nauki w formie online się nie sprawdza, podobnie jak wsparcie pedagogów szkolnych, psychologów, czy nauczycieli wychowania fizycznego. Jest to także problem dla samorządów i dyrektorów szkół, którzy muszą zapewnić im wynagrodzenie, mimo że możliwość zdalnej edukacji przez niektórych nauczycieli jest znacznie ograniczona lub wręcz niemożliwa.

Pewnym rozwiązaniem w wykorzystaniu potencjału nauczycieli, w tym wspomagających, jest wskazanie przez wychowawców, uczniów - nie tylko z orzeczeniem - którzy wymagają pomocy w nauce.

W związku z zamknięciem poradni psychologiczno-pedagogicznych może się także pojawić problem z uzyskaniem pomocy nauczyciela wspomagającego w przyszłym roku szkolnym.

Związek Zawodowy „Rada Poradnictwa” zwrócił się do Ministerstwa Edukacji z propozycją aby aktualne orzeczenia o potrzebie kształcenia specjalnego, orzeczenia o potrzebie zajęć rewalidacyjno-wychowawczych oraz opinie o potrzebie wczesnego wspomagania rozwoju były przedkładane automatycznie na rok, a poradnie wydawały tylko nowe orzeczenia w tym zakresie.

Oprac. **tuk/**

## Konkurs „Uczelnia dostępna”

Tekst **Marcin Gazda**

**Zlikwidowanie barier w dostępie do kształcenia na poziomie wyższym – to cel projektów zgłoszonych do konkursu „Uczelnia dostępna”. 85 wnioskodawcom przyznano dofinansowanie na łączną kwotę ponad 300 mln zł. W ośmiu przypadkach wsparcie wyniesie od ponad 10 mln zł do przeszło 14,5 mln zł.**

Konkurs jest jednym z działań w ramach rządowego programu Dostępność plus. Wyniki zostały ogłoszone w listopadzie ub.r. przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju. O swoich planach poinformowały nas uczelnie, które uzyskają najwięcej środków, czyli co najmniej 10 mln zł. Przedstawiamy je w dwóch częściach, a o kolejności zdecydowała pozycja liczba przyznanych punktów z listy rankingowej.

### Uniwersytet Warszawski

Najwięcej punktów spośród projektów zgłoszonych w ścieżce maxi otrzymał „Uniwersytet dla wszystkich – Level up”. Jego autorzy wnioskowali o kwotę ponad 14,5 mln zł, czyli najwyższą w ubiegłorocznym naborze.

– Celem głównym jest udoskonalenie istniejących i wypracowanie nowatorskich rozwiązań na rzecz zwiększenia dostępności kształcenia dla osób z niepełnosprawnościami na UW. Chcemy wyjść na wyższy poziom, rozwinąć to, czego nam brakowało. Zamierzamy więc objąć wsparciem grupy, które dotychczas nie były wspierane w sposób systemowy, np. studenci z ASD czy dysleksją – informuje Anna Szymańska, p.o. kierownika Biura ds. Osób Niepełnosprawnych UW.

Uczelnia zamierza rozwinąć ofertę wsparcia studentów ze schorzeniami specjalnymi, w szczególności studiujących na kierunkach ścisłych eksperymentalnych. W związku z tym odbędą się wizyty studyjne za granicą i zostaną doposażone laboratoria. Przewidziane jest podniesienie jakości i rozszerzenie usług transportowych. Plany zakładają zakup busów, m.in. z myślą o osobach wymagających pozycji leżącej podczas przejazdu.

UW zajmie się opracowaniem standardów tworzenia map dotykowych z wykorzystaniem druku 3D, które posłużą do nauki orientacji przestrzennej. Powstanie e-BON, czyli nowoczesny system pozwalający na szybsze i łatwiejsze aplikowanie ws. różnych usług studenckich.

Zostaną też podjęte działania mające na celu zwiększenie świadomości w zakresie barier, których doświadczają osoby z niepełnosprawnościami. Uruchomiona zostanie platforma, a niej będą umieszczane materiały edukacyjne ukierunkowane na podnoszenie kompetencji kadry uczelni w zakresie edukacji włączającej.

– Zapewniamy indywidualną pomoc studentom z ASD i dysleksją. Nie są oni jednak objęci systemowym wsparciem, a my chcemy wypracować taki model. Specjaliści z Wydziału Psychologii koordynują zadanie: Centrum Wspierania Studentów z Problemami Neurorozwojowymi i Neurologicznymi – podkreśla Anna Szymańska.

Nie zabraknie inwestycji związanych z likwidacją barier architektonicznych. Na Małym dziedzińcu UW pojawi się podjazd, a Instytut Filologii Klasycznej zostanie wyposażony w windę. Ponadto przewidziany jest zakup znaczników dźwiękowych ułatwiających przemieszczanie się po terenie uczelni osobom z niesprawnościami wzrokowymi.

### Uniwersytet Śląski w Katowicach

Wśród najwyższej ocenionych projektów znalazł się „DUO – Uniwersytet Śląski uczelnia dostępną, uniwersalną i otwartą”. W tym przypadku wnioskodawca ubiegał się o przeszło 14 mln zł. Efekty zaplanowanych działań mają dotyczyć osoby z różnego rodzaju niepełnosprawnościami, szczególnie z zaburzeniami psychicznymi i całościowymi.

– Przewidziane jest podnoszenie kompetencji kadr Uniwersytetu Śląskiego z zakresu dostępności. Będą szkolenia dla nauczycieli akademickich, kadry kierowniczej i pracowników administracji, co pozwoli na jeszcze lepszą obsługę studentów – mówi Gabriela Wilczyńska, zastępca kierownika Centrum Obsługi Studentów.

Oprócz likwidacji barier architektonicznych, utworzony zostanie mobilny zestaw dostępności. Będzie on wykorzystywany podczas wydarzeń realizowanych poza budynkami uczelnianymi. Powstanie też nowoczesny System Wewnętrznej Nawigacji. Aplikacja ta umożliwi odnalezienie rzeczywistego położenia na interaktywnej mapie, a system wyznaczy optymalną drogę do danego miejsca.

W dwudziestu budynkach uczelni będą pokoje wyciszeń. Skorzystają z nich studenci mający trudności w uczestniczeniu w zajęciach grupowych. Streaming umożliwi im zdalny udział w zajęciach. W tym celu US zakupi m.in. zestawy wideokonferencyjne. Zostanie wdrożona pilotażowa wersja programu mentorskiego. Z opieki mentorów skorzystają wybitni studenci

## zmienia środowisko akademickie Część I



**Gabriela Wilczyńska**

potrzebujący wsparcia w różnych aspektach rozwoju naukowego i życia akademickiego.

– Zostanie opracowana Mobilna Aplikacja Pomocowa, która będzie zawierać najistotniejsze informacje związane z dostępnością. Powstanie też tzw. Panic Button umożliwiający wezwanie grupy interwencyjnej w sytuacji zagrożenia związanego z różnymi trudnymi sytuacjami – informuje Gabriela Wilczyńska. Dodaje, że zwiększeniem projektu będzie utworzenie Centrum Projektowania Uniwersalnego.

### Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Pełna dostępność to nie tylko odpowiednie budynki, systemy informatyczne czy komunikacyjne. Potrzeba także, a może przede wszystkim, świadomej kadry i przyjaznych procedur. Tą dewizą kierowali się autorzy projektu „Uczelnia otwarta dla wszystkich uczelnią na miarę XXI wieku”. I złożyli wniosek o dofinansowanie na kwotę ponad 10,5 mln zł.

– W mojej ocenie największą zaletą projektu jest jego pełna przekrojowość. Skupiamy się na zapewnieniu dostępności we wszystkich jej obszarach: architektonicznej, cyfrowej i informacyjno-komunikacyjnej – podkreśla Anna Rutz, pełnomocniczka rektora UAM w Poznaniu ds. osób z niepełnosprawnościami.

Uczelnia chce zapewnić bezpieczeństwo osobom z różnymi ograniczeniami sprawności. W tym celu zakupi sprzęt wspomagający ewakuację oraz informujący o zagrożeniu w budynku. Plany zakładają przeszkolenie personelu odpowiedzialnego za ewakuację oraz stworzenie aplikacji mobilnej, która będzie cały proces ułatwiała.

Przewidziane są też zadania związane z podnoszeniem wiedzy i umiejętności kadry w zakresie pracy z osobami z różnymi typami niepełnosprawności. Zorganizowane zostaną wizyty studyjne do uczelni zagranicznych. Będą też szkolenia, zarówno e-learningowe, jak i stacjonarne.



**Anna Rutz**, fot. Adrian Wykrota

– Liczymy, że zwiększy się świadomość różnych interesariuszy poczynając od kierowników jednostek, a na pracownikach obsługi skończywszy, nt. osób z niepełnosprawnościami. Chcemy zainteresować odbiorców naszych działań idea, że studenci, doktoranci, czy pracownicy z niepełnosprawnościami to często utalentowane osoby, o ogromnym potencjale. Z niego czerpać może zarówno UAM, jak i nasze otoczenie zewnętrzne – mówi Anna Rutz.

### Uniwersytet Jagielloński

Najstarsza polska uczelnia przygotowała projekt „Odpowiedzialne wsparcie i zrównoważony rozwój”. Z założenia ma on doprowadzić do wdrażania modelowych rozwiązań w ramach projektowania uniwersalnego. Powinien też wpłynąć na powstawanie dostępnych miejsc pracy dla absolwentów uczelni, nie tylko kończących UJ. Wnioskowana kwota wyniosła ponad 10,7 mln zł.

– Otrzymaliśmy dofinansowanie m.in. na infrastrukturę. Posłuży ono powstaniu nowoczesnego i modelowego pod względem dostępności budynku Centrum Wspierania Dydaktyki UJ. Ponadto zostaną opracowane aplikacja ułatwiająca naukę dla studentów oraz aplikacja do obsługi tłumaczeń języka

migowego – informuje Magdalena Ziemnicka, zastępczyni kierownika projektu, zastępczyni kierownika ds. studenckich Działu ds. Osób Niepełnosprawnych UJ.

W planach jest także rozmieszczenie na terenie całej uczelni znaczników, które ułatwią poruszanie się osobom niewidomym. One będą przekazywać również istotne informacje osobom z innymi rodzajami niepełnosprawności. W projekcie przewidziano szereg systemowych szkoleń kierowanych do pracowników UJ oraz innych uczelni. Z kolei studenci zyskają możliwość wzięcia udziału w warsztatach: narzędzia do efektywnego uczenia się, radzenia sobie ze stresem, efektywne zarządzanie czasem, kreatywność. Takie zajęcia są dostępne na rynku, ale pozostają kosztowne. Na krakowskiej uczelni będą bezpłatne i profilowane pod kątem potrzeb uczestników. – Zwiększymy dostępność zasobów cyfrowych uczelni, w szczególności stron internetowych. Zamierzamy rozwiązać ten problem na poziomie systemowym. Chcemy po



**Magdalena Ziemnicka**, fot. Edyta Szalacha, Studio Edith

zakończeniu projektu utrzymać dostępność naszych serwisów internetowych na wysokim poziomie – zaznacza Magdalena Ziemnicka. Dodaje, że powstanie też wiele nowych procedur, które usprawnią naukę i pracę osób z niepełnosprawnościami na UJ. Krakowska uczelnia wdraża od 1999 roku zasady edukacji włączającej, ale wciąż istnieją obszary, które wymagają dostosowania.

# Kultura w czasach pandemii – Wirtualny SANS

Iwona Kucharska, fot. Wojciech Kotylak, archiwum SANS

**Z powodu pandemii – wśród setek odwołanych imprez – w Lublinie nie mogły się również odbyć Międzynarodowe Spotkania Artystów Nieprzetartego Szlaku (SANS)\*, jedne z największych wydarzeń artystycznych, promujących twórczość osób z niepełnosprawnościami w Polsce, na Ukrainie i Białorusi.**

Każdego roku SANS odbywa się pod wspólnym hasłem. Równocześnie z przeglądem teatralnym odbywa się także konkurs i wystawa plastyczna. W ubiegłym roku hasłem przewodnim były „Baśnie i legendy”. W ramach SANS 2019 odbył się X Międzynarodowy Jubileuszowy Konkurs Plastyczny i wystawa „Teatr w Obiektywie” oraz Wystawa Jubileuszowa Fotograficzna X-lecia „Teatru w Obiektywie”.

W 2020 r., w dniach 23–26 kwietnia miała się odbyć 30. jubileuszowa edycja tego wydarzenia. Jego hasłem miały być „Przemiany”. Cały rok trwały przygotowania do również jubileuszowego Międzynarodowego Przeglądu Teatrów, organizowanego od 1989 roku! Od 1998 roku także konkursu piosenki, który od 2001 r. zmienił formułę na „Spotkania z Piosenką Nieprzetartego Szlaku”.

Konkurs realizowany podczas SANS jest zwieńczeniem konkursu organizowanego w wymiarze międzynarodowym w Lublinie, Brześciu (białoruski Neprataptany Szlach) i we Lwowie (ukraińska Neprtoptana Stezhyna), oraz na Śląsku.

W tym roku – z powodu pandemii – SANS w tradycyjnym wymiarze i obrazie nie mógł się odbyć, ale zaistniał niezwykle mocno i sugestywnie w internecie. Organizatorom udało się stworzyć nowe oblicze konkursu plastycznego i fotograficznego. Zasługa to czołowych twórców i sprawców SANS z Michałem Stanowskim na czele.

## 30 lat wspólnego wędrowania

Miało być inaczej, bo jubileuszowo, więc organizatorzy zrobili zaiste wspaniały, wirtualny przegląd spektakli z SANS, z lat ubiegłych. Na Facebooku to właśnie Michał Stanowski, inicjator Nieprzetartego Szlaku (NS) – socjolog, instruktor teatralny, a przede wszystkim koordynator wszystkich wydarzeń Międzynarodowego Ruchu Artystów Nieprzetartego Szlaku i twórca Międzynarodowego Ośrodka Teatralnego w Skrzynicach – dokonał uroczystego otwarcia 30. Międzynarodowych Spotkań Artystów NS.

Trochę sentymentalnie, ale jak zwykle z radością, emocjonalnie i pełnym zaangażowaniem.

– Obyśmy nieśli radość i entuzjazm, ale i spokój. Wszystkim, którzy tego potrzebują! – powiedział na początku swojego wstąpienia, rozpoczynającego wirtualny SANS.

– Są to bardzo specyficzne Spotkania Artystów Nieprzetartego Szlaku. Inne, bo za nami 30 lat wspólnego, mozolnego, spokojnego wędrowania. W tym roku spotykamy się nie razem, nie w jednym miejscu, ale przez internet, elektronikę... ale nadal mogą to być piękne spotkania – zapewniał. – Na świecie szaleje wielka choroba, wirus i wiele ludzi jest chorych. W tych smutnych chwilach – a może właśnie dlatego – trzeba iść nieprzetartym szlakiem. Trzeba iść nieść radość i tą radością się dzielić!

## Radość tworzenia i przeżywania sztuki w wielkiej rodzinie

Te 30 lat – mówił ze wzruszeniem M. Stanowski – to była długa historia. Zaczęła się od małej imprezy teatralnej i pomysłu, by nasz ruch nazwać Spotkaniami Artystów Nieprzetartego Szlaku. Spotkaniami ludzi, którym jest trochę trudniej żyć, ale którzy mimo to dają z siebie coś wspaniałego: radość tworzenia i przeżywania sztuki teatralnej.

W ciągu tych wielu, wielu lat rozrastała się nasza idea do wielkiej imprezy. Do spotkań, które się odbywają w Lublinie, na Ukrainie, Białorusi. Urosła wielka rodzina, z jednej strony artystów, z drugiej instruktorów, którzy z ogromnym wysiłkiem i zaangażowaniem próbowali pomagać tworzyć niezwykle rzeczy. Wokół tego, co się działo byli wolontariusze: harcerze, licealiści, studenci, młodzi ludzie, którzy wnieśli także swoją wielką radość. Pojawiły się konkursy, przeglądy piosenek, wystawy plastyczne, oraz „Teatr w obiektywie” – konkurs fotograficzny. Ci ludzie dawali Spotkaniem Nieprzetartego Szlaku wiele radości i wielką się!

Od zawsze towarzyszyły nam osoby, które wspierały nasz ruch – sponsorzy, pomaga-

*30 lat temu to się zaczęło,  
u kilku ludzi coś w głowie kliknęło.  
Zaczęli w to grać i cieszyć się z tego,  
bo wyszło im coś naprawdę ważnego.*  
(Fragment piosenki. Muzyka i słowa:  
Jasiek Tuszewski, Karolina Czajka)



SANS 2019

jący nam w organizacji oraz Rada Konsultacyjna. Wszyscy SANS współtworzyli. Dawali swoje umiejętności i serce. Dzięki nim i dzięki Wam zbudowaliśmy coś niezwykłego i wielkiego – podkreślił Michał Stanowski.

Mówił także o wielkiej roli wolontariuszy, z estymą i wzruszeniem wspominał tych, którzy dźwigali na swych barkach ciężar odpowiedzialności za organizację i przebieg każdego Spotkania NS.

– Cieszę się z tego dobrego, co udało się nam stworzyć – podkreślił na zakończenie. – Mamy przegląd, który jest „Przemianą”, która odbywa się na naszych oczach. Trzeba w niej zobaczyć to, co się zmienia, przyszłość. Są z nami młodzi ludzie, którzy wspaniale przejmują nasz ruch i którzy dokładają swoje pomysły. Chcę serdecznie podziękować wam wszystkim, artystom, wolontariuszom, instruktorom...

## Życzenia i wspomnienia

Życzenia dla aktorów, instruktorów i wszystkich ludzi związanych z SANS przesłali również m.in. członkowie Rady Konsultacyjnej – Barbara Kasprzyk i Janusz Szymański, Aneta Stanowska – dobry duch, organizatorka Spotkań i opiekunka wszystkich uczestników, instruktorzy także Anastasya Voytyuk i Anastasya Simaka – koordynatorki SANS na Ukrainie i Białorusi, Wojtek Kotylak – koordynator SANS na Śląsku oraz Karolina Czajka – w imieniu wolontariuszy i Jasiek Tuszewski, odpowiedzialny za promocję SANS.

Człowiekiem, który Nieprzetarty Szlak na Śląsku zainicjował i przez wiele lat był jego koordynatorem jest właśnie Wojciech Kotylak – instruktor terapeuta, plastyk, oligofrenopedagog, pedagog teatru, arteterapeuta. Aktywnie wspiera Nieprzetarty Szlak, organizuje konkursy plastyczne. „Jest naszym trenerem i ważnym głosem w wielu kwestiach



SANS 2019

(nie tylko plastycznych). Pasjonat, który z wielkim entuzjazmem pracuje z osobami z niepełnosprawnością – napisali o nim na Facebooku przyjaciele SANS. Na co dzień Wojtek to przede wszystkim instruktor i terapeuta w Warsztatach Terapii Zajęciowej TĘCZA w Gliwicach, prowadzonych przez Fundację Różyczka.

– Pojawiają mi się w głowie słowa – wspomina W. Kotylak – obrazy miejsc pełnych ludzi wspaniałych, ludzi twórczych. Takie miejsca to Centrum Arteterapii, to Akademia Artystyczna, to Ośrodek Teatralny w Skrzynicach, to sceny, na których występowali artyści NS, to Chatka Żaka...

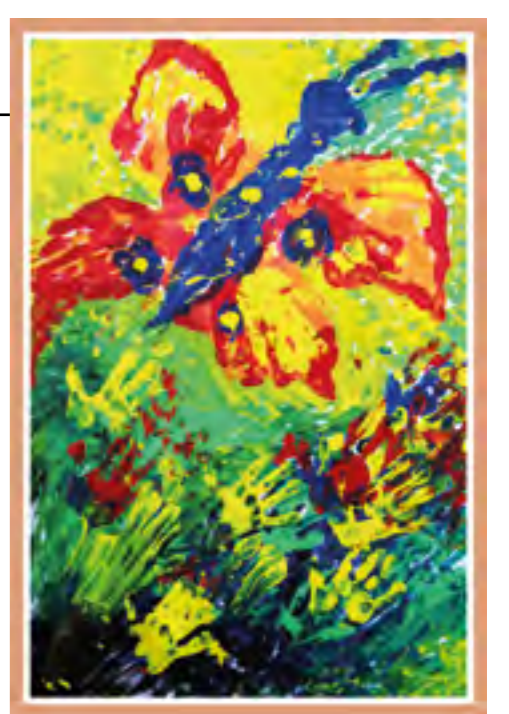
Ale w tym wszystkim najważniejsi są ludzie, ci wszyscy, wśród których znalazłem wspaniałych przyjaciół, nowych znajomych. Choć nie ma możliwości osobistych spotkań, uścisków, to taka wirtualna obecność pozwala nam na bliższe kontakty – powiedział, zachęcając do oglądania przeglądu spektakli i oglądania wystawy pokonkursowej. – Mam nadzieję, że za kilka miesięcy spotkamy się na SANS-ie.

## Najważniejsze są spotkania z ludźmi

Janusz Szymański – muzykoterapeuta, członek Rady, również podkreślił, że najbardziej wszystkim brakuje bezpośrednich kontaktów. – Wiemy jak bardzo ważny jest konkretny gest, bo przecież przez uścisk dłoni, dotyk, przytulenie, czy uśmiech wyrażają nas, nasze emocje i uczucia... Mówił o tym, że przygotowanie Wielkiego finału – na zakończenie każdego Spotkania NS – to zawsze przeogromna praca liczne zespołu wolontariuszy i instruktorów, ale przede wszystkim wielkie przeżycie, niezapomniane piękne chwile. – Czekam na nasze Spotkania. Mam nadzieję, że się wydarzą, że za parę lat będą dalej trwały, a koronawirusa nie będzie!

\*Misja SANS: „Umożliwianie osobom niepełnosprawnym, ich instruktorom, wolontariuszom rozwoju indywidualnego i społecznego poprzez działania artystyczne. Dążymy do budowania i rozwoju środowiska osób niepełnosprawnych, ich integracji ze społeczeństwem oraz twórczego uczestnictwa w kulturze.”

Ilustrację materiału stanowią zdjęcia archiwalne z SANS 2019 oraz prace wyróżnione na tegorocznej edycji Ogólnopolskiego Konkursu Plastycznego „Przemiany”, których wystawa się jeszcze nie odbyła.



Anna Anyszkiewicz: Bez granic



Mateusz Reinert: Emocje



Anna Czepuryk: Odchodzące piękno

– Kiedy myślę o SANS widzę przede wszystkim ludzi. Widzę was – zwróciła się do wirtualnej publiczności Barbara Kasprzyk, przedstawicielka Rady Konsultantów. – Bo najważniejszą ideą Spotkań Nieprzetartego Szlaku są właśnie spotkania ludzi. Spotkania szczególne, bo ludzi połączonych wspólną pasją. Poczucie sensu jest fundamentem NS. To, że to dzieło ma taką ciągłość, że jest to wieloletnia tradycja, która wciąż się rozwija jest fundamentem dla wszystkich osób, które się w to dzieło włączają i angażują. I mają poczucie, że jest to warte ich zaangażowania!

Myślę, że to wszystko, co robiliście w ciągu roku miało sens – pomimo że nie zostało zwieńczone docelowym efektem wspólnego spotkania i prezentacji spektaklu, doświadczania siebie... Taka praca nie pójdzie na marne!

Do zobaczenia. Trzymajcie się dzielnie, trzymajcie ducha, trzymajcie energię, trzymajcie optymizm, bo wszystkim osobom, które są wokół Was jest to bardzo potrzebne – zaapelowała B. Kasprzyk.

Przegląd teatralny prezentowany w ramach tegorocznych wirtualnych SANS cieszył się tak dużą popularnością, że postanowiono od 18 maja, co poniedziałek, o godzinie 18.00 udostępniać na fanpage'u SANS jeden archiwalny spektakl! Aż do wyczerpania zapasów...

Na rozpoczęcie teatralnych poniedziałków zaprosił teatr z Wilna, prezentując poruszający spektakl „Podróż życia” z muzyką na żywo, pięknymi kostiumami oraz wizualizacjami. Gratulujemy świetnego pomysłu i realizacji. Twórcom i uczestnikom międzynarodowego ruchu Spotkań Artystów Nieprzetartego Szlaku, składamy najpiękniejsze życzenia z okazji tak szacownego jubileuszu, przede wszystkim satysfakcji i radości życia na co dzień. Do zobaczenia w realu!

# Wojownik na parkiecie. Kierunek Paryż

Marcin Gazda, fot. udostępnione przez Telewizję Polsat

**W sierpniu ub.r. Sylwester Wilk uległ poważnemu wypadkowi na motocyklu. Lekarze musieli mu amputować prawą nogę pod kolaniem. Kiedy zaczął korzystać z protezy, otrzymał propozycję udziału w programie „Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami”. Zgodził się, ponieważ lubi sprawdzać się w różnych sytuacjach.**



**Za**wstępy w dwóch marcowych odcinkach zebrał mnóstwo pochwał. Na treningi tańeczne z Hanną Żudziejewicz poświęcał po minimum 3-4 godziny dziennie. Decyzja o zawieszeniu show sprawiła, że 23-latek powrócił do swoich przygotowań. A głównym jego celem jest wyjazd na Letnie Igrzyska Paraolimpijskie w Paryżu w 2024 r.

W swoim CV ma m.in. mistrzostwo Polski młodzików w biegu na 600 m. Ponadto zdobył brązowy medal Mistrzostw Europy OCR (biegi przeszkodowe) w Gdyni oraz wygrał Runmageddon Gdynia. Wziął udział w pierwszej edycji programu „Ninja Warrior Polska”, gdzie należało pokonać skomplikowany tor przeszkód. Zanim show zagościło w ramówce Polsatu, Sylwester Wilk miał wspomniany wypadek.

Jako trzylatek trafił do domu dziecka, a jako czterolatek – do rodziny adopcyjnej. Po biologicznych rodzicach odziedziczył skłonność do uzależnień. Będąc nastolatkiem sięgał po alkohol, narkotyki i leki, z czasem konieczny był odwyk. Dziś dodaje energii m.in. osobom po wypadkach, nalogowcom czy mieszkańcom domów dziecka.

**NS: Program „Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami” został zawieszony. Jak Pan to odebrał?**

Sylwester Wilk: Cała ta sytuacja mnie dotknęła. Rozmawiam z innymi uczestnikami, wszyscy byli nastawieni na dłuższy udział w programie. Jednak na pewne rzeczy nie mamy żadnego wpływu. Kontynuacja zapowiedziana jest na jesień. Wstępnie dowiedzieliśmy się, że Polsat chce, żeby były te same pary. Zobaczymy na ile to się uda, bo niektóre osoby mają inne plany. Jednak liczę, że spotkamy się w identycznym gronie. Nie wiem, kiedy powrócę do treningów tańecznych. Najpierw muszą zostać otwarte szkoły tańca.

**NS: Co zatem już Pan zyskał dzięki udziałowi w programie?**

SW: Na treningach uczyłem się tańczyć, ale też korzystać z protezy. Dziś inaczej do niej podchodzę. I to jest głównym plusem, który dostrzegam z ostatnich tygodni. Po pierwsze, oswoiłem się z nią. Po drugie, jestem w stanie wykonywać więcej ruchów niż przed rozpoczęciem treningów tańecznych. To przekłada się dość mocno na codzienne funkcjonowanie, wzrosła moja sprawność. Kiedy chodzę, to w zasadzie nie widać, że korzystam z protezy.

**NS: Jak zareagował Pan na propozycję udziału w programie?**

SW: To były moje początki z protezą. Wtedy chyba wracałem z Krakowa do Warszawy i zadzwonił do mnie Jerzy Mielewski. Chwilę pogadaliśmy o mojej sytuacji, a później przedstawił propozycję dotyczącą udziału w programie. Odpowiedziałem, że potrzebuję trochę czasu, bo to jest poważna decyzja. Nie wiedziałem, czy w ogóle będę w stanie tańczyć. Przedyskutowałem za i przeciw z bliskimi osobami. Zgodziłem się dość szybko, bo w ciągu tygodnia.

**NS: Co przesądziło o tej decyzji na tak?**

SW: Stwierdziłem, że taniec jest czymś zupełnie obcym dla mnie. Nie ogarniałem go fizycznie, ale też psychicznie nie wiedziałem, jak do tego podejść. To była m.in. kwestia przełamania się czy występowania przed większą publicznością. Zastanawiałem się, czy dam radę. Wiedziałem, że udział w programie będzie nowym doświadczeniem, ale też potężnym wyzwaniem. Ale jestem osobą, która lubi sprawdzać się w różnych sytuacjach i właśnie w tym kierunku poszedłem.

**NS: A udział osób z niepełnosprawnościami we wcześniejszych edycjach miał dla Pana znaczenie?**

SW: Obejrzałem parę występów Jaśka Meli. Oczywiście, też mówimy o amputacji, ale on nie ma jeszcze ręki. Natomiast u mnie temat był bardzo świeży. Po tym jak się wstępnie zgodziłem, zostałem poinformowany o takim spotkaniu. Oceniono, czy w ogóle będę się nadawał. Wtedy miałem swoją pierwszą protezę, uczyłem się na niej chodzić. Tak naprawdę byłem wtedy na pierwszej lekcji tańecznej. Podczas niej nauczyłem się dwóch kroków i dowiadaliśmy się, czy to jeszcze nie jest za wcześnie. Ale jak widać, udało się to opanować.

**NS: Wcześniej brał Pan udział w wielu zawodach sportowych czy w „Ninja Warrior Polska”. Czy to pozwoliło zmniejszyć stres przed pierwszym odcinkiem?**

SW: Od lat jestem przyzwyczajony do rywalizacji, ale nie porównywałbym tego wszystkiego. W zawodach lekkoatletycznych czy „Ninja Warrior Polska” czułem się profesjonalistą w tym, co robię. A tutaj, po krótkim przygotowaniu, wychodziłem na parkiet. Czyli występowałem w konkurencji, z którą wcześniej nie miałem do czynienia. To była dla mnie zupełnie nowa sytuacja i stres był bardzo duży. Ale tak jak na zawodach, starałem się, żeby to wszystko mnie nie paraliżowało. Inaczej już to wyglądało podczas drugiego odcinka. Nie było publiczności, wyczuwaliśmy inną atmosferę. Na parkiecie tańczyła jedna para, a pozostałe siedziały na widowni i ją

dopingowały. To dawało większe poczucie bezpieczeństwa i nas motywowało. Co nie zmienia faktu, że bardzo się stresowałem. Ale na pewno było weselej, luźniej.

**NS: Oceny jury i reakcje publiczności na Pana występy były bardzo pozytywne. Ile czasu poświęcił Pan na przygotowania do programu?**

SW: Zaczęliśmy je miesiąc przed pierwszym odcinkiem, czyli 6 miesięcy od mojego wypadku. Przez te pół roku moja aktywność fizyczna była praktycznie zerowa, bardziej oparta na rehabilitacji. Dzięki przygotowaniom do programu wróciłem do takiego rygoru treningowego. Oczywiście, to też była rehabilitacja. Ale jednocześnie uczyłem się korzystać z protezy. 3-4 godziny dziennie to było takie minimum, które poświęcałem na trening. W tym czasie robiliśmy niewiele przerw. Kiedy zaczęliśmy przygotowania do drugiego odcinka, to niestety musieliśmy odpuścić ze względu na moje zdrowie. Noga nie chciała już współpracować i nie byłem w stanie używać protezy w taki sposób, jaki chciałem. Ale jak zrobiliśmy dzień przerwy, to od razu było lepiej.

**NS: Jak wyglądały treningi?**

SW: Na samym początku uczyliśmy się techniki, podstaw. Okazało się, że całkiem niezłe radzę sobie z zapamiętywaniem kroków. Tylko że taniec to jest dyscyplina, w której nigdy nie jest

idealnie. Zawsze można coś zrobić lepiej. Kiedy nauczyłem się podstaw, to jako osoba totalnie początkująca sądziłem, że już coś potrafię. Wówczas Hania dokładała kolejny element, który to wszystko zaburzał. Przykładowo, nauczyłem się trzymać ramę, to dodała szczegóły w nogach. Wtedy skupiałem się na nich i gubiłem ramę. Później pracowaliśmy nad połączeniem tego wszystkiego. Kiedy już coś zaczynałem robić w miarę płynnie, to dowiadywałem się, że można to wykonać inaczej lub jeszcze lepiej. Było więc nad czym pracować od samego początku do końca. Z treningu na trening odkrywaliśmy coraz więcej na temat funkcjonowania mojej protezy. Zdarzało się, że nie byłem w stanie zrobić jakiegoś układu, kilku przejść. A po jakimś czasie już sobie z tym radziłem.

**NS: Co miało na to wpływ?**

SW: W głowie było przekonanie, że pewnych ruchów nie mogę zrobić, ponieważ mam protezę. Tuż przed pierwszym odcinkiem uczyliśmy się szczegółowo, dopracowaliśmy chodzenie od pięty, o którym później jury mówiło, że było widoczne. Hania zaproponowała, żeby proteza współpracowała z choreografią, a nie przeszkadzała. Kroki zostały więc ułożone w taki sposób, żeby w tym stanie przejść to technicznie. Mnie jako sportowca fascynuje proces zmian, postęp. Jednego dnia nie umiałem wykonać pewnych ruchów, a następnego już to robiłem.

**NS: Treningi były ciężkie, ale przypuszczam, że nie zabrakło momentów zabawnych.**

SW: Nie wszyscy wiedzą, że na część zajęć zabierałem dwie protezy. One były do różnych tańców. Wtedy trenowaliśmy jeden i zaczynaliśmy przygotowywać się do drugiego. Kiedy Hania miała już dość mojego walca, to mówiła, żebym zmienił nogę i ćwiczyliśmy cząstkę. I to były zabawne momenty, bo zmiana nogi oznaczała zmianę stylu. I kiedy ktoś wchodził w takim momencie na salę treningową, to widział mnie siedzącego ze śrubokrętem. Używałem go, żeby zmienić stopę.

**NS: Po wypadku została zainicjowana zbiórka na protezę sportową dla Pana. Zakończyła się sukcesem, wpłacono ponad 94 tys. zł. Później rozpoczęła się akcja #Razem Dla Wilka, w której celem jest zebranie 140 tys. zł. Obecnie stan wpłat wynosi ponad 40 tys. zł. Co można powiedzieć o pierwszych efektach tych działań?**

SW: Zaangażowanie się tylu osób w zbiórki to wynik tego, że przez 2-3 lata bardzo ciężko pracowałem nad rozwojem swojej działalności jako sportowiec i trener. Wielu ludziom

dokończenie na str. 25 >



Teatr Polski w Bielsku-Białej już od sześciu lat udostępnia kulturę osobom z dysfunkcjami narządu wzroku i słuchu. W ramach projektu „Spektakle bez barier” osoby niepełnosprawne mogą korzystać z adideskrypcji lub tłumaczenia na język migowy.



## Spektakle bez barier w Bielsku-Białej

Przedsięwzięcie daje możliwość spotkania z twórcami teatralnymi oraz cały szereg ciekawych warsztatów z różnych dziedzin sztuki dla osób niewidomych i niesłyszących, powiązanych tematycznie z przedstawieniami (zajęcia plastyczne, aktorskie, recytatorskie, choreograficzne i inne).

Tak bogata oferta jest możliwa dzięki współpracy z Muzeum Górnosląskim w Bytomiu, Galerią Bielską BWA, Książnicą Beskidzką i twórcami Blind Touch – pierwszego na świecie aparatu fotograficznego dla niewidomych. Teatr współpracuje również z Oddziałem Śląskim PFRON w zakresie wymiany doświadczeń oraz rozpowszechniania projektu w środowisku osób niepełnosprawnych.

„Spektakle bez barier” cieszą się wielkim zainteresowaniem widzów niepełnosprawnych i mają stałą grupę odbiorców liczącą obecnie około 250 osób, zarówno z Bielska-Białej, jak i z innych miast, takich jak: Kraków, Chorzów, Pszczyna, Cieszyn, Skoczów. W ostatniej edycji projektu wzięło udział ponad 1100 uczestników.

Działania podejmowane w ramach projektu poprawiły także dostępność strony internetowej Teatru Polskiego osobom z niepełnosprawnością wzroku i słuchu. (<https://teatr.bielsko.pl/>). Strona jest czytelna



dla odbiorców z dysfunkcjami wzroku (duży kontrast i krój pisma). Ponadto zamieszczono dla nich pliki audio z opisami poszczególnych spektakli z repertuaru teatru, czytany przez lektorów. Dla osób niesłyszących opisy przedstawień przetłumaczone zostały na język migowy i umieszczone przy każdym tytule w specjalnych filmikach. Kolejne dostępne materiały będą sukcesywnie dodawane na stronę.

Teatr Polski będzie nadal propagować ideę dostępności kultury dla osób z niepełnosprawnościami i kontynuować projekt w coraz ciekawszej formie.

Projekt „Spektakle bez barier” uzyskał dofinansowanie w sezonach 2019 i 2020 z ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury.

Z uwagi na sytuację związaną z pandemią, część zaplanowanych działań zmieni swój charakter i zostanie przeniesiona w przestrzeń wirtualną.

pr, fot. archiwum Teatru Polskiego w Bielsku-Białej



## Wojownik na parkiecie. Kierunek Paryż

skich. Całe życie marzyłem o udziale w Igrzyskach Olimpijskich. Teraz to stało się realne.

**NS: O jakiej konkurencji Pan myśli?**

SW: Jako nastolatek trenowałem sprinty i moim koronnym dystansem jest 400 m. Myślę, że w tym kierunku pójdę. Zwłaszcza że wyniki dające medal na Igrzyskach Paraolimpijskich są zbliżone do tych, które osiągałem jako szesnastolatek. Oczywiście, wtedy miałem dwie nogi, ale biegałem nawet szybciej niż medaliści paraolimpijscy. Wiem, z czym się wiąże trening. Oczywiście, przygotowania osób z niepełnosprawnościami wyglądają inaczej, ale raczej zostaną przy 400 metrach. Jeśli będzie taka szansa, to może postawimy na skok w dal. Mam zamiar zrobić swoją robotę. Zobaczymy, jak to wyjdzie.

**NS: Jak wyglądają przygotowania?**

SW: Mam szczęście, że jeszcze przed wypadkiem zostałem trenerem. Jestem nim od trzech lat. Wcześniej długo ćwiczyłem pod okiem Bożeny Dziubińskiej. Teraz przygotowuję się sam, wiem, czego potrzebuje mój organizm. Też mam wgląd w to wszystko, ale do celowo zamierzam to zmienić. Kiedy zaczął

zbliżać się do wyników osiąganych na arenach międzynarodowych, chciałbym dołączyć do reprezentacji Polski. Na ten moment nie mamy w Polsce osoby po amputacji, która biega na takim wysokim poziomie. Może więc to osiągnę.

**NS: Ale trenuje Pan nie tylko siebie. Jakie plany w tym zakresie?**

SW: Zamierzam rozwinąć drużynę, pewnie wkrótce się tym zajmę ze względu na przerwę w programie. Są w niej zawodnicy na różnym poziomie, również ogólnopolskim, stając na zawodach na podium. Chciałbym im dać większe możliwości jako trener. Teraz, kiedy sam się nie ścigam, zastępuję to wynikami swoich podopiecznych. One też mnie cieszą i zależy mi, żeby ta grupa miała jak najlepsze możliwości. Będę o to walczył i rozwijał. Przed wypadkiem prowadziłem mnóstwo treningów, w zasadzie nie miałem życia prywatnego. Po wyjściu ze szpitala troszkę zszedłem z tego turbotempa,

ale nadal pozostałem osobą aktywną. Przez 5 tygodni borykałem się z bólami fantomowymi, a później już zacząłem robić swoje. Zanim jeszcze dostałem protezę, powróciłem do prowadzenia zajęć. To były treningi Runmageddon. Oczywiście, w takim zakresie, jaki mi pozwalało zdrowie. Byłem w stanie mówić, co robimy na zajęciach, ale nie pokazywać. Ludzie przychodzili, bo wiedzieli, że moja wiedza nie zmalała ze względu na wypadek.

**NS: A co chciałby Pan osiągnąć w programie „Dancing with the Stars. Taniec z Gwiazdami”?**

SW: Nie wiem, czy mogę zdradzać takie szczegóły, ale najwyżej później dostanę po głowie. Hania marzy o psie. Założyliśmy się, że jeśli przejdziemy do piątego albo szóstego odcinka, to ona sobie kupi takiego zwierzaka. To jest więc taki plan minimum, żeby ona mogła go mieć. Ale ja oczywiście jako sportowiec nie kalkuluję jak daleko uda mi się zająć. Moim zadaniem jest jak najciężej pracować i zająć jak najdalej. Robię wszystko, co w mojej mocy. Widać u mnie takie mocno sportowe podejście. Na treningach jestem od wykonywania poleceń i to skutkuje. Pierwsze dwa odcinki nie wypadły najgorzej. Dostałem po nich mnóstwo wiadomości, m.in. od osób po wypadkach, uzależnionych czy z domów dziecka. Staram się wszystkim odpisywać, rozmawiać. Widzę, że ludzie czerpią trochę energii z mojej historii. Fajnie, że dzięki mnie mogą inaczej spojrzeć na swoje życie.

Rozmawiał: **Marcin Gazda**, fot. udostępnione przez Telewizję Polsat



dokończenie ze str. 23

pomagalem przygotować się do zawodów, sam też startowałem i w tym szczycie sportowym było o mnie głośno. 3 protezy, które teraz mam, zostały kupione z zebranych pieniędzy. Ta zbiórka jest aktywna, a środki są niezbędne do rehabilitacji, do protezowania. Cały czas kształt nogi się zmienia, więc to są spore koszty na ten moment.

**NS: Przy okazji akcji #Razem Dla Wilka przedstawił Pan swój sportowy plan – udział w Igrzyskach Paraolimpijskich.**

SW: Tak, to mój główny cel. Obliczyliśmy, że w Tokio w 2020 r. nie jestem w stanie wystartować. Od razu dałem sobie więcej czasu i myślę o rywalizacji w Paryżu w 2024 r. Ostatnio byłem w rytmie treningów tanecznych, ale to się zmieniło. W piątek [13 marca – przyp. red.] mieliśmy nagranie drugiego odcinka programu, w weekend odpocząłem, a w poniedziałek powróciłem do swoich przygotowań. Zacząłem biegać, później trening siłowy. Na pewno nie zamierzam odpuścić. Wiem, że sam wypadek jest dla mnie szansą, bo otworzył furtkę do Igrzysk Paraolimpij-



## Andrea Bocelli wystąpił samotnie z recitalem w katedrze w Mediolanie

Światowej sławy włoski tenor Andrea Bocelli wystąpił w niedzielę wielkanocną z wyjątkowym, transmitowanym w internecie recitalem stojącym w pustej katedrze w Mediolanie. Ten niezwykle koncert był jego modlitwą i otuchą dla świata, zmagającego się z pandemią. Przed występem Bocelli przytoczył słowa świętego Augustyna: „kto śpiewa, modli się dwa razy”. Dodał, że jego koncert, złożony wyłącznie z pieśni religijnych, to modlitwa za świat.

- Wierzę w siłę wspólnej modlitwy - powiedział.

Śpiewak, przyzwyczajony do występów przed tysiącami ludzi w wypełnionych do ostatniego miejsca salach koncertowych świata, był w słynnej mediolańskiej Duomo sam z organistą katedry Emanuele Vianellim, który mu akompaniował.

W programie recitalu były między innymi pieśni „Ave Maria” Johanna Sebastiana Bacha, „Sancta Maria” Pietro Mascagniego, „Domine Deus” Antonio Rossiniego.

Recitalowi Bocellego towarzyszyły zdjęcia z pustych miast świata, od Mediolanu i Wenecji po Nowy Jork. (PAP)

sw/fit

## Są pieniądze na kulturę w sieci; MKiDN uruchamia program

Do 20 kwietnia samorządowe instytucje kultury mogą składać wnioski o dofinansowanie w programie „Kultura w sieci”. MKiDN opublikowało szczegóły dotyczące wsparcia.

Minister kultury i dziedzictwa narodowego ogłosił założenia nowego programu wsparcia dla artystów, twórców oraz instytucji, które ze względu na trwającą epidemię, a wcześniej stan zagrożenia epidemicznego, nie mogą realizować swojej twórczości artystycznej w dotychczasowej formie.

„Kultura w sieci” to środki na zmianę formy upowszechniania działalności twórczej lub prezentacji jej efektów w elektronicznych kanałach komunikacji, przede wszystkim w Internecie.

Program składa się z dwóch elementów – programu stypendialnego Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego oraz programu dotacyjnego, zarządzanego przez Narodowe Centrum Kultury. Program stypendialny jest kierowany do osób fizycznych, twórców i artystów. Z kolei o dotację z programu NCK mogą się starać organizacje pozarządowe oraz instytucje kultury. Z tej formy dofinansowania wyłączone

są instytucje narodowe, instytucje prowadzone lub współprowadzone przez MKiDN, szkoły i uczelnie artystyczne.

Łączny budżet programu „Kultura w sieci” wynosi 20 mln zł. 5 mln zostanie przeznaczonych na stypendia dla artystów, 15 mln – dla instytucji i organizacji.

Samorządowe instytucje w ramach programu mogą ubiegać się o dofinansowanie m.in. na webinaria i kursy e-learningowe z zakresu edukacji kulturalnej, koncerty czy spektakle online, wirtualne spacerki po miejscach kultury czy e-booki i audiobooki. Pieniądze można także pozyskać na np. na tworzenie stron, gier internetowych i aplikacji mobilnych z dziedziny kultury.

Wnioski w programie można składać do 20 kwietnia. Termin rozpoczęcia i zakończenia realizacji zadania został określony na od 1 maja do 30 października 2020 roku.

Dofinansowanie zadania może wynosić do 100 proc. budżetu zadania. Minimalna kwota wniosku wynosi 5 tys. zł. Maksymalna kwota wniosku wynosi 150 tys. zł.

Info: [kurier.pap](#)

## 7 grzechów, Andrzej Seweryn i 2 architektki

Konin, sobota 7 marca. Z drżeniem serca oczekiwaliśmy gości zaproszonych na wydarzenie kulturalne pod hasłem „7 grzechów głównych osób pełnosprawnych”. To był deszczowy dzień, który obfitował w niepokojące doniesienia na temat zagrożenia epidemicznego. Baliśmy się, że frekwencja będzie mała...

Tymczasem na wernisaż przybyło kilkadziesiąt osób zainteresowanych życiem kulturalnym Konina, jak również przyjaciele i znajomi autorek, współpracownicy i podopieczni Fundacji PODAJ DALEJ, a także grupa osób głuchych, dla których spotkanie tłumaczyła na język migowy Karina Akseńczuk.

### Doceniaj nawet najmniejsze rzeczy

Paula Kłama i Marika Sypniewska to autorki projektu „7 grzechów głównych osób pełnosprawnych”. Obie są architektkami z Konina. W wolnych chwilach Paula pisze poezję, a Marika fotografuje. Spotkały się w Fundacji PODAJ DALEJ. Tutaj poznały osoby z niepełnosprawnością, które mimo wielu ograniczeń radzą sobie w życiu, spełniają marzenia i są szczęśliwe! O tym szczęściu i radości z małych rzeczy często zapominają osoby pełnosprawne...

„7 grzechów” ma pomóc osobom pełnosprawnym docenić życie, swój potencjał i zdrowe ciało. Autorki chcą pobudzić do doceniania tego co mamy i nie odkładania marzeń na później... Podczas wernisażu Kasia Chmiel z portalu Czytam Duszkami zaapelowała do zebranych, aby w wierszach Pauli poszukiwali swoich grzeszków – wymówek, lenistwa i zachęciła, aby zabrali się do pracy, do realizacji swoich marzeń i zrobili coś dobrego nie tylko dla siebie, ale też dla innych.

### Śluchaj, migaj, czytaj...

W odpowiedzi na zaproszenie Fundacji PODAJ DALEJ wiersze z tomiku „7 grzechów” wyrecytował Pan Andrzej Seweryn. Może ich posłuchać każdy, kto wejdzie na stronę [www.7grzechow.org](#) To prawdziwa uczta!

Podczas wernisażu każdy z gości miał możliwość wyrecytować wybrany wiersz. To była wzruszająca chwila, szczególnie kiedy Joasia, która na co dzień ma problemy z mówieniem, w wielkim skupieniu, najlepiej jak potrafiła wyrecytowała wiersz „Melancholijność”. Wiersz „Auto-ograniczenia” wymigła jedna z głuchych uczestniczek wystawy.

– Kumulację mojego wzruszenia spowodowało miganie jednego z moich tekstów przez osobę głuchą. Zapamiętam to



Paula Kłama



Marika Sypniewska



do końca życia. W powietrzu dało odczuć się wrażenie, że nie ma podziału na sprawnych i niepełnosprawnych. Tak powinno być na co dzień. Bo przecież łączy nas jedno – pragnienie spełnienia marzeń oraz obawa przed ich realizacją – podkreśla Paula Kłama.

### Zapraszamy na wystawę

Fotograficzno-liryczną wystawę „7 grzechów” można oglądać online na stronie [www.7grzechow.org](#). Tutaj można też zamówić bezpłatny tomik wierszy (wysyłka w późniejszym, bezpłatnym terminie).

W Centrum Organizacji Pozarządowych w Koninie, ul. 3 maja 1-3 wystawa „7 grzechów” czeka na Państwa. Zapraszamy, gdy już będzie można odwiedzać miejsca publiczne. Pomału budujemy też harmonogram wystaw w Polsce na drugą połowę roku. Osoby zainteresowane obejrzeniem wystawy bądź zorganizowaniem wernisażu u siebie, zapraszamy do kontaktu przez stronę projektu.

### Wielkie marzenie do spełnienia!

Z projektem „7 grzechów” wiąże się też wielkie marzenie – Osada Janaszkowo. To będzie ośrodek, w którym osoby z niepełnosprawnością z całej Polski będą uczyły się niezależnego życia i będą szczęśliwe. Każdy może pomóc stworzyć to miejsce i zmienić życie wielu ludzi, których niepełnosprawność zamknęła w domu. Proszę, wejdź koniecznie na [www.OsadaJanaszkowo.pl](#) i zobacz jak możesz pomóc.

\*\*\*

Organizator: Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ [www.podajdalej.org.pl](#)  
Partnerzy: Miasto Konin , Altix, Czytam duszkami , Poezja na każdy dzień , Wielkopolska Okręgowa Izba Architektów RP

## Wspólna piosenka polskich gwiazd i laureatów Festiwalu Zaczarowanej Piosenki na czas epidemii

Gwiazdy polskiej sceny i laureaci Festiwalu Zaczarowanej Piosenki dla uzdolnionych wokalnie osób z niepełnosprawnościami wspólnie nagrali piosenkę „Mimo Wszystko”, którą udostępnił na platformach muzycznych. W tym roku z powodu epidemii koronawirusa festiwal nie odbędzie się.

Anna Dymna, której fundacja „Mimo Wszystko” organizuje Festiwal Zaczarowanej Piosenki od 2005 r. powiedziała 30 kwietnia, że pomyśli na wspólną piosenkę zrodził się na początku kwarantanny. Jej tekst aktorka otrzymała w prezencie od Wojciecha Młynarskiego w 2005 r.

– Mateusz Pospieszalski, napisał do słów Wojtka Młynarskiego specjalną, energetyczną muzykę, byśmy właśnie teraz mogli razem zaśpiewać te słowa i uświadomić sobie, że naprawdę „najlepszym schronieniem dla człowieka jest drugi człowiek” – wyjaśniła Dymna.

– Musieliśmy tylko, kierując się rozsądkiem – zmuszeni sytuacją – zmienić słowa: „Wyciągnij rękę, podejdź blisko” na „Pomachaj ręką, bądź sercem blisko”. Ale mam nadzieję, że Wojtek nam wybaczy. Codziennie słucham tej piosenki i od razu dzwonię do kogoś, by choć chwilę porozmawiać, zapytać, czy czegoś nie potrzeba i podzielić się uśmiechem. Tak to działa. Nie damy się smutkom. Bądźmy razem, choć chwilowo w pewnej odległości – dodała aktorka.

Utwór nagrali wspólnie, choć każdy osobno, w swoim domu, polscy wokaliści, muzycy, a także laureaci Festiwalu Zaczarowanej Piosenki. Wykonują ją: Kayah, Ania Wyszkoni, Małgorzata Ostrowska, Barbara Pospieszalska, Piotr Cugowski, Michał Szpak, Mięczyśław Szcześniak, Adam Nowak. W nagraniu wzięli również udział laureaci Festiwalu Zaczarowanej Piosenki: Klaudia Skotarczak, Daria Barszczyk, Klaudia Borczyk, Patrycja Błach, Ula Kowalska, Julka Walczyna, Paulina i Bartek Gruszecy, Krzysiek Szymaszek, Michał Ziomek, Grzegorz Dowgiałło i Kamil Czeszel.

W chórkach zaśpiewali Lidia Pospieszalska i Mateusz Pospieszalski, a także dzieci: Tymon, Tosia, Leon, Łucja, Nina, Marysia, Madina, Michał i Tosia Labahua. Na instrumentach zagrali: Łukasz Dmochewicz – perkusja, Marcin Pospieszalski – gitara basowa, Mateusz Pospieszalski – fortepian, Janusz Yanina Iwański – gitara elektroakustyczna.



W zeszłym miesiącu pomysłodawczyni Festiwalu Zaczarowanej Piosenki Anna Dymna poinformowała, że 16. edycja festiwalu została przełożona na przyszły rok z powodu epidemii koronawirusa.

Imprezę organizuje Fundacja Anny Dymnej „Mimo Wszystko” we współpracy z Telewizją Polską przy wsparciu Narodowego Centrum Kultury. Festiwal opieką artystyczną otacza Irena Santor.

Konkurs rozgrywany jest w dwóch kategoriach wiekowych: dziecięcej (10–16 lat) oraz w kategorii młodzieży i dorosłych (powyżej 16. roku życia). Spośród nadesłanych zgłoszeń jury wybiera 32 półfinalistów, którzy występują w koncercie półfinałowym. 12 osób, które zaprezentują się tam najlepiej otrzymuje zaproszenie na warsztaty wokalne, próby i finałowy koncert do Krakowa. Laureatami zeszłorocznej edycji festiwalu byli Martyna Wójcik i Natalia Pycek ex aequo (w kategorii dzieci) oraz Kamil Czeszel (w kategorii dorosłych).

W ciągu 15 lat do udziału w ogólnopolskim konkursie wokalnym na „zaczarowaną piosenkę” nadesłano do Fundacji Dymnej ponad 4 tys. zgłoszeń. 80 laureatów otrzymało statuetki Zaczarowanego Ptaszka i odebrało nagrody o łącznej wartości ponad 1 miliona złotych. Laureaci konkursu występowali podczas Krajowego Festiwalu Piosenki Polskiej w Opolu i brali udział w telewizyjnych programach typu talent show. (PAP)

Rafał Grzyb,  
fot. Gabriela Szewczyk / Fundacja Anny Dymnej Mimo Wszystko,

# Ofensywa TOTUPOINT. Wsparcie dla

Marcin Gazda, zdjęcia udostępnione przez Jana Szustera i poznan.info

**Jan Szuster miał problem z odnajdywaniem furtki na własną posesję. Stworzył więc system znaczników TOTUPOINT, który w naturalny sposób wspiera postrzeganie przestrzeni. Dziś to rozwiązanie pomaga wielu osobom niewidomym i niedowidzącym. Na jego wdrażanie decydują się m.in. władze różnych miast i uczelni. Pomysł jest ciągle rozwijany i znajduje coraz szersze zastosowanie.**

Niewielkie, a jednocześnie niepozorne urządzenie. Kojarzy się m.in. z kostką czy pudełkiem. Montowane jest w różnych miejscach. Najczęściej na zewnątrz oraz wewnątrz budynków. I wysyła sygnał, żeby osoby słabowidzące i niewidome swobodnie przemieszczały w przestrzeni publicznej. W zamyśle ma być maksymalnie nieuciążliwe i niezauważalne dla reszty otoczenia.

– Miałem problem, z którym spotykałem się codziennie. Nie mogłem odnaleźć furtki na własną posesję. Postanowiłem go rozwiązać i tak powstał system znaczników TOTUPOINT – mówi 53-letni Jan Szuster, który jest absolwentem Wydziału Elektroniki Politechniki Warszawskiej.

Kiedy był nastolatkiem, zdiagnozowano u niego barwnikowe zwyrodnienie siatkówki. Stopniowo tracił wzrok, od lat jest niewidomy. W 2013 roku założył w Warszawie firmę Pirs Creative Lab, która rozpowszechnia nowe technologie. 4 lata później został jednym z bohaterów publikacji „Lista Mocy. 100 najbardziej wpływowych Polek i Polaków z niepełnosprawnością”.

W ubiegłym roku zadebiutował na planie filmowym, dołączając do obsady serialu „Pasjonaci” w reżyserii Artura Dziurmana. I można było się przekonać, jak radzi sobie na desce windsurfingowej.

– To najlepszy sport dla niewidomego, bo opiera się na wyczuciu. Nie muszę patrzeć na żagiel, żeby wiedzieć, czy on dobrze pracuje. Wzrok jest potrzebny tylko, żeby kontrolować przestrzeń przede mną. A jeśli jest pusty akwen, to znajduje się tam tylko woda. Kilka-kilkanaście metrów za mną płynie instruktor, który pomaga uniknąć kolizji – przekonuje Jan Szuster.

Korzysta ze szkoły WTS DeSki na kempingu Solar w Chałupach. Tam też był nakręcony filmik, który pojawił się w „Pasjonatach”. Ale w serialu nie zabrakło też informacji nt. znaczników.

## Droga do celu

– Największym atutem systemu jest to, że w naturalny sposób wspiera postrzeganie przestrzeni. Tego nie można powiedzieć o nawigacjach, które wymagają, aby użytkownik

miał słuchawkę w uchu i słuchał komunikatów typu skręć w lewo czy w prawo. To odwraca uwagę od tego, co jest najważniejsze, czyli od badania laską przestrzeni i słuchania, co dzieje się w oddali – stwierdza twórca Pirs Creative Lab.

Urządzenia są zasilane bateryjnie. Dzięki temu mogą być montowane niemal wszędzie, nie ma konieczności podłączania kabli. Znacznik elektroniczny, znajdujący się np. nad wejściem do urzędu, wydaje z siebie dźwięki lub komunikaty głosowe. Reaguje w ten sposób, gdy zbliża się do niego aktywator. On jest zainstalowany w telefonie (bezpłatna i ogólnodostępna aplikacja) lub przymocowany do białej laski (moduł elektroniczny). Użytkownik może wyłączyć automatyczne uruchamianie dźwięku. Wówczas otrzyma tylko powiadomienie na telefon.

Znacznik reaguje, gdy zbliżamy się do niego na odległość kilku czy kilkunastu kroków. Jeśli dystans będzie zbyt duży, to mogą pojawić się trudności z precyzyjnym określeniem celu, czyli np. wejściem do budynku. To jest element konfiguracji indywidualnej. Podobnie sytuacja wygląda z głośnością.

## Sieć gęstnieje

Znaczniki TOTUPOINT zainstalowane były na początku tego roku w ponad 400 miejscach. To o około 300 więcej niż na początku



2019 roku. Jak przekonuje Jan Szuster, ten przyrost oznacza, że system ma dobry odbiór, a informacja o nim rozchodzi się coraz szerzej. I podkreśla, że najtrudniej jest rozpocząć, bo pojawiają się pytania, gdzie rozwiązanie już funkcjonuje. Trochę to działa na zasadzie kuli śniegowej. I coraz śmielej osoby, które decydują o przyznaniu środków, włączają się w ten projekt.

Pirs Creative Lab najchętniej montuje znaczniki na gładkich ścianach lub szybach. Standardowo stosowana jest do tego specjalna taśma dwustronna. To najprostszy sposób, a jednocześnie producent nie chce ingerować w strukturę budynku. Jeśli jednak wymaga tego sytuacja, to na kleju montowana jest niewielka blacha. Do niej mocowany jest znacznik, a więc nie ma potrzeby np. wiercenia



Znacznik TOTUPOINT nad wejściem. Z prawej Jan Szuster

# osób z dysfunkcją wzroku

w ścianie. Zdarzało się, że metoda ta była stosowana w przypadku obiektów zabytkowych, a konserwator zabytków nie miał zastrzeżeń. Najwięcej znaczników znajduje się w Łodzi (132). Są też m.in. w Gdańsku (103), we Wrocławiu (50), w Tychach (35), Warszawie (31), Poznaniu (29), Gliwicach (17) oraz Chorzowie (13). Jeden funkcjonuje za południową granicą, w Bratysławie.

– W środowisku osób niewidomych są różne fora i grupy dyskusyjne, gdzie wymieniamy się informacjami. Internet nie zna granic. I kiedyś odezwał się chłopak, też z barwnikowym zwyrodnieniem siatkówki. On od lat pracuje jako informatyk w stolicy Słowacji. Chciał, żeby system mu pomagał i sobie taki kupił – opisuje założyciel Pirs Creative Lab.



Znacznik TOTUPOINT nad wejściem z lewej strony

## Miasta na tak

W Łodzi pierwsze znaczniki pojawiły się w październiku 2018 roku. Zostały zainstalowane na obiektach użyteczności publicznej należących bezpośrednio do urzędu miasta.

– Totupointy cieszą się bardzo dużym zainteresowaniem, codziennie korzysta z nich wiele osób z dysfunkcją wzroku. Jako jedyni w Polsce mamy zamontowane znaczniki we wszystkich miejskich szpitalach i przychodniach, a także na dworcu, w części należącej do miasta – informuje Katarzyna Tręda-Pisera, rzecznik osób niepełnosprawnych z Łodzi. Dodaje, że urząd chętnie dzieli się informacjami na temat rozwiązania i zachęca inne podmioty do skorzystania z niego. Efektem tego są kolejne miejsca, np. Politechnika Łódzka.

W Poznaniu projekt ma charakter pilotażu. Do jego uruchomienia na początku 2020 r. przyczyniła się inicjatywa osób niewidomych i niedowidzących. One zaczęły przekonywać,

że warto byłoby zamontować urządzenie ułatwiające poruszanie się po urzędzie miasta. – System może być rozbudowany o dodatkowe dowolne informacje, to duża zaleta. Interesującym rozwiązaniem jest możliwość uzupełnienia znaczników o różne treści czy ciekawostki o charakterze historycznym lub turystyczno-krajoznawczym. Ponadto aplikacja posiada cenną funkcję ostrzegania przed przeszkodami czy ewentualnymi zagrożeniami w przestrzeni – komentuje Dorota Potejko, pełnomocnik prezydenta Poznania ds. osób z niepełnosprawnościami.

Do urzędu docierają bardzo pozytywne sygnały nt. wdrożonego rozwiązania. Użytkownicy przekonują, że system powinien być rozbudowywany. Najlepiej, aby znajdował się w każdym budynku użyteczności publicznej.

## Łatwiej na uczelniach

W połowie ubiegłego roku Politechnika Wroclawska zdecydowała się na zamontowanie trzydziestu znaczników. Zrobiono to, aby ułatwić dotarcie do najbardziej kluczowych miejsc na uczelnianym kampusie. Zarówno studentom, jak i pozostałym osobom.

A teren ten jest rozległy i składa się z różnych rozwiązań architektonicznych. Urządzenia znajdują się m.in. w gmachu głównym, Bibliotece i na stacjach Polinki.

– Znaczniki sprawdziły się w podstawowym zastosowaniu, tzn. pozwalają lokalizować dane miejsca i uzyskiwać informacje o nich. Widzimy, że system ma potencjał i rzeczywiście się rozwija. Ostatnio została wprowadzona możliwość rozróżnienia i korzystania z rozszerzonych oraz podstawowych opisów, co kiedyś sugerowaliśmy – mówi Marek Tanielun, kierownik Pracowni Tyfloinformatycznej Politechniki Wroclawskiej, który jest osobą niewidomą.

Innowacyjne rozwiązanie działa również na Uniwersytecie Gdańskim. I jest jednym z elementów polepszania dostępności Wydziału Nauk Społecznych. W budynku funkcjonują już ścieżki naprowadzające, napisy w piśmie punktowym Braille'a, czy udźwiękowiona mapa dotykowa obiektu.

– Obecnie system udźwiękowania TOTUPOINT spotkał się z bardzo pozytywnym odbiorem. Mamy jeszcze kilka pomysłów w kwestii jego udoskonalenia. Między innymi planujemy zastosowanie komunikatów dźwiękowych w języku angielskim – informuje Justyna Rogowska, kierownik Biura ds. Osób Niepełnosprawnych Uniwersytetu Gdańskiego.

## Przecieranie szlaków

Pirs Creative Lab rozwija system TOTUPOINT. Pierwsze urządzenia nie zawsze były słyszalne przy ruchliwych ulicach. Ponadto miały mniejsze baterie, wystarczające na około 3 lata. Teraz są one większe, powinny działać 6-7 lat. Dodatkowo rozbudowana została strona internetowa z opisem lokalizacji znaczników.

W październiku ubiegłego roku nastąpiło zintegrowanie systemu z sygnalizacją świetlną. Doszło do tego na jednym z przejść w Chorzowie).

– Tam światła milczały przez większość czasu. Dopiero kiedy pieszy przycisnął przycisk na słupku, to zaświecało się zielone i pojawiał się sygnał dźwiękowy. A jeśli takie przejście milczy, to osoba niewidoma nie wie, gdzie ono się znajduje. Ponadto ona ma trudności ze znalezieniem przycisku. Teraz, zbliżając się do tego miejsca, słyszy rozlegający się sygnał – mówi Jan Szuster.

Dodatkowo można skorzystać z wirtualnego przycisku, który pojawia się na ekranie telefonu. Wciśnięcie go daje ten sam efekt, co użycie fizycznego przycisku na słupku. I to jest pole do zagospodarowania dla Pirs Creative Lab. Zwłaszcza że na wybranych przystankach komunikacji miejskiej znajdują się również tablice wyświetlające rzeczywisty czas przyjazdu tramwaju czy autobusu. Wciśnięcie przycisku na słupie oznacza uruchomienie komunikatu głosowego z emitowaną treścią. W jednym z miast były już prowadzone rozmowy nt. zintegrowania rozwiązań.

– W Poznaniu nie tylko urząd miasta zainteresował się systemem. Oddany po rewitalizacji Dzieciniec Pod Słońcem również wyposażony został w znaczniki TOTUPOINT. Jeden z nich ułatwia odnalezienie makiety obiektu – elementu stworzonego głównie dla niewidomych, a którego odnalezienie bez naprowadzania dźwiękowego jest w praktyce bardzo trudne. To prawdopodobnie pierwsza makieta w Polsce prawdziwie dostępna – podsumowuje Jan Szuster.

## Wypadek odebrał im sprawność. W mieszkaniu

**Na motocyklu szukał wrażeń i wolności. Pędząc przed siebie – czuł się niezniszczalny. Jednak w sierpniu 2018 nie zapanował nad maszyną... Diagnostyka lekarzy okazała się brutalna. Uraz rdzenia w odcinku lędźwiowym potocznie zwany „złamanym kręgosłupem”. Do tego połamane kości, duża utrata krwi, problemy z oddychaniem. Lekarze wiele godzin walczyli o 26-letniego wówczas Mateusza Zająca. Dostał drugą szansę, ale wszystkiego musiał nauczyć się od nowa.**

– Nie miałem pretencji do losu, ale z siedzeniem na wózku nie pogodzę się nigdy. Na początku brałem udział w turnusach rehabilitacyjnych i po nich liczyłem, że stanę na własne nogi. Szybko zorientowałem się, że te metody nie działają... Postanowiłem obrać inny kierunek i zacząłem szukać pomocy. Tak trafiłem na stronę Akademii Życia i Fundacji PODAJ DALEJ z Konina. Wyczytałem, że pomagają ludziom nauczyć się żyć na wózku – wyjaśnia Mateusz. Po obejrzeniu zdjęć i filmików zafascynowała go idea mieszkań treningowych. Martwiła jedynie odległość, bo Konin i jego rodzinna miejscowość dzieli 500 kilometrów. Jednak nie zastanawiał się długo i chwycił za telefon. Po rozmowie kwalifikacyjnej dostał się do projektu.

### Bez taryfy ulgowej

– Trafiłem do mieszkania treningowego, które nie jest przystosowane dla osoby niepełnosprawnej – włączniki światła są wysoko, nie ma podjazdu na taras, w toaletach nie zainstalowano żadnych dodatkowych uchwytych, a blat kuchenny jest na standardowej wysokości. O to mi chodziło. Czuję się tu znakomicie i normalnie, bez taryfy ulgowej. Nie chcę, żeby ludzie patrzyli na mnie tylko przez pryzmat wózka. Tutaj to ja muszę się dostosować do mieszkania i do wyzwań jakie stawia codzienność – dodaje Mateusz. W Koninie jest już kolejny miesiąc. Wylicza, że z mieszkania wychodzi samodzielnie do miasta, robi zakupy, pranie, gotuje i sprząta. W rodzinnym mieście jest uwięziony w mieszkaniu na drugim piętrze bez windy. Aby wyjść, o pomoc musiał prosić mamę, która niedawno odwiedziła go w Koninie.

– Kiedy zobaczyła jak świetnie dają sobie radę, to kamień spadł jej z serca. Bliscy martwią się, jak potoczy się moje życie na wózku... Dziś mama wie, że mieszkania treningowe to najlepsze miejsce, do którego mogłem trafić. Codziennie uczę się czegoś nowego, codziennie jestem coraz bardziej niezależny! Ją to bardzo cieszy, a mnie jeszcze bardziej – mówi Mateusz.

Spodobało mu się w Koninie tak bardzo, że po zakończeniu projektu chce się tu przeprowadzić. Już szuka własnych czterech kątów i na pewno będzie starał się o pracę. – Mieszkania treningowe Fundacji PODAJ DALEJ dały mi tak wiele, że nie chcę tego zaprzepaścić. Lubię zajęcia na basenie i treningi koszykówki, na które się zapisałem. Ludzie, którzy tworzą ten projekt są niesamowici, budują taką atmosferę, że tu się chce żyć!

### O co chodzi w mieszkaniach treningowych?

Mieszkania treningowe to nie tylko sam lokal i odnajdywanie się w jego wnętrzu. To także szereg zajęć, na których uczestnicy uczą się angielskiego, spotykają się z doradcą zawo-



Mateusz podczas aktywnej rehabilitacji



Jarek i Mateusz

dowym, logopedą, dietetykiem, czy psychologiem. Biorą udział w zajęciach na basenie, fizjoterapii, mają masaże i treningi sportowe. Bardzo potrzebne są także zajęcia z techniki jazdy na wózkach, podczas których uczestnicy ćwiczą jazdę, pokonywanie barier i balans z instruktorami, którzy sami poruszają się na wózku. Współlokatorem Mateusza jest Jarosław Łukaszuk z Podlasia. Poniedziałek 3 grudnia 2018 roku miał być zwykłym dniem. Rano wyruszył autem do pracy. Był kierowcą zawodowym. Wpadł w poślizg, dachował i wylądował w rowie. Nie stracił przytomności, ale od razu poczuł, że coś jest nie tak. Już w aucie nie mógł ruszać rękoma i nogami. Kolejne dni w szpitalu nie przynosiły dobrych wieści.

– Ciężko było przyjąć słowa lekarzy – uraz kręgosłupa w odcinku szyjnym C6 – C7 i niedowład cztero kończynowy. Te informacje doszły do mnie dopiero kilka dni później. Zawsze byłem osobą, która nie lubi jak się jej coś narzuca. Sam ustalałem co robię i jak, a tu całkowita zmiana sytuacji. Szok! Po dwóch tygodniach od operacji zacząłem ćwiczyć. Potem trafiłem na oddział rehabilitacyjny. Dopiero po pół roku wyszedłem do domu – opowiada 36-letni Jarek.

Aby przystosować się do życia na wózku, pojechał na obóz aktywnej rehabilitacji. Tam spotkał asystentów i pielęgniarki z Konina, którzy opowiedzieli mu o mieszkaniach treningowych. Zachęcony i zmotywowany przez żonę od stycznia tego roku jest uczestnikiem projektu.

– Nie oszukujemy się. Jeśli człowiek jest aktywny zawodowo, a nagle z dnia na dzień

## treningowym nauczyli się żyć na wózku

traci sprawność i pracę, to liczy każdą złotówkę. Nie dość, że na początku trzeba kupić wózek, to jeszcze należy zmienić garderobę – kupować rzeczy luźniejsze, by łatwiej było je zakładać, większe o rozmiar buty, by krążenie w nogach było lepsze. Do tego rehabilitacja, która jest kosztowna i życie. Dlatego fakt, że w projekcie mogą brać udział bezpłatnie jest dla mnie dużym obciążeniem – podkreśla Jarek.

Przyznaje, że chce zdobyć jak najwięcej umiejętności, by nie być ciężarem dla swojej rodziny. W domu czekają na niego żona oraz 13-, 12- i 3-letnie dzieci. – Moim celem jest przeżyć dzień w taki sposób, abym rano bez pomocy wstał i się ogarnął, a wieczorem samodzielnie położył się spać. Bliscy mają skłonność do wyręczania i nadskakiwania nam. Robią to z dobroci serca, ale przez to człowiek staje się leniwy i nie jest w stanie nauczyć się nowych rzeczy.



Jarek wzmacnia ręce

### Trudne początki

Przyznaje, że grafik zajęć jest bardzo napięty. To mu odpowiada. Najbardziej ceni sobie ćwiczenia wzmacniające, fizjoterapię i techniki jazdy na wózku.

– Nie ukrywam, że dla początkującego wszystko jest trudne. Z instruktorami uczę się nawet bezpiecznie przewracać. Zaliczyłem już tyle gleb, że mam mnóstwo plastrów. Jednak każda wywrotka zbliża mnie do celu. Człowiek siedząc w domu może obejrzeć sobie filmiki pokazujące jak zjechać ze schodów czy z krawężnika. Wydaje się to dziecinnie proste. Gdy próbujesz – okazuje się być wyczynem. Dlatego cieszę się, że nie muszę robić tego sam, że w Fundacji PODAJ DALEJ obok mnie są profesjonalści, którzy mi

pomogą, doradzą, zdradzą triki, nauczą bezpiecznych metod. To jest nieporównywalne do samodzielnego poruszania się na wózku w domu – wylicza Jarek.

Jest na początku drogi, ale już myśli o dostosowaniu swojego auta, aby samodzielnie móc prowadzić. Będzie mógł to zrobić dopiero wtedy, gdy wzmocni ręce i poprawi kondycję. W mieszkaniach treningowych pracuje nad tym każdego dnia. Nie wyklucza, że będzie chciał kontynuować przygodę z projektem po przerwie dla rodziny.

Mieszkań treningowych nie byłoby bez asystentów. W codziennych sprawach Mateuszowi i Jarkowi pomagają Oktawia i Zbyszek.

– Na początku jesteśmy blisko uczestników, ale wymagamy od nich dużo już od wejścia do mieszkania. Z czasem się wycofujemy, czekając tylko na ich sygnał. Wierzymy w nich, motywujemy, bo często jest tak, że nie wiedzą jak wiele są w stanie zrobić samo-

dzielnie. To nas cieszy, kiedy codziennie widzimy progres, a każdy dzień kończy się ich kolejnym małym sukcesem. Dla innych czasem niezauważalnym – mówi Oktawia. – Nie wyręczamy, ale pokazujemy i podpowiadamy. Czasami szybko się zniechęcają, myślą, że coś jest nie do przejścia. Denerwują się na nas, ale my ten gorszy czas musimy przeczekać. Doradzamy też w kwestii doboru wózka, rozwiązań logistycznych i uczymy planować – dodaje Zbyszek.

### Kto może się zgłosić do mieszkań treningowych

Do mieszkań treningowych Fundacji PODAJ DALEJ w Koninie mogą zgłosić się osoby z urazami kręgosłupa, a także z mózgowym porażeniem dziecięcym, bez względu na miejsce zamieszkania. Trzeba mieć ukończone 18 lat. Wszystkie szczegóły i formularz zgłoszeniowy znajdują się na stronie: [www.mieszkaniatreningowe.pl](http://www.mieszkaniatreningowe.pl)

O tym gdzie trafią chętni, decydują organizatorzy projektu, po przeprowadzeniu rozmowy kwalifikacyjnej. Fundacja PODAJ DALEJ prowadzi kilka mieszkań treningowych. Nie wszystkie są jak to, w którym obecnie mieszka Mateusz i Jarek. Są także mieszkania wyposażone w niezbędne elementy ułatwiające życie niepełnosprawnym. O lokalizacji

decydują możliwości fizyczne uczestnika, jego potencjał i motywacja.

### Teraz wiem, że mogę wszystko

– Jeśli jest takie miejsce jak to i w dodatku bezpłatne, to należy spróbować. Osoby po urazach nie mają nic do stracenia, a w mieszkaniach treningowych zwanych Akademią Życia mogą nauczyć się ważnych rzeczy, które odmienią ich los. Dzięki temu projektowi poczułem, że wózek nie musi mnie definiować, choć wiem, że przede mną jeszcze mnóstwo pracy. Zamierzam się rozwijać i cieszyć życiem – podsumowuje Jarek. – Tu spotkałem ludzi, którzy jeżdżą na wózku od kilkunastu lat. Ja od roku. Przekazali mi ogrom wiedzy! Nigdy nie dowiedziałbym się o wielu rzeczach siedząc w domu, leżąc w szpitalu, czy jeżdżąc na turnusy... Od kiedy odważyłem się wyjść samodzielnie do miasta wiem, że mogę wszystko – dodaje Mateusz.

W projekcie Fundacji im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ, który ruszył w 2013 roku wzięło udział już ponad 100 osób z całego kraju. Organizacja cały czas zdobywa środki, by uczestnicy nie musieli płacić za pobyt w mieszkaniu. To unikatowe rozwiązanie, które daje nadzieję na samodzielne życie po wypadku. Absolwenci zakładają rodziny, pracują, uczą się i realizują swoje pasje i marzenia. Nie boją się prosić o pomoc, a nade wszystko stają się motywacją dla innych.

Paulina Kaluźna,

fol. Fundacja PODAJ DALEJ

\*\*\*

**Jesteś osobą niepełnosprawną ruchowo? Masz ukończone 18 lat?**

**Chcesz być człowiekiem niezależnym? Przyjedź do mieszkań treningowych Fundacji PODAJ DALEJ w Koninie!**

Mieszkania treningowe to autorski projekt aktywizacji życiowej osób z niepełnosprawnością ruchową, realizowany w Koninie od 2013 r. przez Fundację im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ. Kilkumiesięczny program obejmuje m.in. treningi samodzielności, zajęcia aktywnej rehabilitacji, spotkania z psychologiem i doradcą zawodowym.

Informacji o projekcie udziela: Zuzanna Janaszek-Maciaszek [zuzanna.janaszek@podajdalej.org.pl](mailto:zuzanna.janaszek@podajdalej.org.pl) Dodatkowe informacje i formularz rekrutacyjny dostępne są na stronie [www.mieszkaniatreningowe.pl](http://www.mieszkaniatreningowe.pl).



Maksimum koncentracji, minimum przyczepności – dwa bieguny. Kolejny biegun – Północny, właśnie w tym kierunku udał się zespół Avalon Extreme. Szwecja, zamrznięte jezioro, metr lodu, 15 stopni mrozu, na środku rajdowe miasteczko, 11 godzin ciężkiej pracy dziennie i w 95 proc. sparaliżowany kierowca wyścigowy. Brzmi jak szaleństwo? - Dostałem to, co chciałem. W pełni rozumiem samochód, petarda! – mówi Sebastian Luty kierowca wyścigowy, który właśnie wrócił z zimowego treningu Avalon Extreme Ice Drift. Był to jeden z jego pierwszych treningów w nowym aucie.



## Avalon Extreme Ice Drift, czyli bokiem na lodzie z prędkością 150 km/h

Sa na świeżo po powrocie. Emocje jeszcze nie opadły. Są zmęczeni, ale szczęśliwi. Przed nadchodzącym sezonem Sebastian Luty – ambasador projektu Avalon Extreme, kierowca wyścigowy, pojechał ze swoją ekipą do Szwecji, żeby przez tydzień testować nowe auto w ekstremalnych warunkach.

Zespół 5 osobowy, prom, samolot, bus, a za busem, na haku trzy tony sprzętu i... Hooligan, czyli nowe auto wyścigowe Sebastiana – Hyundai i20 WRC Proto. Ekipa musiała pokonać drogę ponad 2000 kilometrów w jedną stronę, aby dotrzeć do tafli zamrzniętego jeziora o powierzchni ponad 180 km kw. w północnej Szwecji. Kto przy zdrowych zmysłach pokonuje taką trasę, by znaleźć się w odludnej, zamrzniętej krainie, gdzie dobrze czują się tylko nieliczni miejscowi i renifery?

Lód, którego prawie metrowa grubość sprawdzana jest specjalnymi odwiertami, wydaje się skrajnym przeciwieństwem tego, co kojarzy się z dobrymi warunkami do jazdy. – To jest najlepszy trening dla kierowcy wyścigowego – przekonuje jednak Sebastian Luty. – Chodzi o bardzo szybką jazdę w warunkach ograniczonej przyczepności, ale jednocześnie stosunkowo bezpieczną. Można jechać bardzo szybko i wychwytywać niuanse związane z precyzją kierowania i zachowaniem samochodu – dodaje.

Zamrznięta tafla jest więc idealna do treningu, bo nie ma bandy, w którą, w razie błędu, można uderzyć – jak na zwykłym torze. – Można jechać na 110 proc., bo czuje się bezpieczeństwo i kontrolę nad pojazdem w poślizgu, nawet przy prędkości 150 km/h. To doskonały trening i sprawdzian dla samochodu i całego zespołu – mówi Sebastian.

Oprócz szlifowania umiejętności ważne są też ustawienia i modyfikacje samochodu. Hooligan miał zmodyfikowane zawieszenie,

specjalny stalowy zderzak z przodu i chlapanie zabezpieczające nadwozie i podzespoły samochodu przed strzelającym spod opon lodem. Do tego opony z długimi, szwedzkimi kolcami, zgodnymi ze specyfikacją WRC, gdzie na każdą oponę przypada około 400 kolców. Tego typu opony szybko się zużywają w takich warunkach, pomimo niskich temperatur i lodu tworzą dużo tarcia i stosunkowo szybko można je przegrzać. Trzeba dbać o ciśnienie w oponach, w przeciwnym razie wypadają kolce i opony stają się bezużyteczne. Ale opony to nic takiego, można je szybko wymienić. Gorzej, gdy serwisu wymaga silnik, albo jeden z elementów przeniesienia napędu, na co czas był tylko w nocy. Takie warunki to bardzo duże wyzwanie dla podzespołów samochodu. W niskiej temperaturze smary nie mają pełni swoich właściwości, a silniki pracujące w zakresie maksymalnych obrotów na gęstym, zimnym powietrzu były narażone na eksplozję. Można się tylko domyślać, z jakim wysiłkiem dla mechaników wiązały się naprawy i prace wymagające precyzji i koncentracji, podczas gdy trzeba je było wykonywać na zewnątrz przy prawie 20-stopniowym mrozie, mając pod stopami metrową skorupę lodu.

„Idealne warunki i petarda” – tymi słowami Sebastian Luty próbuje podsumować cały wyjazd, choć wiadomo, że żadne, nawet tak jasne określenia, nie oddadzą choć w części tego, co na miejscu przeżyła ekipa Avalon Extreme. Ale co ważniejsze, przyszłoroczna edycja Avalon Extreme Ice Drift jest już w planach.

### Więcej informacji:

<https://avalonextreme.pl/>

<https://www.facebook.com/AvalonExtremeSports/>

Tekst i fot. **Avalon Extreme**

## Znamy termin olimpiady i paraolimpiady w Tokio

30 marca Międzynarodowy Komitet Olimpijski ogłosił oficjalną nową datę Igrzysk Olimpijskich w Tokio. Odbędą się w terminie 23 lipca - 8 sierpnia 2021 roku, zaś Igrzyska Paraolimpijskie zaplanowano od 24 sierpnia do 5 września.

W specjalnym oświadczeniu MKOl podkreślił, że decyzja została podjęta w oparciu o trzy najważniejsze kwestie:

1. Ochronę zdrowia sportowców i innych zaangażowanych osób oraz powstrzymanie pandemii koronawirusa.
  2. Zabezpieczenie interesów zawodników i olimpijskiej rywalizacji.
  3. Kalendarza międzynarodowych imprez.
- Ten ostatni punkt musiał zostać zaakceptowany przez wszystkie światowe federacje poszczególnych dyscyplin, do czego ostatecznie doszło. Wymusza on jednak spore zmiany w kalendarzu, ponieważ w przyszłym roku doszłoby do kilku konfliktów w terminarzu.

pr

## ME w Bydgoszczy przełożono

Paralelkoatletyczne Mistrzostwa Europy, które miały się odbyć w Bydgoszczy w dniach 2-7 czerwca zostały przełożone. W świetle pandemii koronawirusa COVID-19 Komitet Organizacyjny zawodów, Polski Związek Sportu Niepełnosprawnych „Start” i World Para Athletics będzie informował, czy zawody zostaną rozegrane jeszcze w 2020 roku.

Po spotkaniu 25 marca przedstawiciele Polskiego Związku Sportu Niepełnosprawnych START i World Para Athletics na podstawie informacji dostarczonych przez polskie władze i Światową Organizację Zdrowia (WHO) zdecydowali o odroczeniu terminu paralelkoatletycznych Mistrzostw Europy w celu ochrony zdrowia sportowców i wszystkich osób biorących udział w zawodach.

Obie organizacje wyraziły chęć utrzymania Mistrzostw Europy w kalendarzu w 2020 roku, ale będą nadal monitorować sytuację i współpracować z zainteresowanymi stronami w celu ustalenia optymalnej daty alternatywnej.

pr

## Z Kraków Airport do Camino de Santiago. Klub Włóczykija czeka na pielgrzymkę

Marcin Gazda, fot. archiwum Schroniska w Radwanowicach

Fundacja im. Brata Alberta zamierza zrealizować projekt „Z Kraków Airport do Camino de Santiago”. Dzięki niemu podopieczni z niepełnosprawnością intelektualną pójdą Drogą św. Jakuba. Cel mają osiągnąć po sześciu etapach i pokonaniu 111 km. Główną intencją pielgrzymów będzie budowa domu stałego pobytu w Radwanowicach.

Najpierw Radwanowice, gdzie funkcjonuje placówka macierzysta Fundacji im. Brata Alberta. Następnie pobliskie Balice i odlot z Kraków Airport do Porto. Później Valença (Portugalia) i sześć etapów prowadzących na Plac św. Jakuba w Santiago de Compostela (Hiszpania). Tak według zamierzeń ma wyglądać wyprawa w ramach projektu „Z Kraków Airport do Camino de Santiago”. – Od dwóch lat w naszych strukturach działa Klub Włóczykija. On jest bardzo ważny dla podopiecznych, utożsamiają się z nim. Wcześniej wspólnie z opiekunami też wyjeżdżali na wycieczki czy zdobywali różne szczyty. Z czasem pomyśleliśmy o większym wyzwaniu – mówi Arkadiusz Tomasiak, dyrektor Schroniska dla Niepełnosprawnych w Radwanowicach oraz członek zarządu Fundacji im. Brata Alberta. Dodaje, że w przeszłości organizował wyjazdy z niepełnosprawnymi motocyklistami. Najpierw do Gruzji i Armenii, później do Norwegii. Natomiast największym przedsięwzięciem była podróż do Władystoku przez Mongolię i Syberię.

### Radość i cierpienie

Realizacja projektu „Z Kraków Airport do Camino de Santiago” miała odbyć się w kwietniu. Wszystko było dopięte niemal na ostatni guzik, ale plany uległy zmianie ze względu na epidemię koronawirusa. W drugiej połowie marca zapadła decyzja o przełożeniu wyprawy na wrzesień br.

– Nasi podopieczni bardzo entuzjastycznie odebrali pomysł zorganizowania pielgrzymki. Wiedzą, że to nagroda, ale też wyzwanie. Jednak teraz cierpią, źle przyjęli informację o konieczności zmiany terminu – opisuje Arkadiusz Tomasiak. Dotychczasowe propozycje Klubu Włóczykija były przygotowane dla osób bardziej i mniej sprawnych. Grupa mająca problemy z poruszaniem się odwiedziła m.in. Wrocław czy Sandomierz. Zdarzało się, że w trasę wyruszało około 20 podopiecznych z niepeł-

nosprawnością intelektualną. Natomiast Drogą św. Jakuba pójdą Ula, Ola, Krzysiek, Jurek i Józek. O ich wyborze przesądziły kwestie zdrowotne i fizyczne. Ważna też była chęć podróżowania.

– Do przejścia będzie prawie 120 km, dziennie od 15 do 25 km. To nie jest mało, często na tego typu szlakach mają problemy tzw. osoby zdrowe. W związku z tym wybraliśmy podopiecznych, którzy najlepiej radzili sobie podczas dotychczasowych wycieczek – mówi Arkadiusz Tomasiak. Dodaje, że w wyprawie wezmą udział dwie pielęgniarki z radwanowickiego Schroniska. Dla jednej z nich będzie to kolejne spotkanie z Drogą św. Jakuba.



### Dom na horyzoncie

Pielgrzymi zabiorą z sobą różne intencje. Najważniejsza z nich dotyczyć będzie inwestycji w Radwanowicach. Od lat istnieją tam trzy Domy: Norweski im. Matki Elżbiety Czackiej, Śląski im. Kardynała Stefana Sapięhy oraz Przyjaciół. W planach jest czwarta placówka pobytu stałego – Dom Podolski. W październiku 2017 r. kamień węgielny pod ten budynek poświęcił ks. biskup Jan Skordoń.

– Mam nadzieję, że pielgrzymka nam pomoże, bo ciągle mamy kilka niezalatwionych spraw odnośnie budowy czy pozwoleń. Ta

z KRAKÓW AIRPORT DO CAMINO DE SANTIAGO



inwestycja jest wielkim wyzwaniem, a zobaczymy, jak będzie wyglądał świat po pandemii. Wierzymy, że wszystko się uda, ciśnienie jest ogromne. Chciałbym, żeby realizacja projektu zbiegła się z początkiem budowy – podkreśla Arkadiusz Tomasiak, który ma już łopatę do pierwszego wbicia. Otrzymał ją w czerwcu ub.r. podczas uroczystości z okazji Dnia Patrona Świętego Brata Alberta połączonych z obchodami 30-lecia powstania Schroniska w Radwanowicach. Z Fundacją kontaktują się kolejne osoby zainteresowane miejscami w Domu Podolskim.

Zgłoszeń jest ok. 40, a w dwudziestu przypadkach już uzupełniono potrzebne dokumenty. Dziś wiadomo, że w nowej placówce zamieszka 17 podopiecznych. Na więcej nie pozwalają obowiązujące przepisy. W DPS-ie może być maksymalnie 100 osób, a Fundacja ma w trzech domach łącznie 83 miejsca. Plany zakładają też utworzenie czterech miejsc treningowych oraz czterech hostelowych.

– Sporą część stanowią prośby od rodziców mających 70-80 lat. Oni pamiętają początki Schroniska, mieli wtedy 40-50 lat. Bardzo nam ufają i nie wyobrażają sobie, żeby ich dzieci mogły być poza Radwanowicami – mówi Arkadiusz Tomasiak.

Fundusze na budowę Domu Podolskiego przekazała m.in. Adolfinia Głowacka, pochodząca z Podola. Ten czyn przesądził, że znalazła się w gronie laureatów Medalu Świętego Brata Alberta. Wręczenie tych odznaczeń nastąpi w trakcie 20. Festiwalu Twórczości Teatralno-Muzycznej Osób Niepełnosprawnych Intelktualnie Albertiana. Impreza miała odbyć się 23 marca w Teatrze im. Juliusza Słowackiego w Krakowie, ale została przesunięta na jesień.

Na zdjęciu uczystnicy jednej z poprzednich wypraw Klubu Włóczykija.

## On nie widzi, ona nie chodzi. Razem zdobywają góry

Trevor Hahn ma 42 lata i pięć lat temu w wyniku jaskry stracił wzrok, Melanie Knecht ma 29 lat i urodziła się z rozszczepem kręgosłupa, na co dzień korzysta z wózka inwalidzkiego. Mieszkają w Fort Collins w Kolorado. Tandem absolutnie doskonały: on nie widzi, ona nie chodzi - razem spełniają swoje marzenia. Oboje na szlaku wykazują się ogromną kreatywnością.



Połączyła ich wspólna miłość do przyrody i spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu. Uwielbiają wędrowki i wspólnie wspinają się po górach, zdobywając kolejne szczyty. Swoje podróże dokumentują na Instagramie. Opisują tam swoje wędrowki i kolejne zdobyte cele. Oboje dają sobie możliwość osiągnięcia czegoś, co w pojedynkę byłoby po prostu niemożliwe.

Trevor niesie Melanie na plecach w specjalnym nosidełku, a ona precyzyjnie prowadzi go szlakiem. – Oboje mamy cel na szlaku i ponosimy za siebie nawzajem ogromną odpowiedzialność – wyjaśnia. Rozumieją swoje potrzeby podczas wspólnych podróży. Komunikacja między nimi jest najważniejsza, bo jeśli Trevor upadnie, to Melanie razem z nim...

– Chodzimy trochę wolniej i robimy więcej przerw, ale oboje tego potrzebujemy – przekonuje Trevor. – Przez całe życie byłam na wózku inwalidzkim, to niesamowite uczucie, gdy mogę go na wiele kilometrów pozostawić – dodaje Melanie, która chętnie zostawia go u podnóża gór, na początku wspinaczki.

– Uwielbiam być na szczycie góry, ponieważ słyszę otaczającą mnie przestrzeń. Bardzo mnie cieszy to, że mogę pomóc doświadczyć komuś tego, czego sam doświadczałem przez swoje dotychczasowe życie. Wchodząc na szczyt, bez samochodu, odczuwasz poczucie spełnienia – podsumowuje Trevor. – Taka forma aktywności daje wolność – uzupełnia Melanie Knecht.

Nie próbują na siłę nikomu niczego udowodniać. Chcą doświadczyć gór, tego niezwykłego klimatu w najlepszy dla siebie sposób i zachęcić osoby z niepełnosprawnością, by korzystały z różnych form i sposobów aktywności.

*IKa, fot. fanpage Hiking with Sight*

## Czempion

Marcin Gazda, fot. Arkadiusz Gola, Jakub Grygiel

**Uczestnicy projektu „28 marzeń – niepełnosprawni w drodze na szczyt” zamierzają zdobyć Koronę Gór Polski. Za sobą mają dwie z czterech zaplanowanych wypraw. Niedawno byli gośćmi 85. Gali Mistrzów Sportu „Przeglądu Sportowego”. I otrzymali Czempiona w kategorii Sport bez barier – Najlepszy Sportowiec Niepełnosprawny Intelktualnie.**



4 stycznia br. to historyczny dzień dla projektu „28 marzeń – niepełnosprawni w drodze na szczyt”. Wówczas odbyła się 85. Gala Mistrzów Sportu „Przeglądu Sportowego”. Do Warszawy przybyło mnóstwo osób z branży, aby poznać wyniki Plebiscytu na Najlepszego Sportowca Polski 2019 Roku. Zanim emocjonującą batalię o zwycięstwo stoczyli Bartosz Zmarzlik z Robertem Lewandowskim, zostały rozdane Czempiony w dodatkowych kategoriach. Jedną z nich była Sport bez barier – Najlepszy Sportowiec Niepełnosprawny Intelktualnie.

– To bardzo miłe otrzymać tak prestiżową nagrodę w połowie realizacji projektu. Z drugiej strony również bardzo stresujące, bo jednak trzeba doprowadzić przedsięwzięcie do końca, a poprzeczka jest już zawieszona wyżej niż na początku. Ale mając Czempiona łatwiej będzie prowadzić rozmowy, które jeszcze przed nami – mówi Grzegorz Mikula, menedżer projektu.

Na scenie towarzyszyła mu skromna część drużyny „28 marzeń”. Jej trzon stanowi 9 wychowanków i 7 opiekunów z Ośrodka Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczego oraz Niepublicznej Szkoły Przystosowanej do Pracy w Działdowie. Te placówki prowadzone są przez Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną (PSONI) Koło w Działdowie.

– Już samo otrzymanie samego zaproszenia było dla nas olbrzymim zaskoczeniem.

## w połowie drogi po Koronę Gór Polski

Emocje związane z Galą już opadły, wróciła taka codzienność. Jednak kiedy patrzymy na Czempiona w gablocie z pucharami, rozpięta nas duma. To naprawdę olbrzymie wyróżnienie, święto dla nas – opisuje Roman Jankowski, pomysłodawca projektu.

Jak stwierdza Grzegorz Mikula, projektowi z pewnością pomogło zaangażowanie osób związanych ze światem sportu. W gronie ambasadorów są m.in. Justyna Kowalczyk, Tomasz Marczyński, Kinga Baranowska, Magdalena Kozielska oraz Jerzy Płonka. W ten sposób działania wspierają też m.in. Piotr Zelt czy Joanna Jabłczyńska.

### Korona czeka

– Pomysł zrodził się we wrześniu 2018 r. Wcześniej zorganizowałem dwie wycieczki, na Podhalę i do Ziemi Kłodzkiej. Wzięło w nich udział po blisko 50 osób, w tym 30 podopiecznych. Chciałem pójść w wyższe partie gór. Miał to być jednorazowy wyjazd na 5-6 dni, dla wąskiej grupy osób. Dopiero później pojawiła się idea związana z Koroną Gór Polski, czyli 28 szczytami poszczególnych pasm – mówi Roman Jankowski.

Wiedział, że jest to inicjatywa odważna, nieco szalona, a w opinii różnych osób – niemożliwa do zrealizowania. Jednak miał wewnętrzne przekonanie, że młodzież prosta zadaniu. Drzemie w niej bowiem olbrzymi potencjał i trzeba go tylko wyzwolić. Zaproszenie skierował do 15 z 103 młodych osób związanych z działdowskim ośrodkiem. Jednak część nie była zainteresowana wędrowaniem, inni nie otrzymali zgody od lekarza. Ostatecznie zostało 9 najbardziej sprawnych, z czego 2 zostały zastąpione w trakcie realizacji projektu.

Wyselekcjonowana grupa skupiła się na większej aktywności fizycznej. Na tyle, ile można w Działdowie. Podopieczni częściej niż zwykle jeździli na rowerach czy spacerowali. Jak zaznacza Grzegorz Mikula, to nie były specjalistyczne przygotowania górskie. Bardziej niż kwestie techniczne w tych wyprawach liczą się wytrwałość i wytrzymałość. Trzeba dzień do dnia wstać i pójść na kolejny szczyt.

– U nas są osoby z niepełnosprawnością intelektualną, ale niektóre z nich mają też niepełnosprawność ruchową. Zdarzają się kryzysy fizyczne, emocje muszą znaleźć swoje ujście, ale młodzi nas bardzo pozytywnie zaskakują. Wzajemnie się wspierają i tworzymy prawdziwą

drużynę – podkreśla Roman Jankowski.

### Trudny początek

Pierwsza wyprawa odbyła się 26-30 sierpnia ub.r. Najpierw celem były Biskupia Kopa (889 m n.p.m.), Góra Kłodzka (765 m n.p.m.), Orlica (1084 m n.p.m.), Kowadło (989 m n.p.m.) oraz Jagodna (977 m n.p.m.). Następnie Śnieżnik (1425 m n.p.m.), Rudawiec (1112 m n.p.m.), Szczeliniec Wielki (919 m n.p.m.) i Wielka Sowa (1015 m n.p.m.).

Jak stwierdza Roman Jankowski, po zdobyciu pierwszego szczytu mieszała się radość ze złością, która wynikała ze zmęczenia. Wyjście kosztowało podopiecznych sporo wysiłku, ale nie ze względu na samą trudność trasy. Grupa jechała nocą z Działdowa, do punktu wyjścia dotarła o godz. 6. I to niewyspanie też miało wpływ na samopoczucie. Najtrudniejsze były początkowe 2 dni. Każdy następny był lepszy, podopieczni przyzwyczajali się do wysiłku.

– Część osób zapewne myśli sobie, że co to jest zdobyć 9 szczytów w kolejne dni. Ale to oznacza codziennie po kilka godzin na nogach w górach. To nawet dla człowieka w pełni sprawnego może być wyzwaniem. Gdy Roman relacjonował początkowe dni pierwszej wyprawy, miałem obawy, czy to się nie skończy jakąś przerwą. Przygotowaliśmy nawet wariant awaryjny, ale nie był potrzebny – opisuje Grzegorz Mikula.

Podopieczni byli zmęczeni po powrocie do Działdowa. Początkowo nie pytali o dalszą część projektu. Zmieniło się to po 7-10 dniach. Chcieli wiedzieć, dokąd pojadą, jakie szczyty przed nimi. I który z ambasadorów będzie im towarzyszył na szlaku.

### Po śniegu do celu

Druga wyprawa została zorganizowana 6-12 października. Do zdobycia były Waligóra (936 m n.p.m.), Chelmiec (851 m n.p.m.), Skopiec (724 m n.p.m.), Skalnik (945 m n.p.m.), Śnieżka (1602 m n.p.m.), Wysoka Kopa (1126 m n.p.m.) oraz Ślęża (718 m n.p.m.).



Pomysłodawcy projektu mieli mniej obaw niż kilka tygodni wcześniej. Podopieczni już wiedzieli, że trzeba będzie odpoczywać i regenerować siły, a dni mogą być podobne do siebie. Jednak nie zabrakło trudniejszych momentów. O ile pod koniec sierpnia dopisały warunki atmosferyczne, tak na początku października było zdecydowanie gorzej pod tym względem. Padający czasami deszcz, chłód, a nawet śnieg nie ułatwiał zadania.

– Przyjechaliśmy do Karpacza, gdzie mieliśmy bazę noclegową. Kolejnego dnia zamierzaliśmy iść na Śnieżkę. Docierały do nas informacje, że tam jest 15-20 cm śniegu. Ostatnie słowo należało do ratowników z GOPR-u. Zgodzili się, bo pogoda się poprawiła, a ponadto kolejką linową dotarliśmy na Równię pod Śnieżką, dzięki czemu marsz był krótszy o dwie godziny – wspomina Roman Jankowski.

Skorzystanie z tego rozwiązania było wyzwaniem dla części podopiecznych. Głównie ze względu na słabą orientację w terenie i lęk wysokości. Ale przełamali swoje słabości, zyskali cenne doświadczenie. Tego dnia temperatura była już wyższa, część śniegu już stopniała. On leżał jedynie tuż przed wejściem na sam szczyt.

– Na pewno to był długi dzień, ale wielkich kryzysów nie widziałem. Nie trzeba było przekonywać do wyjścia na szczyt. Młodym osobom bardzo spodobało się chodzenie po górach. I dążą do realizacji celu – mówi Grzegorz Mikula.

*dokończenie na str. 44*

# Podróżowanie w czasach zarazy (i nie tylko)

Lilla Latus, fot. archiwum autorki

**Podróżowanie jest moją pasją i ulubioną formą wypoczyniania. To doskonały sposób poznawania świata, ludzi i niezwykle przyjemna forma poszerzenia swoich horyzontów i wiedzy. Uzbieranych wspomnień i wrażeń nikt nam nie zabierze. Niestety, czasem przyjemność wojażowania może zostać zakłócona przez trudne do przewidzenia kłopoty. Trwająca obecnie pandemia koronawirusa SARS-Cov-2 wywołującego chorobę COVID-19 jest tego przykładem. Ale to nie jedyne zagrożenie, jakie może czyhać na spragnionych wrażeń podróżników. Jak reagować? Czy musimy zrezygnować z odkrywania świata tą drogą?**

## Podróżuj z głową

„Przezorny zawsze ubezpieczony”. Przed podróżą warto pamiętać o wyborze odpowiedniego ubezpieczenia. Na rynku jest wiele firm oferujących tego typu usługi. Zakres i kwota zależy od miejsca, do którego się wybieramy, naszego stanu zdrowia i... od tego, na ile wyceniamy naszą przezorność. Zarówno przy zakupie biletów lotniczych, jak i zorganizowanej wycieczki, możemy rozważyć ubezpieczenie od rezygnacji pozwalające nam odzyskać kwotę zapłaconą za bilet lub rezerwację w sytuacji, gdy nie możemy wyjechać. Można również wybrać ubezpieczenie od chorób przewlekłych. Za takie generalnie uznaje się każde schorzenie, które trwa dłużej niż 3 miesiące lub nawraca po pewnym czasie. Nie dotyczy to jednak chorób psychicznych. Popularne portale rezerwacyjne hoteli mają opcję pozwalającą na bezkosztowe anulowanie usługi, oczywiście, pod warunkiem, że zrobimy to z wyprzedzeniem, zgodnie z warunkami podanymi w opisie danego obiektu (czytajmy uważnie wszystkie szczegółowe informacje!).

Na stronie Ministerstwa Spraw Zagranicznych zawsze znajdziemy aktualne informacje dotyczące sytuacji na świecie. Bardzo przydatna jest aplikacja „Polak za granicą”, która w razie potrzeby podpowie, gdzie i jak szukać pomocy, jak zadbać o bezpieczeństwo w różnych zakątkach świata. Są tam również informacje dotyczące obyczajów, kultury i rady dotyczące podróżowania. To bardzo przydatny niezbędnik każdego podróżnika. Natomiast w systemie Odysseusz możemy zgłosić swój pobyt za granicą. Dzięki zarejestrowaniu się w serwisie, w przypadku wystąpienia sytuacji nadzwyczajnych, MSZ będzie mogło nawiązać kontakt, udzielić niezbędnych informacji oraz pomocy poprzez właściwą placówkę dyplomatyczno-konsularną.

## Bagaż, wózek inwalidzki, czyli niepełnosprawni rusza w świat

Od lat powtarzam, że lot to najłatwiejszy etap podróży. Na wszystkich lotniskach na świecie

można liczyć na bardzo sprawną i fachową pomoc asystentów. Wózek inwalidzki jest zabierany na pokład bezpłatnie, ale, jak każdy bagaż, może zostać uszkodzony. Wtedy trzeba niezwłocznie zgłosić szkodę. Linie lotnicze pokrywają koszty wszelkich napraw. Również nasze walizki są narażone na uszkodzenie. Kilka lat temu po powrocie z Turcji na lotnisku w Katowicach odebrałam moją torbę rozerwaną i podartą. Sporządzono protokół, poinformowano o dalszych krokach i w niedługim czasie otrzymałam katalog, z którego mogłam sobie wybrać nową (i bardzo ładną!) walizkę. Wszystko zostało załatwione drogą mailową. A co jeśli nasz bagaż nie pojawia się na taśmie po przylocie? Zwykle po kilku godzinach znajduje się i służby dostarczają go do hotelu lub do domu.



Naprawa wózka w Indiach

Gorzej, gdy dotyczy to wózka inwalidzkiego. Taka niemiła przygoda spotkała mnie, gdy wracałam z Kuby. Na lotnisku w Berlinie okazało się, że mój wózek gdzieś po drodze zaginął. Całą sytuacja była dla mnie bardzo kłopotliwa i stresująca; byłam w obcym kraju, ponad 500 km od domu i bez niezbędnego do życia sprzętu. Sporządzono protokół, wyrażono ubolewanie i pożyczono wózek lotniskowy. Mój własny wózek kurier dostarczył mi do domu dwa dni później. W ramach rekompensaty przyznano mi zniżkę na następny lot w wysokości 50 euro. Na tyle wyceniono mój stres i kłopot. Ze zniżki nigdy nie skorzystałam.



Autorka na lotnisku w Pekinie w czasie epidemii AH1N1

Sprzęty i urzędnicy mają to do siebie, że się psują i może to się zdarzyć wszędzie. W czasie podróży po Indiach najpierw złapałam gumę, a następnego dnia złamała się śruba mocująca boczki wózka. Na szczęście w kraju rikszy i rowerów dętkę można było szybko załatać, a śrubę dorobić w niewielkim, ulicznym warszcie. Od tego czasu zawsze zabieram zestaw podstawowych narzędzi i dętkę. A podróż do Indii wspominałam jako jedną z najpiękniejszych w moim życiu. Przyznam się też, że na kilka dni przed wylotem do New Delhi poważnie się rozchorowałam i do Indii jechałam z wysoką gorączką i sporą dawką leków. W czasie zwiedzania stopniowo wracałam do zdrowia. Wszystko dobrze, co się dobrze kończy.

## Terroryzm, kataklizmy, wojny

Włoski poeta Cesare Pavese napisał: „Podróżowanie jest brutalne. Zmusza cię do ufania obcym i porzucenia wszelkiego, co znane i komfortowe. Jesteś cały czas wybity z równowagi. Nic nie należy do ciebie poza najważniejszym – powietrzem, snem, marzeniami, morzem i niebem”. Często naszą ciekawość budzą miejsca, które przyciągają swoją niezwykłą historią i urzekającym pięknem, ale przebywanie tam bywa z różnych względów niebezpieczne.

Bywałam również w tych dotkniętych zagrożeniem terrorystycznym. Zwiedzanie ma to do siebie, że odwraca uwagę od lęku, a podziw dla wielkości artystów sprawia, że się zapomina o małości ludzkiej natury. Kilkakrotnie odwiedziłam Egipt. Imponująca historia, przepiękne krajobrazy, wspaniały klimat przyciągają turystów z całego świata, choć to kraj,



Autorka we Florencji

Witacie w mieście pokoju, czyli billboard w Sharm-el-Sheik, Egipt



w którym miały miejsce ataki terrorystyczne i różne niepokojące społeczne. Do szczególnego aktu okrucieństwa doszło w 2015 roku, kiedy to bojownicy z tzw. Państwa Islamskiego zamordowali 21 egipskich Koptów porwanych w Libii, a nagranie z egzekucji umieścili w Internecie. Kilka miesięcy później byłam w Sharm-el-Sheik. W mieście było mnóstwo billboardów z wizerunkiem prezydenta Egiptu i napisem



Taraszy ryżowe na Bali

w kilku językach „Witajcie w mieście pokoju”. Dokładano wielu starań, by chronić turystów, ale i stworzyć atmosferę bezpieczeństwa i spokoju.

Turystyka dla wielu krajów to często główna dziedzina gospodarki i wszelkie zawirowania odbierają źródło dochodu pracownikom tego sektora. Odwiedziłam jeszcze kilka innych krajów, w których miały miejsce zamachy terrorystyczne – Bali, Turcję, Kenię, Tunezję, Maroko, Izrael. W każdym z nich czułam się bezpiecznie i zarówno pracownicy



W Marrakeszu, Maroko



Przy Ścianie Płaczu w Jerozolimie



Podróż to również spotkania (Dubaj)

nej, jak i zwykli ludzie okazują wyjątkową serdeczność i zainteresowanie na każdym kroku. Jakby chcieli zrekomensować ewentualny dyskomfort i zatrzeć negatywne skojarzenia. Skutecznie.

Czasem jednak sama natura płata figle i krzyżuje plany. Mój powrót z Meksyku był dłuższy, niż było to zaplanowane. Już na lotnisku okazało się, że z powodu niesprzyjających warunków pogodowych tego dnia odwołano wszystkie loty do Paryża, skąd dopiero mieliśmy wracać do Warszawy. W takiej sytuacji najczęściej linie lotnicze zapewniają nocleg w hotelu. Nie zapewniono mi przystosowanego pokoju, ale warunki pozwoliły mi bez większych problemów przeetrwać do następnego dnia. Natomiast po dotarciu do Paryża dowiedzieliśmy się, że lot do Polski jest opóźniony

z branży turystycznej

z powodu strajku pracowników linii lotniczych i obsługi lotniska.

Nieprzewidywalność jest wpisana w podróżowanie. Umiejętność (i gotowość!) akceptowania takich „niespodzianek” to lekcja cierpliwości i pokory, która przydaje się na co dzień nie tylko miłośnikom dalekich podróży.

## Nie tylko Włochy

Z bólem serca, niepokojem i współczuciem obserwujemy zasięg i skutki pandemii we Włoszech. Byłam w tym kraju kilka tygodni przed jej wybuchem. Nic nie zapowiadało tragedii. Ulice były pełne turystów, międzynarodowy zgłęb, tak charakterystyczny dla włoskich ulic, zdawał się być czymś już na zawsze wpisanym w urok kraju, w którym sezon turystyczny trwa cały rok.

Pamiętam swoją pierwszą podróż do Włoch, ten zachwyt, który mi towarzyszył w czasie zwiedzania Rzymu, smak cappuccino na placu św. Marka w Wenecji, niedowierzenie, że na własne oczy oglądam Koloseum, wtapiam się w zauroczony tłum turystów podążający śladami świętego Franciszka w Asyżu...I to najniezwyklejsze – spotkanie z Janem Pawłem II, któremu dałam

moją pierwszą książkę i – podobnie jak wielu innych pielgrzymów – miałam wrażenie, że mnie Ojciec Święty poświęcił szczególną uwagą.

Potem odwiedziłam jeszcze Włochy dwukrotnie. Urzekła mnie Toskania. Choć liczy niecałe 23 tysiące kilometrów kwadratowych powierzchni, jest regionem ogromnie zróżnicowanym. Na wschodzie obejmująca stoki Północnych Apeninów,



Autorka z Janem Pawłem II w Watykanie

W Mombasie, Kenia

## Podróżowanie w czasach zarazy (i nie tylko)

W Efezie, Turcja

w zachodniej części dociera nad Morze Tyrreńskie. To region usiany zabytkami, a skarby Florencji, Sieny, Arezzo, Cortony, Perugii zasługują na nieśpieszną uwagę. Spokój, harmonia, życie w zgodzie z prawami natury dyktują tutaj tempo i rytm.

Włochy przyciągają, uzależniają na zawsze. I to nie zabytkami, architekturą. To przede wszystkim ludzie – cudowni, otwarci, kontaktowi, życzliwi. Mam nadzieję, że jeszcze wrócę do tego niezwykłego kraju, o którym George Byron pisał: „Italia! O, Italia! Ty, która posiadasz śmiertelny dar piękna!” i mam nadzieję, że słowo „śmiertelny” pozostanie tylko poetycką metaforą.

Epidemie i choroby nękają nasz świat od wieków. Dopadają nas z różną siłą rażenia, mobilizują naukowców, dezorganizują życie pojedynczych ludzi i społeczeństw.

W czasie pojawienia się zagrożenia w związku z rozprzestrzenieniem się wirusa A/H1N1 byłem w Chinach. Na lotnisku zwracały uwagę punkty kontroli temperatury, ludzie noszący maski i wszechobecna obawa przed kwarantanną. Na szczęście nic nie zakłóciło mi zwiedzania Państwa Środka. Byłam zaskoczona ładem i czystością, hotelami dobrze przystosowanymi dla niepełnosprawnych. Nawet na Wielki Mur (odcinek w okolicy Pekinu) wjeżdżałam całkiem wygodnym podjazdem.

W Chinach byłam krótko po igrzyskach olimpijskich w 2008 roku. Hasło „Więcej, Lepiej, Bardziej” najwyraźniej ciągle przyświecało Chińczykom, którzy chętnie opowiadali o rozwoju swojego kraju. Unikali jednak niewygodnych tematów, np. dotyczących demokracji. Plac Niebiańskiego Spokoju (Tiananmen) jest największym placem na świecie i wbrew swej nazwie był świadkiem bardzo dramatycznych wydarzeń. Tu w 1989 roku miała miejsce krwawa masakra studentów. Na placu Tiananmen przewodnicząca milczała jak grób.

Podróżowanie samo w sobie zawiera element ryzyka. Zawsze jest niespodzianką, serwuje nam sporą dawkę emocji, konfrontuje z wyobrażeniami, rozprawia się ze stereotypami.

I dlatego warto ruszać przed siebie i wierzyć, że w życiu, które samo w sobie jest podróżą, liczą się nie tylko przeżyte lata, ale również przebyte kilometry.

Lilla Latus, fot. archiwum autorki

## „Snuj się piosenko!”

W drugiej połowie marca Zarząd Fundacji „Wygrajmy Razem” z Dąbrowy Górniczej otrzymał od kuriera przesyłkę z nową płytą fundacyjnego zespołu MEZALIANS ART pod tytułem „Snuj się piosenko!”.

Prace nad najnowszym krążkiem wokalistów współpracujących z Fundacją „Wygrajmy Razem” trwały ponad rok, ale wreszcie udało się! Powstała płyta pod tytułem „Snuj się piosenko!” zawierająca 12 zupełnie nowych utworów skierowanych głównie do dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym.

Do współpracy przy realizacji albumu dąbrowska organizacja Łukasza Barucha i Karoliny Żelichowskiej zaprosiła Młodzieżowy Ośrodek Pracy Twórczej z Dąbrowy Górniczej. W nagraniach piosenek uczestniczyły dzieciaki z MOPT pod kierownictwem instruktora – Dariusza Szewdy, jak również grupa wokalna MEZALIANS ART w składzie: Łukasz Baruch, Monika Czerczak, Grzegorz Dowgiałło, Katarzyna Nowak, Iwona Zięba, Karolina Żelichowska.

Praca nad krążkiem realizowana była jednocześnie w dwóch studiach muzycznych: w Dąbrowie Górniczej i Wrocławiu. W stolicy Dolnego Śląska mieszka bowiem i pracuje Krzysztof Żesławki - autor muzyki do piosenek i większości tekstów na płycie. On zaaranżował także instrumentalnie utwory i dokonał masteringu.

## Nowe umiejętności, nowe kontakty.



„Atrakcyjna, pewna siebie” – to tytuł warsztatów dla kobiet z niepełnosprawnościami, które zostały zorganizowane w sobotę, 7 marca, przez Caritas Polska i Niezależne Konsultantki Kosmetyczne Mary Kay. Doświadczony wizażystki i doradcy kosmetyczni pokazali, jak przygotować profesjonalny makijaż oraz dobrać preparaty i kosmetyki.

## od „Wygrajmy Razem”



Artyści Fundacji Wygrajmy Razem z dziećmi z MOPT

Album „Snuj się piosenko!” to znakomita propozycja dla najmłodszych. Wszystkie piosenki są melodyjne, mają łatwe do zapamiętania teksty i wpadają w ucho. Ich tematyka jest niezwykle różnorodna. Możemy znaleźć piosenki na każdą porę roku, jak również utwory tematyczne o zwierzętach, czy przepiękną kompozycję dla mamy.

Kolorową i atrakcyjną dla dzieci szatę graficzną zaprojektowała Justyna Margielewska, pracownik Fundacji „Wygrajmy Razem”.

Projekt zrealizowania płyty był możliwy dzięki finansowemu wsparciu Gminy Dąbrowa Górnicza. Krążek pod tytułem „Snuj się piosenko!” nie będzie przeznaczony do sprzedaży, ale stanowi znakomity gadżet promujący umiejętności artystyczne ludzi z niepełnosprawnościami i dąbrowskiej młodzieży. Album będzie także pomocą dydaktyczną w realizowanym przez Fundację „Wygrajmy Razem” programie edukacyjnym „Miej Obraz Osoby Niewidomej”. Piosenki z płyty będą śpiewane przez artystów Fundacji wspólnie z dąbrowskimi przedszkolakami i uczniami podczas zajęć muzycznych w ramach wyżej wymienionego projektu.

Wszystkie 12 piosenek z płyty „Snuj się piosenko!” można również posłuchać na oficjalnym kanale You Tube Fundacji „Wygrajmy Razem”:

pr

## Kurs wizażu dla kobiet z niepełnosprawnością

Warsztaty w Centrum Okopowa rozpoczął wykład „Uwierz w siebie – krótka historia przemiany”. Kolejne prelekcje poświęcono właściwej pielęgnacji twarzy oraz doborowi preparatów i kosmetyków. Konsultantki pokazały, jak przygotować skórę pod makijaż dzienny, wieczorowy i okazjonalny.

– Wrażenia z udziału w tych warsztatach są bardzo pozytywne. Wysłałam zgłoszenie, ponieważ chciałam pogłębić swoją wiedzę teoretyczną i praktyczną z wizażu. Takie kursy pozwalają, pod okiem doświadczonych specjalistek z branży kosmetycznej, nauczyć się podstaw robienia makijażu, ale również nawiązywać nowe kontakty. Cieszę, że Caritas Polska realizuje taki projekt i mogłam w nim uczestniczyć – tłumaczy Julia Torla. Po części szkoleniowej odbył się panel dyskusyjny. Uczestniczki warsztatów mogły skorzystać z bezpłatnych konsultacji i porad indywidualnych.

– Bardzo się cieszę, że mogłam uczestniczyć w tym projekcie i nauczyć się czegoś nowego. Poznałam wiele ciekawych technik robienia makijażu a także wcześniej nieznaną mi preparaty, rekomendowane do pielęgnacji skóry takiej jak moja. Tego rodzaju warsztaty są bardzo potrzebne i mam nadzieję, że zostaną zorganizowane jeszcze niejednym razem – powiedziała Agnieszka Rypina. Udział w wydarzeniu był bezpłatny. W warsztatach uczestniczyły osoby z różnymi stopniami niepełnosprawności. „Atrakcyjna, pewna siebie” to projekt Caritas Polska realizowany z myślą o potrzebach niepełnosprawnych kobiet. Jego celem jest zwiększenie poczucia własnej wartości u osób z niepełnosprawnościami oraz motywowanie ich do kształtowania własnego wizerunku z wykorzystaniem współczesnej wiedzy dotyczącej kosmetyki.

Info i fot. Caritas Polska



## Co wiemy o sporcie adaptowanym?

**Maratony, koszykówka, szermierka, zjazdy na nartach... W tej chwili niemal każdą dyscyplinę sportową można zaadaptować na potrzeby zawodników z niepełnosprawnością. Można, a nawet należy, bo sport to nie tylko doskonały sposób na rozwój sprawności fizycznej i wsparcie rehabilitacji, ale także możliwość integracji i włączenia się w nurt życia społecznego.**



Aktywnie po amputacji



właśnie – dysfunkcję organizmu. Nie wiąże się to wyłącznie z potrzebą rozwoju psychofizycznej jednostki, ale również z kulturowym aspektem sportu dla społeczeństwa. Przecież osoby, które czynnie nie uprawiają sportu, pełniąc rolę obserwatora, również sportu doświadczają. Wystarczy wziąć pod uwagę kibiców, którzy identyfikują się z sukcesami i porażkami ulubionego klubu czy zawodnika. To najlepszy przykład oddziaływania kultury fizycznej na biernych obserwatorów. Obecność zawodników z niepełnosprawnościami w różnych dyscyplinach przekłada się dziś na włączenie osób niepełnosprawnych do życia społecznego.

### Adaptacja zamiast wykluczenia

Pojęciem, które łączy różne działania podejmowane na rzecz osób z niepełnosprawnościami w zakresie dostosowania sportu do ich indywidualnych, specjalistycznych potrzeb jest adaptowana aktywność fizyczna (AAF).



Obejmuje ona cały proces wdrażania rozwiązań (od prac badawczych, poprzez projektowanie, kończąc na dostarczaniu gotowych rozwiązań w postaci produktów, usług lub informacji), umożliwiających uprawianie określonych dyscyplin sportowych przez osoby z niepełnosprawnościami.

Daną dyscyplinę sportu należy więc dopasować do możliwości osób z niepełnosprawnościami, biorąc pod uwagę różne ograniczenia. Przykład? Fundacja Poland Business Run od 2018 r. organizuje w Szczyrku obóz snowboardowy Adaptive Snow Camp dla osób po amputacji i z innymi dysfunkcjami narządów ruchu. Uczestnicy wyjazdu udowadniają, że schorzenie narządu ruchu nie wyklucza uprawiania sportu, w tym przypadku jazdy na snowboardzie. Potrzebny był jednak odpowiedni system szkolenia, uwzględniający aspekty sportu adaptowanego. Nauka jazdy na snowboardzie wymagała indywidualnego podejścia, ponieważ pojawiły się dodatkowe zmienne, takie jak rodzaj i stopień niepełnosprawności, rodzaj zaopatrzenia protetycznego, rozróżnienie wad wrodzonych, nabytych itp. Te aspekty wpłynęły m.in. na decyzję, czy zawodnik będzie jeździł z prawą, czy z lewą nogą z przodu. Do potrzeb uczestników dostosowana została także kadra obozu – poza instruktorami snowboardingu, na miejscu znajdował się także protetyk, który pomógł w dostosowaniu protez kończyn do potrzeb zjazdów ze stoku oraz rehabilitant, który zadbał o stabilizację centralną

o stabilizację centralną

**D**r Ludwig Guttman, ojciec sportu osób niepełnosprawnych, stwierdził: „Jeśli w swojej medycznej karierze zrobiłem jedną dobrą rzecz, to było to wprowadzenie sportu do rehabilitacji osób niepełnosprawnych”. Z jego inicjatywy w 1948 roku zorganizowano po raz pierwszy Stoke Mandeville Games, które przekształciły się później w Igrzyska Paraolimpijskie. Przez ponad pół wieku sport odgrywał ważną rolę w zmianie sposobu postrzegania niepełnosprawności. Dzisiaj – dzięki upowszechnieniu rekreacyjnych form aktywności fizycznej – sport adaptacyjny staje się jeszcze bardziej zauważalny i przede wszystkim dostępny.

### Sport dla wszystkich

Sport jest konceptem o charakterze demokratycznym, unifikującym i wychowawczym. To znaczy, że nie możemy ograniczać dostępu do niego ze względu na płeć, rasę, czy – no



oraz odpowiednie rozciąganie mięśni po wysiłku fizycznym.

### Nie tylko sprawność fizyczna

Wydarzenia takie jak Adaptive Snow Camp nie tylko wpływają na rozwój sprawności fizycznej i związane z tym benefity, ale są też źródłem pozytywnych doświadczeń. Warto podkreślić, że narzucanie reżimu treningowego kształtuje również osobowość jednostki. Systematyczność, samodyscyplina, szacunek wobec innych zawodników, dostosowanie się do zasad danej dyscypliny i reguł fair play, dążenie do mistrzostwa – to wszystko wpływa na zmiany nabytych przez jednostkę wartości i wzorów zachowań, które Pierre Bourdieu określa mianem habitusu. Tym samym rozwijamy w zawodnikach kompetencje społeczne, przydatne w innych obszarach życia i ułatwiamy im codzienne funkcjonowanie.

### Relacje

Ostatnim aspektem realizowanym na polu aktywności sportowej jest budowanie relacji międzyludzkich. Szczególnie jeżeli aktywność podejmowana jest ze względu na personalne upodobania i perspektywy rozwoju. Sport powszechny stanowi przestrzeń do zaspokajania potrzeb człowieka na zabawę oraz do spajania grup i społeczności w ramach zbiorowych zachowań. Francuski myśliciel XVI wieku, Michel de Montaigne pisał, że sport stanowi kontynuację dziecięcych zabaw, a więc jest sposobem przeżywania

radości życia. Jest także naturalną formą adaptacji do życia społecznego. Dodatkowo stanowi platformę spotkania i poznania ludzi z różnych kultur i środowisk oraz wzmacniania zrozumienia i przyjaźni między nimi. W kontekście osób z niepełnosprawnościami ważne jest więc, aby ułatwić dostęp do sportu zarówno powszechnego, jak i wyczynowego, wdrażać koncepcje sportu adaptowanego i tworzyć przestrzeń wspólnych doświadczeń. Cieszy fakt, że pojawia się coraz więcej tego typu inicjatyw. Znany piłkarz Robert Lewandowski został ambasadorem naszej reprezentacji w amp futbolu (piłki nożnej dla zawodników po jednostronnej amputacji lub z dysfunkcją kończyny dolnej), podczas Igrzysk Paraolimpijskich w Tokio 2020 zobaczymy emisję aż 21 różnych zawodów wraz z ceremoniami otwarcia i zamknięcia, a w Krakowie kolejne sekcje parasportowe otwierane są w Centrum Sportu Niepełnosprawnych przy Karcher Hali Cracovii.

Pozostaje wyrazić nadzieję, że inicjatyw na rzecz sportu adaptowanego będzie jeszcze więcej, co przyspieszy proces włączenia osób z dysfunkcjami do życia społecznego, a także wpłynie na zrozumienie i akceptację tej grupy ze strony społeczeństwa.

**Kamil Bąbel**, socjolog, project manager w Fundacji Poland Business Run, organizator obozu snowboardowego dla osób z niepełnosprawnościami Adaptive Snow Camp  
 fot. Poland Business Run



## Ampfutboliści nie przerywają przygotowań do EURO 2020 w Krakowie

**Choć musieli zrezygnować ze wspólnych treningów i meczów, nie rezygnują z przygotowań. Reprezentanci Polski w amp futbolu mają dokładnie rozpisane plany indywidualnych ćwiczeń... i wielką motywację, bo wiele wskazuje na to, że szykowany na wrzesień krakowski turniej odbędzie się zgodnie z planem.**



**15** tysięcy widzów na jednym stadionie – to w tej chwili widok nie do pomyślenia. Ale 20 września? To cały czas realne marzenie naszych reprezentantów i organizatorów imprezy. Oprócz opanowania epidemii, warunkiem musiałby być udział biało-czerwonych w finale na stadionie Cracovii. Do tego z kolei niezbędna jest 100 proc. forma naszych zawodników.

### Cel się nie zmienia

– Epidemia nie tylko nam skomplikowała życie, ale ja staram się koncentrować myśli na naszym celu, którym cały czas są wrześniowe mistrzostwa Europy w Krakowie. Wierzę, że odbędą się one w tych datach i w tym miejscu, które sobie zaplanowaliśmy – mówi trener reprezentacji Marek Drągosz. Lista odwołanych, lub odroczonej wydarzeń także w amp futbolu jest długa. Zawieszona są zgrupowania reprezentacji oraz juniorów uczestniczących w programie Junior Amp Futbol, którzy szykują się do sierpniowego międzynarodowego Junior Campu w Ilrnadii. Nie odbędzie się kwietniowy, silnie obsadzo-

## Ampfutboliści nie przerywają przygotowań do EURO 2020 w Krakowie

ny turniej towarzyski we Francji, którym nasi kadrowcy mieli rozpocząć sezon meczowy w stacjach z Anglią, Holandią i gospodarzami.

Nie wiadomo kiedy wystartuje liga – Amp Futbol Ekstraklasa, która pierwotnie miała ruszyć już w marcu meczem amfutbolowych sekcji Legii Warszawa i Widzewa Łódź.

Odwołany został też turniej amfutbolowej Ligi Mistrzów, który miał odbyć się w maju w Bielsku-Białej, a o organizację którego mistrzowie Polski Kuloodporni Bielsko-Biała długo walczyli z „ampfutbolowym Realem Madryt”, czyli tureckim klubem Sahinbay.

Zagrożony jest też czerwcowy – jeden z najsilniej obsadzonych i najbardziej prestiżowych turniejów towarzyskich na świecie – Amp Futbol Cup, który co roku organizowany jest w Warszawie oraz dwumecz w Krakowie, który miał być dla kadry oraz kibiców ostatnim przetarciem przed Mistrzostwami Europy.

Zawieszono zostały również treningi wszystkich klubów w Polsce. Nie oznacza to jednak, że reprezentanci siedzą beczynnym w domach. Praca nad tym, żeby tak nie było, rozpoczęła się już podczas ostatniego zgrupowania kadry, które odbyło się na początku marca – tuż przed wybuchem epidemii w Polsce. – Uruchomiliśmy narzędzia, których wcześniej nie używaliśmy, kontaktujemy się zdalnie. Zawodnicy wykonują pracę w domach, którą my monitorujemy – mówi trener Dragosz.

### Prace domowe

Akurat do treningów indywidualnych, chociaż w innej formule, zawodnicy amfutbolowej kadry są przyzwyczajeni. W normalnych czasach zgrupowania kadry organizowane są raz w miesiącu, a o formę biało-czerwoni muszą dbać w klubach, ale też we własnych domach. – Takie treningi mieliśmy rozpisywane już wcześniej przez naszych kadrowych trenerów, tak by podtrzymać formę między zgrupowaniami i meczami reprezentacji – mówi obrońca Adrian Stanecki.

Każdy z zawodników otrzymał teraz indywidualny, dostosowany do sytuacji plan ćwiczeń. – To głównie ćwiczenie siłowe i stabilizacyjne. Można je nazwać akcją podtrzymanie formy. Do tego dochodzi bieganie o kulach, ale tylko dla tych, którzy mają do tego bezpieczne warunki. – tłumaczy kapitan reprezentacji Przemysław Świercz. – Mamy również zdalne treningi mentalne. To głównie praca nad koncentracją. Jesteśmy dobrani w pary, jeden z nas jest zawodnikiem, a drugi trenerem, kontaktujemy się przez skype'a, whatsapp'a – tłumaczy Świercz.

Najważniejszym pytaniem jest, czy plany są realizowane. Trener Dragosz wierzy w swoich zawodników. – Mam na tyle dojrzały i odpowiedzialny zespół, że nawet taką drogą będziemy się w stanie do tych mistrzostw przygotować – podsumowuje trener reprezentacji.

### #Jedną nogą w domu

Pilkarze reprezentacji Polski Amp Futbol włączają się też w akcje propagujące odpowiedzialne zachowania, namawiając kibiców do pozostania w domach podczas epidemii. Hasztag przyświecający tej akcji #zostańw domu uzupełniają charakterystycznym dla siebie hasłem #JednąNogąWDomu, czym nawiązują do znanego z amfutbolowych szalików „JEDNĄ NOGĄ W FINALE” i używanego w trakcie przygotowań do EURO „JEDNĄ NOGĄ W KRAKOWIE!”.

– Ten wyjątkowy i trudny czas pokazuje, że piłka nożna, nawet w tak fantastycznym wydaniu, jak amfutbol, nie jest w życiu najważniejsza. Nadal jest ona jednak świetnym nośnikiem do przeprowadzania zmian społecznych, łączenia i promowania dobrych postaw. Dlatego robimy co możemy, żeby teraz promować odpowiedzialność i solidarność oraz, jeżeli tylko okoliczności na to pozwolą, zorganizować Mistrzostwa Europy w Krakowie w planowanym terminie – podsumowuje prezes Amp Futbol Polska Mateusz Widlak. – Cały czas obserwujemy sytuację i mocno liczymy, że będzie ona na tyle stabilna, że będziemy mogli wrócić do normalności. Po tym ciężkim okresie chcemy dać trochę radości naszym kibicom i tak jak na początku okazję do gry naszym zawodnikom. Dlatego, na



razie z domów, ale dzień w dzień pracujemy nad organizacją EURO w Krakowie i liczymy, że 13 września spotkamy się na meczu otwarcia przy pełnych trybunach. Mistrzostwa Europy w Krakowie są zaplanowane w dniach 13–20 września. Weźmie w nich udział 16 reprezentacji. Mecz otwarcia, półfinały i finał zostaną rozegrane na stadionie Cracovii.

Organizatorzy Amp Futbol EURO Kraków 2020: Amp Futbol Polska i EAFF, Miasto Gospodarz: Kraków, Ambasador turnieju: Robert Lewandowski, Sponsor Główny: Grupa ENERGA, Sponsor: forBET, Partnerzy: UEFA RESPECT, PZPN, OSHEE, Projekt dofinansowany ze środków: PFRON i Ministerstwa Sportu, Honorowy Patronat Prezesa Rady Ministrów Mateusza Morawieckiego.

pr, fot. Paula Duda



## Rusza Sikorski Team. Trenuj z medalistą paraolimpijskim

Marcin Gazda, fot. archiwum

**W 2018 r. Igor Sikorski zdobył brązowy medal podczas Zimowych Igrzysk Paraolimpijskich w Pjongczangu. Obecnie poszukuje chętnych do wspólnych treningów w ramach projektu Sikorski Team.**

Propozycja skierowana jest do osób z niepełnosprawnościami, które chcą spróbować swoich sił na wakeboardzie lub zawodowo jeździć na nartach. Przewidziane są zajęcia grupowe oraz indywidualne. Plan zakłada spotkania w Krakowie, Sosnowcu, na Podhalu i ewentualnie w miejscach wskazanych przez uczestników. Zgłoszenia już są przyjmowane.

**NS: Skąd pomysł na projekt Sikorski Team?**

Igor Sikorski: Pomysł pojawił się tak naturalnie. Przygotowując się do różnych zawodów zawsze dostrzegałem to, czego mi brakuje, żeby stać się najlepszym. Nie wystarczy sama jazda na nartach, tylko musi być jeszcze przygotowanie fizyczne, motoryczne poza sezonem. Korzystałem również z pracy z psychologiem sportowym, z coachem. Z doświadczenia wiem, że takie kompleksowe podejście może bardziej przybliżyć człowieka do sukcesu. Ponadto takiego projektu w Polsce jeszcze nie było, więc postanowiłem go stworzyć. Chciałbym зараzić ludzi sportem, zainspirować, żeby uwierzyli w swoje możliwości.

**NS: Co w praktyce zyskają uczestnicy projektu?**

IS: Wsparcie moje i osób, z którymi pracuję. Chętnie podzielę się swoim doświadczeniem i wiedzą. W pewien sposób mogę też ułatwić drogę do tego, żeby stać się zawodnikiem. Oczywiście, w ramach możliwości, jakie teraz mam. One nie są jeszcze ogromne, ponieważ projekt nie jest realizowany w ramach stowarzyszenia czy fundacji. W przyszłości na pewno chciałbym to zmienić, jeszcze mocniej się w to zaangażować, tylko musi być zainteresowanie. Na razie odbywa się to na zasadach przyjacielskich. Po prostu team.

**NS: Kto wchodzi w jego skład?**

IS: Trener personalny od przygotowania motorycznego Marek Mroczek, który miał już przyjemność współpracować z paroma niepełnosprawnymi sportowcami wysokiego szczebla. Jest też Michał Klusak, były



Igor Sikorski z trenerem Michałem Kluską

najlepszy narciarz alpejski polski, olimpijczyk z Pjongczangu, a obecnie trener narciarstwa alpejskiego. Z kolei Marzanna Herzig jest psychologiem sportowym z ogromnym doświadczeniem i wieloma sukcesami na swoim koncie. W teamie działa również Maciej Pasowicz, który specjalizuje się w coachingu osób z niepełnosprawnościami ruchowymi, aktualnie doktorant UJ.



**NS: Kto może skorzystać z oferty?**

IS: Wszyscy, którzy chcą spróbować swoich sił na wakeboardzie lub myślą o zawodowej jeździe na nartach. Jednak najbardziej interesują mnie osoby do 25. roku życia, po urazie rdzenia lub amputacjach. Z doświadczenia wiem, że jeśli myśli się o karierze zawodniczej, to trzeba ją zacząć jak najwcześniej. Jeśli chodzi o narty, to nie będę uczył jazdy od podstaw, pierwszych kroków. Tym zajmują się różne organizacje. Ja już chciałbym wejść na wyższy szczebel i zająć się zawodniczym podejściem do tego tematu. Czekam na ludzi, którzy zamierzają spróbować jazdy sportowej.

**NS: Jak będą wyglądać treningi?**

IS: Zapewniam specjalistyczny sprzęt. To dwie ramy, które są regulowane i można je dopasować indywidualnie do osoby. Zajęcia wakeboardowe zamierzam organizować w takich miejscach jak Przylasek Rusiecki w Krakowie oraz Stawiki w Sosnowcu. Jeśli pojawiają się chętni z innych regionów, to możliwe są też inne lokalizacje. Planuję spotkania grupowe i indywidualne, szczegóły będziemy ustalać. Co do treningów narciarskich, to myślę o Podhalu. Jednak do zimy jest jeszcze trochę czasu. Teraz przede wszystkim czekam na feedback.

**NS: Jakie są pierwsze reakcje potencjalnych uczestników?**

IS: Kilka osób już napisało do mnie. W tym gronie są chętni z różnych części Polski, również mający więcej niż 25 lat. Ale ogólnie feedback jest taki pozytywny, ludziom się podoba ten pomysł.

Jednak na razie trzeba przeczekać czas epidemii. Jeśli tylko będzie pozwolenie na wyjście z domów, to zaczniemy działać. Obecnie tworzę bazę zainteresowanych osób, do których się odezwę po zakończeniu kwarantanny.

**NS: Jak zatem można zachęcić niezdecydowanych?**

IS: Szkoda życia na siedzenie w domu, choć dzisiaj to hasło nie jest najlepsze. Szkoda więc życia na zamartwianie się rzeczywistością. Jeśli ktoś nie może zwyciężyć z sobą, to niech zwycięży ze mną, ja go tego nauczę. Zapraszam do kontaktu, proszę pisać na adres: sikorskiteam@gmail.com.

# Czempion w połowie drogi po Koronę Gór Polski



dokończenie ze str. 35

## Kolejne wyzwania

Do zdobycia pozostało 12 szczytów podczas dwóch wypraw. Pierwsza z nich odbędzie się 15-24 kwietnia, a druga – 12-19 września br. Na wiosnę zaplanowane są wejścia na m.in. Radziejową (1262 m n.p.m.), Turbacz (1310 m n.p.m.) i Tarnicę (1346 m n.p.m.). Natomiast pod koniec lata celem będą Skrzyczne (1257 m n.p.m.), Czupel (933 m n.p.m.), Babia Góra (1725 m n.p.m.) oraz Rysy (2499 m n.p.m.).

– To już są naprawdę wymagające szczyty. Ale przyświeca nam hasło „Damy radę”. To słowa często wypowiedziane przez Dorotkę [jedna z uczestniczek – przyp. red.], która dzięki samozaparciu pokonuje swoje słabości. Jej postawa pozytywnie wpływa na wszystkich. Teraz wędrować z nami będzie też Czempion – opisuje Roman Jankowski.

Plan zakłada, że łącznie projekt będzie wspierać 28 ambasadorów. Prawdopodobnie ich lista zostanie skompletowana przed rozpoczęciem pierwszej tegorocznej wyprawy. Będą to osoby z różnych środowisk, niekoniecznie z pierwszych stron gazet. Bo chodzenie po górach jest pasją nie tylko sportowców.

– Zdobycie Korony Gór Polski to jedno. Ale chcemy, żeby projekt przelożył się także na otwartość do ludzi z niepełnosprawnościami, aby nie byli wytykani palcami. Na szczęście, również w Działdowie, społeczeństwo dojrzało do obecności niepełnosprawnych pośród siebie. Bo niepełnosprawni nie potrzebują współczucia, ale wsparcia, obecności w życiu codziennym, otwierania przed nimi drzwi różnych możliwości. Istotą jest to, żeby nie było podziałów. I do tego dążymy – podkreśla Grzegorz Mikuła.

Jak zaznacza Roman Jankowski, Gala sprawiła, że projekt zaistniał w szerszej społeczności i wśród wielkich sportu. To powinno zachęcić do dostrzegania osób z niepełnosprawnościami, a także działania na ich rzecz. Nie jest wykluczone, że właśnie dzięki drużynie „28 marzeń”, ktoś zainteresuje się np. sąsiadem potrzebującym wsparcia. I mu pomoże, co będzie niewątpliwym sukcesem.

**Marcin Gazda,**

fot. Arkadiusz Gola, Jakub Grygiel

