



Bajka z ważnym przesłaniem



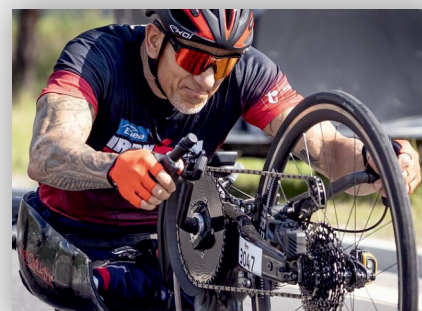
Urząd dostępny
tylko w teorii

więcej s. 10



Miasto Snów

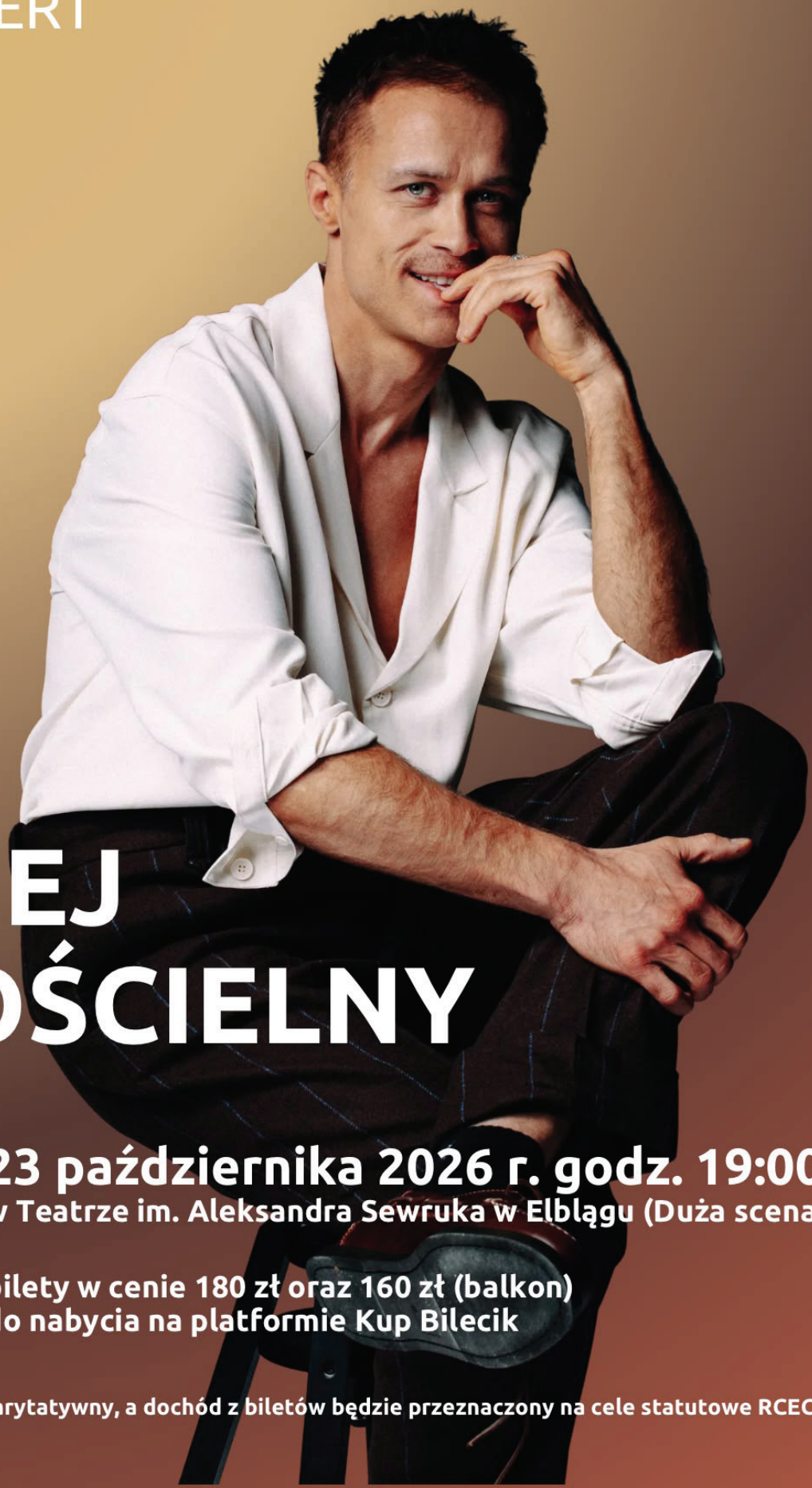
więcej s. 30



Paralimpijczycy
pokazali pazur

więcej s. 62

**ROTARY CLUB ELBLĄG CENTRUM
ZAPRASZA
NA KONCERT**



**MACIEJ
ZAKOŚCIELNY**
MUZYCZNIE

23 października 2026 r. godz. 19:00
w Teatrze im. Aleksandra Sewruka w Elblągu (Duża scena)

bilety w cenie 180 zł oraz 160 zł (balkon)
do nabycia na platformie Kup Bilecik

Koncert ma charakter charytatywny, a dochód z biletów będzie przeznaczony na cele statutowe RCEC.

REDAKCJA:

Rafał Sułek (red. naczelny)
Mateusz Misztal

Janusz Komorowski
Teresa Bocheńska
Paweł Gwardyński
Damian i Ilona Nowaczy
Agnieszka Pietrzyk

ADRES REDAKCJI:

82-300 Elbląg, ul. Hetmańska 28,
tel. (55) 232 69 35
e-mail: redakcja@razemztoba.pl
www.razemztoba.pl

WYDAWCA:

Elbląska Rada Konsultacyjna
Osób Niepełnosprawnych (ERKON)
tel. (55) 232 69 35
fax (55) 232 69 34
e-mail: erkon@softel.elblag.pl
www.erkon.elblag.pl



**ZADZWOŃ
DO NAS**

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

Zadzwoń!

Czekamy na Twój telefon!
(55) 232 69 35

Napisz!

✉ redakcja@razemztoba.pl

DRUK:

Drukarnia MK

Fot. na okładce: Mateusz Misztal
NAKŁAD: 4000 egzemplarzy.

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

WARTO PRZECZYTAĆ

- 6 Dzień Dziecka, czyli święto każdego z nas
- 10 Wczesne objawy nowotworów u dzieci łatwo przeoczyć
- 12 Urząd dostępny tylko w teorii
- 14 Niepełnosprawność może spotkać każdego
- 20 Nowe zasady dla NGO
- 22 S-A-M! na nowych zasadach
- 23 Poradnik bezpieczeństwa w PJM
- 45 Kultura ma być bliżej wszystkich
- 46 Sprawdź, czy pracodawca odprawia Twoje składki
- 47 Zmiany w badaniach pracowniczych
- 48 Nowe wzory legitymacji emeryt-rencisty
- 49 Łatwiej o zasiłek
- 50 Wzór na emeryturę z ZUS
- 51 Zwolnienie lekarskie pod innym adresem?
- 52 Narodowa Strategia Onkologiczna na półmetku
- 54 NIK punktuje problemy ratownictwa medycznego
- 56 Polacy mają problem z dostępem do informacji o zdrowiu
- 58 Rafał Wilk dwukrotnym wicemistrzem Europy
- 59 Katarzyna Sobczak z brązem
- 60 Medalowy zawrót głowy
- 62 Paralimpijczycy pokazali pazur

ELBLĄG

- 24 Rok pełen aktywności
- 25 Kręci mnie bezpieczeństwo w lecie
- 26 Więcej niż instytucja
- 30 Miasto Snów
- 34 Zobacz Uśmiech

W REGIONIE

- 36 Wsparcie infrastruktury społecznej
- 37 Plaże bez barier
- 38 Siedem dekad leczenia i rehabilitacji
- 39 Gdyńskie biblioteki z pętlami indukcyjnymi
- 40 Olsztyńskie Centrum Komunikacji
- 41 Kamień węgielny
- 42 Cyfrowo i Zdrowo
- 43 Dostępna zabytkowa wieża ciśnień



PUBLICYSTYKA

- 4 Państwo z numerem 112, ale bez instrukcji obsługi człowieka



SPOŁECZEŃSTWO

- 14 2000 strażaków zdobyło Śnieżnik



SPOŁECZEŃSTWO

- 16 Trzy lata za późno



ELBLĄG

- 32 Miejsce, w którym każdy jest ważny



Państwo z numerem 112, ale bez instrukcji obsługi człowieka

Starszy, schorowany człowiek. Prawie 90 lat. Problemy ze wzrokiem, zawroty głowy, osłabienie. Do tego uszkodzona linia energetyczna przy domu, stres, niepewność i poczucie zagrożenia. Co robi taki człowiek? Robi dokładnie to, co przez lata mu powtarzano: jak coś się dzieje, dzwoni pod 112. No więc zadzwonił.

I tu zaczyna się najciekawszy fragment opowieści o państwie, które lubi produkować hasła, kampanie, procedury, plakaty, spoty i konferencje, ale gdy przychodzi do prostego ludzkiego odruchu, nagle okazuje się, że system ma zacięcie – jak stara drukarka w urzędzie.

Ale po kolei. Starszy schorowany mężczyzna zadzwonił pod numer alarmowy 112, gdy podczas naprawy pobliskiej drogi, uszkodzono przyłączy napowietrzne niskiego napięcia przypomocowane do jego domu.

Dyspozytor przyjął zgłoszenie i wysłał na miejsce patrol policji. Funkcjonariusze zapoznali się z sytuacją, wysłuchali starszego człowieka i zamiast przede wszystkim pomóc, pokierować sprawę dalej, uspokoić, wyjaśnić, zadzwonić tam, gdzie trzeba – zasugerowali, że za takie wezwanie należy się... mandat. Mandat, dla schorowanego seniora, który bał się o własne bezpieczeństwo – czy tylko mnie nosi na samą myśl o tym absurdzie?

I teraz można oczywiście usiąść wygodnie, otworzyć kodeks, regulamin, procedurę i tłumaczyć, że numer 112 nie jest od wszystkiego. O tym, że policja nie jest od naprawiania kabli a pogotowie energetyczne ma swoje numery oraz, że są właściwe służby, właściwe kompetencje i właściwe ścieżki.

Ok, wszystko się zgadza. Tylko jest jeden drobny problem: człowiek w wieku niemal 90 lat, słaby, chory i przestraszony nie jest aplikacją mobilną, którą można aktualizować co tydzień.

On nie musi znać mapy administracyjnych kompetencji. On nie musi wiedzieć, czy to sprawa policji, energetyki, gminy, zarządcy drogi, wykonawcy remontu czy jeszcze świętego spokoju. On ma prawo się bać. Ma prawo zadzwonić tam, gdzie całe państwo przez lata mówiło mu, że ma dzwonić, kiedy dzieje się coś niepokojącego.

I właśnie tu wychodzi największa słabość naszego systemu. Nie w tym, że istnieje numer 112 i, że służby mają procedury. Problem jest w tym, że państwo nauczyło ludzi jednego hasła, ale nie nauczyło ich, co ono naprawdę oznacza. Przez lata mówiono: „dzwoni pod 112”. Prosto, krótko, skutecznie. Tylko nikt nie dodał starszym ludziom, samotnym, schorowanym, często wykluczonym cyfrowo i informacyjnie, gdzie dzwonić w innych sytuacjach: kiedy na pogotowie energetyczne, kiedy do gminy, kiedy do zarządcy drogi, kiedy do pomocy społecznej, kiedy do lekarza aż w końcu, kiedy do rodziny, jeśli ją w ogóle mają.

A potem dziwimy się, że senior dzwoni pod 112, bo uszkodzony kabel przy domu kojarzy mu się z zagrożeniem. Naprawdę dziwne... Prawie 90-letni człowiek nie rozróżnił właściwości służb w sytuacji stresowej – no skandal! Może od razu przeprowadzajmy egzamin z administracji publicznej przy składaniu wniosku o emeryturę?

Najbardziej przykre w tej historii nie jest nawet to, że policjanci mogli uznać wezwanie za niezasadne. Najbardziej przykre jest to, co stało się później. Starszy człowiek po tej interwencji bał się zadzwonić na pogotowie energetyczne. Bał się wykonać kolejny telefon, bo miał w głowie jedno: znowu będą kłopoty, znowu mandat, znowu ktoś uzna, że przeszkadza.

I to jest moment, w którym powinny zapalić się wszystkie czerwone lampki.

Bo jeśli człowiek chory i stary zaczyna bać się prosić o pomoc, to znaczy, że coś poszło bardzo źle. Nie tylko w tej jednej interwencji. W całym sposobie myślenia o słabszych, starszych i zależnych. W tym państwowym automacie, który świetnie potrafi pouczyć, ukarać, odesłać, przekierować i zamknąć zgłoszenie, ale dużo gorzej radzi sobie z prostym pytaniem: czy ten człowiek naprawdę jest teraz bezpieczny?

Pogotowie energetyczne po jednym telefonie uznało sprawę za zagrażającą zdrowiu i życiu. Na miejsce przyjechały dwa samochody. Okazało się, że przewód nie tylko spadł z haka, ale był uszkodzony. Czyli jednak problem istniał. Czyli jednak nie była to fanaberia starszego pana a strach nie wziął się z niczego.

I tu naprawdę trudno nie zadać pytania: skoro jedne służby potrafiły potraktować sprawę poważnie, to dlaczego wcześniej senior został przede wszystkim z poczuciem winy?

Oczywiście, numer 112 bywa nadużywany. To prawda. Dzwonią żartownisie, pijani, znudzeni, bezmyślni. Są ludzie,



Fot. Generated by AI

którzy traktują służby jak prywatny serwis od wszystkiego. I takich trzeba karać – tu nie mam co do tego najmniejszych wątpliwości. Ale stawianie w jednym szeregu dowcipnisia zamawiającego „interwencję” dla zabawy i schorowanego prawie 90-letniego człowieka, który boi się uszkodzonej linii energetycznej przy domu, to jest nie tylko błąd – to jest brak wyczucia i brak empatii.

A empatia w służbach publicznych nie jest dodatkiem do munduru. Nie jest miłym bonusem ani czymś, co można mieć albo nie mieć, zależnie od humoru. Empatia powinna być podstawowym narzędziem pracy z człowiekiem, szczególnie starszym, chorym, przestraszonym i bezradnym.

Bo państwo nie istnieje tylko po to, żeby obywatel znał numery telefonów, przepisy i właściwości organów. Państwo istnieje także po to, żeby w sytuacji zagubienia obywatel nie został potraktowany jak problem do usunięcia.

W tej historii zawiodło wiele rzeczy naraz. Zawiodła firma, która uszkodziła linię i nie dopilnowała szybkiego, profesjonalnego rozwiązania problemu. Zawiodła edukacja, bo senior nie wiedział, gdzie powinien zadzwonić. Zawiodły procedury, bo po interwencji policji człowiek nadal został z zagrożeniem. I zawiodła zwykła ludzka reakcja, bo zamiast poczucia bezpieczeństwa pojawił się strach przed mandatem.

A przecież wystarczyło tak niewiele. Wystarczyło powiedzieć: proszę pana, rozumiemy, że się pan boi. To nie jest sprawa dla nas, ale zadzwonimy albo wskażemy panu dokładnie, gdzie trzeba zgłosić problem. Wystarczyło sprawdzić, czy uszkodzenie może stanowić zagrożenie. Wystarczyło

nie zostawiać starszego człowieka z komunikatem: „wezwał pan nas bez sensu”.

Bo dla niego to nie było bez sensu. Dla niego to był strach. A strach osoby starszej i schorowanej powinien być dla państwa sygnałem, nie powodem do pouczenia.

Możemy robić kolejne kampanie społeczne. Możemy drukować ulotki. Możemy nagrywać spoty o bezpieczeństwie seniorów. Możemy raz w roku zorganizować debatę z poczęstunkiem, gdzie wszyscy powiedzą, że osoby starsze są ważne. Tylko potem przychodzi zwykły dzień, zwykła wieś pod Elblągiem, zwykły uszkodzony kabel i zwykły starszy człowiek. I wtedy widać, ile te wszystkie piękne słowa są warte.

Bo państwo wobec seniora sprawdza się nie na konferencji prasowej, ale w chwili, kiedy ten senior dzwoni po pomoc. I dobrze byłoby, żeby następnym razem, zanim ktokolwiek zacznie mówić o nieuzasadnionym wezwaniu, najpierw zadał sobie jedno proste pytanie: czy ja naprawdę pomagam i chronię, czy tylko odhaczam procedurę?

Starsi ludzie niezależnie od tego jacy są, nie potrzebują państwa, które ich straszy a potrzebują państwa, które potrafi ich usłyszeć, wesprzeć i zrozumieć. Czy to tak wiele?

Rafał Sutek

Dzień Dziecka, czyli święto każdego z nas

Każdy z nas, bez względu na wiek, jest czymś dzieckiem. Można więc powiedzieć, że 1 czerwca to nie tylko dzień najmłodszych, ale trochę święto nas wszystkich. Tych, którzy dopiero poznają świat, tych, którzy próbują się w nim odnaleźć, i tych, którzy czasem z sentymentem wracają myślami do własnego dzieciństwa.

Oczywiście dzieciństwo dziś wygląda zupełnie inaczej niż jeszcze kilka, kilkanaście czy kilkadziesiąt lat temu. I nie będę tu mówił „za moich czasów”, bo zabrzmieć jak klasyczny dziaders, który pamięta trzepak, klucz na szyi i oranżadę w woreczku, a przy okazji z przekonaniem twierdzi, że kiedyś to było. Prawda jest jednak taka, że kiedyś było po prostu inaczej. Nie zawsze lepiej czy gorzej, ale zwyczajnie inaczej.

Dzisiejsze dzieci mają ogrom możliwości. Dostęp do wiedzy, technologii, świata, ludzi, pasji, języków, filmów, muzyki, sportu, podróży i wszystkiego, co jeszcze nie tak dawno temu było dla wielu z nas czymś odległym albo wręcz nieosiągalnym. Mogą rozwijać się szybciej, próbować więcej, uczyć się inaczej, poznawać świat niemal bez wychodzenia z pokoju. Tylko że ten sam świat, który tyle im daje, potrafi też bardzo dużo zabrać.

Bo razem z możliwościami przyszły zagrożenia. Presja, porównywanie się, samotność w tłumie, hejt, przebudzowanie, ciągłe bycie online, lęk przed odrzuceniem, pogoń za akceptacją. Dzieci mają dziś w kieszeni cały świat, ale czasem nie mają obok siebie kogoś, kto spokojnie zapyta: „Co u ciebie naprawdę słychać?” I to jest chyba jedna z najtrudniejszych prawd o współczesnym rodzicielstwie.

Bo wychowywanie dzieci nigdy nie było łatwe, ale dziś jest chyba trudniejsze niż kiedykolwiek. Rodzic może się starać, tłumaczyć, rozmawiać, pilnować, wspierać, a i tak świat zewnętrzny robi swoje. Szkoła, rówieśnicy, internet czy bezduszne algorytmy zrobią swoje.



Fot. Generated by AI

I nagle okazuje się, że dom nie jest już jedynym miejscem, w którym dziecko uczy się wartości, języka, relacji i granic.

Dlatego tak ważne jest, żeby dziecko miało w rodzicu nie tylko kontrolera, kierowcę, sponsora i organizatora codzienności, ale przede wszystkim człowieka, do którego może przyjść. Z problemem, wstydem, błędem, głupotą, porażką, pytaniem. Rodzica, który nie zawsze od razu krzyczy, nie zawsze od razu ocenia, nie zawsze zaczyna od kazania. Kogoś, kto potrafi wysłuchać, ale też postawić granicę, bo partnerstwo z dzieckiem nie oznacza kumplowania się bez zasad. Dziecko potrzebuje bliskości, ale potrzebuje też autorytetu i poczucia bezpieczeństwa. Chce wiedzieć i czuć, że rodzic jest po jego stronie, nawet wtedy, gdy musi powiedzieć „nie”.

I tu zaczyna się ta gorzka część. My,

dorośli, bardzo często jesteśmy zabiegani. Praca, obowiązki, rachunki, telefony, sprawy „na już”, rzeczy pilne, rzeczy ważne, rzeczy niby ważne. Goniemy codzienność, a w tej gonitwie łatwo przegapić coś, co już nigdy nie wróci. Pierwsze pytania, pierwsze lęki, pierwsze rozczarowania, pierwsze sygnały, że coś jest nie tak. Czasem dziecko jeszcze próbuje coś powiedzieć, ale słyszy: „zaraz”, „później”, „nie teraz”. A potem przychodzi taki moment, że już nie mówi. I wtedy bywa najtrudniej.

Nie chodzi o to, żeby rodzice się teraz zbiorowo biczowali, bo większość z nich robi, co może. Często po prostu próbują przetrwać dzień, utrzymać rodzinę, ogarnąć życie i jeszcze nie zwariować. Ale może właśnie Dzień Dziecka jest dobrym momentem, żeby się zatrzymać. Nie po to, żeby kupić większy prezent,

lepszą zabawkę czy droższy gadżet. Tylko po to, żeby naprawdę pobyc, zapytać, posłuchać, przytulić, pójść na spacer, odłożyć telefon. Dać dziecku czas, którego nie da się potem nadrobić przelewem, prezentem ani tłumaczeniem, że „przebież robiłem to wszystko dla ciebie”.

Jest w tym wszystkim jednak dużo nadziei. Bo dzieci, mimo świata pełnego hałasu, nadal bardzo często potrzebują tylko bardzo prostych rzeczy: obecności, uwagi, ciepła, jasnych zasad, dobrego słowa oraz poczucia, że są ważne nie tylko wtedy, gdy mają świadectwo z paskiem, wygrany konkurs, medal albo ładne zdjęcie do wrzucenia w media społecznościowe. Są ważne po prostu dlatego, że są.

I może właśnie tego powinniśmy im życzyć 1 czerwca. By miały wokół siebie dorosłych, którym się jeszcze chce. Którzy nie machną ręką, nie odpuszczają, nie powiedzą „jakoś to będzie” a będą potrafili kochać mądrze, rozmawiać szczerze i wymagać z szacunkiem. Dorosłych, którzy rozumieją, że dzieciństwo nie jest poczekalnią do dorosłości, tylko fundamentem całego życia.

A nam, dorosłym dzieciom naszych rodziców, też warto życzyć jednego: żebyśmy nie zapomnieli, jak to było być małym człowiekiem w wielkim świecie. Bo może wtedy łatwiej będzie nam zrozumieć tych, którzy dziś próbują w tym świecie dorastać.

I już tak na koniec, czerwiec przypomina nam również o ojcach, których święto obchodzimy 23 czerwca. To dobry moment, by powiedzieć im coś więcej niż tylko zwyczajowe „wszystkiego najlepszego”. Warto życzyć im siły, cierpliwości i odwagi, by byli obecni w życiu swoich dzieci nie tylko przy wielkich wydarzeniach, takich jak pierwszy dzień szkoły, ważny egzamin czy rodzinne uroczystości, ale przede wszystkim w zwykłej codzienności. Przy rozmowie po trudnym dniu, wspólnym spacerze, odrabianiu lekcji, zabawie i chwilach, w których dziecko po prostu potrzebuje poczuć, że tata jest blisko.

Rafał Sutek

Papier przyjmie wszystko. Zakupów już niekoniecznie

Okazji do świętowania w kalendarzu nie brakuje, więc dziś pochylmy się nad tym, co naprawdę ważne: nad rozlanym mlekiem, rozbitym słoikiem, marchewką rozsypaną na parkingu i ziemniakami, które niczym uczestnicy wyścigu pokoju turlają się w dół ruchomych schodów. Dzień bez Toreb Foliowych – święto ekologicznej świadomości, papierowych obietnic i bardzo praktycznego choć retorycznego pytania: kto to teraz pozbiera?

Dzień bez Toreb Foliowych, idea naprawdę piękna – i piszę to bez cienia sarkazmu. Szkoda tylko, że alternatywa – torba papierowa przy pierwszym poważniejszym kontakcie z dwoma jogurtami, butelką mleka i kilogramem ziemniaków zaczyna mówić coś zupełnie innego: „radź sobie sam”.

Najpierw puszcza uchwyt, potem bok, a na końcu człowiekowi puszcza nerwy, gdy próbuje ocalić zakupy, własną godność i butelkę octu przed spotkaniem z chodnikiem.

I wtedy cała ta ekologiczna podniosłość kończy się bardzo przyziemnie. Stoisz na parkingu, jedna ręka trzyma resztki papierowej torby, druga próbuje ratować pomidory, a pod nogami toczy się cebula, która najwyraźniej wybrała wolność.

I tu dochodzimy do jeszcze jednej pięknej sprawy. Buty się rozkleją, czajnik nie działa, telefon zaczyna szwankować, wówczas konsument ma możliwość reklamowania produktu. Tymczasem papierowa torba jest jakby osobną filozofią handlu.

Stoisz człowieku jeszcze przy kasie, pakujesz zakupy, wkładasz załóżmy mleko, chleb, dwa jogurty i cyk – torba rozrywa się szybciej niż nasza cierpliwość w kolejce. I co? Myślicie, że kasjerka przyjmie reklamację, da nową albo odliczy te kilkadziesiąt groszy czy złotówkę a nawet ponad złotówkę od rachunku? Skądże. Tu panuje złota zasada: kliencie kupiłeś, zepsuleś, płacz i płacz. Najwyżej możesz kupić drugą, może tym razem wytrzyma do drzwi – daj Boże tych wejściowych do domu. Oczywiście, ktoś zaraz powie: są przecież torby wielorazowe: bawełniane, jutowe, materiałowe, z recyklingu, z włókien, z misją, z przesłaniem i z wielkim hasłem o zielonej planecie. To prawda – są, tylko, że najpierw trzeba je mieć przy sobie. Przecież niemal każdy zna ten stan, kiedy w drodze z pracy do domu wpadamy na szybko do sklepu po chleb, masło i ser, a wychodzimy z zakupami na dwa dni, bo była promocja na proszek, pomidory ładnie wyglądały, a dziecko przypominało sobie o płatkach. I wtedy ta wielorazowa torba, która została w domu, bardzo pięknie wspiera środowisko z przedpokoju. Problem nie polega na tym, że walka z plastikiem jest zła. Plastikowych toreb rzeczywiście było i nadal jest za dużo. Problem leży jednak w tym, że znów ma się wrażenie, że pod płaszczykiem słusznego celu, ktoś zapomniał, jak to wszystko wyglądać powinno. Bo jeżeli mamy wyeliminować foliowe torby, to trzeba najpierw dać ludziom coś, co je naprawdę zastąpi. Nie produkt droższy i słabszy ani torbę, która boi się wilgoci bardziej niż kot kąpieli. Nie rozwiązanie, które sprawia, że przy większych zakupach trzeba kupić pięć papierowych toreb i jeszcze wracać do domu jak saper, ostrożnie przenoszący ładunek wybuchowy. Ekologia nie może być luksusem dla cierpliwych i dobrze zorganizowanych. Ekologia nie może oznaczać, że klient ma płacić więcej, nosić więcej, kombinować więcej i jeszcze czuć się winny, jeśli wybierze rozwiązanie praktyczne i trwalsze.

Póki co Dzień bez Toreb Foliowych można świętować na kilka sposobów. Można wziąć własną torbę z domu, jeśli akurat pamiętaliśmy. Można kupić papierową i sprawdzić, czy przetrwa do parkingu. Można też kupić kilka, żeby wzmocnić gospodarkę i mięśnie rąk. A można po prostu powiedzieć uczciwie: idea jest dobra, tylko wykonanie znowu wyszło po naszymu. Czyli najpierw wielkie hasło, potem droższa alternatywa, a na końcu klient z zakupami pod pachą, bo torba nie wytrzymała rzeczywistości.

Rafał Sutek

Nowoczesne autobusy



Fot. materiały prasowe

Siedem nowoczesnych pojazdów przystosowanych do przewozu osób z niepełnosprawnościami kupiło miasto w projekcie z dofinansowaniem Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Sześć 17-19-miejscowych autobusów trafi do Zespołu Szkół Integracyjnych oraz Zespołu Placówek Specjalnych. Już wcześniej Domowi Pomocy Społecznej został przekazany 9-osobowy mikrobusek.

Wszystkie pojazdy mają windy umożliwiające łatwe umieszczenie pasażerów poruszających się na wózkach. Dzięki mobilności foteli wewnątrz autobusów, można powiększyć przestrzeń na drugi wózek.

Pojazdy są komfortowo wykończone, mają klimatyzację i ogrzewanie postojowe.

Objęte są 5-letnim pakietem gwarancyjnym.

Wymiana wysłużonych i coraz bardziej awaryjnych pojazdów na nowe pozwoli nie tylko na bardziej komfortową obsługę dzieci i młodzieży, które dowożone są do szkół, ale też na tańszą eksploatację całej floty. Cały zakup kosztował 2,569 mln zł, z czego dofinansowanie PFRON-u wyniosło 1,626 mln zł. ■

UM Legnica

Szkoły w Łodzi coraz bardziej dostępne



Fot. pixabay.com

W Szkole Podstawowej nr 149 w Łodzi będzie wybudowana winda zewnętrzna, a Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy przy ul. Dziewanny zostanie dostosowany do obowiązujących przepisów przeciwpożarowych z uwzględnieniem potrzeb uczniów z niepełnosprawnościami.

Szkoła Podstawowa nr 149 w Łodzi prowadzi oddziały integracyjne oraz klasy sportowe w pływaniu. Budowa zewnętrznej windy wraz z podjazdem i oświetleniem ułatwi poruszanie się osobom z niepełnosprawnościami, a w konsekwencji poprawi dostępność budynku. Koszt inwestycji to 569 504 zł, wkład miasta wynosi 284 752 zł.

Z kolei inwestycja w Specjalnym

Ośrodku Szkolno-Wychowawczym przy ul. Dziewanny w Łodzi będzie polegała m.in. na montażu drzwi i okien przeciwpożarowych o odpowiedniej klasie, modernizacji dróg ewakuacyjnych uwzględniającej potrzeby uczniów z niepełnosprawnościami i wykonanie zabezpieczeń przed zadymieniem. Całość kosztuje 1 335 106 zł, wkład miasta to 667 553 zł.

Inwestycje będą kosztować łącznie ponad 1,9 mln zł a prawie milion złotych pochodzi z dofinansowania ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Rozpoczęcie prac zaplanowano w czasie wakacji. ■

UM Łódź

Modernizują sygnalizację

Do marca 2027 roku potrwa rozbudowa Inteligentnego Systemu Transportowego w Gliwicach. Jednym z celów inwestycji jest dostosowanie sygnalizacji świetlnej do potrzeb osób niewidomych, słabowidzących i seniorów.

Pracownicy Zarządu Dróg Miejskich spotkali się z przedstawicielami gliwickiego koła Polskiego Związku Niewidomych. Zaprezentowano nowe przyciski dla pieszych oraz sygnały dźwiękowe stosowane na przejściach.

Chęć przejścia można zgłosić bez-

dotykowo, przyciskiem umieszczonym od spodu urządzenia lub automatycznie, gdy pieszo wykryje system analizy obrazu. Przyciski mają dotykową strzałkę wskazującą kierunek, funkcję wibracji i dźwiękowe potwierdzenie zgłoszenia.

Wszystkie skrzyżowania objęte projektem otrzymają jednolite urządzenia. Głośność sygnałów będzie dobierana do każdej lokalizacji. Wartość inwestycji przekracza 30,6 mln zł, z czego ponad 17,3 mln zł stanowi dofinansowanie unijne. ■

Red.

Wyróżnieni za dostępność

Centrum Aktywności Społecznej w Białymstoku zdobyło I miejsce w regionalnej edycji konkursu IDOL 2026 w kategorii „Instytucja Otwarta dla Osób Niewidomych”. Nagrodę przyznała Fundacja Szansa – Jesteśmy Razem podczas konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND 2026.

Wyróżnienie jest potwierdzeniem działań podejmowanych przez placówkę na rzecz dostępności i tworzenia przestrzeni otwartej dla wszystkich mieszkańców.

– To wyróżnienie jest dla nas szczególnie cenne, ponieważ zostało przyznane przez środowisko najlepiej znające potrzeby osób z dysfunkcją wzroku. Dostępność nie jest jednorazowym projektem, ale procesem, który stale rozwijamy – podkreślił zastępca prezydenta Białego

gostoku Rafał Rudnicki.

Centrum Aktywności Społecznej działa od 2018 roku w zabytkowym budynku przy ul. św. Rocha 3. Obiekt jest sukcesywnie dostosowywany do potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami. Wprowadzono tam m.in. kontrastowe oznaczenia schodów i drzwi, napisy w alfabecie Braille’a, mapy tyflograficzne, system głosowy w windzie, klawiatury dla osób słabowidzących oraz podświetlane oznaczenia dróg ewakuacyjnych. Podczas wydarzeń zapewniane jest także wsparcie tłumacza języka migowego, a organizacje pozarządowe mogą bezpłatnie korzystać z drukarki brajlowskiej.

CAS wspiera również środowisko osób



Fot. Jakub Tomasz Gwiazdowski

z niepełnosprawnościami, współpracując z podmiotami ekonomii społecznej i zapraszając na wydarzenia osoby, które dzielą się swoim doświadczeniem.

To kolejne wyróżnienie dla placówki. W 2018 roku zdobyła ona I miejsce w regionalnej edycji konkursu IDOL w kategorii „Urząd Otwarty dla Niewidomych”. ■ Red.

Zasłużeni pojadą za darmo

Dawcy przeszczepów oraz wszyscy weterani mogą bezpłatnie podróżować Warszawskim Transportem Publicznym. Zmiany w uprawnieniach do bezpłatnych przejazdów WTP wprowadziła Uchwała Rady m.st. Warszawy przyjęta na sesji 11 czerwca. Nowe regulacje właśnie weszły w życie.

Prawo do bezpłatnych przejazdów przysługuje teraz dawcom przeszczepu oraz zasłużonym dawcom przeszczepu czyli osobom, które oddały szpik lub inne regenerujące się komórki i tkanki oraz dawcom narządu.

Podstawą do bezpłatnego korzystania z WTP są dokumenty potwierdzające uprawnienie: legitymacja Dawcy Przeszczepu lub Zasłużonego Dawcy Przeszczepu wraz z dokumentem potwierdzającym tożsamość.

Weterani również pojadą bez biletu

Teraz prawo do bezpłatnych przejazdów przysługuje również wszystkim weteranom, a nie – jak dotychczas – wyłącznie weteranom poszkodowanym

w działaniach poza granicami państwa. Dokumenty potwierdzające to uprawnienie to legitymacja weterana albo legitymacja weterana poszkodowanego wraz z dokumentem potwierdzającym tożsamość.

Legitymacje są wydawane przez: Ministra Obrony Narodowej – w odniesieniu do żołnierzy; ministra właściwego do spraw wewnętrznych – w odniesieniu do funkcjonariuszy, Szefa Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego – w odniesieniu do funkcjonariuszy ABW oraz Szefa Agencji Wywiadu – w odniesieniu do funkcjonariuszy AW.

Przez „żołnierzy”, „funkcjonariuszy”, „funkcjonariuszy ABW” oraz „funkcjonariuszy AW” należy rozumieć osoby, o których mowa w art. 4 pkt 16–18a ustawy z dnia 19 sierpnia 2011 r. o weteranach działań poza granicami państwa.

Szczegółowe informacje o wszystkich obowiązujących ulgach i uprawnieniach do przejazdów Warszawskim Transportem Publicznym znajdują się w zakładce Ulgi i zniżki. ■

UM Warszawa

Nowy skład PRJM

Ministra Agnieszka Dziemianowicz-Bąk powołała nowy, 17-osobowy skład Polskiej Rady Języka Migowego. Rada ma wspierać rozwój dostępności komunikacyjnej oraz tworzyć rozwiązania odpowiadające na potrzeby osób niesłyszących, słabosłyszących i głuchoniewidomych.

W nowej kadencji znaleźli się przedstawiciele środowisk naukowych, edukacyjnych, eksperckich i społecznych. Są wśród nich głusi lektorzy polskiego języka migowego, nauczyciele, tłumacze PJM i międzynarodowego języka migowego, surdopedagodzy oraz specjaliści zajmujący się komunikacją osób głuchoniewidomych.

Członkowie Rady mają doświadczenie m.in. w nauczaniu i tłumaczeniu PJM, edukacji dwujęzycznej, badaniach nad dostępnością oraz działaniach na rzecz młodych osób Głuchych, rodzin dwujęzycznych i środowiska CODA. Będą przygotowywać rekomendacje dotyczące PJM, SJM i komunikacji osób głuchoniewidomych oraz wzmacniać udział tych środowisk w życiu społecznym. ■ Red.

Urząd dostępny tylko w teorii

Urząd powinien być miejscem, w którym każdy mieszkaniec może załatwić swoją sprawę. Bez proszenia o pomoc przy wejściu, bez zgadywania, gdzie znajduje się właściwy pokój, bez walki ze schodami, zbyt wąskimi drzwiami czy stroną internetową, której nie da się odczytać za pomocą programu dla osób niewidomych. Najnowsze ustalenia Najwyższej Izby Kontroli pokazują jednak, że w wielu samorządach dostępność wciąż częściej istnieje na papierze niż w codziennym doświadczeniu osób ze szczególnymi potrzebami.

Kontrola NIK objęła lata 2019–2025 i dotyczyła wybranych urzędów gmin oraz starostw powiatowych z czterech województw: kujawsko-pomorskiego, zachodniopomorskiego, podkarpackiego i opolskiego. Sprawdzono łącznie 16 jednostek. Kontrolerzy przyjrzeni się nie tylko budynkom, ale też stronom internetowym, dokumentom, procedurom, planom poprawy dostępności oraz temu, czy w urzędach faktycznie powołano osoby odpowiedzialne za ten obszar.

Wnioski są bardzo poważne. W ponad 87 procentach skontrolowanych jednostek stwierdzono problemy z dostępnością architektoniczną oraz informacyjno-komunikacyjną. Żadna ze sprawdzonych stron internetowych nie spełniała wszystkich wymaganych kryteriów dostępności cyfrowej.

Schody, progi, wąskie drzwi i brak drogi do urzędnika

Zgodnie z ustaleniami NIK, aż 14 z 16 skontrolowanych jednostek nie spełniało minimalnych wymagań dostępności architektonicznej. Problem dotyczył 17 z 21 zbadanych budynków. W wielu miejscach osoba z niepełnosprawnością ruchową nie mogła swobodnie dostać się do wszystkich pomieszczeń, a czasem nawet samo wejście do urzędu było poważnym wyzwaniem.

Kontrolerzy wskazali między innymi na brak odpowiednich podjazdów, wind i innych rozwiązań technicznych. Pojawiały się też zbyt wysokie progi, za wąskie korytarze, zbyt wąskie drzwi oraz elementy wyposażenia ustawione w taki sposób, że utrudniały dostęp do tablic ogłoszeń czy dzwonek przy-



Fot. Generated by AI

zywających pomoc.

To nie są drobiazgi techniczne. Dla osoby poruszającej się na wózku, seniora, osoby po urazie, rodzica z wózkiem dziecięcym czy osoby słabowidzącej taka bariera może oznaczać, że załatwienie zwykłej sprawy urzędowej staje się wyprawą pełną stresu i zależności od innych.

W wielu budynkach trudno nawet zorientować się, dokąd iść

NIK zwróciła uwagę również na brak informacji o rozkładzie pomieszczeń. W ośmiu jednostkach nie zapewniono jej w wymaganej formie, czyli co najmniej wizualnej oraz dotykowej lub głosowej. Problem dotyczył 11 z 21 skontrolowanych budynków.

Dla wielu osób taka informacja jest podstawą samodzielności. Bez czytelnej tablicy, planu tyflograficznego, komu-

nikatu głosowego czy prostego opisu układu budynku osoba ze szczególnymi potrzebami jest zmuszona pytać, szukać, błędzić albo prosić o pomoc. A dostępność nie polega przecież na tym, że ktoś łaskawie pomoże, tylko na tym, że człowiek może możliwie samodzielnie skorzystać z usługi publicznej.

Ewakuacja? Tu także pojawiły się poważne braki

Szczególnie niepokojące są ustalenia dotyczące bezpieczeństwa. W dziewięciu jednostkach nie zapewniono osobom ze szczególnymi potrzebami możliwości bezpiecznej ewakuacji albo uratowania w sytuacji zagrożenia. Problem stwierdzono w 12 z 21 budynków.

Brakowało procedur, specjalistycznego sprzętu, bezpiecznych miejsc oczekiwania na pomoc oraz odpowiednio przeszkolonych pracowników. To poka-

zuje, że dostępność nie kończy się na wejściu do budynku. Równie ważne jest to, co dzieje się wtedy, gdy trzeba szybko i bezpiecznie opuścić urząd.

Internet też nie dla wszystkich

Kontrolerzy NIK sprawdzili 34 strony internetowe należące do skontrolowanych instytucji. Żadna z nich nie spełniała wszystkich ustawowych kryteriów dostępności cyfrowej.

Na 24 stronach pojawiły się elementy graficzne bez rozwiązań umożliwiających ich odczytanie przez technologie asystujące. To oznacza, że osoby niewidome korzystające z czytników ekranu mogły nie otrzymać pełnej informacji. Na części stron brakowało opisów dźwiękowych lub tekstowych do materiałów multimedialnych, a na innych treść zniknęła lub przestawała być czytelna po dużym powiększeniu ekranu. Były też przypadki, w których ważne informacje przekazywano wyłącznie kolorem, co stanowi barierę dla osób słabowidzących lub nierozróżniających barw.

W praktyce oznacza to, że cyfrowy urząd, który miał ułatwiać życie mieszkańcom, dla części z nich nadal pozostaje nie w pełni dostępny.

Brakuje prostego języka, migowego i urządzeń wspierających słyszenie

Problemy pojawiły się także w dostępności informacyjno-komunikacyjnej. W 14 z 16 jednostek nie spełniono minimalnych wymagań w tym zakresie.

Na stronach internetowych brakowało między innymi informacji o działalności urzędu w pliku tekstowym odczytywalnym maszynowo, nagrań w polskim języku migowym oraz tekstów łatwych do czytania. W siedmiu jednostkach, w 10 budynkach, nie zapewniono również urządzeń lub rozwiązań technicznych wspierających osoby słabosłyszące, takich jak pętle indukcyjne czy systemy ułatwiające odbiór dźwięku.

To kolejny dowód na to, że dostępność nie jest wyłącznie kwestią podjazdu przy wejściu. Dostępność to także informacja, komunikacja, możliwość zrozumienia treści i załatwienia sprawy bez wykluczenia.

Parking, toaleta, lada. Niby szczegóły, ale tylko dla tych, którzy nie muszą z nich korzystać

NIK wskazała również bariery wykraczające poza minimalne wymagania. W czterech jednostkach przy budynkach nie wyznaczono miejsc parkingowych dla osób z niepełnosprawnościami, było ich za mało albo nie spełniały odpowiednich wymiarów. W siedmiu budynkach brakowało przynajmniej jednej ogólnodostępnej toalety dostosowanej do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

W sześciu budynkach szklane drzwi nie miały kontrastowych oznaczeń, co jest szczególnie ważne dla osób słabowidzących. W dwóch budynkach osoby poruszające się na wózkach nie mogły wygodnie skorzystać z punktów obsługi, ponieważ lady były zamontowane zbyt wysoko.

Dla jednych to detal. Dla innych bariera, która decyduje o tym, czy mogą być samodzielnymi obywatelami, czy znów muszą prosić o pomoc.

Dokumenty nie zawsze zgadzały się z rzeczywistością

Kontrola wykazała także problemy w dokumentacji, planowaniu i sprawozdawczości. W części jednostek nie wdrożono planów działań na rzecz poprawy dostępności albo nie poprzedzono ich rzetelną analizą stanu faktycznego.

Nieprawidłowości dotyczyły też nieuwzględniania wymagań dostępności w umowach o realizację zadań publicznych oraz w zamówieniach publicznych. W dziewięciu urzędach deklaracje dostępności cyfrowej nie spełniały wymogów technicznych albo nie zawierały pełnych informacji o niedostępnych treściach. W 12 jednostkach raporty o stanie zapewniania dostępności zawierały dane niezgodne ze stanem faktycznym.

To szczególnie istotne, bo dokumenty mają nie tylko opisywać rzeczywistość, ale też pomagać ją zmieniać. Jeśli jednak raport mówi jedno, a budynek, strona internetowa czy procedury pokazują coś innego, trudno mówić o prawdziwej kontroli nad procesem poprawy dostępności.

Są też dobre przykłady

NIK wskazała również dobre praktyki. Wśród nich znalazło się m.in. powierzenie koordynatorom ds. dostępności realnych zadań związanych z promocją projektowania uniwersalnego, planowaniem budżetowym i przygotowywaniem wniosków o dofinansowanie działań poprawiających dostępność.

Pozytywnie oceniono także powoływanie zespołów wspierających koordynatorów, uwzględnianie dostępności w strategiach rozwoju, programach rewitalizacji czy programach współpracy z organizacjami pozarządowymi. Za dobrą praktykę uznano również działania podejmowane w budynkach zabytkowych, prowadzone w porozumieniu z konserwatorem zabytków, a także zawieranie umów umożliwiających mieszkańcom skorzystanie z bezpłatnej pomocy tłumacza języka migowego.

To pokazuje, że zmiana jest możliwa. Wymaga jednak nie tylko zapisów w dokumentach, ale też decyzji, pieniędzy, konsekwencji i zrozumienia, że dostępność nie jest dodatkiem do funkcjonowania urzędu.

Dostępność nie jest przywilejem

Raport NIK pokazuje problem, o którym osoby z niepełnosprawnościami, seniorzy i osoby ze szczególnymi potrzebami mówią od lat. Publiczne instytucje mają być dostępne dla wszystkich, bo wszyscy mieszkańcy mają prawo korzystać z usług publicznych na równych zasadach.

Dostępność nie jest uprzywilejowaniem urzędu wobec mieszkańca. Nie jest też luksusem ani czymś, co można odłożyć na później. To obowiązek państwa i samorządu. A przede wszystkim warunek tego, by człowiek mógł samodzielnie, bez wstydu i bez niepotrzebnych przeszkód załatwić swoje sprawy.

Najbardziej niepokojące w ustaleniach NIK jest więc nie tylko to, że wciąż są bariery. Najbardziej niepokoi to, że mimo ustawowych obowiązków, planów, raportów i deklaracji, dla wielu osób droga do urzędu nadal zaczyna się od pytania: czy ja w ogóle dam radę tam wejść? ■

Oprac. Red.



Fot. materiały prasowe

Niepełnosprawność może spotkać każdego

Poland Business Run wraca do Warszawy w jubileuszowej, 15. edycji. Podczas spotkania prasowego z udziałem przedstawicieli Fundacji Poland Business Run, Miasta Stołecznego Warszawy i partnerów wydarzenia najmocniej wybrzmiały historie osób po amputacjach i z niepełnosprawnością ruchową, dla których wsparcie Fundacji oznacza nie tylko sprzęt czy leczenie, ale także wyjście z izolacji i odzyskanie wpływu na własne życie.

30 sierpnia Poland Business Run ponownie pobiegnie w Warszawie. 15. edycja wydarzenia odbędzie się na Lotnisku Bemowo i połączy sztafetę biegową, PBR Walk i PBR Kids. Warszawska odsłona jest częścią największej charytatywnej sztafety biznesowej w Polsce, która od lat mobilizuje firmy i ich pracowników do działania na rzecz osób po amputacjach, z niepełnosprawnością ruchową oraz po mastektomii.

– To dla nas szczególny rok, bo Poland Business Run organizujemy już od 15 lat. Przez ten czas przekazaliśmy na cel charytatywny ponad 14 milionów złotych i pomogliśmy tysiącom beneficjentów. W tym roku w wydarzenie zaangażowało się już 1828 firm, a liczba zapisanych uczestników przekroczyła już 45 tysięcy osób. To pokazuje, jak bardzo rozrosła się społeczność, która zaczynała od prostego pomysłu połączenia biznesu, aktywności i pomocy – powiedziała Agnieszka Plet, prezes Fundacji Poland Business Run.

Warszawska edycja Poland Business Run odbywa się przy wsparciu Miasta Stołecznego Warszawy. Stolica jest jednym z największych centrów biznesowych w Polsce, dlatego obecność biegu w warszawskim programie wydarzeń ma znaczenie szersze niż tylko organizacyjne.

– To wydarzenie wpisało się w kalendarz stolicy i pokazuje, że środowisko biznesu to nie tylko Excel i spotkania na Teamsach, ale także empatia i gotowość do pomagania. Biznes ma swoją społeczną twarz, a my jako miasto chcemy wspierać inicjatywy, które odpowiadają na potrzeby mieszkańców i zachęcają do wspólnego działania – podkreślił Marcin Kędzior, zastępca dyrektora Biura Sportu i Rekreacji Urzędu m.st. Warszawy.

Po biegu zaczyna się pomoc

Jubileuszowa edycja Poland Business Run wraca do Warszawy 30 sierpnia, ale podczas spotkania zapowiadającego wydarzenie najważniejsze okazało się nie samo bieganie, lecz to, co dzieje się później.

Najważniejszym celem Poland Bu-

siness Run pozostaje wsparcie osób po amputacjach, z niepełnosprawnością ruchową oraz po mastektomii. Fundacja finansuje m.in. protezy, rehabilitację, fizjoterapię i wsparcie psychologiczne, ale równie ważne są aktywizacja i budowanie społeczności.

Grażyna Sławińska, szefowa Działu Wsparcia Fundacji Poland Business Run podkreślała, że niepełnosprawność może pojawić się w każdym momencie życia, niezależnie od wieku, miejsca czy sytuacji życiowej. Jak mówiła, osoby, które nabywają niepełnosprawność w wyniku choroby lub wypadku, bardzo często mierzą się nie tylko z fizycznymi ograniczeniami, ale także z poczuciem osamotnienia i przekonaniem, że nikt inny nie przeżywa podobnej sytuacji. Dlatego jednym z najważniejszych obszarów działania Fundacji Poland Business Run jest budowanie społeczności osób z niepełnosprawnością, w której beneficjenci mogą się poznać, wspierać, wymieniać doświadczeniami, ale też razem robić dobre rzeczy i cieszyć się życiem.

Sławińska zwróciła także uwagę na ogromne koszty związane z niepełnosprawnością. Protezy, rehabilitacja, sprzęt, logistyka i codzienne dostosowania oznaczają bardzo duże obciążenie finansowe, często przekraczające możliwości jednej osoby czy rodziny.

– Niepełnosprawność pochłonie każde pieniądze, jakie człowiek ma. Na własne protezowanie wydałam trzy razy tyle, ile na samochód. Ale życie z niepełnosprawnością to przede wszystkim życie. Chcemy przypominać naszym beneficjentom, że amputacja, uraz rdzenia czy mastektomia nie muszą oznaczać końca aktywności, relacji i planów – mówiła Sławińska.

Jednym z filarów wsparcia rozwijanych przez Fundację Poland Business Run jest krakowskie Centrum Rehabilitacji Znowu w Biegu, stworzone z myślą o osobach po amputacjach i z niepełnosprawnością ruchową, z którego pomocy korzystają beneficjenci z całej Polski. Podczas warszawskiego spotkania o swoich doświadczeniach, rehabilitacji i drodze powrotu do ak-

tywności opowiedział m.in. Piotr Jaworski z Mazowsza.

– Wróciłem tydzień temu z pięciodniowego turnusu. Bolało mnie całe ciało, nawet nie wiedziałem, że mam takie mięśnie, ale właśnie o to chodziło. Pracowali ze mną fachowcy, ludzie z pasją, którzy pokazują, jak ćwiczyć, jak wzmacniać ciało i jak odzyskiwać sprawność. Kiedy po pięciu dniach widzi się ten efekt, motywacja jest zdecydowanie większa – mówił.

Wyjść z domu, spotkać ludzi, odzyskać aktywność

Podczas konferencji ważnym wątkiem była także izolacja, z którą mierzą się osoby po wypadkach i amputacjach. Beneficjenci mówili o strachu przed wyjściem z domu, o barierach mentalnych i o tym, jak dużą rolę odgrywa kontakt z osobami, które przeszły podobną drogę.

– Po wypadku bardzo długo próbowałem wrócić do tego, co było wcześniej. Nie chciałem puścić przeszłości. Przez półtora roku siedziałem w domu, rehabilitowałem się i bałem się wyjść. Przełomem był telefon od osoby, która zaprosiła mnie na trening szermierki na wózkach. Ten pierwszy trening wcale mi się nie podobał, ale stał się trampoliną do tego, żebym wyszedł z domu, wrócił do aktywności, do pracy i zaczął żyć naprawdę – mówił Radosław Fic.

Jak podkreślał, osoby po amputacjach potrzebują nie tylko sprzętu czy środków finansowych, ale także impulsu, żeby zrobić pierwszy krok.

– Tym, którzy siedzą dziś w domu i nie wiedzą, co ze sobą zrobić, powiedziałbym jedno. Odważcie się wyjść. Trzeba przekroczyć próg, pokazać się, spotkać ludzi. Znajdą się osoby, które pomogą i dadzą wędkę, a nie rybę. Dla mnie ogromne znaczenie miał sport, ale też ludzie, których dzięki niemu poznałem. To oni dali mi wsparcie, którego nie da się zastąpić poradą specjalisty – dodał.

O roli sportu w aktywizacji osób z niepełnosprawnościami mówił także Kamil Otowski, paralimpijczyk, założyciel klubu rugby na wózkach

Tornado Warszawa.

– W Polsce aktywnych osób z niepełnosprawnościami jest wciąż bardzo mało. Potrzebujemy więcej miejsc, w których dzieci, młodzież i dorośli mogą od początku zobaczyć, że sport jest dla nich dostępny. Nie chodzi o to, żeby od razu dawać gotowe rozwiązania, ale żeby krok po kroku wprowadzać ludzi w aktywność, pokazywać im możliwości i przełamywać bariery, które bardzo często są przede wszystkim w głowach – mówił Kamil Otowski.

Właśnie dlatego Poland Business Run nie jest dla Fundacji jedynie dniem biegu ani sportowym finałem kilkumiesięcznych przygotowań. To początek procesu, w którym środki z opłat startowych trzeba przełożyć na konkretne decyzje pomocowe. W tym roku wsparciem zostało objętych już ponad 130 beneficjentów, a za każdą decyzją stoi inna historia, inny etap leczenia, inne możliwości i inne potrzeby.

– Samo zebranie środków to dopiero początek. Później trzeba dobrze rozpoznać potrzeby, zaplanować wsparcie i mądrze zdecydować, co w danym momencie naprawdę pomoże konkretnej osobie. Czasem jest to proteza, wózek albo inny specjalistyczny sprzęt, a czasem rehabilitacja, fizjoterapia, wsparcie psychologiczne czy udział w campach i wyjazdach aktywizacyjnych, podczas których beneficjenci spotykają osoby z podobnymi doświadczeniami. To jest ta część naszej pracy, której nie widać na trasie biegu, ale bez niej Poland Business Run nie miałby sensu – podkreśla Agnieszka Pletti.

Mechanizm pomocy Poland Business Run działa dzięki zaangażowaniu uczestników, firm i partnerów. To ich wsparcie sprawia, że wydarzenie sportowe przekłada się na konkretne działania i budowanie społeczności osób wracających do sprawności. W jubileuszowej edycji do Fundacji dołączył Strategiczny Partner Społeczny, Nationale-Nederlanden. Sponsorami Strategicznymi są UBS, Standard Chartered i Enea, a Sponsorem Głównym PBR Kids 2026 został Medcover Sport. ■

Poland Business Run

2000 strażaków zdobyło Śnieżnik

Butla, hełm, ognioodporne ubranie, a w niektórych przypadkach też maska tlenowa czy topór. Rynsztunek strażaka może ważyć nawet 20 kg. W sobotę (4 lipca) 2000 strażaczek i strażaków z całej Polski w pełnym umundurowaniu bojowym zdobyło Śnieżnik, by pokazać solidarność z chorymi na nowotwory krwi i zachęcać do rejestracji w bazie potencjalnych dawców szpiku Fundacji DKMS. To już 6. – rekordowa edycja akcji.

MICHAŁ WASIELEWSKI

Okolo 2 w nocy okolice zalewu Stara Morawa w Stroniu Śląskim rozbłyśły niebieskimi światłami, a pierwsi uczestnicy wydarzenia zaczęli pojawiać się na miejscu zbiórki. Półtorej godziny później pierwsza 150-osobowa grupa opuściła parking i wyruszyła w kierunku Śnieżnika. Czekano na nich ponad 10 km wspinaczki i drugie tyle drogi w dół. To wyczyn, do którego wielu zaczęło przygotowania już wcześniej. Pierwsi strażacy dotarli na szczyt przed godz. 9:00, skąd po krótkim odpoczynku ruszyli w drogę powrotną.

– Zdobycie szczytu to ogromna satysfakcja. Walka z własnymi słabościami w pięknym celu. Razem wypełniliśmy słowa strażackiego motta – „...bliźniemu na ratunek” – na szczycie Śnieżnika. Ten 20-kilogramowy ekwipunek to tylko ułamek ciężaru, jaki na swoich barkach noszą pacjenci walczący z nowotworami krwi. Kiedy my mierzymy się ze stromym podejściem – oni każdego dnia mierzą się z niepewnością, trudami leczenia, bólem i często długotrwałą izolacją od bliskich. Zdobyliśmy Śnieżnik dla tych wszystkich osób, które teraz czekają na swojego „bliźniaka genetycznego” – opowiada strażak, Szymon Golonka z OSP Łosina Górna.

Razem przenoszą góry

Na dźwięk syreny, w gotowości do wyjazdu są w kilka minut. Gdy otwierają się zapisy do „Strażaka na Szlaku”, miejsca rozchodzą się w podobnym tempie. To 6., rekordowa edycja akcji. Dzięki doświadczeniu



Fot. Fundacja SMA

z poprzednich lat i otwartości lokalnych władz, możliwe było podwojenie liczby uczestników względem ubiegłego roku. Inicjator akcji, druh Sławomir Kowalczyk z OSP Łukowice Brzeskie nie kryje wzruszenia. Gdy po raz pierw-

szy ruszył na szlak, nie spodziewał się jeszcze, że w kolejnych latach pójdzie za nim cała Polska.

– Ta akcja wspaniale oddaje ducha strażackiej społeczności. Nigdy nie jesteśmy sami. Kiedy trzeba pomagać in-

nym, idziemy za sobą w ogień – mówi.

Dla niektórych to wyzwanie sportowe, dla innych – chęć integracji ze społecznością, jednak wszystkich łączy jeden cel – zwiększanie świadomości o nowotworach krwi i promowanie idei dawstwa szpiku.

– Kiedy zostałem dawcą komórek macierzystych dotarło do mnie, że to najprostszy sposób, by uratować czyjeś życie. By zapisać się do bazy

– To już szósta edycja „Strażaka na Szlaku”. Pomysł druha Sławomira Kowalczyka połączył ludzi z całej Polski wokół idei dawstwa szpiku i z roku na rok pokazuje, jak wielką siłę ma ta inicjatywa. Dzięki wspólnym działaniom Fundacji DKMS i środowiska strażackiego do naszej bazy dołączyło już ponad 7000 potencjalnych dawców szpiku, a wśród nich są już osoby, które zostały dawcami faktycznymi i poda-
rowały drugiemu człowiekowi szansę na życie – mówi Agnieszka Wodzińska, wiceprezes Fundacji DKMS.

Spełniona obietnica

Podczas gdy Michał Bałys, strażak PSP w Olkuszu, a po godzinach strażak-ochotnik, w ubiegłym roku wspinał się z innymi uczestnikami na Babią Górę, jego kilkumiesięczny syn, Staś, zmagał się z rzadką i groźną postacią białaczki (JMML). Celem strażaka było znalezienie zgodnego dawcy, który mógłby uratować malucha. Złożył wtedy obietnicę, nagrywając chwytający za serce apel: „Synku, mam nadzieję, że za rok wejdziemy tu razem”.

– Powiedziałem wtedy coś, co było raczej wyrazem wiary niż pewności, że za rok zdobędziemy ten szczyt w trójkę – wspomina Michał.

Podczas gdy Michał zdobywał góry dla Stasia, Wiola, mama chłopca, relacjonowała walkę o każdy dzień w mediach społecznościowych. Choć historia potoczyła się szczęśliwie, to droga leczenia była stroma, wyboista i pokazała, jak ważna jest duża pula potencjalnych dawców szpiku.

Kilka miesięcy po zdobyciu Babiej Góry przyszła wiadomość: dla Stasia znalazł się dawca. Pojawiła się szansa na leczenie. Radość rodziny nie trwała jednak długo. Podczas badań wstępnych u dawcy wykryto chorobę, która mogła przenieść się na osłabiony organizm chłopca. Takie ryzyko nie wchodziło w grę. Z powodów medycznych „bliźniak genetyczny” nie został dopuszczony do dalszej procedury. Innych zgodnych dawców dla Stasia nie było. Kiedy stan zdrowia się pogorszył, chłopiec otrzymał

przeszczepienie od taty. Na szczęście – udane.

Dziś Staś jest już po przeszczepieniu i wraca do zdrowia.

Sami nie zmienimy świata, ale możemy zmienić czyjś cały świat

Przeszczepienie komórek macierzystych i szpiku to terapia, którą stosuje się w ponad 200 różnych schorzeniach układu krwiotwórczego, głównie nowotworach krwi. Szanse na to, że znajdzie się wystarczająco zgodnego dawcę w rodzinie wynoszą jedynie 25 proc. Pozostali – ponad 800 osób rocznie – muszą liczyć na dawców niespokrewnionych. Pomimo 2,1 miliona dawców w bazie Fundacji DKMS, wciąż co 5. polski pacjent nie znajduje swojego „bliźniaka genetycznego”. Czasami – jak pokazuje historia Stasia – nawet jeśli zostanie odnaleziony, to do przeszczepienia może nie dojść.

– Zachęcamy Was do rejestracji. Każdy dawca ma znaczenie, to realna szansa dla chorujących – dodaje Wiola Walkowicz-Bałys, mama Stasia.

Historia Stasia nie jest jedyną, która zaczęła się na górskim szlaku. W tegorocznej wyprawie na Śnieżnik udział wzięła również Monika Kozieja, strażak Ochotniczej Straży Pożarnej Trzebnice (woj. dolnośląskie). To właśnie Monice strażacy dedykowali wejście na Śnieżkę w 2024 roku, gdy ta zmagala się z białaczką. Dziś, dwa lata później, wróciła na szlak i szła ramię w ramię ze strażacką bracią, by pokazać, że dawcy szpiku ratują życie i dają nadzieję pacjentom, którzy wciąż na nich czekają.

Rejestracja w bazie jest bardzo prosta. Potencjalnym dawcą szpiku może zostać każda ogólnie zdrowa osoba pomiędzy 18. a 55. rokiem życia, która mieszka na stałe w Polsce. Wystarczy zamówić bezpłatny pakiet rejestracyjny, pobrać wymaz z wewnętrznej strony policzka i odesłać próbki wraz z wypełnionym formularzem.

Co ważne, z rejestracji nie wykluczają choroby cywilizacyjne jak Hashimoto czy depresja. ■



Fundacji DKMS i zgłosić swoją gotowość do pomocy wystarczy pobrać wymaz z policzka. Samo pobranie komórek? W 90 proc. przypadków to kilka godzin na fotelu – dodaje Sławomir Kowalczyk.



Fot. materiały prasowe

Trzy lata za późno

Pierwsze objawy pojawiły się już w dzieciństwie, ale przez lata nikt nie potrafił połączyć ich w jedną całość. Dopiero w wieku 17 lat Wiktoria usłyszała diagnozę stwardnienia rozsianego. Dziś ma 24 lata i wraz z mamą opowiada o długiej drodze do rozpoznania choroby, walce o skuteczne leczenie i o tym, jak jedna decyzja terapeutyczna może zmienić całe życie pacjenta.

MARTA KOTON-CZARNECKA

Jakie były pierwsze objawy choroby? Kiedy się pojawiły?

Wiktoria: Pierwsze wyraźne objawy pojawiły się, gdy miałam około 16 lat. Zaczęło się od problemów z pęcherzem, zaburzeń emocjonalnych, a później doszły trudności z chodzeniem i coraz większe przygarbienie sylwetki.

Dziś, z perspektywy czasu, widzę, że choroba dawała o sobie znać już dużo wcześniej, jeszcze w szkole podstawowej. Podczas szkolnych wycieczek bardzo szybko się męczyłam, a po zajęciach na basenie nie byłam w stanie wrócić pieszo do domu. Mama musiała przy-

jeżdżać po mnie samochodem. Zdarzały się także niewyjaśnione zawroty głowy. Kiedyś przewróciłam się na boisku bez wyraźnej przyczyny i złamałam rękę. Lekarze badali wtedy nawet błędnik, ale nikt nie podejrzewał choroby neurologicznej.

Patrycja, mama Wiktorii: W tamtym czasie nikt nie łączył tych objawów w jedną całość. Każdy problem był traktowany osobno i szukano dla niego innego wyjaśnienia. W liceum pojawiły się kolejne trudności. Wiktoria zmagала się z fobią społeczną, a jednocześnie coraz bardziej odczuwała skutki postępującej choroby.

Wiktoria: Bardzo ciężko było mi wejść do klasy znajdującej się na najwyższym piętrze szkoły. Rówieśnicy

żartowali, że mam słabą kondycję, a ja sama nie rozumiałam, dlaczego zwykle czynności sprawiają mi taką trudność.

Jak wyglądała droga do diagnozy?

Patrycja, mama Wiktorii: Trafiałyśmy od jednego specjalisty do drugiego – nefrologa, ortopedy, psychologa. Słyszałyśmy, że problem może być związany z kręgosłupem. Nikt nie łączył tych objawów z chorobą neurologiczną. Zaburzenia emocjonalne również wydawały się czymś zupełnie niezwiązanym z późniejszą diagnozą. Wszystkie wizyty i badania wykonywałyśmy prywatnie, bo w publicznym systemie ochrony zdro-

wia czas oczekiwania był bardzo długi. W końcu jeden z lekarzy skierował Wiktorię na rezonans magnetyczny. Badanie wykazało zmiany demielinizacyjne i jako matka od razu przeczesałam, że może chodzić o stwardnienie rozsiane. Najgorsze było jednak to, że nikt nie powiedział nam, gdzie dalej szukać pomocy. Nie wiedziałyśmy, do którego szpitala się zgłosić, gdzie działa neurologia dziecięca. Tymczasem stan Wiktorii wyraźnie się pogarszał i potrzebowała pomocy już nawet przy codziennych czynnościach. Ostatecznie trafiliśmy do Górnośląskiego Centrum Zdrowia Dziecka, gdzie postawiono diagnozę.

Co czuliście, kiedy padła diagnoza?

Wiktorii: Dla mnie była to przede wszystkim ulga. Wreszcie dowiedziałam się, dlaczego mając 17 lat nie mogę normalnie chodzić. Najbardziej bałam się usłyszeć, że nic mi nie jest albo że lekarze nie wiedzą, co mi dolega.

Patrycja, mama Wiktorii: Przed diagnozą wiele osób uważało Wiktorię za leniwą. Słyszała, że nie chce ćwiczyć na WF-ie, jeździć na rowerze czy chodzić na spacer. Diagnoza była wyjaśnieniem tych objawów – i dla nas i dla otoczenia.

Paradoksalnie, po pobycie w szpitalu i zetknięciu się z innymi ciężkimi chorobami, stwardnienie rozsiane nie wydawało się nam najgorszym możliwym scenariuszem. Przede wszystkim, wiedziałyśmy, że nie jest to choroba śmiertelna. Oczywiście pojawiło się wiele obaw dotyczących przyszłości i tego, jak poradzimy sobie również pod względem finansowym.

Czy po diagnozie udało się zatrzymać postęp choroby?

Wiktorii: Początkowo otrzymałam leczenie tabletkowe. Miałam wtedy 17 lat i ze względu na wiek nie kwalifikowałam się do terapii, którą otrzymuję obecnie. Nikt nie poinformował nas o możliwości zastosowania leczenia o wyższej skuteczności. Niestety choroba stale postępowała. Coraz bardziej pogarszało się chodzenie, później także sprawność rąk. Bywały dni, kiedy nie byłam w stanie wstać z łóżka. Nie doświadczałam

typowych rzutów – objawy po prostu stopniowo się nasilały.

Patrycja, mama Wiktorii: Przy leczeniu tabletkowym choroba była obecna w naszym życiu każdego dnia. Musiałam stale przypominać córce o przyjmowaniu leków, co często prowadziło do napięć między nami. Gdy Wiktorii skończyła 18 lat, musiałyśmy samodzielnie szukać ośrodka, który przejmie dalsze leczenie. Nikt nas nigdzie nie pokierował. W nowym szpitalu kontynuowano dotychczasową terapię, nie analizując dokładnie postępu choroby. Sytuację dodatkowo utrudniała pandemia – wizyty ograniczały się właściwie do wydawania leków.

Wiktorii: W końcu doszło do tego, że zaczęłam poruszać się na wózku. Dopiero wtedy przeprowadzono ponownie pełną diagnostykę. Okazało się, że mam pierwotnie postępującą postać stwardnienia rozsianego. Diagnoza została zmieniona po trzech latach od rozpoznania choroby. I wtedy udało się wdrożyć leczenie okrelizumabem podawanym dożylnie. Otrzymuję ten lek już prawie cztery lata i choroba praktycznie się zatrzymała. Mój stan jest stabilny od momentu rozpoczęcia tej terapii. Mam też więcej energii, nie odczuwam już tak ogromnego zmęczenia jak wcześniej. Poprawiła się również sprawność moich rąk. Bardzo żałuję, że wcześniej nie dostałam tego właśnie leczenia. Być może pozwoliłoby mi to uniknąć tak dużej niepełnosprawności.

Patrycja, mama Wiktorii: Nasza historia pokazuje, że każdy przypadek SM przebiega inaczej, dlatego tak ważny jest dostęp do szerokiego wachlarza terapii, niezależnie od wieku pacjenta. Jeśli dziecko kwalifikuje się do leczenia wysoko skutecznego, powinno otrzymać je jak najszybciej. W początkowym okresie choroby czas ma ogromne znaczenie.

Czy po diagnozie były momenty złości i buntu?

Wiktorii: Oczywiście. Byłam zła na cały świat. Przez pewien czas nie chciałam nawet się rehabilitować. Nie mogłam pogodzić się z tym, że choroba pojawiła się właśnie wtedy, gdy wchodziłam w dorosłość. Dziś jest już inaczej. Zaakceptowałam chorobę i uczę

się z nią żyć. Wychodzę z domu, poznaję ludzi, mam chłopaka.

Jak dziś wygląda Wasza codzienność?

Wiktorii: Choroba zmieniła moje spojrzenie na życie. Dziś bardziej doceniam małe rzeczy. Staram się żyć tu i teraz. Nie wybiegam daleko w przyszłość, ale na co dzień znajduję sobie wiele zajęć – szydełkuję, maluję, układam klocki LEGO. Dlatego sprawność rąk jest dla mnie tak ważna. Obecnie robię także prawo jazdy. Paradoksalnie dzięki wózkowi mogę dotrzeć do miejsc, do których wcześniej nie byłam w stanie dojść o własnych siłach.

Patrycja, mama Wiktorii: Ze względu na konieczność opieki nad córką musiałam zrezygnować z pracy zawodowej. Musieliśmy też dostosować dom do potrzeb osoby z niepełnosprawnością. Niestety nadal napotykamy mnóstwo barier. Nawet miejsca oznaczone jako dostępne często nie są w pełni przystosowane. Zdarza się na przykład, że toaleta dla osób z niepełnosprawnościami ma ciężkie drzwi, których osoba na wózku nie jest w stanie samodzielnie otworzyć.

Co chcielibyście powiedzieć rodzicom dzieci, które właśnie usłyszały diagnozę SM?

Patrycja, mama Wiktorii: Przede wszystkim, żeby się nie poddawali i wspierali swoje dziecko najlepiej, jak potrafią. Jednocześnie nie można dopuścić do tego, żeby całe życie kręciło się wyłącznie wokół choroby. Dziecko musi mieć przestrzeń, aby czasem o niej zapomnieć, śmiać się, wygłupiać i robić zwyczajne rzeczy.

Wiktorii: Bardzo ważne jest dobre leczenie od samego początku choroby – to może zmienić całe życie pacjenta. To nie tylko kwestia zdrowia i samodzielności, ale także przyszłości – możliwości nauki, pracy i niezależności. Nieskuteczne leczenie stwardnienia rozsianego generuje ogromne koszty społeczne. Dziś ani ja, ani moja mama nie pracujemy. Jeśli nasza historia pomoże choć jednej rodzinie szybciej trafić na właściwe leczenie, będzie to miało ogromny sens. ■

Mniej papierów, wyższe małe dotacje i nowe zasady dla NGO

Dla organizacji pozarządowych to może być jedna z ważniejszych zmian ostatnich lat. Nie dlatego, że rozwiąże wszystkie problemy trzeciego sektora, bo tego oczywiście nie zrobi. Ale dlatego, że dotyczy spraw bardzo praktycznych: wkładu własnego, małych dotacji, sprawozdawczości, zadań publicznych i codziennej współpracy NGO z administracją.

Senat bez poprawek przyjął rządową nowelizację ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie oraz ustawy o grach hazardowych. Za ustawą głosowało 64 senatorów, nikt nie był przeciw, a 28 senatorów wstrzymało się od głosu. Oznacza to, że ustawa trafiła teraz do Prezydenta. Zasadnicza część zmian ma wejść w życie 1 września 2026 roku.

Koniec obowiązkowego wkładu finansowego w wielu projektach

Jedna z najważniejszych zmian dotyczy wkładu własnego. Dziś dla wielu małych organizacji to realna bariera. Często mają pomysł, ludzi, wolontariuszy i zaplecze, ale nie mają pieniędzy, które mogłyby wnieść jako wkład finansowy do projektu.

Nowelizacja zakłada zniesienie obowiązku zapewnienia wkładu finansowego przy realizacji zadań publicznych. Organizacje pozarządowe będą musiały zapewnić wkład osobowy albo rzeczowy. Może to być na przykład praca wolontariuszy, społeczna praca członków stowarzyszenia, udostępniony sprzęt, materiały czy inne zasoby potrzebne do wykonania zadania.

Wyjątkiem mają być projekty inwestycyjne finansowane przez samorządy. Tam wkład finansowy nadal będzie mógł być wymagany.

W praktyce oznacza to większe otwarcie konkursów dla mniejszych organizacji, które nie dysponują wolnymi środkami, ale mają realny potencjał do działania. Jeżeli organ administracji dopuści taką możliwość, NGO będzie mogło zastąpić całość lub część wkładu osobowego albo rzeczowego środkami finansowymi własnymi lub pochodzącymi z innych źródeł. Decyzja w tej spr-



Fot. Generated by AI

wie ma należeć do organizacji i będzie wskazywana już w ofercie.

Małe dotacje będą większe

Duże znaczenie mają też zmiany w tzw. małych dotacjach, czyli uproszczonym trybie zlecania zadań lokalnych i regionalnych. To rozwiązanie szczególnie ważne dla mniejszych inicjatyw, które nie zawsze potrzebują dużych konkursów, wielomiesięcznych procedur i rozbudowanej dokumentacji.

Po zmianach maksymalna dotacja na jedno zadanie wzrośnie z 10 tys. zł do 20 tys. zł. Roczny limit dla jednej organizacji ma zostać podniesiony z 20 tys. zł do 40 tys. zł. Zwiększony zostanie również udział budżetu samorządu przeznaczony na takie zadania, z 20 proc. do 30 proc.

To ważne, bo dotychczasowe limity od lat coraz mniej przystawały do rzeczywistych kosztów organizowania wydarzeń, warsztatów, działań społecznych

czy lokalnych projektów. Ceny usług, materiałów, transportu i wynagrodzeń rosły, a limity pozostawały takie same.

Nowelizacja przewiduje też zniesienie obowiązku realizacji zadania w ciągu maksymalnie 90 dni. Dla organizacji oznacza to większą swobodę planowania działań i możliwość realizowania projektów spokojniej, a nie w pośpiechu wymuszonym przez sztywne terminy.

Prostsze sprawozdania dla najmniejszych OPP

Zmiany obejmą również organizacje pożytku publicznego. Próg przychodów uprawniający do korzystania z uproszczonych sprawozdań z działalności ma wzrosnąć ze 100 tys. zł do 200 tys. zł rocznie.

To oznacza, że więcej małych OPP będzie mogło korzystać z prostszych rozwiązań sprawozdawczych. Dla organizacji działających lokalnie, często

opartych na społecznej pracy kilku osób, może to być realne odciążenie.

Nowelizacja przesunęła także termin publikacji informacji o wydatkowaniu przez OPP środków z 1,5 proc. PIT. Zamiast 31 grudnia ma to być 31 stycznia. Chodzi o to, aby dać więcej czasu na analizę danych i przygotowanie rzetelnych informacji, zwłaszcza że same organizacje składają sprawozdania nawet do końca listopada, a część robi to z opóźnieniem.

NGO także w obronie cywilnej i pracy z młodzieżą

Lista zadań publicznych, które można zlecać organizacjom pozarządowym, ma zostać rozszerzona. Wśród nowych obszarów znalazła się obrona cywilna oraz praca z młodzieżą.

W przypadku obrony cywilnej chodzi o działania związane z ochroną ludności cywilnej przed zagrożeniami wynikającymi z działań zbrojnych i ich następstw. Zmiana ma umożliwić organizacjom zawieranie porozumień na realizację takich zadań.

Drugim obszarem jest praca z młodzieżą. Ten zapis ma uporządkować wątpliwości, które pojawiały się przy klasyfikowaniu działań młodzieżowych jako zadań publicznych. W praktyce może to ułatwić finansowanie projektów skierowanych do młodych ludzi, zwłaszcza tych realizowanych lokalnie.

Nowa odznaka dla społeczników

Nowelizacja wprowadza też nowe wyróżnienie: odznakę „Za Zasługi dla Społeczeństwa Obywatelskiego”. Ma być przyznawana osobom szczególnie zasłużonym dla rozwoju społeczeństwa obywatelskiego w Polsce.

Odznakę będzie mógł nadać Przewodniczący Komitetu do spraw Pożytku Publicznego z własnej inicjatywy albo na wniosek Rady Działalności Pożytku Publicznego lub co najmniej 10 organizacji pozarządowych. Wyróżnienie będzie mogło trafić między innymi do społeczników, członków NGO i wolontariuszy.

Szczegółowe zasady nadawania odznaki, jej wzór, dokumenty oraz sposób noszenia mają zostać określone w rozporządzeniu.

24 kwietnia Dniem Społeczeństwa Obywatelskiego

Ustawa ustanawia także 24 kwietnia Dniem Społeczeństwa Obywatelskiego. Data nie jest przypadkowa, bo właśnie 24 kwietnia uchwalono ustawę o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie.

Nowe święto ma popularyzować rolę organizacji pozarządowych, wolontariatu i aktywności obywatelskiej. To symboliczna zmiana, ale dla sektora społecznego może mieć znaczenie promocyjne i edukacyjne.

Likwidacja Funduszu Wspierania OPP

Nowelizacja przewiduje również likwidację Funduszu Wspierania Organizacji Pożytku Publicznego. Środki tego funduszu mają zostać przesunięte na rachunek Funduszu Wspierania Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego, którego dysponentem jest Przewodniczący Komitetu do spraw Pożytku Publicznego.

Według założeń dotychczasowy cel likwidowanego funduszu, czyli wzmacnianie potencjału organizacji pożytku publicznego i wyrównywanie ich szans, nadal będzie mógł być realizowany, ale już poprzez działania finansowane z Funduszu Wspierania Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego.

Co to oznacza dla organizacji?

Najkrócej mówiąc: mniej formalnych barier i więcej elastyczności. Organizacje mają łatwiej sięgać po małe dotacje, nie będą tak często blokowane przez brak wkładu finansowego, a najmniejsze OPP zyskają prostszą sprawozdawczość.

Nie są to zmiany, które zdejmą z NGO całą biurokrację. Organizacje nadal będą musiały składać oferty, rozliczać środki, prowadzić dokumentację i pilnować terminów. Ale proponowane przepisy idą w stronę większego zaufania do sektora społecznego i lepszego dopasowania prawa do realiów lokalnego działania.

Ustawa została podpisana przez Prezydenta. Główne zmiany mają zacząć obowiązywać od 1 września 2026 roku. ■

Red.

Dostępniejsze sądy

Rada Ministrów przyjęła projekt Ministerstwa Sprawiedliwości, który ma poprawić dostępność wymiaru sprawiedliwości dla osób niesłyszących. Nowe przepisy zagwarantują im prawo do bezpłatnej pomocy profesjonalnego tłumacza języka migowego podczas postępowań sądowych.



Fot. pixabay.com

Koszty tłumaczenia pokryje państwo, a możliwość skorzystania ze wsparcia nie będzie zależała od sytuacji materialnej uczestnika postępowania. Zmiana ma umożliwić osobom niesłyszącym pełniejsze uczestnictwo w rozprawach, lepsze zrozumienie ich przebiegu oraz skuteczniejsze korzystanie z przysługujących im praw. Ma także usunąć jedną z najważniejszych barier komunikacyjnych w dostępie do sądu.

Projekt przewiduje ponadto utworzenie elektronicznych list biegłych sądowych, które ułatwią wyszukiwanie odpowiednich specjalistów i usprawnią prowadzenie postępowań. Wprowadzone mają zostać również jednolite standardy bezpieczeństwa i funkcjonowania systemów informatycznych wykorzystywanych przez sądy.

Przyjęcie projektu przez rząd nie oznacza jeszcze wejścia przepisów w życie. Dokument trafi teraz do dalszych prac legislacyjnych. ■

Red.

Program „Mobilność osób z niepełnosprawnością” na nowych zasadach

Od 1 lipca 2026 roku obowiązują zmienione zasady programu „Samodzielność – Aktywność – Mobilność!” Mobilność osób z niepełnosprawnością. Wprowadzono nowe kryteria punktowe, uproszczono sposób składania wniosków oraz zmieniono częstotliwość naborów. W 2026 roku wnioski będzie można składać od 1 do 18 września.

W zmienionym programie wprowadzono nowe kryteria punktowe, które będą miały wpływ na kolejność przyznawania dofinansowania.

Jeden punkt otrzymają osoby w wieku od 7 do 18 lat. Wnioskodawcy, którzy ukończyli 18 lat, również będą mogli otrzymać jeden punkt, pod warunkiem potwierdzenia zatrudnienia lub kontynuowania nauki.

Dodatkowe punkty będą przyznawane także osobom, które już wcześniej składały wnioski w programie, ale nie otrzymały dofinansowania z powodu wyczerpania środków finansowych. Za od jednego do trzech takich wniosków przyznane zostanie 0,5 punktu, natomiast za cztery lub więcej wcześniejszych wniosków – jeden punkt.

Zmiana ma premiować osoby, które wielokrotnie ubiegały się o pomoc, ale mimo spełnienia warunków nie otrzymały wsparcia z powodu braku dostępnych środków.

Jeden nabór w roku

Zmieni się również częstotliwość naborów. Dotychczas wnioski można było składać dwa razy w roku. Od 2026 roku przeprowadzana będzie jedna tura, rozpoczynająca się we wrześniu.

Nabór będzie trwał od pierwszego dnia roboczego września, od godziny 10:00, przez 14 dni roboczych, do godziny 9:59 ostatniego dnia. W 2026 roku wnioski będzie można składać w Systemie Obsługi Wsparcia, czyli SOW, od 1 września od godziny 10:00 do 18 września do godziny 9:59.

Mniej dokumentów na początku

Uproszczona zostanie procedura składania wniosków. Na pierwszym etapie wnioskodawca nie będzie musiał dołączać wszystkich wymaganych dokumentów i załączników. Dokumenty będą przekazywane dopiero po wstępnym zakwalifikowaniu wniosku do dofinansowania przez właściwy Oddział PFRON. Po ich sprawdzeniu pełnomocnicy Zarządu PFRON w oddziałach podejmą ostateczną decyzję o przyznaniu wsparcia. Wymagane dokumenty trzeba będzie dostarczyć w nieprzekraczalnym terminie 14 dni

od dnia otrzymania informacji o zakwalifikowaniu wniosku.

Wiecej lekarzy może wystawić zaświadczenie

Poszerzono listę lekarzy, którzy mogą wystawić wymagane zaświadczenie lekarskie. Dokument będzie mógł zostać wydany przez lekarza specjalistę w dziedzinie: ortopedii, rehabilitacji, neurologii, chorób wewnętrznych, medycyny rodzinnej, pediatrii – w przypadku dzieci.

Zaświadczenie nie może być wystawione wcześniej niż 120 dni przed



Fot. PFRON

dnem złożenia wniosku. PFRON przygotowuje nowy wzór zaświadczenia lekarskiego oraz regulamin realizacji programu. Dokumenty zostaną opublikowane po ich przyjęciu przez Zarząd Funduszu.

Zaświadczenia wystawione na dotychczasowym wzorze również będą uznawane, o ile zostały wydane nie wcześniej niż 120 dni przed złożeniem wniosku i podpisał je jeden z lekarzy wskazanych w programie obowiązującym od 1 lipca 2026 roku.

Zaświadczenie dopiero po zakwalifikowaniu wniosku

Zaświadczenie lekarskie, podobnie jak pozostałe wymagane dokumenty, nie będzie potrzebne na etapie wysyłania wniosku w systemie SOW. Wnioskodawca będzie musiał je dostarczyć po otrzymaniu informacji z Oddziału PFRON o wstępnym zakwalifikowaniu do dofinansowania. Na uzupełnienie dokumentacji będzie miał 14 dni.

Szczegółowe informacje oraz zmienne dokumenty programowe dostępne są na stronie Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. ■

Red.

„Poradnik bezpieczeństwa” dostępny w Polskim Języku Migowym

W sytuacjach kryzysowych liczy się każda minuta, ale też każda zrozumiała informacja. Dlatego „Poradnik bezpieczeństwa”, przygotowany przez Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji we współpracy z Ministerstwem Obrony Narodowej oraz Rządowym Centrum Bezpieczeństwa, został udostępniony także w Polskim Języku Migowym.



Fot. Generated by AI

Na kanale YouTube Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz na stronie internetowej poradnika opublikowano 21 filmów. Każdy z nich odpowiada kolejnemu rozdziałowi publikacji i został przetłumaczony na PJM.

To ważna informacja szczególnie dla osób Głuchych i posługujących się Polskim Językiem Migowym. Dzięki temu mogą one korzystać z tych samych praktycznych wskazówek dotyczących bezpieczeństwa, co pozostali mieszkańcy Polski. W sytuacjach zagrożenia dostępność informacji może mieć realne znaczenie, bo pozwala szybciej reagować, lepiej przygotować rodzinę i ograniczyć stres.

Z materiałów można dowiedzieć się między innymi, jak przygotować dom i bliskich na sytuacje kryzysowe, co powinno znaleźć się w plecaku ewakuacyjnym, jak reagować na różne rodzaje zagrożeń oraz gdzie szukać wiarygodnych informacji i pomocy.

„Poradnik bezpieczeństwa” to rządowa inicjatywa, której celem jest przygotowanie obywateli na różnego rodzaju zagrożenia. Chodzi zarówno o cyberataki, dezinformację, klęski żywiołowe, jak i sytuacje militarne czy kryzysy infrastrukturalne.

Publikacja podkreśla znaczenie budowania odporności społecznej, odpowiedzialności i świadomego reagowania w trudnych sytuacjach.

Autorzy poradnika zwracają uwagę, że bezpieczeństwo nie zaczyna się dopiero w momencie kryzysu. Wcześniej przygotowanie, rozmowa z rodziną, znajomość zasad ewakuacji czy zgromadzenie podstawowego wyposażenia mogą sprawić, że w chwili zagrożenia łatwiej będzie podjąć właściwą decyzję.

Publikacja została przygotowana przez Ministerstwo Obrony Narodowej, Ministerstwo Spraw Wewnętrznych i Administracji oraz Rządowe Centrum Bezpieczeństwa we współpracy z ekspertami, samorządami, służbami i organizacjami pozarządowymi. Zawiera praktyczne wskazówki dotyczące między innymi tworzenia rodzinnych planów kryzysowych, zasad ewakuacji, sygnałów alarmowych, przygotowania zapasów oraz niezbędnego wyposażenia.

Poradnik jest dostępny do pobrania w wersji elektronicznej. Zgodnie z wcześniejszymi zapowiedziami papierową wersję publikacji miało otrzymać także każde gospodarstwo domowe. ■

Red.

Wczesne objawy nowotworów u dzieci łatwo przeoczyć

Pozornie niegroźny uraz, ból po zabawie, zmęczenie czy brak apetytu – w większości przypadków takie objawy u dzieci nie oznaczają poważnej choroby. Problem pojawia się wtedy, gdy utrzymują się dłużej, nawracają albo nie ustępują mimo leczenia. Z badania społecznego przeprowadzonego w styczniu 2026 r. wynika, że choć rodzice deklarują dużą czujność wobec zdrowia dzieci, w praktyce często przyjmują strategię „obserwacji przez kilka dni”.

Historie pacjentów leczonych w Instytucie Matki i Dziecka pokazują, jak istotne może być skrócenie drogi od pierwszego sygnału do pogłębionej diagnostyki.

Miesiąc leczenia urazu, który okazał się nowotworem – historia Julki

Julia miała sześć lat, gdy w grudniu 2022 roku trafiła na Szpitalny Oddział Ratunkowy z urazem lewej stopy. Rozpoznano złamanie kości śródstopia i wdrożono standardowe leczenie. Przez kolejne tygodnie nic nie wskazywało na to, że przyczyną bólu jest coś poważniejszego. Dopiero kontrolne badanie RTG wykonane po miesiącu wykazało obecność guza.

Rezonans magnetyczny potwierdził podejrzenia. W styczniu 2023 roku dziewczynka rozpoczęła leczenie w Klinice Onkologii i Chirurgii Onkologicznej Dzieci i Młodzieży IMiD. Biopsja wykazała, że to rhabdomyosarcoma – złośliwy nowotwór tkanek miękkich. Dalsza diagnostyka ujawniła liczne przerzuty, m.in. do jajnika, mięśni i węzłów chłonnych. Ze względu na lokalizację guza operacja nie była możliwa. Julka przeszła intensywną chemioterapię i radioterapię. Wymagała licznych transfuzji krwi i płytek, a przez wiele miesięcy nie mogła samodzielnie chodzić. Z krótkimi przerwami na pobyt w domu półtora roku spędziła w szpitalu. Obecnie pozostaje pod kontrolą lekarzy, jest w trakcie rehabilitacji i leczenia podtrzymującego. Choć jej stopa nie odzyskała pełnej sprawności, dziewczynka wraca

do codzienności i – jak podkreślają bliscy – mimo trudnych doświadczeń pozostaje pełna radości i energii.

„To był tylko upadek” – historia Miłosza

Miłosz miał zaledwie 2 lata, gdy w 2017 roku przewrócił się podczas zabawy. Po upadku skarżył się na ból prawej nogi. Choć uraz nie wyglądał groźnie, rodziców nie opuszczało złe przeczucie. Rozpoczęła się długa droga diagnostyczna – wizyty w szpitalach, liczne badania oraz dwie biopsje, które nie przynosiły jednoznacznej odpowiedzi.

Dopiero po skierowaniu do Instytutu Matki i Dziecka w Warszawie wykonano kolejną, trzecią biopsję, która pozwoliła postawić jednoznaczną diagnozę: mięsak Ewinga kości udowej – nowotwór rzadki, występujący głównie u nastolatków, a u tak małych dzieci spotykany wyjątkowo rzadko.

Miłosz przeszedł intensywne leczenie onkologiczne, operację usunięcia guza oraz wszczęcie specjalnej „rosnącej”, magnetycznie wydłużanej endoprotezy, dostosowanej do rozwijającego się organizmu dziecka. Leczenie trwało łącznie 16 miesięcy i wymagało nieustannej rehabilitacji oraz kolejnych interwencji chirurgicznych.

Dziś Miłosz ma 10 lat. Chodzi do szkoły, interesuje się piłką nożną i żyje jak jego rówieśnicy, choć musi funkcjonować z pewnymi ograniczeniami. Regularne kontrole onkologiczne nadal wiążą się z niepewnością, ale – jak podkreślają jego rodzice – towarzyszy im przede wszystkim nadzieja.

Co wynika z badania przeprowadzonego wśród rodziców?

Badanie przeprowadzone w styczniu 2026 r. przez firmę BioStat metodą CAWI, na zlecenie Kliniki Onkologii i Chirurgii Onkologicznej Dzieci i Młodzieży IMiD, wśród 400 rodziców dzieci w wieku 8–18 lat pokazuje, że deklarowana świadomość znaczenia wczesnej diagnozy jest wysoka.

87 proc. respondentów zgadza się ze stwierdzeniem, że wczesne zauważenie i zgłoszenie nietypowych objawów u dziecka ma kluczowe znaczenie dla leczenia.

Jednocześnie w praktyce dominującą strategią pozostaje kilkudniowa obserwacja. 60,3 proc. rodziców de-



Fot. materiały prasowe

klaruje, że w przypadku nietypowych objawów – takich jak długotrwałe zmęczenie, nawracające bóle, bladeść czy niewyjaśniona gorączka – podejmuje działanie dopiero po pewnym czasie, a 18,8 proc. reaguje tego samego dnia.

Deklaracje te nie zawsze przekładają się jednak na tempo rzeczywistej diagnostyki.

– W praktyce klinicznej często widzimy, że od pojawienia się pierwszych objawów do pogłębionych badań mija nie kilka, ale kilkanaście dni, a czasem nawet kilka tygodni – komentuje prof. Anna Raciborska, kierownik Kliniki Onkologii i Chirurgii Onkologicznej Dzieci i Młodzieży IMiD.

W badaniu wskazano również, że co czwartemu rodzicowi zdarza się uznać brak apetytu (26,5 proc.) lub bóle brzucha (25,5 proc.) za dolegliwości przejściowe. 42,8 proc. respondentów nie słyszało wcześniej, że nowotwór u dziecka może rozwijać się w sposób ukryty i dawać niespecyficzne objawy.

Uważność zamiast paniki

– Objawy nowotworów dziecięcych bardzo często przypominają dolegli-

wości typowe dla wieku rozwojowego, infekcji czy urazów. Nie chodzi o reagowanie na każdy sygnał natychmiastową wizytą u lekarza, ale o pogłębianie diagnostyki wtedy, gdy objawy się utrzymują, nawracają lub nie ustępują mimo leczenia – podkreśla prof. Anna Raciborska, kierownik Kliniki Onkologii IMiD. – To właśnie dynamika objawów i czas ich trwania powinny skłaniać do dalszych badań.

Badanie powstało w ramach czwartej edycji kampanii społecznej (P)okaż Serce, której celem jest zwiększanie świadomości wczesnych objawów nowotworów u dzieci oraz budowanie onkoczułości rozumianej jako uważność, a nie strach. Bazą merytoryczną kampanii jest strona pokazserce.pl, gdzie zebrano informacje dotyczące objawów, diagnostyki, leczenia oraz dostępnych form wsparcia psychologicznego. W tej edycji organizatorzy zapraszają do współpracy również nauczycieli szkół podstawowych. Eksperti Instytutu Matki i Dziecka przygotowali scenariusz lekcji, który pomaga w przystępny sposób rozmawiać z dziećmi o zdrowiu i samoświadomości ciała, który jest dostępny na pokazserce.pl/dla-nauczycieli ■ Inf. prasowa

Warto wiedzieć

Każdego roku w Polsce około 1,2 tys. rodzin słyszy diagnozę nowotworu u dziecka. Nowotwory dziecięce mogą dawać różne, często niespecyficzne objawy, które łatwo pomylić z innymi chorobami.



Fot. Generated by AI

Szczególną uwagę warto zwrócić na dolegliwości utrzymujące się przez dłuższy czas, nawracające lub nasilające się mimo leczenia. Ich wystąpienie nie musi oznaczać choroby nowotworowej, ale powinno skłonić do konsultacji z lekarzem.

Objawy nowotworów u dzieci:

- Nieustające bóle lub zawroty głowy oraz problemy z widzeniem.
- Nawracająca gorączka bez wyraźnej przyczyny.
- Nagła utrata masy ciała i brak apetytu.
- Przewlekłe zmęczenie i bladeść.
- Urazy oraz złamania niewspółmierne do zdarzenia.
- Nietypowe guzy, zgrubienia lub opuchlizny.
- Niepoddające się leczeniu zmiany skórne.
- Bóle kości nasilające się szczególnie w nocy.
- Powiększenie obwodu brzucha oraz zaburzenia oddawania moczu lub stolca.
- Nawracające infekcje o nieustalonej przyczynie, między innymi układu moczowego, górnych dróg oddechowych lub ucha.
- Objawy neurologiczne i niedowłady. ■

Oprac. Red.



Rok pełen aktywności, spotkań i dobrej energii

W Sali Audytoryjnej Wyższego Seminarium Duchownego w Elblągu odbyło się uroczyste zakończenie roku akademickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku i Osób Niepełnosprawnych w Elblągu. Był to czas podsumowań, podziękowań, gratulacji, ale też refleksji nad tym, jak ważna jest aktywność, ciekawość świata i wspólnota, niezależnie od wieku.

RAFAŁ SUŁEK

W mijającym roku akademickim w działaniach Uniwersytetu uczestniczyło około 300 osób, w tym 35 mężczyzn. Jak podkreśla Iwona Orężak, prezes UTWiON, największym zainteresowaniem cieszyły się wykłady z historii, sztuki, psychologii i geografii. Dużą frekwencję odnotowano również na zajęciach sekcyjnych, między innymi z gimnastyki rehabilitacyjnej, języka angielskiego, malarstwa, rękodzieła artystycznego, historii oraz relaksacji.

– To Wy jesteście sercem naszej społeczności. Przez cały rok aktywnie uczestniczyliście w zajęciach, wykładach, warsztatach i wydarzeniach, które wspólnie tworzymy – mówiła do słuchaczy Iwona Orężak.

Prezes UTWiON podziękowała także pracownikom biura, wykładowcom, instruktorom, wolontariuszom, partnerom oraz wszystkim osobom wspierającym działalność Uniwersytetu. Szczególne słowa skierowała do najbliższych współpracowników, podkreślając ich codzienną pracę, zaangażowanie i cierpliwość.

Rok akademicki był bogaty nie tylko w zajęcia edukacyjne, ale również wydarzenia kulturalne i turystyczne. Słuchacze brali udział między innymi w wyjazdach do Teatru Muzycznego w Gdyni, Filharmonii Bałtyckiej w Gdańsku, a także w wycieczkach na Podlasie, do Toskanii i Torunia. Kontynuowany jest również projekt PFRON „Punkt Informacji i Poradnictwa Społecz-



Fot. Rafał Sułek

nego, Psychologicznego i Prawnego”, dzięki któremu słuchacze mogą korzystać z bezpłatnych porad specjalistów.

Podczas uroczystości głos zabrała także Jolanta Malinowska, dyrektor Elbląskiego Stowarzyszenia Pomocy Humanitarnej Lazarus, która przekazała gratulacje na ręce prezes Iwony Orężak.

– Jest taka piękna maksyma, która mówi, że nie starzeje się ten, kto nie ma na to czasu. I właśnie tego chcemy Państwu życzyć: żeby zawsze było tyle pomysłów, spotkań, wydarzeń i dobrej energii, aby na starzenie się po prostu nie było czasu – mówiła Jolanta Malinowska.

Szczególne miejsce w programie zajął wykład psychologa Ireneusza Kality pt. „Youngizm i ageizm – kiedy wiek zaczyna szufladkować ludzi”. Prelegent mówił o tym, jak łatwo oceniamy innych przez pryzmat metryki i jak często wiek staje się pretekstem do uproszczeń. Zwracał uwagę zarówno na stereotypy dotyczące osób starszych, jak i młodych.

– Wiek jest ważną informacją, ale nie opisuje całego człowieka. Może coś podpowiadać, ale nie zastępuje rozmowy – podkreślał Ireneusz Kalita.

Psycholog przypominał, że uniwersytety trzeciego wieku są najlepszym dowodem na to, że ciekawość świata, chęć uczenia się i potrzeba bycia aktywnym nie mają daty ważności. Zachęcał też, by w codziennych rozmowach częściej pytać, zamiast zakładać, oraz dostrzegać w drugim człowieku jego historię, a nie tylko wiek.

Nie zabrakło również części artystycznej. Przed zgromadzoną publicznością wystąpili zespół taneczny Fantastic oraz zespół wokalny „Melodia”. Były także wyróżnienia i podziękowania dla najbardziej aktywnych słuchaczy, którzy przez cały rok angażowali się w życie Uniwersytetu.

– To dzięki Wam Uniwersytet Trzeciego Wieku i Osób Niepełnosprawnych w Elblągu jest miejscem żywym, otwartym i pełnym inspirujących ludzi – podsumowała Iwona Orężak. ■

Bezpieczne wakacje zaczynają się od wiedzy

Na Przystani Wodnej w Elblągu odbyła się kolejna edycja akcji informacyjno-edukacyjnej „Kręci mnie bezpieczeństwo w lecie”. Wydarzenie, organizowane już po raz trzeci przez Rotary Club Elbląg Centrum, połączyło praktyczną naukę, pokazy służb i rozmowy o tym, jak bezpiecznie spędzić wakacje nad wodą, w mieście i w codziennych sytuacjach.

RAFAŁ SUŁEK

Teren przystani Grupy Wodnej wypełnił się dziećmi z elbląskich szkół podstawowych. Młodzi ludzie mogli zobaczyć z bliska, z jakimi zagrożeniami mogą spotkać się latem i jak reagować, kiedy pojawia się niebezpieczeństwo. Były rozmowy o bezpieczeństwie nad wodą, zasadach kąpieli, wypoczynku na terenach przywodnych, ale też o tym, co może wydarzyć się w mieście, na drodze czy podczas codziennych wakacyjnych aktywności. Uczestnicy poznawali również przepisy dotyczące hulajnóg elektrycznych oraz wyrobów tytoniowych. To tematy, które często wydają się młodym ludziom odległe albo mało poważne, ale w praktyce dotyczą ich coraz częściej.

Ważnym elementem wydarzenia była nauka pierwszej pomocy. Dzieci i młodzież mogły zobaczyć, jak udzielać pomocy osobie poszkodowanej i jak ważne jest szybkie, spokojne działanie. Na miejscu prezentowany był także sprzęt służb i organizacji, które na co dzień dbają o bezpieczeństwo mieszkańców.

Duże zainteresowanie wzbudził pokaz działań ratowniczych na wodzie. Strażacy zaprezentowali, jak wygląda interwencja wobec osoby tonącej. Dla wielu młodych uczestników był to jeden z najbardziej obrazowych momentów całego spotkania, bo pokazał, że zagrożenie nad wodą nie jest teorią z pogadanki, ale realną sytuacją, w której liczą się sekundy, wiedza i odpowiedzialność.

Takie wydarzenia są jedną z najlepszych lekcji życia przed wakacjami. Oczywiście, jak to wśród młodych ludzi, czasem pojawi się uśmiech, żart czy chwila rozproszenia. Ale wśród



Fot. Rafał Sułek

tych rozmów, pokazów i ćwiczeń jest wiedza, która komuś kiedyś może się naprawdę przydać. A w skrajnych przypadkach może pomóc uratować zdrowie albo życie.

– Organizujemy to wydarzenie już trzeci rok, bo widzimy, że taka edukacja ma sens. Chcemy, żeby dzieci i młodzież przed wakacjami usłyszały nie tylko zakazy i ostrzeżenia, ale przede wszystkim zrozumiały, dlaczego bezpieczeństwo jest ważne. Woda, hulajnogi, używki, nieostrożność, przecenianie własnych możliwości, to wszystko są realne zagrożenia. Naszym celem jest pokazanie młodym ludziom, że odpowiedzialność nie odbiera wakacjom radości, tylko pozwala wrócić z nich bezpiecznie do domu – mówi Ilona Nowacka z Rotary Club Elbląg Centrum.

Elbląska odsłona akcji była częścią ogólnopolskiego przedsięwzięcia „Krę-

ci mnie bezpieczeństwo w lecie”, poświęconego bezpieczeństwu podczas letniego wypoczynku. Celem działań jest propagowanie właściwego zachowania na akwenach, zasad bezpiecznej kąpieli, żeglowania oraz uprawiania sportów wodnych, a w efekcie ograniczenie liczby wypadków, tonięć i utonięć.

W elbląskie wydarzenie włączyły się liczne służby i instytucje, między innymi Komenda Miejska Policji w Elblągu, Komenda Miejska Państwowej Straży Pożarnej w Elblągu, Grupa Wodna, Elbląskie Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe, Straż Miejska, Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji, Krajowa Administracja Skarbowa, Straż Graniczna oraz Żandarmeria Wojskowa. W przeprowadzeniu działań pomagali również uczniowie klasy maturalnej Zespołu Szkół Technicznych w Elblągu. ■

Więcej niż instytucja. Pięć lat ECUS

Pięć lat temu w Elblągu zaczęła się zmiana, którą dziś widać nie tylko w nazwie, ale przede wszystkim w sposobie pomagania ludziom. MOPS zamienił się w Elbląskie Centrum Usług Społecznych. To był początek nowego sposobu myślenia o pomocy społecznej. Takiego, który stawia człowieka, relacje oraz potrzeby mieszkańców w centrum działania.

Nie procedury, ale ludzie

Przez lata pomoc społeczna kojarzyła się głównie z interwencją i wsparciem finansowym. Model Centrum Usług Społecznych poszerzył tę perspektywę. Otworzył przestrzeń na budowanie relacji, wspieranie rodzin, aktywizowanie seniorów, rozwijanie usług dla osób z niepełnosprawnościami czy tworzenie miejsc spotkań dla tych, którzy często zostawali sami ze swoimi problemami.

– Przekształcenie w CUS dawało możliwość zmiany, bycia ośrodkiem, w którym każdy znajdzie miejsce dla siebie, gdzie udzielane jest wsparcie w formie pieniężnej, niepieniężnej. To miejsce spotkań, licznych wydarzeń, konferencji, warsztatów, których głównym celem jest dbanie o relacje i budowanie więzi. To spotkania osób, często samotnych w naszych klubach seniora. To rozwój usług społecznych, szeroko rozumiane poradnictwo specjalistyczne, usługi asystenckie, opieka wytchnieniowa, usługi logopedyczne, zdrowotne. To działania na rzecz rodzin, ale i społeczności lokalnych – podkreśla dyrektor ECUS Beata Kulesza

Za tymi działaniami stoją jednak przede wszystkim ludzie i ich codzienne historie. To właśnie one najlepiej pokazują, czym naprawdę jest ta zmiana. Nie statystyki, nie procedury, ale konkretne twarze, relacje i emocje.

– Bez nich nie byłoby CUS-u. Nie działałyby się „cuda”, dla których warto być w tej pracy, mimo że staje się coraz trudniejsza, wymagająca i przytłaczająca odpowiedzialnością. Dla Pani Janki, która po przyjeździe do klubu seniora nie jest już samotna, Jaśka z rodziny zastępczej, który teraz radośnie się przytuli i da kwiatki zerwane prosto z łąki. To oni zarażają energią i powodują, że zmieniamy się, by stawać się kimś ważnym w czyimś

życiu – dodaje Beata Kulesza.

To właśnie ta zmiana jest dziś najbardziej widoczna. ECUS nie tylko reaguje na kryzysy, ale przede wszystkim pomaga im zapobiegać. Wspiera, edukuje, integruje, buduje lokalną wspólnotę.

Zmiana, którą widać

– Przez te 5 lat miałam niewątpliwą przyjemność zaobserwować, że nie była to tylko zmiana nazwy. To miejsce stało się bardziej otwarte, przyjazne i bliższe mieszkańcom. Widzimy, jak ECUS wychodzi do ludzi, rozmawia z nimi, słucha ich potrzeb i wspólnie szuka rozwiązań. Z roku na rok coraz mocniej widać, jak jego działania wpływają na lokalną społeczność – integrują, aktywizują i pokazują, że wsparcie to coś znacznie więcej niż pomoc w trudnych chwilach – zauważa Monika Kurpanik, dyrektor Departamentu Zdrowia i Spraw Społecznych.

Podobnie rozwój elbląskiego centrum ocenia Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Olsztynie:

– Z perspektywy Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Olsztynie ostatnie pięć lat to czas dynamicznego rozwoju Elbląskiego Centrum Usług Społecznych. ECUS konsekwentnie buduje nowoczesny model usług społecznych, skutecznie odpowiadając na potrzeby mieszkańców oraz rozwijając ofertę wsparcia dla różnych grup społecznych. Na przestrzeni lat Centrum stało się aktywnym realizatorem projektów społecznych polegających m.in. na wdrażaniu nowych usług oraz realizowaniu działań zgodnych z ideą deinstytucjonalizacji. Jest jednostką, która buduje nowoczesne podejście do polityki społecznej. Szczególnie cenimy otwartość zespołu na rozwój kompetencji, udział w szkoleniach i działaniach edukacyjnych organizowanych przez ROPS, a także gotowość do dzielenia się doświadczeniami



Fot. Jarosław Piwowarski

z innymi samorządami. Dziś ECUS jest przykładem instytucji, która skutecznie łączy profesjonalizm, otwartość na zmiany i zaangażowanie w budowanie lokalnej społeczności – podkreśla Anna Konecko, Kierownik Biura Rozwoju Społecznego.

Partnerstwo zamiast podwykonawstwa

Szczególnie mocno znaczenie tej zmiany widać we współpracy z organizacjami pozarządowymi. To właśnie partnerstwo stało się jednym z filarów nowego modelu.

– Z perspektywy Fundacji Elbląg w ciągu ostatnich pięciu lat działalność ECUS w Elblągu znacząco się rozwinęła. Dostrzegamy przede wszystkim poszerzenie zakresu wsparcia kierowanego do mieszkańców miasta oraz zwiększenie dostępności różnorodnych usług społecznych i publicznych – podkreśla dr Krzysztof Grablewski, prezes Fundacji Elbląg.

ECUS dysponuje obecnie większymi możliwościami realizacji działań na rzecz Elblążan, co przekłada się na skuteczniejsze odpowiadanie na potrzeby lokalnej społeczności.

– Jako Fundacja Elbląg bardzo wysoko oceniamy naszą współpracę z ECUS. W ostatnich latach współpraca ta roz-

wijała się w wielu obszarach, przyczyniając się do realizacji licznych działań i inicjatyw na rzecz mieszkańców Elbląga oraz okolic. W naszej ocenie partnerstwo to stanowi istotny element lokalnego systemu wsparcia społecznego – dodaje Krzysztof Grablewski.

O tym, jak duża była to zmiana i jak wiele wymagała determinacji, mówi także Arkadiusz Jachimowicz, prezes Elbląskiego Stowarzyszenia Wspierania Inicjatyw Pozarządowych.

– Podziwiam odwagę, także samorządu, i konsekwencję, z jaką Beata Kulesza zmieniała elbląski ośrodek pomocy społecznej, o zakorzenionej od dziesiątków lat nazwie MOPS. Przy każdym słownym powrocie do starej nazwy z naciśnięciem przypominała: teraz to jest ECUS. Ale to pewnie było stosunkowo łatwe. Ile musiała wnieść wysiłku, aby otworzyć pracowników na nową, otwartą formułę działania, bo przecież nie wystarczy zmiana szyldu. Udało jej się to. I udało jej się pozyskać grupę organizacji społecznych, z którymi na co dzień pracuje, traktując nas nie jak podwykonawców, ale jak partnerów. Z dumą słyszę w różnych gremiach województwa, że elbląski ECUS jest punktem odniesienia, marką, celem. Wiem, że to nie koniec drogi, ale już teraz z przekonaniem gratuluję – zaznacza.

To dopiero początek drogi

Po pięciu latach ECUS jest miejscem, które łączy ludzi, instytucje i różne formy wsparcia. Miejscem, które pokazuje, że pomoc społeczna może być nowoczesna, partnerska i naprawdę bliska mieszkańcom. Ale ta droga wciąż trwa. I właśnie o tym przypomina na koniec Beata Kulesza:

– Czego potrzebujemy? Ludzi z pasją. Rozbudowy Centrum, gdyż pomieszczenia, które posiadamy, są już niewystarczające a przede wszystkim ostatecznych zmian ustawowych, które uregulowałyby kwestie funkcjonowania CUS-ów. Mam nadzieję, że nasze rekomendacje przekazane podczas konsultacji z ministerstwem zostaną uwzględnione i będą satysfakcjonujące dla mieszkańców i środowiska zawodowego pracowników CUS-ów. ■

ECUS

AED „wElblągu”

Mieszkańcy Elbląga mogą już korzystać z mapy defibrylatorów AED dostępnych na terenie miasta. Mapa została udostępniona w aplikacji „wElblągu”, dzięki czemu informacje o lokalizacji urządzeń ratujących życie są łatwo dostępne z poziomu telefonu.



Fot. UM Elbląg

W aplikacji, w menu głównym, bezpośrednio po pozycji „Aktualności”, znajduje się zakładka „Defibrylatory AED”. Po jej wybraniu użytkownik zostaje przekierowany do interaktywnej mapy, na której zaznaczone są lokalizacje defibrylatorów znajdujących się na terenie Elbląga. Przy poszczególnych urządzeniach zamieszczono również ich krótkie opisy oraz zdjęcia, które ułatwiają ich identyfikację i odnalezienie w terenie.

Warto pamiętać, że w przypadku nagłego zatrzymania krążenia należy przede wszystkim wezwać pomoc, dzwoniąc pod numer alarmowy 112, rozpocząć resuscytację oraz jak najszybciej skorzystać z dostępnego AED. Urządzenia są wyposażone w instrukcje głosowe, które prowadzą użytkownika przez kolejne czynności. Z AED może korzystać również osoba bez wykształcenia medycznego.

Zachęcamy mieszkańców do korzystania z aplikacji „wElblągu” oraz do założenia Karty Mieszkańca. Aplikacja zapewnia dostęp do miejskich informacji, usług i przydatnych funkcji, które ułatwiają codzienne życie w Elblągu. Karta Mieszkańca pozwala natomiast korzystać ze specjalnych ofert przygotowanych specjalnie dla mieszkańców miasta. ■

UM Elbląg



Smerfy w SOSW nr 1.

Bajkowa premiera z ważnym przesłaniem

Sala gimnastyczna Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 przy ul. Kopernika 27 w Elblągu na jeden dzień zamieniła się w bajkową wioskę Smerfów. Z okazji Międzynarodowego Dnia Dziecka kadra ośrodka przygotowała dla uczniów, wychowanków, rodziców, opiekunów i całej społeczności przedstawienie pt. „Smerfy”. Było kolorowo, muzycznie, zabawnie i bardzo serdecznie, ale też z ważnym przesłaniem o dobru, przyjaźni i życiu w zgodzie z innymi.

RAFAŁ SUŁEK

Smerfy to jedna z tych bajek, które łączą pokolenia. Znają je dzieci, pamiętają dorośli, a ich świat, pełen śpiewu, tańca, wspólnej zabawy i małych niebieskich bohaterów, nadal potrafi wywołać uśmiech. Właśnie po tę opowieść sięgnęli pracownicy SOSW nr 1, przygotowując dla swoich uczniów wyjątkową niespodziankę z okazji Dnia Dziecka.

Na scenie pojawiły się dobrze znane postacie: Papa Smerf, Smerfetka, smerfy żyjące w swojej spokojnej krainie, a także Gargamel ze swoim kotem Klakierem oraz czarownica Hogata. Fabuła przedstawienia prowadziła widzów przez historię, w której smerfy bawią się, śpiewają i tańczą, ale cały czas muszą zachować czujność, bo ich odwieczny wróg nie rezygnuje ze swoich planów. Gargamel, przy pomocy Hogaty, zwabia smerfy i je więzi. Sytuacja komplikuje się jednak, gdy Hogata przypomina mu o obietnicy małżeństwa. Gargamel, chcąc wybrnąć z kłopotów, prosi o pomoc Papę Smerfa. Ten pomaga mu pozbyć się niechcianej narzeczonej, ale w zamian domaga się wolności dla smerfów.

Całość została podana w lekkiej, bajkowej i pełnej humoru formie, ale za kolorową scenografią, kostiumami i żartami kryło się bardzo konkretne przesłanie. Wybrzmiało ono szczególnie mocno w końcowej sentencji spektaklu: „Dobro ze złem wygrywa, to nie tylko w bajkach tak bywa. Ważne jest, by być dobrym, by z innym w zgodzie żyć. Lepiej mieć przyjaciół wkoło, wtedy wszystkim jest wesoło. Bo dobrym być się opłaca, gdyż dobro zawsze powraca”.

Dla dyrektora SOSW nr 1 Leszka Iwańczuka wydarzenie było nie tyl-



ko udanym występem, ale też pięknym dowodem na to, jak duży potencjał drzemie w zespole ośrodka.

– Pracuję w tej szkole od 30 lat, ale jak się okazuje, człowiek nigdy do końca nie wie, z kim ma przyjemność pracować. Dzisiejszy spektakl pokazał, że tworzymy naprawdę wyjątkowy zespół. Grupa wspaniałych ludzi, naszych nauczycieli i pracowników, z okazji Dnia Dziecka przygotowała i zaprezentowała program, który został przyjęty z ogromnym entuzjazmem i radością – mówił Leszek Iwańczuk, dyrektor SOSW nr 1 w Elblągu.

Jak przyznał, mimo wielu lat pracy z kadrami, spektakl pozwolił mu zobaczyć współpracowników z zupełnie innej strony.

– Muszę przyznać, że choć znam większość pracowników bardzo dobrze, to nie spodziewałem się, że tak wiele osób ma tak duże talenty

aktorskie i artystyczne – dodał.

Pomysł na przygotowanie przedstawienia narodził się około dwóch miesięcy wcześniej. Jak opowiadała Iwona Sapińska, wicedyrektor SOSW nr 1, która w spektaklu wcieliła się w rolę Gargamela, inicjatywa wyszła od nauczycielek.

– Moje koleżanki nauczycielki przyszły do mnie z tą inicjatywą mniej więcej dwa miesiące temu. Zaproponowały, że może z okazji Dnia Dziecka przygotujemy przedstawienie. Oczywiście jesteśmy otwarci na takie pomysły, więc od razu powiedziałam: dziewczyny, bierzcie się za to – wspominała.

Szybko jednak okazało się, że sama również chce stanąć na scenie.

Po chwili stwierdziłam, że sama też chcę wziąć w tym udział. No i jak powiedziałam, tak się stało, bo po dwóch tygodniach dostałam rolę Gargamela. Zabawy

było przy tym mnóstwo. Momentami miałyśmy nawet wrażenie, że na próbach bawimy się lepiej niż dzieci podczas samego występu, ale po dzisiejszym aplauzie widać było, że dzieciaki też świetnie to odebrały – mówiła Iwona Sapińska.

Próby, jak podkreślała, były czasem intensywniej pracy, ale też ogromnej radości.

– Próby były rewelacyjne, pełne śmiechu, wpadek, gagów i różnych pomysłów. Każda z nas dorzucała coś od siebie, a nasze



Fot. Mateusz Misztal

reżyserki część tych pomysłów akceptowały, część korygowały, a czasem musiały nas trochę hamować, bo rozpęd bywał naprawdę duży. To był bardzo intensywny, ale też niezwykle ciekawy i radosny czas – dodała.

Szczególne miejsce w smerfnej historii zajęła oczywiście Smerfetka. W tę rolę wcieliła się Alicja Żukowska, nauczycielka SOSW nr 1.

– Cudownie grało się Smerfетkę. Być tą jedyną, uwielbianą Smerfетką w tak zacyjnym gronie Smerfów to naprawdę sama przyjemność – mówiła z uśmiechem.

Jak dodała, przygotowania trwały nieco ponad miesiąc, choć ze względu na codzienne obowiązki nie zawsze wszyscy mogli spotykać się w pełnym składzie. Najbardziej intensywna praca przypadła na ostatni tydzień przed premierą.

– Chcieliśmy też naszym dzieciakom

pokazać trochę tych bajek, na których sami się wychowywaliśmy. To było dla nas bardzo sentymentalne, takie miłe przeniesienie się do dzieciństwa, odświeżenie sobie tych historii i bohaterów – podkreślała Alicja Żukowska.

Największą nagrodą dla występujących była reakcja publiczności.

– Nasze dzieciaki oglądają takie występy całym sobą, a to daje ogromną satysfakcję. Cieszymy się, że mogliśmy przygotować dla nich coś takiego z okazji Dnia Dziecka – dodała nauczycielka.

Nie zabrakło też postaci Smerfa Marudy, w którego wcieliła się Anna Hatle-Tafelska. Jak przyznała, dla wielu osób był to sceniczny debiut, dlatego przed występem pojawił się stres.

– Wiadomo, że był stres, bo to był w zasadzie nasz debiut. Pierwszy raz wpadłyśmy na pomysł, żeby zmierzyć się z tak dużym przedsięwzięciem i sprawdzić, czy damy radę. Ale chyba wyszło nieźle, bo zbieramy bardzo dobre opinie – mówiła.

Obsadzanie ról miało odbywać się dość spontanicznie. Każdy szukał postaci, w której mógłby odnaleźć coś swojego.

– Ja akurat miałam pierwowzór w postaci mojego syna, więc nie było to aż tak trudne. Dziewczyny śmiały się nawet, że mam najłatwiejszą rolę, bo w każdej sytuacji, nawet gdybym zapomniała tekstu, mogłam po prostu powiedzieć, że czegoś nie cierpię i wszystko by się zgadzało – żartowała Anna Hatle-Tafelska. ■

Cyfrowe bezpieczeństwo

Szpital Miejski im. Jana Pawła II w Elblągu podsumował projekt KPO „Rozbudowa systemu informatycznego poprzez rozwój usług cyfrowych”, którego celem było zwiększenie bezpieczeństwa danych i odporności placówki na cyberataki.



Fot. pixabay

Jak przypomniał p.o. dyrektora szpitala Jacek Wójcik, placówka sama doświadczyła ataku hakerskiego, który sparaliżował pracę komputerów. Dziś sprawne systemy informatyczne są niezbędne do codziennego funkcjonowania szpitala.

O skali zagrożeń mówił Tomasz Cymbor-Nakoneczny z firmy Exea. Wskazał m.in. na phishing, ransomware i coraz częstsze wykorzystywanie sztucznej inteligencji przez cyberprzestępców. W sektorze medycznym liczba incydentów rośnie lawinowo: z 256 w 2022 roku do ponad tysiąca w 2024 roku. Tylko do końca sierpnia 2025 roku odnotowano ich 986.

Ekspert podkreślił, że ochrona danych wymaga nie tylko nowoczesnych narzędzi, ale także silnych haseł, uwierzytelniania wieloskładnikowego, odpowiednich procedur i regularnych szkoleń pracowników. ■

Red.

Razem z Tobą

Zeskanuj



Zobacz nasz materiał video

„Miasto Snów” - głos o świecie i człowieku

Na scenie nie było wielkich dekoracji ani teatralnego przepychu. Były za to emocje, szczerść i prosty, bardzo mocny przekaz. Spektakl „Miasto Snów”, przygotowany przez grupę artystyczną PSONI Koło w Elblągu, stał się opowieścią o tym, jak osoby z niepełnosprawnościami widzą świat, czego w nim szukają i jakiego świata pragną dla siebie oraz dla innych.

RAFAŁ SUŁEK

„Miasto Snów” to już drugi spektakl przygotowany przez uczestników zajęć teatralnych realizowanych w ramach projektu PFRON. Wcześniej grupa zaprezentowała przedstawienie „My Ludzie”, w którym aktorzy mówili o sobie, swoich emocjach, własnym istnieniu i miejscu w świecie. Tym razem poszli krok dalej. Opowiedzieli nie tylko o sobie, ale też o świecie, który ich otacza. „Miasto Snów” było spotkaniem z drugim człowiekiem z jego wrażliwością, lękami, marzeniami i potrzebą bycia zauważonym. Uczestnicy PSONI Koło w Elblągu kolejny raz pokazali, że teatr może być nie tylko sztuką, ale też językiem rozmowy o świecie. Takim, który nie dzieli, tylko pozwala lepiej zrozumieć.

Jak podkreślała Nina Dziwniel-Stępka, reżyserka spektaklu, nowa realizacja powstała z rozmów i bardzo osobistych refleksji uczestników.

– Pierwszy spektakl nosił tytuł „My Ludzie” i był opowieścią o tym, co aktorzy czują wobec siebie, swojego miejsca w świecie i własnego istnienia. Tym razem przygotowaliśmy spektakl „Miasto Snów”, który jest ich głosem o tym, jak odbierają świat i jak chcieliby, żeby ten świat wyglądał – mówiła Nina Dziwniel-Stępka.

Praca nad przedstawieniem nie zaczęła się od gotowego scenariusza. Najpierw były rozmowy. Długie, spokojne, czasem trudne, ale potrzebne. Uczestnicy mówili o tym, co jest dla nich ważne, jakie wartości są im bliskie, czego potrzebują i co chcieliby przekazać innym. Dopiero z tych rozmów powstały krótkie teatralne reminiscencje, które



widzowie mogli zobaczyć na scenie.

– Rozmawialiśmy o życiu, o tym, co jest dla nich ważne, jakie wartości są im bliskie i czego tak naprawdę szukają w codzienności. Na podstawie tych rozmów powstał krótki spektakl, który pokazuje ich wrażliwość, sposób patrzenia na rzeczywistość i marzenia o świecie bardziej otwartym, spokojnym i przyjaznym – podkreślała reżyserka.

Spektakl został przygotowany w ramach zajęć teatralnych prowadzonych przez Janinę Dziwniel-Stępkę, Magdalenę Perucką i Dominikę Romanowską, przy wsparciu wolontariuszy. To właśnie

podczas tych spotkań uczestnicy mogli rozwijać swoje umiejętności, ale też znaleźć przestrzeń do wyrażenia siebie.

O znaczeniu takich działań mówiła Michalina Dulny z PSONI Koło w Elblągu. Zwracała uwagę, że teatr daje uczestnikom możliwość opowiedzenia o sobie w taki sposób, jaki jest dla nich najbliższy i najbardziej naturalny.

– Zaprosiliśmy państwa po raz kolejny na sztukę teatralną, która została opracowana przez uczestników zajęć klubu kreatywnego w ramach projektu PFRON. Minął kolejny rok i uczestnicy pracowali nad nową sztuką, która opowiada o ich

przeżyciach, o ich życiu i o tym, jak czują świat – mówiła Michalina Dulny.

Jak dodała, dla osób z niepełnosprawnościami to szczególnie ważne, bo dzięki takim działaniom mogą nie tylko wystąpić przed publicznością, ale też przekazać innym swoje emocje, sposób myślenia i doświadczenia.

– To ważne szczególnie dla tych osób, które mogą w sposób sobie najbliższy i dostępny zaistnieć, a także przekazać



Fot. Rafał Sulek

nam, osobom oglądającym, swoje emocje i to, jak funkcjonują w środowisku osób z niepełnosprawnościami – zaznaczyła.

„Miasto Snów” było spektaklem o wartościach. O tym, że świat może być lepszy, jeśli jest w nim więcej szacunku, dobra, uważności i zwykłej życzliwości. Na scenie pokazano zarówno to, co trudne i bolesne, jak i to, co może budować nadzieję. Dla Marzenny Wrzosek, wiceprzewodniczącej PSONI Koło w Elblągu, przedstawienie było bardzo poruszającym doświadczeniem.

– Spektakl zrobił na mnie ogromne wrażenie. W bardzo prosty sposób po-

kazał nam, co jest ważne na tym świecie. Najpierw zobaczyliśmy te złe strony, żeby później, na końcu spektaklu, okazało się, że może być dobrze, że może być pięknie, że możemy się szanować i mówić sobie dobre słowa – mówiła Marzena Wrzosek.

Szczególnie symboliczny był finał przedstawienia. Aktorzy obmyli sobie ręce i poczęstowali się nawzajem chlebem. Ten gest stał się czytelnym znakiem oczyszczenia, pojednania, wspólnoty i wzajemnego szacunku.

Dla uczestników występ przed publicznością był czymś więcej niż tylko prezentacją efektów pracy. To była możliwość pokazania siebie poza codziennymi ramami zajęć, poza murami placówki i stowarzyszenia. Mogli stanąć na scenie jako aktorzy, twórcy i osoby, które mają coś ważnego do powiedzenia.

– To jest najpiękniejsze, że oni mogą wyjść i pokazać się szerszej publiczności. Nie tylko w czterech murach naszego stowarzyszenia. Przychodzą ludzie, oglądają, oklaskują, a oni czują się wtedy pełnowartościowi i mocni – mówiła Marzena Wrzosek.

Nina Dziwniel-Stępka nie ukrywała, że praca z grupą wymaga cierpliwości. Trzeba wracać do scen, przypominać, powtarzać, a stres przed występem potrafi dodatkowo utrudnić aktorom zadanie. Ale właśnie w tej pracy, jak mówiła, jest ogromna wartość.

– Czasami trzeba wiele rzeczy powtarzać, przypominać, wracać do tych samych scen, a kiedy pojawia się stres, bywa jeszcze trudniej. Ale z drugiej strony są to ludzie niezwykle wrażliwi, prawdziwi i zaangażowani. Oni bardzo przeżywają ten spektakl. Cieszą się, że są aktorami, że mogą wystąpić przed publicznością, że przyjdą zaproszeni goście. To daje im ogromną radość – mówiła reżyserka.

Dla niej samej współpraca z grupą PSONI stała się nowym i ważnym doświadczeniem zawodowym.

– Współpraca z Kołem otworzyła przede mną zupełnie nową drogę. Bardzo ciekawą, ważną i poruszającą – podkreślała.

Jak przyznała, przez wiele lat pra-

cowała z młodzieżą i przygotowywała młodych ludzi do egzaminów do szkół teatralnych. Praca z osobami z niepełnosprawnościami otworzyła przed nią inną drogę.

Spektakl był również mocnym głosem w sprawie tego, jak powinien wyglądać świat przyjazny osobom z niepełnosprawnościami. Jak mówiła Michalina Dulny, najważniejsza potrzeba, którą słyszy od self-adwokatów działających przy stowarzyszeniu, jest bardzo prosta: chcą być traktowani zwyczajnie.

– Najważniejszą rzeczą, którą od nich słyszę, jest to, że oni chcieliby być traktowani po prostu zwyczajnie. Bez napotykania nie wiadomo jakich trudności, jako tacy sami członkowie społeczeństwa i społeczności. Żeby mieli dostęp do tego, co inne osoby, żeby nie byli traktowani jakoś specjalnie, tylko żeby byli zwykłymi obywatelami, takimi, jakimi są – mówiła Michalina Dulny.

Choć projekt, w ramach którego odbywały się zajęcia teatralne, dobiega końca, wiele wskazuje na to, że grupa nie zamierza kończyć swojej teatralnej drogi. Potrzeba ekspresji, występowania i opowiadania o sobie jest wśród uczestników bardzo silna.

– Ta grupa jest mocna i będzie nas naciskała, żebyśmy w kolejnych projektach, czy to PFRON-owskich, czy innych działaniach, ujęli ich potrzebę. Kiedy przez pewien czas nie mieliśmy takiej grupy, było widać, że to jest im potrzebne. Gdy tylko pojawiła się taka możliwość, pierwsze pytanie brzmiało: czy będzie teatr? Myślę, że będzie, bo to jest taki rodzaj ekspresji, którego oni potrzebują – mówiła Michalina Dulny.

Podobnie widzi to Nina Dziwniel-Stępka, która przyznała, że ma nadzieję na kolejne wspólne realizacje.

– Dopóki będę miała siły i pomysły, a tych na razie mi nie brakuje, będziemy dalej opowiadać o tym, co dla nas ważne. Ten spektakl pokazuje, że sposób, w jaki oni widzą świat, wcale tak bardzo nie różni się od tego, jak widzimy go my. Bo wszyscy, niezależnie od swoich ograniczeń, mamy podobne potrzeby, emocje i marzenia – mówiła reżyserka. ■

Miejsce, w którym każdy jest ważny

Zaczynali od 15 uczestników i trudnych warunków przy ul. Saperów. Dziś Środowiskowy Dom Samopomocy PSONI w Elblągu wspiera 46 osób, dla których jest czymś znacznie większym niż placówką. To miejsce dorastania, nauki samodzielności, budowania relacji i codziennego poczucia bezpieczeństwa. Jubileusz 20-lecia był więc nie tylko okazją do wspomnień, ale też do rozmowy o tym, jak zapewnić osobom z niepełnosprawnością dobre, godne życie teraz i w przyszłości.

RAFAŁ SUŁEK

Środowiskowy Dom Samopomocy prowadzony przez Koło Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Inteligencjonalną w Elblągu świętował (17 czerwca) jubileusz 20-lecia działalności. Historia tego miejsca to nie tylko historia placówki, to przede wszystkim historia ludzi, którzy przez dwie dekady uczyli się samodzielności, dorosłości i życia w swoim środowisku.

– 20 lat to droga naszych uczestników do dorosłości, samodzielności i na miarę ich możliwości dorosłego życia. Nasza rola to stwarzanie warunków, żeby jak najpełniej mogli z tego życia korzystać w środowisku lokalnym, razem ze swoimi rodzinami – mówiła Aleksandra Kojtych, kierownik Środowiskowego Domu Samopomocy.

Jubileusz był okazją do podsumowania dwóch dekad pracy, ale także do przypomnienia, dlaczego takie miejsce było i nadal jest w Elblągu potrzebne. Historia ŚDS zaczęła się formalnie 1 stycznia 2006 roku. Placówka powstała w strukturach Koła PSONI w Elblągu i początkowo obejmowała wsparciem 15 uczestników. Dziś jest to 46 osób, które każdego dnia korzystają z zajęć, terapii, wsparcia specjalistów i obecności społeczności, w której mogą czuć się bezpiecznie.

O początkach placówki mówiła Beata Peplińska-Strehlau, przewodnicząca Koła PSONI w Elblągu. Przypomniła, że stowarzyszenie działa od 1992 roku, a wcześniej prowadziło dzienne centrum aktywności, wspierające zarówno dzieci, jak i osoby dorosłe. Z czasem coraz wyraźniej widać było jednak, że osoby kończące edukację zostają bez miejsca, w którym mogłyby



dalej rozwijać umiejętności, budować relacje i funkcjonować poza domem.

– Podstawą tego, że ŚDS zaistniał w naszej historii koła, są uczestnicy. To właśnie ich potrzeby sprawiły, że zaczęliśmy myśleć o miejscu, w którym po zakończeniu edukacji będą mogli nadal rozwijać się i funkcjonować w swoim środowisku – podkreślała Beata Peplińska-Strehlau.

Początki nie były łatwe. Wspomniano pierwsze lata pracy w niewielkich pomieszczeniach przy ul. Saperów. Warunki lokalowe były trudne, pojawiały się bariery architektoniczne, a wsparcie trzeba było organizować często mimo ograniczeń i przeszkód. Zespół od początku próbował jednak patrzeć nie na to, czego nie można zrobić, lecz na to, jak znaleźć rozwiązanie.

– Od początku staraliśmy się patrzeć

nie przez bariery i trudności, ale przez potencjał człowieka. Nie zastanawialiśmy się, dlaczego czegoś nie da się zrobić, tylko jak zrobić, żeby się dało – mówiła kierownik ŚDS.

Przez 20 lat zmieniły się nie tylko warunki, ale także sposób myślenia o wsparciu osób z niepełnosprawnością. Jak podkreślano podczas uroczystości, ŚDS nie jest „szkołą dla dorosłych” ani miejscem, w którym uczestnik ma jedynie wypełniać czas. Coraz większe znaczenie ma podmiotowość, sprawczość, codzienność i marzenia samych uczestników. Ważnym elementem stał się model kręgów wsparcia, który pomaga budować wokół osoby z niepełnosprawnością sieć ludzi, relacji i bezpiecznych rozwiązań na przyszłość.

– To uczestnicy są najważniejszym wyznacznikiem tego, jak powinien wyglądać proces naszego wspierania. Chcemy tworzyć warunki do dobrego, godnego i aktywnego życia – zaznaczała Aleksandra Kojtych.

O pracy w ŚDS mówiła również Aleksandra Szlendak-Błażejczyk, pielęgniarka i terapeutka. Jak podkreślała, codzienność w placówce to zarówno sukcesy, jak i trudności, ale najważniejsze jest to, że nikt

uroczystości przypomnienia uczestników, którzy odeszli, ale pozostali ważną częścią historii placówki. Powstała specjalna ścianka pamięci, dzięki której można było wrócić do osób, które wniosły coś ważnego w życie całej społeczności.

– Zawsze każdy z uczestników ma swoje miejsce w naszej społeczności i ma wpływ na to, jak w ogóle kształtuje się cała nasza społeczność. Zawsze pamiętamy – podkreślała Aleksandra Szlendak-Błażejczyk.

Wśród uczestników jubileuszu był również wicewojewoda warmińsko-mazurski Mateusz Szauer, który podkreślił, że elbląski ŚDS należy do najlepszych miejsc tego typu – nie tylko w regionie, ale także w kraju. Dziękował pracownikom, terapeutom, opiekunom i rodzicom za tworzenie przestrzeni, która daje uczestnikom poczucie bezpieczeństwa, nadziei i codziennej normalności.

Z kolei Katarzyna Wiśniewska, wiceprezydent Elbląga, mówiła z dużym wzruszeniem o znaczeniu placówki dla miasta. Podkreślała, że działalność ŚDS pokazuje, czym naprawdę jest praca wykonywana dla drugiego człowieka. Zadeklarowała także wolę szukania rozwiązań dotyczących spraw lokalowych i dostępnościowych.

Monika Kurpanik dyrektor Departamentu Zdrowia i Spraw Społecznych, z kolei, mówiła, że jubileusz jest dla niej bardzo wzruszający, ponieważ od 20 lat współpracuje ze ŚDS. Wspominała, że jako inspektor zajmowała się pierwszymi przelewami i przygotowywała wnioski do wojewody o zwiększenie budżetu. Podkreśliła, że jest bardzo związana ze środowiskowym domem, jego pracownikami, uczestnikami i całą społecznością.

Podczas uroczystości, szczególnie mocno wybrzmiał głos rodziców. Przedstawicielka rodzin dziękowała kadrze ŚDS za codzienną pracę, cierpliwość i serce. Przekazała symboliczne „anioły dwudziestolecia”, mówiąc, że nie trzeba szukać aniołów w niebie, bo są obok nas. Tak określiła pracowników placówki, którzy każdego dnia biorą uczestników pod swoje skrzydła.

Wiesława Olejniczak, mama byłej już uczestniczki i osoba od lat wspierająca stowarzyszenie, podkreślała, że działalność

PSONI realnie zmienia życie całych rodzin.

– Dzięki stowarzyszeniu ja ani na jeden dzień nie przerwałam pracy, mój mąż mógł wrócić do pracy – mówiła.

Opowiadając o swojej córce, zaznaczyła, że dzięki wsparciu placówki zyskała ona pewność siebie, poczucie własnej wartości i świadomość, że może decydować o sobie.

– Moja córka została nauczona tego, że jest coś warta – podkreślała Wiesława Olejniczak.

Gratulacje dla społeczności ŚDS przekazał również Paweł Jordan, prezes Biura Obsługi Ruchu Inicjatyw Społecznych BORIS, który od lat współpracuje z elbląską placówką w obszarze Kręgów Wsparcia. W nagraniu wideo zwrócił uwagę na atmosferę tego miejsca, relacje i konsekwentne budowanie modelu, w którym uczestnik nie jest jedynie odbiorcą pomocy, ale osobą ważną, zauważoną i szanowaną.

– To miejsce, w którym każdy jest ważny: uczestnik, rodzic i profesjonalista – podkreślił Paweł Jordan.

Podczas jubileuszu wiele mówiono również o przyszłości. Bo 20 lat działalności to nie tylko powód do dumy, ale też zobowiązanie. Osoby, które były uczestnikami placówki od początku, mają dziś około 50 lat. Ich rodzice się starzeją, a system wsparcia musi odpowiadać na pytanie, co stanie się wtedy, gdy rodziny nie będą już w stanie zapewnić codziennej opieki.

– Plany i marzenia to moc stworzyć wsparcie w środowisku, czyli skorzystać z tego, co jest w mieście, żebyśmy mogli być elementem sieci wsparcia każdej z tych osób, które tutaj są. Żeby one mogły po stracie rodziców, po tym, jak już zostaną same, żyć dobrze, godnie i tak, jak sobie by tego wymarzyły – mówiła Aleksandra Kojtych.

Beata Peplińska-Strahlau wskazywała także na konkretne plany rozwoju, w tym remont budynku przy ul. Lotniczej, na który pozyskano ponad pół miliona złotych z Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej. Celem jest poprawa warunków lokalowych, przeniesienie części działań i dalszy rozwój mieszkalnictwa wspieranego oraz form pomocy bliższych codziennemu życiu uczestników. ■



Fot. Rafał Sulek

nie zostaje z nimi sam.

– To droga pełna sukcesów, ale też trudności, z którymi sobie radzimy wspólnie, w której każdy ma fokus na drugą osobę. I tak jak jest w domu samopomocy, każdy ma sobie pomagać nawzajem – mówiła.

Pytana o to, co w tej pracy jest najtrudniejsze, wskazała nie tyle na samych uczestników, ile na bariery, które pojawiają się poza nimi.

– Trudne jest to, że na pewne rzeczy nie mamy wpływu. Na wszelkie bariery, które się pojawiają. Tak naprawdę często blokuje nas nie to, co my chcemy zrobić, tylko to, jaka jest dostępność różnych rzeczy – dodała.

Jubileusz był także czasem wspomnienia tych, którzy przez lata tworzyli społeczność ŚDS. Nie zabrakło podczas

„Zobacz Uśmiech”, czyli święto dzieci, rodzin i dobrej energii

Są takie dni w szkole, kiedy najważniejsze nie są zeszyty, oceny ani tablica, ale zwykły uśmiech dziecka. W Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym nr 1 w Elblągu po raz siedemnasty odbył się festyn „Zobacz Uśmiech”, który pokazał, że integracja to nie hasło z plakatu, ale spotkanie, relacje, bezpieczeństwo i radość bycia razem.

RAFAŁ SUŁEK

W Specjalnym Ośrodku Szkolno-Wychowawczym nr 1 w Elblągu odbyła się kolejna edycja festynu integracyjnego „Zobacz Uśmiech”. To wydarzenie, które od lat łączy uczniów, wychowanków, rodziny, nauczycieli, przyjaciół placówki oraz lokalną społeczność. I choć w programie nie zabrakło atrakcji, pokazów, zabawy i wielu niespodzianek, jego sens od początku pozostaje ten sam: dać dzieciom i młodzieży przestrzeń do radości, kontaktu z drugim człowiekiem i wspólnego przeżywania czegoś dobrego.

Tegoroczny festyn „Zobacz Uśmiech” podobnie jak w poprzednich latach miał charakter rodzinny, integracyjny i edukacyjny. Był skierowany przede wszystkim do dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami, ich rodzin oraz osób związanych z ośrodkiem.

Jak podkreślał dyrektor SOSW nr 1 Leszek Iwańczuk, wydarzenie ma w historii placówki szczególne miejsce.

– Dzisiaj odbędzie się po raz siedemnasty jedno z najważniejszych wydarzeń w życiu naszego ośrodka – mówił dyrektor. – Wszystko zaczęło się siedemnaście lat temu na lotnisku Aeroklubu Elbląskiego, w ulewnym deszczu i zimie. Wówczas odwiedziło nas kilkudziesięciu uczniów z podelbąskich szkół i placówek. My byliśmy gospodarzami. Miało to charakter pikniku.

Od tamtego czasu festyn zmieniał swoją formułę, ale nie zmienił swojego najważniejszego przesłania. To ma być dzień radości, bliskości i integracji. Dzień, w którym szkolna codzienność schodzi na dalszy plan.



– Zwykle jest to miesiąc czerwiec, który traktujemy w taki sposób, że podsumowujemy to, co wydarzyło się przez ostatnie dziesięć miesięcy, ale jednocześnie pokazujemy, że w tym, co robimy, najważniejszy jest uśmiech – zaznaczał Leszek Iwańczuk. – To dzień, kiedy nie ma już zeszytów, książek, komputerów, tablic interaktywnych, tylko jesteśmy dla siebie i ze sobą.

Program wydarzenia był bogaty. Na uczestników czekały między innymi

pokazy służb mundurowych, hipoterapia, strefa sportowa, strefa gier, pokazy sztuk walki, animacje, dmuchany zamek, występy artystyczne, strefa gastronomiczna oraz wiele innych aktywności przygotowanych specjalnie z myślą o dzieciach i młodzieży.

Ale festyn nie był tylko zabawą. Jak tłumaczyła nauczycielka Anna Wójtowicz, bardzo ważnym elementem wydarzenia była nauka bezpiecznego funkcjonowania w różnych sytu-

acjach społecznych.

– Dzisiaj pracują dorośli, służby mundurowe i pracuje też młodzież ze szkół średnich. Młodzież, która będzie pracowała w zawodach takich jak kucharz, fryzjer, czyli zawodach usługowych – mówiła Anna Wójtowicz. – Chodzi o to, że oni uczą się naszych dzieci, a nasze dzieci uczą się korzystania z usług dorosłych, z pomocy dorosłych, uczą się przebywania



Fot. Rafał Sulek

z mundurami, korzystania z pomocy. Bawimy się, ale też uczymy się szeroko rozumianego bezpieczeństwa.

To ważny aspekt pracy ośrodka. Integracja nie polega tu wyłącznie na wspólnym spędzaniu czasu. To także przygotowywanie dzieci i młodzieży do życia poza szkołą, do kontaktu z instytucjami, usługami, dorosłymi, zasadami i codziennością, która czeka ich później.

– Nauczyciele szkół średnich przy-

gotowują swoich uczniów na takich klientów i na takich petentów, jakimi są nasi uczniowie, a my uczymy się korzystać z ich usług – wyjaśniała Anna Wójtowicz. – To jest integracja dla bezpieczeństwa.

Dyrektor Leszek Iwańczuk zwracał uwagę, że właśnie przygotowanie do możliwie samodzielnego dorosłego życia jest jednym z najważniejszych zadań tego typu placówek.

– Zadaniem tego typu placówek jest przygotowanie dzieci i młodzieży do tego, by w miarę sprawnie funkcjonowały w dorosłym życiu – mówił. – One mają różne deficyty, mniejsze, większe, natomiast naszym zadaniem jest przygotowanie tych dzieci do życia w społeczności. Wielu naszych absolwentów znajduje zatrudnienie w elbląskich firmach, utrzymują siebie, zakładają rodziny, utrzymują swoje rodziny.

Za organizacją takiego dnia stoi wiele osób. Jak mówił dyrektor, w ośrodku pracuje 103 pedagogów i około 40 pracowników administracji i obsługi, którzy na co dzień wspierają około 200 uczniów i wychowanków. To codzienna praca, która często wymaga cierpliwości, uważności i wiary w małe kroki.

Anna Wójtowicz podkreślała, że w przygotowanie festynu od lat włączają się także zaprzyjaźnione instytucje, szkoły i osoby prywatne.

– Taki festyn zawsze przynosi nam bardzo dużo radości, ponieważ ludzie wciąż mają otwarte serca – mówiła. – Mamy już wieloletnich przyjaciół, którzy z nami współpracują. Ci ludzie wiedzą, jakiej pomocy potrzebujemy i czego potrzebują nasze dzieci.

Były więc atrakcje, poczęstunek, niespodzianki i dużo dobrej energii. Wszystko po to, by po miesiącach pracy uczniowie mogli po prostu poczuć, że to ich dzień.

– Dzisiaj chcemy, żeby te dzieciaki po roku ciężkiej pracy miały swoje święto – mówiła Anna Wójtowicz. – Bo te dzieci czasami ciężiej pracują niż dzieci w normie intelektualnej. Ta praca jest bardzo trudna i bardzo długo trzeba czekać na jakikolwiek efekt. Więc dzisiaj to święto jest dla nich. ■

Gdzie na SOR?

Wojewódzki Szpital Zespolony w Elblągu przypomina, że od 2024 roku nie realizuje świadczeń w zakresie opieki pediatrycznej. Mimo to wciąż zdarzają się sytuacje, w których rodzice zgłaszają się do Izby Przyjęć, szukając pomocy medycznej dla swoich dzieci.



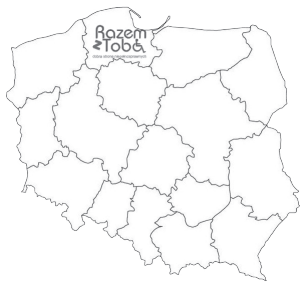
Fot. Generated by AI

Aby zapewnić najmłodszym pacjentom szybki dostęp do właściwej opieki, władze Wojewódzkiego Szpitala Zespolonego przypominają, gdzie należy się zgłosić w przypadku potrzeby konsultacji lekarskiej poza godzinami pracy przychodni.

Nocna i Świąteczna Opieka Zdrowotna dla dzieci, a także całodobowa opieka pediatryczna (w ramach oddziału pediatrycznego oraz chirurgii dziecięcej), dostępne są w Szpitalu Miejskim św. Jana Pawła II w Elblągu, przy ul. Komeńskiego 35 (budynek główny, wejście B1, gabinet 38).

Świadczenia udzielane są w dni robocze w godzinach od 18:00 do 8:00 dnia następnego, natomiast w soboty, niedziele i dni ustawowo wolne od pracy – całodobowo. Kontakt do NiŚOZ dla dzieci: 55 533 03 30, wew. 0 ■

Red.



Złota rączka dla seniora

Mieszkańcy Gdańska, którzy ukończyli 70 lat, mogą bezpłatnie skorzystać z pomocy fachowca przy drobnych domowych naprawach. W ramach programu „Złota rączka dla seniora” miesięcznie wykonywanych jest ponad sto takich usług. Wsparcie kierowane jest szczególnie do osób samotnych, z niepełnosprawnościami, w gorszym stanie zdrowia i mających ograniczone możliwości finansowe.



Usługę na zlecenie Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie realizuje Gdańska Spółdzielnia Socjalna. Senior może skorzystać z pomocy dwa razy w roku. Fachowcy naprawiają m.in. ciekące krany i spłuczki, regulują okna i drzwi, wymieniają zamki i żarówki, mocują gniazdko, karnisze oraz drobne elementy mebli.

Termin wizyty można ustalić w dni powszednie w godz. 7:30 – 15:30 pod numerem 881 703 096. Robocizna jest bezpłatna. Miasto pokrywa także koszt materiałów do 80 zł brutto, a ewentualną nadwyżkę opłaca senior po wcześniejszym uzgodnieniu. Projekt potrwa do końca października 2026 roku. ■

Red.

Wsparcie infrastruktury społecznej

Dom Dziennego Pobytu dla osób starszych i osób z niepełnosprawnościami, dwa mieszkania tzw. treningowe oraz mieszkanie interwencyjne dla osób doświadczających przemocy domowej wraz z punktem informacyjnym – powstaną w kamienicy przy ul. Sobieskiego 263 w Wejherowie.



Fot. materiały prasowe

Umowę o dofinansowanie projektu podpisał marszałek województwa pomorskiego Mieczysław Struk i zastępca prezydenta Wejherowa Arkadiusz Kraszkiewicz.

Dzięki wsparciu w wysokości 4,75 mln zł przy ul. Sobieskiego 263 w Wejherowie zostanie przebudowana kamienica, w której powstanie miejsce oferujące pomoc mieszkańcom w różnych życiowych sytuacjach.

– To bardzo ważna inwestycja dla Wejherowa, ponieważ odpowiada na realne potrzeby naszych mieszkańców – podkreśla Arkadiusz Kraszkiewicz, zastępca prezydenta Wejherowa. – Powstanie miejsce, w którym wsparcie otrzymają seniorzy, osoby z niepełnosprawnościami oraz osoby znajdujące się w trudnej sytuacji życiowej. Dzięki pozyskanemu dofinansowaniu stworzymy nowoczesną, dostępną i bezpieczną przestrzeń, która będzie służyć mieszkańcom przez wiele lat. To kolejny krok w budowaniu miasta otwartego, solidarnego i wrażliwego na potrzeby drugiego człowieka.

W podpisaniu umowy wzięła udział

Anna Lewandowska, skarbnik Miasta Wejherowa.

Trzy inwestycje w ramach jednego projektu

W odnowionym budynku utworzone zostaną trzy niezależne formy wsparcia: Dom Dziennego Pobytu dla osób starszych i osób z niepełnosprawnościami, dwa mieszkania jednoosobowe wspomagane/treningowe oraz mieszkanie interwencyjne wraz z punktem informacyjnym dla osób doświadczających przemocy domowej, przeznaczone dla rodziny.

Inwestycja obejmie gruntowny remont i dostosowanie budynku do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Powstanie m.in. winda, nowoczesne instalacje, systemy bezpieczeństwa oraz przyjazna przestrzeń z ogrodem. Budynek zostanie wyposażony w rozwiązania poprawiające dostępność i efektywność energetyczną. Wartość projektu wynosi ok. 8,7 mln zł, w tym 4,75 mln zł dofinansowania. ■

UM Wejherowo

Gdyńskie plaże bez barier

Gdyńskie plaże mają być miejscem bezpiecznym i dostępnym dla wszystkich, niezależnie od wieku czy poziomu sprawności. Przed rozpoczęciem sezonu letniego ratownicy wodni przeszli specjalistyczne szkolenie dotyczące pomocy osobom z niepełnosprawnościami, a oferta dostępnego sprzętu została rozszerzona o nowe wózki kąpielowe i terenowe chodziki.

Na plaży Gdynia Śródmieście Wydział Dostępności oraz Gdyńskie Centrum Kontaktu Urzędu Miasta Gdyni zorganizowali szkolenie pn. „Bezpieczna plaża dla wszystkich. Obsługa osoby z niepełnosprawnością”. Program przygotowano z myślą o sytuacjach, z jakimi ratownicy mogą spotkać się podczas codziennej pracy.

Uczestnicy poznali zasady komunikacji i *savoir-vivre'u* wobec osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Uczyli się również, jak rozpoznawać potrzeby osób z różnorodnością funkcjonalną oraz jak udzielać im wsparcia w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia. Ważną częścią szkolenia była nauka podstawowych zwrotów w polskim języku migowym, które mogą ułatwić kontakt z osobami głuchymi i słabosłyszącymi. Ratownicy przeciwczyli także bezpieczną obsługę amfibii plażowej. Sprzęt ten umożliwia osobom z niepełnosprawnością ruchową dotarcie do linii brzegowej i kąpiel w morzu

przy wsparciu odpowiednio przygotowanej obsługi.

Nowy sprzęt na gdyńskich plażach

Dostępność gdyńskiego wybrzeża została w tym roku również rozszerzona o kolejne udogodnienia. Fundacja Inthinknity przekazała Gdyńskiemu Centrum Sportu cztery specjalistyczne wózki terenowe, w tym dwa przeznaczone dla dzieci, oraz dwa chodziki terenowe. Zakup sprzętu był możliwy dzięki wsparciu Fundacji Energa, która przeznaczyła na ten cel 93 150 zł.

Urządzenia wyposażone w szerokie koła pozwalają poruszać się po piasku, trawie i innych nierównych nawierzchniach, które często są niedostępne dla tradycyjnych wózków. Sprzęt można bezpłatnie wypożyczyć w Marinie Gdynia. Po wcześniejszym kontakcie z obsługą możliwa jest także jego rezerwacja.

– Dostępność to nie tylko odpowiednio zaprojektowana przestrzeń,

ale przede wszystkim możliwość pełnego uczestnictwa w życiu miasta. Chcemy, aby gdyńskie plaże były miejscem otwartym dla wszystkich – podkreśla Oktawia Gorzeńska, wiceprezydent Gdyni.

Nowe wózki i chodziki uzupełniają rozwiązania, które już funkcjonują na gdyńskich kąpieliskach. Na plaży Gdynia Śródmieście dostępne są amfibie umożliwiające wjazd do wody oraz kładki prowadzące przez piasek. Jedna z nich biegnie w stronę placu zabaw i mariny, druga pozwala wygodniej dotrzeć bliżej linii brzegowej od strony Bulwaru Nadmorskiego. Podobna infrastruktura znajduje się również na plaży w Orłowie.

Plaża dostępna nie tylko dzięki infrastrukturze

Przekazanie sprzętu odbyło się podczas wydarzenia „Święto plaży dla wszystkich”, podczas którego organizatorzy wielokrotnie podkreślali, że dostępna plaża to nie tylko kładki, wózki czy amfibie, ale także odpowiednio przygotowany personel. Połączenie infrastruktury, specjalistycznego sprzętu i wiedzy ratowników ma sprawić, że osoby z ograniczoną mobilnością będą mogły bezpiecznie i bardziej samodzielnie korzystać z wypoczynku nad morzem.

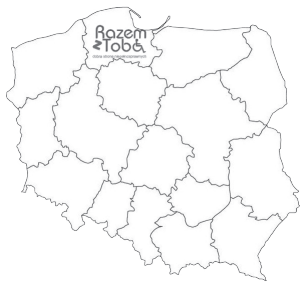
Warto też zaznaczyć, że projekt „Plaża bez barier” obejmuje jednak nie tylko zakup urządzeń. Do końca września prowadzone będą również zajęcia dla uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi z gdyńskich szkół.

Sezon na kąpielisku Gdynia Śródmieście rozpoczął się 26 czerwca, natomiast nowy sprzęt jest dostępny bezpłatnie od 1 lipca w Marinie Gdynia. ■

Red.



Fot. Magdalena Iwanowicz-Mongird



Siedem dekad leczenia i rehabilitacji

Blisko 200 łóżek, specjalistyczne oddziały dla dzieci, dorosłych i seniorów, nowoczesna rehabilitacja oraz terapie biologiczne. Pomorskie Centrum Reumatologiczne im. dr Jadwigi Titz-Kosko w Sopocie obchodzi 70-lecie działalności. Z niewielkiego szpitala placówka przekształciła się w jeden z najważniejszych ośrodków leczenia chorób układu ruchu w północnej Polsce.

Jubileuszowe uroczystości odbyły się z udziałem pracowników Centrum oraz przedstawicieli władz państwowych i samorządowych. Gdynię reprezentował wiceprezydent Tomasz Augustyniak, który podkreślił, że sopocka placówka ma znaczenie nie tylko lokalne, ale także regionalne i ogólnopolskie.

– To jedyne takie centrum na Pomorzu. Z jego świadczeń korzystają nie tylko mieszkańcy Sopotu czy Gdyni, ale całego regionu i Polski – zaznaczył.

Podczas jubileuszu nie zabrakło wspomnień, prezentacji najważniejszych osiągnięć oraz planów rozwoju. Część artystyczną przygotowali aktorzy Teatru Muzycznego w Gdyni, wśród których znaleźli się również pacjenci placówki. Szczególnym prezentem był nowoczesny bus przystosowany do przewozu osób z niepełnosprawnościami, przekazany przez Samorząd Województwa Pomorskiego.

Od niewielkiego oddziału do specjalistycznego ośrodka

Historia leczenia reumatologicznego w Sopocie sięga początku XX wieku, jednak za początek działalności obecnego Centrum uznaje się rok 1956. Wtedy z inicjatywy dr Jadwigi Titz-Kosko uruchomiono pierwszy oddział Szpitala Reumatologicznego.

Placówka przez kolejne dekady była systematycznie rozbudowywana. W latach 90. powstały nowoczesne oddziały dziecięce i rehabilitacyjne. Dziś funkcjonujący w Sopocie oddział dla najmłodszych pacjentów jest jedyną tego typu jednostką w Polsce Północnej.

W 2019 roku otwarto Centrum Opieki Geriatrycznej z oddziałami geriatрії i rehabilitacji oraz dziennym oddziałem psychogeriatrycznym. Dwa lata później



Fot. Aneta Marczak / gdynia.pl

działalność rozpoczął Oddział Chirurgii Urazowo-Ortopedycznej z własnym blokiem operacyjnym. Kolejnym etapem rozwoju było uruchomienie w 2023 roku Ośrodka Terapii Biologicznej.

Obecnie Centrum dysponuje 194 łóżkami, w tym 110 dla dorosłych, 47 dla dzieci, 24 dla pacjentów geriatrycznych oraz 13 dla osób wymagających leczenia chirurgicznego. Działają tu również m.in. poradnie specjalistyczne, Przychodnia Uzdrawiskowa, Pracownia Densytometrii i Dzienny Oddział Psychogeriatryczny.

Leczenie pacjentów w każdym wieku

Do Sopotu trafiają osoby z chorobami reumatologicznymi, ortopedycznymi, neurologicznymi i pourazowymi. Dorośli leczeni są m.in. z powodu reumatoidalnego zapalenia stawów, chorób tkanki łącznej, zapaleń naczyń i zmian zwyrodnieniowych.

Pomoc otrzymują również dzieci z młodzieńczym idiopatycznym zapaleniem stawów, wadami kręgosłupa

i kończyn, mózgowym porażeniem dziecięcym, przepukliną oponowo-rdzeniową oraz zaburzeniami rozwoju psychoruchowego.

Pacjenci mają dostęp do tomografii komputerowej, badań RTG i USG, kapi-laroskopii, basenu solankowego oraz komory krioterapeutycznej. Stosowane są również nowoczesne terapie biologiczne oraz leczenie osoczem bogatopłytkowym, wspierające regenerację tkanek i kości.

– Chciałabym móc pomóc każdemu, kto zgłasza się do naszego szpitala, i nie musieć każdego dnia zastanawiać się, czy wystarczy pieniędzy na wszystkie potrzebne świadczenia – mówiła Kinga Kozicka, prezes zarządu Centrum.

Siedemdziesiąt lat działalności placówki pokazuje, jak konsekwentnie rozwijany ośrodek może połączyć tradycję z nowoczesną medycyną. Dziś sopockie Centrum zapewnia kompleksową opiekę pacjentom w różnym wieku, od najmłodszych dzieci po osoby wymagające specjalistycznej opieki geriatrycznej. ■

UM Gdynia

Poszukują opiekunów prawnych i kuratorów

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Gdańsku zachęca mieszkańców do podejmowania funkcji opiekuna prawnego lub kuratora osób całkowicie bądź częściowo ubezwłasnowolnionych. Chodzi przede wszystkim o osoby starsze, chore i niesamodzielne, które bez wsparcia nie są w stanie właściwie zadbać o swoje sprawy życiowe, zdrowotne oraz finansowe.



Fot. pixabay.com

Opiekun prawny reprezentuje osobę całkowicie ubezwłasnowolnioną, chroni jej interesy osobiste i majątkowe, a także dba o zapewnienie odpowiedniej opieki medycznej i środków do życia. Kurator wspiera osobę częściowo ubezwłasnowolnioną w codziennym funkcjonowaniu, gospodarowaniu dochodami oraz podejmowaniu decyzji dotyczących majątku. Jego zadaniem jest również ochrona podopiecznego przed oszustwami i niekorzystnymi umowami.

Kandydaci powinni mieć polskie obywatelstwo, pełną zdolność do czynności prawnych, korzystać z pełni praw publicznych i nie być karani za przestępstwa umyślne. Stan zdrowia musi pozwalać na wykonywanie obowiązków. O ustanowieniu opiekuna lub kuratora decyduje sąd, który może także przyznać wynagrodzenie za pełnioną funkcję.

Osoby zainteresowane mogą skontaktować się z Centrum Pracy Socjalnej 4 MOPR przy ul. Lecha 1 w Gdańsku, tel. 58 511 46 16 lub 58 511 46 39, e-mail: mopr@gdansk.gda.pl. ■

Red.

Gdyńskie biblioteki z pętlami indukcyjnymi

Biblioteka Śródmieście, Biblioteka Mały Kack oraz Biblioteka Witomino zostały wyposażone w pętle indukcyjne, które ułatwiają osobom z niedosłuchem komunikację z bibliotekarzami. System ogranicza hałas z otoczenia i przekazuje czysty dźwięk bezpośrednio do aparatu słuchowego lub implantu ślimakowego. Stanowiska z urządzeniami zostały odpowiednio oznaczone.

Montaż pętli to część projektu „Krok ku dostępności”, realizowanego w ramach programu „Projektowanie uniwersalnej kultury – dostępność instytucji kultury”. Biblioteka Gdynia pozyskała na ten cel 320 tys. zł dofinansowania.

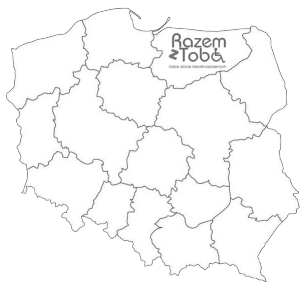
– Dostępność to dziś nie dodatek, lecz standard, do którego konsekwentnie dążymy w Gdyni. Nawet niewielkie rozwiązania mają ogromny wpływ na komfort mieszkańców i ich udział w życiu kulturalnym miasta – podkreśla Mariusz Bzdęga, dyrektor ds. kultury i aktywności mieszkańców Urzędu Miasta Gdyni.

W ramach projektu w pięciu filiach zamontowano już systemy naprowadzająco-dźwiękowe, podłogową nawigację i dostępne oznakowanie. Zakupiono także mobilną pętlę indukcyjną, przewijaki oraz książki z dużą czcionką. Stronę internetową dostosowano do standardu WCAG 2.1, a przestrzenie biblioteczne są sukcesywnie modernizowane.

Działania mają sprawić, by z bibliotecznych zbiorów, wydarzeń i usług mogły komfortowo korzystać osoby z niepełnosprawnościami, seniorzy oraz rodzice z małymi dziećmi.

– Dostępność nie kończy się na likwidowaniu barier architektonicznych. To sposób myślenia o bibliotece jako miejscu, z którego każdy może korzystać na równych zasadach i czuć się w nim swobodnie. Dzięki projektowi „Krok ku dostępności” możemy konsekwentnie wprowadzać rozwiązania odpowiadające na różne potrzeby naszych użytkowników – od osób z niepełnosprawnością wzroku i słuchu, po seniorów czy rodziców z małymi dziećmi. Pętla indukcyjna w Bibliotece Śródmieście jest kolejnym elementem tych zmian i dowodem na to, że dostępność buduje się krok po kroku, poprzez dobrze zaplanowane, praktyczne rozwiązania. Naszym celem jest stworzenie sieci bibliotek, w których każdy mieszkaniec będzie mógł komfortowo korzystać zarówno ze zbiorów, jak i z oferty kulturalnej – mówi zastępczyni dyrektorki ds. merytorycznych Biblioteki Gdynia Magdalena Kruszyńska. ■

Red.



Wspierają kariery bez barier

IX Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Integracyjnymi w Olsztynie otrzymało tytuł „Szkoły Wspierającej Kariery Bez Barier”, przyznany przez Instytut Badań Edukacyjnych – Państwowy Instytut Badawczy. Wyróżnienie jest wyrazem uznania dla działań szkoły wspierających uczniów w świadomym planowaniu dalszej edukacji i przyszłości zawodowej.

– Wszystkie te działania tworzą spójny system wspierania młodych ludzi w podejmowaniu decyzji dotyczących ich przyszłości edukacyjnej i zawodowej – mówi Karolina Malinowska z Instytutu Badań Edukacyjnych – Państwowego Instytutu Badawczego.

W roku szkolnym 2025/2026 młodzież uczestniczyła w wizytach w przedsiębiorstwach i instytucjach, warsztatach z tworzenia CV, portfolio i autoprezentacji, a także w spotkaniach z przedstawicielami różnych zawodów oraz absolwentami szkoły. Uczniowie mogli również korzystać z indywidualnych konsultacji z doradcą zawodowym.

Szczególną opieką objęto osoby ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. W projekt włączono także rodziców i nauczycieli, tworząc spójny system wsparcia.

– IX LO jest dziś cenną wizytówką Olsztyna i inspiracją dla innych szkół – podkreśla Karolina Malinowska z Instytutu Badań Edukacyjnych. ■

Red.

Olsztyńskie Centrum Komunikacji

WOlsztynie rozpoczęło działalność Regionalne Centrum Komunikacji dla Osób z Niepełnosprawnościami. To miejsce stworzone z myślą o osobach, które na co dzień mierzą się z barierami w komunikowaniu się lub dostępem do informacji. Centrum pomaga je pokonywać i ułatwia samodzielne załatwianie spraw, naukę, pracę oraz aktywne uczestnictwo w życiu społecznym.



Fot. Mikhail Nilov / pexels.com

Nowa placówka przy ul. Partyzantów 1/2 oferuje wsparcie dostosowane do różnych potrzeb. Osoby, które mają trudności ze słyszeniem, widzeniem, mówieniem, a także osoby w spektrum autyzmu czy z niepełnosprawnością intelektualną, mogą skorzystać z profesjonalnej pomocy w codziennych sytuacjach.

Jedną z ważnych usług Centrum są tłumaczenia na polski język migowy. Dzięki nim osoby niesłyszące i słabosłyszące mogą łatwiej korzystać z usług publicznych, kontaktować się z instytucjami czy załatwiać ważne sprawy. Placówka zapewnia również transkrypcję mowy na tekst w czasie rzeczywistym, co pozwala osobom z trudnościami w komunikacji dźwiękowej szybciej i wygodniej uczestniczyć w rozmowach.

Centrum przygotowuje także materiały w dostępnych formatach, między innymi w systemie ETR oraz w alfabecie Braille'a. Dzięki temu informacje mogą trafić do większej liczby odbiorców, niezależnie od ich możliwości percepcyjnych. Ważną częścią działalności jest również wsparcie

w komunikacji alternatywnej i wspomagającej AAC, która pomaga osobom niemówiącym lub mającym trudności z mową wyrażać swoje potrzeby i myśli.

Oferta Regionalnego Centrum Komunikacji obejmuje także szkolenia dla specjalistów, w tym tłumaczy polskiego języka migowego. To inwestycja w rozwój kompetencji osób, które każdego dnia wspierają osoby z niepełnosprawnościami.

Pomoc Centrum przydaje się zarówno w zwykłych, codziennych sytuacjach, jak i w nagłych przypadkach. Osoby potrzebujące wsparcia mogą skorzystać między innymi z szybkiego kontaktu online z tłumaczem języka migowego. To rozwiązanie, które pozwala sprawniej reagować i zapewnia większe poczucie bezpieczeństwa.

Olsztyńskie Centrum jest częścią ogólnopolskiej sieci Regionalnych Centrów Komunikacji działających w każdym województwie. Ich wspólnym celem jest zwiększanie dostępności usług publicznych i ograniczanie wykluczenia komunikacyjnego. ■

UM Olsztyn

Kamień węgielny pod wielką inwestycję we Fromborku

„Niniejszym aktem poświadcza się rozpoczęcie ważnego etapu inwestycji służącej rozwojowi Muzeum Mikołaja Kopernika we Fromborku oraz utworzeniu Europejskiego Centrum Copernicus – przedsięwzięcia, które łączy troskę o dziedzictwo Mikołaja Kopernika z nowoczesnym funkcjonowaniem instytucji muzealnej” – czytamy w akcie erekcyjnym. Historyczny dokument podpisali marszałek województwa warmińsko-mazurskiego Marcin Kuchciński, dyrektorka Muzeum Mikołaja Kopernika we Fromborku Anna Zienkiewicz, proboszcz Parafii Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny we Fromborku ks. prałat kanonik dr Jacek Wojtkowski i przedstawiciel wykonawcy inwestycji Marcin Bamber z firmy Przembud Gdańsk.

Biblioteka to pierwsza część strategicznego projektu inwestycyjnego samorządu województwa warmińsko-mazurskiego pod nazwą Utworzenie Europejskiego Centrum Copernicus we Fromborku.

– Nikogo nie muszę przekonywać, jak ważną postacią dla naszego regionu był Mikołaj Kopernik – mówi marszałek Marcin Kuchciński. – Rozwijamy Szlak Kopernikowski, pod koniec maja ogłosiliśmy rozpoczęcie wielkich robót modernizacyjnych w Zamku Kapituły Warmińskiej w Olsztynie, z którym nasz uczony też był mocno związany. Dziś zaczynamy inwestycję we Fromborku. Ofertę kierujemy do szerokiego grona odbiorców – mieszkańców Fromborka i regionu, turystów krajowych i zagranicznych, instytucji kultury i edukacji, przedsiębiorców lokalnych. Jestem przekonany, że to będzie wyjątkowe miejsce dla Fromborka i dla całego regionu.

Projekt realizowany przez Muzeum Mikołaja Kopernika we Fromborku jest współfinansowany ze środków programu Fundusze Europejskie dla Warmii i Mazur na lata 2021–2027. Jego całkowita wartość wynosi blisko 94 mln zł.

– To szczególny moment dla naszego muzeum, symboliczne rozpoczęcie projektu, który przez wiele miesięcy istniał w dokumentach, a dziś ta ogromna praca wielu osób zaczyna przybierać materialne, widoczne kształty – mówi dyrektorka Muzeum Mikołaja Kopernika we Fromborku Anna Zienkiewicz. – To jedna z najważniejszych inwestycji w historii tego muzeum, a może nawet



Fot. materiały prasowe

najważniejsza. Ma nie tylko poprawić jego funkcjonowanie, ale przede wszystkim stworzyć nową jakość w sposobie ochrony, opracowania, przechowywania i udostępniania dziedzictwa Mikołaja Kopernika, Fromborka i całej Warmii.

W ramach projektu realizowane będą roboty budowlane i konserwatorskie, wyposażenie wystawiennicze i IT, konserwacja zabytków ruchomych, zakup kolekcji muzealnej oraz działania promocyjne. Przedsięwzięcie obejmuje również kompleksową modernizację zabytkowych obiektów na Wzgórzu Katedralnym we Fromborku – Domu Kustosza, Kanonii NMP, Baszty Kustodii, Wieży Kopernika oraz Dawnego Pałacu Biskupiego. Budynki zostaną poddane remontom oraz przystosowane do przyjęcia ruchu turystycznego. We wszystkich obiektach powstaną nowoczesne wystawy i przestrzenie multimedialne.

Częścią zadania jest także budowa biblioteki z magazynem eksponatów. Nowoczesny budynek umożliwi szersze udostępnianie zbiorów i prowadze-

nie badań nad dziedzictwem Mikołaja Kopernika. Oprócz ogólnodostępnej czytelnicy w obiekcie powstaną pomieszczenia wyposażone w najnowsze systemy przechowywania muzealiów. Budynek będzie samowystarczalny energetycznie, a wykonana na działce w Krzyżewie instalacja fotowoltaiczna pozwoli na zasilanie w energię elektryczną obiektów Muzeum na Wzgórzu Katedralnym.

– Wmurowanie kamienia węgielnego to ten moment, kiedy wizja staje się rzeczywistością – mówi Marcin Bamber z firmy Przembud Gdańsk. – Trwałe konstrukcje zaczynają się od solidnych fundamentów. Równie ważne są trwałe fundamenty współpracy, zaufanie, odpowiedzialność i zaangażowanie wszystkich partnerów tego przedsięwzięcia. Cieszę się i dziękuję, że jako firma możemy uczestniczyć w inwestycji tak ważnej dla całego regionu.

Planowany termin zakończenia realizacji całego projektu to 31 grudnia 2027 roku. ■

Informacja prasowa



Cyfrowo i Zdrowo

Bezpłatne badania profilaktyczne, konsultacje z lekarzami specjalistami, wykłady, prezentacje nowoczesnych usług cyfrowych oraz wspólna zabawa. Blisko 200 seniorów z Torunia uczestniczyło w wydarzeniu „Cyfrowo i Zdrowo - Akademia Seniora”.

Troska o zdrowie może iść w parze z poznawaniem nowych technologii. „Cyfrowo i Zdrowo - Akademia Seniora” odbyła się 9 lipca 2026 r. w Kujawsko-Pomorskiej Arenie Toruń.

Przez cały dzień uczestnicy korzystali z porad kardiologa, neurologa, neurochirurga, urologa, fizjoterapeuty i dietetyka. Dużym zainteresowaniem cieszyły się także badania profilaktyczne, stoiska Narodowego Funduszu Zdrowia, Toruńskiego Centrum Usług Społecznych oraz prezentacje elektronicznych usług ochrony zdrowia, takich jak mojeIKP i centralna e-rejestracja.

– Nowoczesna ochrona zdrowia to nie tylko inwestycje w sprzęt i infrastrukturę, ale przede wszystkim rozwiązania, które ułatwiają życie mieszkańcom. Cieszę się, że tak wielu toruńskich seniorów skorzystało z możliwości wykonania badań, spotkań ze specjalistami i poznanie usług cyfrowych, które już dziś stają się codziennością – powiedział zastępca prezydenta Torunia, Rafał Pietrucień. – Dziękuję wszystkim partnerom i organizatorom za przygotowanie wydarzenia, które połączyło profilaktykę, edukację i integrację. To najlepszy przykład, że Toruń rozwija się z myślą o mieszkańcach w każdym wieku – dodał.

Wydarzenie odbywało się w ramach projektu „Wsparcie procesu informatyzacji w Specjalistycznym Szpitalu Miejskim im. Mikołaja Kopernika w Toruniu”, realizowanego w ramach Krajowego Planu Odbudowy i Zwiększania Odporności. Dzięki projektowi Torunianie zyskują łatwiejszy dostęp do usług cyfrowych, elektronicznej dokumentacji medycznej oraz nowoczesnych rozwiązań usprawniających funkcjonowanie szpitala. Całkowita wartość przedsięwzięcia wynosi niespełna 10 mln zł, z czego ponad 8 mln zł stanowi dofinansowanie ze środków Krajowego Planu Odbudowy.



Fot. Maciej Wasilewski

– „Cyfrowo i Zdrowo - Akademia Seniora” to wyraz troski o zdrowie, bezpieczeństwo i aktywność osób starszych. Takie inicjatywy pomagają seniorom lepiej odnaleźć się w cyfrowym świecie, przeciwdziałają wykluczeniu społecznemu i zachęcają do świadomego dbania o własne zdrowie – napisał w liście do uczestników, odczytanym przez Dyrektora Biura Rady Miasta Marka Wilińskiego, Przewodniczącą Rady Miasta Torunia Łukasz Walkusz. – Gratuluję Specjalistycznemu Szpitalowi Miejskiemu w Toruniu realizacji tego ważnego przedsięwzięcia oraz skutecznego pozyskania środków na jego cyfryzację.

– Zależało nam, aby stworzyć wydarzenie, podczas którego seniorzy nie tylko zdobędą praktyczną wiedzę o zdrowiu i usługach cyfrowych, ale także przekonają się, że nowoczesna medycyna może być prosta, przyjazna i dostępna dla każdego – podkreślił Dyrektor Specjalistycznego Szpitala Miejskiego im. Mikołaja Kopernika w Toruniu, Jan Gessek. – Chcemy dziś pokazać Państwu, że z rozwiązaniami związanymi z cyfryzacją zdrowia kryją się konkretne korzyści dla pacjentów

– łatwiejszy dostęp do usług, większe bezpieczeństwo i wygodniejszy kontakt z placówkami medycznymi.

Celem „Cyfrowo i Zdrowo – Akademia Seniora” było nie tylko promowanie profilaktyki zdrowotnej, ale także zwiększanie kompetencji cyfrowych osób starszych. W wydarzeniu wzięło udział blisko 200 seniorów, uczestników Dziennych Domów Pobytu Seniora z Torunia. To grupa, dla której rozwój cyfrowych usług zdrowotnych ma szczególne znaczenie. Praktyczne prezentacje i indywidualne konsultacje pokazały uczestnikom, jak korzystać z elektronicznych usług zdrowotnych takimi jak choćby mojeIKP i centralna e-rejestracja, które pozwalają szybciej umawiać wizyty, odbierać dokumentację medyczną i sprawniej kontaktować się z placówkami ochrony zdrowia.

Duża frekwencja oraz aktywny udział seniorów potwierdziły, że inicjatywy łączące edukację zdrowotną z nowoczesnymi technologiami odpowiadają na realne potrzeby mieszkańców i stanowią ważny element budowania przyjaznego, nowoczesnego Torunia. ■ UM Toruń



Czujniki czadu

Uczestnicy Dziennego Domu Pomocy w Trzebczyku wzięli udział w lekcji samorządowej poświęconej działaniom województwa i bezpieczeństwu mieszkańców. Spotkanie zakończyło się przekazaniem seniorom czujników czadu przez marszałka Piotra Całbeckiego.



Fot. Szymon Zdziebło / tarantoga.pl

– Bezpieczeństwo seniorów jest dla nas priorytetem. Czujniki mogą uratować zdrowie i życie, ale trzeba także pamiętać o regularnych przeglądach instalacji – podkreślił marszałek.

Placówka w Trzebczyku, utworzona dzięki Funduszom Europejskim dla Kujaw i Pomorza 2021–2027, oferuje 24 miejsca dla osób starszych, chorych i z niepełnosprawnościami. Zapewnia opiekę specjalistów, zajęcia terapeutyczne i integracyjne, wsparcie psychologiczne oraz transport.

Samorząd województwa zakupił kilkadziesiąt tysięcy czujników, które są bezpłatnie przekazywane potrzebującym mieszkańcom regionu, w pierwszej kolejności samotnie mieszkającym seniorom. Urządzenia wykrywają niebezpieczne stężenie tlenku węgla i uruchamiają alarm, dając czas na szybką reakcję. ■

Red.

Dostępna zabytkowa wieża ciśnień

Dawna, poligonowa wieża ciśnień w rejonie ulic Letniej i Okólnej w Toruniu przejdzie metamorfozę, by stać się nowym, tętniącym życiem Centrum Aktywności Lokalnej. Projekt zakłada gruntowną rozbudowę i przebudowę budynku, w tym unikalne stworzenie nowej przestrzeni na poziomie podziemnym. Co niezwykle ważne, całkowicie zagospodarowany i uporządkowany zostanie również teren wokół samej wieży, dzięki czemu cała okolica zyska estetyczny, zielony i bezpieczny wygląd.



Fot. Marcin Centkowski / UM Toruń

Obiekt odzyska swój dawny blask dzięki odbudowie więźby dachowej oraz charakterystycznej wieży zegarowej. W ramach prac budowlanych odnowiona zostanie elewacja, a w całym budynku wymieniona zostanie stolarka okienna i drzwiowa.

Historyczna wieża stanie się miejscem dostępnym i przyjaznym dla każdego. Dzięki budowie specjalnej pochylni oraz nowoczesnej windy, osoby starsze, rodzice z wózkami oraz osoby z niepełnosprawnościami będą mogły bez żadnych barier architektonicznych korzystać z każdej kondygnacji budynku.

Ma to być przestrzeń stworzona z myślą o organizacji wystaw, spotkań sąsiedzkich oraz różnorodnych zajęć artystycznych i kulturalnych.

Inwestycja o wartości prawie 4 mln zł zostanie zrealizowana dzięki wsparciu z Unii Europejskiej, które wynosi 3 236 975,10 zł. Środki pozyskano w ramach programu Fundusze Europejskie dla Kujaw i Pomorza 2021-2027 (Europejski Fundusz Rozwoju Regionalnego), a pozostała część kwoty zostanie pokryta z wkładu własnego Gminy Miasta Toruń. ■

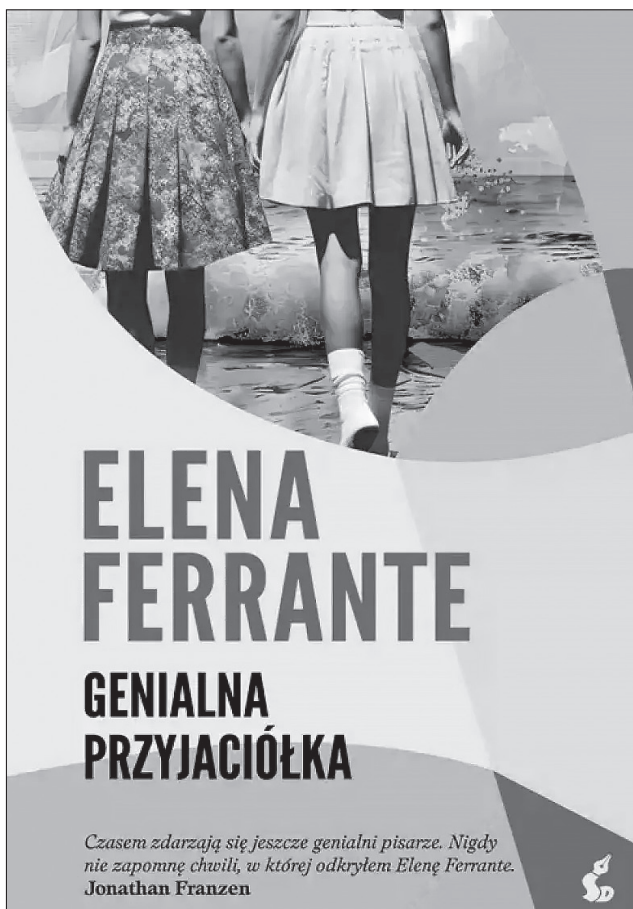
UM Toruń



Agnieszka Pietrzyk o książkach



Genialna przyjaciółka



Fot. mat. prasowe

Elena Ferrante w jednym z wywiadów powiedziała, że preferuje opisywanie faktów z życia codziennego w sposób fascynujący. I to jest prawda. W „Genialnej przyjaciółce” nie ma fabuły opartej na intrydze, nie ma też, tak lubianych przez czytelników, twistów, a jednak czyta się to z zapartym tchem.

Przedmieścia Neapolu w latach pięćdziesiątych dwudziestego wieku i dwie młodziutkie dziewczyny: Elena i Lila. Przestrzeń została opisana skromnie, kilkoma zdaniem wplecionymi w opowieść o przyjaciółkach. Ta oszczędność narracyjna nie odebrała słowom sugestywności. Przedmieścia Neapolu są jak żywe. Małe mieszkania bez łazienek, wąskie zaśmiecone ulice, zniszczone budynki, niewielkie sklepy, rodzinne zakłady produkcyjne, wszystko to widzimy, a nawet słyszymy ten gwar, te toczące się po bruku koła wozu wiozącego owoce i warzywa. Widzimy też, jak Neapol się zmienia, jak z czasem znikają śmieci, a pojawia się zadba-

na roślinność.

Pasjonujący jest obraz życia w Neapolu lat pięćdziesiątych. I nawet nie chodzi o to, że dowiadujemy się o problemach finansowych ówczesnych rodzin, że nie było rodziców stać na kupno podręczników i dlatego ich dzieci musiały rezygnować z kontynuowania nauki. Że normą było, aby piętnastoletnie potomstwo szło do pracy, żeby pomóc finansowo rodzicom. Ciekawsze wydają się relacje pomiędzy ludźmi, ta wszechobecna przemoc, która istnieje wszędzie. Przemoc w rodzinie, pomiędzy małżeństwem, a także rodziców wobec dzieci, rozwiązywanie problemów między sąsiadami za pomocą rękoczynów i tak samo agresywni byli mężczyźni jak i kobiety, a kobiety nawet bardziej. Jakikolwiek konflikt z sąsiadką kończył się szarpaniem, popychaniem i biciem tej drugiej.

Nastolatkom też rozwiązywali problemy za pomocą pięści. Młodziutka Elena Greco wie, że to źle. Wie też, że jedynym wyjściem z takich relacji jest opuszczenie dzielnicy biedy. A jedyną furtką do przejścia do lepszego świata jest wykształcenie. „Genialna przyjaciółka” to uniwersalna opowieść o dorastaniu i młodości. Pod piórem Eleny Ferrante nastoletnie dziewczyny sześćdziesiąt lat temu były takie same jak te dzisiaj. Miały podobne kompleksy i też marzyły o wielkiej miłości i dozgonnej przyjaźni. Również pragnęły dla siebie sukcesu i pięknego życia, o wszystko jednak musiały walczyć same, często przeciwstawiając się rodzinie albo rezygnując z pewnych rzeczy, choćby z nauki, żeby móc osiągnąć inny cel. Niezwykła moc młodości bije niemal z każdej strony tej powieści. Największą wartością „Genialnej przyjaciółki” jest narracja, ten niesamowity sposób opisywania codziennego życia. Elena Ferrante umie nadać rzeczywistości blasku za pomocą niewyszukanych, ale za to bardzo celnych zdań. Opisuje banalne sprawy w taki sposób, że nie można się oderwać od lektury. Znakomicie przedstawiła sylwestrową rywalizację pomiędzy sąsiadami w odpalaniu petard albo imprezę z tańcami w jednym z mieszkań. Gdy się to czyta,

to ma się wrażenie, że zaraz fabuła eksploduje, coś się wydarzy niezwykle i rzeczywiście się wydarza, ale rzecz banalna, którą odbieramy jako niezwykłą. W tych opisach nie ma przesady, jest prostota, która uwodzi, porywa i pobudza wyobraźnię. „Genialna przyjaciółka” Eleny Ferrante to pierwszy z czterech tomów serii neapolitańskiej. Zachęcam do sięgnięcia po pierwszy tom. Sądzę, że do przeczytania kolejnych już nie będę musiała namawiać. Dobrym wyborem na pewno okaże się wersja audiobookowa w subtelnej interpretacji Laury Breszki. ■

Audiobook: Elena Ferrante „Genialna przyjaciółka”, tłumaczenie Alina Pawłowska-Zampino, wydawnictwo Sonia Draga, czyta Laura Breszka, czas nagrania: 11 godzin 34 minuty

Kultura ma być bliżej wszystkich

Film to nie tylko obraz i dźwięk. To także emocje, dialogi, muzyka i szczegóły, które budują historię. Dla wielu osób z niepełnosprawnością wzroku lub słuchu odbiór tych elementów bez odpowiednich udogodnień jest jednak znacznie utrudniony. Odpowiedzią na te wyzwania są nowe wytyczne dotyczące przygotowywania dostępnych materiałów audio-wizualnych.

Powstały trzy praktyczne opracowania poświęcone audiodeskrypcji, napisom dla osób niesłyszących i słabosłyszących (SDH) oraz tłumaczeniom na polski język migowy (PJM). Dokumenty opracowano z inicjatywy Grupy ds. dostępnej kinematografii działającej przy Radzie Dostępności. Ich celem jest wsparcie producentów filmowych, dystrybutorów, instytucji kultury, organizatorów festiwalu oraz wszystkich podmiotów przygotowujących materiały audiowizualne.

Nowe wytyczne nie są jedynie zbiorem technicznych zaleceń. Pokazują, w jaki sposób planować dostępność już na etapie tworzenia filmu, aby osoby ze szczególnymi potrzebami mogły samodzielnie, komfortowo i w pełni uczestniczyć w odbiorze dzieła. Autorzy zwracają uwagę, że dobrze przygotowana dostępność nie jest dodatkiem, lecz integralnym elementem wysokiej jakości produkcji.

W opracowaniach szczegółowo opisano zasady tworzenia audiodeskrypcji, czyli słownego opisu najważniejszych elementów obrazu dla osób niewidomych i słabowidzących. Wyjaśniono również, jak przygotowywać napisy SDH, które oprócz dialogów przekazują informacje o istotnych dźwiękach, muzyce czy emocjach wyrażanych przez bohaterów. Osobny dokument poświęcono tłumaczeniu na polski język migowy. To niezwykle ważne rozwiązanie dla osób Głuchych, dla których język polski często nie jest językiem pierwszym.

Publikacja wytycznych może okazać się istotnym krokiem w kierunku ujednolicenia standardów dostępności w polskiej branży audiowizual-



Fot. Generated by AI

nej. W ostatnich latach coraz więcej kin, platform streamingowych, organizatorów wydarzeń kulturalnych oraz producentów filmowych stara się udostępniać swoje treści szerszemu gronu odbiorców. Dotychczas brakowało jednak kompleksowych i praktycznych wskazówek, które pomagałyby tworzyć dostępne materiały zgodnie z dobrymi praktykami.

Na wdrożeniu nowych standardów skorzystają przede wszystkim odbiorcy. Osoby z niepełnosprawnością wzroku będą mogły lepiej śledzić przebieg wydarzeń na ekranie dzięki audiodeskrypcji. Napisy SDH pozwolą osobom niesłyszącym i słabosłyszącym zrozumieć nie tylko wypowiedziane kwestie, ale także znaczenie dźwięków i muzyki. Z kolei tłumaczenie na PJM zwiększy dostępność filmów dla społeczności Głuchych i ułatwi pełniejsze uczestnictwo w życiu kulturalnym.

Autorzy opracowań podkreślają, że dostępność to nie wyłącznie spełnienie obowiązków wynikających z przepisów, ale przede wszystkim tworzenie kultury otwartej dla wszystkich odbiorców. Odpowiednio przygotowane materiały sprawiają, że udział w wydarzeniach filmowych nie zależy od sprawności wzroku czy słuchu, lecz od zainteresowania samą historią.

Nowe wytyczne są dostępne bezpłatnie i mogą stanowić praktyczne wsparcie dla wszystkich osób oraz instytucji, które chcą projektować dostępne filmy, wydarzenia i materiały audiowizualne zgodnie z najwyższymi standardami.

Zachęcamy do zapoznania się z dokumentami. Mogą stać się cennym wsparciem dla wszystkich, którzy chcą tworzyć filmy i wydarzenia audiowizualne dostępne dla możliwie najszerszego grona odbiorców. ■

Red.

Sprawdź, czy pracodawca odprowadza Twoje składki

Wiele osób zastanawia się, czy pracodawca zgłosił je do ubezpieczeń społecznych i czy płaci za nie składki. Weryfikacja pozwala nam monitorować naszą sytuację i zgłaszać ewentualne nieprawidłowości, w tym brak wpłat. Można to sprawdzić przez eZUS, w aplikacji mZUS lub po złożeniu wniosku do Zakładu Ubezpieczeń Społecznych.

KRZYSZTOF CIESZYŃSKI

Jeśli nie jesteś zgłoszony do ubezpieczeń, nie ma Cię w systemie eWUŚ, który pokazuje, kto może skorzystać z bezpłatnej opieki medycznej. Ponadto do ZUS nie wpływają składki na ubezpieczenia społeczne, od których zależą świadczenia takie jak: emerytura, renta, zasiłek chorobowy czy zasiłek macierzyński.

Jeżeli jesteś zgłoszony i pracodawca przekazuje za Ciebie dokumenty rozliczeniowe, ale nie odprowadza składek, możesz korzystać ze świadczeń. W takiej sytuacji składki nie są jednak przekazywane do OFE, ponieważ nie wpływają do ZUS.

Sprawdzenie składek przez internet

Jest kilka sposobów, by sprawdzić, czy pracodawca zgłosił nas do ubezpieczeń i prawidłowo odprowadza składki. Możesz to zrobić bez wychodzenia z domu – przez internet na platformie eZUS lub w aplikacji mobilnej mZUS. W zakładce „Ubezpieczony” można sprawdzić: stan swojego konta w ZUS oraz informacje o ubezpieczeniach, do których zgłosił nas pracodawca a także: dane o podstawach i składkach na ubezpieczenia społeczne i zdrowotne oraz poprawność zgłoszenia członków rodziny do ubezpieczenia zdrowotnego.

Wniosek US-7 – tradycyjnie i elektronicznie

Żeby uzyskać informacje, można też skorzystać z gotowego formularza US-7. Wniosek można wypełnić elektronicznie na eZUS i wydrukować. Jest on



Fot. Rafał Sulek

również dostępny w placówkach ZUS i na stronie internetowej zus.pl. Dzięki niemu można zweryfikować: zgłoszenia i okresy podlegania ubezpieczeniom społecznym, przerwy w opłacaniu składek, podstawy wymiaru składek i dane o członkostwie w OFE.

Wypełniony i podpisany formularz można dostarczyć do dowolnej placówki ZUS. Należy w nim wskazać sposób odbioru zaświadczenia: w formie papierowej (osobiście bądź przez pełnomocnika albo pocztą) lub elektronicznej (na eZUS).

Jeśli zdecydujemy się złożyć wniosek elektronicznie, po zalogowaniu na eZUS z katalogu musimy wybrać usługę „Złożenie dokumentu US-7”. W formularzu trzeba uzupełnić dane i wskazać sposób odbioru zaświadczenia. Domyślnie zaznaczona jest opcja elektroniczna. Zaświadczenia o przebiegu ubezpieczeń wydawane są bezzwłocznie, nie później niż w terminie 7 dni od daty wpływu wniosku.

Co zrobić, gdy pracodawca nie płaci składek?

Gdy okaże się, że pracodawca nie odprowadza składek, mimo że powinien, rolą ZUS jest odzyskanie należności. Ubezpieczony cały czas może korzystać ze wszystkich świadczeń, a fakt, że pracodawca nie opłaca za niego składek, nie wpłynie na wysokość jego przyszłej emerytury. Jest ona bowiem obliczana od wysokości składek należnych. Pracownik nie ponosi konsekwencji niezrzetelności pracodawcy.

W przypadku osób, które prowadzą działalność gospodarczą, emerytura jest liczona na podstawie składek wpłaconych.

Gdy pracodawca nie zarejestrował Cię w ZUS, a powinien – zgłoś to do ZUS, a ten wyjaśni sprawę z płatnikiem w Twoim imieniu i Zakład Ubezpieczeń Społecznych będzie egzekwować niezapłacone składki. ■

ZUS

Zmiany w badaniach pracowniczych.

Pracodawca zobaczy mniej niż ty

Od 17 kwietnia 2026 roku lekarze medycyny pracy mogą wystawiać orzeczenia w formie elektronicznej. To jedna z ważniejszych zmian w obszarze badań pracowniczych, która ma uprościć obieg dokumentów i ograniczyć zakres informacji trafiających do pracodawcy.

Nowe rozwiązanie oznacza, że orzeczenie po badaniu będzie zapisywane w systemie informacji medycznej, a pracownik sprawdzi je na swoim Internetowym Koncie Pacjenta. W praktyce dokument ma być szybciej dostępny, a cały proces mniej uciążliwy niż dotychczasowy obieg papierowych zaświadczeń.

Nie oznacza to jednak całkowitego odejścia od papieru. Jeśli pracownik będzie tego chciał, lekarz nadal wydrukuje i podpisze orzeczenie. Papierowa wersja pozostanie też konieczna w sytuacji, gdy system teleinformatyczny nie będzie działał.

Jedną z najistotniejszych zmian dotyczy tego, jakie informacje otrzyma pracodawca. Po wejściu nowych przepisów ma on dostawać wyłącznie dane niezbędne do oceny, czy dana osoba może wykonywać pracę na konkretnym stanowisku. Bardziej szczegółowe informacje o stanie zdrowia mają pozostać dostępne tylko dla pacjenta i lekarza.

Nowe przepisy dają też lekarzowi medycyny pracy możliwość przekazania pracownikowi indywidualnych zaleceń zdrowotnych. Mogą one dotyczyć nie tylko kwestii związanych bezpośrednio z pracą, ale również innych czynników wpływających na zdrowie. Tego typu wskazówki nie będą trafiały do pracodawcy. Mają być widoczne wyłącznie dla pracownika, za pośrednictwem IKP.

Przez pierwsze trzy miesiące obowiązywania nowych rozwiązań, czyli do 17 lipca 2026 roku, zalecenia zdrowotne będą jednak wydawane wyłącznie w formie papierowej. To element



Fot. Generated by AI

okresu przejściowego, który według rozporządzenia potrwa maksymalnie sześć miesięcy. Do 17 października 2026 roku papierowe orzeczenia nadal będą mogły funkcjonować równolegle z elektronicznymi.

Zmiany obejmują również nowe wzory orzeczeń lekarskich. Będą one odrębne dla badań wstępnych, okresowych i kontrolnych. W przypadku dokumentów elektronicznych nie będą stosowane tradycyjne pieczęcie lekarskie, ponieważ uwierzytelnienie ma odbywać się bezpośrednio w systemie.

Cyfryzacja nie obejmie jednak wszystkich. Z systemu elektronicznego wyłączono część służb. Papierowe

orzeczenia nadal będą obowiązywać funkcjonariuszy ABW, AW, CBA, SKW i SWW, a także żołnierzy zawodowych wyznaczonych do służby w tych instytucjach.

W założeniu nowe przepisy mają uporządkować relacje między lekarzem, pracownikiem i pracodawcą. Dla pracownika oznaczają wygodniejszy dostęp do dokumentów i większą ochronę informacji o stanie zdrowia. Dla pracodawcy to z kolei bardziej ograniczony, ale jednocześnie jasno określony zakres danych potrzebnych do oceny zdolności do pracy. ■

Red.

Nowe wzory legitymacji emeryta-rencisty

Zakład Ubezpieczeń Społecznych od lipca zmienił wzory legitymacji emeryta-rencisty. Modyfikacje objęły zarówno tradycyjne dokumenty plastikowe, jak i ich elektroniczną wersję, czyli mLegitymację w aplikacji mObywatel. Nowe przepisy wchodzi w życie automatycznie, a seniorzy nie muszą składać żadnych wniosków o wymianę dotychczasowych kart.

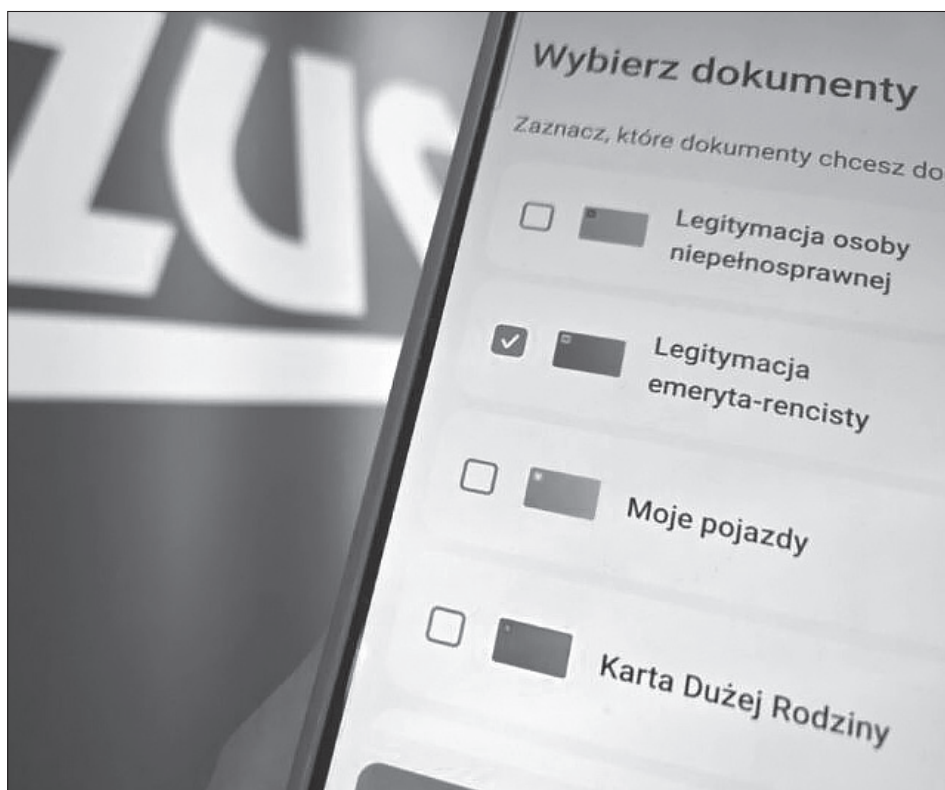
Od 13 lipca 2026 roku ZUS rozpocznie wydawanie tradycyjnych legitymacji według nowego standardu. Nowe karty będą produkowane z trwałego tworzywa PCV i zabezpieczone jednostronnym laminatem na awersie.

– Modyfikacje wynikają z nowych przepisów prawnych, które obowiązują od lipca tego roku. Wprowadzane zmiany to krok w stronę jeszcze większego bezpieczeństwa danych naszych świadczeniobiorców. Tradycyjna, plastikowa karta zyska nowoczesne zabezpieczenia, które skutecznie chronią dokument przed sfalszowaniem. Równolegle odświeżamy też wygląd mLegitymacji w aplikacji mObywatel, upraszczając jej strukturę poprzez usunięcie informacji o oddziale ZUS – wyjaśnia Anna Grabowska regionalna rzeczniczka prasowa ZUS na Warmii i Mazurach.

Jak dodaje, proces ten odbywa się automatycznie i nikomu nie przypadną dotychczasowe uprawnienia. Stare legitymacje zachowują pełną ważność – przez okres na nich wskazany, więc nie ma potrzeby składania żadnych wniosków ani odwiedzania placówek ZUS.

Jak zmieni się wygląd legitymacji plastikowej

Nowy dokument będzie wydawany w formie karty wykonanej z tworzywa PCV jednostronnie laminowanej na awersie. Będzie zawierał elementy zabezpieczające przed sfalszowaniem, np. gilosz, czyli skomplikowane, cienkie linie tworzące tło, czy też mikrodruk, czyli bardzo mały tekst, niemożliwy do odczytania gołym okiem. Każda legitymacja będzie miała unikatowy numer naniesiony trwale na etapie produkcji blankietu.



Fot. ZUS

Nowy wygląd mLegitymacji

Natomiast jeśli chodzi o elektroniczną wersję legitymacji emeryta-rencisty w aplikacji mObywatel, nie będzie w niej informacji o oddziale, który wydał legitymację.

Trzy lata elektronicznej mLegitymacji

Elektroniczna mLegitymacja emeryta-rencisty obowiązuje od stycznia 2023 r. Jest dostępna do pobrania z bezpłatnej aplikacji mObywatel. Tak więc każdy emeryt i rencista ma zapewniony dostęp do dokumentu na własnym urządzeniu mobilnym np. na smartfonie. Co ważne, ZUS wystawia mLegitymację w sposób automatyczny wszystkim klien-

tom, którzy nabędą prawo do emerytury lub renty, bez żadnego wniosku ani wizyty w ZUS.

– Działa tak samo jak tradycyjny dokument. Po jego okazaniu emeryt lub rencista potwierdza, że jest uprawniony do przysługujących mu ulg. Natomiast plastikową legitymację wydajemy na wniosek świadczeniobiorcy. Klienci mogą korzystać z obu wersji legitymacji zarówno tradycyjnej, czyli plastikowej karty, jak i z jej wersji elektronicznej – tłumaczy rzeczniczka.

Nowe wzory będą wydawane wyłącznie osobom, które nabędą uprawnienia do emerytury lub renty od połowy lipca, bądź zawnioskują o dokument np. po zgubieniu starego. ■ ZUS

Łatwiej o zasiłek

Od 1 lipca 2026 roku wchodzi w życie zmiany, które mają uprościć sposób przekazywania dokumentów potrzebnych do ustalenia prawa do zasiłków z ubezpieczeń społecznych. Chodzi między innymi o sytuacje, w których osoba ubezpieczona składa wniosek o wypłatę świadczenia, a dokumenty muszą trafić do właściwego płatnika, czyli pracodawcy albo ZUS.

Kluczowe znaczenie ma to, kto w danym przypadku wypłaca zasiłek. Jeżeli płatnik składek zgłasza do ubezpieczenia chorobowego powyżej 20 osób, to właśnie on ustala prawo do zasiłku, jego wysokość oraz wypłaca świadczenie. Wyjątkiem są osoby uprawnione do zasiłku za okres po ustaniu ubezpieczenia.

Inaczej wygląda sytuacja w przypadku mniejszych płatników. Jeżeli pracodawca albo inny płatnik składek zgłasza do ubezpieczenia chorobowego do 20 osób, prawo do zasiłku ustala ZUS i to Zakład wypłaca świadczenie.

Zmiany dotyczą przede wszystkim sposobu składania wniosków i dokumentów. Jeśli zasiłek wypłaca płatnik składek, osoba ubezpieczona składa wniosek bezpośrednio do niego. Może to zrobić w tradycyjnej formie papierowej, czyli pisemnie i z własnoręcznym podpisem. Możliwe będzie także przekazanie dokumentu elektronicznie, na przykład przez wewnętrzny system funkcjonujący u płatnika składek, pocztą elektroniczną, system kadrowo-płacowy albo jako skan dokumentu.

Jeżeli natomiast zasiłek wypłaca ZUS, wniosek należy złożyć do Zakładu. Nadal będzie można zrobić to papierowo, ale dostępna pozostaje również forma elektroniczna, między innymi przez PUE/eZUS albo na adres do doręczeń elektronicznych. Taki wniosek powinien być podpisany kwalifikowanym podpisem elektronicznym, podpisem zaufanym, podpisem osobistym albo podpisem udostępnionym przez ZUS.

Nowe przepisy porządkują również sytuację, w której osoba ubezpieczona złoży wniosek do swojego płatnika składek, choć to nie on wypłaca zasiłek. Dotyczy to na przykład wniosku o zasiłek opiekuńczy. W takim przypadku płatnik składek ma obowiązek przekazać



Fot. Rafał Sulek

dokumenty do ZUS. Może zrobić to w postaci papierowej albo elektronicznie, na przykład jako załącznik, czyli skan dokumentu, przesłany przez portal eZUS. Co ważne, jeśli wniosek został przekazany elektronicznie, nie trzeba dosyłać jego papierowej wersji.

– W sytuacji, gdy osoba ubezpieczona złoży wniosek o zasiłek opiekuńczy do swojego płatnika składek, który nie wypłaca zasiłku ma on obowiązek przekazać wniosek do ZUS albo w postaci papierowej, albo jako załącznik (np. skan) do dokumentu elektronicznego wysłanego np. przez portal eZUS. Wówczas nie musi wysyłać do ZUS wersji papierowej, jeśli wysłał wersję elektroniczną wniosku – wyjaśnia Anna Grabowska regionalny rzecznik prasowy ZUS na Warmii i Mazurach.

Istotna zmiana dotyczy skuteczności dokumentów przekazywanych przez płatnika składek do ZUS w formie elektronicznej. Wnioski oraz dokumenty niezbędne do przyznania i wypłaty zasiłku,

wysłane na przykład przez portal eZUS, będą uznawane za tak samo ważne i skuteczne prawnie, jak dokumenty złożone papierowo i podpisane własnoręcznie przez osobę ubezpieczoną.

Jeśli do wniosku wymagane są dodatkowe załączniki, będzie można przekazać je jako oryginały, kopie potwierdzone za zgodność z oryginałem albo elektroniczne kopie dokumentów, na przykład skany.

W przypadku, gdy zasiłek wypłaca ZUS, płatnik składek powinien przekazać do Zakładu dokumenty niezbędne do przyznania i wypłaty świadczenia najpóźniej w ciągu 7 dni od ich otrzymania.

Jak informuje ZUS, nowe zasady mają przede wszystkim ograniczyć formalności i ułatwić obieg dokumentów pomiędzy ubezpieczonymi, płatnikami składek i ZUS. Dla wielu osób oznacza to mniej papierowej korespondencji i prostszą drogę do załatwienia sprawy związanej z wypłatą zasiłku. ■

ZUS

Wzór na emeryturę z ZUS

Późniejsze przejście na emeryturę to prosty przepis na wyższe świadczenie z ZUS. Choć do otrzymania wypłaty wystarczy osiągnięcie wieku emerytalnego i jedna opłacona składka, to zebrany staż decyduje o minimalnym świadczeniu. ZUS wyjaśnia, jak działa algorytm wyliczania emerytury i dlaczego każdy dodatkowy rok aktywności zawodowej realnie podwyższa stan Twojego konta.

Prawo do emerytury przysługuje każdemu, kto ukończył powszechny wiek emerytalny (60 lat u kobiet i 65 lat u mężczyzn) i opłacił przynajmniej jedną składkę na ubezpieczenia społeczne.

Na wysokość emerytury znacząco wpływa staż pracy. Im więcej składek odłożymy i im później przejdziemy na emeryturę, tym wyższe będzie świadczenie. Ustawa określa jedynie minimalny wiek przejścia na emeryturę. Jest ona bowiem prawem, a nie obowiązkiem. Decyzja o zakończeniu aktywności zawodowej jest zawsze indywidualna. Każdy rok przepracowany po osiągnięciu wieku emerytalnego podwyższa świadczenie.

Matematyka emerytalna, czyli jak ZUS wylicza emeryturę

Samo wyliczenie emerytury sprowadza się do prostego działania. Wystarczy podzielić kwotę zwaloryzowanych składek na ubezpieczenie emerytalne (zapisanych na indywidualnym koncie ubezpieczonego i subkoncie) oraz kapitału początkowego – czyli odtworzonej historii emerytalnej osób, które pracowały przed 1999 r. – przez średnie dalsze trwanie życia w momencie przejścia na emeryturę. Średnie dalsze trwanie życia wyraża się w miesiącach i ustala wspólnie dla mężczyzn i kobiet.

Staż pracy a gwarancja emerytury minimalnej

Od stażu zależy gwarancja, że emerytura nie będzie niższa od kwoty najniższej gwarantowanej emerytury, która obecnie wynosi 1978,49 zł. Dostaną ją kobiety, które mają co najmniej 20 lat okresów składkowych i nieskładkowych, oraz mężczyźni mający ich co najmniej 25.

Okresy składkowe związane są z aktywnością zawodową. Mogą to być okresy ubezpieczenia czy samodzielnego opła-



Fot. pixabay.com

cania składek. Natomiast okresy nieskładkowe to czas braku tej aktywności, np. nauki w szkole wyższej na jednym kierunku (pod warunkiem jej ukończenia) czy pobierania zasiłku chorobowego. Okresy nieskładkowe nie mogą przekraczać 1/3 okresów składkowych.

Rola waloryzacji w budowaniu kapitału

Na wysokość emerytury znacząco wpływa waloryzacja składek i kapitału początkowego. Polega ona na pomnożeniu zgromadzonych kwot przez wskaźnik waloryzacji.

Jak sprawdzić swoją przyszłą emeryturę?

Wysokość hipotetycznej emerytury możemy obliczyć sami w specjalnym kalkulatorze udostępnionym na stronie zus.pl. Takie narzędzie znajdziemy też na swoim profilu na eZUS i w aplikacji mZUS. Przed decyzją o przejściu na emeryturę warto skontaktować się z doradcą emerytalnym. Pomoże on nie tylko obliczyć wysokość hipotetycznej emerytury, ale także podpowie, jakie dokumenty przygotować i jak je wypełnić. Doradcy pracują we wszystkich placówkach ZUS. ■ ZUS

Zwolnienie lekarskie pod innym adresem?

Choroeba lub uraz mogą przydarzyć się także podczas wakacyjnego wyjazdu. Jeżeli lekarz wystawia w takiej sytuacji elektroniczne zwolnienie lekarskie, pacjent powinien wskazać adres, pod którym faktycznie będzie przebywał w czasie leczenia. Nie zawsze będzie to miejsce zameldowania czy stałego zamieszkania.

Prawidłowy adres na e-ZLA ma duże znaczenie, ponieważ właśnie tam może zostać przeprowadzona kontrola sposobu wykorzystywania zwolnienia lekarskiego. Kontrolę może przeprowadzić Zakład Ubezpieczeń Społecznych, a w określonych przypadkach również pracodawca.

Adres trzeba sprawdzić podczas wizyty

W systemie lekarza może automatycznie pojawić się adres zameldowania pacjenta, mimo że na co dzień mieszka on gdzie indziej. Dlatego już podczas wystawiania e-ZLA warto dokładnie sprawdzić wpisane dane i poinformować lekarza, gdzie rzeczywiście będzie przebiegała rekonwalescencja.

Dotyczy to między innymi sytuacji, gdy chory pozostaje na czas leczenia u rodziny lub znajomych, przebywa poza miejscem stałego zamieszkania albo już w trakcie zwolnienia przenosi się pod inny adres. Taka zmiana jest dozwolona. Pacjent może na przykład zamieszkać u bliskich, jeśli ze względu na stan zdrowia potrzebuje opieki. Musi jednak pamiętać o obowiązku zgłoszenia nowego miejsca pobytu.

Na zgłoszenie są trzy dni

Jeśli adres zmieni się już po wystawieniu zwolnienia, ubezpieczony ma trzy dni na przekazanie tej informacji zarówno pracodawcy, jak i Zakładowi Ubezpieczeń Społecznych.

Nowy adres można zgłosić do ZUS telefonicznie pod numerem 22 560 16 00, elektronicznie za pomocą formularza POG dostępnego na platformie eZUS lub osobiście w dowolnej pla-



Fot. pixabay.com

cówce Zakładu. Pracodawcę należy powiadomić w sposób przyjęty w danym miejscu pracy, najlepiej tak, aby możliwe było późniejsze potwierdzenie przekazania informacji.

Nieobecność może wywołać problemy

Podanie nieaktualnego adresu może mieć poważne konsekwencje. Jeżeli kontroler nie zastanie chorego w miejscu wskazanym na zwolnieniu, a pacjent nie będzie potrafił usprawiedliwić swojej nieobecności, może pojawić się podejrzenie, że zwolnienie jest wykorzystywane

niezgodnie z przeznaczeniem.

W efekcie ZUS może zakwestionować prawo do zasiłku chorobowego, co może spowodować odmowę wypłaty świadczenia. Sam fakt przebywania u rodziny, znajomych czy w innym miejscu nie jest problemem. Kluczowe jest jednak to, aby aktualny adres został zgłoszony w wymaganym terminie.

Najprostszym rozwiązaniem jest więc podanie właściwego miejsca pobytu już podczas wizyty u lekarza. Jeśli jednak plany zmieniają się w trakcie choroby, nie należy zwlekać z powiadomieniem pracodawcy i ZUS. ■

Red.

Narodowa Strategia Onkologiczna na półmetku

Po sześciu latach realizacji Narodowej Strategii Onkologicznej (2020-2030) większość najważniejszych obietnic wobec pacjentów nadal pozostaje niespełniona. Choć kolejne zadania są formalnie zamykane, to oczekiwane rezultaty – szybsza diagnostyka, skuteczniejsza profilaktyka czy lepszy dostęp do leczenia – w większości nie zostały osiągnięte.

Zgłaszalność na badania przesiewowe spadła poniżej poziomu z początku realizacji Strategii, w kraju brakuje ok. 500 onkologów, a system wciąż nie mierzy jakości leczenia. O szansach pacjenta w dużej mierze decyduje dziś miejsce zamieszkania. Takie wnioski płyną z najnowszego raportu Onkofundacji Alivia, który podsumowuje realizację Strategii w latach 2020–2025.

Obietnice kontra rzeczywistość – Fundacja Alivia mówi: sprawdzam!

Narodowa Strategia Onkologiczna miała być największym programem reformy polskiej onkologii. Dokument przyjęty w 2020 roku wyznaczył 95 zadań i 28 rezultatów, które miały poprawić sytuację milionów pacjentów oraz przygotować system ochrony zdrowia na rosnącą liczbę zachorowań na nowotwory.

Sześć lat po wdrożeniu Strategii Onkofundacja Alivia sprawdziła, co z tych obietnic udało się zrealizować. Wnioski są dość jednoznaczne. Spośród 78 zadań wyznaczonych do realizacji do końca 2025 r. w pełni i na czas wykonano jedynie 26, czyli co trzecie. A spośród 16 oczekiwanych rezultatów, których termin już minął, nie udało się osiągnąć żadnego. Jedynym wyjątkiem jest rezultat osiągnięty przed terminem – dotyczy wzrostu liczby lekarzy.

Największy problem nie leży jednak wyłącznie w liczbach. Raport Onkofundacji pokazuje, że w wielu przypadkach sukces administracyjny nie oznacza poprawy sytuacji pacjenta. Zadania są formalnie zamykane, przepisy zmieniane, kolejne dokumenty przyjmowane, jednak rzeczywista poprawa dostępności diagnostyki i leczenia często nie następuje.

– Wiele zobowiązań z 2020 r. zostało w trakcie realizacji przesuniętych w czasie lub złagodzonych w treści, a formalne „od-



haczenie” zadania zbyt często nie oznacza poprawy sytuacji pacjenta, dla którego czas ma decydujące znaczenie. Potwierdza to nasze badanie z lutego 2026 r., w którym pacjenci mówią wprost o zbyt długich kolejkach oraz straconym czasie na drodze do rozpoznania i leczenia – komentuje Joanna Frątczak-Kazana, autorka raportu oraz wicedyrektorka Onkofundacji Alivia, we wstępie do publikacji.

Badania profilaktyczne: spadki zamiast planowanych wzrostów

Najbardziej alarmujące wnioski dotyczą profilaktyki nowotworów. Narodowa Strategia Onkologiczna zakładała znaczący wzrost udziału Polek i Polaków w badaniach przesiewowych. Tymczasem po sześciu latach wskaźniki są niższe niż na początku realizacji Strategii.

Na koniec 2025 roku zgłaszalność do programów profilaktycznych wynosiła: 33,5% w programie profilaktyki raka piersi, 15,8% w programie badań przesiewowych raka jelita grubego i 12,3 proc. w programie profilaktyki raka szyjki macicy.

We wszystkich przypadkach wyniki pozostają nie tylko dalekie od celów wyznaczonych przez Strategię, ale również niższe od poziomu bazowego z 2020 roku. Według autorów raportu oznacza to, że jeden z najważniejszych filarów walki z nowotworami, czyli wczesne wykrywanie chorób, nie dzia-

ła z oczekiwaną skutecznością.

Skala rozminięcia się z celami jest uderzająca. Strategia zakładała, że już do końca 2024 r. na badania w kierunku raka piersi zgłosi się 60 proc. uprawnionych (wobec 39 proc. w 2020 r.), na badania w kierunku raka szyjki macicy – 60 proc. (wobec 17 proc.), a raka jelita grubego – 30 proc. (wobec 18 proc.). Zamiast wzrostu nastąpił regres poniżej punktu wyjścia.

Progu zgłaszalności 16% proc. uprawniającego placówki POZ do dodatku motywacyjnego w programie badań raka jelita grubego, nie osiągnął żaden podmiot w kraju. Mimo terminu wyznaczonego na koniec 2025 r. nie uruchomiono też zapowiadanych ogólnopolskich badań przesiewowych w kierunku raka płuca i raka gruczołu krokowego. Jednocześnie, jak ustaliła Najwyższa Izba Kontroli, na kampanie zachęcające do badań wydano w latach 2019–2023 ok. 136 mln zł – bez mierzalnego efektu.

Kolejne cele pozostają poza zasięgiem

Raport pokazuje, że trudności z realizacją Narodowej Strategii Onkologicznej dotyczą niemal każdego etapu opieki onkologicznej – od zapobiegania chorobie, przez diagnostykę, aż po leczenie.

Choć w ostatnich latach wzrosła liczba specjalistów onkologii klinicznej, eksperci nadal szacują niedobór na około 500

lekarzy. To znacząca skala – w Polsce jest obecnie 1274 lekarzy specjalistów onkologii klinicznej, z czego 1258 aktywnie wykonuje zawód, co oznacza, że braki odpowiadają niemal jednej trzeciej potrzebnej liczby specjalistów. Dodatkowo blisko dwie trzecie miejsc rezydenckich w specjalizacjach onkologicznych pozostaje nieobsadzonych – w 2024 r. zapełniono zaledwie 24,5 proc. miejsc rezydenckich w czterech dziedzinach onkologicznych, a w 2025 r. jedynie 33,1 proc., co rodzi obawy o możliwości systemu w obliczu stale rosnącej liczby zachorowań.

Nie udało się również osiągnąć zakładanych efektów w zakresie profilaktyki pierwotnej. Program szczepień przeciw HPV objął zaledwie 15,08 proc. populacji docelowej, podczas gdy Strategia zakłada osiągnięcie 60 proc. do końca 2028 roku. Jednocześnie zamiast zaplanowanej w NSO poprawy wskaźników zdrowotnych obserwujemy niekorzystne trendy – rośnie odsetek osób z nadwagą i otyłością, zwiększa się liczba osób palących papierosy oraz e-papierosy, a zachorowalność na nowotwory skóry wzrosła o ponad 20 proc. względem okresu bazowego. Autorzy raportu zwracają również uwagę, że mimo rozszerzania dostępu do innowacyjnych terapii, tempo zmian pozostaje niewystarczające, aby osiągnąć cele zapisane w Strategii, czyli objęcie refundacją 90 proc. terapii onkologicznych dostępnych w Unii Europejskiej. W efekcie dostęp polskich pacjentów do nowoczesnego leczenia nadal odbiega od poziomu, który Narodowa Strategia Onkologiczna zakładała osiągnąć do 2030 roku.

Leczenie bez koordynacji i system pozbawiony kontroli jakości

Poważne zaległości dotyczą również organizacji opieki. Wspecjalizowane ośrodki kompleksowego leczenia (tzw. Cancer Units) dla raka płuca, nowotworów ginekologicznych i urologicznych miały działać już od 2020 r. Po pięciu latach wciąż ich nie ma. Skutki widać w danych: w raku piersi, gdzie funkcjonują Breast Cancer Units, 96 proc. leczenia zabiegowego rozliczane jest w ramach procedury DiLO, ale w raku płuca – już tylko 79 proc. W tym samym czasie terminowość diagnostyki onkologicznej w skali kraju się pogorszyła, a obiecanie na koniec 2024 r. objęcie

100 proc. pacjentów koordynowaną opieką onkologiczną pozostaje niezrealizowane.

Raport wskazuje ponadto, że system w praktyce nie mierzy własnych efektów. Nie wdrożono elektronicznej karty DiLO (eDiLO), przez co przestrzeganie wytycznych diagnostyczno-terapeutycznych nie jest centralnie monitorowane. Nie działa ogólnopolski pomiar satysfakcji pacjentów ani rejestry narządowe, a pierwsze publiczne wskaźniki jakości leczenia NFZ ma opublikować dopiero w 2026 r., choć dostęp do informacji o jakości leczenia pacjenci mieli uzyskać już w 2021 r. Bez tych narzędzi jakość i bezpieczeństwo leczenia pozostają nierozliczalne.

Nierówności wojewódzkie: miejsce zamieszkania decyduje o szansach

Onkofundacja Alivia porównała wszystkie 16 województw w sześciu obszarach odpowiadających ścieżce pacjenta – od profilaktyki pierwotnej i badań przesiewowych, przez terminowość diagnostyki i koordynację leczenia, po kadry i efekt zdrowotny – dzieląc regiony w każdym z nich na trzy grupy (tercyle). Wyniki układają się w mapę głębokich, strukturalnych nierówności: najlepszy profil ma województwo podlaskie (pięć z sześciu obszarów w najlepszej grupie), a najtrudniejszy – świętokrzyskie i lubuskie.

Rozpiętości są drastyczne. W województwie mazowieckim na 100 tys. mieszkańców przypada 5,65 onkologa, w opolskim – zaledwie 1,18, czyli blisko pięć razy mniej. Objęcie badaniami w kierunku raka piersi waha się od ok. 39,6 proc. w woj. wielkopolskim do 29,0 proc. w opolskim, a raka szyjki macicy – od 18,9 proc. w świętokrzyskim do 9,0 proc. w lubuskim. Relacja liczby zgonów do liczby zachorowań wynosi od 0,43 na Podkarpaciu do 0,61 na Śląsku. Zapisany w Strategii cel wyrównania dostępu do profilaktyki i leczenia nie został osiągnięty – kod pocztowy wciąż pozostaje jednym z czynników rokowania.

Raport w szczególnym momencie dla polskiej ochrony zdrowia

Publikacja raportu przypada na okres szczególnie ważnej debaty o przyszłości polskiego systemu ochrony zdrowia.

Organizacje pacjenckie od wielu miesięcy alarmują, że pogłębiające się problemy finansowe ochrony zdrowia mogą przełożyć się na wydłużanie kolejek, ograniczenie dostępności świadczeń i zahamowanie rozpoczętych reform. W takich warunkach szczególnego znaczenia nabiera pytanie, czy państwo będzie w stanie nie tylko kontynuować dotychczasowe działania, ale również dokończyć ambitne cele zapisane w Narodowej Strategii Onkologicznej.

Autorzy raportu podkreślają, że właśnie dziś potrzebna jest konsekwencja w realizacji reform, a nie ich spowalnianie. Liczba zachorowań na nowotwory będzie rosła wraz ze starzeniem się społeczeństwa, dlatego każda niewykorzystana szansa na wcześniejsze wykrycie choroby czy sprawniejsze leczenie oznacza konsekwencje dla pacjentów i całego systemu.

– Największym wyzwaniem jest teraz luka finansowa w systemie ochrony zdrowia, która w 2026 r. szacowana jest na około 23 mld zł, a prognozy ostrzegają, że bez zmian może sięgnąć nawet 171 mld zł w 2040 r. Skutki są już odczuwalne dla pacjentów onkologicznych: od 2026 r. ograniczono rozliczanie nadwykonań w diagnostyce, w tym w kolonoskopii, gastrokopii, rezonansie i tomografii, czyli w badaniach decydujących o wczesnym wykryciu nowotworu. Stawką jest pytanie zasadnicze: czy w warunkach narastającej presji finansowej Polskę będzie stać na leczenie onkologiczne na poziomie światowym? – pyta Joanna Frątczak-Kazana, wicedyrektorka Onkofundacji Alivia.

W onkologii nie da się odzyskać straconego czasu. Dlatego druga połowa realizacji Narodowej Strategii Onkologicznej będzie sprawdzianem z tego, czy państwo potrafi przełożyć ambitne zapisy dokumentu na coś, co dla pacjentów ma największe znaczenie – szansę na wcześniejszą diagnozę, skuteczne leczenie i dłuższe życie.

Onkofundacja Alivia będzie nadal monitorować realizację Narodowej Strategii Onkologicznej i co roku publikować niezależną ocenę jej postępów. Pacjenci mają prawo wiedzieć nie tylko, jakie działania zostały zaplanowane, ale przede wszystkim, czy przekładają się one na poprawę jakości i dostępności opieki onkologicznej. ■

Informacja prasowa

NIK punktuje problemy ratownictwa medycznego

Brakuje lekarzy, zespoły ratownictwa medycznego nie zawsze docierają do pacjentów na czas, a szpitalne oddziały ratunkowe są przeciążone osobami, które nie wymagają pilnej pomocy. Najnowsza kontrola Najwyższej Izby Kontroli pokazuje, że problemy systemu ratownictwa medycznego, wskazywane już kilka lat temu, nadal nie zostały rozwiązane.

Kontrola objęła Ministerstwo Zdrowia, pięć urzędów wojewódzkich, Lotnicze Pogotowie Ratunkowe, dziesięć szpitali prowadzących SOR-y oraz pięciu dysponentów zespołów ratownictwa medycznego. Badanie przeprowadzono w województwach lubuskim, lubelskim, zachodniopomorskim, kujawsko-pomorskim i mazowieckim, a analizowany okres obejmował czas od 1 stycznia 2023 roku do 1 września 2025 roku.

144 godziny pracy bez przerwy

Jednym z najpoważniejszych problemów pozostają braki kadrowe. Choć w ośmiu z dziesięciu skontrolowanych szpitali NIK nie stwierdziła nieprawidłowości w obsadzie dyżurów na SOR-ach, wymagany skład personelu często zapewniano dzięki wielogodzinnej pracy lekarzy, pielęgniarek i ratowników.

W dziewięciu szpitalach niektórzy lekarze pracowali na szpitalnych od-

ziałach ratunkowych nieprzerwanie przez ponad 24 godziny. Rekord odnotowano w szpitalu powiatowym w Sułecinie, gdzie lekarz pełnił dyżur przez 144 godziny, czyli sześć dób. Tyle samo bez przerwy pracował jeden z lekarzy pogotowia ratunkowego w Radomiu.

W Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Szczecinie jeden z ratowników medycznych przepracował w ciągu miesiąca 456 godzin. Oznacza to średnio ponad 15 godzin pracy każdego dnia.

Tak długie dyżury były możliwe przede wszystkim dzięki zatrudnianiu personelu na umowach cywilnoprawnych. W przeciwieństwie do umów o pracę nie obowiązują przy nich ustawowe limity czasu pracy.

Zespoły bez lekarzy

Szczególnie duże problemy dotyczyły obsady specjalistycznych zespołów ratownictwa medycznego, w których

powinien znajdować się lekarz. Dwóch z pięciu skontrolowanych dysponentów nie zapewniło lekarzy podczas jednej czwartej zaplanowanych dyżurów.

W Wojewódzkiej Stacji Pogotowia Ratunkowego w Szczecinie zespoły specjalistyczne pracowały bez lekarza przez ponad 86 tysięcy godzin. Specjaliści medycyny ratunkowej stanowili jedynie 24 procent lekarzy pracujących w zespołach ratownictwa medycznego.

NIK zwraca uwagę, że kolejne zmiany przepisów nie rozwiązały problemu. Poszerzano jedynie katalog lekarzy, którzy mogą być uznawani za lekarzy systemu, a także zawieszano możliwość nakładania kar za brak lekarza w specjalistycznym zespole ratownictwa medycznego.

Karetki nie zawsze na czas

Kontrola wykazała również znaczne różnice w dostępie mieszkańców do pomocy ratownictwa medycznego. Maksymalny oczekiwany czas dotarcia zespołu do pacjenta wynosi 15 minut w mieście powyżej 10 tysięcy mieszkańców oraz 20 minut poza takim miastem.

We wszystkich województwach objętych kontrolą limity te były regularnie przekraczane. Odsetek opóźnionych wyjazdów wynosił od 21,5 procent w województwie kujawsko-pomorskim do 37,8 procent w województwie mazowieckim.

Najtrudniejszą sytuację stwierdzono w gminie Nowe Warpno w województwie zachodniopomorskim, gdzie czas dotarcia został przekroczony w 99,1 procent wyjazdów. W gminie Dzierzgowo w województwie mazowieckim opóźnienia dotyczyły 96,9 procent interwencji.

Jedną z najczęściej wskazywanych przyczyn opóźnień był brak wolnych zespołów ratownictwa medycznego.



Fot. pixabay.com

SOR-y zastępują przychodnie

Problemem jest również przeciążenie szpitalnych oddziałów ratunkowych. Jak ustaliła NIK, niemal połowa pacjentów skontrolowanych SOR-ów nie wymagała pilnej pomocy medycznej. Tylko 6,2 procent osób zostało zakwalifikowanych do grupy najwyższego zagrożenia zdrowotnego.

Prawie 45 procent pacjentów otrzymało kategorię pilności pozwalającą na skierowanie ich do podstawowej opieki zdrowotnej. Z takiej możliwości personel SOR-ów korzystał jednak rzadko.

Większość pacjentów docierała do szpitala samodzielnie. Zaledwie 29,4 procent zostało przywiezionych przez zespoły ratownictwa medycznego, a spośród nich tylko 38,4 procent wymagało dalszej hospitalizacji.

Zdaniem kontrolerów największa liczba pacjentów zgłaszała się na SOR-y w dni robocze i w godzinach dziennych. Może to świadczyć o tym, że oddziały ratunkowe są traktowane jako sposób na ominięcie kolejek do lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej lub specjalistów.

Niepełne i niewiarygodne dane

Zastrzeżenia NIK wzbudziło także działanie systemu TOPSOR, który ma rejestrować kolejne etapy obsługi pacjentów na szpitalnych oddziałach ratunkowych.

W niemal 97 tysiącach przypadków różnica pomiędzy zarejestrowanym czasem rozpoczęcia obsługi lekarskiej a wypisem pacjenta nie przekraczała dziesięciu sekund. Zdaniem NIK oznacza to, że dane wprowadzane do systemu były nierzetelne i nie mogły stanowić podstawy do wiarygodnej analizy funkcjonowania oddziałów.

Sprzęt jest, ale zdarzają się poważne zaniedbania

Pozytywnie oceniono wyposażenie ambulansów, śmigłowców oraz szpitalnych oddziałów ratunkowych. Pacjenci mieli dostęp między innymi do USG,

RTG, tomografii komputerowej, rezonansu magnetycznego oraz badań laboratoryjnych.

Kontrolerzy wykryli jednak również nieprawidłowości. W jednym z ambulansów znajdowała się butla z tlenem medycznym, której termin ważności został przekroczony o 162 dni. Dwóch dysponentów wyposażyło natomiast podstawowe zespoły ratownictwa medycznego w leki, których ratownicy i pielęgniarki nie mogli samodzielnie podawać.

W Lotniczym Pogotowiu Ratunkowym 134 ze 137 lekarzy nie przeszło obowiązkowych szkoleń związanych z obsługą nowego sprzętu medycznego, między innymi defibrylatorów, aparatów USG i urządzeń do kompresji klatki piersiowej.

NIK kieruje wnioski do ministra, wojewodów i szpitali

Najwyższa Izba Kontroli zwróciła się do Ministra Zdrowia o podjęcie kompleksowych działań zwiększających liczbę lekarzy systemu, szczególnie specjalistów medycyny ratunkowej. Izba postuluje również określenie minimalnego wyposażenia ambulansów w leki.

Wojewodowie powinni zapewnić wymaganą obsadę stanowisk dyspozytorskich oraz planować rozmieszczenie zespołów ratownictwa medycznego w sposób zapewniający pacjentom równy dostęp do pomocy.

Z kolei kierownicy szpitali prowadzących SOR-y powinni określić maksymalny czas na podjęcie decyzji o przyjęciu pacjenta na oddział oraz ustalić liczbę łóżek przeznaczonych dla osób przenoszonych z oddziałów ratunkowych.

NIK przypomina, że podobne problemy wskazywała już podczas kontroli prowadzonej w latach 2019–2020. Mimo kolejnych zmian przepisów braku kadrowe, przeciążenie SOR-ów i zbyt długi czas oczekiwania na karetkę wciąż pozostają największymi słabościami Państwowego Ratownictwa Medycznego. ■

Red.

Asystenci AI

Asystenci AI – wykorzystujący generatywną sztuczną inteligencję, bazę wiedzy szpitala i interaktywne mapy 3D – przejmą częściowo obsługę informacyjną pacjentów i ich opiekunów w Centrum Zdrowia Dziecka w warszawskim Międzyzlesiu. System pomoże im odnaleźć poszczególne poradnie i oddziały, odpowie na pytania organizacyjne, dzięki czemu odciążą personel szpitala.

W Instytucie „Pomnik – Centrum Zdrowia Dziecka” uruchomiono pięciu interaktywnych Asystentów AI. To pierwsze komercyjne wdrożenie rozwiązania przygotowanego przez Orange Polska. Urządzenia stanęły m.in. przy wejściu głównym, izbie przyjęć i poradniach specjalistycznych.

Za pomocą ekranów dotykowych pacjenci, opiekunowie i odwiedzający mogą uzyskać informacje organizacyjne, odnaleźć poradnie, oddziały i pracownie diagnostyczne oraz skorzystać z interaktywnych map 3D. System działa po polsku i angielsku, a odpowiedź pojawia się po około dwóch sekundach.

Asystenci mają przejąć proste, powtarzalne pytania, dzięki czemu personel będzie mógł poświęcić więcej czasu sprawom wymagającym bezpośredniego kontaktu. Dla najmłodszych przygotowano też gry ekranowe i konwersacyjne.

Każde urządzenie ma własne połączenie 5G i może rozwijać bazę odpowiedzi. Technologia może być wykorzystywana na dworcach, lotniskach, w urzędach i punktach obsługi klienta. Wdrożenie sfinansowano głównie ze środków KPO, przy około 20-procentowym wkładzie własnym instytutu. ■

Red.

Polacy mają problem z dostępem do informacji o zdrowiu

Tylko 17 proc. Polaków uważa, że dostęp do informacji o zdrowiu i profilaktyce jest wystarczający. Jednocześnie aż 73 proc. badanych ocenia, że informacje o inicjatywach zdrowotnych, programach profilaktycznych i kampaniach edukacyjnych nie docierają do nich w odpowiedni sposób. To pokazuje, że problemem nie zawsze jest brak działań, ale często sposób, w jaki mówi się o zdrowiu.

W odpowiedzi na te potrzeby Fundacja Rak'n'Roll. Wygraj Życie! przygotowała bezpłatny poradnik „Komunikacja dla zdrowia. Jak mówić i pisać o profilaktyce chorób”. Publikacja ma pomóc wszystkim podmiotom, które tworzą kampanie społeczne, programy edukacyjne i działania informacyjne dotyczące zdrowia.

Twórcy publikacji podkreślają, że trwała zmiana nawyków zdrowotnych zaczyna się od dobrej komunikacji. Powinna być ona prosta, zrozumiała, dostępna, dopasowana do odbiorcy i przede wszystkim motywująca do działania. W praktyce oznacza to odejście od języka zbyt urzędowego, skomplikowanego i odebranego od codziennych doświadczeń ludzi.

– System ochrony zdrowia potrzebuje dziś przede wszystkim skutecznej profilaktyki, a za nią nierozłącznie stoi dobrze zaplanowana edukacja. W tym kontekście stworzony przez nas poradnik „Komunikacja dla zdrowia” staje się narzędziem wyjątkowo aktualnym, bo trwała zmiana nawyków zdrowotnych Polaków zaczyna się od komunikacji, która jest prosta, zrozumiała i dopasowana do odbiorcy, przełamuje bariery społeczne, odpowiada na potrzeby różnych grup, od młodzieży po seniorów, i sprawdza się zarówno lokalnie, jak i ogólnopolsko – mówi Emilia Klimasara, koordynatorka projektu z ramienia Fundacji Rak'n'Roll.

Publikacja została opracowana przez naukowców, językoznawców, ekspertów komunikacji i marketin-



Fot. Generated by AI

gu społecznego oraz przedstawicieli Fundacji Rak'n'Roll. Dzięki temu łączą wiedzę ekspercką z praktycznym podejściem do planowania kampanii i realnymi potrzebami odbiorców.

Jak zwracają uwagę przedstawiciele Fundacji, wiele kampanii profilaktycznych powstaje z dobrych intencji i opiera się na ważnych danych, ale nie zawsze przynosi oczekiwane efekty. Problemem bywa język, forma przekazu lub niedopasowanie komuni-

katu do osób, do których ma on trafić.

– W Fundacji Rak'n'Roll od wielu lat widzimy, że mimo ogromu pracy i dobrych intencji kampanii profilaktycznych, ich skuteczność często nie jest wystarczająca. Najczęściej nie wynika to z braku wiedzy, że badać się warto, ale z tego, jak mówimy o zdrowiu: zbyt skomplikowanym językiem, niedopasowaniem komunikatu do odbiorcy czy niewykorzystaniem narzędzi komunikacyjnych, które realnie wpły-

wają na zmianę zachowań. Dlatego stworzyliśmy poradnik, który pokazuje, jak mówić prosto, jasno i angażująco, żeby komunikacja rzeczywiście działała – dodaje Jacek Maciejewski z Fundacji Rak'n'Roll.

Poradnik „Komunikacja dla zdrowia” zawiera praktyczne wskazówki dotyczące prowadzenia skutecznych kampanii profilaktycznych. Można w nim znaleźć między innymi rekomendacje dotyczące dostosowywania języka i formy komunikatu do różnych grup odbiorców, omówienie stylów narracji, zasady prostego języka, przykłady dobrych praktyk, studia przypadków oraz listę sprawdzonych źródeł wiedzy i danych.

W publikacji znalazły się również zagadnienia dotyczące budowania zaufania do nadawcy, wykorzystywania emocji, humoru i groteski w przekazach zdrowotnych, wyboru właściwych kanałów komunikacji oraz lepszego rozpoznawania potrzeb odbiorców.

– Zależało nam na stworzeniu praktycznego narzędziownika. Mamy nadzieję, że poradnik stanie się realnym wsparciem dla wszystkich podmiotów realizujących działania edukacyjne i kampanie społeczne dotyczące zdrowia oraz będzie zachętą do tworzenia komunikacji, która skutecznie dociera do odbiorców i motywuje do dbania o zdrowie – podkreśla Emilia Klimasara.

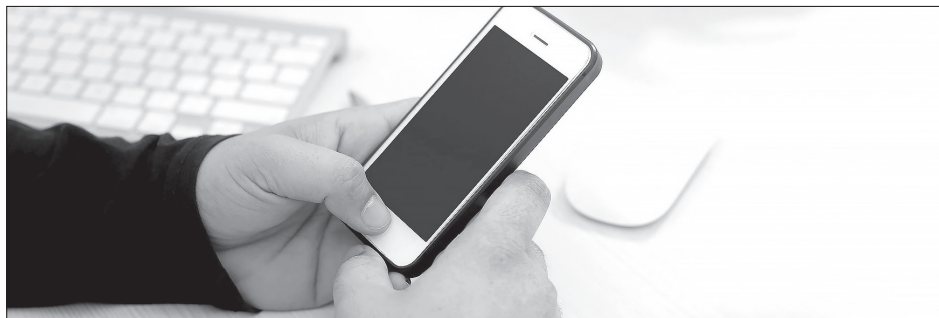
Publikacja skierowana jest do szerokiego grona odbiorców. Mogą z niej korzystać samorządy i podległe im jednostki, organizacje pozarządowe, instytucje publiczne, placówki ochrony zdrowia, uczelnie, jednostki naukowe, towarzystwa naukowe, stowarzyszenia branżowe, izby gospodarcze, pracodawcy, działy HR i CSR oraz agencje komunikacyjne przygotowujące kampanie społeczne.

Poradnik ma być pomocą dla wszystkich, którzy chcą mówić o zdrowiu tak, by nie tylko przekazywać informacje, ale rzeczywiście zachęcać ludzi do badań, profilaktyki i zmiany codziennych nawyków. ■

Red.

Koniec dzwonienia po wielu przychodniach

Od 1 lipca mammografia, test HPV HR oraz wizyty kardiologiczne w ramach NFZ będą umawiane wyłącznie przez centralną e-rejestrację. To kolejny etap wdrażania tego systemu, który z czasem obejmie wszystkie świadczenia ambulatoryjnej opieki specjalistycznej (AOS).



Fot. pixabay

Profilaktyka raka piersi i raka szyjki macicy oraz pierwszorazowe wizyty u kardiologa to świadczenia, które jako pierwsze zostały objęte centralną e-rejestracją. Do końca maja placówki oferujące te badania i wizyty miały obowiązek dołączyć do systemu i przekazać harmonogramy, tak by pacjenci mogli wybierać pasujący im termin spośród wszystkich dostępnych w całej Polsce.

Od 1 lipca NFZ będzie płacił wyłącznie za świadczenia umawiane poprzez centralną e-rejestrację. Wizyty umówione w inny sposób, niezarejestrowane w centralnej e-rejestracji, nie będą finansowane przez NFZ.

Co centralna e-rejestracja oznacza dla placówek?

Objęcie trzech świadczeń centralną e-rejestracją może być dla placówek medycznych dużą zmianą organizacyjną, ale jednocześnie przynieść wiele korzyści. System ma ułatwić pacjentom umawianie wizyt zarówno w tradycyjny sposób, jak i przez internet, co powinno odciążyć pracowników rejestracji. Łatwiejsze będzie również odwoływanie nieaktualnych terminów, dzięki czemu może zmniejszyć się liczba niewykorzystanych wizyt.

Placówki będą mogły dotrzeć z informacją o wolnych terminach do większej grupy pacjentów. Zmniejszy się także obowiązek związane z raportowaniem danych do Na-

rodowego Funduszu Zdrowia, ponieważ nie będzie już konieczności samodzielnego przekazywania informacji o kolejkach.

Dołączenie do centralnej e-rejestracji już teraz pozwoli placówkom przygotować się do obsługi kolejnych świadczeń. Od 1 sierpnia do systemu mają być stopniowo włączane pierwsze wizyty u specjalistów z zakresu chorób naczyń, chorób zakaźnych, endokrynologii, hepatologii, immunologii, nefrologii, neonatologii i pulmonologii. Do 1 stycznia 2027 roku świadczeniodawcy będą zobowiązani przekazać do systemu harmonogramy pracy tych poradni.

Centralna e-rejestracja ma przynieść także korzyści pacjentom. Dołączenie wszystkich placówek wykonujących mammografię, badania HPV HR oraz pierwszorazowe konsultacje kardiologiczne pozwoli sprawdzić dostępne terminy w całym kraju. Pacjent będzie mógł wybrać nie tylko najbliższą placówkę, ale również tę, która oferuje dogodniejszy termin lub znajduje się na przykład w drodze do pracy.

Na wizytę będzie można zapisać się przez Internetowe Konto Pacjenta lub aplikację mojeIKP, a także telefonicznie bądź osobiście w placówce. System umożliwi rejestrację i odwołanie wizyty o dowolnej porze, również poza godzinami pracy przychodni. Pacjenci będą otrzymywać przypomnienia w telefonie, a specjalna poczekalnia pomoże znaleźć termin zgodny z ich oczekiwaniami. ■

Red.

Rafał Wilk dwukrotnym wicemistrzem Europy

Dwa srebrne medale zdobył Rafał Wilk na mistrzostwach Europy w parakolarstwie szosowym, które w dniach 12-14 czerwca 2026 r. odbywały się we włoskich miejscowościach Maniago i Montereale Valcellina. Po brązie dołożyli: Anna Harkowska, Zbigniew Maciejewski i Bartłomiej Bertolin.

To bardzo nieładnie wypominać komuś wiek. Ale jak nie zwrócić uwagi na fakt, że nasza gwiazda sportu paralimpijskiego, trzykrotny mistrz paralimpijski w wieku 52 lat cały czas jest głodny sukcesów?

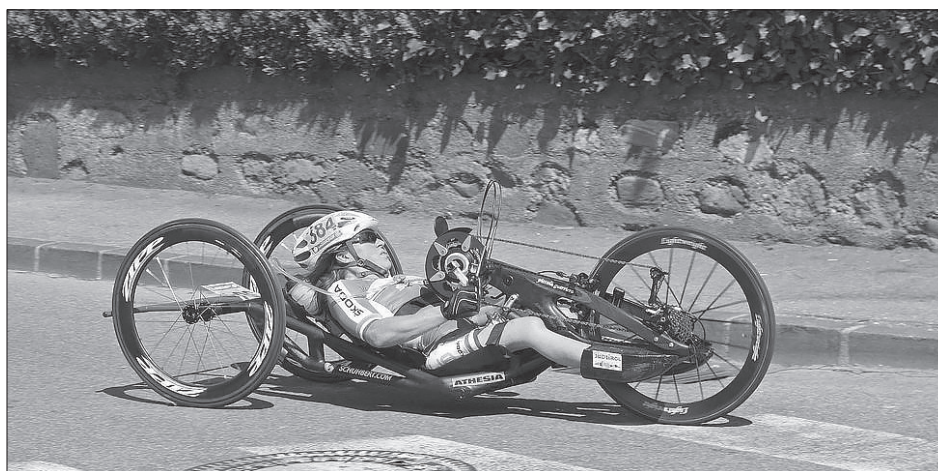
– Dla mnie wiek to tylko liczby – zaznacza Rafał Wilk. – Ja cały czas się cieszę, że po prostu mi się chce i mam motywację do tego, żeby wyjść na trening, trenować i robić te kilometry. To mnie cieszy, bo mam taką wizję, że jak przestanę trenować, to stanę się takim narzekającym, skapciałym człowiekiem, dlatego zawsze się można jakoś zmotywować do tego, żeby trenować. Sprawia mi to radość i myślę, że to jest chyba najważniejsze.

We Włoszech na mistrzostwach Europy zdobył srebrne medale w „czasówce” oraz wyścigu ze startu wspólnego (w klasie H4). Rafał Wilk podkreśla, że trudniej było wywalczyć ten drugi krążek.

– Wiedziałem, jaka jest sytuacja, w pewnym momencie, na parę kilometrów przed metą, pogodziłem się nawet z tym, że będę trzeci – opowiada. – Nie warto się jednak poddawać. Powalczyłem do końca i na finiszu wyrwałem srebrny medal. To bardzo cieszy, bo nie jestem sprinterem, a tutaj akurat dobrze udało się to rozegrać. Myślę, że – dzięki mojemu doświadczeniu – z chłodniejszą głową niż Brytyjczyk do tego podszedłem i wygrałem z nim na finiszu.

Ten trzeci ostatecznie Brytyjczyk to Calum Russell. Wygrał Szwajcar Fabian Reicher. Obaj są młodszy od Wilka o ponad 20 lat.

– Z czasów, w których zaczynałem, zostałem tylko ja, reszta kolegów już pokończyła kariery – mówi nasz reprezentant. – Tym bardziej cieszą mnie medale na międzynarodowych imprezach. Wiadomo, że nie zdobywam ich tyle, co wcześniej, bo można powiedzieć, że kiedyś miałem na nie abonament. Teraz rozkłada się to trochę tak, że medal jest co dwa lata, ale dobrze, że jest.



Fot. pixabay.com

Mam nadzieję, że pokazuję też innym, że wiek to najprostsza wymówka. Wiadomo, że nie jest łatwo, bo młodzież napiera, ale myślę, że można wszystko.

Stale iść do przodu

– Rafał Wilk nie rdzewieje – cieszy się Jakub Pieniążek, trener koordynator kadry parakolarzy. – Wyniki to jedno, a forma to drugie, co jest bardziej mierzalne. Ta zaś jest taka, jak ileś lat temu i ona nie spada. Jednak przede wszystkim to jest motywacja na poziomie mistrzowskim. To coś, co go chyba najbardziej wyróżnia z tej grupy. Ta jego pasja do sportu, pewien lifestyle. On i kolarstwo to jedno.

Brązowe medale dla naszej reprezentacji zdobyła trójka zawodników: Anna Harkowska w „czasówce” (klasa C5), a w wyścigu ze startu wspólnego Zbigniew Maciejewski (C1) oraz Bartłomiej Bertolin (C4). Trener Pieniążek podkreśla zwłaszcza znaczenie podium tego ostatniego.

– To jest bardzo duży sukces, bo medal zdobyty został przy praktycznie pełnym składzie zawodników w jego kategorii – tłumaczy. – Jest to więc potężne osiągnięcie, jego pierwsze podium na mistrzostwach.

Nasi reprezentanci kilkakrotnie plasowali się tuż za podium. W „czasówce” na czwartych miejscach zakończyli Bertolin,

Maciejewski i Krzysztof Plewa (H5), a w wyścigu ze startu wspólnego Harkowska i Rita Malinkiewicz (T2). To jej medalu zabrakło trenerowi do pełni szczęścia.

– Nie do końca udał się jej występ – zaznacza Jakub Pieniążek. – Była bardzo blisko medalu w wyścigu ze startu wspólnego, no ale tak to w sporcie bywa, czasem nie do końca wszystko wychodzi. Na pewno liczyliśmy też na to, że Ania Harkowska zdobędzie też medal w wyścigu wspólnym.

Polacy zajęli 13. miejsce w klasyfikacji medalowej mistrzostw Europy. Wygrali ją gospodarze, zgarniając 10 złotych medali, 5 srebrnych i 4 brązowe. Na drugim miejscu uplasowała się Francja (9-10-3), a na trzecim Holandia (8-5-3). Co jednak bardzo istotne, we Włoszech reprezentowało nas aż 20 zawodniczek i zawodników z Polski, którzy zajęli łącznie aż 21 miejsc w pierwszych „ósemkach” obu konkurencji.

– Zdecydowanie, w porównaniu do ubiegłych lat, powiększa się nasza grupa, która wyjeżdża na zawody, potencjał jest więc coraz większy – podkreśla Jakub Pieniążek. – Ale inne kraje mają podobnie, więc musimy stale iść do przodu. Występ oceniam więc bardzo pozytywnie. Były też starty, które mogły być dodatkowo przekute na medale, ale może następnym razem się uda. ■

PKPar

Katarzyna Sobczak z brązem mistrzostw Europy w parakajakarstwie

Katarzyna Sobczak zdobyła brązowy medal parakajakarskich mistrzostw Europy, które odbywały się w portugalskim Montemor-o-Velho. Razem z Mateuszem Surwiło zajęła też trzecie miejsce w pokazowej konkurencji parakajakowych dwójek mieszanych.

Startująca w kajakowej klasie KL3 Katarzyna Sobczak wygrała swój wyścig eliminacyjny i awansowała do finału A. Tam wywalczyła brąz, a do srebra zabrakło ledwo 0,36 sek. Druga była ostatecznie Francuzka Nélia Barbosa, a wygrała Brytyjka Hope Gordon.

– Dużo do srebra nie brakowało, ale ogólnie jestem bardzo zadowolona – mówi Katarzyna Sobczak, która w poprzednich latach dała się kibicom poznać pod nazwiskiem Kozikowska. – Tym bardziej, że w tym roku startowały wszystkie dziewczyny, bo zaczął się u nas ranking paralimpijski. Tak naprawdę na każdych zawodach międzynarodowych zdobywamy punkty, które końcowo stworzą ranking, z którego pierwsza dziesiątka pojedzie na igrzyska w Los Angeles.

Trudno więc o lepsze potwierdzenie progresu, zwłaszcza że na ubiegłorocznych mistrzostwach Europy zabrakło jej kilkuset tysięcznych sekundy do podium. Tym razem niemal wyrwała srebro.

– To jest dobry prognostyk – podkreśla. – Już nawet nie chodzi o to, ile zabrakło do Francuzki, tylko o to, że pozostałe dziewczyny są za mną już nie o setne sekundy, ale ta przerwa między nami fajna się zaczyna robić. Jestem po tym starcie zadowolona nie tylko z medalu, ale też czasu i całej otoczki, że potrafiłam się skupić, zadbać o najmniejsze szczegóły i wszystko poszło po mojej myśli.

Niedługo po finale w klasie KL3 Katarzyna Sobczak wzięła też udział w pokazowej konkurencji parakajakowych dwójek mieszanych. Wspólnie z Mateuszem Surwiło zajęły trzecie miejsce i choć medali nie wręczano, wyszło to bardzo ciekawie.

– Nigdy w życiu tak nie pływalismy, pierwszy raz do łódki wsiedliśmy razem. Siedziałam w tzw. drugiej dziurze, a Mateusz szlakował. Na koniec usłyszałam bardzo miły komplement, że nawet czuł, że coś tam



Fot. Generated by AI

z tyłu dawało siłę i kopnięcie – śmieje się Katarzyna Sobczak.

Medal utonął

W portugalskim Montemor-o-Velho połączono mistrzostwa Europy w sprincie kajakowym osób pełnosprawnych, parakajakarstwie i w kategorii masters. W kadrze osób z niepełnosprawnościami, prócz Katarzyny Sobczak, wspomniany Mateusz Surwiło w kajakowej klasie KL3 nie awansował niestety do finału, a w kanadyjkach (VL3) Robert Wydera zajął ostatecznie ósme miejsce.

Tę samą pozycję zajęła Anna Bilovol w klasie KL2 kobiet, natomiast w kanadyjkach (VL3) nie awansowała do finału. Miejsce w nim wywalczyła za to Monika Kukła, która była druga w swoim wyścigu eliminacyjnym. W finale ostatecznie zajęła szóste miejsce.

– Mówi się czasem, że medal komuś tonie, no i Monice utonął – podsumowuje Renata Klekotko, trenerka główna kadry narodowej i koordynatorka parakajakarstwa. – Jasne, że to jest sport i niczego na sto procent nie wiadomo, ale ona była dobrze przygotowana na te zawody, popłynęła „życiówkę”, miała świetny przedbieg i czasowo ten medal był w zasięgu. Gdyby w finale

popłynęła to, co w przedbiegu, to spokojnie miałyby brąz. Wydaje mi się, że ona musi się nauczyć wygrywać, przyzwyczać do myśli, że medal jest w jej zasięgu. Ale spokojnie, to są mistrzostwa Europy, mamy kolejne imprezy.

Jedną z nich są mistrzostwa świata, które od 26 do 30 sierpnia odbędą się na poznańskiej Malcie.

– Podobna sytuacja, jak teraz u Moniki, była w zeszłym roku u Kasi, jej też medal utonął – podkreśla Renata Klekotko. – Wyciągnęła wnioski i dziś jest ten medal, a trzeba przyznać, że popłynęła bardzo dobrze w przedbiegu. To był piękny wyścig. W finale Francuzka, która jest medalistką paralimpijską z Paryża, od razu wyszła na starcie, ale potem Kasia nadrabiała, trzymała się jej. Zabrakło niewiele, natomiast bardzo przyjemnie się ten wyścig oglądało.

Ogólnie trenerka ocenia występ kadry na mistrzostwach Europy na piątkę.

– Gdyby Monia ten medal zdobyła, to byłaby szóstka – uśmiecha się. – Wyróżniłabym też Anię Bilovol. Ona ma 17 lat, jest najmłodsza w stawce, a weszła do finału. Ma nad czym pracować, ale trzeba dać jej czas. Doszła do finału i nie była w nim ostatnia. Jestem więc zadowolona. ■

PKPar

Medalowy zawrót głowy

Może banalnie to zabrzmieć, ale będzie to tekst o tym, że ograniczenia powstają tylko w naszych głowach, a realizacja założonego celu zależy od nas samych: od determinacji, systematyczności, pracy – także nad sobą. Aha, i jeszcze jedno, trzeba wyrzucić ze słownika pojęcie: Nie dam rady.

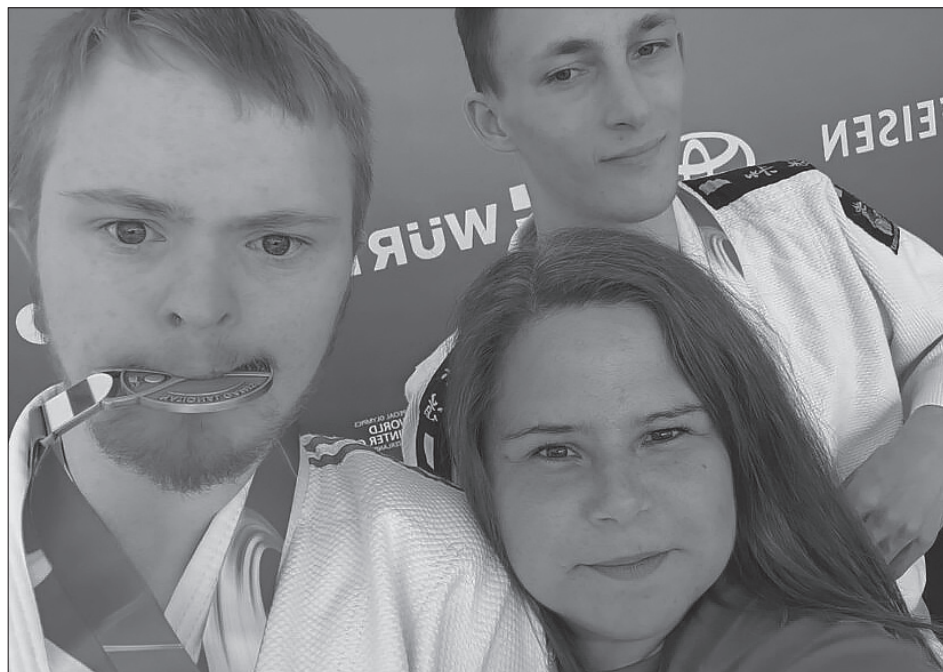
MATEUSZ MISZTAŁ

Ma 23 lata, mieszka w Elblągu. Zaczynał od kręgli, ale po drodze pokochał judo. Trenuje je od kilku lat. Niepełnosprawność? A co to takiego? Gdy walczy na macie liczy się sport. Tylko sport, czysty sport. Mateusz Okoński z IKS Atak Elbląg, to medalowy potwór. Z każdego zawodów przywozi medal(e).

– Mateusz jest bardzo usportowiony, bo do jakiej dyscypliny, by się nie przyłożył, tam ma swoje osiągnięcia. Trenował w Olimpiadach Specjalnych kręgle i tam wiem, że też odnosił swoje sukcesy, a u nas w IKS trenuje judo. Od tego 2023 roku małymi krokami robi postępy – mówi Joanna Cesarska, sekretarz IKS Atak Elbląg. – Jest bardzo ambitny, bardzo uważnie podchodzi do tego, co robi, jest zaangażowany w ten sport. Wiem, że teraz poszedł też do pracy i mimo tego, że pracuje, to przychodzi na treningi i jest w tym bardzo systematyczny. Bierze udział w zawodach rangi ogólnopolskiej, jeździ też na zawody międzynarodowe – dodaje.

Jest pozytywnie uparty, a upór w sporcie, to bardzo pożądana cecha. Odpuszczenie treningu? Nie ma mowy!

– Tydzień temu (15 czerwca) wróciliśmy z Pucharu Polski w Warszawie, gdzie Mateusz zajął pierwsze miejsce w swojej



Fot. IKS Atak Elbląg

grupie sprawnościowej i wagowej do 55 kg. Miał trzech przeciwników z Warszawy. Wszystkie walki wygrał przez ippon (decyzją sędziowską o zakończeniu walki przed czasem i ogłoszeniu zwycięstwa – przyp. red.) – mówi Paulina Dąbrowska, trener judo w IKS Atak Elbląg. – To jest taki przedsmak przed mistrzostwami Polski – dodaje.

Złoto i brąz

Pod koniec maja Mateusz wziął udział w Narodowych Letnich Igrzyskach Olim-

piad Specjalnych skąd przywiózł dwa złote medale – w rywalizacji indywidualnej i drużyn mieszanych.

– W 2027 roku w Chile odbywają się Igrzyska Olimpiad Specjalnych i niestety tym razem judo zostało z tych igrzysk wykreślone. Żeby to jakoś zrekomensować tym zawodnikom judo, w Szwajcarii odbyły się takie właśnie narodowe, powiedzielibym Europejskie, igrzyska – wyjaśnia Cesarska.

Jak podkreśla trener judo w IKS Atak, nie każdy mógł tam pojechać. Wyboru zawodników dokonano spośród medalistów ubiegłorocznego ogólnopolskiego turnieju Olimpiad Specjalnych.

– Byliśmy pierwszy raz na takich zawodach. Mateusz spisał się rewelacyjnie, zajął pierwsze miejsce w swojej grupie wiekowej i wagowej – wspomina trenerka judo. – Mateusz wziął też udział w „drużynówce” i swoje dwie walki wygrał, więc w sumie na tych zawodach, biorąc pod uwagę występy indywidualne i drużynowe nie przegrał żadnej walki. Stoczył sześć walk i wszystkie wygrał przed czasem, więc to jest dla nas



Fot. IKS Atak Elbląg

bardzo motywujące. Myślę że i Mateusza też to podbudowało i zachęciło do dalszej pracy – dodaje.

– Nasi zawodnicy wiedzą, że nie każdy może pojechać na takie zawody. Sukces jednej osoby motywuje też całą grupę. Są dumni z Mateusza. My tak samo, powtarzamy, że jest to sukces całej drużyny. Mimo tego, że jest to sport indywidualny, to te sparingi Mateusz musi z kimś odbywać – mówi Cesarska.

W Szwajcarii o medale walczył także Konrad Szumski. Indywidualnie był drugi, a w drużynówce zajął trzecie miejsce.

– Chłopaki nawzajem się wspierali, pomagali sobie. Czasami ja nie mogłam być przy nich, bo trener też musi iść na odprawę, musi pójść w drugie miejsce, więc oni też na tyle są już samodzielni, że mogą w takich zawodach międzynarodowych uczestniczyć – mówi Dąbrowska.

– Pamiętam jak Mateusz przyszedł tu, do klubu po swoich pierwszych wygranych zawodach. Był nieśmiały, a teraz tej śmiałości jest dużo więcej, widać, że nam zaufał – zaznacza Dąbrowska.

Mateusz ma na swoim koncie m.in. medale Pucharu Polski w Judo OzN 2025. W tym samym roku zdobył także srebrny medal Pucharu Europy (Gdańsk Get Together Tournament) i złoty (na zawodach tej samej rangi) w Houlgate (Francja).

Jak podkreślają nasze rozmówczynie, bardzo ważne jest to, by do sukcesu podążać małymi krokami.

– Nasi judocy od razu chcieliby wygrywać, a my uczymy tego, że tak się nie da, że sięgnięcie po ten najważniejszy medal wymaga czasu, pracy, cierpliwości i systematyczności w treningach – tłumaczy Cesarska.

– Lubię judo. Trenuję od 4 lat. W Szwajcarii było ponad dwa tysiące zawodników z różnych krajów, m.in. z Niemiec, Francji, Włoch, Chorwacji, Szwecji, Hiszpanii, Portugalii – wlicza Mateusz Okoński.

Zapytany o to, która z walk podczas Pucharu Polski w Warszawie była trudniejsza odpowiada: „Nie było trudno, było łatwo”.

By w pewnym momencie w sporcie „było łatwo”, potrzeba dużo codziennej pracy, bo za każdym medalem kryją się dziesiątki treningów. ■

Pokaz siły Polaków przed mundialem

Biało-czerwoni zdominowali 15. edycję Amp Futbol Cup, rozegraną na obiekcie ARTHOUSE Kołowa w Warszawie. Przez dwa dni zawodnicy rywalizowali nie tylko z wymagającymi przeciwnikami, ale także z ponad 30-stopniowym upałem. Polacy poradzili sobie znakomicie, potwierdzając wysoką formę przed listopadowymi mistrzostwami świata w Meksyku.



Fot. Amp Futbol Polska

Podopieczni trenera Mariusza Miecznikowskiego odnieśli komplet czterech zwycięstw. Pierwszego dnia pokonali Ukrainę i USA po 4:0, a w niedzielę ponownie okazali się lepsi od Amerykanów 3:0 oraz Ukraińców 2:0. Bilans turnieju robi wrażenie: 13 zdobytych bramek i ani jednej straconej. Rywale mieli duże problemy z tworzeniem groźnych sytuacji, a polski zespół zachował skuteczność mimo licznych zmian w składzie. Walka o miejsca w kadrze na mundial wciąż bowiem trwa.

– Mamy komplet zwycięstw, 13 zdobytych bramek i żadnej straconej. To dobrze świadczy o pracy, jaką wykonaliśmy. Pokazaliśmy światu, że czujemy się naprawdę mocni. Czekamy na więcej – przyznaje Marcin Oleksy.

Cenne doświadczenie zebrała również kobieca reprezentacja Polski, która rozegrała dwumecz z aktualnymi mistrzyniami świata z Kolumbii. Po porażce 0:1 w pierwszym spotkaniu

Polki zremisowały w rewanżu 0:0, choć całą drugą połowę grały w osłabieniu po czerwonej kartce dla Moniki Kukli. Mimo trudnej sytuacji potrafiły zagrozić bramce rywalek i pokazały ogromną determinację.

– Bardzo cieszy mnie to, jak zareagowałyśmy na tę porażkę. Jeszcze wieczorem po pierwszym meczu bardzo skrupulatnie przeanalizowałyśmy to, co nie wyszło pierwszego dnia. Pokazałyśmy naprawdę mnóstwo determinacji grając przez pół meczu o jedną zawodniczkę mniej. Myślę, że dobrze, że coś takiego wydarzyło się teraz, a nie za rok na mundialu – podkreśliła Aleksandra Zubrzycka, selekcjonerka kobiecej reprezentacji Polski.

Turniej miał znaczenie także w kontekście starań Polski o organizację przyszłorocznych Mistrzostw Świata Kobiet Amp Futbol. O prawo do przeprowadzenia imprezy ubiegają się również Brazylia i Rwanda. ■

Red.

Paralimpijczycy pokazali pazur

Reprezentanci Polskiego Komitetu Paralimpijskiego po raz kolejny udowodnili, że podczas zawodów z cyklu Ironman mogą rywalizować z pełnosprawnymi sportowcami jak równy z równym. W Warszawie paralimpijskie sztafety dwukrotnie stanęły na najniższym stopniu podium, a kilka tygodni później w Gdyni jedna z drużyn wygrała rywalizację sztafet mieszanych 5150. Obu imprezom towarzyszyły pikniki, podczas których kibice mogli bliżej poznać sport paralimpijski.

Pierwsza odsłona rywalizacji odbyła się 7 czerwca podczas Enea Ironman 70.3 Warsaw. Sztafety miały do pokonania 1,9 km w pław w Jeziorze Zegrzyńskim, 90 km na rowerze oraz 21 km biegiem.

Jedną z największych bohaterek zawodów została Oliwia Jabłońska, trzykrotna medalistka igrzysk paralimpijskich oraz wielokrotna medalistka mistrzostw świata i Europy w parapyłwaniu. Dystans pływacki pokonała w czasie 24 minut i 13 sekund, uzyskując drugi wynik spośród ponad dwóch tysięcy uczestników rywalizacji indywidualnej i sztafetowej.

Był to dopiero jej drugi start na wodach otwartych. Zawodniczka przyznawała, że pływanie w jeziorze znacznie różni się od rywalizacji na basenie. Trudniejsza jest nawigacja, nie widać dna, a wszyscy zawodnicy startują razem, bez wydzielonych torów. Mimo tego Oliwia poradziła sobie znakomicie.

– Startowali zawodnicy pełnosprawni i mężczyźni, dlatego cieszę się, że moje pływanie jest na tak wysokim poziomie, że mogę z nimi rywalizować również na wodach otwartych – podkreśliła.

Po jej zmianie na trasę rowerową wyruszył Sławomir Gorzkowicz, paralimpijczyk z Londynu, były reprezentant Polski w koszykówce na wózkach, a obecnie zawodnik parakolarstwa i paranciarstwa klasycznego. Sztafetę zakończył biegiem Witold Skupień, czterokrotny paralimpijczyk, mistrz świata w biegach narciarskich. Drużyna zajęła trzecie miejsce wśród sztafet mieszanych.

Witold Skupień poprawił przy okazji rekord życiowy na dystansie półmaratonu, sprawiając sobie sportowy prezent na 37. urodziny.

– Ekipa paralimpijska pokazała pazur. Pokazaliśmy, że osoby z niepełnospraw-

nościami potrafią walczyć w zwykłej rywalizacji na naprawdę wysokim poziomie – mówił po zawodach.

Drugie trzecie miejsce wywalczyła rodzinna sztafeta Rafała Szumca. Paralimpijczyk i członek kadry narodowej w parakolarstwie szosowym wystartował razem z chrześniakiem Dominikiem, który odpowiadał za pływanie, oraz bratem Łukaszem, kończącym zawody biegiem. Drużyna zajęła trzecie miejsce wśród sztafet męskich i czwarte w klasyfikacji generalnej.

Rafał Szumiec pokonał 90-kilometrową trasę na handbike'u. Jak zaznaczał, płaski profil trasy sprzyjał szybkiej jeździe, a zawody były również dobrym sprawdzianem przed mistrzostwami Europy.

W Warszawie wystartowała jeszcze jedna drużyna Polskiego Komitetu Paralimpijskiego. Katarzyna Czechowska-Madej odpowiadała za pływanie, natomiast Witołd Misztela pokonał odcinek rowerowy i biegowy. Sztafeta zajęła dziesiąte miejsce wśród ekip mieszanych i 27. w klasyfikacji generalnej.

W drużynach banku Citi Handlowy pojawili się także parakolarze Krzysztof Plewa i Zbigniew Maciejewski. Ich start był związany z projektem „Niezwykła Drużyna”, wspierającym dostęp dzieci z niepełnosprawnościami do aktywności sportowej. Sztafeta ze Zbigniewem Maciejewskim zajęła 21. miejsce w klasyfikacji generalnej i 14. wśród ekip męskich.

Indywidualnego startu próbował natomiast Wojciech Makowski, wicemistrz igrzysk paralimpijskich w pływaniu. Na trasie wspierał go przewodnik Tomasz Domagała. Ich udział zakończył się jednak na 25. kilometrze odcinka rowerowego z powodu pękniętej dętki, której nie udało się wymienić.

Makowski nie krył rozczarowania, ale podkreślał, że udział w masowych imprezach sportowych daje niezwykle poczucie wspólnoty.

– Wchodzi się między pełnosprawnych sportowców i startuje razem z nimi ramieniem. Robimy to samo, przybijamy sobie piątki i wzajemnie się motywujemy – mówił.

Gdynia: pierwsze zwycięstwo paralimpijskiej sztafety

Kolejny znakomity występ nastąpił 19 lipca podczas Enea Ironman 70.3 Gdynia. Tym razem reprezentanci Polskiego Komitetu Paralimpijskiego rywalizowali w sztafetach mieszanych 5150. Do pokonania mieli dystans olimpijski: 1,5 km pływania, 40 km jazdy rowerem i 10,6 km biegu.

Drużyna w składzie Alan Ogorzałek, Rafał Szumiec oraz Joanna Mazur-Dziedzic z przewodnikiem Marcinem Kęsym wygrała rywalizację sztafet mieszanych i uzyskała czwarty czas w klasyfikacji generalnej.

Świetną pozycję wyjściową zapewnił zespołowi Alan Ogorzałek, paralimpijczyk z Tokio i Paryża oraz medalista mistrzostw świata i Europy w parapyłwaniu. Trasę w wodach Zatoki Gdańskiej pokonał w 19 minut i 27 sekund. Był to najlepszy wynik pływacki w całej, liczącej 50 zawodników stawce. Kolejny uczestnik był wolniejszy o ponad cztery minuty.

– Pierwszy raz płynąłem w pianie neoprenowej. Wydaje mi się, że pełny triathlon nie jest dla mnie, ale sztafety i pływanie na wodach otwartych bardzo mi się spodobały – przyznał Alan.

Na drugiej zmianie wystartował Rafał Szumiec. Czterdziestokilometrową trasę pokonał na handbike'u. Największym

wyzwaniem był prawie czterokilometrowy podjazd, który z każdym kolejnym odcinkiem stawał się bardziej stromy.

– Na handbike'u dużo tracimy na podjazdach. Na płaskich odcinkach różnice się zmniejszają, ponieważ mamy lepszą pozycję aerodynamiczną i możemy osiągać prędkości zbliżone do zwykłego roweru – tłumaczył zawodnik.

Zwycięski występ zakończyła Joanna Mazur-Dziedzic, trzykrotna paralimpijka i mistrzyni świata na 1500 metrów wśród osób niewidomych. Biegła razem z przewodnikiem Marcinem Kęsym. Para współpracuje od 2025 roku i ma już na koncie medal mistrzostw świata.

– Słyszeliśmy, co zrobił Alan, więc nie mogliśmy być gorsi. Nie chciałam dać plamy i ciągnęłam przewodnika, żebyśmy biegli szybciej – opowiadała Joanna.

Był to jej pierwszy start w ulicznym biegu. Szczególnie zapamiętała doping kibiców, który nasilał się, gdy publiczność zauważała, że biegnie z przewodnikiem, połączona z nim specjalną opaską.

Dopiero na mecie zawodniczka dowiedziała się, że jej drużyna wygrała rywalizację. Jak podkreśliła, niepełnosprawność nie powinna powstrzymywać nikogo przed próbowaniem nowych dyscyplin.

– Sport jest jeden. Trzeba próbować na miarę swoich aktualnych możliwości i cieszyć się tym – zaznaczyła.

W Gdyni wystartowały także dwie inne sztafety Polskiego Komitetu Paralimpijskiego. Alicja Giedryś, Witold Misztela i Alicja Jeromin zajęły 11. miejsce wśród sztafet mieszanych i 22. w klasyfikacji generalnej. Gabriel Kowalski, Paweł Sochaj i Magdalena Mozgała ukończyli zawody na 22. miejscu w rywalizacji mieszanej oraz 36. w klasyfikacji generalnej. Łącznie do mety dotarło 49 sztafet.

Sport bez podziałów

Zawodom w Warszawie i Gdyni towarzyszyły Pikniki Paralimpijskie, organizowane pod hasłem „Zbliżamy Ludzi Przez Sport”. Uczestnicy mogli spotkać medalistów igrzysk, porozmawiać ze sportowcami oraz spróbować swoich sił między innymi w parawioślarstwie, szermierce na wózkach, parabadmintonie, parakolarstwie i siatkówce na siedząco.

Wyniki osiągnięte w obu miastach pokazały, że starty paralimpijczyków nie są jedynie symbolicznym dodatkiem do dużych imprez. W Warszawie zdobyli dwa trzecie miejsca, a w Gdyni sięgnęli po zwycięstwo, pokonując pełnosprawnych rywali. Rywalizowali na tych samych trasach, na tych samych zasadach i przy tym samym doping kibiców.

Ostatnia odsłona zmagania w ramach Enea Ironman 70.3 odbędzie się 30 sierpnia w Poznaniu. ■ Red.



Fot. materiały prasowe



Fot. materiały prasowe



Fot. materiały prasowe



Fot. materiały prasowe

Razem z Tobą

codziennie informujemy i integrujemy



Bądź na bieżąco. Wejdź na:

razemztoba.pl