



## **INFORMATOR REGIONALNEGO STOWARZYSZENIA NA RZECZ OSÓB AUTYSTYCZNYCH I ICH RODZIN W RUDZIE ŚLĄSKIEJ**

**NR 31**

**czerwiec 2004**

Zespół redakcyjny:  
Danuta Billewicz billewicz@wp.pl  
Liliana Bujala bujadar@tychy.com  
Monika Sokółowska

Numer zamknięto:  
4 czerwca 2004

My w Internecie: <http://www.autyzmirodzina.republika.pl/>

### **ZAMIAST WAKACYJNYCH ŻYCZEŃ.....**

#### **Desiderata**

Przechoź spokojnie przez hałas i pośpiech i pamiętaj  
Jaki spokój można znaleźć w ciszy.

O ile to możliwe, bez wyrzekania się siebie,  
Bądź na dobrej stopie ze wszystkimi.  
Wypowiadaj swoją prawdę jasno i spokojnie  
I wysłuchaj innych, nawet tępych i nieświadomych,  
Bo oni też mają swoją opowieść.  
Unikaj głośnych i napastliwych - są udręką ducha.

Porównując się z innymi możesz stać się próżny i zgorzkniały,  
Zawsze bowiem znajdziesz gorszych i lepszych od siebie.  
Niech twoje osiągnięcia, zarówno jak i plany,  
Będą dla ciebie źródłem radości.  
Wykonuj swą pracę z sercem, jakkolwiek by była skromna,  
Albowiem jest trwałą wartością w zmiennych kolejach losu.

Bądź ostrożny, na świecie jest bowiem pełno oszustwa.  
Niech ci to jednak nie zasłoni prawdziwej cnoty – wielu ludzi  
Dąży do wzniosłych ideałów i wszędzie życie jest pełne  
heroizmu.  
Bądź sobą, zwłaszcza nie udawaj uczucia,  
Ani też nie podchodź cynicznie do miłości,  
Albowiem wobec oschłości i rozczarowań  
Ona jest wieczna jak trawa.

Przyjmij spokojnie co ci lata doradzają,  
Z wdziękiem wyrzekając się spraw młodości,  
Rozwijaj siłę ducha, aby mogła cię osłonić w nagłym  
nieszczęściu.  
Nie dręcz się tworam wyobraźni.  
Wiele obaw rodzi się ze znużenia i samotności.

Obok zdrowej dyscypliny bądź dla siebie łagodny.  
Jesteś dzieckiem wszechświata  
Nie mniej niż drzewa i gwiazdy.  
Masz prawo być tutaj. I czy jest to dla ciebie jasne czy nie,  
Wszechświat jest bez wątpienia na dobrej drodze.

Tak więc żyj w zgodzie z Bogiem,  
Czymkolwiek On ci się wydaje,  
Czymkolwiek się trudnisz i jakekolwiek są twoje pragnienia.  
W zgiełku i pomieszaniu życia  
Zachowaj spokój ze swoją duszą.

Przy całej złudności i znoju i rozwianych marzeniach  
Jest to piękny świat.  
Bądź uważny. Dąż do szczęścia.

*Max Ehrmann, rok 1920 (Nadesłała Monika Sokółowska)*

### **FORUM RODZICÓW**

#### **Wolontariat po nowemu**

10 maja br. uczestniczyłam w szkoleniu koordynatorów pracy wolontarystycznej, zorganizowanym przez Rudzkie Centrum Wolontariatu, a prowadzonym przez panią Barbarę Kołodziej - koordynatora tegoż Centrum. Celem szkolenia było zapoznanie się z nowymi przepisami określającymi ogólne zasady funkcjonowania wolontariatu w naszym kraju.

A po co to wszystko?

Ponieważ skończyły się czasy, kiedy wolontariusza dla naszych dzieci braliśmy „z ulicy”, bez podpisywania z nim umowy i traktowaliśmy jako nieformalną pomoc. Teraz, w myśl ustawy, wolontariusz ma swoje prawa. Jest to osoba, która wykonuje świadczenia na rzecz organizacji i instytucji, na zasadach określonych w ustawie o działalności pożytku publicznego i wolontariacie. Do tych uprawnionych organizacji należą między innymi stowarzyszenia. Więc, jeśli mamy wolontariusza dla swojego dziecka, to stowarzyszenie podpisuje z nim porozumienie, a nie rodzic. Porozumienie takie określa czas, zakres i sposób wykonywanych obowiązków, a także postanowienie o możliwości jego rozwiązania. W przypadku wolontariatu do 30 dni, porozumienie może mieć formę ustną, chyba, że wolontariusz żąda go na piśmie. Jeżeli wolontariat przekracza 30 dni, porozumienie musi mieć formę pisemną. W przypadku osób niepełnoletnich, na rozpoczęcie działalności wolontarystycznej wymagana jest zgoda rodzica (przedstawiciela ustawowego).

Każda organizacja angażująca wolontariusza ma obowiązek poinformować go o ewentualnym ryzyku dla zdrowia oraz zapewnić bezpieczne i higieniczne warunki wykonywania świadczeń. Ponadto mamy obowiązek pokrywania kosztów podróży i diet, chyba że wolontariusz w formie pisemnej zwolni nas z tego obowiązku.

Wolontariusz ma również prawo do ubezpieczenia zdrowotnego, jeśli nie jest ubezpieczony z innego tytułu i do ubezpieczenia od następstw nieszczęśliwych wypadków, jeśli zawarto z nim porozumienie na okres nie dłuższy niż 30 dni.

Wolontariusz ma również swoje obowiązki. Zobowiązany jest sumiennie wykonywać podjęte zadania, dbać o powierzony mu majątek.

Tyle może o nowej ustawie. Szkolenie obejmowało jeszcze inne zagadnienia, np. spojrzenie na wolontariat od strony wolontariusza: o motywacjach wolontariuszy, o oczekiwaniach i potrzebach środowiska. Ważna jest gratyfikacja wolontariuszy - zapoznano nas z ponad stu różnymi pomysłami, np. uśmiech, szacunek, kawa lub coś słodkiego w wolnych chwilach, miła atmosfera, pochwała czy zwykłe 'dziękuję'.

Należałoby również pamiętać, że wolontariusze mają swoje święto. Dzień Wolontariatu przypada 5 grudnia.

Szkolenie było naprawdę interesujące i ciekawie prowadzone przez panią Barbarę Kołodziej. Odbyło się przy małej grupie

uczestników, co pozwoliło na bliższe poznanie się. Byli tam przedstawiciele harcerstwa, PCK, grupy charytatywnej, szkół, przedszkoli i szpitali.

Istnieje możliwość skorzystania z wolontariuszy Centrum, dlatego zachęcam naszych członków z Rudy do wzięcia udziału w takim szkoleniu. Myślę, że warto.

*Róża Sujewicz, tel. 427-1761*

## WARTO WIEDZIEĆ

### Pies dla osoby niepełnosprawnej

Pies pomocnik potrafi wykonać wiele poleceń; otwiera szafę, podaje upuszczone przedmioty, zapala światło, jest też bardzo pomocny przy ubieraniu się i ścieleniu łóżka. Takie właśnie psy, które służą pomocą osobom niepełnosprawnym poruszającym się na wózkach szkoli stowarzyszenie Alteri z Krakowa.

Stowarzyszenie terapii wspomagającej Alteri funkcjonuje od 2003 roku. Na początku swej działalności realizowało pomysł szkolenia dorosłych zwierząt na psy pomocników (ang. assistance dog), ale ta idea nie sprawdziła się. Obecnie Alteri trenuje trzy szczeniaki - rasy labrador, nova scotia duck tolling retriever oraz bouvier des flanders. Pięć osób zadeklarowało chęć posiadania takiego czworonożnego pomocnika.

Monika Wysokińska z Alteri wyjaśnia, że na psa pomocnika najlepiej nadają się rasy łagodne i przyjaźielskie, w szczególności retrievery, które uwielbiają aportować i nosić przedmioty w pysku. Podczas treningów szczeniaki mieszkają z instruktorami wolontariuszami (troje w Krakowie i jeden w Gdańsku). Najpierw psy podlegają socjalizacji, polegającej na oswojaniu ich z wszelkimi możliwymi miejscami i sytuacjami.

Szkolenie psa pomocnika w Alteri trwa około pół roku. Koszt zakupu szczeniaka, wyżywienia i wyprawki (psy noszą specjalne fartuszki) to ok. 5-6 tys. zł. Część z tych kosztów pokrywa stowarzyszenie, część sponsorzy.

Jak starać się o psa pomocnika w Alteri?

Trzeba się skontaktować ze stowarzyszeniem Alteri, złożyć wniosek o przyznanie psa pomocnika i czekać, aż zwierzę zostanie wytresowane. Potem następuje spotkanie kontaktowe osoby starającej się o psa, czworonoga i instruktora, który ocenia, czy człowiek i pies stworzą dobrą parę. Wreszcie zapada decyzja o współpracy osoby niepełnosprawnej i psa pomocnika. Zwierzę mieszka z nowym opiekunem, który zawsze może skorzystać z pomocy psiego trenera. Stowarzyszenie Alteri przekazuje psy osobom niepełnosprawnym nieodpłatnie.

Kontakt do stowarzyszenia:

[www.alteri.ipon.pl](http://www.alteri.ipon.pl); ul. Rakowicka 18A, Kraków

Źródło: gazeta.pl (Kraków, 8.02. 2004 r) Oprac.: Paweł Prokop  
Autoryzowany przedruk z biuletynu informacyjnego portalu [www.niepelnosprawni.info](http://www.niepelnosprawni.info) (LB)

### Terapia Czaszkowo –Krzyżowa

Osteopatia to technika lecznicza, której celem jest przywrócenie właściwego położenia i funkcjonowania kości, mięśni, ścięgien i nerwów.

Podstawy tradycyjnej osteopatii stworzył Amerykanin Anrovm Taylor Still pod koniec dziewiętnastego wieku. W swojej terapii zrezygnował on z toksycznych leków na rzecz manipulacji układem kostnym. Koncepcja polegała na mechanicznym dostrojeniu organizmu, co przywraca naturalny mechanizm samo leczenia.

Za ojca Osteopatii Kranialnej uważa się Wiliama Sutherlanda, który w 1932 roku obwieścił szczególne odkrycie dotyczące ludzkiej fizjologii nazwał go pierwotnym mechanizmem oddechowym.

Terapia czaszkowo krzyżowa nie jest masażem, lecz bardzo delikatną ręczną manipulacją w obrębie czaszki, kości krzyżowej, okolic kręgosłupa i całej tkanki łącznej, w celu zidentyfikowania i usunięcia napięć oraz przywrócenia równowagi w całym organizmie. Pomocna w przypadku psychoz, autyzmu, problemów z koncentracją, zaburzeń osobowości, nadpobudliwości dzieci i dorosłych, stresów, dysleksji, kłopotów w szkole, bólów i zawrotów głowy, migren, kłopotów ze wzrokiem i słuchem, nawracających zapaleń uszu, zapalenia zatok, napięć i bólów w stawie skroniowo-żuchwowym, wybiecia żuchwy, wad wymowy, zgrzytania zębami, wad zgryzu, bólów kręgosłupa i pleców zapalenia korzonków, rwy kulszowej, skoliozy, bolesnego napięcia barków, wszystkich urazów powypadkowych i wielu innych.

System czaszkowo-krzyżowy stanowi półotwarty hydrauliczny układ fizjologiczny zawarty wewnątrz mocnej, wodoodpornej opony twardej, która otacza mózg i rdzeń kręgowy. Ważną funkcją tego systemu jest wytwarzanie, rozprowadzanie i resorpcja płynu mózgowo-rdzeniowego. Jest on wytwarzany wewnątrz systemu czaszkowo-krzyżowego i służy utrzymywaniu równowagi środowiska fizjologicznego, w którym funkcjonuje mózg i system nerwowy.

Podstawowe założenie Sutherlanda głosiło, że ośrodkowy układ nerwowy i struktury z nim sprzężone podlegają stałym rytmicznym ruchom a ruch ten ma olbrzymi wpływ na prawidłowe funkcjonowanie ludzkiego organizmu, a tym samym na zdrowie i życie .

Wiele problemów zdrowotnych spowodowanych jest dysfunkcją kości klinowej, która pracuje razem z kością potyliczną i wykonuje ruchy fleksji i ekstensji (czyli zwięzania i rozszerzania). Kość potyliczna poruszając się pociąga za sobą oponę twardą kręgosłupową, a ta kość krzyżową.

Terapia polecana dla dzieci autystycznych trwa 20 min., wykonywana 1 raz w tygodniu przez 6 miesięcy z przerwą tygodniową, następnie przez 6 miesięcy - 1 raz w miesiącu. Telefon do organizatora warsztatów w Katowicach, w których uczestniczyłam: Janina Strzelecka tel. (032) 253-75-69

*Marianna Seńczuk, tel (041) 383 6201*

### Niepełnosprawni. Zwrot kosztów. W pracy pomoże asystent

Pracodawcy zatrudniający osoby niepełnosprawne mogą otrzymywać zwrot kosztów zatrudnienia tzw. asystentów niepełnosprawnych pracowników. Taką możliwość przewidują nowe przepisy ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych.

Zadaniem asystentów osób niepełnosprawnych jest pomaganie im w komunikowaniu się z otoczeniem i wykonywanie czynności trudnych lub niemożliwych do samodzielnego wykonania przez pracownika niepełnosprawnego na stanowisku pracy. Liczba godzin przeznaczonych wyłącznie na taką pomoc nie może przekroczyć 20 proc. całkowitego miesięcznego czasu pracy osoby pomagającej.

Nowe przepisy, obowiązujące od 1 maja br., stanowią też, że pracodawca, który na co najmniej 3 lata zatrudni osoby niepełnosprawne bezrobotne lub poszukujące pracy i nigdzie niepracujące, skierowane przez urząd pracy, będzie mógł otrzymać zwrot kosztów poniesionych nie tylko w związku z przystosowaniem tworzonych lub istniejących stanowisk pracy do potrzeb tych osób, ale również na adaptację pomieszczeń zakładu pracy do potrzeb niepełnosprawnych pracowników oraz adaptację lub nabycie urządzeń ułatwiających im funkcjonowanie w zakładzie pracy.

O zwrot tych kosztów mogą ubiegać się również pracodawcy, którzy przez co najmniej 3 lata będą zatrudniać osoby niepełnosprawne, których niepełnosprawność powstała w czasie pracy w ich firmie. Pieniądże z Funduszu Pracy pracodawca otrzyma na swój wniosek.

I jeszcze jedna zmiana. Przedłużono okres składania informacji miesięcznych o wynagrodzeniu, zatrudnieniu i stopniach niepełnosprawności pracowników oraz wniosku o wypłatę miesięcznego dofinansowania ich wynagrodzenia za dwa miesiące. Należy je składać do 20 dnia miesiąca następującego po miesiącu (miesiącach), których informacja lub wniosek dotyczy.

Zmiany w ustawie rehabilitacyjnej wprowadziła ustawa z dnia 20 kwietnia 2004 r. o zmianie i uchyleniu niektórych ustaw w związku z uzyskaniem przez Rzeczpospolitą Polską członkostwa w Unii Europejskiej (Dz.U. nr 96, poz. 959).

*Marzena Jurczewska  
Gazeta Prawna, Aktualności  
czwartek 13 maja 2004 r.*

*Pierwsze pozytywne jaskółki równania do Europy! Czekamy aż pomyślą o dzieciach... (LB)*