

ISSN 1898-5599

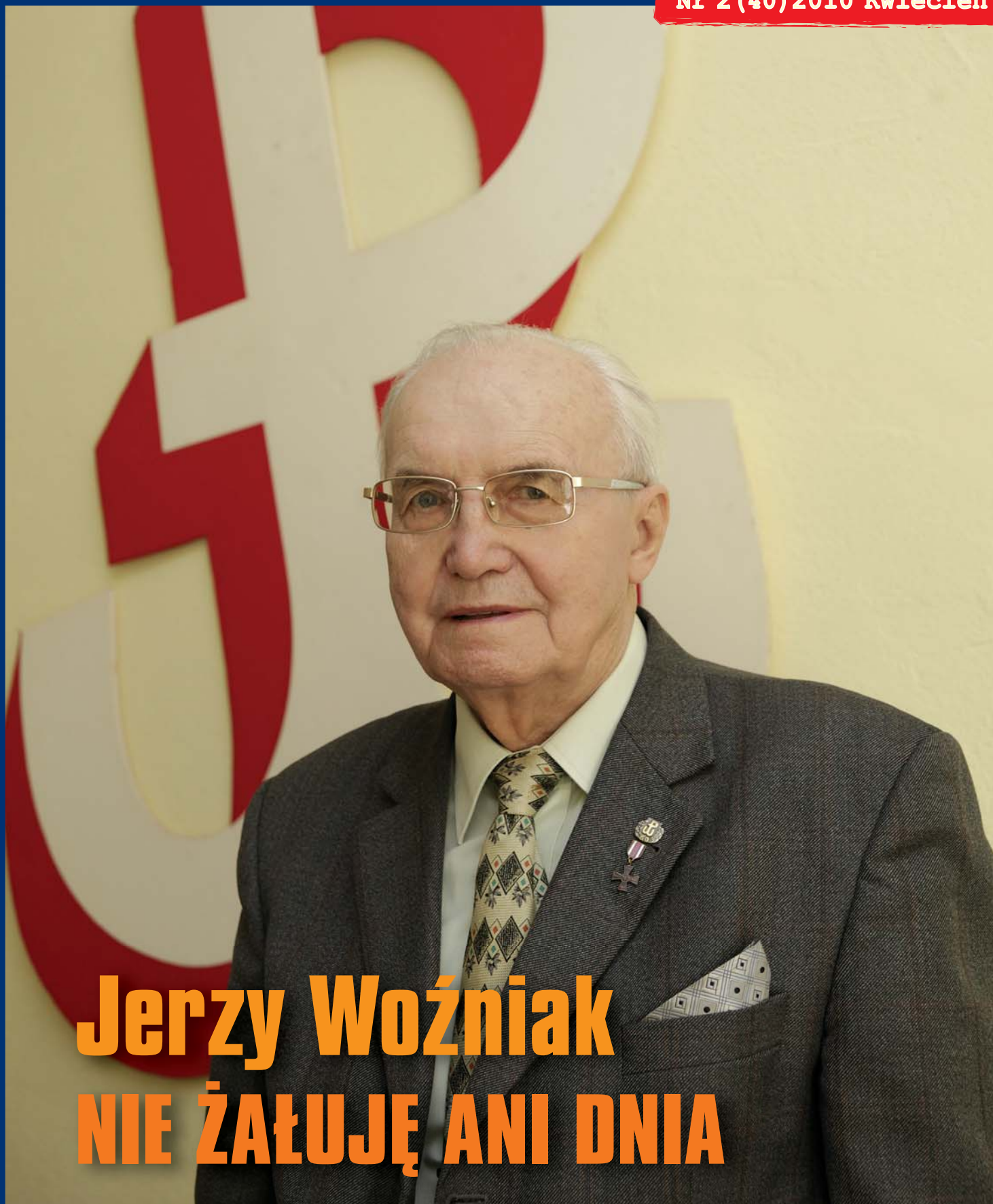
Wrocław - Dolny Śląsk nakład 10 000

egzemplarz bezpłatny

ludzka sprawa

niezwykły magazyn dla zwykłych ludzi

Nr 2 (40) 2010 Kwiecień



Jerzy Woźniak
NIE ŻAŁUJĘ ANI DNIA

ludzka sprawa

niezwykły magazyn dla zwykłych ludzi

Tworzę - Jestem

TWORZĘ - JESTEM - aktywizacja społeczna dzieci i młodzieży niepełnosprawnej poprzez działania twórcze i medialne. Projekt realizowany przez Stowarzyszenie Świat Nadziei.

Multimedialna Wiosna

Spotkanie młodzieży niepełnosprawnej intelektualnie z artystą. Projekt realizowany w ramach Europejskiego Roku Walki z Ubóstwem i Wykluczeniem Społecznym.

Wojciech Doroszuk – absolwent krakowskiej ASP. Studiował sztuki wizualne w Sabanci Üniversitesi w Stambule. Zajmuje się wideofilmowaniem i fotografią.

Spotkał się z nami w Centrum WRO. Młodzież miała okazję obejrzeć jego prace, potem zadawać pytania. Ta strona powstała na wspólnych warsztatach videoartu i dziennikarskich.

Wanda: Czym jest szczęście?

Wojtek Doroszuk: Jestem szczęśliwy, kiedy tworzę. Cztery lata temu skończyłem ASP, teraz na niej uczę i bardzo to lubię. Nie rozstaję się z kamerą. Wielkim szczęściem jest dla mnie to, że mogę być tu z wami.

Wanda: Pan Wojtek jest sympatyczny, myślę, że podobało mu się z nami. Było bardzo ciekawie i chciałabym jeszcze raz spotkać się z artystą.

Mateusz: Niech pan opowie o swoich obrazach filmowych.

Wojtek: Dziesięć lat temu pracowałem w Niemczech w tureckiej restauracji. Była to bardzo ciężka praca, a jedyną możliwością odpoczynku była przerwa na papierosa. Ja nie paliłem, ale żeby móc odpocząć, udawałem palacza. Teraz zainscenizowałem tamto

wydarzenie i tak powstał jeden z moich obrazów-filmów. Pracowałem również w Norwegii przy zbieraniu malin, efektem jest również film-obraz.



Mateusz: Bardzo ciekawy człowiek, może moglibyśmy zrobić jakiś projekt wspólnie?

Wojciech Doroszuk (trzeci od lewej) z uczestnikami warsztatów



Bartek: Jak się montuje filmy?

Wojtek: Trzeba nakręcić dużo materiału, znacznie więcej niż naprawdę potrzeba, potem siedzieć przy komputerze, przeglądać klatka po klatce, wybierać i sklejać. Praca żmudna i ciężka, ale wielka satysfakcja po skończeniu dzieła.

Bartek: Ja zbieram autografy, mam już podpis Roberta Gonery, czy pan też się podpisze?

Marek: Co jest pana pasją?

Wojtek: Filmowanie. Miałem nauczyciela, który nauczył mnie posługiwania się kamerą. Odkryłem, że nie ma wielkiej przepaści między malowaniem a filmowaniem. Pasjonuje mnie operowanie kolorem.

Marek: Zbieram pieczętki z różnych miejsc, w których byłem. Swojej pieczętki jeszcze nie mam. Wyplatałem też koszyki z gazetowego papieru i wysyłam.

Elwira: Lubi pan kwiaty?

Wojtek: Kiedyś uwielbiałem zbierać i suszyć kwiaty. Teraz często filmuję rośliny.

Elwira: Kocham kwiaty. Często do nich mówię, wtedy lepiej rosną. Robię też obrazy z roślin, które sama zbieram i suszę.

Asia: Kim chciał pan być, kiedy był pan dzieckiem?

Wojtek: Jak byłem mały, chciałem być ogrodnikiem. Bardzo dużo też rysowałem. Czasem mi szkoda, że mama wszystkie moje rysunki wyrzucała do śmieci. Nie zachowała się żadna moja praca z czasów, kiedy byłem dzieckiem.

Asia: Pan Wojtek dziwnie trzyma długopis.

Marcin: Jakie ma pan autorytety, to znaczy, który artysta jest dla pana ważny?

Wojtek: Dla mnie takim bardzo ważnym artystą był zawsze Goya – hiszpański malarz. Jeśli chodzi o autorytety, to na pewno mój profesor na akademii, który dał mi bardzo dużo swobody na studiach.

Marcin: Ja mam ulubionego kompozytora Musorgskiego. Bardzo lubię jego Obrazki z wystawy. Te kompozycje to też malunki. Niedługo będę miał wystawę swoich grafik.

Ten swoisty dialog to nie jedyna forma, która powstała podczas spotkania z Wojtkiem Doroszukiem. Całość kamerą rejestrował Bartosz. Marcin i Piotruś nagrywali wszystkie rozmowy, Mateusz i Wanda robili zdjęcia.

Drodzy Czytelnicy,

kolejny numer „Ludzkiej Sprawy” i kilka zmian. Po pierwsze, będziemy się starali być bardziej dolnośląscy niż wrocławscy, po drugie – przez najbliższe pół roku, razem ze Stowarzyszeniem Świat Nadziei, w ramach Europejskiego Roku Walki z Ubóstwem i Wykluczeniem Społecznym prowadzić będziemy finansowany przez Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej projekt Tworzę – Jestem, efektem którego będą publikowane na naszych łamach wywiady i rozmowy robione przez młodzież niepełnosprawną umysłowo. Po trzecie, wywiadem z Jerzym Woźniakiem rozpoczynamy nowy cykl. Będą to rozmowy z żołnierzami Armii Krajowej, ludźmi, którzy w czasie okupacji i w PRL-u za wolność i niepodległość naszego państwa płacili często najwyższą cenę. Po czwarte – zmieniamy format informatora (prosimy o Państwa opinie na ten temat). Jak co miesiąc, polecamy dobrą lekturę, zapraszamy na spacer po Wrocławiu i... naszej stronie internetowej: www.ludzkaSprawa.pl

Redakcja

P.S. Nadal szukamy środków na wydanie kolejnych numerów gazety. Oferujemy możliwość umieszczenia w magazynie i na naszej stronie internetowej Państwa reklamy. Zainteresowanych prosimy o kontakt z Januszem Ogrodnikiem pod numerem telefonu: +48 503 905 533 lub mailowo: j.ogrodnik@ludzkaSprawa.pl. Dziękujemy wszystkim, którzy do tej pory wspierali „Ludzką Sprawę”.

Redaktor naczelny:
Anna Morawiecka

Redaguje zespół

Projekt okładki: anief

Skład: Jacek Budziszewski

Wydawca:

Stowarzyszenie NASZE MIASTO WROCLAW

Adres do korespondencji:

50-540 Wrocław, ul. Orzechowa 42/14

e-mail: redakcja@ludzkaSprawa.pl

www.ludzkaSprawa.pl

Dystrybucja i reklama: Janusz Ogrodnik

e-mail: j.ogrodnik@ludzkaSprawa.pl

Na okładce: Jerzy Woźniak

Zdjęcie: Anna Smarzyńska

W numerze:

4 Nie żałuję ani dnia

Mówi Jerzy Woźniak

6 Lexus, maluch

Praca i seks

8 Niedoskonałe dzieci

W doskonałym systemie...

9 Asy Dolnego Śląska

Pasje i pomysły

10 Afazja

Przyczyny i skutki

11 Przemoc w pomocy

Jak pomagać, nie krzywdząc

12 zus

Ulgi i umorzenia

13 Wypadek przy pracy

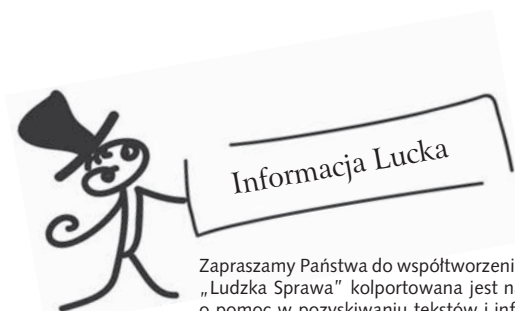
Garść informacji

14 Pchli pałac

Widok na Stambuł

15 Spacer po Wrocławiu

Kościół św. Macieja



Zapraszamy Państwa do współtworzenia naszego magazynu. Od ponad pół roku „Ludzka Sprawa” kolportowana jest na całym Dolnym Śląsku. Bardzo prosimy o pomoc w pozyskiwaniu tekstów i informacji. Prosimy również o listy. Opinie i pytania sprawią, że gazeta lepiej będzie spełniała Państwa oczekiwania. Powracamy również do konkursu na pamiętnik. Najlepsze teksty wydrukujemy, a autorowi zapłacimy honorarium. Teksty (nie dłuższe niż pięć tysięcy znaków) prosimy przysyłać na nasz adres mailowy: redakcja@ludzkaSprawa.pl, lub na adres do korespondencji: 50-540 Wrocław, ul. Orzechowa 42/14.

We Wrocławiu znajdziesz nas między innymi w Urzędzie Marszałkowskim (Wybrzeże Juliusza Słowackiego 12-14), Wydziale Zdrowia Urzędu Miejskiego (ul. Zapolskiej 2/4), w MOPS (ul. Strzegomska 6), w Urzędzie Pracy (ul. Powstańców Śląskich 98), Dolnośląskim Centrum Informacji Kulturalnej OKIS (Rynek-Ratusz 24), Centrum Informacji i Rozwoju Społecznego (pl. Dominikański 6), Muzeum Architektury (ul. Bernardyńska 5). Ponadto w taksówkach Radio Taxi Serc oraz publicznych i niepublicznych placówkach służby zdrowia. Na Dolnym Śląsku o numer gazety pytaj w urzędach powiatowych i w wybranych stowarzyszeniach zajmujących się problemami społecznymi.



Nie żałuję ani dnia

Z *Jerzym Woźniakiem* rozmawia *Anna Morawiecka*

Miał Pan dwadzieścia kilka lat, kiedy został Pan aresztowany. Jak to się stało?

Jerzy Woźniak: Byłem oficerem Armii Krajowej. W 1945 roku zostałem wysłany na Zachód celem przetarcia drogi dla żołnierzy AK, którzy po wkroczeniu wojsk radzieckich uciekli z okolic Lwowa i walczyli na Rzeszowszczyźnie. Skończyła się wojna z Niemcami, a zaczęła walka NKWD i służb bezpieczeństwa z akowcami. Dlatego wielu żołnierzy chciało opuścić kraj, bali się zostać wywiezieni na Syberię, bali się aresztowania. Nie było to jednak proste. W naszym oddziale służył Francuz, który w czasie wojny uciekł Niemcom, zaprzyjaźniliśmy się, po wojnie postanowił wrócić do rodzinnego kraju. To on właśnie powiedział, jak można z Polski wyjechać i przeprowadzić przez granicę ludzi. W związku z tym ja jako pierwszy dostałem polecenie przejechać tą drogą. Wykonałem zadanie, nie kazali mi wracać zostałem więc na Zachodzie. Odnalazłem wujka, który był dowódcą wojsk saperskich w II Korpusie, pojechałem do niego i wstąpiłem do tego Korpusu. Zostałem oddelegowany na studia i w Innsbrucku zapisałem się na medycynę. Po pierwszym roku trafiłem do Włoch i razem z II Korpusem zostałem przetransportowany do Anglii, gdzie z powodze-

niem rozpocząłem starania o to, by kontynuować studia w Edynburgu. Po jakimś czasie zostałem pilnie wezwany do Ministerstwa Spraw Wojskowych w Londynie. Okazało się, że przyjechała delegacja polskiego podziemia na czele z pułkownikiem Józefem Maciołkiem, który był moim dowódcą w czasie okupacji, i on zażyczył sobie, żebym został jego adiutantem. Przerwałem więc studia i w Londynie zacząłem się bawić w polityka, sekretarza i adiutanta. Muszę powiedzieć, że taka rola nawet mi odpowiadała, poznałem wtedy całą londyńską śmietankę polityczną i wojskową. Któregoś dnia dowódca w rozmowie powiedział, że szuka kogoś bardzo pewnego, komu mógłby powierzyć misję wyjazdu do Polski. Bez wahania powiedziałem, że właśnie znalazł takiego człowieka. Prawie natychmiast rozpocząłem przygotowania do podróży. Musiałem przejść specjalne szkolenie, przygotować się do zadania. Do Polski trafiłem w maju 1947 roku, wykonałem zadanie, przekazałem materiały, szyfry, pieniądze. Ponieważ w kraju miałem narzeczoną, postanowiłem zostać i zacząłem działać w IV Zarządzie Głównym WiN-u.¹ Byłem oficerem do zadań specjalnych, szefem, potem pełniłem obowiązki kierownika organizacyjnego Zarządu Głównego. Aresztowano prezesa, komendanta WiN, ppłk Łukasza Ciepłińskiego, kilka dni potem na spotkaniu aresztowano mnie. Zostałem przewieziony do Ministerstwa Bezpieczeństwa Publicznego, gdzie zaproponowano mi współpracę, wyjazd do Londynu. Oczywiście odmówiłem, zaczęło się więc normalne śledztwo, dostałem karę śmierci... Potem cudem ułaskawienie i zamiana kary na dożywocie.

Cudem?

Tak, to historia jaką tylko życie potrafi napisać. Był koniec 1948 roku, moja narzeczona, później żona, spotkała w Warszawie na ulicy koleżankę ze szkolnej ławki, której nie widziała od 1939 roku. Rozmawiały o wojnie i swoich losach, koleżanka też była w Armii Krajowej, brała udział w Powstaniu Warszawskim, została wywieziona do Niemiec i później wróciła. W trakcie rozmowy zapytała narzeczoną, dlaczego jest taka smutna, a ta opowie-

działa jej moją historię: że siedzę w więzieniu i bez prawa do łaski czekam na wykonanie kary śmierci i że nie ma już dla mnie ratunku... Przyjaciółka narzeczonej na to, że jej sąsiadka, pani minister Halina Górska, jest bliską znajomą Bieruta, a one razem z mamą bardzo jej w czasie okupacji pomogły, więc poprosi ją o pomoc. Napisła list, w którym nakłamała, że jestem jej narzeczoną i bez szans na ułaskawienie czekam na śmierć, a ona tego nie przeżyje i jak wykonają wyrok, to ona też się zabije... Jeszcze tego samego dnia Bierut podpisał moje ułaskawienie. Przeżyłem, przesiedziałem dziewięć lat, wyszedłem w 1956 roku, kilka dni po wyjściu na wolność poszedłem do rektora Akademii Medycznej we Wrocławiu, zostałem przyjęty na studia, skończyłem je, zostałem lekarzem, teraz rozmawiam z panią. Koleżanka żony na imię ma Krystyna, do dziś dzwonię do niej co roku 13 marca, składam życzenia imienninowe, rozmowę zaczynam zawsze słowami: *witam moją narzeczoną...*

Panie Ministrze, wróćmy jeszcze do Pana młodości. Proszę mi powiedzieć o swoich wyborach. Jak to się stało, że taki młody chłopak w czasie wojny trafił do konspiracji, był to świadomy wybór, czy przypadek?

Myśmy byli bardzo dobrze wychowani i nie przesadzę, jeśli powiem, że miłość do Ojczyzny i patriotyzm wyssałiśmy z mlekiem matki. Proszę pamiętać, że moje pokolenie jest pokoleniem Kolumbów. Urodziliśmy się w wolnej Polsce, która po latach niewoli odzyskała niepodległość. Dla nas była to wartość nie do przecenienia. Oczywiście ta wolna Polska nie była idealna, patrząc z perspektywy czasu wiele spraw można by krytykować, niemniej jednak patriotyzm był olbrzymi. Wojna wybuchła kiedy miałem 15 lat, myśmy bardzo szybko dojrżeli do działalności w konspiracji. Armia Krajowa liczyła prawie pół miliona osób. Nie miałem żadnych wątpliwości... Poza tym młody człowiek nie myśli racjonalnie, nie powiem, że do końca zdawałem sobie sprawę z tego, co może mnie spotkać. Oczywiście każdy z nas wiedział, że może zginąć, ale śmierć nie była ceną, którą można by zamienić na profity dające możli-



Fot. Anna Smarzyńska

Jerzy Woźniak – ur. 8 listopada 1923 r. w Krakowie, weteran II wojny światowej, żołnierz Armii Krajowej, zrzeszenia „Wolność i Niezawisłość”, więzień polityczny PRL, skazany na karę śmierci zamienioną na dożywocie. Karę odbywał w więzieniach w Mikołowie, Rawiczu i Wronkach, z którego zwolniony został w listopadzie 1956 r.

Po wojnie pracował jako lekarz. Od 12 października 2001 r. do 28 lutego 2002 r. był kierownikiem Urzędu do Spraw Kombatantów i Osób Represjonowanych w randze sekretarza stanu, powołany przez premiera Jerzego Buzka. Członek Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej oraz Stowarzyszenia Społeczno-Kombatanckiego Zrzeszenia „Wolność i Niezawisłość” we Wrocławiu. Ordery i odznaczenia: Krzyż Walecznych, Srebrny Krzyż Zasługi z Mieczami (Londyn 1948), Krzyż Komandorski Orderu Odrodzenia Polski (2003). Mieszka we Wrocławiu.



Fot. Anna Smarzyńska

wość przetrwania. To wojna, a potem? Miłość jest bezkompromisowa, dlatego nie do przeżycia było dla nas ponowne utracenie niepodległości w 1945 roku. Wielu moich kolegów uważało, że lepiej zginąć niż żyć w sowieckiej niewoli. Może brzmi to górnolotnie, ale dla nas naprawdę Bóg, Honor i Ojczyzna to były najwyższe wartości. Z mojej celi zabrano i rozstrzelano około trzydziestu osób, większość z nich to byli więźniowie polityczni. Nie widziałem ani jednego żołnierza, który na śmierć szedłby niegodnie. Inaczej natomiast zachowywali się ludzie, którzy na karę śmierci zostali skazani za przestępstwa pospolite. Tragedią było wyprowadzenie takiego skazańca z celi: płacz, prośby, błagania i przekleństwa... Nam miłość do ojczyzny i patriotyzm, w jakim zostaliśmy wychowani dawały siłę.

A rodzice? Wychowali Pana w taki właśnie sposób, ale czym innym jest wychowanie, a czym innym realna groźba utraty dziecka. Pochodzę z rodziny inteligenckiej, mój ojciec był notariuszem, mieszkaliśmy z rodzeństwem i matką na wsi, ojciec pracował kilkadziesiąt kilometrów od naszego majątku i przyjeżdżał do nas tylko na soboty i niedziele. Dom był piękny, stoi zresztą do dziś i czasami w lecie jeszcze tam z żoną jeździmy. Stoi na pełnym odludziu, tak że przez całą wojnę Niemcy byli tam tylko trzy razy...

Wróćmy jednak do rodziców i Pańskich wyborów, których dokonał Pan już w bardzo młodym wieku.

Kiedy wybuchła wojna, zamknęli u nas wszystkie szkoły średnie. Moja mama bardzo rygorystycznie podchodziła do kwestii naszego wykształcenia, uważała, że wojna wcześniej czy później skończy się wygraną (mieliśmy

wszak tak potężnych sojuszników jak Francja czy Anglia) i Polsce potrzeba będzie ludzi mądrych i wykształconych. Dlatego też rozwijało się tajne nauczanie – choć za prowadzenie nielegalnych zajęć nauczycielowi groziła wysoka kara: od wywózki do obozu koncentracyjnego do śmierci włącznie. Podobnie karano uczniów. Niemniej jednak – maturę zdałem w czasie okupacji właśnie na tajnych kompletach. Potem zaczęła się konspiracja wojskowa: ZWZ², Armia Krajowa, szkoła podoficerska, szkoła podchorążych, tam zdobywałem wiedzę na temat przyszłych walk z okupantem albo powstania narodowego. Uczestniczyłem w akcji przejmowania zrzutów. Nie miałem co prawda szczęścia, aby w obsługiwany przeze mnie rejonie wylądował cichociemny, ale bardzo przeżywałem każdą z tych akcji. Kolejnym zadaniem była obsługa radiostacji. Co trzy dni zmienialiśmy razem z nią miejsce pobytu, by trudno było namierzyć sygnał radiowy. Na początku stała w moim rodzinnym domu, potem krążyliśmy w obrębie dwudziestu kilometrów. Kolejna akcja, w której brałem udział – to akcja „Burza”³, potem wejście Armii Radzieckiej, które na początku budziło wielkie nadzieje, szybko jednak zostaliśmy sprowadzeni na ziemię. Już w 1944 roku niewiele brakowało, a zostałbym aresztowany przez NKWD. Uratował mnie dowódca radzieckiego pułku, który przez kilka dni mieszkał w naszym domu. Jedliśmy śniadanie, a jego adiutant wszedł do kuchni i powiedział: *Dżordża, wyskakuj okiem, bo NKWD po ciebie przyjechało*, nie zastanawiając się wiele, uciekłem do lasu. Od tego czasu aż do momentu wyjazdu z kraju ukrywałem się. Zmieniłem nazwisko na Nowak, przez jakiś czas mieszkałem w Krakowie, gdzie zacząłem studiować prawo. Któregoś dnia UB

zażądało spisu wszystkich studentów z Rzeszowa, Krosna i Przemyśla. Dziekanem był kolega mojego ojca, który kazał mi uciekać. Wyjechałem do Wrocławia, potem za granicę. **Dalej unika Pan odpowiedzi na pytanie o rodziców i ich reakcji na Pana wybory...**

Na pewno dla matki, która była wielką patriotką, moja działalność konspiracyjna, była ciężkim przeżyciem. Ona wiedziała, że chodzę z bronią, starała się stale czuwać. Kiedy byłem w domu, nie spała po nocach, nasłuchując i wyglądając przez okno. Odetchnęła, kiedy wyjechałem na Zachód. Jak wróciłem, zaczęła się dla niej nowa tragedia. Po powrocie do Polski z mamą widziałem się tylko raz. Miałem dokumenty na inne nazwisko i wszelkie kontakty z rodziną były po prostu zbyt niebezpieczne. Olbrzymim szokiem dla matki było moje aresztowanie, szukała mnie przez osiem miesięcy, kiedy znalazła – zapadł wyrok; łzy i walka o moje życie... Ułaskawienie i wielkie dla niej szczęście. Przez całą Polskę dwa, trzy razy w roku przyjeżdżała na widzenia ze mną. Ojciec nie był ani razu. Zobaczyłem się z nim dopiero po jedenastu latach, po wyjściu z więzienia. Myślę, że nigdy nie byłem w stanie zrekompenzować mojej matce tego, co przeżyła.

Jest Pan jedynakiem?

Nie. Mam siostrę i brata. Siostra też była w Armii Krajowej, przez krótko aresztowana, skończyła polonistykę, teraz na emeryturze. Brat jest dużo ode mnie młodszy i w trudnych czasach był dla mamy wielką pociechą, teraz jest rolnikiem. Naprawdę w latach pięćdziesiątych bycie matką więźnia politycznego nie było ani łatwe, ani bezpieczne.

Proszę powiedzieć, co Pan czuł, kiedy usłyszał wyrok śmierci?

cd. s. 6

...Nie ma bohaterów. Nie ma ludzi, którzy nie mieliby stracha. Każdy chce żyć. Ja i tak byłem w dość dobrej sytuacji – nie miałem złudzeń: w chwili, kiedy mnie aresztowano, wiedziałem, że dostanę karę śmierci. Mogę więc powiedzieć, że wyrok nie był dla mnie zaskoczeniem, był jednak – i nie będę ukrywał – potwornym stresem. Potem czekanie w kolejce po śmierć... to ogromne obciążenie psychiczne. Nawet jeśli wiesz, że nie ma szans na ulaskawienie, to sam moment, kiedy na tę śmierć cię zabrają, jest nieprzewidywalny. Znacznie łatwiej było, gdy sam siedziałem w celi śmierci. Nie ze wszystkiego zdawałem sobie sprawę. Wiedziałem, że rozstrzelują. Strzał w tył głowy, potem konik wywozi... Koniec. Gorzej, kiedy przeniesiono mnie do celi, gdzie na śmierć czekało sześćdziesięciu skazanych. Umieranie przez tyle miesięcy jest dużym stresem... Cella śmierci miała dwa oblicza: do godziny czternastej staraliśmy się funkcjonować, o ile to możliwe, w miarę normalnie. Po czternastej wszyscy spoglądali na drzwi. Kiedy się otwierały, zaciskały się gardła – czy to już czas, czy to mój czas, każdy ze skazańców kolejny raz przeżywał własną śmierć. Pamiętam pewną partię szachów. Zrobiliśmy sobie w celi takie małe figurki z chleba, graliśmy z przyjacielem, otworzyły się drzwi: *Tadeusz Bejt* padło nazwisko. On: wolno wstał, odłożył pionka na szachownicy i powiedział: *widzisz, Jurek, przez tę cholerną śmierć nawet partyjki szachów nie można rozegrać do końca*. To były ostatnie jego słowa, do dziś dźwięczą mi w uszach...

Czy zabił Pan kiedyś człowieka?

Nie. Nawet jak odbijaliśmy pierwszych więźniów, strzelałem tylko do góry. Nie byłem w takiej sytuacji, żebym musiał wyciągnąć pistolet i pozbawić kogoś życia.

Alie był Pan gotowy zabić?

Tak. Jeśli przez wiele miesięcy chodziło się z bronią, to trzeba było zdawać sobie sprawę, że może nastąpić taka okoliczność, w której trzeba będzie jej użyć, trzeba będzie zabić.

Kiedy został Pan ulaskawiony, jak Pan zareagował?

Zacznę od tego, że generalnie nie było ulaskawień. W pewnym momencie otworzyły się drzwi i usłyszałem swoje nazwisko i nazwisko Józka Szmidta. Koledzy spojrzeli na nas sądząc, że idziemy na wykonanie wyroku... Prowadziło nas dwóch strażników, a Józek spytał: *będą nas rozwałac?* Nie wiem – odpowiedziałem. Wśród skazańców krążyła taka fama, że jak postawią pod zegarem, to jeszcze nie na śmierć. Nas postawili pod zegarem... Czekaliśmy z pół godziny, otworzyły się drzwi i naczelnik powiedział: *wchodźcie, jesteście ulaskawieni*. Trudno opisać

nasze uczucia. Ulga, wewnętrzna olbrzymia radość. Pamiętam, trzeba było podpisać, że przyjmujemy tę łaskę do wiadomości, nie było wtedy długopisów, Józek zamoczył pióro w kałamarzu i... podpisując, złamał stalówkę. Potem zastępca Różańskiego, dyrektora departamentu śledczego Ministerstwa Bezpieczeństwa Narodowego, poprosił mnie do siebie i zapytał: *panie Woźniak, niech mi pan powie, jak to się stało, że wbrew intencjom Urzędu Bezpieczeństwa został pan ulaskawiony?* Zupełnie mnie zatkało, nie wiedziałem, co powiedzieć. Prawda była taka, że ten akt łaski dla wszystkich był zaskoczeniem, a służba więzienna była kompletnie zdezorientowana.

Czego żałuje Pan w swoim życiu?

Niczego nie żałuję. Niczego bym w nim nie zmienił, nie dokonał innych wyborów. Gdyby pokazano mi moje CV i spytano, czy chciałbym to przeżyć drugi raz, bez wahania odpowiedziałbym, że tak. Nie było ani jednego dnia w życiu, żebym żałował (nawet siedząc w więzieniu na karze śmierci), że się czegoś podjąłem, że coś zrobiłem. Mogłem może więcej zrobić rzeczy dobrych. Kiedy patrzę na swoje życie, widzę drogę przeciętnego Polaka, który miał szczęście urodzić się na początku II Rzeczypospolitej.

Czego się Pan boi?

Nie „czego”, a „kogo”. Pana Boga, a i to nie bardzo, bo uważam że nic takiego złego nie zrobiłem, żeby Pan Bóg mógł mieć do mnie pretensje (śmiech).

Lexus, m

Dzisiaj jest nieźle, potrafię odpoczywać z rodziną i spać po czternaście godzin. Ale do niedawna budziłam się w nocy z bezdechem i myślałam tylko o pracy, o nowym zadaniu, które przede mną stoi. Nawet gdy gotowałam, gdy bawiłam się z dzieckiem. Czułam się winna, że odpoczywam. Dlatego postanowiłam połączyć przyjemne z pożytecznym i dla przyjemności czytałam tylko albo po angielsku, albo po rosyjsku, bo były to języki potrzebne mi do pracy.

Praca była na pierwszym miejscu, to ona wyznaczała moją wartość. Jeśli nie pracowałam, to czułam bardzo duże napięcie. Doszło do tego, że zrezygnowałam z wakacji na trzy dni przed wyjazdem i mój mąż pojechał sam. Ja zostałam kończyć ważny artykuł. Byłam zmęczona i nie dawałam rady fizycznie, zaczęłam więc regularnie uprawiać sport, żeby zwiększyć swoją wydajność w pracy. Chodziłam na basen czasem i pięć razy w tygodniu, jeździłam na rowerze. Aby być efektywną, zaczęłam dzielić czas na projekty i konkretne kroki, i nie wybiegałam myślą dalej niż do końca dnia. Na każdy dzień miałam całą listę spraw! Może to co powiem w tej chwili jest głupie, ale wymyślanie i realizacja ciekawego projektu sprawiało mi większą przyjemność niż seks. Gdybym miała porównać, to seks do pracy ma się tak, jak maluch do lexusa. Pracując czułam to, co ludzie uprawiający narciarstwo ekstremalne. Miałam poczucie spełnienia i jednocześnie możliwość uzalania się nad sobą – bo ja taka biedna... Myślę też, że mogła to być ucieczka od dzieci. Bardzo je kocham, ale przyziemne aspekty opieki nad małym dzieckiem po prostu mnie nudzą.

Miłe złego początku

Wszystko zaczęło się jakieś pięć lat temu. Miałam 26 lat. Czy lubiłam swoją pracę? Mam ambiwalentne odczucia. Z jednej strony praca była ciekawa, różnorodna, dużo zależało od moich pomysłów. Z drugiej strony – brak wsparcia, mobbing... Z jednej strony byłam przekonana o swojej wyjątkowości, z drugiej

¹ WiN – Zrzeszenie „Wolność i Niezawisłość” (pełna nazwa: Ruch Oporu bez Wojny i Dywersji „Wolność i Niezawisłość”) – polska cywilno-wojskowa organizacja antykomunistyczna założona 2 września 1945 roku w Warszawie. Organizacja początkowo chciała drogą walki politycznej nie dopuścić do zwycięstwa wyborczego komunistów po II wojnie światowej. Członkowie WiN dopuszczali także możliwość zbrojnej obrony, domagali się, by Armia Czerwona i NKWD opuściły Polskę, odrzucali też ustalony w Jałcie kształt granic wschodnich. Od początku NKWD i Urząd Bezpieczeństwa próbowały rozbić organizację.

² Siły Zbrojne w Kraju podczas II wojny światowej, w okresie od 13 listopada 1939 do 14 lutego 1942, przemianowane później na Armię Krajową.

³ Akcja „Burza” – akcja wojskowa zorganizowana i podjęta w granicach II Rzeczypospolitej przez oddziały AK przeciw wojskom niemieckim, w końcowej fazie okupacji.

aluch, praca i seks

nie akceptowałam siebie i wierzyłam, że na sympatię i szacunek muszę zapracowywać. W zasadzie czułam, że coś jest nie tak, ale do pracoholizmu przyznaję się dopiero od roku.

Moi bliscy

Zawsze byłam aktywna, toteż zanim moja rodzina zauważyła, co się ze mną dzieje, minęło trochę czasu. Słyszałam, że się wykończę, że nie warto tyle pracować, że nie muszę wszystkiego brać na siebie. Byłam patologicznie przywiązana do laptopa. Zupełnie nie cieszyłam się, gdy miałam czas wolny. Wciąż myślałam o tym, że jeszcze tyle mogłabym zrobić. Miałam potworne wyrzuty sumienia

w stosunku do swoich dzieci. Byłam agresywna dla bliskich, kiedy nie mogłam pracować. Dopiero moja przyjaciółka z pracy nauczyła mnie jeść w ciągu dnia, pokazała, że wcale nie trzeba robić wszystkiego, że należy wybierać. Na szczęście nie zdążyłam zniszczyć przyjaźni i wciąż miałam bardzo dobry kontakt z moim mężem – drugą połową pomarańczy.

Zaczynam coś widzieć

Powoli otoczenie uświadamiało mi, co się dzieje. Zauważyłam, że się nie wyrabiam z pracą, choćbym nie wiadomo ile pracowała. Czując się skrajnie wyczerpana i nie wiedząc dlaczego tak jest, zrobiłam listę tego, co zrealizowałam w pracy w ciągu ostatniego pół roku.

Dodałam pracę w domu oraz patologiczne zainteresowanie innymi. I zrozumiałam! W końcu zaakceptowałam fakt, że jestem pracoholiczką – to mnie wyzwoliło. Teraz wiem, że jeszcze daleka droga przede mną, ale wiem, na co mam zwracać uwagę i wiem, jak z sobą postępować. W weekendy odpoczywam z rodziną. Uprawiam sport, pilnuję się bardzo i chyba troszkę mi się udaje. Czasem tryskam pomysłami, robię tysiąc rzeczy naraz, a czasem mam ochotę rzucić wszystko i... uciec w Bieszczady kozy pasać. Poza tym mam bardzo silną potrzebę zmieniania świata na lepsze, takie poczucie misji...

Ola

Komentarz:

Magdalena Żurawska – psycholog

Pracoholizm można nazwać zaburzeniem zachowania. Potocznie nazywa się to uzależnieniem od pracy. Obserwując pracoholika, widzimy działanie podobnych mechanizmów do tych, które występują w przypadku innych uzależnień. Pracoholik traci kontrolę nad ilością czasu spędzanego w pracy i zaangażowaniem, jakie w nią wkłada. Początkowo osoby takie uważają, że praca daje im większe poczucie własnej wartości, możliwość kontroli własnego życia i umiejętność radzenia sobie z trudnymi sytuacjami. Potem, paradoksalnie, osoby uzależnione tę kontrolę tracą, tracą też zdolność trzeźwej oceny sytuacji, uruchamia się mechanizm iluzji i zaprzeczeń. Osoba popadająca w uzależnienie nie dopuszcza do siebie informacji, że dzieje się coś niedobrego. Uzależnienie od pracy jest trudniejsze do wychwycenia, ponieważ panuje stereotyp, że praca jest wartością. To nie są narkotyki, alkohol czy hazard. Trudno dostrzec dokładnie ten moment, kiedy zamiast korzyści z pracy, pojawiają się już straty. W tym przypadku nie widać szybkiego wycieńczenia organizmu ani straty pieniędzy.

Uzależnienie od pracy może się dłużej rozwijać bez widocznych złych konsekwencji. Dopiero w zaawansowanej fazie widać, że pracoholik jest nieefektywny, że nie odnosi sukcesów, nie rozwija się, a czas poświęcony na pracę nie jest proporcjonalny do jej efektów. Efektów ubocznych nie widać również w obszarze życia rodzinnego czy w kontaktach społecznych.

Rodzina może przymykać oko na inne zachowanie bliskiej osoby, tłumaczyć ją, zadowalać się korzyściami materialnymi. Żona może rozgrzeszać męża z tego, że on pracuje ponad normę, nie spotyka się z bliskimi, nie ma czasu dla dzieci, bo pieniądze są bardzo potrzebne, a bez pracy ich nie ma. Członkowie rodzin mogą rezygnować z własnych potrzeb, np. emocjonalnych, znajdować sobie inne zajęcia, czas, kiedyś poświęcony na rozmowę z mężem czy wspólny spacer, zastępować sprzątaniami czy oglądaniem telewizji, podczas gdy mąż wyrabia nadgodziny.

O tym, gdzie szukać pomocy i o mitach, z jakimi mamy do czynienia w przypadku uzależnienia od pracy, czytaj w informatorze wewnątrz numeru.

Kryteria diagnostyczne stosowane przy pracoholizmie:

- ilościowy i jakościowy wzrost zaangażowania w pracę, przejawiający się zwiększeniem czasu poświęcanego pracy oraz podejmowaniu coraz większej liczby zadań i projektów;
- skoncentrowanie myśli, celów, wyobraźni na pracy, z jednoczesną utratą zainteresowania innymi sprawami niezwiązanymi z pracą oraz traktowanie innych zajęć w kategoriach pracy;
- utrata kontroli nad swoim zachowaniem, polegająca na niemożności oceny czasu pracy i liczby zadań do zrealizowania;
- niezdolność do abstynencji, czyli zaprzestania pracy i życia bez pracy, która jest odczuwana jako subiektywna niemożność zaprzestania pracy. Przy wymuszonym lub świadomym zaprzestaniu pracy pojawia się lęk i napięcie, prowadzące do objawów somatycznych;
- zmniejszenie satysfakcji z pracy, z jednoczesnym coraz większym w nią zaangażowaniem;
- występowanie nawrotów uzależnienia oraz problemów zdrowotnych i dysfunkcyjności w społecznym funkcjonowaniu człowieka.

Niedoskonałe dzieci w doskonałym systemie

Nie ma dla niej dnia bez przeczytanej książki, gazety. Świetnie orientuje się w tym, co się dzieje w Polsce i na świecie. Mówi szybko, ale z precyzją zegarmistrza. Wygłasza poglądy, których nie powstydziliby się współczesna trzydziestolatka. Pani Irena Olendzka – matka syna z zespołem Downa i założycielka Towarzystwa Przyjaciół Dzieci Specjalnej Troski, skończyła 85 lat.

– Na początku to był szok – mówi. – Urodziłam Bogusia, a lekarz mówi mi, że na „to” (zespół Downa) nie ma żadnego lekarstwa, żadnego ratunku i chłopiec całe życie będzie niepełnosprawny. Nie poddałam się albo nie chciałam w to uwierzyć. Jeździłam do lekarzy w Łodzi, Krakowie, Warszawie. W końcu dostałam list od brata z USA, który napisał, że nie ma na świecie niczego takiego, co mogłoby pomóc mojemu dziecku.

Pani Irena przeczytała książkę *Trzy miłości* Lilian Seymour-Tulasiewicz – autobiograficzną, optymistyczną opowieść matki dziecka z zespołem Downa. Obie panie poznały się i zaprzyjaźniły. Postanowiły też podjąć wspólne działania na rzecz dzieci z podobnym upośledzeniem.

Zastanawiałyśmy się, od czego zacząć? Opowiada pani Irena, *gdziekolwiek poszłam, każdy rozkładał ręce. W końcu dotarłam do Towarzystwa Przyjaciół Dzieci, gdzie dowiedziałam się, że można zawiązać*

towarzystwo, ale potrzeba do tego czternaścioro dzieci, a ja tyłu z zespołem Downa nie znalazłam. Podpowiedziano nam, aby dać ogłoszenie w prasie. Na apel odpowiedziało ponad setka rodziców!

Były dzieci, nie było natomiast ani lokalu, ani nauczycieli. Lokal w komitecie wojewódzkim partii załatwił Zygmunt Biliński, nieżyjący już reżyser i śpiewak Opery Wrocławskiej. Była to opuszczona szkoła przy ul. Wrońskiego. Po remoncie chodziło do niej około sześćdziesięciu uczniów. *Mieliśmy własną stołówkę, w której gotowały matki dzieci, własny gabinet lekarski i dentystyczny.* Opowiada dalej matka Bogusia: *zatrudniliśmy kilku nauczycieli z kwalifikacjami. Powstał problem, co z przedszkolakami? Przy ul. Olszewskiego był lokal po zamkniętej knajpie. Ale nie chciano nam go przydzielić.*

W końcu zwołaliśmy duże zebranie, na które zaprosiliśmy sekretarza Śliwińskiego z naszej dzielnicy. Postawiliśmy sprawę na ostrzu noża, informując go, że będziemy zmuszeni odwołać się do wyższych instancji. Po kilku dniach mój mąż odbiera telefon i: „Towarzystwo Olendzka, dzwonił towarzysz Śliwiński, który powiedział, że dostaniecie lokal”. Towarzystwo postawił tylko jeden warunek: lokal należało z wielką pompą otworzyć w Wielką Sobotę. Dlaczego? Bo w sobotę miała przejść procesja z obrazem Matki Boskiej, tłumy ludzi, i chodziło o to, żeby te tłumy odciągnąć. Proszę pamiętać, że to były lata sześćdziesiąte...

Wrocławskie dzieci z zespołem Downa miały więc swoją szkołę i swoje przedszkole. Syn pani Ireny uczył się szczotkarstwa. Na problemy z zatrudnianiem osób niepełnosprawnych Towarzystwo wymyśliło zakład pracy chronionej.

– Dostaliśmy cynk, że na Krzykach stoi niezamieszкана willa. A sekretarzem w tej dzielnicy był były pracownik Pafawagu, w którym pracował jeden z ojców naszych dzieci. Poszedł do sekretarza, a gdy ten zobaczył dawnego kolegę, od razu chwycił za telefon. W ciągu tygodnia mieliśmy lokal na ośrodek pracy chronionej. Bogumił Olendzki przepracował w spółdzielni przy wyrobie szczotek dwa-

dzieścia lat. Do pracy, na Grabiszyniek, jeździł sam, autobusem. Kiedyś jeden z pasażerów tak długo mu się przyglądał, że Boguś nie wytrzymał i popukał się w głowę. Ludzie zaczęli się śmiać, a nieszczęsny mężczyzna wysiadł na najbliższym przystanku.

Dziś Boguś ma 56 lat. Mieszka razem z mamą. Jest po operacji oka, słabo widzi. Nosi aparat słuchowy. Sprząta, chodzi po zakupy, na spacer z psem. Rano budzi się wcześnie, zakłada słuchawki i słucha muzyki. Zna litery, ale umie przeczytać tylko program telewizyjny. Uwielbia oglądać mecze. Bałagani. Ma swoje menu: dwa razy w tygodniu jajko, poza tym chuda szynka i pasztet. Nie lubi słodczy. *Na szczęście – uśmiecha się pani Irena – bo byłby problem: ludzie z zespołem Downa mają skłonność do tycia.* Jakie są dzieci, ludzie z tą chorobą? *Wspaniale. Potrafią niesamowicie kochać. Nie ma dnia, by Boguś do mnie nie podszedł i nie powiedział „kocham cię, mamo”. Mają zadziwiający instyngt. Kiedyś chuligani wypchnęli syna z autobusu. Po tym zdarzeniu zaczął układać się do snu na podłodze. Długo myśleliśmy, że to jego fanaberia. Okazało się, że syn ma złamaną kość ogonową i ona źle się zrosła. Stąd instyngtownie spał na twardej podłodze. W przypadku osób z zespołem Downa niedobór intelektualny w pewnym sensie wyrównuje instyngt. Jak wychowywać dzieci z zespołem? Mądrze. Z miłością i poświęceniem. Dbając o to, by wyrosły na samodzielnych, na ile to możliwe, ludzi. Trzeba uczyć je codziennych obowiązków i pamiętać, że źle znoszą nerwowe sytuacje.*

Pani Irena twierdzi, że miała dużo szczęścia w życiu. Mimo że zawiódł ją partner życiowy, że w wieku 60 lat zmarła jej córka. Ona wie, że warto żyć. *Magda Wieteska*



Pani Irena Olendzka w 1980 roku. Archiwum prywatne

Łamanie barier w siermiężnym socjalizmie

Przelamywanie barier to określenie, które zaczęło się pojawiać po upadku komuny. Wręcz z ogólnym dążeniem do dorównania standardom europejskim zaczęto upominać się również o prawa niepełnosprawnych, dotąd wykluczonych z pełnego uczestnictwa w życiu. W socjalizmie, gwarantującym wszystkim bezpłatne powszechne świadczenia zdrowotne, niepełnosprawnych miało nie być, gdyż nie pasowali do ustroju idealnego. Ale byli...

ETAP POGŁĘBIONEJ DIAGNOSTYKI (KOLPOSKOPIA)

Dolnośląskie Centrum Onkologii
 WROCLAW, pl. Hirszfelda 12, tel. (71) 368 95 67
 Centrum Medyczne STOMADENT
 BOLESŁAWIEC, Dolne Młyny 21, tel. (75) 734 68 68

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej VITA-MED
 ŚWIDNICA, ul. Podchorążych 4, tel. (74) 857 75 00
 NZOZ Prywatna Poliklinika NA GROBLI
 WROCLAW, pl. Hirszfelda 1, tel. (71) 338 00 78

Ważne telefony

Telefony alarmowe
 Pogotowie policyjne: 997
 Pogotowie ratunkowe: 999
 Straż pożarna: 998
 Numer alarmowy z telefonu komórkowego: 112
 Straż miejska: 986

Przyjmowanie SMS-ów od osób niesłyszących: 608 302 302
 Stały dyżur Centrum Zarządzania Kryzysowego: (71) 371 67 04
 Centrum Powiadamiania Ratunkowego WOPR: 0601 100 100
 Stały dyżur: (71) 371 67 04

Telefony awaryjne:
 Pogotowie energetyczne: 991
 Pogotowie gazowe: 992
 Pogotowie ciepłownicze: 993
 Pogotowie wodno-kanalizacyjne: 994
 Pogotowie weterynaryjne: (71) 337 36 36
 Miejska Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna (71) 329 58 43
 ul. Kleczkowska 20, 50-227 Wrocław

Narodowy Fundusz Zdrowia infolinia (71) 94 88
 Dolnośląski Oddział Wojewódzki, ul. Joannitów 6
 Centrum Integracji Społecznej (71) 782 35 11
 ul. Strzegomska 49

POMOC OSOBOM NIEPEŁNOSPRAWNYM
 Wrocławski Ośrodek Informacji dla Osób Niepełnosprawnych
 ul. św. Antoniego 36/38 (71) 344 17 34, fax (71) 344 85 75
 Polski Związek Głuchych, ul. Braniborska 2/10
 (71) 373 59 37

Polski Związek Niewidomych, ul. Grunwaldzka 12b
 (71) 321 32 02

WOJEWÓDZKI URZĄD PRACY
 ul. Armii Krajowej 54, 50-541 Wrocław
 centrała: (71) 782 92 00
 sekretariat: (71) 336 58 21
 wruw@praca.gov.pl, dwup@dwup.pl fax (71) 336 58 45

POWIATOWY URZĄD PRACY
 Wrocław, ul. Gliniana 20/22 – budynek A, tel. (71) 770 16 00

TELEFONY ZAUFANIA
 Ogołny (czynny w godz. 15.00-7.30) (71) 364 50 23
 Policyjny Telefon Zaufania:
 Infolinia bezpłatna: 800 283 107
 czynny 8.00-20.00, potem automatyczna sekretarka;
 uzyskasz porady i informacje dotyczące pomocy w sytuacjach kryzysowych

Policyjny Telefon Pogotowia Dziecięcego: (71) 340 38 03
 (całodobowy, mogą dzwonić dzieci)
 Telefon dla ofiar przemocy w rodzinie: (71) 352 94 03
 AA i Grup Rodzinnych (pon-pt. 18.30-21.30) (71) 321 84 03
 Całodobowy Telefon Zaufania HIV/AIDS: (71) 329 10 39
 (pt. 18.00-20.00 psycholog, wt. 17.00-19.00 lekarz)
 Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki: 801 199 990
 Dla kobiet ciężarnych: (71) 372 04 86

(pon. 17.00-19.00, śr. 19.00-21.00)
 Młodzieżowy (pon-pt. 13.00-18.00) (71) 92 88
 Uczennicy i Uczniowie: (71) 372 04 86
 (pon. 17.00-19.00, śr. 19.00-21.00)
 Duszpasterski Telefon Zaufania: (71) 321 35 46
 (pon.-sob. 18.00-21.00 psycholog, psychiatra)

Pogotowie opiekuńcze: (71) 799 89 06
 Policyjna Izba Dziecka: (71) 340 31 78
 Pogotowie weterynaryjne: (71) 337 36 36
 Informacja o AIDS: 958

RZECZNIK PRAW OBYWATELSKICH (71) 346 91 15
 Pelnomocnik Terenowy we Wrocławiu fax (71) 343 43 25
 (dla woj. dolnośląskiego, lubuskiego, opolskiego)

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (71) 782 23 00 do 03
 ul. Strzegomska 6



Chcesz wiedzieć?

www.ludzkasprawa.pl

Pracoholizm

PRACOHOLIZM można nazwać zaburzeniem zachowania. Potocznie nazywa się to uzależnieniem od pracy. Obserwując pracoholika, widzimy działanie podobnych mechanizmów do tych, które występują w przypadku innych uzależnień.

Gdzie szukać pomocy?

A & AALMED – Specjalistyczna Całodobowa Pomoc Wyjazdowa
 ul. Zielńskiego 88, 51-663 Wrocław
 tel. (71) 338 48 38

Poradnia Terapii Uzależnień i Współuzależnienia
 ZOZ Stare Miasto
 ul. Reymonta 8, 50-225 Wrocław
 tel. (71) 326 67 30

Poradnia Uzależnień
 Podwale 13, 50-043 Wrocław
 tel. (71) 355 69 32

Ośrodek Doradztwa ds. Uzależnień
 M. Serafinowska-Gabryel
 ul. Krzyżacka 24/1, 53-020 Wrocław
 tel. (71) 362 80 99

Poradnia Terapii Uzależnień
 ul. Chojnowska 81, 59-220 Legnica
 tel. (76) 862 99 07

Punkt Konsultacyjny Dla Osób Uzależnionych oraz dla Ofiar Przemocy
 ul. Hallera 25, 56-400 Oleśnica
 tel. (71) 398 35 05

Poradnia Zdrowia Psychicznego i Odwykowa
 ul. Ludwikowska, 56-400 Oleśnica
 tel. (71) 798 28 21

Miejski Ośrodek Profilaktyki i Wczesnej Terapii Uzależnień
 ul. Legnicka 3, 67-200 Głogów
 tel. (76) 727 47 04

Miejski Ośrodek Profilaktyki i Wczesnej Terapii Uzależnień – świetlica sojco-terapeutyczna
 ul. Folwarczna 50, 67-200 Głogów
 tel. (76) 833 48 90

PAWANT – A. Pawłowski
 ul. Chrobrego 29/3, 59-700 Bolesławiec
 tel. (75) 734 36 93

Stowarzyszenie Charytatywne POMOCNA DŁOŃ
 ul. Lipowa 1, lok. 103, 59-100 Polkowice
 tel. (76) 724 67 23

Towarzystwo Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych
 ul. Warszawska 1, lok. 309, 59-900 Zgorzelec
 tel. (75) 775 65 14

SUBSIDIUM – Stowarzyszenie Profilaktyki i Pomocy Osobom Uzależnionym
ul. Warszawska 37/a, 59-900 Zgorzelec
tel. (75) 775 87 00

Mity o pracoholizmie:

Pracoholizm daje korzyści materialne, sprzyja rozwojowi kariery

Nie. Pracoholik w pracy jest nieefektywny, pracuje dużo, ale efekty są przeciętne lub gorsze. Stawia sobie wymagania, którym nie sposób sprostać. Jego organizm ulega zniszczeniu.

Pracoholik to dobrze zarabiający mężczyzna w drogim garniturze

Nie. Od pracy może uzależnić się każdy. Pełniodługość pracy czy wynagrodzenie nie mają znaczenia. Uzależniony może być ktoś pracujący na etat, jak i ktoś wykonujący wolny zawód, prowadzący własny biznes.

ZUS - spłata należności na raty

Jakie warunki muszą być spełnione, aby rozłożyć na raty spłatę należności wobec Zakładu Ubezpieczeń Społecznych.

Warunkami niezbędnymi do rozpatrzenia sprawy o udzielenie omawianej ulgi są:

- złożenie wniosku o rozłożenie spłaty zadłużenia na raty wraz z dokumentacją umożliwiająca ocenę zasadności udzielenia ulgi,
- uregulowanie kwoty odpowiadającej wysokości składki na ubezpieczenie emerytalne, a także ubezpieczonych niebędących płatnikami składek na własne ubezpieczenie, tj. np. pracownicy, zleceniobiorcy wraz z odsetkami za zwłokę – za okres mający zostać objęty ewentualną ulgą, wnioskowany przez dłużnika,
- uregulowanie kosztów egzekucyjnych w przypadku, gdy zadłużenie objęte jest egzekucją prowadzoną przez dyrektora oddziału będącego organem egzekucyjnym,
- po złożeniu wniosku o ulgę – terminowe i w pełnej wysokości opłacanie składek bieżących (przez płatników) aktualnie zobowiązanych do ich opłacania).

Wymagane dokumenty

Podstawowym dokumentem niezbędnym do rozpatrzenia sprawy jest wniosek dłużnika, w którym, oprócz szczegółowego uzasadnienia wnioskowanej

ulgi, należy określić proponowany okres spłaty (licząc rat) lub wysokość miesięcznej kwoty raty. Odpowiedni druk można otrzymać w każdej terenowej jednostce organizacyjnej ZUS. Do wniosku należy załączyć dokumenty potwierdzające zasadność udzielenia ulgi oraz dokumenty obrazujące kondycję finansową oraz możliwości płatnicze.

Jak i gdzie złożyć wniosek?

Wniosek o rozłożenie spłaty zadłużenia na raty można złożyć:

- osobiście, w formie pisemnej, w terenowej jednostce organizacyjnej ZUS właściwej dla siedziby lub miejsca zamieszkania dłużnika, bądź za pośrednictwem poczty,
- w formie elektronicznej, według wzoru określonego na stronie internetowej Zakładu Ubezpieczeń Społecznych: www.e-inspektorat.zus.pl

Ważne

Po podjęciu przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych decyzji o rozłożeniu spłaty zadłużenia na raty, dłużnik informowany jest o konieczności podpisania umowy cywilnoprawnej, która określa szczegółowe warunki realizacji ulgi.

Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska
Wiesław Nlkodem
WROCLAW, ul. Januszowicka 20, tel. (71) 337 12 47

Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska
Teresa Orlik-Runge
WROCLAW, ul. Sądowa 8/13, tel. (71) 343 57 26

Jan Szymanek
Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska
Ginekologia i Położnictwo
WROCLAW, ul. Ścinawska 24-26, tel. (71) 359 53 90

Prywatna Specjalistyczna Praktyka Lekarska
Gabinet Ginekologiczno-Położniczy
WROCLAW, ul. Ignacego Domeyki 1a, tel. (71) 798 47 12

Specjalistyczny Zakład Profilaktyczno-Leczniczy
PROVITA
WROCLAW-PSIE POLE, ul. Bieniowska 63
tel. (71) 345 63 76

Gminny Ośrodek Zdrowia
ZAGRODNO, Zagrodno 56a, tel. (76) 877 33 29

Zespoł Publicznych Zakładów Opieki Zdrowotnej
ZAWONIA, ul. Spacerowa 6, tel. (71) 312 81 68

Szpital św. Antoniego
ZABKOWICE ŚLĄSKIE, ul. Bolesława Chrobrego 5
tel. (74) 641 34 00

Indywidualna Specjalistyczna
Praktyka Ginekologiczno-Położnicza
Grażyna Błaszczak-Kozka
ZABKOWICE ŚLĄSKIE, ul. Wrocławska 23
tel. (74) 815 53 51

Prywatny Gabinet Lekarski
ZABKOWICE ŚLĄSKIE, ul. Strolotkowa 1
tel. (74) 815 16 50

Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska
Barbara Jakułowska-Szwed
ZABKOWICE ŚLĄSKIE, ul. Bolesława Chrobrego 5f
tel. (74) 815 73 38

Wielospecjalistyczny Szpital – Samodzielny Publiczny
Zespół Opieki Zdrowotnej
ZGORZELEC, ul. Lubuska 11-12
tel. (75) 772 29 00

NZOZ Praktyka Ginekologiczno-Położnicza
Radosław Kwiatkiewicz
ZGORZELEC, ul. Boh. II Armii WP 12, tel. (75) 775 82 50

Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska
Położniczo-Ginekologiczna
Zofia Jaworska-Bartkowiak
ZIEBICE, ul. Wąska 15/17, tel. (74) 819 08 25

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Przychodnia Rejonowa, ZLOTORYJA, ul. Kwiska 1,
tel. (76) 878 31 87

Zespół Opieki Zdrowotnej
ZLOTORYJA, ul. Hoza 11, tel. (76) 877 95 97

NZOZ Poradnie Specjalistyczne
ZLOTORYJA, ul. Sołna 17/1, tel. (76) 878 40 16

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MEDICUS
ZARÓW, ul. Armii Krajowej 56, tel. (74) 858 06 31

Publiczny Zespół Zakładów Lecznictwa Ambulatoryjnego
ZMICROD, ul. Lipowa 4, tel. (71) 385 35 14

Zakład Opieki Zdrowotnej
ZÓRAWINA, ul. Urzędnicza 11, tel. (71) 316 50 03

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MEDCOM
ZÓRAWINA, WOLKOWICE, ul. Zdrowa 6,
tel. (71) 316 40 28

ETAP DIAGNOSTYCZNY

Dobrosiągkie Centrum Onkologii
WROCLAW, pl. Hirsztelda 12, tel. (71) 368 95 64

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej PRO-MED,
GLUSZYCA, ul. Grunwaldzka 22a

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Szpital Wojewódzki
JELENIA GÓRA, ul. Ogińskiego 6, tel. (75) 753 71 00

Wojewódzki Szpital Specjalistyczny
LEGNICA, ul. Iwaszkiewicza 5, tel. (76) 721 10 00

Zespół Opieki Zdrowotnej
LUBIN, ul. Bema 6, tel. (76) 840 17 38

Specjalistyczny Szpital Ginekologiczno-Położniczy
im. E. Biernackiego
WALBRZYCH, ul. Paderewskiego 10, tel. (74) 887 71 03

Wojewódzki Zespół Specjalistycznej Opieki Zdrowotnej
WROCLAW, ul. Dobrzyńska 21/23, tel. (71) 774 77 00

Zakład Patomorfologii HIST-MED
WROCLAW-PSIE POLE, ul. Kamieńskiego 79a,
tel. (71) 327 02 41

cd. s. 8

Rak szyjki macicy - tu wykonasz cytologię

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
BIOGENES
WROCLAW, plac Bzowy 1, tel. (71) 363 30 16

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
ROZANKA
WROCLAW, ul. Obornicka 16-18, tel. (71) 352 54 84

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej POLAK
WROCLAW, ul. Partycka 45, tel. (71) 361 70 01

Centrum Diagnostyki Chorób Kobietych MŁODOŚĆ
WROCLAW, ul. Grochowa 23a, tel. (71) 332 44 40

Zakład Opieki Zdrowotnej Psie Pole
WROCLAW, ul. Brücknera 47-49, tel. (71) 325 33 31

NZOJ Karłowickie Centrum Medyczne KAR-MED
WROCLAW, ul. Bończyka 20, tel. (71) 325 50 01

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej E-MED
WROCLAW, ul. Glimiana 40, tel. (71) 336 77 76

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
ZDROWA KOBIECIA
WROCLAW, ul. Kamiennogórska 10, tel. (71) 725 57 62

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej M-MED
WROCLAW, ul. Glimiana 40, tel. (71) 785 96 31

Polskie Centrum Zdrowia – Instytut Medyczny
WROCLAW, ul. Legnicka 61, tel. (71) 785 92 00

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Centrum Medycyny i Rehabilitacji MEDAR
WROCLAW, ul. Rejzowicza 16, tel. (71) 780 99 28

Zespół Usług Medycznych LEK-TRANS
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
WROCLAW, ul. Kręta 25, tel. (71) 322 47 59

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej na Biskupinie
WROCLAW, ul. Olszewskiego 21, tel. (71) 348 30 81

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej STARMED
Staromiejskie Centrum Medyczne
WROCLAW, ul. Młodych Techników 7, tel. (71) 355 50 00

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Ośrodek Medyczny ZIEMO-VITA
WROCLAW, ul. Ziemowita 1/9, tel. (71) 784 90 30

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Ambulatorium Ginekologii i Położnictwa
WROCLAW, ul. Słowiańska 29b, tel. (71) 372 03 35

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
ZAWIDAWIE II
WROCLAW, ul. Inflancka 39, tel. (71) 345 61 33

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
ZAWIDAWIE
WROCLAW, ul. Bolesława Krzywoustego 290
tel. (71) 344 91 10

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej ESKULAP
WROCLAW, Bulwar Ikara 18, tel. (71) 781 00 30

Prywatna Przychodnia Lekarska – Stefan Skrocdi
WROCLAW, pl. Kościuszki 21/6, tel. (71) 343 91 47

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej FORMICA
WROCLAW, ul. Zatorska 23a, tel. (71) 329 78 84

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Specjalistyczna Przychodnia Lekarska
WROCLAW, ul. Rubczaka 18, tel. (71) 349 53 03

Lekarska Przychodnia Specjalistyczna
Towarzystwa Rozwoju Rodziny
WROCLAW, Podwale 74, ofc. 23, tel. (71) 343 79 55

Przychodnia Specjalistyczno-Rehabilitacyjna
PULSANTIS
WROCLAW, ul. Ostrowskiego 3, tel. (71) 339 11 40

EUROMEDICARE Szpital Specjalistyczny z Przychodnią
WROCLAW, ul. Piłczycka 144-148, tel. (71) 711 74 00

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
RONDO-MED
WROCLAW, ul. Powstańców Śląskich 118/122
tel. (71) 367 60 26

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
PRZYCHODNIA-GAJ
WROCLAW, ul. Krynicka 51, tel. (71) 373 19 62

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
PRZYCHODNIA-NOWY DWÓR
WROCLAW, ul. Nowodworska 91a, tel. (71) 357 96 11

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
PRZYCHODNIA KOSMONAUTÓW
WROCLAW, ul. Horbaczewskiego 35, tel. (71) 351 28 95

NZOJ FEMINA
WROCLAW, ul. Ścinawska 24-26, tel. (71) 795 78 00

Prywatny Gabinet Lekarski – Ciaputa Czesław
WROCLAW, ul. Słowiańska 25b, tel. (71) 327 74 58

Afaza

AFAZJA może mieć bardzo różny obraz. Zaburzone może być i mówienie, i rozumienie. Towarzyszą jej kłopoty z pamięcią, koncentracją, pisaniem, czytaniem. Mogą też nastąpić zmiany osobowości. Rodzaj dysfunkcji zależy od miejsca uszkodzenia mózgu. Statystyki mówią, że w dużych miastach co setna osoba może z powodu afazji borykać się z niepełnosprawnością, pogorszeniem jakości życia, co często wiąże się z izolacją społeczną.

Gdzie szukać pomocy?

- Poradnie logopedyczne przy przychodniach rejonowych;
- Dolnośląskie Centrum Rehabilitacji w Kamiennej Górze, ul. Korczaka 1;
- Powiatowy Zespół Zakładów Opieki Zdrowotnej w Wołowie, ul. Inwalidów Wojennych 26;
- Specjalistyczne Centrum Medyczne w Polanicy Zdroju, ul. Jana Pawła II 2;
- Specjalistyczny Zakład Profilaktyczno-Lecznicy PROVITA we Wrocławiu, ul. Bierutowska 63;
- Zespół Opieki Zdrowotnej w Złotorzy, ul. Hoża 11;
- Zespół Profilaktyki i Rehabilitacji w Janowicach Wielkich, ul. Świerczewskiego 12;
- ZOZ Szpital dla Szkoł Wyższych im. prof. E. Szczeklika we Wrocławiu, ul. Chopina 5-7;
- prywatne gabinety logopedyczne.

Rak szyjki macicy - tu wykonasz cytologię

ETAP PODSTAWOWY

NZOJ Oławskie Centrum Medyczne
OMEGA
OŁAWA, ul. Chrobrego 23b, tel. (71) 313 76 09

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
MEDICUS
PACZKÓW, ul. Witosza 2a, tel. (77) 431 65 35

Gminny Zespół Zakładów Opieki Podstawowej
PIELGRZYMKI, Pielgrzymka 131, tel. (76) 877 50 18

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Przychodnia Miejska
PIESZYCE, ul. Kopernika 25, tel. (74) 836 53 62

Przychodnia Rejonowa w Prochowicach
PROCHOWICE, ul. Rymy 3, tel. (76) 858 45 21

Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
PRUSICE, ul. Żmigrodzka 22, tel. (71) 312 62 91

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
PRUSY, ul. Poczтова 9, tel. (71) 393 04 86

Gminny Zespół Zakładów Opieki Podstawowej
w Warcie Bolesławieckiej zs. w Raciborowicach
RACIBOROWICE, Raciborowice 194, tel. (75) 738 93 95

NZOZ ZDROWIE
Praktyka Lekarza Rodzinnego – Andrzej Martynow
ROZTOKA, ul. Jana Pawła II 3, tel. (74) 850 91 79

Gminny Zespół Zakładów Opieki Podstawowej
RUDNA, ul. Polna 3, tel. (76) 746 36 41

Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Ośrodek Zdrowia
RUJA, Tyniec Legnicki 39a, tel. (76) 858 03 28

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej DIAMED,
SKOKOWA, ul. Prusicka 22a, tel. (71) 312 65 99
cd. s. 4

Specjalistyczny Gabinet Ginekologiczno-Położniczy
Grzegorz Kubiśiak
SMOLEC, ul. Wierzbowa 9, tel. (71) 316 19 21
Lecznico-Rehabilitacyjny Ośrodek Medycyny Rodzinnej
SOBOTKA, ul. Strzelców 2, tel. (71) 316 20 01
NZOZ ZDROWIE
SPALICE, ul. Boguszycka 31, tel. (71) 399 30 76
Firma AKME – Grażyna Łanucha
Gabinet Ginekologiczny
STRONIE ŚLĄSKIE, ul. Hutnicza 12, tel. (74) 814 31 43
Strzegomskie Centrum Medyczo-Diagnostyczne
STRZEGOM, ul. Witosa 7, tel. (74) 649 44 50
Publiczny Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego
STRZEJIN, ul. Mickiewicza 20, tel. (71) 392 12 56
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Strzebińskie Centrum Medyczne
STRZEJIN, ul. Wrocławska 46, tel. (71) 392 12 01
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
PRZYCHODNIA w Sycowie
SYCÓW, ul. Wrocławska 2, tel. (62) 785 51 45
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej ARS MEDICA S.C.,
SZCZYTNA, ul. Szpitalna 1, tel. (74) 868 33 47
Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska
Gabinet Ginekologiczny – W. Pienkowski
SZKARSKA PORĘBA, ul. Franciszkańska 2a,
tel. (75) 717 23 64
Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
SKODA ŚLĄSKA, ul. Konstrucji 3 Maja 7,
tel. (71) 317 25 39

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej BHMED
ŚWIDNICA, ul. Strzebińska 35, tel. (74) 853 76 06
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej ARS MEDICA
ŚWIDNICA, ul. Komonickiej 4, tel. (74) 852 03 67
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MIESZKO
ŚWIDNICA, ul. Mieszka I 10, tel. (74) 856 87 87
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej ESKULAP
ŚWIDNICA, ul. Zamieńska 47, tel. (74) 851 76 86
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MEDLAB
ŚWIDNICA, ul. Walbrzyska 8-4a, tel. (74) 853 61 11
Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska
Mieszaw Drej
ŚWIDNICA, ul. Zamenhofa 46, tel. (74) 851 41 90
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Miejski Ośrodek Zdrowia
ŚWIEBODZICE, Aleje Lipowe 15, tel. (74) 664 59 51
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MIKULICZ
ŚWIEBODZICE, ul. Marii Skłodowskiej-Curie 3-7
tel. (74) 641 91 19
Niepubliczny Ośrodek Opieki Zdrowotnej NEX-MEDICAL
ŚWIEBODZICE, ul. Kolejowa 19, tel. (74) 664 82 80
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej [O-MED]
ŚWIERADÓW ZDRÓJ, ul. Korczaka 7d, tel. (75) 781 61 68
SP ZOZ Przychodnia Rejonowa
ŚWIERZAWA, ul. Lipowa 3, tel. (75) 713 52 33
Zespół Opieki Zdrowotnej
ŚWIĘTA KATARZYNA, ul. Żeromskiego 1,
tel. (71) 311 62 99
SPZOZ PN Zakład Lecznictwa Ambulatoryjnego
TRZEBNICA, ul. Kosciuszki 10, tel. (71) 312 03 75
Samodzielny Zespół Publicznych Zakładów
Opieki Zdrowotnej
TWARDOCORA, ul. Waryńskiego 10, tel. (71) 315 80 41
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
INTERMEDICATUS
TWARDOCORA, ul. Krzywoustego 2, tel. (71) 315 99 74
Specjalistyczny Szpital Ginekologiczno-Położniczy
im. E. Biernackiego
WAŁBRZYCH, ul. Paderewskiego 10, tel. (74) 887 71 03

Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
ZDROWY SOBIECIN
WAŁBRZYCH, ul. Koscińskiego 2, tel. (74) 842 41 95
Walbrzyski Obwód Lecznictwa Kolejowego
NZOZ
WAŁBRZYCH, ul. Armii Krajowej 22-23, tel. (74) 846 96 01
Przychodnia Specjalistyczna
Regina i Walenty Sliwa
WAŁBRZYCH, ul. Uczniowska 21, tel. (74) 666 50 30
NZOZ Przychodnia NA BROWARNEJ
WAŁBRZYCH, ul. Browarna 3, tel. (74) 842 24 76
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
ŚRODMIEŚCIE - BIAŁY KAMIEN
WAŁBRZYCH, ul. Wysokiego 24-24a, tel. (74) 846 18 64
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
PRZYCHODNIA PASKOWA GÓRA
WAŁBRZYCH, ul. Główna 4, tel. (74) 886 86 23
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
NOWE MIASTO
WAŁBRZYCH, ul. 11 Listopada 116, tel. (74) 849 21 70
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej VIS-MED
WĄSOSZ, ul. Zaciśze 10a, tel. (65) 543 71 60
Indywidualna Specjalistyczna Praktyka Lekarska
Ełżbieta Nocko-Al-Medhagi
WAŹÓW, ul. Pocztowa 6, tel. (71) 393 10 99
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
WISZNIA MAŁA, ul. Wrocławska 2, tel. (71) 312 70 16
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
WLEN, ul. Ogrodowa 8, tel. (75) 713 62 98
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Centrum Położniczo-Ginekologiczne GEMINI
WOŁÓW, ul. Trzebnicka 5a, tel. (71) 389 15 71
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Powiatowe Centrum Medyczne
WOŁÓW, ul. Inwalidów Wojennych 26, tel. (71) 380 58 01
Wrodawskie Centrum Zdrowia
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
WROCLAW, ul. Podróżnicza 26-28, tel. (71) 363 15 29
Wojewódzki Szpital Specjalistyczny
WROCLAW, ul. Kamińskiego 73a, tel. (71) 327 04 00
Szpital Specjalistyczny im A. Falkiewicza
WROCLAW, ul. Warszawska 2, tel. (71) 342 86 31

Wojewódzki Zespół Specjalistycznej Opieki Zdrowotnej
WROCLAW, ul. Dobrzyńska 21/ 23, tel. (71) 774 77 00
Obwód Lecznictwa Kolejowego Wrocławiu SPZOZ
WROCLAW, ul. Joannitów 10/12, tel. (71) 795 70 27
Samodzielny Publiczny Szpital Kliniczny Nr 1
WROCLAW, ul. M. Curie-Skłodowskiej 58,
tel. (71) 327 09 01
4. Wojskowy Szpital Kliniczny z Polikliniką
Samodzielny Publiczny Zakład Opieki Zdrowotnej
WROCLAW, ul. Weigla 5, tel. (71) 766 07 20
Zakład Opieki Zdrowotnej MSWiA
WROCLAW, ul. Olbirska 32, tel. (71) 798 46 30
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MIGRA
WROCLAW, ul. Ulanowskiego 18/20, tel. (71) 332 32 05
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
Centrum Usług Medycznych PROXIMUM
WROCLAW, ul. Żelazna 34, tel. (71) 783 62 65
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej
CENTRUM ZDROWIA M. Szewczyk i S-ka
WROCLAW, ul. Pautschta 5/7, tel. (71) 345 24 76
Przychodnia przy ul. Łowickiej
WROCLAW, ul. Łowicka 24, tel. (71) 711 74 00
Dolnośląskie Centrum Medyczne DOLMED
WROCLAW, ul. Legnicka 40, tel. (71) 771 17 77
AAVITA Lekarska Przychodnia Lecznico-Profilaktyczna
WROCLAW, ul. Raclawicka 15/19, tel. (71) 361 80 28
NZOZ Dolnośląskie Centrum Medycyny Profilaktycznej
i Bezpieczeństwa
WROCLAW, ul. Piłsudskiego 43, tel. (71) 344 37 86
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MULTI-MEDYK
WROCLAW, pl. św. Macieja 8, tel. (71) 321 60 03
NZOZ SALUTARIS VITE
WROCLAW, ul. Gubińska 8, tel. (71) 783 30 09
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej REMEDIS
WROCLAW, ul. Mińska 5, tel. (71) 780 30 50
Dolnośląskie Centrum Ginekologiczne
WROCLAW, ul. Krynicka 22/1a, tel. (71) 336 01 57
Niepubliczny Zakład Opieki Zdrowotnej MEDICOR
WROCLAW, ul. Trzebnicka 88, tel. (71) 329 32 31
NZOZ Centrum Medyczne PRACTIMED
WROCLAW, ul. Pabianicka 25, tel. (71) 798 56 79



Asy Dolnego Śląska

czyli kilka pomysłów, grupa ludzi, garść pasji

Czy fascynację Dolnym Śląskiem warto zaszczipać w małych Dolnoślązakach? Na pewno. Uczestnicy Szkoły Liderów organizują projekt „Asy Dolnego Śląska” skierowany do dzieci z wrocławskich świetlic i wszystkich szkół podstawowych Dolnego Śląska! Poprzez cykl spotkań-gier miejskich i wspólnych wyjazdów przekonają nasze małe Asy, że na Dolnym Śląsku można fantastycznie spędzać czas, można ciekawie żyć. Szkoła – weź udział w konkursie „Moja mała stolica” – odkryj przed nami uroki Twego miasta i wygraj nagrody.

„Asy Dolnego Śląska” to projekt młodzieży akademickiej i nie tylko, młodzieży, której nie jest obojętne wykluczenie społeczne. Swe działania młodzi kierują ku dwóm świetlicom: świetlicy przy ul. Kowalskiej oraz świetlicy środowiskowej przy SP im. Włodzimierza Komarowa przy ul. Świętokrzyskiej. Właśnie dla dzieci z tych placówek organizatorzy będą przeprowadzać warsztaty integracyjno-edukacyjne, które rozpoczną się już 9 kwietnia. Wtedy będzie miało miejsce wyjście inauguracyjne śladami krasnali. Przeprowadzenie gry na wrocławskim Rynku zintegruje dwie grupy i pomoże odkryć tajemnice wrocławskich skrzatów.

„Asy Dolnego Śląska” chcą zapoznać swoich młodszych kolegów z ciekawymi miejscami i formami wypoczynku na terenie województwa dolnośląskiego oraz zaszczipić w nich ducha sportu. W realizacji pomogą im instruktorzy sportów ekstremalnych i nie tylko. Zorganizowanie czasu wolnego, dobra zabawa połączona z edukacją, pozwoli na rozwój dzieci i – co ważne – uświadomi im, że mogą dokonać wszystkiego, czego tylko zechcą, mogą zdobyć wszystko, czego zapragną.

Kolejnym istotnym zamierzeniem projektu jest zorganizowanie wojewódzkiego konkursu „Moja mała stolica”, skierowanego do wszystkich dolnośląskich szkół podstawowych. Konkurs ma na celu wypromowanie rodzinnych miejscowości uczniów, poprzez tworzenie

planów wycieczek turystyczno-krajoznawczych, miejsc atrakcyjnych, często zapomnianych. Można powiedzieć w przenośni, że dzięki dzieciom zostanie odnowiona mapa Dolnego Śląska.

We współczesnym świecie mamy do czynienia z konfliktem pokoleń, spowodowanym m.in. barierami komunikacyjnymi. Wchodząc we współpracę z innym zespołem projektowym Szkoły Liderów „Akademia Młodych Duchem” przełamaliśmy stereotypy związane z porozumieniem pokolenia młodych z grupą seniorów.

Całość projektu zostanie zakończona galą finałową 29 maja br., podsumowującą dwa projekty „Asy Dolnego Śląska” oraz „Akademia Młodych Duchem” połączoną z rozdaniem nagród konkursu „Moja mała stolica”.

Bądź Asem – pomóż organizatorom! Nadal poszukujemy sponsorów, którzy pomogą młodzieży w realizacji projektu. Wszelkie zapytania proszę przysyłać na maila asydolnegoslaska@gmail.com. Zachęcamy do odwiedzenia strony internetowej projektu www.asydolnegoslaska.ubf.pl

P.S. Z przyjemnością informujemy, że „Ludzka Sprawa” kibicuje Asom z Dolnego Śląska. Nam również leży na sercu los dzieci zagrożonych wykluczeniem społecznym, dlatego bardzo cieszy nas fakt, że Szkoła Liderów poprosiła nas o patronat medialny nad swoją imprezą. Będziemy w niej uczestniczyć i relacje z działań przekazywać Państwu na łamach gazety i na naszej stronie internetowej www.ludzkasprawa.pl

redakcja

Harmonogram zajęć realizowanych podczas projektu ASY DOLNEGO ŚLĄSKA:

- 9.04.2010** Temat spotkania: Akcja Integracja. Wrocławski Rynek – Gra edukacyjna – poszukiwanie krasnali
Koordynator zajęć: Anna Konopek
- 16.04.2010** Temat spotkania: Mapa – Makieta. Zajęcia plastyczne, w trakcie których powstanie autorska mapa Dolnego Śląska stworzona przez dzieci przy użyciu różnych technik.
Koordynator zajęć: Mateusz Fąfara
- 23.04.2010** Temat spotkania: Organizacja spotkania z instruktorem wspinaczki wysokogórskiej, połączona z prezentacją sprzętu oraz podstawowym kursem pierwszej pomocy przedmedycznej z uwzględnieniem trudnych warunków panujących w górach.
Koordynatorzy zajęć: Linda Litwin i Maciej Pasławski
- 30.04.2010** Temat spotkania: Tajemnice dolnośląskich zamków. Prezentacja legend zamków Czocha, Bolków, Chojnik, Książ połączona z odgrywaniem scenek teatralnych.
- 8.05.2010** Temat spotkania: Wyjazd zakończeniowy w Sudety połączony z atrakcjami sportów ekstremalnych.

Afazja

Człowiek, który przeżył ciężką chorobę czy wypadek albo spadł ze schodów i doznał urazu czaszkowo-mózgowego i został uratowany. Jego rodzina, przyjaciele są szczęśliwi i zwykle wówczas mówią: *No, stary, dostałeś nowe życie. Nie zmaruj go!*, a stary zamiast cieszyć się nowym życiem, gaśnie z dnia na dzień... Na pozór jest dobrze, już nawet samodzielnie chodzi, i niby wszystko jest w porządku, ale... Ale cokolwiek chce powiedzieć, z jego ust wydobywa się tylko jedno słowo. Chce poprosić o wodę, a mówi: *kolega*. Chce się przywitać z żoną, mówi: *kolega*. Rozumie wszystko, co mówią inni, tylko sam wciąż: *kolega, kolega*... Skoro nie umie powiedzieć, próbuje napisać – też nie potrafi. Bierze długopis do ręki i... nic. Przed wypadkiem uczył w szkole.

To jeden z przejawów afazji, czyli zaburzeń mowy u osoby, która doznała uszkodzenia pewnych struktur mózgowych w wyniku ura-

zu, udaru, guza mózgu czy zatrucia toksynami. Afazja może mieć bardzo różny obraz. Zaburzone może być i mówienie, i rozumienie. Towarzyszą jej kłopoty z pamięcią, koncentracją, pisaniem, czytaniem, liczeniem. Mogą też nastąpić zmiany osobowości. Rodzaj dysfunkcji zależy od miejsca uszkodzenia mózgu.

Wróćmy jednak do początku: najpierw szpital, potem rehabilitacja i koniec leczenia. Po zakończonym leczeniu człowiek wraca do domu. Ma problemy ze swobodnym poruszaniem się, a mieszka w bloku bez windy. Pracował, a teraz przechodzi na rentę. Ma problem z mową, jeśli więc pozostanie w domu sam, to jak wezwie pomoc w razie potrzeby? A wcześniej był osobą aktywną, towarzyską, samodzielną. Świadomość tych ograniczeń wywołuje wściekłość, smutek, żal i poczucie bezradności, co zwykle prowadzi do depresji. Taki człowiek zamyka się w domu, po zakupy chodzi tylko do sklepu samoobsługowego. Czuje się samotny i niepotrzebny. Bywa, że zaczyna nałogowo pić, nierzadko podejmuje próby samobójcze.

Jak mu pomóc? Czasem wystarczy nie pozwalać na izolację, odwiedzać, rozmawiać, mieć cierpliwość, gdy potrzebuje czasu, by sformułować to, co chce powiedzieć. Warto spytać lekarza, jak porozumiewać się z taką osobą. Być może trzeba pomóc znaleźć logopedę, psychologa, umówić na terapię, a może zawieźć do poradni. Afatycy bywają płaczący, łatwo się wzruszają, normalne, przemijające z czasem zachowania, choć dla chorych bywają bardzo krępujące. Warto znaleźć czas, aby z taką osobą pójść na spacer, po zakupy. Poczytać na głos gazetę czy ulubioną książkę. Rozmawiać o sprawach dla niej ważnych, o jej zainteresowaniach, których nie może z dawną łatwością realizować. Wdrażać do czynności codziennych, żeby jak najbardziej usamodzielnic taką osobę, wspólnie przygotowywać posiłki, pomagać ubierać się samodzielnie, dbać o dom czy ogródek. Ważne jest, by chory człowiek mimo swojej niepełnej sprawności czuł się potrzebny. Zadbajmy o jego odpoczynek, ale nie proponujmy bezczynności. Pytajmy o radę, o opinię w różnych życiowych kwestiach. Jeśli tego zabraknie, poczuje się cał-

kiem bezproduktywny, jak każdy zdrowy człowiek straci chęć do życia. A musi ją czuć, by mieć motywację do rehabilitacji, a nawet powrotu do życia zawodowego. Bo proces zdrowienia zależy w dużym stopniu od stanu emocjonalnego, kondycji psychicznej człowieka. To naprawę nie jest trudne, choć zawsze stanowi wyzwanie dla rodziny czy przyjaciół.

Jak rozmawiać z afatykiem? Należy mówić powoli, używając prostych zdań i zachęcać do komunikacji. Słuchać cierpliwie i nie poprawiać bez przerwy jego błędów. Starać się ograniczyć ilość bodźców słuchowych, które będą go rozpraszały, takich jak zbyt głośno włączone radio czy telewizor. Okazać aprobatę dla jego starań, potwierdzać, że zrozumieliśmy, co chce nam przekazać. Nie obarczajmy go rozwiązywaniem problemów, w których nie jest w stanie nam pomóc. Pamiętajmy, że wsparcie ze strony otoczenia i właściwie prowadzona rehabilitacja mogą zdziałać cuda. Za dowód niech posłużą przykłady Bogusława Kaczyńskiego – wspaniałego znawcy muzyki operowej oraz Sławomira Mrożka – genialnego dramaturga. Obaj doświadczyli afazji w wyniku udaru mózgu. Obaj wrócili do czynnego życia zawodowego: Bogusław Kaczyński znów podróżuje, barwnie opowiadając o swojej miłości do opery, a Sławomir Mrożek wydał autobiografię zatytułowaną *Baltazar*.

Katarzyna Wnukowska
neurologopedka

P.S.

Wbrew pozorom afazja nie jest problemem marginalnym. Statystyki mówią, że w dużych miastach co setna osoba może cierpieć na opisywane przez nas zaburzenia. Dlatego stosunkowo łatwo jest spotkać człowieka borykającego się z niepełnosprawnością, pogorszeniem jakości życia, co często wiąże się z izolacją społeczną. O tym, gdzie szukać pomocy – czytaj w informatorze wewnątrz numeru.

Największa ilość zgonów oraz niepełnosprawności, w tym afazji, na świecie jest spowodowana urazami czaszkowo-mózgowymi, powstałymi w wyniku wypadków komunikacyjnych, upadków podczas jazdy na rowerze, upadków ze schodów, urazów doznanych podczas bójek. Wyjątkiem w tej światowej statystyce są Stany Zjednoczone, gdzie najczęstszy powód urazów czaszkowo-mózgowych stanowią rany postrzałowe głowy.

**Konsultacje
Terapia indywidualna
Porady, wsparcie**

tel. 0504 41 30 85

Psycholog, terapeuta
mgr Anna Fedorowicz

Zaburzenia nastroju
Stany depresyjne, lękowe
Napięcia emocjonalne, stres
Zaburzenia odżywiania
Problemy w związkach
Pomoc w sytuacjach kryzysowych

Przemoc w pomocy

Jak pomagać, nie upokarzając, jak unikać manipulacji w momencie bycia manipulowanym, co to jest przemoc urzędnicza – to niektóre z tematów poruszanych podczas konferencji *Przemoc w pomocy* zorganizowanej w marcu we Wrocławiu. Uczestniczyli w niej pracownicy socjalni, psychoterapeuci.

Przemoc i pomoc to na pierwszy rzut oka słowa wzajemnie się wykluczające.

Słowo „pomoc” w swoim podstawowym znaczeniu kojarzy się z czymś pozytywnym i wartościowym, jednak w pewnych przypadkach może być odbierane zupełnie inaczej. Działanie *dla dobra* drugiego człowieka, pomaganie mu bez jego zgody jest przemocą. Do takich sytuacji może dochodzić na przykład w przypadku kontaktów między klientami

a pracownikami ośrodków pomocy społecznej, domów poprawczych, sądów. Kiedy na przykład uciekającego z lekcji, niechącego się uczyć nastolatka kierujemy do szkoły specjalnej, wierząc że jej ukończenie pomoże mu w dorosłym życiu, to jest to przemoc – tłumaczy Maria Haracz-Dąbrowska z Wrocławskiej Pracowni Psychoedukacji i Terapii PLUS – nie można komuś czegoś dać, jeśli on tego nie chce. W takim przypadku najlepiej edukować, zachęcać, pokazywać pozytywne strony, starać się, by taka osoba sama zrozumiała, że posiadanie wykształcenia może się przydać. Zdecydowanie jednak lepiej nie zmuszać siłą. Obecni na konferencji praktycy podawali przykłady młodych ludzi, którzy nie chcieli się uczyć, ale odżywiali, kiedy zaczęli

samodzielną pracę na przykład u rzemieślnika. W szkole sobie nie radzili, przez to czuli się gorsi od innych, co z kolei doprowadzało do buntu, kontestacji. W pracy okazywało się, że potrafią jednak coś zrobić, są doceniani. Do przemocy w pomocy może dochodzić również w przypadku relacji między osobami korzystającymi z pomocy społecznej a pracownikami tych instytucji. Klienci pomocy społecznej to zazwyczaj ludzie niepracujący, bez wykształcenia, o niskich dochodach. Oni przychodzą zwykle po pieniądze, a celem pomocy społecznej nie jest dawanie, lecz pomoc mająca doprowadzić do większej samodzielności, pobudzenia aktywności.

– *Kiedy pomagam, zwykle wiem lepiej, co powinien zrobić klient, żeby jego sytuacja się poprawiła* – wyjaśnia Maria Ścierańska z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Ełku – *gdy zastosuje się do moich rad, będzie szybciej i prościej. Kiedy jednak ja decyduję, jaką zapomogę otrzyma, wtedy on uważa, że dostanie pieniądze, pod warunkiem że spełni moje oczekiwania. Takie postępowanie rodzi w podopiecznych opór, zmusza do działań pozornych, udawania. Pomoc ma sens, kiedy pomaga się osobie, która chce pomocy, kiedy wspiera się w tym, co już robi. Ważne jest, by nie okazywać wyższości, kontaktując się z takimi osobami. Pomoc upokarza, uzależnia, osłabia, demoralizuje* – uważa Marek Liciński z Federacji na rzecz Reintegracji Społecznej – *upraszczając, dobry, silny, mądry pomaga gorszemu, słabszemu, głupszemu. Korzystający z pomocy czuje się gorszy i często pomagającemu przypisuje pychę i arogancję.* Do najbardziej drastycznych form przemocy w pomocy dochodzi w sprawach rodzinnych. Z jednej strony są to zaniedbania, brak reakcji, kiedy dziecku dzieje się krzywda, z drugiej nadgorliwość i zbyt pochopne decyzje na przykład o odebraniu dziecka biednym i niezaradnym rodzicom. W tego typu pracy ważne jest, by chronić się przed swoją przemocą – uważa Maria Haracz-Dąbrowska – trzeba omawiać konkretne przypadki ze współpracownikami, poddawać się superwizji. Osoba pomagająca powinna się ciągle szkolić, dbać o siebie jako o narzędzie pracy.

Anna Kowalów



foto: Ernest Salazar/www.sxc.hu

Ulgi i umorzenia z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne

Zakład Ubezpieczeń Społecznych w trosce o podnoszenie jakości obsługi klientów od 1 kwietnia wprowadza nowe zasady postępowania przy udzielaniu ulgi i umorzeń z tytułu składek na ubezpieczenia społeczne. Od tego czasu we wszystkich jednostkach ZUS obowiązować będą identyczne terminy rozpatrywania spraw. Ponadto Zakład udostępni klientom możliwość śledzenia postępów w załatwianiu zgłoszonej sprawy i zapewnia dostęp do wyczerpujących informacji na temat warunków udzielenia ulgi bądź umorzenia należności, co umożliwi klientowi ocenę, czy w jego indywidualnej sytuacji ma on szansę na uzyskanie pozytywnego rozstrzygnięcia.

Wszystkie informacje dotyczące udzielania ulgi i umorzeń przedstawiane są m.in. na stronie internetowej www.e-inspektorat.zus.pl oraz w formie ulotek dostępnych na salach obsługi klienta w każdej terenowej jednostce organizacyjnej Zakładu. Wyjaśnieniami w służą również przeszkoleni pracownicy ZUS.

Co warto wiedzieć o możliwości rozłożenia na raty należności z tytułu składek?

Rozłożenie na raty należności z tytułu składek polega na możliwości uregulowania tych należności w dłuższym okresie czasu, określonym przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych, bez konsekwencji przymusowego ich dochodzenia w trybie egzekucji.

Harmonogram spłaty zadłużenia, określający m.in. liczbę rat, uzależniony jest od możliwości płatniczych zobowiązanego.

Uwzględnienie wniosku o ulgę w formie ratalnej spłaty zadłużenia powoduje, że odsetki za zwłokę nie są naliczane, począwszy od dnia następnego po dniu wpływu wniosku w tej sprawie. Natomiast od składek, które rozłożono na raty, Zakład Ubezpieczeń Społecznych zobowiązany jest naliczyć – do każdej raty – opłatę prolongacyjną, w wysokości 50 proc. stawki odsetek za zwłokę obowiązującej w dniu podpisania umowy.

Rozłożenie spłaty zadłużenia na raty powoduje zawieszenie wcześniej wszczętych i niezaoczonych postępowań egzekucyjnych, dotyczących należności objętych ulgą.

Kto może ubiegać się o ratalną spłatę należności?

O ratalną spłatę należności może ubiegać się każda osoba odpowiedzialna za zadłużenie z tytułu składek, która nie ma środków finansowych na jednorazową spłatę tego zadłużenia. Osobami uprawnionymi do złożenia wniosku o taką ulgę są między innymi:

- płatnicy składek oraz byli płatnicy składek (tj. osoby, które mają zadłużenie z tytułu nieopłaconych składek w związku z prowadzoną w przeszłości działalnością gospodarczą),
- osoby, na które – stosowną decyzją – przeniesiona została odpowiedzialność za zobowiązania z tytułu nieopłaconych składek (osoba trzecia i następca prawny),
- małżonkowie odpowiadający – z majątku wspólnego – za zadłużenie z tytułu składek współmałżonka.

Wniosek dłużnika o przyznanie omawianej ulgi musi być wyczerpująco umotywowany i wskazywać, że zastosowanie ulgi jest uzasadnione szczególnymi okolicznościami, z powodu których dłużnik nie jest w stanie jednorazowo uregulować zobowiązań.

Co podlega rozłożeniu na raty?

Rozłożeniu na raty podlegają składki na:

- ubezpieczenia społeczne – z wyłączeniem kwot odpowiadających wysokości składki na ubezpieczenie emerytalne za zatrudnionych pracowników lub innych ubezpieczonych niebędących płatnikami składek na własne ubezpieczenia (np. zleceniobiorców, nakładców),
 - Fundusz Pracy oraz Fundusz Gwarantowanych Świadczeń Pracowniczych,
 - Fundusz Emerytur Pomostowych,
- wraz z odsetkami za zwłokę naliczonymi do dnia złożenia wniosku, ewentualnie wymierzoną dodatkową opłatą oraz kosztami upomnienia.

W przypadku płatników opłacających składkę wyłącznie na własne ubezpieczenia, układem ratalnym może zostać objęta pełna kwota należności z tytułu składek, w tym składek na ubezpieczenie zdrowotne.

O czym należy pamiętać?

Złożenie wniosku o rozłożenie spłaty zadłużenia na raty nie gwarantuje udzielenia ulgi i nie stanowi ustawowej przesłanki do zawieszenia postępowania egzekucyjnego.

W sytuacji odmowy udzielenia ulgi dłużnik zobowiązany jest do uregulowania zadłużenia wraz z odsetkami za zwłokę, naliczonymi do dnia zapłaty włącznie. Dodatkowo Zakład Ubezpieczeń Społecznych ma prawo do podjęcia czynności zmierzających do ustanowienia stosownych zabezpieczeń (hipoteka, zastaw) niezależnie od faktu wyrażenia bądź odmowy wyrażenia zgody na spłatę zadłużenia w ratach.

Niedotrzymanie przez dłużnika warunków udzielonej ulgi skutkuje natychmiastowym zerwaniem umowy o rozłożenie należności z tytułu składek na raty. Oznacza to, iż należności uprzednio objęte umową stają się natychmiast wymagalne.

Opracowano na podstawie informacji rzeczownika ZUS.

W majowym numerze – informacje na temat umorzenia należności z tytułu składek.

O warunkach, jakie muszą być spełnione, aby rozłożyć na raty spłatę należności i o wymaganych dokumentach oraz o tym, jak i gdzie złożyć wniosek, czytaj w informatorze wewnątrz numeru.



Zakład Ubezpieczeń Społecznych wprowadza kolejne ułatwienia dla przedsiębiorców. Od 1 kwietnia, w II Oddziale ZUS w Warszawie i w Oddziale w Opolu, płatnicy otrzymają zaświadczenie o niezaleganiu w opłacaniu składek bezpośrednio na sali obsługi klientów. Po 20 kwietnia będzie to możliwe we wszystkich oddziałach w Polsce.

Warto jednak pamiętać, że *od ręki* zaświadczenie o niezaleganiu otrzymają jedynie ci płatnicy składek, którzy na koncie w ZUS nie mają żadnych zaległości ani błędów oraz nie toczy się w stosunku do nich żadne postępowanie. W przypadku spraw wymagających wyjaśnienia, zachowany zostanie dotychczasowy tryb wydawania zaświadczeń. Oznacza to, że płatnik będzie czekał na decyzję do 7 dni kalendarzowych.

Wydawanie zaświadczeń o niezaleganiu bezpośrednio na salach obsługi klientów to kolejne ułatwienie dla przedsiębiorców wprowadzane przez ZUS. Od początku marca pracownicy Zakładu wypełniają dokumenty rozliczeniowe za płatników opłacających składki wyłącznie na własne ubezpieczenie. Uruchomiono także specjalną skrzynkę mailową – fep@zus.pl – na którą pracodawcy mogą kierować pytania z zakresu ustawy o emeryturach pomostowych.

Iwona Kowalska

Rzecznik Prasowy ZUS, Oddział we Wrocławiu



Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej
ul. Strzegomska 6, 53-611 Wrocław
tel. (71) 782 23 18, fax (71) 782 23 27

Wypadek przy pracy

Za wypadek przy pracy uważa się nagłe zdarzenie wywołane przyczyną zewnętrzną, które nastąpiło w związku z pracą, powodujące uraz lub śmierć.

Urazem nazywamy uszkodzenie tkanek ciała lub narządów człowieka wskutek działania czynnika zewnętrznego.

Ustawa wyróżnia trzy rodzaje wypadków przy pracy: śmiertelny, ciężki i zbiorowy.

Śmiertelny wypadek przy pracy to wypadek, w wyniku którego nastąpiła śmierć w okresie nieprzekraczającym sześć miesięcy od dnia wypadku.

Za **ciężki wypadek przy pracy** uważa się wypadek, w wyniku którego nastąpiło ciężkie uszkodzenie ciała, takie jak: utrata wzroku, słuchu, mowy, zdolności rozrodczej lub inne uszkodzenie ciała albo rozstrój zdrowia, naruszające podstawowe funkcje organizmu, a także choroba nieuleczalna lub zagrażająca życiu, trwała choroba psychiczna, całkowita lub częściowa niezdolność do pracy w zawodzie albo trwale, istotne zeszczenie lub zniekształcenie ciała.

Wypadek zbiorowy – to taki, któremu w wyniku tego samego zdarzenia uległy co najmniej dwie osoby.

Świadczenia z tytułu wypadku przy pracy

Z tytułu wypadku przy pracy lub choroby zawodowej przysługują następujące świadczenia:

- zasiłek chorobowy,
- świadczenie rehabilitacyjne,
- zasiłek wyrównawczy,
- jednorazowe odszkodowanie,
- renta z tytułu niezdolności do pracy, w tym renta szkoleniowa,
- renta rodzinna,
- dodatek pielęgnacyjny,
- dodatek do renty rodzinnej – dla sieroty zupełnej,
- pokrycie kosztów leczenia z zakresu stomatologii i szczepień ochronnych oraz zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne w zakresie określonym ustawą.

Uwaga! Świadczenia z ubezpieczenia wypadkowego **nie przysługują ubezpieczonemu, jeżeli** wyłączną przyczyną wypadku było

udowodnione naruszenie przez ubezpieczonego przepisów dotyczących ochrony życia i zdrowia, spowodowane przez niego umyślnie lub wskutek rażącego niedbalstwa. Świadczenia nie przysługują również ubezpieczonemu, który będąc w stanie nietrzeźwym lub pod wpływem środków odurzających lub substancji psychotropowych, przyczynił się w znacznym stopniu do spowodowania wypadku. Regulacja ta nie dotyczy członków rodziny ubezpieczonego, którzy w takich przypadkach zachowują prawo do świadczeń określonych w ustawie wypadkowej.

Gdy przyczyną niezdolności do pracy jest wypadek przy pracy, pracownikowi należy się **zasiłek chorobowy**, który naliczany jest na preferencyjnych zasadach:

- w wysokości 100 proc. podstawy wymiaru,
- niezależnie od okresu podlegania ubezpieczeniu wypadkowemu, tj. bez okresu wyczekiwania.

Do wypłaty zasiłku chorobowego z ubezpieczenia wypadkowego konieczne jest ustalenie okoliczności i przyczyn wypadku przy pracy. Tych ustaleń dokonuje pracodawca, sporządzając protokół powypadkowy. Pracownik natomiast powinien niezwłocznie powiadomić pracodawcę o swoim wypadku.

Jeżeli postępowanie powypadkowe nie zostało jeszcze zakończone i do dnia, w którym pracodawca wypłaca wynagrodzenia i zasiłki, zdarzenie nie zostanie uznane za wypadek przy pracy, to pracodawca powinien wypłacić pracownikowi wynagrodzenie chorobowe w wysokości co najmniej 80 proc. podstawy wymiaru. Pozostałe rozliczenia zostaną wyrównane po zakończeniu postępowania powypadkowego.

Jeżeli po wypłacie wynagrodzenia za okres choroby zostanie sporządzony protokół powypadkowy, wypłacone wynagrodzenie chorobowe może zostać uznane za zasiłek chorobowy z ubezpieczenia wypadkowego i rozliczone w ciężar składek na ubezpieczenia społeczne.

Jeżeli pracodawca nie jest zobowiązany do wypłaty świadczeń z ubezpieczenia społecznego w razie choroby i macierzyństwa, może to nastąpić dopiero po zbadaniu sprawy przez Zakład Ubezpieczeń Społecznych.

W takim przypadku pracodawca występuje w tej sprawie do oddziału ZUS, dołączając protokół powypadkowy oraz informując, w jakiej kwocie wypłacono pracownikowi wynagrodzenie chorobowe.

Ważne: Do czasu sporządzenia protokołu powypadkowego pracownikowi nie może zostać wypłacony zasiłek chorobowy z ubezpieczenia wypadkowego.

Uwaga! Na równi z wypadkiem przy pracy, w zakresie uprawnień do świadczeń określonych w ustawie, traktowany jest wypadek, któremu pracownik uległ:

- w czasie podróży służbowej, w okolicznościach innych niż określone wyżej, chyba że wypadek spowodowany został postępowaniem pracownika, które nie pozostaje w związku z wykonywaniem powierzonych mu zadań,
- podczas szkolenia w zakresie powszechnej samoobrony,
- przy wykonywaniu zadań zleconych przez działające u pracodawcy organizacje związkowe.

Jednorazowe odszkodowanie

Ubezpieczonemu, który wskutek wypadku przy pracy lub choroby zawodowej doznał stałego lub długotrwałego uszczerbku na zdrowiu, przysługuje jednorazowe odszkodowanie.

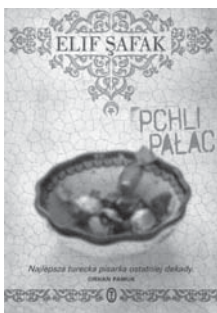
Za stały uszczerbek na zdrowiu uważa się takie naruszenie sprawności organizmu, które powoduje upośledzenie czynności organizmu nierokujące poprawy.

Za długotrwały uszczerbek na zdrowiu uważa się takie naruszenie sprawności organizmu, które powoduje upośledzenie czynności organizmu na okres przekraczający 6 miesięcy, mogące ulec poprawie.

Oceny stopnia uszczerbku na zdrowiu oraz jego związku z wypadkiem przy pracy lub chorobą zawodową dokonuje się po zakończeniu leczenia i rehabilitacji.

Od 1 kwietnia 2007 r. jednorazowe odszkodowanie przysługuje w wysokości 20 proc. przeciętnego wynagrodzenia za każdy procent stałego lub długotrwałego uszczerbku na zdrowiu.

Przeciętne wynagrodzenie, o którym mowa wyżej, jest to przeciętne miesięczne wynagrodzenie w gospodarce narodowej w poprzednim roku, ogłaszane dla celów emerytalnych w Dzienniku Urzędowym RP „Monitor Polski” przez Prezesa GUS, stosowane, poczynając od drugiego kwartału każdego roku, przez okres jednego roku. Tak więc kwota przysługująca za jeden procent uszczerbku na zdrowiu będzie zmieniała się raz w roku i nowe stawki będą obowiązywały od 1 kwietnia danego roku do 31 marca roku następnego.



Warto przeczytać

Elif Şafak

Pchli pałac

Wydawnictwo Literackie

Literacki Nobel dla Orhana Pamuka pozwolił nam odkryć Stambuł. Autor *Śniegu* oraz *Stambułu* czyni z miasta, o którym pisze, bohatera literackiego. Poznajemy historię, klimat, smaki i zapachy, wreszcie zafascynowanych nim podróżników, którzy swoje wrażenia opisali.

I oto możemy poznać kolejną opowieść o tym miejscu. Elif Şafak w nieco metaforyczny sposób tłumaczy nam skomplikowaną historię Stambułu. *Pchli pałac* to powieść-kolaż. Jak w kalejdoskopie pokazuje bogactwo tego świata w miniaturze. Pomysł znany, ale jakże ciekawie wykorzystany. Otóż autorka pozwala nam się „wprowadzić” do kamienicy Cukierczek w centrum Stambułu. A tam... galeria osobliwych typów i charakterów. Dom mieści się przy ulicy Żurnalowej, a jej mieszkańcy są niczym wyjęte z żurnala osobliwości. W zakładzie fryzjerskim bliźniaków – Cemala i Celala kipi od plotek, to jedyne w swoim rodzaju centrum informacji, w innej części domu dziadek straszy wnuki makabrycznymi opowie-

ściami, odwiedzamy miłośniczkę tasiemcowych seriali, jest i Błękitna Kochanka, nazywana tak, bo to dominujący kolor jej garderoby. Elegancka kamienica i robactwo oraz dojmujący smród, z którym nie mogą dać sobie rady jej ekscentryczni lokatorzy, niczym skrywane gdzieś pod powierzchnią tajemnice. Tych zresztą nie zabraknie w tej powieści. Harmider, codzienne sprawy i sprawki, sprzeczki, intrygi, romanse i zdrady, słowem – kipi tam od wszelkich namiętności. Autorka potrafi pilnie obserwować, uchwycić niuanse, a jednocześnie opisuje swoich bohaterów z dystansem oraz subtelną ironią. Celnie i ostro diagnozuje, ale jest to zarazem proza niezwykle refleksyjna.

Piotr Kofta w recenzji książki w „Dzienniku” napisał: „To finezyjnie rozpisany na głosy, miejscami prześmieszny, fresk o ludzkich namiętnościach i obsesjach, rzecz o smakowaniu życia i strachu przed życiem, o nierozwiązywalnym konflikcie nowoczesności i tradycji, o (bardzo kobiecym) umiłowaniu detalu,

wreszcie – fenomenalny, liryczny i cyniczny zarazem, konterfekt miasta zamkniętego w murach jednego budynku”.

Co ciekawe, secesyjną kamienicę z płasko-rzeźbą pawia na froncie budynku rosyjski emigrant wybudował dla swojej żony. Dom stanął na miejscu dawnych cmentarzy: ormiańskiego i muzułmańskiego. A historia pewnego pustego grobu to mądra i głęboka przypowieść.

Stambuł to miejsce, gdzie konfrontuje się Wschód z Zachodem, przeszłość z teraźniejszością, religia z ateizmem, tradycja z wizjami przyszłości. Książka *Pchli pałac* zdobyła sobie uznanie krytyki, pisano o niej sporo i dobrze, porównywano z Orhanem Pamukiem (wciąż niewiele mamy odniesień, może po tych literackich „trafieniach” zacznie się ukazywać nieco więcej podobnej literatury). Tymczasem w księgarniach pojawiła się powieść *Bękart ze Stambułu*, kolejna książka tej tureckiej pisarki, którą również chciałam Państwu zarekomendować.

Anna Molska

Elif Şafak – światowej sławy turecka pisarka, felietonistka i publicystka. Urodzona się w 1971 roku w Strasburgu, dzieciństwo spędziła w Hiszpanii i Jordanii. Jest absolwentką stosunków międzynarodowych oraz Women Studies na Orta Doğu Teknik Üniversitesi w Ankarze. Na wydziale nauk politycznych obroniła pracę doktorską. Wykładała na kilku uczelniach w Stanach Zjednoczonych. Debiutowała w 1994 roku. Jest jedną z najbardziej popularnych pisarek w Turcji, uznawaną za główną reprezentantkę swojego pokolenia. Obecnie mieszka w Stambule. (opis wydawcy)

Warsztaty literackie

Nie pisz do szuflady

Jeśli chciałbyś, żeby twoje utwory ujrzały światło dzienne – weź udział w warsztatach literackich.

Wrocławskie Forum Młodych Twórców działające pod egidą wrocławskiego oddziału Stowarzyszenia Pisarzy Polskich już po raz czwarty zorganizowało warsztaty pisarskie. Formuła projektu jest otwarta, oparta na prezenta-

cji tekstów uczestników, które poddaje się analizie. Mogą w nim brać udział osoby piszące poezję lub prozę, będące jeszcze przed debiutem. Warsztaty prowadzi Jacek Ingot – pisarz, redaktor, polonista. – *Dla wszystkich młodych twórców mam jedną radę: po napisaniu tekstu schowajmy go na pół roku do szuflady. Kiedy go*

wyjmiemy, zyskamy całkiem nowe, świeże spojrzenie na to, co stworzyliśmy, a dzięki dystansowi będziemy w stanie w miarę obiektywnie rzecz ocenić – mówi.

Na warsztaty zapraszani są pisarze, poeci. W tym roku organizatorzy planują wesprzeć projekt odwiedzinami Janusza Stycznia, Jacka Bieruta, Karola Maliszewskiego, Leszka Budrewicza.

Bezpłatne zajęcia odbywają się raz w tygodniu, w czwartki w godz. 17.30–20.00 w Klubie pod Kolumnami przy pl. św. Macieja 21 we Wrocławiu, w cyklu wiosennym i jesiennym. Aby wziąć w nich udział, można zgłosić chęć uczestnictwa e-mail: wfnt@pisarze.wroclaw.pl albo po prostu przyjść na zajęcia.

Uczestnicy warsztatów będą mogli zaprezentować swoje utwory na podstronie SPP, a także w „Pomostach” – roczniku stowarzyszenia. Ponadto na autorów najlepszych tekstów czeka możliwość wydania własnych tomików poezji lub prozy.

Projekt finansowo wspiera Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

Magda Wieteska



Fot. Archiwum SPP we Wrocławiu

Kościół św. Macieja



U zbiegu ulicy Szewskiej i placu Nankiera stoi niewielki gotycki kościół pod wezwaniem św. Macieja. Nie waham się napisać, że jest to na mapie Wrocławia miejsce wyjątkowe, choć część rdzennych mieszkańców naszego miasta nie wie nawet o jego istnieniu. Miejsce z bogatą historią oraz współczesnością pełną ważnych zdarzeń i odrestaurowanego blasku.

Teren ten w średniowieczu należał do piastowskiej rodziny książęcej. Uważa się, że pierwotnie kościół powstał jako kaplica dworska księcia Henryka Brodatego oraz jego małżonki – św. Jadwigi. Obydwoje głęboko religijni i dbający o ubogich, byli fundatorami licznych świątyń, przytułków i klasztorów. W ich ślady poszła ich synowa, księżna Anna, wdowa po księciu Henryku Pobożnym, który zginął w 1241 r. walcząc pod Legnicą przeciwko Mongołom. Sprowadziła z Pragi zakon Krzyżowców z Czerwoną Gwiazdą, powierzając im prowadzenie założonego wcześniej szpitala św. Elżbiety oraz kościoła pw. św. Macieja.

W ówczesnych czasach szpital był miejscem opieki nie tylko nad ludźmi chorymi, ale też ubogimi, w podeszłym wieku i dziećmi. Prowadzono kuchnię dla biednych i kaplicę dla chorych. Na przestrzeni wieków zakonnicy zadbali o rozbudowę kościoła oraz o wybudowanie okazałego klasztoru, zajmowanego wspólnie przez Bibliotekę Zakładu Narodowego im. Ossolińskich. Niewątpliwą zasługą zakonu Krzyżowców z Czerwoną Gwiazdą było sprowadzenie w dobie kontrreformacji do zdominowanego przez protestantów Wrocławia jezuitów. Dzięki nim miasto zaczęło dbać o wykształcenie elit

i wzbogaciło się o Kolegium Jezuickie – przyszły Uniwersytet Wrocławski. W okresie od początku XIX wieku (kasata zakonu Krzyżowców przez władze pruskie) aż do II wojny światowej klasztorne mury mieściły katolickie gimnazjum św. Macieja.

Oblężenie Wrocławia w 1945 r. spowodowało poważne uszkodzenia świątyni i klasztornego budynku. Kościół doczekał się odbudowy dopiero po przekazaniu go w 1958 r. – a jakże – jezuitom. Od 1966 r. funkcjonuje tu Duszpasterstwo Akademickie „Maciejówka”, w 1995 roku przejęte i prowadzone przez księży diecezjalnych. Aktualnie duszpasterzem akademickim i rektorem kościoła jest od blisko 10 lat ksiądz Mirosław Maliński lub po prostu Malina – jak mawiają studenci. Magister inżynier geodezji zdobywa od kilku lat sprawność inwestora i budowlanca. To dzięki jego inicjatywie, wytrwałości i szalonemu zaufaniu do ludzi udało się pozyskać środki na odnowienie więźby dachowej, renowację ceglanej elewacji, okiennych maswerków oraz figury św. Jana Nepomucena stojącej przed kościołem. Niesamowita historia dotyczy też witraży, które powracają do gotyckiego wnętrza. Okazało się, że zapał Maliny udzielił się projektantce Beacie Stankiewicz-Szczerbik oraz kilku prywatnym sponsorom. Powstały świetliste przeszklenia w oryginalnej stylistyce łączącej tradycję z współczesnością. Spośród wszystkich 11 okien tylko dwa (na wysokości prezbiterium) czekają jeszcze na hojnych darczyńców. Projekt witraży z ikoną Ostatniej Wieczerzy ze szkoły nowogrodzkiej, jest już gotowy.

Na co dzień w Maciejówce tętni życie – spotkania, wyjazdy, dyskusje, odczyty, wspólne posiłki, modlitwa. – *Zapraszamy wszystkich studentów, nie tylko tych wierzących* – podkreśla Malina. W piątek przed Palmową Niedzielą po raz czternasty wyruszyła spod kościoła i przeszła ulicami Wrocławia Akademicka Droga Krzyżowa. Wewnątrz świątyni znajdziemy tablicę upamiętniającą tych studentów, którzy w latach 1980-89 walczyli o wolność Polski w szeregach NZS.

W czasach baroku z kościołem i klasztorem Krzyżowców związany był wybitny poeta, lekarz i mistyk – Angelus Silesius. 12 czerwca 1653 r. blisko trzydziestoletni, wywodzący się z protestanckiej rodziny, Jan Scheffler, w kościele św. Macieja złożył katolickie wyznanie wiary i przyjął łacińskie imię Angelus. Wkrótce został kapłanem. W szpitalu leczył ludzi, w świątyni wygłaszał kazania i tu wreszcie został pochowany. Obok wejścia do kościoła wisi tablica mu poświęcona, ale to nie koniec opowieści. Kilka lat temu Anioł Ślązak stał się patronem dwóch najwyższych nagród literackich w Polsce, przyznawanych przez Wrocław wybitnym prozaikom Europy Środkowej (Angelus) i najlepszym polskim poetom (Silesius).

Od niedawna na dziedzińcu pomiędzy kościołem a budynkiem Ossolineum jest oaza zieleni i ciszy. Piękny barokowy ogród cieszy oko i koi zmysły: przyszyty żywopłoty, fontanna, kamienne ławki z drewnianymi siedziskami, od ulicy Szewskiej ażurowe kute bramy. W centralnym miejscu ogrodu stoi pomnik poświęcony znanemu nam Angelusowi Silesiusowi, zaprojektowany przez Ewę Rossano, autorkę statuetki nagrody literackiej. Drugi pomnik to figurka Chrystusa Zmartwychwstałego wieńcząca blok piaskowca, postawiona tu w 1922 roku na cześć poległych w I wojnie światowej nauczycieli i uczniów katolickiego gimnazjum św. Macieja. W czasie II wojny światowej monument pod zwałami gruzu popadł w zapomnienie. Odnaleziony kilka lat temu wrócił na swe dawne miejsce. Ależ niesamowita jest historia tego miasta.

Marta Morawiecka-Rudnicka



Na górze: Kościół pw. św. Macieja
Obok: Wnętrze kościoła, projekt witraży oraz pomnik Angelusa Silesiusa. Fot. Marta Rudnicka





pl. Teatralny 4 – Budynek Wrocławskiego Teatru Lalek
www.teatralna.wroclaw.pl



zaprasza na
DANCING

z muzyką na żywo – PIĄTEK i SOBOTA od godz. 20⁰⁰
wstęp wolny – tel. 608.63.15.83 i 502.725.813