

# RODZINY

Czasopismo dla rodzin osób chorujących psychicznie





# Drodzy Czytelnicy!

**P**owierzamy Wam pierwszy numer nowego pisma RODZINY skierowanego do rodzin osób chorujących psychicznie. Jego zawartość w naszym zamierzeniu ma być dopełnieniem treści prezentowanych przez kwartalnik „Dla Nas” wydawany przez Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi”. O ile materiały zawarte we wspomnianym wyżej kwartalniku dotyczą w głównej mierze spraw związanych ze zmaganiem się z kryzysami psychicznymi o różnej naturze, m.in. chorobami psychicznymi, jak też przezwytyżaniem ich przez jednostkę, to nasze pismo stawia sobie za cel wyjście poza perspektywę jednostkową, przedstawienie tych zjawisk od strony rodzinnej. Bowiem pomyślność jednostek przekłada się na pomyślność rodziny, zaś niepowodzenia czy też choroby jednostki dotykają wszystkich jej członków.

Obok dwóch wzmiankowanych powyżej – indywidualnej i rodzinnej – zamierzamy prezentować trzecią perspektywę. Będziemy oddawać głos również profesjonalistom zaangażowanym w leczenie i rehabilitację osób chorujących psychicznie.

Przede wszystkim jednak chcemy oddać głos członkom rodzin reprezentującym organizacje zaangażowane we wzajemną pomoc w sytuacji choroby jednego z członków rodziny. Możliwość artykułowania własnego głosu, opisywania własnych doświadczeń ma w zamierzeniu doprowadzić do wzmocnienia tych środowisk.

Wiodącym motywem niniejszego numeru jest praca zawodowa osób będących po kryzysie psychicznym, drogi prowadzące do jej podjęcia i znaczenie tej sytuacji dla całej rodziny. Trudno przecenić rangę pracy zawodowej w budowaniu

poczucia własnej wartości. Ale poczucie własnej wartości i godności może również płynąć ze znajomości własnych praw. Z tego też powodu postanowiliśmy zamieścić materiał przedstawiający prawa pacjenta. Z kolei Anna Bielańska w rozmowie z Agnieszką Lewonowską-Banach wyjaśnia znaczenie niezwykle istotnej formy leczenia w chorobach psychicznych, jaką jest psychoterapia.

Zamieszczamy też materiał przedstawiający ewolucję różnych form aktywności środowiska samopomocowego w Radomiu na przestrzeni ostatnich kilkunastu lat. Być może okaże się inspirujący dla podobnych środowisk żyjących w innych miejscowościach.

Życzę inspirującej lektury i zapraszam organizacje rodzin z całej Polski do współpracy.

*Józef Bogacz*

# RODZINY

## REDAKTOR NACZELNY

Agnieszka Lewonowska-Banach  
Stowarzyszenie Rodzin „Zdrowie Psychiczne”

## REDAKTOR MERYTORYCZNY

Józef Bogacz – terapeuta rodzinny  
Poradnia Rodzin Oddziału Dziennego Kliniki Psychiatrii SU

## RADA MERYTORYCZNA

Prof. dr hab. Bogdan de Barbaro  
Zakład Terapii Rodzin Katedry Psychiatrii Dorosłych CMUJ – Kraków

Maria Radwańska  
Stowarzyszenie Rodzin „Zdrowie Psychiczne” – Kraków

Anna Bielańska  
Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Psychiatrii i Opieki Środowiskowej – Kraków

ks. Arkadiusz Nowak, Magda Bojarska  
Instytut Praw Pacjenta i Edukacji Zdrowotnej – Warszawa

Zofia Puchelak  
Stowarzyszenie Rodzin „Zdrowie Psychiczne” – Kraków

Jolanta Gierduszewska  
Stowarzyszenie „Wzajemna Pomoc” – Radom

Barbara Oleksińska  
Stowarzyszenie „Otwarty Umysł” – Rzeszów

Teresa Kara  
Lubuskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego – Gorzów Wielkopolski

Dorota Trybis  
Stowarzyszenie „Otwórzcie Drzwi” – Kraków



## ADRES REDAKCJI

ul. Bałuckiego 6,  
30-318 Kraków  
tel. 012 266 11 02

Nakład: 3000 egz.

## OPRACOWANIE GRAFICZNE

Krzysztof Banach  
Środowiskowy Dom Samopomocy  
Stowarzyszenia na Rzecz Rozwoju  
Psychiatrii i Opieki Środowiskowej

Jan Wilkosz  
DTP

## WWW

<http://www.rodziny.info/>

*Nie zamówionych materiałów  
Redakcja nie zwraca.*

*Redakcja zastrzega sobie prawo skracania  
i adiuścacji nadesłanych materiałów.*



# Od choroby do pracy.

## Wartość pracy dla chorego i rodziny

**M**ój syn, obecnie 34-letni, choruje od 6 lat. Rozpoznanie: schizofrenia paranoidalna. Pierwsze leczenie podjął w Szpitalu im. Babińskiego, gdzie przebywał 8 miesięcy. Następnie był leczony ambulatoryjnie. Nie był zdolny do samodzielnej egzystencji, zamieszkał u Rodziców, mimo że posiadał własne mieszkanie. Nadal był wycofany, apatyczny, czas spędzał siedząc lub leżąc na łóżku, nie potrafił skupić się na czytaniu, czy oglądaniu programów w TV. Nie interesowały go spacer, sport, ruch. Nie potrafił załatwić jakiegokolwiek sprawy wymagającej kontaktu z ludźmi. Nie spotykał się z kolegami. Z powodu lęków i urojeń z domu wychodził tylko ze mną. Brak wyraźnej poprawy, utrzymywanie się stanu depresyjnego, apatia spowodowały ponowne skierowanie do szpitala, tym razem na Oddział Dzienny Szpitala Klinicznego UJ przy ul. Miodowej 9.

**P**odczas 9-miesięcznego, drugiego już pobytu w szpitalu, został objęty wszechstronną opieką medyczną, psychoedukacją, rehabilitacją. Bardzo niechętnie podjął uczestnictwo i pracę w stolarni WTZ, ale okazało się to punktem zwrotnym, był to pierwszy moment przełamania się. Musiał sam wyjść z domu, ubrać się, zadbać o higienę. Musiał przestrzegać punktualności, dyscypliny i rytmu pracy. Poznał nowych kolegów i koleżanki, którzy zachęcili go do udziału w grupach tanecznej i teatralnej. Zaczął chodzić na spotkania tych zespołów, na próby i występy.

**S**topniowo następowała poprawa zdrowia i aktywności. Nie bez znaczenia była też zmiana leku. Po zakończeniu leczenia na Oddziale Dziennym syn został objęty 2-letnim programem brukselskim, wyraził zgodę na leczenie nowoczesnym lekiem, należącym do grupy aktywizujących.

### Podjęcie pracy

**O** możliwości podjęcia pracy w Pensjonacie Cogito syn dowiedział się od kolegów z grupy teatralnej. Wcześniej zachęcał go do poszukiwania pracy lekarz prowadzący. Myśl ta coraz bardziej dojrzała w nim. Chciał coś zmienić w swoim obecnym życiu. Złożył podanie i został przyjęty. Z wielką radością poinformował mnie o tym. Pracę rozpoczął w listopadzie 2005 r. Od samego początku był do niej pozytywnie nastawiony. Ma wykształcenie zawodowe, z zawodu jest introligatorem przemysłowym. Przed chorobą pracował w drukarniach oraz w firmach ochroniarskich. Teraz nie bał się podjęcia pracy fizycznej. Został zatrudniony na stanowisku pracownika gospodarczo-administracyjnego, początkowo na 1/2 etatu, później na 3/4, wreszcie w pełnym wymiarze czasu pracy.

**N**a pracę syna składają się różne czynności i obowiązki, np. sprzątanie pomieszczeń, mycie okien, odśnieżanie, pomoc w pracy w ogrodzie, koszenie trawy, usuwanie liści, segregacja śmieci i odpadów i odwożenie ich do specjalnych pojemników, pomoc w zakupach, czasem pomoc pokojowym.

To głównie prace fizyczne wymagające niejednokrotnie dużej siły. Ponadto syn jest angażowany przy czynnościach administracyjnych, takich jak przygotowanie sali konferencyjnej, obsługa sprzętu, kserowanie dokumentów, załatwianiu spraw na poczcie, w banku, w urzędach.

### Wartość pracy dla chorego

**K**orzyści z podjęcia pracy po ponadrocznym okresie zatrudnienia są wyraźnie widoczne. Należą do nich:

- zmiana w zachowaniu, konieczność wyjścia z domu, przestrzeganie dyscypliny pracy, zadbania o siebie,
- zwiększenie aktywności,
- powrót do pewnej samodzielności (sam idzie do urzędu, banku, sklepu),
- możliwość zwiększenia kwalifikacji,
- możliwość nauki (dzięki zapewnionym dobrym warunkom w Pensjonacie Cogito syn nauczył się obsługi ksero, obsługi komputera, obsługi sprzętu używanego w czasie konferencji, uczestniczył w lekcjach nauki języka angielskiego, ukończył kurs dla pracowników hoteli),
- poczuł się wartościowym człowiekiem, zrodziła się nowo ambicja dążenia do czegoś więcej, do awansowania,
- praca niewątpliwie przyczyniła się do wyjścia z zamknięcia wewnętrznego, syn zaczął mówić, opowiadać o pracy, dyskutować,
- wystąpił w dwóch audycjach telewizyjnych, choć do tej pory nie zgadzał się mówić o sobie i swojej chorobie nawet bliskiej rodzinie i znajomym. W jednej z tych audycji nazwał się „szczęściarzem” z tego powodu, że mimo tak poważnej choroby udało mu się otrzymać pracę,
- jest zadowolony ze swojej obecnej sytuacji, że pracuje, zarabia, może utrzymać swoje mieszkanie.

### Wartość pracy dla rodziny

**N**ie sposób nie wspomnieć o korzyściach płynących z podjęcia pracy przez dorosłe chorujące dziecko dla rodziny opiekunów. Tutaj pragnę wyrazić nie tylko swoje odczucia subiektywne, ale i informacje i obserwacje rodzin zrzeszonych w Stowarzyszeniu Rodzin „Zdrowie Psychiczne”.

**O** chorobie własnego dziecka, czy innej bliskiej osoby w rodzinie nie da się zapomnieć. Myśli o terażniejszości i przyszłości chorego są zawsze pełne obaw. Stale wraca troska o to „co będzie jak mnie zabraknie, co będzie jak nas, rodziców, zabraknie”.

**W**artość pracy ma dla rodziny wymiar zarówno psychiczny, jak i egzystencjalny. Przede wszystkim następuje uczucie pewnej ulgi w obciążeniu psychicznym. Pojawia się nadzieja na lepsze, zmniejsza nieco ogromne napięcie towarzyszące myślom: „co z moim dzieckiem się dzieje”, „dlaczego tak musi być”, „dlaczego to mnie

spotkało”, „jak sobie poradzi”, „czy kiedyś będzie lepiej”, „czy odważy się na powrót do społeczeństwa”. Pojawia się też mała radość związana ze zmianą zachowania. Cieszymy się, że chory nie siedzi już beczynie, wpatrzony w jeden punkt, apatyczny, wyłączony. Cieszymy się z powracającej aktywności, chęci wyjścia, nawiązania nowych znajomości, z każdego nawet najmniejszego osiągnięcia.

**P**ragniemy, aby taka sytuacja utrzymywała się jak najdłużej. Oczywiście rodzą się też obawy, czy syn utrzyma tę pracę. Obserwuję go od początku, widzę jak bardzo chce być dobrym pracownikiem. Ale obserwuję też zmienność nastrojów, czasem drażliwość, przewrażliwienie, wracające stany depresyjne, czasem senność, zmęczenie i znowu „zryw”.

**Z**daję sobie sprawę z tego, że osoba chorująca psychicznie może być męcząca dla otoczenia, dla opiekunów i pracodawców. Trzeba tu podkreślić ogromny trud przełożonych i zdrowego personelu, ich umiejętność i odpowiednie podejście w kontaktach z naszymi pracującymi bliskimi, wyrozumiałość, cierpliwość, rozpoznanie w porę chwilowego załamania czy nawrotu choroby, kierowanie pracami, podsuwanie właściwych zachowań. Dziękujemy im za to!

**W**zakończeniu chciałam jeszcze wspomnieć o wymiarze materialnym pracy. Z chwilą podjęcia zatrudnienia przez chorego następuje poprawa warunków materialnych samego chorego, jak i rodziny. Bardzo często unikamy poruszania tego tematu, niechętnie o tym mówimy, aby ktoś nie pomyślał, że jest to dla rodzin najważniejsze. A przecież jest to sprawa niezwykle istotna.

**W**iele rodzin boryka się z ogromnymi trudnościami związanymi z utrzymaniem, z codziennym bytem. W wielu wypadkach rodzice czy opiekunowie są rencistami lub emerytami o małych dochodach, mimo to nie zostawiają swoich bliskich bez pomocy, muszą zapewnić im jedzenie, ubranie, lekarstwa. Sami chorzy mają też niskie renty czy zasiłki i bez pomocy rodziny nie mogą podołać wszystkim wydatkom i opłatom. Zatem praca i zarobki naszych bliskich, choćby minimalne, są bardzo ważne w życiu, dają też ulgę i pomoc.

*Maria R.  
Stowarzyszenie Rodzin  
„Zdrowie Psychiczne” – Kraków*

## Jak mój bliski dojrzał do pracy

**P**owrót ze szpitala wiązał się z uczuciem pustki, samotności, bezcelowego spacerowania po mieście bądź pokładania się.

**S**kierowanie do Domu Środowiskowego, które otrzymałam od lekarza wraz z wypisem, było jedynym wyjściem, bo tak naprawdę syn nie miał do czego wrócić. Drugi kryzys przyszedł właśnie po zakończeniu edukacji.

**W**spólnie, syn, mąż i ja rozmawialiśmy, aby zaczął uczęszczać do Ośrodka Samopomocowego, by nadmiar czasu wykorzystany był właściwie, tzn. na pokonywanie własnych kompleksów. Syn bał się rozmowy, miał niskie poczucie wartości, nosił w sobie przekonanie, że tak będzie zawsze i że sam nie wie, co ze sobą zrobić.

**P**ierwsza próba kontaktu z Domem Środowiskowym powiodła się. Mimo wielu obaw coraz bardziej zapoznawał się z nowym środowiskiem i coraz chętniej uczestniczył w zajęciach. Jako rodzice dawaliśmy mu zawsze czas do podjęcia decyzji, szczerze i dużo z nim rozmawiając.

**W**Ośrodku prace malowane na szkle znajdowały uznanie. Zwykle sprzątanie ośrodka czy załatwianie pewnych spraw w mieście, zakupy podbudowywały syna, dawały mu satysfakcję. Przełomem był remont ośrodka, uczył się malowania ścian, brał udział w odnawianiu okien ze swoim terapeutą, dogadywali się.

**W**idziałam, że nie opuścił nigdy zajęć w ośrodku bez powodu. Regularny tryb życia, wiara w to, co robi sprawiały, że czuł się coraz bardziej dowartościowany. W końcu uznaliśmy, że jest to najlepszy okres w jego życiu do podjęcia pracy.

**P**ragnę dodać, że syna interesuje geografia świata, kupuje książki, przewodniki, dużo czyta i potrafi to wykorzystać planując coniedzielne wypadki po szlakach turystycznych naszego pięknego regionu, a także Polski. Sam wyszukuje spotkania z ludźmi podróżującymi po świecie i dzieli się wrażeniami.

**W**szystkie te kontakty podejmowane samodzielnie upewniły nas, że jest to najlepszy czas w jego życiu do podjęcia pracy.

**S**yn nigdy nie pracował. Obecnie pracuje. Mija w kwietniu rok. Jest to zakład pracy chronionej i nie było łatwo o tę pracę. Jest pracownikiem fizycznym. Z naszych rozmów wynika, że lubi swoją pracę, choć nazywa ją ciężką. Wszystko jest w jego pracy ważne, nie ma rzeczy nieistotnych. Opanował język fachowy zakładu, przynosi słówka-przysłowia, których nie rozumie, a przy wspólnym rozwikłaniu znaczenia i adekwatnej do tego sytuacji jest dużo śmiechu, po prostu radości.

**N**ajlepiej czuje się na swoim stanowisku, ale specyfika zakładu sprawia, że oddelegowywany jest do różnych czynności. To jeszcze bardziej upewnia nas, że dany mu czas, cztery lata w Ośrodku oraz samodzielna decyzja o podjęciu pracy była właściwa i bardzo ważna w jego życiu.

*Teresa Kara  
Gorzów Wlkp.*



# Grupa wsparcia dla młodzieży – Rzeszów

**S**towarzystwo Rodzin „Otwarty Umysł” w Rzeszowie zorganizowało wsparcie dla młodzieży w postaci grupy terapeutycznej. Grupa ta spotyka się z psychologiem co dwa tygodnie w poniedziałki o 16:30 w siedzibie Stowarzyszenia. Poruszamy tam różne problemy dotyczące naszego zdrowia. Dziękując doświadczeniem w zmaganiu z chorobą, motywujemy się wzajemnie do pokonywania naszych słabości. Nie jest to łatwe zadanie, ale stanowi mały krok, jaki możemy zrobić w kierunku poprawy samopoczucia. Poniżej zamieszczamy 2 strony z pamiętnika jednej osoby i jej sposoby na walkę z chorobą.

## Strony z mojego pamiętnika

22.02.2007

**O**d dłuższego czasu łapie mnie chyba jakaś depresja. Są dni, gdy czuję się dobrze i nagle przychodzi dzień „w którym nic mi się nie chce”. Raz mogę się śmiać, a za godzinę znowu płaczę. I jestem w takiej huśtawce nastrojów. Chyba muszę się wybrać do lekarza. Najgorzej jest rano, gdy trudno jest wstać z łóżka i zrobić cokolwiek. Ta niemoc wysysa ze mnie całą energię do życia. Nie mogę pisać, nie mogę czytać. Najchętniej to bym nigdzie nie ruszała się z mojego łóżka. Powinnam być wypoczęta po nocy, a czuję się po prostu zmęczona. Pomimo moich najszczerzych chęci do nauki języka angielskiego, nic mi nie wychodzi. Nie mogę patrzeć na książkę do angielskiego. Jakoś odpycha mnie od siebie. A tak bardzo zależało mi na tym angielskim.

**W**ydaje mi się, że moja era pisarska dobiegła końca. Nawet dobijającego wiersza nie mogę napisać. W mojej głowie tylko pustka i odcienie szarości. Są jeszcze lęki, które drażnią dziury w mojej duszy. Są jak potwory, ciągle straszą i paraliżują moje działanie. Nie poradzisz sobie, nie uda ci się, zawiedziesz innych – to tylko niektóre myśli, jakie mi przychodzą wtedy do głowy.

**C**zasem jestem zła na tę moją chorobę. Najbardziej irytuje mnie brak pamięci i to, że nie mogę się skupić na czytaniu książek. A kiedyś tak dużo czytałam.

**A**le nie mogę się tak po prostu poddać. Muszę walczyć o siebie. Jest ktoś, kto wierzy we mnie.

**N**ie mogę zawieść tych osób. To osoby, które mnie kochają i walczą razem ze mną. To ich działanie

pokazuje mi, że w mojej walce nie jestem sama. To właśnie dla tych kochanych osób jestem gotowa zmierzyć się z moją chorobą. Pokazują mi, jak wiele jest we mnie dobra i zachęcają mnie wciąż do walki. Nie mogę tego im odmówić. Robię to dla nich, bo oni mnie kochają. Nie mogę myśleć, że nie mam już sił. Muszę się wciąż trudzić i na nowo powstawać. Nie jestem bez uczuć. Jest we mnie piękno, możliwości, kiedy ja o tym zapominam, ludzie, którzy są wokół mnie, przypominają mi o tym. Nie mogę tego zmarnować, dlatego wciąż walczę.

5.04.2007

## Czy mam sposób na chorobę?

**N**ie mam gotowej recepty. Każdy musi zmierzyć się z chorobą sam. Bo nikt za mnie nie wstanie z łóżka, nikt za mnie nie wyjdzie z domu. Wszystkie decyzje należą do mnie. Inni mogą wesprzeć mnie w tym działaniu.

**C**zasami wydaje mi się, że przechytryłam swoją chorobę. I zwyciężyłam. Zwyciężam wtedy, gdy zrobię jakiś krok, w kierunku poprawy samopoczucia. Gdy pokonam swoją słabość, która mnie ogarnia. Nie mogę pozwolić, by moje życie uciekało mi przez palce. Dlatego codziennie zadaję sobie pytanie: co zrobiłam dzisiaj dobrego? Chcę w ten sposób nadać mojemu życiu sens.

**N**ie zawsze jestem zadowolona z bilansu dnia. Bo niestety czasem jest tak, że to słabość pokonuje mnie. Ale najważniejsze jest to, że nie zniechęcam się i ciągle próbuję iść naprzód.

**Z**nowu spotkam się na grupie wsparcia i potwierdzą sens mojego działania. Każdy kolejny dzień będzie dla mnie wyzwaniem do walki z chorobą.

Weronika

## Relacja ze szkolenia zawodowego „Profesjonalny Pracownik Hotelu”

**S**postrzeżenia w związku ze szkoleniem „Profesjonalny Pracownik Hotelu” – inicjatywą realizowaną przez Stowarzyszenie Rodzin „Zdrowie Psychiczne” w ramach programu Equal.

**P**omimo oczywistego przekonania, że należy zgłębiać możliwie najwięcej dziedzin życia, w pewnym momencie

uświadamiamy sobie, że dobrze byłoby obrać jakiś konkretny kierunek działania i, oprócz ogólnego rozwoju intelektualnego, wyspecjalizować się w jakiejś wybranej przez nas dyscyplinie.

**N**ależy tutaj uwzględnić nasze indywidualne predyspozycje, posiadany potencjał i realne szanse jego spożytkowania w praktyce.

**P**rogram, w którym uczestniczyłam, oferował doskonalenie w zawodach związanych z branżą hotelarsko-turystyczną. Najpierw zajęcia miały formę modułu wspólnego, później przyszła kolej na staże i szkolenia w podgrupach, kiedy to mieliśmy okazję wytrenowania swoich reakcji w różnych, nierzadko problematycznych sytuacjach, z jakimi można się zetknąć w codziennej pracy.

Myszę, że dużym wyzwaniem był dla mnie miesięczny staż w recepcji Hotelu „U Pana Cogito”. Miałam okazję zapoznać się z programem komputerowym „Fortech”, bardzo pomocnym przy dokonywaniu rezerwacji, meldowaniu gości, wystawianiu faktur i rachunków.

Pracownik recepcji często korzysta również z Internetu, gdzie może znaleźć niezbędne informacje o wydarzeniach kulturalnych w mieście, odbywających się imprezach okolicznościowych, sezonowych atrakcjach, a także przejrzeć oferty handlowe, usługowe, rozkład jazdy MPK i PKP. Powinien także umieć posługiwać się pocztą elektroniczną, gdyż wiele osób tą drogą dokonuje rezerwacji bądź kontaktuje się z hotelem w istotnych sprawach.

Moim zdaniem jest to stanowisko wymagające stałej koncentracji, podzielności uwagi i elastyczności, zwłaszcza w sytuacjach niestandardowych. Jest to też sposobność do przetestowania „na żywo” swojej zdolności sprawnej komunikacji w języku obcym, sprawnego poruszania się w Internecie, między innymi dokonywania aktualizacji danych dotyczących naszego obiektu, obsługi terminala kart kredytowych oraz wielu innych złożonych zadań. Recepcjonista sporządza też tzw. room status, niezbędny pokojowym, oraz listę śniadań potrzebną w dziale gastronomicznym.

Tak więc do obowiązków recepcjonisty wypada zaliczyć także koordynację pracy wszystkich służb hotelowych.

Abym był zorientowanym w elementarnych zagadnieniach związanych z turystyką, pracownik recepcji powinien sobie przyswoić słownictwo branżowe, szczególnie to wywodzące się z języka angielskiego. Jest to nieodzowne minimum, bez którego znajomości trudno sobie poradzić z wieloma czynnościami.

Staż, który odbyłam, uzmysłowił mi, że spoza bazy wiadomości teoretycznych jest konieczne, aby samemu doświadczyć różnych okoliczności, wyciągnąć wnioski ze swych potknięć, bacznie obserwować, jakie reguły są przyjęte w rozwiązywaniu typowych kwestii spornych, czego należy się wystrzegać, jak zachować dystans, nie angażować się emocjonalnie w konflikty, niezależnie od tego, po czyjej stronie leży słuszność, zawsze służyć gościowi radą i pomocą, nigdy nie bagatelizować zgłaszanych przez niego problemów i starać się znaleźć wyjście z trudnego położenia w możliwie bezkolizyjny sposób.

Po zakończeniu praktyki w recepcji, po przerwie wakacyjnej, cykl szkoleń był kontynuowany. Bardzo ważną

część tych spotkań stanowiło odgrywanie scenek, w których jedna osoba występowała w roli pracownika recepcji, natomiast druga jako gość hotelowy. Oczywiście nie można przewidzieć wszystkich ewentualności ani zaplanować wydarzeń. Toteż



śmiało można rzec, iż w pracy zawodowej nierzadko będzie trzeba odwołać się do ogólnie przyjętych i akceptowalnych norm postępowania.

Ostatnim etapem edukacyjnym w module pracownika recepcji było poznanie elementarnych zasad komunikacji interpersonalnej. Zajęcia te były prowadzone przez psychologa terapeutę.

Kolejny raz potwierdziła się prawda o kolosalnym, często nieświadomym znaczeniu języka pozawerbalnego (tzw. mowy ciała). Okazało się, że możemy modyfikować swój odbiór komunikatu od drugiej osoby i przez to nadać naszej odpowiedzi charakter adekwatny do jego ciężaru gatunkowego.

Myszę również, że formuła szkolenia umożliwiła nam indywidualną drogę i w pewnym sensie zachęciła do „rozwinienia skrzydeł”. Wiele naszych problemów wynika z niezajomości pewnych spraw, trywialnym przykładem mogą być kłopoty z komunikacją; zdarza się, że jesteśmy wycofani, a podczas trwania kursu, zwłaszcza podczas staży trzeba było zapomnieć o powstrzymujących nas barierach i wejść w kontakt z drugim człowiekiem.

Metoda prowadzenia zajęć była umiejętnie dostosowana właśnie dla osób z doświadczeniem choroby psychicznej, gdyż szczególny nacisk położono na wyćwiczenie zdolności reagowania w stresowych sytuacjach, a to może się przydać i zaprocentować nie tylko w pracy, ale też w innych obszarach naszego życia. Byliśmy też dopingowani

do samodzielnego podejmowania decyzji, oczywiście z możliwością uzyskania rady w trudnych momentach. Przekonałam się, że podjęcie nowych wyzwań nie tylko nie jest niemożliwe, ale wręcz wskazane, gdyż tylko wówczas mamy kontrolę nad stanem naszego ducha.

Była to także okazja, by obłaskawić stres i zaakceptować fakt, że zawsze on nam towarzyszy, a w pewnej rozsądnej dawce jest wręcz nieodzowny i spełnia rolę motywującą.

Zaletą kursu, w którym uczestniczyłam, było między innymi to, że informacje były podawane w zwięzły i przystępny sposób; nie było konieczności notowania każdego słowa wykładowcy, ponieważ każdy uczestnik otrzymywał kserokopie materiałów dydaktycznych i w oparciu o nie mógł przygotować się do testu sprawdzającego wiadomości.

Zajęcia były zorganizowane tak, aby umożliwić każdemu ze słuchaczy zrozumienie prezentowanych treści i wzbudzić zainteresowanie turystyką i hotelarstwem. Jeśli pewne tematy sprawiały nam trudność, były omawiane ponownie. Cała wiedza została przekazana profesjonalnie i sądzę, że pokonałmy w pewnej mierze swoje ograniczenia, co z pewnością zaowocuje w przyszłości.

Uważam, że nie był to czas, kiedy zdobywaliśmy jedynie wiedzę „książkową” i encyklopedyczną. Poznaliśmy lepiej siebie samych, nasze słabe strony i atuty, a wielu z nas z pewnością uwierzyło w siebie, w swoje możliwości i w to, że nie jesteśmy skazani na wegetację z powodu diagnozy psychiatrycznej. Jest ona balastem tylko wtedy, gdy uzależnimy odeń poczucie własnej wartości i sami siebie stygmatyzujemy. Nie mamy przecież obowiązku każdego informować o detalach swojego schorzenia i na własne życzenie zamykać się w getcie. Przede wszystkim mamy prawo do edukacji, pracy i szczęścia i do wszystkich dóbr, do jakich mają prawo inni ludzie. I nie jest ważne, co mamy „w papierach”, bo nie ocenia się człowieka przez pryzmat jego dolegliwości, lecz w oparciu o wizerunek jaki on sam kreuje, jak traktuje innych ludzi, czy jest odpowiedzialny i czy można mu powierzyć zadanie do wykonania.

Choroba psychiczna nie jest wyrokiem. Jest po prostu chorobą. Nie przekreśla naszych szans, ani nie pozbawia zdolności. Już sama świadomość tego faktu jest miłym krokiem w stronę zdrowia.

*Uczestniczka szkolenia zawodowego  
Katarzyna Milcewicz*

**G**dy jeden z członków rodziny zachoruje psychicznie, pojawia się wiele pytań, obaw i dylematów związanych z leczeniem. Jak dalej postępować, aby pomóc w dochodzeniu do zdrowia? Redakcja zebrała najczęściej pojawiające się wśród rodzin wątpliwości i pytania, a o udzielenie odpowiedzi poprosiła jednego z doświadczonych psychologów klinicznych od wielu lat pracujących w Szpitalu Uniwersyteckim w Krakowie.

# Dobrze jest zrozumieć, co się stało

Wywiad z psychologiem klinicznym mgr Anną Bielańską

## 1. Ile czasu powinna trwać psychoterapia po wyjściu z ostrego kryzysu psychotycznego?

*Na to pytanie nie ma jednej odpowiedzi, gdyż czas psychoterapii musi być adekwatny do potrzeb pacjenta. Mam na myśli takie potrzeby, jak rozwiązywanie różnych problemów, konfliktów uczuciowych, wsparcia w sytuacjach życiowych.*

## 2. Jaki rodzaj terapii przynosi lepsze efekty – spotkania indywidualne z psychologiem czy psychoterapia grupowa?

*Efekty nie zależą od formy leczenia, tylko od właściwej diagnozy terapeutycznej i właściwej na tę diagnozę odpowiedzi. Osobiście uważam, że osobom z zaburzeniami psychicznymi pomaga kompleksowe leczenie, które zawiera farmakoterapię, psychoterapię indywidualną i grupową. Leki oddziałują na poziomie biologicznym; psychoterapia indywidualna pomaga w zrozumieniu trudnych problemów, przeżyć w bezpiecznej rozmowie z jedną osobą.*

*Psychoterapia grupowa wprowadza pacjenta w świat społeczny; rozmowa w grupie także pomaga lepiej zrozumieć przeżycia chorobowe, własne konflikty, relacje z innymi ludźmi, przygotowuje do powrotu do środowiska.*

## 3. Jakie inne formy terapii są pomocne przy leczeniu i rehabilitacji osób chorujących psychicznie?

*Wiem, że pacjenci bardzo lubią wycieczki, obozy, turnusy rehabilitacyjne – to ich wzmacnia, podobnie jak każdego z nas – kontakt z naturą odpręża, wysiłek fizyczny poprawia kondycję, człowiek czuje się lepiej z samym sobą.*

*Inaczej działają różnego rodzaju formy rehabilitacyjne – bardziej rozłożone w czasie pozwalają np. nabyć nowe umiejętności lub powrócić do starych i tu ważna może być terapia zajęciowa.*

*Jednakże wydaje mi się, iż kluczowe są wszystkie formy terapii, które pozwalają osobom chorującym nabyć nowych kompetencji społecznych. Oznacza to umiejętność wchodzenia w relacje z innymi i utrzymywania tych relacji. Po kryzysie psychicznym człowiek jest szczególnie osłabiony, może mieć trudności z nawiązywaniem kontaktu, rozmową, a co dopiero z budowaniem jakichś więzi z ludźmi. Dlatego tak ważna jest od początku leczenia psychoterapia grupowa, potem kontynuowana w trybie ambulatoryjnym, gdzie można słuchać innych i z nimi rozmawiać.*

## 4. Co oznacza określenie „wgląd w chorobę”?

*Wgląd w chorobę to rozeznanie osoby chorującej, co było przeżyciem chorobowym, a co rzeczywistością. Podczas kryzysu psychotycznego objawy takie, jak urojenia czy omamy są wytworem wyobraźni. Jeśli pacjent w pewnym momencie uświadomi sobie, że „to mu się wydawało”, to będzie ta myśl pierwszym sygnałem, iż zaczyna on uzyskiwać wgląd. W procesie terapii uzyskanie wglądu jest bardzo ważne, nie tylko dlatego, aby osoba chorująca wiedziała dokładnie, co było jej złudzeniem, objawem, a co realnym przeżyciem, ale też dlatego, iż w przyszłości będzie to tej osobie pomagać w zapobieganiu nawrotom. Jeśli w przyszłości spostrzeże, że jej np. uczucie zagrożenia rośnie i ma wrażenie, że ludzie ją obserwują na ulicy, to może zidentyfikować tę sytuację jako sobie znaną – „chorobową”, płynącą z subiektywnie przez nią przeżywaną rzeczywistością. I może wtedy zrobić tego rodzaju interwencję, która pomoże zapobiec rozwinięciu choroby: lęku, tych myśli urojeniowych.*

## 5. Czy systematyczne leczenie u lekarza psychiatry i zażywanie leków wystarczą, aby ustrzec się przed nawrotem choroby psychicznej?

*To trudne pytanie, gdyż i tu nie ma reguł. Zależy dużo od kontaktu z tym psychiatrą, czy oprócz leków osoba chorująca dostaje też dużo oparcia, uwagi, zrozumienia. Generalnie dobra opieka psychologiczna i farmakoterapia daje najlepsze efekty leczenia.*

## 6. Czy po wyjściu z kryzysu psychicznego i powrocie do zdrowia starać się jak najszybciej zapomnieć o chorobie, czy lepiej jest starać się zrozumieć jej przyczyny i kontynuować kontakt z lekarzem lub psychologiem, i jak długo?

*Wydaje się, iż dobrze jest zrozumieć, co się stało, aby właśnie móc zapobiegać ewentualnym nawrotom i aby to trudne doświadczenie umieć po prostu przyjąć jako kolejne doświadczenie życiowe. I dlatego kontynuacja opieki lekarskiej i/czy psychologicznej jest konieczna. Oczywiście to wszystko powinno być ustalone, omówione i zaakceptowane przez pacjenta. I wtedy jest szansa na dobre przezwyciężenie nie tylko samej choroby, ale wszystkich jej konsekwencji.*

Rozmawiała Agnieszka Lewonowska-Banach



# Przestrzeganie podstawowych praw pacjentów w szpitalach psychiatrycznych

Materiał z warsztatów dla organizacji pacjentów. 8-9.02.2007r., W-wa

**A**rt. 68 Konstytucji RP stwierdza: 1. „Każdy ma prawo do ochrony zdrowia”, 2. „Obywatelom, niezależnie od ich sytuacji materialnej, władze publiczne zapewniają równy dostęp do świadczeń opieki zdrowotnej finansowanej ze środków publicznych. Warunki i zakres udzielania świadczeń określa ustawa” (...)

Od stycznia 1999 roku wprowadzono poważne zmiany zarówno w organizacji opieki zdrowotnej, jak i jej finansowaniu. Usamodzielniono publiczne zakłady opieki zdrowotnej, wprowadzono nowy system ubezpieczeń zdrowotnych, działalność rozpoczęły kasy chorych, a następnie Narodowy Fundusz Ochrony Zdrowia. Od początku wprowadzone zmiany budziły powszechną krytykę zarówno opinii publicznej, jak i specjalistów – lekarzy i pracowników służby zdrowia. Wystąpiły pogłębiające się różnice w stanie zdrowia i dostępności do opieki zdrowotnej między grupami społecznymi, jak również różnice między regionami.

Szczególnie ciężko przedstawia się sytuacja specjalistycznego leczenia osób z zaburzeniami psychicznymi, nie tylko leczenia psychiatrycznego,

ale również w innych specjalnościach, gdy sytuacja tego wymaga. W bardzo trudnej sytuacji w jakiej znalazła się służba zdrowia w Polsce, łatwo jest naruszyć prawa pacjenta.

Prawa pacjenta wywodzą się z ustaw: P – Ustawa z dn. 30.08.1991 r. o zakładach opieki zdrowotnej – Ustawa z dn. 28.10.1950 r. o zawodzie lekarza – Ustawa z dn. 19.08.1994 r. o ochronie zdrowia psychicznego – Rozporządzenie Ministra Zdrowia i Opieki Społecznej z dn. 17.12.1992 r. w sprawie rodzajów dokumentacji medycznej, sposobu jej prowadzenia oraz szczegółowych warunków jej udostępniania i inne.

W świetle cytowanych przepisów pacjent ma prawo do:

- świadczeń zdrowotnych odpowiadających wymaganiom wiedzy medycznej, a w sytuacji ograniczonych możliwości udzielania odpowiednich świadczeń;
- do korzystania z procedur ustalającej kolejność dostępu do świadczeń;
- udzielania mu świadczeń zdrowotnych przez osoby uprawnione do ich udzielania, w pomieszczeniach i przy użyciu urządzeń odpowia-

jących określonym wymaganiom fachowym i sanitarnym;

- udostępniania dokumentacji medycznej lub wskazania innej osoby, której ta dokumentacja może być udostępniona;
- zapewnienia ochrony danych zawartych w dokumentacji medycznej dotyczących jego osoby;
- dostępu do informacji o prawach pacjenta;
- informacji o swoim stanie zdrowia;
- wyrażaniu zgody lub odmowy na udzielanie mu określonych świadczeń zdrowotnych, po uzyskaniu odpowiedniej informacji;
- intymności i poszanowaniu godności w czasie udzielania mu świadczeń zdrowotnych;
- środków farmaceutycznych i materiałów opatrunkowych;
- pomieszczenia i wyżywienia odpowiedniego do stanu zdrowia;
- opieki duszpasterskiej;
- dodatkowej opieki pielęgnacyjnej przez osobę bliską lub inną wskazaną;
- kontaktu osobistego, telefonicznego lub korespondencyjnego z osobami z zewnątrz;
- wskazania osoby lub instytucji, którą zakład ma powiadomić o pogorszeniu się stanu zdrowia powodującym zagrożenie życia lub w razie śmierci;
- wyrażania zgody lub odmowy na umieszczenie w zakładzie opieki zdrowotnej;
- wypisania na własne żądanie i uzyskanie od lekarza informacji o ewentualnych następstwach decyzji;
- udzielenie mu niezbędnej pomocy i przewiezienie do innego szpitala, jeżeli do danego szpitala nie może być przyjęty.

Z własnej praktyki lekarskiej, jak również z Raportu Rzecznika Praw Obywatelskich z 2002 roku, dotyczącego przestrzegania praw pacjentów w szpitalach psychiatrycznych dziecięcych i młodzieżowych mogą wnioskować, że prawa pacjentów nie są przestrzegane w zadowalającym stopniu.



Fot. Jan Wilkosz

Naruszenie praw pacjentów w szpitalach psychiatrycznych dotyczy różnych ich aspektów, na przykład już w trakcie postępowania diagnostycznego i terapeutycznego, z powodu trudnej dostępności do lekarzy specjalistów, psychologów, psychoterapeutów lub jej brak, trudnej dostępności do nowoczesnej aparatury i nowych farmaceutyków, niewystarczająca jest liczba psychoterapeutów, specjalistów psychiatrii, a zwłaszcza psychiatrów dzieci i młodzieży.

Często naruszane jest prawo poszanowania godności osobistej, prawo do odpowiednich pomieszczeń i warunków sanitarnych, słaba jest współpraca z rodzinami, brakuje działań profilaktycznych zwłaszcza w zakresie zdrowia psychicznego, za słabo rozwinięte jest leczenie środowiskowe i współpraca z rodzinami.

Ponadto, jak wynika z dotychczasowej praktyki, informacji uzyskanych od pacjentów i ich rodzin, niedostateczna jest

współpraca między resortami mającymi znaczenie w profilaktyce, leczeniu i rehabilitacji osób z zaburzeniami psychicznymi.

(oprac. dr Jolanta Paruszkiewicz, ordynator Oddziału Psychiatrii Dziecięcej Nr I Szpitala w Józefowie; materiały z warsztatów dla organizacji pacjentów 8-9.02.07 r., W-wa)

przedruk z [www.prawapacjenta.pl](http://www.prawapacjenta.pl)  
Instytut Praw Pacjenta  
i Edukacji Zdrowotnej

## Inicjatywa na Rzecz Uchwalenia Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego w Polsce

### „NIE MA ZDROWIA BEZ ZDROWIA PSYCHICZNEGO”

**System ochrony zdrowia psychicznego w Polsce nie odpowiada współczesnym standardom i potrzebom społecznym – nie można dłużej odkładać początku jego gruntownej, systemowej przebudowy.**

Opieka zdrowotna dla osób z zaburzeniami psychicznymi jest słabo dostępna, nierównomiernie rozmieszczona, oferuje kosztowny i nieskuteczny model organizacyjny z dominującą pozycją odległego szpitala, ograniczoną dostępnością opieki ambulatoryjnej i praktycznie niedostępnością nowoczesnych, środowiskowych form organizacji. W funkcjonowaniu systemu zawodzi ciągłość opieki dla tych, którzy jej potrzebują, a dla większości – koordynacja działania między różnymi placówkami opieki zdrowotnej oraz oparciem świadczonym przez placówki pomocy społecznej.

Także w Polsce, mimo wielu jeszcze zapóźnień, zaniedbań i uprzedzeń, zdrowie psychiczne zaczyna być traktowane jako nieodłączny składnik zdrowia. Można żywić nadzieję, że zyska zrozumienie i będzie skłaniać do działania na rzecz zasadniczej zmiany podejścia wobec związanych z nim problemów społecznych i ekonomicznych.

Zdrowie psychiczne może i powinno także w naszym kraju stać się istotną wartością - wyzwaniem dla polityki społecznej i zdrowotnej państwa oraz przedstawicielstw samorządowych, a zwłaszcza wyzwaniem do promocji zdrowia psychicznego i zapobiegania jego zaburzeniom, unowocześnienia opieki psychiatrycznej według modelu środowiskowego oraz prowadzenia badań i budowanie systemów informacyjnych

Szanowni Państwo,

Chcielibyśmy, w imieniu środowiska osób zajmujących się zdrowiem psychicznym i jego zaburzeniami, a także, w imieniu zapomianej grupy obywateli cierpiących z powodu takich zaburzeń i ich rodzin, prosić Państwa o zrozumienie i poparcie dla idei ustanowienia w Polsce Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego – planu stopniowej, ale zasadniczej zmiany w postrzeganiu znaczenia wartości zdrowia psychicznego oraz systemowej modernizacji psychiatrycznej opieki zdrowotnej w naszym kraju.

**Podpisujemy się pod apelem do Pana Prezydenta RP, Pana Premiera oraz Ministra Zdrowia na rzecz uchwalenia Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego jako inicjatywy ustawodawczej Rządu.**

Z poważaniem,

Dr Andrzej Cechnicki



Ogólnopolski Koordynator Programu  
„Schizofrenia – Otwórzcie Drzwi”

Prof. dr hab. Jacek Wciórka



Przewodniczący Zarządu Głównego  
Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego

# Od grupy samopomocy do firmy społecznej

**S**towarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego „Wzajemna Pomoc” powstało z inicjatywy rodzin osób chorujących psychicznie jako grupa samopomocowa. W czerwcu 1994 r. zostało zarejestrowane i uzyskało osobowość prawną. Stowarzyszenie skupia rodziny oraz osoby chore, które pragną brać czynny udział w życiu społecznym oraz przeciwstawiać się stereotypom związanym z chorobami psychicznymi.

Celem Stowarzyszenia jest:

- świadczenie różnorodnych form pomocy społecznej dla osób chorych psychicznie, neurologicznie, ich rodzin i opiekunów, oraz wyrównywanie szans tych osób,
- inicjowanie i organizowanie samopomocy wzajemnej w dążeniu do normalnego funkcjonowania w społeczeństwie,
- zapewnienie opieki i ochrony prawnej,
- organizacja działalności rehabilitacyjnej, oświatowej, edukacyjnej, kulturalnej, krajoznawczej oraz na rzecz ochrony środowiska,
- promocja i ochrona zdrowia psychicznego,
- upowszechnianie kultury fizycznej i sportu,
- promocja zatrudnienia i aktywizacja zawodowa,
- upowszechnianie i ochrona praw konsumentów.

**S**towarzyszenie organizuje wspólne wyjazdy na turnusy rehabilitacyjne oraz wycieczki krajoznawcze. Wspólne spotkania w przyjaznej atmosferze pozwalają nawiązać kontakty towarzyskie, wymienić doświadczenia w radzeniu sobie z chorobą i problemami dnia codziennego. Szczególnym zadaniem jest przybliżenie społeczeństwu problemów związanych z chorobami psychicznymi oraz zniwelowanie poziomu lęku wobec osób chorujących psychicznie. Od kwietnia 2003 r. Stowarzyszenie posiada własny lokal w Radomiu przy ul. Niedziałkowskiego 25/27 czynny w każdy czwartek w godz. 10-17.

**W** roku 1997 z inicjatywy Stowarzyszenia powstał Środowiskowy Dom Samopomocy, który prowadził MOPS. Osoby chorujące psychicznie uzyskały miejsce i okazało się, że rodziny nie mają się gdzie spotykać, gdyż wymówiono im lokal. Tak jakby powołanie ŚDS rozwiązało wszystkie problemy. Istniało niebezpieczeństwo rozwiązania Stowarzyszenia. Na Walnym Zebraniu w roku 1997 podjęto uchwałę o kontynuacji działania. Na Prezesa Zarządu wybrano Jolantę Gierduszewską oraz to w jej mieszkaniu Stowarzyszenie znalazło tymczasową siedzibę. Zarząd Stowarzyszenia nawiązał kontakt z kierownictwem ŚDS i umożliwiono nam korzystanie z ich pomieszczeń raz, dwa razy w miesiącu. To był czas intensywnej nauki, jak prowadzić Stowarzyszenie, gdyż działalność ulegała coraz większemu sformalizowaniu i istniała konieczność zaznajomienia się z wieloma prawnymi zagadnieniami.

**N**auka nauką, ale istniała konieczność działania i pomocy osobom, które nie mogły sobie poradzić z istniejącymi problemami. I tutaj pomocą służył nam udział w konferencjach w Łodzi i Krakowie. Poznawaliśmy, jak działają inne Stowarzyszenia, jakie formy pomocy oferują osobom chorującym psychicznie i ich rodzinom.

**D**o połowy roku 2002 działaliśmy nie korzystając z dofinansowania, co pozwoliło nam na uniknięcie skomplikowanych rozliczeń.

**S**potykaliśmy się, organizowaliśmy wspólne wyjazdy na działkę Szpieczeniem kielbasek, wyjazdy na turnusy rehabilitacyjne oraz uroczyste wyjazdy do Krościenka i Ustronia. Wszystkie nasze wyjazdy odbywały się przy korzystaniu z publicznych środków komunikacji, co przybliżało osobom postronnym sylwetkę osoby chorującej psychicznie. Szczególnie wyjazd do Krościenka pozostawił nam niezapomniane wrażenia, gdzie w domu prowadzonym przez siostry zakonne początkowo zostaliśmy przyjęci z wielką rezerwą. Dziesięciodniowy pobyt zmienił zupełnie nastawienie lokalnej społeczności do osób chorujących psychicznie i przy następnym pobycie byliśmy serdecznie witani i staliśmy się oczekiwanymi gośćmi. Organizowaliśmy zabawy sylwestrowe, a nawet raz wyjechaliśmy na Sylwestra do Piekoszowa. Imprezy przybliżały nas, poznawaliśmy bardziej swoje możliwości i ograniczenia.

**B**iorąc udział w szkoleniu o finansowaniu organizacji odważyliśmy się złożyć wniosek do PFRON-u. Wielkie było nasze zdziwienie, gdy poszliśmy po wniosek na 2003 r., a okazało się, że istnieje możliwość uzyskania pieniędzy jeszcze w tym roku. I jak nie skorzystać z takiej okazji. Szybciutko pomyśleliśmy i złożyliśmy wniosek na dwa zadania: Wizyta w Stowarzyszeniu w Warszawie oraz zorganizowanie Wieczoru poetyckiego. Okazało się, że nie było to takie trudne, a i rozliczenie nie przekroczyło naszych możliwości. Obecnie rokrocznie składamy do PFRON-u trzy wnioski, występujemy również i do innych instytucji.

**W** roku 2001 braliśmy udział w tworzeniu Związku Stowarzyszeń Rodzin i Osób Chorujących Psychicznie POL-FAMILIA, gdyż dostrzegaliśmy korzyści płynące ze współdziałania. Działając wspólnie byliśmy silniejsi doświadczeniem Stowarzyszeń w nim działających.

**I** przyszedł przełomowy dla naszego Stowarzyszenia rok 2003. **U**zyskaliśmy swoje miejsce na ziemi. Ze środków uzyskanych przez Związek Stowarzyszeń POL-FAMILIA z Fundacji Pfizer utworzyliśmy biuro, które pełni również rolę klubu. Zgodnie z projektem biuro zostało utworzone w miejscu nie związanym z placówkami służby zdrowia, jest całkowicie niezależne, co w znacznym stopniu ułatwia kontakty zarówno między członkami Stowarzyszenia, jak i osobami potrzebującymi pomocy.

**M**amy możliwość organizowania różnorodnych imprez. Lokal jest skromny o pow. 43 m<sup>2</sup>, ale w pełni wykorzystany. Przy jego urządzaniu udział brali członkowie stowarzyszenia, zarówno rodziny, jak i osoby chorujące psychicznie, zdobywając meble i wykonując prace remontowe. Lokal został wyposażony w komputer, internet i telefon. Uzyskaliśmy środki na prowadzenie biura. O ile komputer i internet nie stanowiły dla nas nowości, to posiadanie własnego biura było wielką szansą dla naszej działalności. Środki z Fundacji Pfizer, jak również z Urzędu Miejskiego oraz innych sponsorów pozwoliły na zorganizowanie w Radomiu w roku 2004 pierwszej konferencji pt. „Dostrzec człowieka” z cyklu „Przeciwdziałanie wykluczeniu osób chorujących psychicznie”. Pierwszy dzień służył poznaniu



problemów, natomiast w drugim dniu prezentowane były „dobre przykłady” – rozwiązania stosowane przez Stowarzyszenia w Krakowie i Łodzi. Zaprezentowano także program artystyczny przygotowany przez uczestników Środowiskowego Domu Samopomocy. W konferencji udział wzięli przedstawiciele Stowarzyszeń zrzeszonych w POL-FAMILII, jak również przedstawiciele stowarzyszeń rodzin z Rzeszowa, Sandomierza, Puław, Gorzowa Wielkopolskiego i Litwy oraz władz miasta Radomia i MOPS-u.

W roku 2004 wspólnie ze Stowarzyszeniem z Bydgoszczy i Torunia zorganizowaliśmy wyjazd integracyjno-rehabilitacyjny do Głuchołaz, w kolejnym 2005 roku do Giżycka na Mazurach, natomiast w roku 2006 w Góry Stołowe. I tak powoli zaczęliśmy podejmować coraz to odważniejsze wyzwania.

Rok 2005 to czas wielu istotnych działań. Świetnie było spędzać wolny czas na spotkaniach i różnorodnych imprezach integracyjnych. Jednak problem braku pracy dla naszych podopiecznych podejmowany był przez naszych członków coraz częściej jako istotny problem. Znalezienie i utrzymanie pracy to problem wielu osób chorujących psychicznie. I pojawiła się szansa na zmiany.

W kwietniu 2005 przystąpiliśmy do Partnerstwa Krakowska Inicjatywa na Rzecz Gospodarki Społecznej – COGITO w ramach programu IW EQUAL. Zaproponowaliśmy w ramach naszych działań utworzenie firmy społecznej w branży gastronomicznej. Propozycja została przyjęta. Nastąpiło opracowywanie działań i budżetu. Czas naglił, ale sprostał wyzwaniu.

W roku 2005 dużym wydarzeniem było zorganizowanie wspólnie z Instytutem Praw Pacjenta i Edukacji Zdrowotnej z siedzibą w Warszawie akcji „Zdrowie Psychiczne – Wspólna Sprawa”, gdzie na głównej ulicy Radomia zbieraliśmy podpisy pod petycją do władz w sprawie praw osób chorujących psychicznie.

Zorganizowaliśmy również konferencję pt. „Rola mediów w kształtowaniu postaw społecznych wobec osób chorujących psychicznie”, w której udział wzięli przedstawiciele Stowarzyszeń z kraju i liczne media. Środki na zorganizowanie konferencji pochodziły ze Związku Stowarzyszeń POL-FAMILIA, Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej oraz obniżenia wysokości niezbędnych kosztów w wyniku negocjacji.

W roku 2006 działania w większości skoncentrowane były na realizacji projektu Krakowska Inicjatywa na Rzecz Gospodarki Społecznej – COGITO.

Dziś mamy już przeszkolonych pracowników z grupy osób chorujących psychicznie, którzy z zaangażowaniem włączają się w tworzenie firmy społecznej. Firma społeczna „Gospoda Jaskółeczka” rozpocznie działalność w drugiej połowie roku 2007.



Zapraszamy na naszą stronę internetową [www.wzajemnapomoc.neostrada.pl](http://www.wzajemnapomoc.neostrada.pl), gdzie można uzyskać więcej informacji o projekcie, jak również o podejmowanych działaniach, zarówno tych dotyczących projektu tworzenia firmy społecznej, jak i innych aktywnościach Stowarzyszenia.

Oczywiście są i tacy, którzy nie dostrzegają pracy jako wartości, ale potrzeba znacznego czasu na zmianę tej postawy. Nasze działania skoncentrowały się na tych, którzy chcą pracować, ale już widzimy, że przyszli pracownicy firmy w pozytywny sposób wpływają na tych, którzy uważają, że nie są zdolni do wykonywania żadnej pracy.

Teraz przed nami realizacja działań mających na celu przełamywanie krzywdzących stereotypów społecznych na temat osób chorujących psychicznie i działania na rzecz wprowadzenia Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego.

Pamiętamy, że w szeregach naszych członków są osoby z innymi schorzeniami, jak również te, które pracy nie mogą podjąć z uwagi na zaawansowanie choroby. Dlatego będziemy dążyć do modelu rehabilitacji społecznej, który w sposób kompleksowy będzie oferował wsparcie i aktywność adekwatną do aktualnego stanu zdrowia i potrzeb naszych podopiecznych.

Mamy nadzieję, że zdobyte doświadczenie, a szczególnie przy realizacji tak dużego, innowacyjnego i przez to bardzo ciekawego projektu jak Krakowska Inicjatywa na Rzecz Gospodarki Społecznej – COGITO pozwoli nam na realizację planowanych zamierzeń. Chętnie podzielimy się naszymi doświadczeniami, jesteśmy otwarci na współpracę.

*Jolanta Gierduszewska  
Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego  
„Wzajemna Pomoc” w Radomiu*

## Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego „Wzajemna Pomoc”

ul. Niedziałkowskiego 25/27 lok.1,  
26-600 Radom

czwartek godz.12-17

Tel: 048 36 90 154, fax: 048 36 90 154

[wzajemna.pomoc@neostrada.pl](mailto:wzajemna.pomoc@neostrada.pl)

[www.wzajemnapomoc.neostrada.pl](http://www.wzajemnapomoc.neostrada.pl)

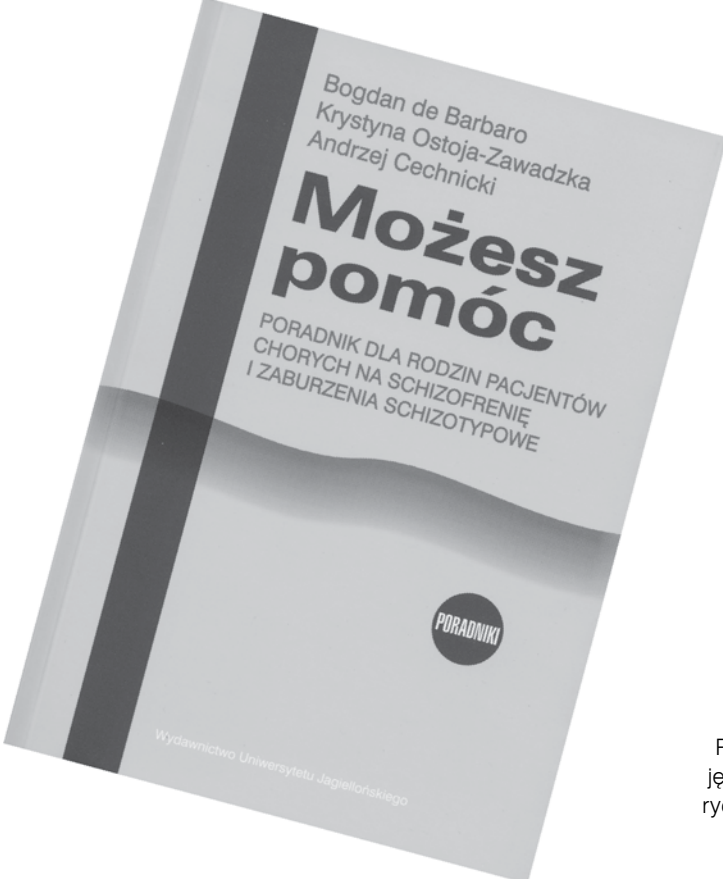
Biurowisko Stowarzyszenia jest czynne od poniedziałku do piątku w godz. 8-12

czwartki godz. 12-17 – spotkania Członków Stowarzyszenia,

dyżur psychologa, spotkanie jest otwarte dla wszystkich

wtorki i środy po południu zajęcia i porady psychologa,

2, 3 i 4 poniedziałek miesiąca spotkania dla osób chorujących psychicznie i rodziców



## **Poradnik dla rodzin i pacjentów**

Książka skupia się przede wszystkim na wzmocnieniu pomocy udzielanej rodzinom (rodzicom, współmałżonkom, najbliższym, opiekunom) osób, u których rozpoznano zaburzenia z grupy schizofrenii. Taki był zresztą cel publikacji, adresowanej do członków rodzin pacjentów i przygotowanej przez zespół wybitnego specjalisty w dziedzinie terapii rodzin. Książka ma też przystępnie opracowaną część informacyjną o możliwościach szukania pomocy i zróżnicowanych form leczenia w środowisku, w tym także rehabilitacji zawodowej osób przewlekle chorych. Zawiera też, co ważne, informacje o kontynuowanej od kilku lat akcji destygmatyzującej osoby chore psychicznie.

Poradnik napisany jest żywym, przystępnym językiem, a wiadomości o istocie zaburzeń, o których mówi, nie są mimo to zbanalizowane.

*Z recenzji prof. dr. hab. med. Jacka Bomby*

## Ogólnopolska Baza Stowarzyszeń Rodzin Działających na Rzecz Osób Chorujących Psychiczenie

**B**aza Organizacji przygotowana przez Stowarzyszenie Rodzin „Zdrowie Psychiczenie” z Krakowa powstała z myślą o rodzicach i opiekunach osób chorujących psychicznie, którzy poszukują informacji o organizacjach, gdzie mogą uzyskać wsparcie, niezbędne informacje na temat choroby psychicznej czy poradę.

**B**ardzo wiele osób w Polsce staje wobec problemu utrudnionego dostępu do opieki psychiatrycznej i braku systemu wsparcia w najbliższym środowisku. Wiele osób z różnych stron Polski szukając informacji, kontaktuje się z naszym Stowarzyszeniem, uczestniczy w warsztatach dla rodzin i szkoleniach dla osób chorujących psychicznie. Wychodząc naprzeciw potrzebie dostępu do informacji przygotowana została baza organizacji, w której znalazły się stowarzyszenia aktywnie działające na rzecz osób chorujących psychicznie. Baza powstała w oparciu o informacje zebrane przez wiele lat działalności Stowarzyszenia, kontakty z różnymi środowiskami, dostępne dane teledoresowe, które były weryfikowane telefonicznie i podczas bezpośrednich spotkań z przedstawicielami stowarzyszeń rodzin z całej Polski.

**S**ą w Polsce województwa, w których nie udało nam się skontaktować z żadnym stowarzyszeniem rodzin, co pokazuje wielkie zróżnicowanie w dostępności do leczenia i rehabilitacji dla osób chorujących psychicznie. Bardzo zróżnicowany jest też potencjał środowisk lokalnych, od prężnie działających, po miejsca na mapie stanowiące zupełną „pustynię”. Dlatego prosimy o przekazywanie informacji o nowych organizacjach, aby tworzona baza była pomocnym narzędziem informacyjnym dla osób szukających wsparcia oraz służyła tworzeniu aktywnie działającej sieci współpracujących ze sobą na różnych poziomach środowisk.

**B**aza organizacji umieszczona zostanie na stronie [www.rodziny.info](http://www.rodziny.info). Informacje o nowych organizacjach prosimy zgłaszać na adres e-mail: [stowarzyszenie@rodziny.info](mailto:stowarzyszenie@rodziny.info). Baza Organizacji utworzona została przez Stowarzyszenie Rodzin „Zdrowie Psychiczenie” jako efekt projektu IW Equal „Krakowska Inicjatywa na rzecz Gospodarki Społecznej COGITO” „Rozwój samopomocy rodzin i osób z grupy docelowej w oparciu o istniejącą sieć”.

## województwo małopolskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Stowarzyszenie Rodzin „Zdrowie Psychiczne”	<b>Kraków</b> 31-055 ul. Miodowa 9	(012) 421 17 30 (012) 422 56 74	www.rodziny.info stowarzyszenie@rodziny.info	Prowadzi ZAZ
Stowarzyszenie na Rzecz Rozwoju Psychiatrii i Opieki Środowiskowej w Krakowie	<b>Kraków</b> 31-115 pl. Sikorskiego 2/8	(012) 422 56 74 (012) 421 51 17	www.stowarzyszenie-rozwoju.pl biuro@stowarzyszenie-rozwoju.pl	Prowadzi WTZ, ŚDS
Stowarzyszenie na Rzecz Ochrony Zdrowia Psychicznego „Nowe Braterstwo”	<b>Kraków</b> 31-056 ul. Józefa 1	(012) 430 68 31		
Stowarzyszenie Zdrowia Psychicznego „Nadzieja”	<b>Oświęcim</b> 32-600 ul. Wysokie Brzegi 4			
Stowarzyszenie Na Rzecz Rozwoju Psychiatrii „Adiutary”	<b>Wadowice</b> 34-100 ul. E. i K. Wojtków 16	(033) 873 23 63	sds-wadowice@sds-wadowice.wer.pl	Prowadzi filię w Andrychowie
Stowarzyszenie Wspierania Rodzin i Społeczności Wiejskiej „Zachariasz”	<b>Zielonki</b> 32-087 ul. Wola Zachariaszowska 115	(012) 419 40 33 (012) 419 40 33	sds-zachariasz@neostrada.pl	Prowadzi ŚDS

## województwo podkarpackie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Stowarzyszenie Rodzin „Otwarty Umysł”	<b>Rzeszów</b> 35-016 ul. Kraszewskiego 1	(017) 853 28 68	www.otwartyumysl.org.pl biuro@otwartyumysl.org.pl	
Stowarzyszenie „Zdrowie Psychiczne”	<b>Stalowa Wola</b> 37-450 ul. Popiełuszki 29	(015) 844 72 90		

## województwo lubelskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Lubelskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego	<b>Lublin</b> 20-213 ul. Gospodarcza 32	(081) 746 52 00		
Charytatywne Stowarzyszenie Niesienia Pomocy Chorym „Misericordia”	<b>Lublin</b> 20-442 ul. Abramowicka 2	(081) 744 30 61	www.misericordia.org.pl	Szpital psychiatryczny w Lublinie
Łęczyńskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego	<b>Łęczna</b> 21-010 ul. Akacyjowa 11	(081) 462 72 74	sdsinfo@go2.pl	
Puławskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego	<b>Puławy</b> 24-100 ul. Wróblewskiego 21	(081) 888 42 20 (081) 888 42 19	krzysztof.bernas.sds.@wp.pl	



## województwo świętokrzyskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Stowarzyszenie „Nadzieja Rodzinie”	<b>Kielce</b> 27-711 ul. Karczówkowska 36	(041) 345 56 65	www.nadziejarodzinie.org.pl www.profilaktyka.org.pl www.wolnastrefa.pl nadzieja@op.pl	
Sandomierskie Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Zdrowia Psychicznego „Nadzieja”	<b>Sandomierz</b> 27-600 ul. Schizla 13	(015) 811 04 68 (015) 811 04 68	www.naszanadzieja.za.pl	

## województwo warmińsko-mazurskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Nie zidentyfikowano stowarzyszeń				

## województwo śląskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Cieszyńskie Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego „Więź”	<b>Cieszyn</b> 43-400 ul. Bielska 4			
Stowarzyszenie na Rzecz Ochrony Zdrowia Psychicznego „Nasz Dom”	<b>Gliwice</b> 44-100 ul. Górnych Wałów 9	(032) 231 64 12 w.54		
Stowarzyszenie Działające na Rzecz Osób Chorych Psychicznie i Ich Rodzin „Przystań”	<b>Katowice</b> 40-875 ul.1000-Lecia 41	(032) 254 85 59	www.sds.katowice.pl sdsprzystan@poczta.onet.pl	
Stowarzyszenie Działające na Rzecz Chorych Psychicznie i Ich Rodzin „Homo-Homini”	<b>Rybnik</b> 44-200 ul. Gliwicka 33	(032) 422 65 61 (centr. szpitala)		

## województwo opolskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób z Zaburzeniami Psychicznymi „Nadzieja”	<b>Kluczbork</b> 46-200 ul. Zamkowa 6	(077) 418 76 13 (077) 447 12 27	sds.kluczbork@wp.pl	

## województwo łódzkie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Towarzystwo Przyjaciół Niepełnosprawnych	<b>Łódź</b> 91-824 ul. Z. Czarnego 22	(042) 616 06 20	www.tpn.org.pl siedziba@tpn.org.pl	
Stowarzyszenie Młodzieży i Osób z Problemami Psychicznymi, Ich Rodzin i Przyjaciół „Pomost”	<b>Łódź</b> 90-408 ul. Próchnika 7	(042) 632 08 66	www.pomost.org.prv.pl pomost.s@poczta.fm	
Stowarzyszenie Rodzin Działających na Rzecz Zdrowia Psychicznego „Dla Rodziny”	<b>Łódź</b> 91-824 ul. Z. Czarnego 22	(042) 657 96 03 Fax (042) 616 06 20	polfamilia.lodz@wp.pl	
Stowarzyszenie Wspieranie Społeczne „Ja-Ty-My”	<b>Łódź</b> ul. Siewna 15	(042) 659 53 25	wsparciespoleczne@o2.pl	

## województwo mazowieckie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób Psychiczenie Chorych „Szansa”	<b>Pruszków</b> 05-802 ul. Partyzantów 2/4	(022) 739 12 68 (od godz. 16.00)		
Stowarzyszenie Ochrony Zdrowia Psychicznego „Wzajemna Pomoc”	<b>Radom</b> 26-600 ul. Niedziałkowskiego 25/27 lok. 1	(048) 363 83 67 (048) 36 90 154 604 653 391 501 066 492	www.wzajemnapomoc.neostrada.pl wzajemna.pomoc@neostrada.pl	
Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób z Zaburzeniami Psychicznymi „Integracja”	<b>Warszawa</b> 00-785 ul. Grottgera 25a	(022) 840 66 40 501 242 398	g.majewska@gmail.com	Patronat nad klubem „Amicus”
Bródnowskie Stowarzyszenie Przyjaciół i Rodzin Osób z Zaburzeniami Psychicznymi „Pomost”	<b>Warszawa</b> 03-332 ul. Kondratowicza 18	(022) 614 16 49 (022) 614 16 38	pawel.monowski@icar.org.pl	

## województwo podlaskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Stowarzyszenie na Rzecz Rehabilitacji Psychiatrycznej	<b>Białystok</b> 15-225 ul. Grottgera 8	(085) 732 65 05 (085) 740 43 31	www.snrrp.org.pl klubprzystan@poczta.onet.pl	
Suwalskie Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób Chorych Psychiczenie „Nadzieja”	<b>Suwałki</b> 16-400 ul. Szpitalna 62	(087) 567 12 51	dominikaszymanowska@interia.pl	

## województwo kujawsko-pomorskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Stowarzyszenie „Klub Wsparcia Psychicznego”	<b>Bydgoszcz</b> 85-634 ul. Sułkowskiego 58a	(052) 370 22 00	polfamilia.bydgoszcz@wp.pl	
Stowarzyszenie Przyjaciół Niepełnosprawnych „Samarytanin”	<b>Strzelno</b> 88-320 ul. Kolejowa 5	(052) 318 92 52		
Toruńskie Stowarzyszenie „Współpraca”	<b>Toruń</b> 87-100 ul. Niesiołowskiego 20	(056) 657 55 85	www.tswspolpraca.up.pl tswspolpraca@wp.pl	
Związek Stowarzyszeń Rodzin i Opiekunów Osób Chorych Psychiczenie „POL-FAMILIA”	<b>Toruń</b> 87-100 ul. Niesiołowskiego 20	(056) 657 55 85 (056) 657 55 86	polfamilia@wp.pl	

## województwo wielkopolskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Stowarzyszenie Wsparcia Psychicznego „Pomocna Dłoń”	<b>Nowy Tomyśl</b> 64-300 ul. Poznańska 30	(061) 442 67 70		Przy powiatowym centrum pomocy rodzinie
Stowarzyszenie Osób i Rodzin na Rzecz Zdrowia Psychicznego Rozwoju Psychiatrii Środowiskowej „Integracja”	<b>Poznań</b> 60-572 ul. Szpitalna 27/33	(061) 861 22 57	integracja7@wp.pl gorna@amp.poznan.pl	
Stowarzyszenie Osób i Rodzin na Rzecz Zdrowia Psychicznego „Zrozumieć i Pomóc”	<b>Poznań</b> 60-869 ul. Garbary 47	(061) 853 05 33 (061) 855 17 80	www.zrozumiecipomoc.pl kontakt@zrozumiecipomoc.pl zrozumiec-pomoc@tlen.pl	Środowiskowy Dom Samopomocy
Stowarzyszenie Rodzin, Opiekunów i Przyjaciół Osób Psychiczenie Chorych „Wspólnota”	<b>Poznań</b> 61-858 ul. Grobla 26	(061) 852 94 68 (061) 852 95 67	www.free.ngo.pl/wspolnota wspolnota26@o2.pl	

## województwo dolnośląskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Samopomocowa Grupa Rodzin i Przyjaciół Osób z Problemami Psychicznymi „Nie Jesteś Sam”	<b>Wrocław</b> 50-043 ul. Podwale 13	(071) 359 09 87 (071) 359 29 21	www.niejestessam.net	
Stowarzyszenie Chorych na Schizofrenię, Ich Rodzin i Przyjaciół	<b>Stronie Śląskie</b> 57-550 ul. Morawka 1	(074) 814 14 88 w. 298		



Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Stowarzyszenie Chorych na Schizofrenię, Inne Choroby Psychiczne, Ich Rodzin oraz Osób z Nimi Sympatyzujących „Otwarty Krąg”	<b>Wrocław</b> 50-048 ul. Gdańska 2		rozpoznani@rozpoznani.org	

### województwo lubuskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Lubuskie Stowarzyszenie Rodzin „Zdrowie Psychiczne”	<b>Gorzów Wielkopolski</b> 66-400 ul. Armii Polskiej 38	(095) 720 56 95 (095) 720 61 92		

### województwo zachodnio-pomorskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Stowarzyszenie Użytkowników Psychiczej Opieki Zdrowotnej oraz Ich Rodzin i Przyjaciół „Feniks”	<b>Kołobrzeg</b> 78-100 ul. Warszawska 15	(094) 351 80 62	www.fenikskg.prv.pl fenikskg@op.pl	
Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób Mniejszych Szans „Więź”	<b>Szczecin</b> 70-742 ul. Krzyżowa 50/1	(091) 460 81 47	www.wiez.org.pl wiez@wiez.org.pl polfamilia.szczecin@wp.pl	
Stowarzyszenie Rodzin i Opiekunów Osób Chorych Psychiczenie „Rodzina”	<b>Szczecin</b> 70-893 ul. Tartaczna 14	(091) 462 22 30	www.stowrodzina.republika.pl stowrodzina@poczta.onet.pl	

### województwo pomorskie

Nazwa	Adres	Telefon	WWW, e-mail	Uwagi
Stowarzyszenie Osób z Zaburzeniami Psychicznymi Ich Rodzin i Przyjaciół „Opus”	<b>Chojnice</b> 89-604 ul. Gdańska 15b	(052) 397 55 19 608 032 491	opuslux8@o2.pl	
Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Kryzysami Psychicznymi „Przyjazna Dłoń”	<b>Gdańsk-Wrzeszcz</b> 80-282 ul. Srebrniki 1	(058) 341 80 81 w. 405, 410, 407	www.republika.pl/przyjazna_dlon Polfamilia.gdansk@wp.pl	
Słupskie Stowarzyszenie na Rzecz Chorych Psychiczenie i Nerwowo „Otucha”	<b>Słupsk</b> 76-200 ul. Kościuszki 3			



Agnieszka Lewonowska-Banach  
Agnieszka Wrońska

## Spotkanie przedstawicieli stowarzyszeń rodzin z całej Polski z Wiceministrem Zdrowia Bolesławem Piechą

W dniu 8 lutego 2007 roku w spotkaniu zorganizowanym przez Instytut Praw Pacjenta i Edukacji Zdrowotnej w Warszawie wzięli udział przedstawiciele stowarzyszeń rodzin osób chorujących psychicznie z całej Polski. Dyskutowane były istotne sprawy związane z poprawą dostępności i jakości leczenia psychiatrycznego. Przekonywano Ministra Zdrowia, dlaczego priorytetem dla środowiska rodzin jest uchwalenie przez Sejm Narodowego Programu Ochrony Zdrowia Psychicznego.

### Wręczenie nagrody im. św. Kamila w dziedzinie zdrowia psychicznego

Nagroda im. św. Kamila została ustanowiona w 2007 roku z inicjatywy Zakonu Ojców Kamilianów i Instytutu Praw Pacjenta i Edukacji Zdrowotnej. W tym roku docenioną dziedziną było zdrowie psychiczne.

8 lutego 2007, w Sali Plenarnej Konferencji Episkopatu Polski w Warszawie, w czasie uroczystej Gali przyznano nagrody i wyróżnienia imienia św. Kamila. W ten sposób uhonorowano lekarzy, organizacje i media szczególnie zaangażowane w działania na rzecz chorych i cierpiących.

### Kategoria: Lekarze i inni pracownicy służby zdrowia z pasją realizujący swoją misję na rzecz chorych i cierpiących:

– nagroda: doc. dr hab. n. med. **Joanna Mikulska-Meder**, dyrektor lecznictwa Instytutu Psychiatrii i Neurologii w Warszawie: za godną naśladowania szlachetną postawę troski, życzliwości i pomocy okazywanej każdemu pacjentowi;

– wyróżnienie: prof. dr hab. n. med. **Aleksander Araszkiwicz**, kierownik Katedry i Kliniki Psychiatrii Collegium Medicum im. Ludwika Rydygiera w Bydgoszczy: za determinację w działaniu na rzecz przestrzegania praw pacjentów cierpiących na zaburzenia psychiczne.

### Kategoria: Instytucje, stowarzyszenia i organiza- cje wspierające chorych i ich rodziny w dziedzinie opieki zdrowotnej, grup wsparcia i edukacji:

– nagroda: **Związek Stowarzyszeń Rodzin i Opiekunów Osób Chorych Psychicznie „POL-FAMILIA”**: za zaangażowanie w działalność na rzecz zmiany postaw wobec osób cierpiących na zaburzenia psychiczne, przeciwdziałanie ich stygmatyzacji i integrację środowiska organizacji pacjentów; Nagrodę odebrał Prezes Związku POL-FAMILIA Andrzej Warot;

– wyróżnienie: **Towarzystwo Przyjaciół Tworek „Amici di Tworki”**: za budowanie kultury miłosierdzia i solidarności z cierpiącymi na zaburzenia psychiczne i promowanie twórczości chorych.

### Kategoria: Media promujące edukację zdrowotną i społeczną:

– nagroda: **Newsweek Polska**: za patronat medialny nad Światowym Dniem Zdrowia Psychicznego w 2006 roku;

– nagroda: **TVP 1**: za aktywny wkład w propagowanie idei Światowego Dnia Zdrowia Psychicznego oraz Międzynarodowego Dnia Solidarności z Osobami Chorymi na Schizofrenię w 2006 roku.



Fot. Piotr Chuchler



# Stowarzyszenie Rodzin ZDROWIE PSYCHICZNE



Jesteśmy grupą osób, które spotykają się i wspierają wzajemnie w codziennym życiu z osobami chorującymi psychicznie. Wiemy że to nie łatwe, dlatego dzielimy się naszymi doświadczeniami, radościami i trudnościami. Podejmujemy też aktywne działania by poprawić jakość opieki psychiatrycznej i umożliwić godne życie i rozwój osobom chorującym psychicznie. Jeżeli masz wśród swoich najbliższych osobę chorującą, zapraszamy do Nas.

Prowadzimy:

- spotkania seminaryjno-warsztatowe dla rodzin z całej Polski
- szkolenia zawodowe „Profesjonalny Pracownik Hotelu” dla osób po kryzysach psychicznych przygotowujące do pracy w branży turystycznej
- zakład aktywności zawodowej „U Pana Cogito”
- mieszkanie chronione dla 8 osób chorujących psychicznie finansowane przez Gminę Miejską Kraków
- integrujemy środowisko stowarzyszeń rodzin w całej Polsce i pomagamy w zakładaniu nowych stowarzyszeń i klubów rodzin
- prowadzimy grupy wsparcia dla rodzin

Spotkania dla rodzin i konsultacje w każdy wtorek godz. 17-19, ul. Miodowa 9 w Krakowie

Dyżur telefoniczny: w każdy czwartek godz. 12-14  
tel. 012/ 266 11 02  
[www.rodziny.info](http://www.rodziny.info)



szkolenie zawodowe „Profesjonalny Pracownik Hotelu”



Mieszkanie chronione



Spotkanie stowarzyszeń rodzin z wiceministrem zdrowia

Proj. Maciej Plewiński



Krakowska Inicjatywa na Rzecz  
Gospodarki Społecznej  
“COGITO”

