

RODZINA OD ZARAZ



BIULETYN INFORMACYJNY POWIATOWEGO CENTRUM
POMOCY RODZINIE W WEJHEROWIE

NR 1/2022

W TYM NUMERZE:

SŁOWO WSTĘPU	STR. 1
PROMUJEMY RODZICIELSTWO ZASTĘPCZE	STR. 2
INFORMACJE O DOFINANSOWANIACH	STR. 2-3
PROJEKT POMORSKIE DZIECIOM	STR. 4
BIOFEEDBACK - TERAPIA XXI WIEKU	STR. 5
FOTORELACJA: WARSZTATY W CETNEWIE	STR. 6
INFORMACJE ORGANIZACYJNE	STR. 7
ŻYCZENIA OKOLICZNOŚCIOWE	STR. 7
KĄCIK PSYCHOLOGICZNY: JAK WSPIERAĆ OSOBY PO DOŚWIADCZENIACH TRAUMY?	STR. 8-10
SYLWETKI: PAN MIROSŁAW BIGOT	STR. 11
Z ŻYCIA WZIĘTE: PANI RÓŻA I DZIECI	STR. 12
WSPARCIE W POWIECIE	STR. 13
KONKURS!	STR. 14
NA WESOŁO	STR. 14



SŁOWO WSTĘPU

SZANOWNI PAŃSTWO!

Z ogromną przyjemnością przedstawiam Państwu pierwszy numer kwartalnika „Rodzina od zaraz”, pisma powstałego z zamiarem utworzenia platformy do wymiany informacji i poglądów na temat rodziny i dla rodziny, bowiem jako Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie jesteśmy odpowiedzialni i zaangażowani w pomoc i wsparcie rodzin w powiecie wejherowskim.

„RODZINA OD ZARAZ” to autorska publikacja Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie, poświęcona rodzinom, w której chcemy prezentować Państwu aktualności z życia Centrum, informacje o realizowanych projektach i programach, możliwych formach pomocy. Nasi specjaliści w kąciку psychologicznym pomogą Państwu w rozumieniu psychologicznych mechanizmów funkcjonowania w różnych sytuacjach społecznych, wskażą na sposoby radzenia sobie w kryzysach. Zaprezentujemy historie z życia wzięte, przedstawimy ciekawe osoby, porady pedagogiczne i prawne, a wszystko to z myślą o Was, bo to Państwo byliście również inspiracją dla autorów tekstów kwartalnika.

Chciałabym serdecznie podziękować wszystkim osobom zaangażowanym w tworzenie publikacji, bez których nie byłoby możliwe oddanie tego numeru.

Żywię nadzieję, że publikacja spotka się z zainteresowaniem z Państwa strony, zachęcam do kontaktu aby ją uatrakcyjnić i odpowiedzieć na Państwa potrzeby.

MAŁGORZATA BERNACKA
DYREKTOR PCPR W WEJHEROWIE

PROMUJEMY RODZICIELSTWO ZASTĘPCZE

Rodzicielstwo zastępcze – praca czy misja?

Z całą pewnością i jedno i drugie. Rodzina to podstawowa komórka społeczna, wspólna przestrzeń, dom, osadzenie w systemie lokalnym, bliskość, więzi i odpowiedzialność za dzieci. Bycie rodzicem to niezmiernie trudna i odpowiedzialna rola. Nikt nas nie uczy w szkole jak być rodzicem, wychowujemy dzieci kierując się miłością, intuicją, zyskujemy doświadczenie rodzicielskie wraz z rozwojem dzieci.

Natomiast stanowienie rodziny zastępczej usankcjonowane prawnie wymaga szkoleń, poddawania się pewnym procedurom, co z życiowym doświadczeniem daje szansę na profesjonalną opiekę rodzicielską.

W powiecie Wejherowskim funkcjonuje obecnie 99 rodzin zastępczych w tym 99 zawodowych, które wychowują łącznie 99 dzieci pozbawionych opieki rodziców biologicznych.

Mimo znaczącej liczby rodzin zastępczych wciąż mamy ich zbyt mało aby pomóc wszystkim dzieciom i aby funkcjonujące już rodziny nie były przeciążone obowiązkami rodzicielskimi. Rokrocznie promujemy rodzicielstwo zastępcze! Wciąż zadajemy sobie pytanie, co może jeszcze zrobić aby kandydatów na rodziny zastępcze przybywało, jak podnosić standardy pracy aby nasze rodziny miały najlepsze z możliwych wsparcie a nasze dzieci bezpieczne i pełne ciepła i miłości domy?

Dziś socjologowie alarmują, że takie wartości jak rodzina, dom, relacje międzyludzkie wypierane są przez pogoń za pieniędzmi, karierą, a życie przenosi się do wirtualnego świata. Niestety, cierpienie dzieci nie jest wirtualne i naszym obowiązkiem jako dorosłych świadomych i odpowiedzialnych jest podjęcie wysiłku aby to zmienić.

Zatem zapraszamy Państwa do współpracy, czekamy na Państwa, pomożemy przejść wszelkie formalności, udzielimy wyczerpujących informacji, a Państwo zadecydujecie czy jesteście gotowi być rodzicem zastępczym.

W powiecie funkcjonuje wiele wspaniałych rodzin zastępczych, które swoją pasją do pomagania zaraziły już swoje biologiczne dzieci, które wspierają ich w wychowaniu i opiece nad najmłodszymi.

W tym miejscu chcę złożyć również serdeczne podziękowania tym, którzy wspierają nas w promowaniu tej pięknej idei. Dzięki uprzejmości i zaangażowaniu:

- Starosty Powiatu Wejherowskiego Pani Gabrieli Lisius
- Prezydenta Miasta Wejherowa – Panu Krzysztofowi Hildebrandtowi
- Burmistrza Miasta Redy – Panu Krzysztofowi Krzemińskiemu
- Burmistrza Miasta Rumi – Panu Michałowi Pasiecznemu
- Wójta Gminy Wejherowo – Panu Przemysławowi Kiedrowskiemu
- Wójta Gminy Luzino – Panu Jarosławowi Wejerowi
- Wójta Gminy Linia – Pani Bogusławie Engelbrecht
- Wójta Gminy Szemud – Panu Ryszardowi Kalkowskiemu
- Wójta Gminy Choczewo – Panu Wiesławowi Gębka
- Wójta Gminy Gniewino – Panu Zbigniewowi Walczak
- Wójta Gminy Łęczyce – Panu Piotrowi Wittbrodt
- Zarządu Spółki PKS SA w Gdyni wraz z jej wiceprzewodniczącym Panem Adamem Galasem,
- Księdzą Kanonika Mariana Dettlaffa – proboszcza Parafii Św. Leona Wielkiego w Wejherowie.

Wraz z nowym rokiem podjęliśmy kolejne działania, mające na celu promowanie idei rodzicielstwa zastępczego na terenie powiatu wejherowskiego z nadzieją, że odpowiecie Państwo na nasz apel.

MAŁGORZATA BERNACKA
DYREKTOR POWIATOWEGO CENTRUM POMOCY
RODZINIE
W WEJHEROWIE

INFORMACJE O DOFINANSOWANIACH

Od 1 lutego 2022 r. na terenie Wejherowa funkcjonuje Lokalny Punkt Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Prześpięstwem. Został on utworzony przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie we współpracy ze Stowarzyszeniem Integracja na Plus, w ramach zadania pt.: „Pomoc na plus”. Lokalny Punkt Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Prześpięstwem w Wejherowie działa w strukturach Okręgowego Ośrodka Pomocy Pokrzywdzonym Prześpięstwem w Gdańsku wraz z pozostałymi ośmioma Lokalnymi Punktami z terenu: Gdyni, Sopotu, Malborka, Tczewa, Kartuz, Kościerzyny, Kwidzyna

oraz Starogardu Gdańskiego. Działalność Punktów finansowana jest ze środków rządowych w ramach Funduszu Sprawiedliwości.

Lokalny Punkt Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Prześpięstwem świadczy nieodpłatną kompleksową usługę pomocy specjalistycznej, w tym pomoc prawną i psychologiczną, interwencyjno-socjalną i materialną (w trybie stacjonarnym, telefonicznym i ambulatoryjnym) w okresie od 01.01.2022 r. do 31.12.2022 r. **Więcej informacji i kontakt na stronie 13.**

INFORMACJE O DOFINANSOWANIACH



Powiat Wejherowski pozyskał dofinansowanie

Na realizację Programu „Asystent Osobisty Osoby Niepełnosprawnej” – edycja 2022

(Program dofinansowany ze środków Funduszu Solidarnościowego)

- łączna kwota dofinansowania 456 297,00 zł

- całkowita wartość zadania 456 297,00 zł

Głównym celem Programu jest wprowadzenie usług asystenta jako formy ogólnodostępnego wsparcia w wykonywaniu codziennych czynności oraz funkcjonowaniu w życiu społecznym osób niepełnosprawnych.

Zakłada się objęcie wsparciem usług asystenta osobistego 40 osób niepełnosprawnych, z czego:

- 10 osób niepełnosprawnych w wieku do 16. roku życia z orzeczeniem o niepełnosprawności łącznie ze wskazaniami: konieczności stałej lub długotrwałej opieki lub pomocy innej osoby w związku ze znacznie ograniczoną możliwością samodzielnej egzystencji oraz konieczności stałego współudziału na co dzień opiekuna dziecka w procesie jego leczenia, rehabilitacji i edukacji,
- 20 osób niepełnosprawnych posiadających orzeczenie o znacznym stopniu niepełnosprawności,
- 10 osób niepełnosprawnych posiadających orzeczenie o umiarkowanym stopniu niepełnosprawnych.

Program będzie realizowany przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie.
Więcej informacji można uzyskać w Zespole Pomocy Osobom Niepełnosprawnym i Starszym pod numerem telefonu: (58) 672-40-63 wew. 44.



Ministerstwo Rodziny
i Polityki Społecznej



Powiat Wejherowski pozyskał dofinansowanie

Na realizację Programu „Opieka wytchnieniowa” - edycja 2022

(Program dofinansowany ze środków Funduszu Solidarnościowego)

- łączna kwota dofinansowania 293 760,00 zł

- całkowita wartość zadania 293 760,00 zł

Głównym celem Programu jest wsparcie członków rodzin lub opiekunów osób niepełnosprawnych sprawujących bezpośrednią opiekę nad tymi osobami poprzez możliwość uzyskania doraźnej, czasowej przerwy w sprawowaniu bezpośredniej opieki.

Zakłada się objęcie wsparciem opieki wytchnieniowej 30 członków rodziny lub opiekunów sprawujących bezpośrednią opiekę nad dzieckiem z orzeczeniem o niepełnosprawności lub osobą ze znacznym stopniem niepełnosprawności, z czego:

- 15 członków rodzin dzieci w wieku do 16 roku życia z orzeczeniem o niepełnosprawności,
- 15 członków rodzin osób o znacznym stopniu niepełnosprawności (zgodnie z ustawą z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych (Dz. U. z 2021 r. poz. 573)) albo z orzeczeniem traktowanym na równi z orzeczeniem o znacznym stopniu niepełnosprawności (zgodnie z art. 5 i art. 62 ww. ustawy z dnia 27 sierpnia 1997 r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych)

Program będzie realizowany przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie.
Więcej informacji można uzyskać w Zespole Pomocy Osobom Niepełnosprawnym i Starszym pod numerem telefonu: (58) 672-40-63 wew. 44.



Ministerstwo Rodziny
i Polityki Społecznej

PROJEKT POMORSKIE DZIECIOM

Wsparcie dzieci i młodzieży, edukacja rodziców, doskonalenie kompetencji zawodowych kadry.

Na podstawie umowy, zawartej w dniu 26 listopada 2021 r. pomiędzy Powiatem Wejherowskim i Urzędem Marszałkowskim w Gdańsku - Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie wraz z trzema placówkami opiekuńczo – wychowawczymi w Rumi realizuje projekt pt.: „Pomorskie dzieciom”.

Wysokość pozyskanego wsparcia finansowego to **łącznie 939 370,00 zł**, a termin realizacji zadań w ramach projektu upływa z dniem 30 marca 2023 r.

Projekt skierowany jest do dzieci i młodzieży, przebywającej w różnych formach pieczy zastępczej, w tym – opuszczających pieczę i usamodzielniających się. Zakłada także wsparcie dla kadry, która pracuje w pieczy instytucjonalnej oraz bezpośrednio z rodzinami zastępczymi, jak również samych rodzin zastępczych.

W ramach grantu zaplanowano wszechstronne wsparcie dla wszystkich uprawnionych: różnego typu specjalistyczne wsparcie rodzinne, rehabilitacja indywidualna dla dzieci, specjalistyczne wsparcie psychologiczne i psychiatryczne, superwizja dla rodzin zastępczych oraz kadry organizatora; dla wychowanków pieczy zaplanowano pomoc w postaci warsztatów oraz bonów edukacyjnych. Z budżetu projektu do tej pory zakupiono wyposażenie dla placówek, a także specjalistyczny sprzęt, dzięki któremu poszerza się możliwości wsparcia, udzielanego przez psychologów, pracujących w PCPR.

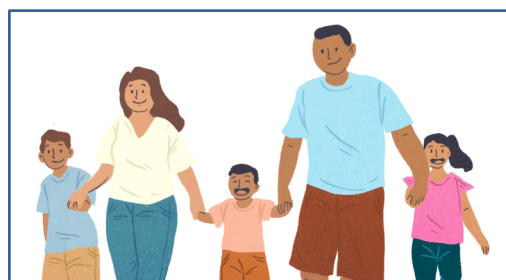


Także placówki opiekuńczo – wychowawcze, jako grantobiorcy projektu „Pomorskie dzieciom” korzystają z różnych form dofinansowania. Wychowawcy mają możliwość systematycznego podnoszenia swych kompetencji dzięki warsztatom, szkoleniom i superwizji. Wychowankowie placówek korzystają ze wsparcia w postaci warsztatów psychoedukacyjnych oraz bonu edukacyjnego, przeznaczonego na sfinansowanie kursów, szkoleń bądź zakup komputerów.

Aktualnie realizujemy kolejne zadania zgodnie z przyjętymi założeniami. I tak: dzieci korzystają z rehabilitacji indywidualnej, prowadzona jest kwalifikacja dzieci na diagnozę i terapię FAS, rozpoczyna się udzielanie

wsparcia psychologicznego oraz terapia z wykorzystaniem urządzenia biofeedback.

Wychowankowie, którzy rozpoczęli proces usamodzielniania się mogą skorzystać z warsztatów, mających na celu wszechstronną pomoc w przechodzeniu w dorosłość (zajęcia obejmują: doradztwo zawodowe, warsztaty przygotowujące do rodzicielstwa, gospodarowania budżetem, zajęcia kulinarne i wreszcie - kształtujące kompetencje psychospołeczne). Pierwsza tura już za nami, właśnie rozpoczyna się druga edycja tych zajęć dla kolejnej grupy.



Ważnym i cieszącym się dużym zainteresowaniem zadaniem są bony edukacyjne. Jest to wsparcie, polegające na sfinansowaniu zakupu sprzętu komputerowego, kursu prawa jazdy oraz różnych szkoleń zawodowych. W sumie można ubiegać się o kwotę 5.700,00 zł na osobę. Do tej pory wsparcie uzyskało już trzydziestu wychowanków, którzy uczą się i dzięki temu zyskują większe możliwości na rynku pracy.

Także osoby sprawujące pieczę zastępczą korzystają ze szkoleń, głównie poświęconym rozwiązywaniu problemów wychowawczych, radzeniu sobie z sytuacjami traumatycznymi oraz wynikającymi ze stanu pandemii. Uruchomiliśmy również dwie edycje „Szkół dla rodziców”, pierwsza zakończyła się w styczniu bieżącego roku, druga zmierza ku finałowi. Systematycznie odbywają się spotkania, na których prowadzona jest superwizja, w której mogą uczestniczyć wszystkie zainteresowane osoby, które oczekują tego rodzaju pomocy w wykonywanych przez siebie zadaniach.

Wsparciem w ramach projektu zostali objęci też specjaliści i koordynatorzy, pracujący w PCPR w Wejherowie oraz wychowawcy z placówek opiekuńczo – wychowawczych. Oni także korzystają ze szkoleń tematycznych oraz możliwości superwizji własnej pracy.

To tylko część działań w ramach projektu, który trwać będzie do marca 2023 r.; przed nami jeszcze wiele pracy, ale i jeszcze więcej możliwości udzielenia wsparcia wszystkim zainteresowanym.

ALDONA CZERWIŃSKA – KOORDYNATOR PROJEKTU

BIOFEEDBACK - TERAPIA XXI WIEKU

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie rozszerzyło swoją ofertę wsparcia o terapię BIOFEEDBACK. W ramach projektu grantowego „POMORSKIE DZIECIOM” PCPR w Wejherowie zakupiło urządzenie do terapii, a psycholodzy ukończyli szkolenie I i II stopnia w obszarze terapii Biofeedback. Poznajmy tę metodę bliżej.

Czym jest to urządzenie?

Biofeedback czyli biologiczne sprzężenie zwrotne polega na dostarczeniu badanej osobie informacji zwrotnej o stanie fizjologicznym. Zmiany fizjologiczne organizmu monitorowane są przez specjalistyczne systemy, pobierające dane z czujników w czasie rzeczywistym.

Do czego się je wykorzystuje?

Biofeedback wykorzystywany jest w terapii dzieci i dorosłych borykających się między innymi z: trudnościami w nauce, ADHD, ADD, dysleksją, depresją, zaburzeniami lękowymi, nadmiernym stresem, zaburzeniami snu i koncentracji, czy uzależnieniami.

Jak przebiega trening?

Na głowie i uszach montujemy czujniki, które dadzą nam informacje o funkcjonowaniu poszczególnych fal mózgowych. Klient siada na wygodnym fotelu, a na ekranie komputera ukazują się plansza, która służy treningowi. Jeśli w czasie wstępnej diagnozy okaże się, że nasz klient ma, np.: trudności w skupieniu uwagi, będziemy trenować głównie jego umiejętność skupienia się na wykonywaniu danej czynności, na bieżąco monitorując amplitudę fal na komputerze, dzięki czemu specjalista może ustawić parametry treningu na odpowiednim poziomie. Trening może polegać też na tym, że włączamy ulubioną piosenkę klienta. Jeśli jest on dobrze skoncentrowany, piosenka odtwarza się bez problemu, a jeśli koncentracja spada, piosenka przestaje się odtwarzać. Innym przykładem treningu może być odtworzenie meczu piłkarskiego, jeśli klient jest odpowiednio skoncentrowany

obserwuje na ekranie mecz, jeśli nie, mecz się zaczyna.

Zasady korzystania z treningów

Żeby osiągnąć widoczną poprawę, konieczny jest regularny udział w treningach (minimum raz w tygodniu). W zależności od stanu zdrowia i trudności, z jaką boryka się klient, pierwsze efekty możemy zauważyć po minimum piętnastu treningach. Jeden trening trwa zazwyczaj około czterdziestu minut. Zanim dziecko przystąpi do korzystania z treningów niezbędnym jest uzyskanie od lekarza (pediatry lub neurologa) zaświadczenia o braku przeciwwskazań do udziału w terapii EEG - Biofeedback. Najbezpieczniej byłoby, gdyby przed przystąpieniem do terapii dziecko miało wykonane pełne badanie EEG.

Jakie korzyści może dać terapia EEG- Biofeedback?

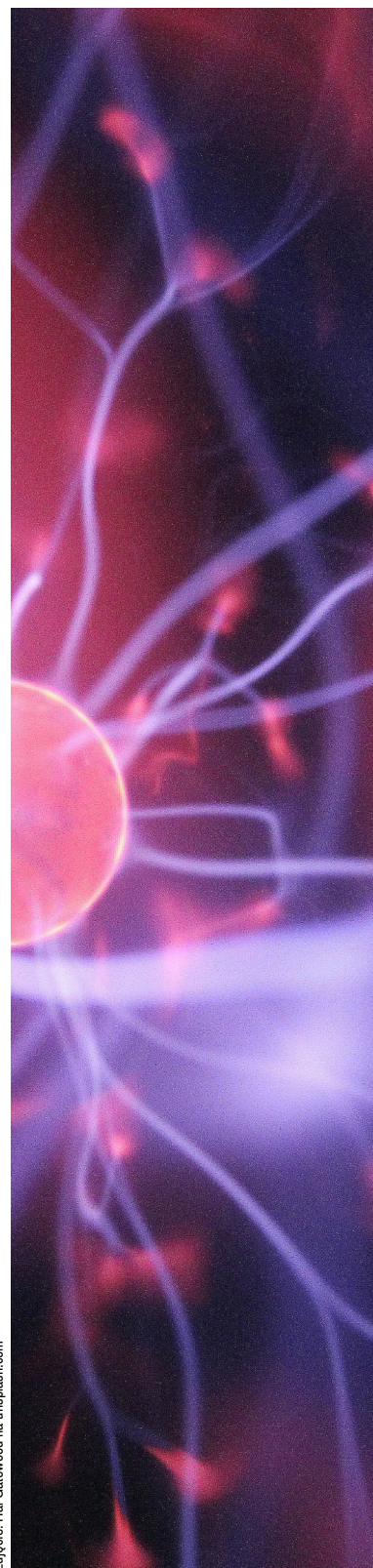
Biofeedback to metoda terapeutyczna dla dzieci i dorosłych, umożliwiająca poprawę: działania pamięci i koncentracji, funkcjonowania w stresie, regulację emocji i opanowywania stresu i lęku (za: www.biomed.org.pl).

Metoda jest bardzo atrakcyjna dla dzieci, ponieważ może się wydawać, że polega na zabawie. Ponadto dziecko nie musi opowiadać w czasie treningu o swoich trudnych doświadczeniach, a mimo to może uczyć się regulowania własnych emocji.

Oczywiście EEG - Biofeedback nie jest cudowną metodą, dzięki której wszystkie nasze trudności znikną. Może być traktowana jako terapia sama w sobie, lub jako uzupełnienie farmakoterapii, psychoterapii czy terapii pedagogicznej.

Specjaliści Centrum zapraszają do kontaktu telefonicznego lub za pośrednictwem koordynatorów rodzinnej pieczy zastępczej wszystkich zainteresowanych rodziców zastępczych.

KATARZYNA PARCHEM



Zdjęcie: Hal Gatewood na unsplash.com

FOTORELACJA - WARSZTATY W CETNEWIE

W dniach 18 – 20 marca 2022 r. wychowankowie, którzy uczestniczyli w cyklu zajęć przygotowujących do wejścia w dorosłość, wyjechali na ostatnie zaplanowane w ramach grantu „POMORSKIE DZIECIOM” warsztaty, które odbyły się w gościnnych obiektach Centralnego Ośrodka Sportu w Cetniewie, dostosowanego do pobytu osób niepełnosprawnych. Oto krótka fotorelacja z wyjazdu:



Mimo że na zewnątrz panował chłód, a sine niebo nie chciało się rozchmurzyć, to atmosfera zajęć i wspólnego spędzania czasu była naprawdę serdeczna!



Warsztaty psychoedukacyjne prowadziły pedagog – pani M. Rucińska oraz psycholog – pani M. Siecla. Po zajęciach były wspólne spacery, gry i zabawy. Był też czas na rozmowy i bliższe poznanie się wszystkich uczestników.



Opiekę nad uczestnikami: Nikołą, Beata, Izabela, Nikołą, Pauliną, Maćkiem, Maksymilianem, Norbertem Damianem sprawowali: Aldona Czerwińska i Mirosław Bigot. W trakcie pobytu odwiedziła nas Pani Dyrektor PCPR w Wejherowie - Małgorzata Bernacka.

INFORMACJE ORGANIZACYJNE

Nic o Was bez Was - w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie reaktywowano Radę Rodzicielstwa Zastępczego.



Przy PCPR w Wejherowie Rada Rodzicielstwa Zastępczego funkcjonowała od kilku lat. Jako organ społeczny pełniła funkcję opiniotwórczą i wspierającą. Stanowiła ogniwo łączące środowisko rodziców zastępczych, była głosem wszystkich rodzin zastępczych w Powiecie, współpracowała z Organizatorem Rodzinnej Pieczy Zastępczej (PCPR w Wejherowie), jej członkowie należeli do Koalicji na Rzecz Rodzicielstwa Zastępczego.

Zmiany personalne w jej składzie oraz szalejąca przez pandemia spowodowały, że organ ten na chwilę przestał funkcjonować. Z początkiem 2022 roku ukonstytuowała się **Nowa Rada Rodziców Zastępczych** przy Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie, która przyjęła swój regulamin zgodnie z którym, jest organem społecznym, autonomicznym i samorządnym, reprezentującym ogół rodziców zastępczych w powiecie wejherowskim.

Warto przypomnieć, jakie są **główne cele działania Rady:**

- reprezentowanie rodziców zastępczych oraz prowadzących rodzinne domy dziecka;
- inicjowanie i wspieranie działań, zmierzających do doskonalenia współpracy pomiędzy Organizatorem Rodzinnej Pieczy Zastępczej a środowiskiem rodzinnej pieczy zastępczej;
- działanie na rzecz promocji rodzinnych form opieki zastępczej oraz budowanie pozytywnego wizerunku rodzinnej pieczy zastępczej;
- wspieranie rodzin zastępczych i osób prowadzących rodzinne domy dziecka w wypełnianiu obowiązków;
- pobudzanie i organizowanie form aktywności rodziców zastępczych na rzecz podnoszenia kompetencji wychowawczych;
- współdziałanie z organizacjami pozarządowymi na rzecz rodzicielstwa zastępczego;
- przedstawianie Dyrektorowi PCPR – ORPZ wraz z uzasadnieniem kandydatur do wyróżnień w zakresie rodzicielstwa zastępczego.

W dniu 18 marca br. Członkowie Rady wybrali spośród siebie nowe władze. Przewodniczenie Radzie powierzono Paniom: Teresie Bank (przewodnicząca) i Róży Pleniewicz (wiceprzewodnicząca). W skład rady wszedł również Pan Roman Górecki.

Życzymy Nowej Radzie samych sukcesów, podejmowania nowych interesujących inicjatyw i owocnej z nami współpracy.

DZIEŃ RODZICIELSTWA ZASTĘPCZEGO

W dniu 30 maja obchodziliśmy Ogólnopolski Dzień Rodzicielstwa Zastępczego, to symboliczny dzień uhonorowania wysiłku, jaki podejmują każdego dnia Rodzice Zastępczy.

W dowód szacunku dla Waszej pracy, pragnę złożyć Państwu najserdeczniejsze podziękowania i życzyć dalszych sukcesów mierzonych szczęściem dzieci, które wychowujecie, wielu sił do pokonywania przeciwności oraz doświadczania tego dobra, które sami okazujecie.



DZIEŃ DZIECKA

W dniu 01 czerwca świętujemy niezwykle kolorowy i radosny dzień – Dzień Dziecka.

Wszystkim dzieciom, życzymy beztroski, radości, niegasnącej energii. Aby każdy dzień zaczynał się uśmiechem i uśmiechem kończył. Spełniajcie marzenia, sięgajcie gwiazd, kochajcie i bądźcie kochane. Szczęśliwego dzieciństwa!

DYREKTOR I PRACOWNICY POWIATOWEGO CENTRUM POMOCY RODZINIE W WEJHEROWIE

KĄCIK PSYCHOLOGICZNY

Jak wspierać osoby po doświadczeniach traumy? - Katarzyna Parchem

W związku z trwającą w Ukrainie wojną oraz obecnością milionów osób uchodźczych na terenie Polski wydaje się, że w najbliższym czasie bardzo potrzebna będzie nam wiedza dotycząca traumy oraz zaburzeń związanych ze stresem traumatycznym (tzw. PTSD oraz Complex PTSD). Zapraszam zatem do zapoznania się z informacjami dotyczącymi tego, czym jest trauma, jak funkcjonuje osoba po doświadczeniu traumy i jak możemy wspierać takie osoby. Oczywiście obecna sytuacja sprawia, że naturalnie odnosimy temat do osób uchodźczych, jednak odpowiedzi te można wykorzystać u wszystkich osób z doświadczeniem traumy. Są to jedynie propozycje, sposobów pomocy mogą być setki w zależności od tego, komu staramy się pomóc.

Ważne! Opisane działania nie zastąpią psychoterapii, mogą ją jednak bardzo dobrze uzupełniać.

CO TO JEST TRAUMA?

O traumie możemy mówić wtedy, gdy osoba doświadcza lub jest świadkiem sytuacji nagłej lub chronicznej, którą odbiera jako zagrażającą jej życiu lub zdrowiu. Człowiek w sytuacji traumy doświadcza utraty poczucia bezpieczeństwa oraz zasobów, które mogą mu pomóc poradzić sobie z tą sytuacją. To, czy ktoś doświadczy traumy czy nie, jest doświadczeniem indywidualnym i zależy w dużej mierze od jego zasobów. Co to znaczy? Wypadek samochodowy u jednej osoby spowoduje traumę, a u drugiej - nie. Zależać to będzie m.in. od wieku, intensywności doświadczeń, cech osobowości, poczucia bezpieczeństwa, więzi, wsparcia społecznego oraz uogólnionego radzenia sobie z emocjami.

JAKIE WYRÓŻNIAMY RODZAJE TRAUMY?

Trauma prosta – jednorazowa, np.: wypadki komunikacyjne, akt terroru, katastrofy naturalne, gwałt, napad, nagłe straty.

Trauma złożona – chroniczna, np.: powtarzająca się przemoc, chroniczne zaniedbywanie emocjonalne, doświadczanie utraty zdrowia lub pełnej sprawności.

JAK TRAUMĘ WIDZI NASZ MÓZG?

Mózg możemy wyodrębnić trzy struktury:

- mózg gadzi (pień mózgu) - odpowiada m.in. za podstawowe funkcjonowanie naszego organizmu: pracę serca, ciśnienie krwi, temperaturę, oddychanie, przyjmowanie pokarmu, odruchy, reakcje, sen, reagowanie na zagrożenia;
- mózg ssaczy (układ limbiczny) - odpowiada m.in. za powstawanie, sterowanie i kontrolę reakcji emocjonalnych, uczenie się i pamięć długotrwałą;

kora nowa (kora mózgowa) – odpowiada m.in. za racjonalne i abstrakcyjne myślenie, planowanie, kontrolę zachowania, koordynację ruchową czy przewidywanie konsekwencji postępowania.

W SYTUACJI DOŚWIADCZANIA TRAUMY NASZ MÓZG SPRAWIA, ŻE:

- następuje wyrzut adrenaliny, kortyzolu i wzrasta ciśnienie,
- wytwarza się stan gotowości do reakcji,
- upośledza się kontrola emocji i działanie pamięci,
- poznawczo odbierasz tę sytuację jako zagrażającą,
- do głosu dochodzi mózg gadzi, pomijając ssaczy i mózg ludzki.

Na przykład: wraz z przyjacielem ulegacie wypadkowi samochodowemu. Ty wysiadasz z samochodu, ale przyjaciel nie może się z niego wydostać. Nie patrząc na to, czy to bezpieczne, czy nie wybijasz szybę gółą ręką i wyciągasz przyjaciela z samochodu. Oddalacie się, wzywacie pomoc medyczną itp. Dopiero po przyjeździe karetki okazuje się, że Twoja ręka krwawi i wbiło się w nią szkło. Wcześniej tego nie zauważyłeś. Gdy po kilku dniach jesteś w domu, okazuje się, że nie pamiętasz momentu ratowania kolegi, lub pamiętasz tylko jego fragmenty. Ponadto zachodzisz w głowę, skąd miałeś siłę na wybicie szyby?

Tak właśnie działamy w sytuacjach traumatycznych. Może się okazać, że za kilka tygodni doświadczenia tego wydarzenia będą nadal w Twojej pamięci, ale nie będą już tak obciążające. Nazwiemy to zintegrowaniem doświadczeń, a nasz mózg wróci do normalnego funkcjonowania. Może się jednak okazać, że pomimo upływającego czasu, doświadczenia te nie zostaną zintegrowane, a Ty nadal będziesz działał tak, jakbyś był w sytuacji zagrożenia. Wówczas możesz doświadczyć zaburzeń, związanych ze stresem traumatycznym: PTSD

KĄCIK PSYCHOLOGICZNY

(czyli Zespół Stresu Pourazowego) oraz Complex PTSD (czyli Złożony Zespół Stresu Pourazowego).

- Możesz mieć poczucie, że nie pamiętasz tego, co się stało albo pamiętasz tylko kilka momentów danego wydarzenia. Zupełnie jakbyś chciał ułożyć puzzle, ale brakuje Ci kilku elementów.
- Możesz unikać miejsc, ludzi, rzeczy, które przypominają Ci doświadczeniu traumy np. przestaniesz jeździć samochodem.
- Może się zdarzać, że bez Twojej woli, nagle poczujesz, że znowu przeżywasz wydarzenia traumatyczne.
- Możesz nawet odczuwać te same emocje, to samo pobudzenie w ciele i reagować podobnie. Może się okazać, że słysząc określony dźwięk, czując określony zapach, będąc w określonym miejscu sztywniejesz, zupełnie jakbyś się zamroził.
- Możesz mieć trudności ze snem, koncentracją uwagi, **r o z d r a ż n i e n i e m**, nadmiernym lękiem.

Ważne! Objawy te mogą utrzymywać się przez wiele lat. Jeśli zauważasz u siebie takie objawy - zgłoś się do specjalisty (psychoterapeuty lub lekarza psychiatry).

JAK WSPIERAĆ OSOBY PO DOŚWIADCZENIACH TRAUMATYCZNYCH?

CZEGO NIE ROBIĆ? Nie pytaj od razu o trudne doświadczenia! Niektórzy z nas mają przekonanie, że: "jak się o czymś trudnym powie, to się robi lżej na sercu". W zasadzie jest to prawda, ale w przypadku traumy lepiej od tego nie zaczynać.

DLACZEGO? W sytuacji traumy człowiek doświadcza poczucia braku bezpieczeństwa i utraty zasobów. Zatem, żeby wrócić do tych trudnych doświadczeń, musimy odbudować najpierw poczucie bezpieczeństwa i dostęp do swoich zasobów, żeby człowiek poczuł, że tym razem poradzi sobie z tą sytuacją. Ponadto, jeśli człowiek doświadczy traumy np. w wyniku bezpośredniej napaści, może zacząć odczuwać lęk przed wchodzeniem w nowe relacje. Paradoksalnie jednak, to właśnie dobre, wspierające

relacje są czynnikiem leczącym osób po traumach. Zatem wsparcie warto zacząć od zadbania o poczucie bezpieczeństwa, relację i odbudowanie zasobów.

JAK DBAĆ O POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA?

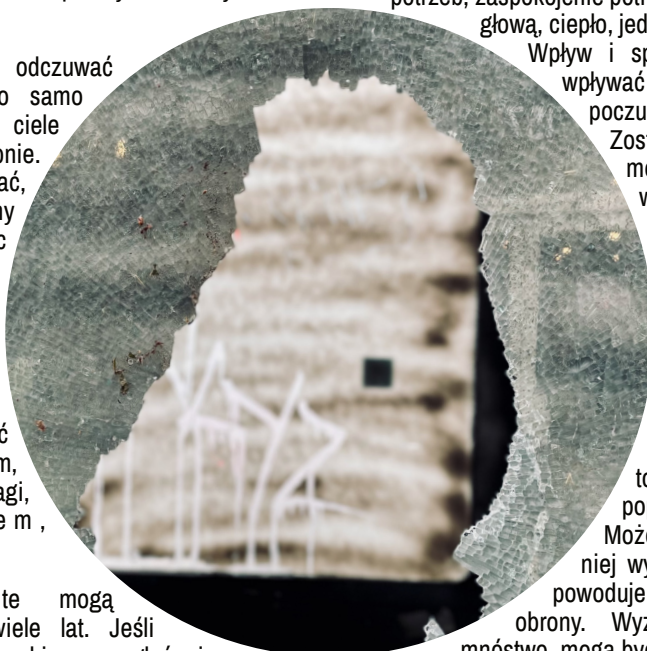
Poczucie bezpieczeństwa jest najbardziej pierwotną i podstawową potrzebą człowieka. Bez niego niemal nie jesteśmy w stanie rozwijać się, uczyć się nowych rzeczy, odczuwać i doświadczać świata, ponieważ cała nasza uwaga byłaby skupiona na tym, żeby przetrwać. Jak dbać o poczucie bezpieczeństwa osób po doświadczeniach traumatycznych? Najpierw to co od lat jest znane z piramidy potrzeb, zaspokojenie potrzeb fizjologicznych (dach nad głową, ciepło, jedzenie, opieka medyczna itp.).

Wpływ i sprawczość. To, że możemy wpływać na cokolwiek daje nam poczucie kontroli, zmniejszając lęk. Zostawiaj wybór tam, gdzie jest to możliwe, nawet w najprostszych sytuacjach, np.: wybór posiłku, ubrania czy filmu, który będziemy oglądać wieczorem.

OBSERWACJE: Może się okazać, że osoba będzie reagowała nadmiarowo, np.: podniesiemy głos, żeby przywołać psa, a osoba, która to usłyszy - przestraszy się, popłacze lub wpadnie w złość. Może się okazać, że jest to dla niej wyzwalacz (tzw. trigger), który powoduje pobudzenia i wejście w stan obrony. Wyzwalaczy może być całe mnóstwo, mogą być to widoki, zapachy, dźwięki, słowa, uczucia... niemal wszystko. Czasami bardzo dyskretne i trudne do zauważenia. Im więcej w nas uważności na to, co wpływa na zachowanie drugiego człowieka, tym łatwiej będzie nam mu pomóc. Gdy sami będziemy w nieustannym lęku, trudno będzie nam stanowić wsparcie dla osób po traumie. Dbajmy o siebie, wentylujmy się, dajmy sobie chwilę na odpoczynek.

RELAKSACJA: Pamiętajmy o dbaniu o nasze ciała, żeby obniżyć znajdujące się w nich napięcie i pobudzenie. Wszelkiego rodzaju treningi relaksacyjne (np. treningi autogenne Schultza czy Jacobsona) wizualizacje, przywoływanie bezpiecznych wspomnień, sport, tańce, basen, nauka prawidłowego oddychania czy muzyka relaksacyjna - będą tutaj pomocne. W internecie wiele jest darmowych narzędzi, które można wykorzystać w tej sytuacji.

ZASADY, STAŁOŚĆ: Jeżeli to tylko możliwe stwórz plan dnia, którego będziecie się wspólnie trzymać. Wszystko



Zdjęcie: „the blowup” na unsplash.com

KĄCIK PSYCHOLOGICZNY

co będzie stałe i przewidywalne zwiększa poczucie bezpieczeństwa. **GRANICE.** Dbaj o nieprzekraczanie granic drugiej osoby, szczególnie jeśli chodzi o sferę ciała. Sam również nie zapominaj o swoich granicach.

PYTAJ: Nie zakładaj, że musisz wszystko wiedzieć w tej sytuacji, każdy jest specjalistą od swojego życia, a jak wiadomo, kto pyta nie błądzi.

EMOCJE: Nie zaprzeczaj emocjom drugiej osoby, staraj się je dostrzec i rozumieć. Możliwe, że Ty w tej sytuacji czujesz strach i smutek, ale ona nie musi odczuwać tej sytuacji tak jak Ty. To jest jej sposób na radzenie sobie

JAK DBAĆ O RELACJĘ?

ZROZUMIENIE: Dziwisz się, że pomimo tego, że starasz się z całych sił, nie doświadczasz wdzięczności osób, które gościsz? To, że jej nie widzisz, nie oznacza, że jej nie ma. Pamiętaj, że pomimo tego, że osoba ma dach nad głową i jedzenie, nadal może być w ogromnym stresie, widzieć wszędzie zagrożenie i kierować wszystkie swoje zasoby na "walkę o przetrwanie". Poza tym pamiętaj, że zazwyczaj rodzina czy przyjaciele zostali w Ukrainie, walczą, a może nawet giną w walce. To nie zwiększa poczucia bezpieczeństwa.

ROZMOWA: Część z nas jest ciekawa opowieści osób uchodźczych, pytanie czy rozmowa o tych doświadczeniach ma zaspokoić jedynie naszą ciekawość, czy ma być pomocą dla nich? Może też być tak, że Ty nie masz sił czy ochoty na wysłuchanie tych historii - pamiętaj, żeby o tym powiedzieć. Jeśli taka rozmowa jednak się odbędzie i dostaniesz przyzwolenie na zadawanie pytań, pytaj o to, czego jesteś gotowy wysłuchać. Należy uważać na rozmowy, które odbywają się przy dzieciach, gdyż ich zdolność przetwarzania trudnych doświadczeń jest zdecydowanie niższa niż u dorosłych.

POMOC: Możesz mieć przekonanie, że: "to tacy biedni ludzie i trzeba wszystko dla nich zrobić". Zatrzymaj się na chwilę przy swoim przekonaniu. Przypatrz się, co jest Twoim przekonaniem, a co jest faktem? Każdy ma swoje zasoby, z których może korzystać. Zazwyczaj nikt z nas nie lubi, gdy ludzie wylewają na niego morze pomocy i wsparcia, bo wzmacnia to poczucie bezradności. Podzielcie się zadaniami, zaczynając od najprostszego: "kto robi śniadanie" po załatwienie formalności, szukania pracy, mieszkania itp. To pozwoli wzmocnić kompetencje i poczucie niezależności osób, które gościsz u siebie. Pytaj o potrzeby, nie zakładaj, że wiesz. Pamiętaj, że każdy ma prawo podejmować własne decyzje, nawet takie, które wydadzą Ci się nierozsądne. Podpowiadaj, wspieraj, udzielaj informacji, ale nie oczekuj, że ktoś będzie robił tak, jak Ty byś chciał.

STRACH: Boisz się, że zrobisz coś złe? Pamiętaj, to sytuacja, w której wszyscy się uczymy. Nikt nie ma

gotowej recepty na wszystko. Bądź wyrozumiały również dla siebie.

OCZEKIWANIA: Spodziewasz się, że osoby, które są pod Twoim dachem powinny ciągle płakać, a one wydają się być silne, a wręcz niewzruszone tym, co się dzieje? Pamiętaj, że to dla nas jest nowa sytuacja, wiele z tych osób już nie raz uciekało, broniło się czy odbudowywało swój dom ze zniszczeń. Poza tym nadal są w sytuacji poważnego kryzysu i może być im trudno okazać całą paletę emocji.

Dbaj o siebie!

MGR KATARZYNA PARCHEM
PSYCHOLOG, SOCJOTERAPEUTA, PSYCHOTERAPEUTA
SYSTEMOWY W TRAKCIE PROCESU CERTYFIKACJI,
PRACOWNIK PCPR WEJHEROWO



Zdjęcie: Youssef Naddam na unsplash.com

SYLWETKI

Mirosław Bigot

Pan Mirosław Bigot od 01 marca 2022 r. zajmuje stanowisko Zastępcy Dyrektora Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie. Na potrzeby naszego biuletynu odpowiedział na kilka pytań.

Na początek proszę o krótką prezentację. Jakie jest Pana wykształcenie i dotychczasowe doświadczenie zawodowe?

Ukończyłemienne studia magisterskie na kierunku politologia (Uniwersytet Gdański), a także studia podyplomowe w zakresie organizacji pomocy społecznej oraz pedagogiki. Już w trakcie studiów zainteresowały mnie zagadnienia związane z polityką społeczną; w związku z tym napisałem kilka artykułów, które zostały opublikowane w wydawnictwach naukowych UG. Jeśli chodzi o doświadczenie zawodowe, to przez dziesięć lat pracowałem w Pomorskim Urzędzie Wojewódzkim w Gdańsku, gdzie zajmowałem się nadzorem nad realizacją zadań zleconych i sprawozdawczością podległych, stu dwudziestu trzech ośrodków pomocy społecznej. Zajmowałem się także koordynacją systemu zabezpieczenia społecznego. Przez ostatnie dwa lata prowadziłem ośrodek wsparcia dla seniorów, funkcjonujący w ramach Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Redzie. Od roku 2015 współprowadzę również zajęcia dla przyszłych organizatorów pomocy społecznej w ramach współpracy z Uniwersyteciem Gdańskim. Wcześniej prowadziłem zajęcia ze studentami z zakresu stosunków międzynarodowych na Wyższej Szkole Bankowej w Gdańsku.

Na pewno dla mnie bardzo ważna jest organizacja swojej pracy, a także skuteczność adekwatnego reagowania na pojawiające się wyzwania.

Na zakończenie proszę jeszcze opowiedzieć o swoich pasjach i zainteresowaniach.

Moją najważniejszą pasją od czasów studiów jest polityka społeczna, ściśle powiązana od początków rozpoczęcia mojej pracy zawodowej. Ponadto od wielu lat jestem członkiem Związku Kynologicznego w Polsce, śmiało mogę nazwać się znawcą dwóch bardzo różnych od siebie ras psów: owczarek południoworosyjski-jużak oraz buldog angielski. Obecnie posiadam trzy psy. Od pięciu lat należę do Polskiego Związku Działkowców, mam przyjemność być członkiem zarządu jednego z Gdańskich ogrodów. Wolne chwile lubię też poświęcać zupełnie innemu zajęciu, jakim jest cukiernictwo i gotowanie.

Bardzo dziękuję! W imieniu wszystkich współpracowników życzę wielu sukcesów i satysfakcji z pracy!

ROZMAWIAŁA: ALDONA CZERWIŃSKA

«(...) dla mnie bardzo ważna jest organizacja swojej pracy, a także skuteczność adekwatnego reagowania na pojawiające się wyzwania.» — M. Bigot

Dwa miesiące minęły od rozpoczęcia przez Pana pracy w PCPR w Wejherowie. Jak z tej perspektywy czasowej postrzega Pan funkcjonowanie instytucji?

PCPR w Wejherowie to spora instytucja, skupiająca kilkudziesięciu pracowników na miejscu oraz w podległych placówkach opiekuńczo – wychowawczych. Wsparciem obejmuje wiele form pomocy o zasięgu ponadgminnym m.in. od realizacji świadczeń finansowych, po wsparcie prawne i psychologiczne dla dzieci, osób z niepełnosprawnościami i rodzin w kryzysie. Praca w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Wejherowie jest pracą ciekawą, każdy dzień jest dla mnie kolejnym doświadczeniem zawodowym i wnosi wiele nowego. Z uwagi na złożoność problemów, z którymi mierzą się pracownicy PCPR, nie jest to praca dla każdego.



HISTORIE NASZYCH RODZIN

Pani Róża i Dzieci



Z Panią Różą spotkałam się pewnego słonecznego, wiosennego dnia w kawiarni, na deptaku w Wejherowie. To dystygowana, starsza Pani, która nie mówi wiele i bardzo waży słowa, co jest obecnie zjawiskiem dość rzadkim. Od kilkudziesięciu lat pełni funkcję rodziny zastępczej, ma więc w tym względzie bogate doświadczenia. Na potrzeby naszej publikacji podzieliła się niektórymi ze swoich przemyśleń.

Pani Róża, a właściwie Rozemari, z domu Fojut, z wykształcenia jest historyczką i dziennikarką. Do Wejherowa przeniosła się z Warszawy w roku 1988 z powodów rodzinnych; zaopiekowała się wówczas swoją kilkuletnią wnuczką, dzięki czemu narodziła się idea rodzicielstwa zastępczego. Kiedy Wnuczka dorosła i usamodzielniała się, pojawiały się kolejne Dzieci, w sumie było ich czternaścioro. Każde z nich stanowi odrębną historię, o której opowiada Pani Róża. Paulina, jako jedyna wybrała odmienną drogę od innych, gdyż rozpoczęła naukę w technikum, bez etapu szkoły zawodowej. Obecnie pracuje w bankowości i mieszka w Szwecji. Ula zawsze chciała być nauczycielką, ale najpierw skończyła szkołę zawodową i została sprzedawcą; potem było wieczorowe liceum, a następnie pedagogika w Słupsku, a tym samym cel został osiągnięty. Marzena zaś zdobyła dyplom kosmetykologa, została mamą trójki dzieci, mieszka i pracuje w Słupsku. Był jeszcze Paweł, który w wieku pięciu lat miał trafić do zakładu zamkniętego, zamiast tego trafił pod opiekę Pani Róży. Nie był chory, był po prostu opuszczony i zaniedbany, teraz radzi sobie z życiem jak inni.

Była i Agnieszka, były inne Dzieci... dziś też jest jeden młody człowiek, któremu Pani Róża daje wszystko to, co mieści się w słowie dom... Jednak, jak przyznaje moja rozmówczyni, nie jest proste być rodziną zastępczą. To nie jest zwyczajne zajęcie, które się kończy, od którego ma się urlop i zapomnienie. Stworzenie rodziny zastępczej wpływa na relacja z bliskimi, nieodwołalnie je zmienia, gdyż wymaga od nich zgody na „podzielenie” się uwagą, czasem, troską ...z innymi. Poza tym dzieci odchodzą z domu, ale nie z pamięci, dla wszystkich pozostaje w niej miejsce.

Pani Róża nie uznaje emerytury. Choć czeka na Nią przytulny pokój w mieszkaniu Wnuczki, wciąż chce żyć „tu i teraz”, nie dla siebie, ale dla kogoś... Ma wiele energii, jej oczy wciąż z właściwym młodości wyzwaniem patrzą na świat. Nie oczekuje jakiegoś szczególnego uznania. Twierdzi, że nie należy gloryfikować rodzicielstwa zastępczego. Nie trzeba tu wielkich słów, bo człowiek ociera się o patologię, ale nie chce się w nią zagłębiać, żeby nie zubożnąć... Rodzina zastępcza to forma pomocy na długi dystans, to swego rodzaju stopniowe zawłaszczenie dziecka, które musi oswajać się stopniowo i swoją nową sytuację zaakceptować. Rodzic zastępczy musi pamiętać, że dziecko nie przynależy do niego, bo jeżeli tak miałoby się stać, to należałoby je adoptować. Pani Róża jest pewna jednego: każda rodzina zastępcza jest lepsza od biologicznej, bo gdyby tak nie było, dziecko zostałoby z rodzicami biologicznymi. Rodzic zastępczy bierze całkowitą odpowiedzialność za los dzieci i nie ma takiej rzeczy, której by dla nich nie zrobił; pokazuje im świat, uczy życia, robi to wszystko, co należy do obowiązków każdego, troskliwego rodzica.

Na koniec naszej rozmowy Pani Róża wspomina o swej działalności w Stowarzyszeniu „Nasze gniazdo”, o pracy wolontariuszy, którym są przede wszystkim dzieci z rodzin zastępczych, uczące się w ten sposób zauważania problemów i potrzeb innych ludzi. Spotkanie z Panią Różą dało mi wiele do myślenia zwłaszcza, że są tematy, o których nie zgodziła się rozmawiać. Szanuję tę decyzję i pozostawiam niedomówienia tak samo, jak w przypadku pytania o imię: bo czy Rozemari to Róża i Maria, czy może Róża i morze?

ALDONA CZERWIŃSKA



WSPARCIE W POWIECIE

Od 1 lutego 2022 r. na terenie Wejherowa funkcjonuje Lokalny Punkt Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przepęstwem.

Do Lokalnego Punktu Pomocy Osobom Pokrzywdzonym Przepęstwemw Wejherowie mogą zgłaszać się osoby pokrzywdzone przepęstwem i osoby im najbliższe, w zakresie każdego rodzaju przepęstwa, w tym przemocy w rodzinie, braku alimentacji, wypadków komunikacyjnych, podbić, przepęstw seksualnych, oszustw oraz każdego innego przepęstwa, lub świadkowie przepęstwa i bliscy tych osób. Dotyczy to zarówno osób które zostały wezwane w charakterze świadka przez prokuratora, policję lub sąd, jak i osób które nie posiadają takiego wezwania, a były świadkami przepęstwa i z tego powodu potrzebują wsparcia i porady. **Nadmienić należy, że pomoc udzielana jest również cudzoziemcom, w tym także obywatelom Ukrainy.**

W ramach działalności Punktu możliwa jest pomoc osobom pokrzywdzonym przepęstwem m. in. w formie:

- organizowania i finansowania pomocy prawnej, w tym alternatywnych metod rozwiązywania konfliktów;
- organizowania i finansowania pomocy tłumacza, w celu udzielenia pomocy prawnej osobie uprawnionej, jeżeli nie włada w wystarczającym stopniu językiem polskim, do czasu wszczęcia postępowania przygotowawczego;
- organizowania i finansowania pomocy tłumacza języka migowego lub tłumacza przewodnika, w celu udzielenia pomocy prawnej;
- pokrywania kosztów związanych z psychoterapią, pomocą psychiatryczną lub psychologiczną;
- organizowania i finansowania pomocy udzielanej przez osobę pierwszego kontaktu;
- pokrywania kosztów świadczeń zdrowotnych, lekarstw w zakresie, w którym lek nie podlegałby refundacji lub w części, w której nie jest refundowany, wyrobów medycznych, w tym materiałów opatrunkowych, przedmiotów ortopedycznych oraz środków pomocniczych, w zakresie niezbędnym w procesie leczniczym doznanego uszczerbku na zdrowiu wynikającego z przepęstwa lub jego następstw;
- pokrywania kosztów związanych z kształceniem w szkołach i przedszkolach publicznych, w tym w ramach indywidualnego nauczania, odpowiednio do wieku i potrzeb edukacyjnych osób uprawnionych;
- pokrywania kosztów związanych z opieką nad dziećmi w żłobkach i klubach dziecięcych prowadzonych przez gminy w oparciu o przepisy ustawy z dnia 4 lutego 2011 r. o opiece nad dziećmi w wieku do lat 3 (t. j. Dz. U. 2021 poz. 75 z późn. zm.);
- organizowania i finansowanie szkoleń i kursów podnoszących kwalifikacje zawodowe oraz pokrywanie

kosztów egzaminów potwierdzających kwalifikacje zawodowe;

- pokrywania kosztów czasowego zakwaterowania lub udzielania schronienia (max 3 miesiące);
- finansowania okresowych dopłat do bieżących zobowiązań czynszowych i opłat za energię ciepłą, energię elektryczną, gaz, wodę, opał, odbiór nieczystości stałych i płynnych za lokal mieszkalny lub dom jednorodzinny, do którego osoba uprawniona posiada tytuł prawny, proporcjonalnie do liczby osób stale zamieszkujących, w tym lokalu lub domu (maksymalnie przez okres 3 miesięcy);
- usług dostosowania lokalu mieszkalnego lub domu jednorodzinnego do potrzeb osoby pokrzywdzonej przepęstwem w przypadku, gdy utrata sprawności fizycznej nastąpiła w wyniku przepęstwa;
- finansowania przejazdów środkami komunikacji publicznej lub pokrywanie kosztów transportu związanych z uzyskiwaniem świadczeń i regulowaniem spraw;
- pokrywania kosztów żywności lub bonów żywnościowych;
- pokrywania kosztów zakupu odzieży, bielizny, obuwia, środków czystości i higieny osobistej;
- finansowania kosztów zorganizowanego wyjazdu uprawnionego małoletniego;
- finansowania kosztów wyjazdu:
- osoby uprawnionej wraz z małoletnim, nad którym sprawuje pieczę,
- uprawnionego małoletniego wraz z osobą, pod której pieczę pozostaje podczas którego udzielana będzie pomoc;
- finansowania robót budowlanych,
- zakupu urządzeń i wyposażenia;
- zakupu wartości niematerialnych i prawnych.
- organizowania i finansowania pomocy tłumacza języka migowego lub tłumacza przewodnika, w celu udzielenia pomocy psychologicznej świadkom i osobom im najbliższym;
- pokrywania kosztów związanych z pomocą psychologiczną, w tym organizowania i finansowania pomocy udzielanej przez osobę pierwszego kontaktu świadkom i osobom im najbliższym.

Punkt znajduje się przy ul. Jana III Sobieskiego 279A w Wejherowie, czynny jest w poniedziałek w godz. od 12:00 do 17:00 oraz w piątek w godz. od 08:00 do 13:00.

Kontakt tel. 794 284 925.

KONKURS DLA RODZIN ZASTĘPCZYCH

PATENT NA RELAX

Dyrektor PCPR w Wejherowie ogłasza konkurs, dla rodzin zastępczych i dzieci z powiatu wejherowskiego.

Wspólnie spędzany czas to możliwość świetnej zabawy, poznania siebie nawzajem, znalezienie wspólnych zainteresowań i radość z bycia razem.

Konkurs polega na:

1. wykonaniu w dowolnej formie graficznej mapy trasy rodzinnego spaceru z zaznaczeniem jej punktu początkowego, końcowego, długości, ciekawych obiektów przyrodniczych, architektonicznych i krajobrazowych;
2. sporządzeniu opisu trasy i jej walorów, liczącego nie więcej niż jedną stronę A4;
3. wykonaniu dokumentacji fotograficznej (3 – 5 zdjęć) rodzinnego spaceru na tej trasie;
4. załączeniu informacji o autorach pracy (członków rodziny) z podaniem, kto i jakie zadania w ramach projektu zrealizował.

Prace konkursowe mogą być sporządzone w formie papierowej lub elektronicznej i dostarczone odpowiednio: do siedziby PCPR w Wejherowie z dopiskiem: „Konkurs – wspólny spacer” albo przesłane na adres mailowy: aldona.czerwinska@pcprwejherowo.pl

Wszystkie dostarczone w terminie prace zostaną ocenione przez jury, które wyłoni zwycięzcę konkursu według następujących kryteriów:

- pomysłowość i oryginalność projektu
- estetyka
- zawartość merytoryczna
- rodzinna dokumentacja fotograficzna
- liczba członków rodziny, którzy wzięli udział w wykonaniu zadania

Termin dostarczania prac konkursowych upływa 20 czerwca 2022 r.

Fundatorem nagród – niespodzianek dla wszystkich członków zwycięskiej rodziny jest Dyrektor PCPR w Wejherowie.

NA WESOŁO

Dziadek karci wnuczka za dwóję z historii.
- Wiesz, gdy ja byłem uczniem, to z historii miałem same piątki!
- Tak, dziadku, ale historia była wtedy o wiele krótsza.

- Ciociu, dlaczego wujek nie ma włosów?
- Bo jest bardzo mądrym człowiekiem.
- A dlaczego ciocia ma takie długie włosy?

- Mamusiu, czy mogę iść się bawić?
- Z tą dziurą w pończosze?
- Nie, z Janką z czwartego piętra.

W przedziale pociągu pospiesznego relacji
Poznań – Warszawa siedzi matka, a na
korytarzu z nosami przy szybie stoją jej dwaj
synowie. W pewnym momencie do przedziału
wraca jeden z nich i pyta mamę:
- Mamusiu, jaka była teraz stacja?
- Nie wiem.
- To niech mamusia zapyta.
- Po co?
- Bo Franek na niej wysiadł.

- Pan jest pasterzem moim
- Który Pan?
- Pan Mirek