



Rada powiatu jednogłośnie przyjęła uchwałę w sprawie określenia zadań i wysokości środków z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Pieniądze dla powiatu kwidzyńskiego przypadające według algorytmu w tym roku to ponad 3,9 mln zł. Ponad 2,5 mln zł przeznaczonych zostanie na funkcjonowanie warsztatów terapii zajęciowej w Ryjewie i Górkach. Na zdjęciu: zajęcia prowadzone w pracowni wikliniarskiej w Warsztacie Terapii Zajęciowej w Górkach. str. IV



## Wspaniałych Świąt Wielkanocnych



*Niech Święta Wielkanocne napelnia wszystkie serca oraz umysły radością, nadzieją i energią, pozwalając stawić czoła nawet najtrudniejszym wyzwaniom. W tych wyjątkowych dniach niech nikomu nie zabraknie radosnych spotkań w gronie rodziny i bliskich osób, a stoły niech uginają się od wielkanocnych potraw. Wyjątkowej atmosfery, optymizmu, wyrozumiałości, wzajemnej życzliwości oraz wszechogarniającego dobra życzą: Zarząd i Rada Fundacji „Misericordia” oraz uczestnicy i pracownicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Górkach.*

### Subkonto Fundacji „Misericordia”

## Każdy może pomóc Ukraińcom

**Ponad 160 tys. zł przeznaczono na pomoc Ukraińcom ze środków, które trafiły na specjalne subkonto Fundacji „Misericordia” w Górkach. Wsparcie darczyńców, w tym osób prywatnych, firm i organizacji, pozwoliło na udzielenie pomocy rodzinom oraz dzieciom przebywającym w powiecie kwidzyńskim. Pieniądze pozwoliły też wesprzeć mieszkańców ukraińskiego miasta Bar.**



Subkonto Fundacji „Misericordia” zostało utworzone dla wspierania letniego pobytu dzieci z Baru, miasta partnerskiego Kwidzyna. Po rosyjskiej napaści na Ukrainę służy także do

wspierania finansowego i rzeczowego Ukraińców przebywających w powiecie kwidzyńskim i ukraińskim Barze. Subkonto ma charakter otwarty. Każdy może wpłacić pieniądze, aby wesprzeć Ukraińców. Do 27 marca bieżącego roku na subkonto wpłynęło ponad

218 tys. zł. Na pomoc Ukraińcom przeznaczono ponad 174 tys. zł. Stan subkonta 27 marca 2023 roku wynosił 46 250,19 zł. Szczegółowe rozliczenie wpływów i wydatków można znaleźć na stronie: [www.fundacjamisericordia.pl](http://www.fundacjamisericordia.pl) oraz stronie miasta: [www.kwidzyn.pl](http://www.kwidzyn.pl).

**Subkonto „Pomoc dla dzieci z Ukrainy”  
58 8300 0009 0003 3835 2000 0320 PBS Kwidzyn  
Fundacja „Misericordia”, Górki 4, 82-500 Kwidzyn**

### Kartka dla chorych psychicznie

## Aleksandra Kozikowska z pierwszą nagrodą

Aleksandra Kozikowska z Warsztatu Terapii Zajęciowej w Górkach zajęła pierwsze miejsce ex aequo z dwiema innymi osobami w konkursie na wykonanie kartki walentynkowej adresowanej do osób chorujących psychicznie. Konkurs odbył się w ramach akcji „Róża od Świętego Walentego”. Jej celem jest zwrócenie uwagi na sytuację osób chorujących psychicznie.



Aleksandra Kozikowska z Warsztatu Terapii Zajęciowej w Górkach zajęła pierwsze miejsce w konkursie na wykonanie kartki walentynkowej adresowanej do osób chorujących psychicznie. Konkurs odbył się w ramach akcji „Róża od Świętego Walentego”. Jej celem jest zwrócenie uwagi na sytuację osób chorujących psychicznie. Fot. JK

Inicjatorem akcji jest Stowarzyszenie Świętego Walentego, a obecnym kontynuatorem Pomorska Koalicja na Rzecz Zdrowia Psychicznego. Akcji patronuje Centrum Samopomocy w Gdyni wraz z partnerami oraz Stowarzyszenie Na Drodze Ekspresji-Sopockie Centrum Organizacji Pozarządowych i Wolontariatu. Podczas akcji kartki z życzeniami wraz z dołączoną różą, symbolem nadziei na zdrowienie, dostarczane są do osób przebywających w szpitalach psychiatrycznych, oddziałach dziennych oraz innych placówkach. Wprawdzie Aleksandra Kozikowska wzięła udział w ubiegłorocz-

nej edycji konkursu, ale w związku z zaangażowaniem organizatora w pomoc Ukraińcom, którzy z powodu agresji rosyjskiej schronili się w województwie pomorskim, wyniki ubiegłorocznego i tegorocznego konkursu zostały ogłoszone obecnie. Na kartki przygotowane przez uczestników konkursu można było głosować na stronie fanpage Pomorskiej Koalicji Na Rzecz Zdrowia Psychicznego. Walentynkowe kartki z życzeniami przygotowali uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Górkach pod okiem Bożeny Jaworskiej, kierującej pracownią plastyczną w WTZ.

Według organizatorów kon-

kursu, problemy i potrzeby osób z doświadczeniem kryzysu psychicznego nie budzą zainteresowania społeczeństwa i osoby te są postrzegane w sposób stereotypowy. Podczas akcji „Róża od Świętego Walentego” członkowie różnych organizacji partnerskich odwiedzają placówki zdrowia psychicznego i wręczają ich uczestnikom róże, będące symbolem pamięci, a także pozwalające wprowadzić chwile radości. Kartki wykonane w WTZ w Górkach także trafiły do osób chorych psychicznie, w tym nagrodzona kartka Aleksandry Kozikowskiej.

(jk)



## Technologia dla osób niepełnosprawnych

# Ułatwienia dla niepełnosprawnych kierowców

**□ Niepełnosprawność nie musi oznaczać, że nigdy nie zostaniemy kierowcą. Choć prowadzenie samochodu może być dla osób niepełnosprawnych utrudnione, istnieją różne rozwiązania, które ograniczają te trudności. Takie rozwiązania to między innymi urządzenia do obsługi pedałów przy użyciu ręki, bezprzewodowe piloty do obsługi elementów wyposażenia pojazdu i deski transferowe ułatwiające wsiadanie i wysiadanie osobom poruszającym się na wózku inwalidzkim.**

### Obsługa pedału gazu lewą stopą

Korzystanie z pedału gazu, który obsługuje się prawą stopą, może stanowić problem dla niepełnosprawnych kierowców, u których prawa noga jest niesprawna lub została amputowana. Problem ten

Jeśli kierowca ma niesprawne obie nogi, istnieje kolejne rozwiązanie – urządzenie umożliwiające operowanie pedałami przy użyciu ręki. Składa się ono z mechanizmu montowanego na pedałach i połączonej z nim dźwigni znajdującej się obok kierowcy.

sygnalizować zamiar skrętu, nie odrywając ręki od kierownicy, co dodatkowo zwiększa bezpieczeństwo. Istnieją również wersje, które można zamontować na kierownicy. To urządzenie również przeznaczone jest dla pojazdów z automatyczną skrzynią biegów.

### Gałki i uchwyty na kierownicę

Ułatwieniem dla kierowców, którzy z różnych powodów nie są w stanie korzystać z kierownicy przy użyciu obu rąk,

specjalny uchwyt. Montuje się go na dźwignię hamulca ręcznego, którą można następnie operować, podnosząc lub opuszczając uchwyt. Aby nacisnąć przycisk umożliwiający zwolnienie hamulca ręcznego, wystarczy pociągnąć uchwyt do przodu.

### Bezprzewodowy pilot

Rozmieszczenie przełączników do obsługi elementów wyposażenia samochodu takich jak światła, kierunkowskazy i wycieraczki może utrudniać



Urządzenie umożliwiające obsługę pedału gazu lewą stopą.

Fot. autochair.co.uk

można rozwiązać przy użyciu specjalnego urządzenia, które umożliwia operowanie pedałem gazu lewą stopą. Urządzenie to składa się z mechanizmu montowanego przy pedale gazu i dodatkowego pedału połączonego z mechanizmem przy użyciu metalowego pręta. Pedał ten znajduje się obok pedału hamulca i wciśnięcie go powoduje jednoczesne wciśnięcie pedału gazu. Można go zamontować zarówno po lewej, jak i po prawej stronie pedału hamulca. Należy pamiętać, że urządzenie to nie zastąpi pedału sprzęgła – przeznaczone jest więc dla pojazdów z automatyczną skrzynią biegów.

### Urządzenie do obsługi ręcznej pedałów w aucie



Urządzenie do obsługi pedałów ręką.

Fot. autochair.co.uk

Dźwignię wystarczy pociągnąć do tyłu, aby przyspieszyć lub do przodu, aby zahamować.



Gałka na kierownicy.

Fot. autochair.co.uk

Urządzenie umożliwia również obsługę kierunkowskazów, dzięki czemu kierowca może



Uchwyt na dźwignię hamulca ręcznego.

Fot. autochair.co.uk

będzie specjalna gałka montowana na kierownicy. Rozwiązanie to umożliwia łatwą obsługę kierownicy jedną ręką.

Inna wersja tego urządzenia ma postać uchwytu oraz dwóch bolców ustawionych w kształt trójkąta. Takie urządzenie ułatwia obsługę kierownicy osobom ze zmniejszoną siłą chwytu. Kierowca może korzystać z kierownicy, trzymając uchwyt, zaś bolce stanowią podparcie dla nadgarstka.

### Uchwyt na dźwignię hamulca ręcznego

Hamulec ręczny jest ważnym elementem, którego głównym zadaniem jest unieruchomienie samochodu podczas postoju. Aby ułatwić jego obsługę kierowcom o ograniczonej sprawności rąk, można zastosować

niepełnosprawnym kierowcom korzystanie z tych elementów. W takich przypadkach może pomóc specjalny pilot bezprzewodowy. Jest on wyposażony w przyciski, które umożliwiają



Bezprzewodowy pilot do obsługi elementów wyposażenia samochodu.

Fot. ergomobility.co.uk

łatwą i wygodną obsługę najważniejszych elementów wyposażenia samochodu z jednego miejsca. Taki pilot może być zamontowany na kierownicy i jednocześnie służyć jako uchwyt. Może być również wyposażony w aktywowane przez czujnik zmierzchu podświetlenie klawiszy, aby ułatwić korzystanie z urządzenia w nocy.

### Deska transferowa

Deska transferowa, zwana też deską ślizgową lub płytą



Deska transferowa.

Fot. emico.pl

do przesiadania, jest urządzeniem, którego zadaniem jest ułatwienie wsiadania i wysiadania z samochodu osobom poruszającym się na wózku inwalidzkim oraz tym, dla których wejście lub wyjście z pojazdu jest utrudnione ze względu na wiek lub zaburzenia funkcji ruchu. Ułatwia ona przesunięcie się na fotel w samochodzie lub wózek inwalidzki, a w razie potrzeby umożliwia też krótki odpoczynek podczas tej czynności. Może być zamontowana zarówno po stronie kierowcy, jak i pasażera. Po zamknięciu

jest niebezpieczne i może zostać ukarane mandatem w wysokości 500 złotych oraz 12 punktami karnymi. Do prowadzenia rozmów telefonicznych podczas jazdy powinniśmy korzystać z zestawu głośnomówiącego. W przypadku niektórych osób niepełnosprawnych obsługa takiego urządzenia podczas jazdy może jednak nie być łatwa. Zamiast tego możemy wykorzystać funkcję asystenta głosowego w smartfonie. W przypadku iPhone'ów jest to Siri, natomiast w przypadku smartfonów z Androidem - Asystent Google. Zaletą takiego rozwiązania jest brak konieczności zakupu dodatkowego urządzenia, a w obu przypadkach do aktywowania asystenta możemy posłużyć się komendą głosową („Hey Siri” w przypadku Siri lub „OK Google” w przypadku Asystenta Google). Asystenci głosowi wymagają jednorazowej konfiguracji, aby nauczyć się rozpoznawać nasz głos i nie wymagają połączenia z Internetem do obsługi podstawowych funkcji telefonu, ale Siri, w przeciwieństwie do Asystenta Google, nie obsługuje języka polskiego. W przypadku asystentów głosowych wykonywanie połączeń telefonicznych jest też łatwiejsze niż w przypadku zestawów głośnomówiących, które często umożliwiają jedynie nawiązanie połączenia z ostatnim rozmówcą – wydając polecenie możemy podyktować numer telefonu lub wskazać określoną osobę z listy kontaktów.

**Przemysław Rutkowski**



## Rehabilitacja społeczna i zawodowa

# Pieniądze z PFRON podzielone

**Rada powiatu jednogłośnie przyjęła uchwałę w sprawie określenia zadań i wysokości środków z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Pieniądze dla powiatu kwidzyńskiego przypadające według algorytmu w tym roku to ponad 3,9 mln zł.**

Planowane wydatki związane z rehabilitacją społeczną i zawodową niepełnosprawnych mieszkańców powiatu przedstawiła podczas ostatniej sesji rady powiatu Ewa Poteracka-Bednarczyk, zastępca kierownika Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Kwidzynie.

Zgodnie z wnioskiem dyrektora Powiatowego Urzędu Pracy w Kwidzynie na realizację zadań z zakresu rehabilitacji zawodowej przeznaczona zostanie kwota 100 tys. zł, w tym 50 tys. zł proponuje się przeznaczyć na zwrot kosztów wyposażenia stanowiska pracy osoby niepełnosprawnej oraz 50 tys. zł na podjęcie działalności gospodarczej lub rolniczej albo wniesienie wkładu do spółdzielni socjalnej. Po uwzględnieniu kwoty ponad 2 mln 583 tys. zł na dofinansowanie warsztatów terapii zajęciowej oraz 100 tys. zł na rehabilitację zawodową, na pozostałe zadania powiatu z zakresu rehabilitacji społecznej przeznaczona zostanie kwota ponad 1 mln 292 tys. zł. Podział środków został omówiony z Powiatową Społeczną Radą ds. Osób Nie-



Ponad 2,5 mln zł to kwota, która przeznaczona zostanie na funkcjonowanie warsztatów terapii zajęciowej w Górkach i Ryjewie.

pełnosprawnych i został przez nią zaakceptowany – podkreśliła Ewa Poteracka-Bednarczyk.

Podobnie jak w ubiegłym roku, ze względu na skalę potrzeb z zakresu rehabilitacji społecznej, zaproponowano obniżenie dofinansowania do sprzętu re-

habilitacyjnego o 20 proc. oraz zaopatrzenia w przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze o 40 proc. kwoty udziału własnego osoby niepełnosprawnej. W ten sposób ta forma pomocy obejmie większą liczbę osób niepełnosprawnych. (jk)

## Pieniądze na rehabilitację społeczną i zawodową - 3 975 882 zł

### Rehabilitacja zawodowa - 100 000 zł

- zwrot kosztów wyposażenia stanowiska pracy - 50 000 zł
- środki na podjęcie działalności gospodarczej lub rolniczej albo wniesienie wkładu do spółdzielni socjalnej - 50 000 zł
- dofinansowanie do oprocentowania kredytu bankowego zaciągniętego na kontynuowanie działalności gospodarczej osoby niepełnosprawnej - 11 000 zł

### Rehabilitacja społeczna - 3 875 882 zł

- działalność warsztatów terapii zajęciowej - 2 583 420 zł
- dofinansowanie uczestnictwa osób niepełnosprawnych i ich opiekunów w turnusach rehabilitacyjnych - 400 000 zł
- sport, kultura i turystyka osób niepełnosprawnych - 70 000 zł
- dofinansowanie zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny, przedmioty ortopedyczne i środki pomocnicze - 622 462 zł
- likwidacja barier architektonicznych, w komunikowaniu się i technicznych, w związku z indywidualnymi potrzebami osób niepełnosprawnych - 200 000 zł

## Powitanie wiosny w WTZ w Górkach

# Pierwsze takie ognisko

Uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Górkach, prowadzonego przez Fundację „Misericordia” powitali wiosnę przy ognisku. Marzanna wprawdzie została przygotowana, ale zaniechano tradycyjnego topienia. Nie zabrakło pieczonych kiełbasek i dobrego humoru.



Uczestnicy Warsztatu Terapii Zajęciowej w Górkach, prowadzonego przez Fundację „Misericordia” powitali wiosnę przy ognisku.

W ten sposób zachęcano wiosnę do bardziej śmiałego rozgłoszenia się i uraczenia wszystkich słońcem i ciepłymi dniami. To pierwsze ognisko zorganizowane dla niepełnosprawnych uczestników Warsztatu Terapii Zajęciowej w Górkach w tym roku. To chwila wytchnienia od codziennych zajęć w pracowniach, które skupiły się na przygotowaniu ozdób świątecznych oraz innych wyrobów, wystawianych przez dwa tygodnie w zabytkowym dworcu, który jest siedzibą warsztatu. W WTZ w Górkach funkcjonuje dziewięć

specjalistycznych pracowni: terapii życia codziennego,



styczna, ceramiczna, artystyczna, edukacyjno-stolarska, komputerowa, wikliniarska, redakcyjna, ogrodniczo-gospodarcza oraz gabinet rehabilitacji. Obecnie w zajęciach terapeutycznych uczestniczy 47 niepełnosprawnych, dorosłych osób z całego powiatu kwidzyńskiego. Podczas zajęć zdobywają wiele umiejętności przydatnych w codziennym życiu lub w przyszłej pracy zawodowej. Warsztat jest placówką dzienną. Zajęcia rozpoczynają się o godz. 7.00, a kończą o godz. 15.00.

(jk)





## Trzeci rok rehabilitacyjnego wyzwania

**Zaimponowali swoją wytrwałością**

**Zaimponowałaś, zaimponowałeś nam swoją wytrwałością, codziennym wysiłkiem i wiarą w zwycięstwo. Jesteś dla nas mistrzynią, mistrzem i wzorem do naśladowania w dążeniu do spełniania marzeń - takie słowa umieszczone zostały na dyplomach niepełnosprawnych uczestników Warsztatu Terapii Zajęciowej w Górkach. Już trzeci rok uczestnicy WTZ w trakcie ćwiczeń rehabilitacyjnych na sprzęcie stacjonarnym pokonują kolejne kilometry.**



Osoby, które pokonały najwięcej kilometrów na rowerach stacjonarnych to Szymon Szpociński, Malwina Dubik, Krzysztof Dyszkowski, Sławomir Stefański, Julita Rudnicka, Magdalena Kwaśniak, Izabela Jabłonka, Marcelina Staniaszek, Joanna Kuźniewska, Łukasz Strohschein, Leszek Śmigieński, Arkadiusz Wąsik, Magdalena Kuter i Michał Wiącek. Zdjęcia: JK

Cele wyznaczają sobie sami. Prawdziwym rekordzistą jest Arkadiusz Wąsik, który wyruszył w swoją podróż na rowerze rehabilitacyjnym w 2020 roku. Postanowił pokonać na rowerze rehabilitacyjnym trasę z Kwidzyna do Monachium. Zajął mu to wówczas 32 godziny. Wprawdzie w okresie szczytu pandemii, podczas którego zajęcia w warsztacie zostały zawieszane, musiał przerwać wyzwanie, ale wrócił do niego po wznowieniu zajęć, „przejeżdżając” łącznie

1068 km. Arkadiusz Wąsik nie spoczął na laurach. Kontynuował swoją podróż pokonując do tej pory ponad 15 800 km. Swoją pasją zaraził też innych niepełnosprawnych uczestników warsztatu. Kolejne osoby zaczęły przyłączać się do wyzwania. Każda osoba postawiła przed sobą własny cel, w zależności od możliwości fizycznych i ograniczeń związanych z niepełnosprawnością, wybierając różne miasta w kraju oraz w Europie. Na sprzęcie stacjonarnym

pokonują odległości dzielące je od Kwidzyna. W siedzibie Warsztatu Terapii Zajęciowej podsumowano akcję, która okazała się prawdziwym wyzwaniem dla jej uczestników. Każdego dnia muszą pokonywać własne ograniczenia aby dotrzeć do celu, który sami wybrali. Bogdan Muchowski, kierownik Warsztatu Terapii Zajęciowej w Górkach i Wanda Wierucka, rehabilitantka i koordynatorka akcji, wręczyli dyplomy oraz nagrody wszystkim uczestnikom biorącym

udział w wyzwaniu. Osoby, które postanowiły wziąć w nim udział to: Szymon Szpociński, Malwina Dubik, Krzysztof Dyszkowski, Sławomir Stefański, Julita Rudnicka, Magdalena Kwaśniak, Izabela Jabłonka, Marcelina Staniaszek, Joanna Kuźniewska, Łukasz Strohschein, Leszek Śmigieński, Arkadiusz Wąsik, Magdalena Kuter i Michał Wiącek. To nie koniec wyzwania, gdyż dołączają do niego wciąż nowe osoby. (jk)



Prawdziwym rekordzistą jest Arkadiusz Wąsik, który wyruszył w swoją podróż na rowerze rehabilitacyjnym w 2020 roku. Do tej pory pokonał ponad 15 800 km.



Bogdan Muchowski, kierownik Warsztatu Terapii Zajęciowej w Górkach i Wanda Wierucka, rehabilitantka i koordynatorka akcji, wręczyli dyplomy oraz nagrody wszystkim uczestnikom biorącym udział w wyzwaniu. Nagrodę odbiera Michał Wiącek.



Dyplom i nagroda dla Joanny Kuźniewskiej.

## OBSERWATOR

*Dodatek bezpłatny do Kuriera Kwidzyńskiego, wykonany podczas zajęć terapeutycznych prowadzonych w Warsztacie Terapii Zajęciowej w Górkach. WTZ prowadzi Fundacja „Misericordia”.*

Górki 4 82-500 Kwidzyn  
tel./faks 55 279 35 64  
e-mail: wtzkwidzyn@wp.p  
www.fundacjamisericordia.pl



**Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Kwidzynie**

Realizuje zadania wynikające z ustawy o pomocy społecznej i ustawy o rehabilitacji społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych. Główne cele działań Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie w Kwidzynie z zakresu pomocy społecznej to:

- umieszczanie osób ubiegających się o przyjęcie do domu pomocy społecznej,
- podejmowanie działań zmierzających do wytypowania rodzin bądź osób do pełnienia funkcji rodziny zastępczej,
- udzielanie pomocy pieniężnej na pokrycie kosztów utrzymania dzieci
- umieszczonych w rodzinach zastępczych,
- integracja ze środowiskiem osób opuszczających placówki opiekuńczo-wychowawcze, rodziny zastępcze i inne ośrodki, pomoc uchodźcom,
- podejmowanie innych działań wynikających z rozeznanych potrzeb.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie realizuje również zadania związane z rehabilitacją społeczną osób niepełnosprawnych.

ul. Hallera 5  
Telefon i faks: 55 279 99 15 i 55 646 18 00  
e-mail: pcpkwidzyn@poczta.fm  
pcprkwidzyn@o2.pl

**Dom Pomocy Społecznej „Słoneczne Wzgórze” w Ryjewie**

To jednostka organizacyjna powiatu kwidzyńskiego, przeznaczona dla osób dorosłych przewlekle psychicznie chorych i niepełnosprawnych intelektualnie. Dom funkcjonuje od 1966 roku. Na terenie Domu Pomocy Społecznej w Ryjewie znajdują się 4 budynki mieszkalne, w których oferuje się pokoje 1,2,3- osobowe z umywalkami lub łazienkami, WC, pokoje dziennego pobytu, gabinety doraźnej pomocy medycznej, 4 pracownie terapeutyczne, gabinet rehabilitacji i fizjoterapii oraz salę gimnastyczną, Salę Doświadczania Świata (obecnie pełniąc funkcje sali dziennego pobytu) kaplicę, pralnię podręczną, palarnię, kuchnię główną oraz kucharki i jadalnię w każdym budynku. Rodziny mieszkańców mogą skorzystać z pokoju gościnnego z samodzielnym wejściem. Dom świadczy usługi bytowe, opiekuńcze i wspomagające zgodnie z obowiązującym standardem dla 180 mieszkańców. Opiekę zapewnia doświadczony zespół pracowników opiekuńczo-terapeutycznego: opiekunowie, pielęgniarki, pokojowe, fizjoterapeuci, pracownicy socjalni, instruktorzy terapii zajęciowej, psycholog, kapelan. Mieszkańcy są objęci stałą opieką lekarza rodzinnego i psychiatry. Dom Pomocy Społecznej w Ryjewie położony jest na wzgórzu, stąd nazwa „Słoneczne Wzgórze”. Dom jest otoczony lasem, na jego terenie jest park, który sprzyja odpoczynkowi i rekreacji. Na terenie Domu znajduje się boisko z bramkami i koszykami do gry w koszykówkę, co zachęca do czynnego spędzania wolnego czasu na świeżym powietrzu. Bliższych informacji udzielają pracownicy socjalni Domu Pomocy Społecznej „Słoneczne Wzgórze” w Ryjewie: Wioletta Kowalska, Sylwia Szefer, Krzysztof Wiottstock i Ewelina Dysko.

Dom Pomocy Społecznej „Słoneczne Wzgórze”  
82-420 Ryjewo, ul. Słoneczna 14  
tel. 55 277 42 36 i 277 42 57  
www.dpsryjewo.pl,  
e-mail: dom@dpsryjewo.pl

**Dom Pomocy Społecznej w Kwidzynie**

To jednostka organizacyjna powiatu kwidzyńskiego. Funkcjonuje od 1972 r. Ponad 40-letnia tradycja i doświadczenie gwarantują fachową opiekę pielęgniarską, medyczną, rehabilitacyjną, socjalną i duszpasterską oraz szeroka ofertę kulturalno-oświatową. Dom przeznaczony jest dla 115 przewlekle somatycznie chorych kobiet i mężczyzn. Posiada w pełni wyposażone pokoje 1,2 i 3- osobowe ze swobodnym dostępem do łazienek i WC, pokoje dziennego pobytu, własną kuchnię i kucharki oddziałowe, salę wielofunkcyjną z jadalnią, gabinet fryzjerski i krawiecki, kaplicę, salę rehabilitacji i terapii zajęciowej z punktem bibliotecznym oraz gabinet doraźnej pomocy medycznej. Bezpieczeństwo mieszkańcom zapewnia dodatkowo system przyzywowy i przeciwpożarowy oraz monitoring. Budynek domu przystosowany jest dla osób niepełnosprawnych (winda, podjazdy, uchwyty, podnośnik, sprzęt ortopedyczny i pomocniczy). Odpoczynkowi i rekreacji sprzyjają skwery zielone z oczkiem wodnym oraz altany. Przyjazna atmosfera domu zapewnia mieszkańcom poczucie spokoju i bezpieczeństwa. Osoby zainteresowane mogą odwiedzić dom. Bliższych informacji udzielają pracownicy socjalni.

Dom Pomocy Społecznej w Kwidzynie  
82-500 Kwidzyn, ul. Malborska 18  
tel. (55) 279 37 21; faks 55 279 38 67  
www.dpskwidzyn.nowybip.pl  
e-mail: dom@dpskwidzyn.pl

**Placówki Wsparcia Dziennego w Kwidzynie**

Placówki Wsparcia Dziennego  
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Kwidzynie  
Świetlica przy ul. Hallera 5  
od poniedziałku do piątku w godz. 11.30 - 17.00  
tel. 783 152 042  
e-mail: swietlica.hallera@mopskwidzyn.pl  
Świetlica przy ul. Miłosnej 1  
od poniedziałku do piątku w godz. 11.30 - 17.00  
tel. 783 154 405,  
e-mail: swietlica.milosna@mopskwidzyn.pl

**Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w Kwidzynie**

Prowadzi między innymi porady dla dzieci niepełnosprawnych, grupy wsparcia dla rodziców dzieci niepełnosprawnych. Organizuje spotkania edukacyjno - informacyjne dla rad pedagogicznych, dotyczące metod nauczania dzieci niepełnosprawnych w szkole masowej. Poradnia zajmuje się między innymi profilaktyką uzależnień oraz innymi problemami dzieci i młodzieży. Udziela pomocy rodzicom i nauczycielom w wyborze kierunku kształcenia i zawodu, a także pomocy psychologiczno - pedagogicznej, związanej z wychowaniem i kształceniem.

ul. Grudziądzka 8  
Tel.: 55 279 21 19, faks: 55 261 22 89, e-mail: ppp@pppkwidzyn.pl  
dyrektor@pppkwidzyn.pl  
Filia w Prabutach, ul. Reymonta 1, tel. 55 278 21 16

**Stowarzyszenie Seniorzy 50+ w Kwidzynie**

Organizacja prowadzi różne formy działalności edukacyjnej, szkoleniowej, prozdrowotnej, kulturalnej, twórczej oraz turystyczno-krajoznawczej. Zajmuje się między innymi włączaniem osób starszych, zarówno aktywnych, jak i nieaktywnych zawodowo do systemu kształcenia ustawicznego. Organizacja promuje i organizuje wolontariat oraz działa na rzecz osób niepełnosprawnych. Angażuje też wszystkich chętnych do różnorodnych form aktywności fizycznej i intelektualnej adekwatnie do wieku, stopnia sprawności i zainteresowań.

Stowarzyszenie Seniorzy 50+, plac Plebiscytowy 2 w Kwidzynie (pokój 46, drugie piętro)  
Biuro czynne we wtorki i piątki, w godz. 10.00 - 12.00.  
Tel. 793 625 889 oraz 793 005 572.  
E-mail: seniorzy.kwidzyn@gmail.com

**Ośrodki pomocy społecznej w powiecie kwidzyńskim**

Świadczenia rodzinne, dodatki mieszkaniowe, zasiłki, wsparcie ubogich i bezdomnych, a także dożywianie dzieci z najuboższych rodzin to tylko niektóre z zadań realizowanych przez miejskie i gminne ośrodki pomocy społecznej w powiecie kwidzyńskim.

Miejsko-Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Prabutach  
ul. Łąkowa 24, tel. 55 278 02 20  
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Gardej  
ul. Kwidzyńska 36, tel. 55 275 14 21  
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Ryjewie  
ul. Lipowa 1, tel. 55 277 42 93  
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Sadlinkach  
ul. Kwidzyńska 12, tel. 55 275 75 82  
Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Kwidzynie  
ul. Grudziądzka 6, tel. 55 646 16 26  
Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej w Kwidzynie  
ul. Grudziądzka 30, tel. 55 261 04 47

**Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Niepełnosprawności**

Malbork, ul. Armii Krajowej 70  
55 247 26 96 i 55 272 80 80  
orzecznictwo1@poczta.onet.pl  
Interesanci przyjmowani są od poniedziałku do piątku, w godzinach od 8.00 do 15.00.

**Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Kwidzynie**

Diżury pierwszego kontaktu:  
poniedziałek - piątek, w godz. 9.00 - 14.00  
diżury popołudniowe  
poniedziałek-piątek, w godz. 17.00 - 19.00  
Ośrodek zapewnia profesjonalną pomoc i wsparcie wszystkim osobom, rodzinom i grupom doświadczającym trudności w pełnieniu swoich podstawowych funkcji, gdy dochodzi do zaburzenia ich równowagi i załamania jako konsekwencji różnych sytuacji kryzysowych. Ośrodek Interwencji Kryzysowej jest prowadzony na zlecenie samorządu powiatu kwidzyńskiego przez Fundację „Życie zgodnie”.

Ośrodek Interwencji Kryzysowej  
ul. Braterstwa Narodów 59  
82-500 Kwidzyn  
tel. 730 884 539 (czynny w godzinach dyżuru OIK)  
tel. 55 629 18 18 (czynny całodobowo)  
e-mail: fundacja@zyc-zgodnie.pl  
www.zyc-zgodnie.pl

**Zespół Pieczy Zastępczej PCPR w Kwidzynie**

Organizuje spotkania dla rodzin zastępczych. Spotkania odbywają się regularnie, w ramach programu „Grupy wsparcia dla rodzin zastępczych spokrewnionych, niezawodowych, zawodowych i rodzinnych domów dziecka”. Rodziny zastępcze, które chcą uczestniczyć w spotkaniach mogą zgłaszać się osobiście w Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie w Kwidzynie oraz telefonicznie.

tel. 55 279 99 15 i tel. 55 646 18 00

**Ośrodek Szkolno-Wychowawczy w Barcicach**

W placówce funkcjonują: wczesne wspomaganie, Przedszkole, Oddział dla dzieci z upośledzeniem umysłowym w stopniu głębokim, Szkoła Podstawowa (uczniowie z lekkim upośledzeniem umysłowym oraz uczniowie z upośledzeniem umysłowym w stopniu umiarkowanym, znacznym i sprzężonymi niepełnosprawnościami w tym też z autyzmem), Gimnazjum (uczniowie z lekkim upośledzeniem umysłowym, uczniowie z umiarkowanym i znacznym upośledzeniem umysłowym i sprzężonymi niepełnosprawnościami) oraz grupy wychowawcze (internat dla 48 wychowanków).

Telefon i faks: 55 277 16 95  
e-mail: sosw.barcice@powiatkwidzynski.pl  
www.sosw.barcice.ckj.edu.pl

**Szkoła Specjalna Przesposabiająca do Pracy w Kwidzynie**

Szkoła przeznaczona jest dla młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym i znacznym oraz niepełnosprawnością sprzężoną do 24. roku życia. Kierunki kształcenia z zajęciami praktycznymi u lokalnych przedsiębiorców obejmują: pomocnik ogrodnika i sadownika, pomocnik kucharza, pomocnik pracownika gospodarczego pracownia życia codziennego oraz Zespoły Rewalidacyjno - Wychowawcze dla dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim do 25. roku życia. Zajęcia obejmują w szczególności: naukę nawiązywania kontaktów społecznych, komunikowanie się z otoczeniem - AAC, usprawnianie ruchowe (integracja sensoryczna, fizjoterapia), wdrażanie do osiągania optymalnego poziomu samodzielności rozwijanie zainteresowania otoczeniem i wzmacnianie aktywności.

ul. Ogrodowa 6  
Telefon: 55 262 40 21, faks: 55 279 38 99  
www.soswkwidzyn.edupage.org  
e-mail: sekretariat@spdpkwidzyn.pl

**Placówki opiekuńczo-wychowawcze**

Placówki opiekuńczo - wychowawcze zapewniają dziecku całodobową, ciągłą lub okresową opiekę i wychowanie oraz zaspokajają jego niezbędne potrzeby bytowe, rozwojowe oraz inne. Celem nadrzędnym, związanym z umieszczaniem dzieci w tego typu placówkach, jest jak najszybsze przywrócenie dziecka rodzinie naturalnej.

Domy dla Dzieci:  
Dom dla dzieci przy ul. Staszica 27a w Kwidzynie  
Dom dla dzieci przy ul. Donimirskich 8 w Ryjewie  
Dom dla dzieci przy ul. Malborskiej 18b w Kwidzynie  
Biuro Domów dla Dzieci, ul. Grudziądzka 8 w Kwidzynie  
tel. 55 279 33 65 (sekretariat), 55 275 04 01 (dyrekcja)  
i 55 279 33 47 (pokój pracowników socjalnych).

**Przychodnia Leczenia Uzależnień w Kwidzynie**

Przychodnia udziela pomocy psychologicznej, terapeutycznej, dla osób z problemem własnym lub występującym w rodzinie, związanych z uzależnieniem, w tym problemy dotyczące spożywania alkoholu. Przyjmuje także pary w kryzysie oraz osoby doświadczające przemocy. Wspiera osoby z problemem alkoholowym, ich partnerki i partnerów, dorosłe dzieci alkoholików (DDA) i dzieci dysfunkcyjnych domów (DDD). W przychodni udzielana jest pomoc psychologiczna dzieciom i nastolatkom, których jedno lub dwoje rodziców zmagają się z problemem alkoholowym. Placówka realizuje pełny program terapii zarówno podstawowej, jak i pogłębionej. Program terapeutyczny realizowany jest podczas sesji grupowych, indywidualnych oraz w czasie maratonów terapeutycznych.

ul. Warszawska 18a  
tel. 55 646 44 04

**Samodzielny Publiczny Ośrodek Terapii i Rehabilitacji dla Dzieci w Kwidzynie**

Zapewnia specjalistyczną opiekę i pomoc dzieciom niepełnosprawnym fizycznie i intelektualnie, w tym także dzieciom z ciężkimi zaburzeniami zdolności komunikowania się z otoczeniem. Świadczy wielodyscyplinarną pomoc terapeutyczną, rehabilitacyjną, diagnostyczną i konsultacyjną na rzecz dzieci niepełnosprawnych fizycznie i intelektualnie. Ośrodek realizuje porozumienie z Narodowym Funduszem Zdrowia o udzielanie świadczeń opieki zdrowotnej w zakresie rehabilitacji dzieci z zaburzeniami wieku rozwojowego w ośrodku dziennym. Zapewnia między innymi rehabilitację ruchową, zabiegi z zakresu fizykoterapii, terapię psychologiczną, pedagogiczną, logopedyczną, stymulację widzenia, zajęcia grupowe stymulujące rozwój małego dziecka oraz konsultacje medyczne.

ul. Kołłątaja 4 w Kwidzynie  
tel./faks 55 279 30 22  
e-mail: otir@post.pl  
www.aac.pl

**Stowarzyszenie Rehabilitacyjne Centrum Rozwoju Porozumiewania**

Zapewnia zajęcia grupowe dla dzieci, wypożyczalnię specjalistycznych peryferii komputerowych i urządzeń wspomagających porozumiewanie się (AAC), konsultacje diagnostyczne dla dzieci z ciężkimi zaburzeniami porozumiewania się, szkolenia dla terapeutów i rodziców, sprzedaż urządzeń i pomocy dla porozumiewania się. Stowarzyszenie Rehabilitacyjne Centrum Rozwoju Porozumiewania w Kwidzynie jest wydawcą wielu podręczników oraz innych publikacji, z których korzystają nauczyciele oraz rodzice.

ul. Kołłątaja 4 w Kwidzynie  
tel./faks 55 261 80 30  
e-mail: aac@aac.pl  
www.aac.netidea.pl

**Dom Diennej Opieki dla Seniorów - Silver Club**

Do placówki przyjmowane są osoby poruszające się samodzielnie, ale także z trudnościami np. parkinsonizm, demencja czy Alzheimer. Seniorzy mają zapewnioną opiekę, terapię zajęciową, rehabilitację oraz spacer. Mogą także skorzystać z posiłków (dodatkowo płatne). Dom funkcjonuje w godz. 7.00-17.00 od poniedziałku do piątku.

ul. Braterstwa Narodów 59 w Kwidzynie  
Tel. 884 637 080, e-mail: biuro@silverclub.pl

**Hospicjum Kwidzyńskie św. Wojciecha**

Hospicjum Kwidzyńskie św. Wojciecha udziela pomocy chorym na chorobę nowotworową. Aby skorzystać z opieki, należy posiadać wszystkie badania oraz skierowanie od lekarza rodzinnego. Pacjenci nie ponoszą żadnych kosztów. Hospicjum ma podpisany kontrakt z Narodowym Funduszem Zdrowia. Pacjentami opiekuje się zespół pielęgniarek i lekarzy. Placówka opiekuje się również pacjentami w domach. Prowadzeniem placówki zajmuje się Towarzystwo Przyjaciół Chorych w Kwidzynie.

ul. Malborska 18  
tel. 55 613 19 13 (czynny całą dobę)

**Stacja socjalna Joannitów w Kwidzynie**

Obłożnie chorzy, osoby niepełnosprawne oraz mieszkańcy, których nie stać na zakup leków mogą liczyć na pomoc kwidzyńskiej stacji socjalnej Fundacji Joannitów. Pomoc udzielana jest nieodpłatnie. Stacja prowadzi wypożyczalnię sprzętu rehabilitacyjnego oraz aptekę, w której wszystkie leki wydawane są na receptę. Opiekuje się osobami obłożnie chorymi w ich domach. Pomaga także osobom niepełnosprawnym, którym trudno jest samodzielnie funkcjonować. Apteka stacji socjalnej czynna jest w poniedziałki, wtorki, czwartki i piątki od 13.00 do 14.00. Lekarstwa wydawane są tylko osobom, które znajdują się w bardzo trudnej sytuacji finansowej.

ul. Grudziądzka 6  
tel. 55 646 16 26

**Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Autyzmem „SNOA”**

To organizacja pożytku publicznego, działająca na rzecz osób z całościowymi zaburzeniami rozwojowymi oraz ich rodzin i wychowawców. Stowarzyszenie prowadzi działania obejmujące bezpośrednią pomoc terapeutyczną, udziela wsparcia, jak również organizuje szkolenia i konsultacje dla rodziców, wychowawców i innych osób mających styczność z osobami z autyzmem.

e-mail: iwetka1974@wp.pl, tel. 603 969 555  
ul. Warszawska 18, 82-500 Kwidzyn  
www.snoa.pl  
www.facebook.com/snoa.autyzm.kwidzyn  
stowarzyszeniesnoa@gmail.com

**Dzienny Dom Pobytu „Pałacyk”**

82-500 Kwidzyn, ul. Warszawska 18  
Informacja i rekrutacja uczestników w Miejskim Ośrodku Pomocy Społecznej w Kwidzynie przy ul. Grudziądzkiej 6. Tel. 55 646 16 26

**Warsztaty terapii zajęciowej**

Stowarzyszenie Pomocy Społecznej „Słoneczne Wzgórze”  
Warsztat Terapii Zajęciowej, ul. Słoneczna 18,  
82-420 Ryjewo  
tel. 55 277 42 14, fax 55 277 42 57  
www.sps.ryjewo.fm.interia.pl  
Fundacja „Misericordia”  
Warsztat Terapii Zajęciowej, Górki 4, 82-500 Kwidzyn  
tel./fax: 55 279 3564  
www.fundacjamisericordia.pl

**Stowarzyszenie Klub Abstynenta**

Stowarzyszenie Klub Abstynenta, to promowanie abstynencji w życiu codziennym, spędzanie wolnego czasu, odpoczynek i zabawa bez alkoholu. To także edukacja oraz informacja z zakresu uzależnień od alkoholu, współpraca z wszelkimi środowiskami i organizacjami, instytucjami, w zakresie profilaktyki alkoholowej.

Stowarzyszenie Klub Abstynenta  
82-500 Kwidzyn, ul. Odrowskiego 10  
tel. 55 261-08-46, w godz. 16.00 - 20.00 (oprócz sobót, niedziel i świąt)

**Punkt Konsultacyjny od Uzależnień**

Punkt prowadzony jest przez Stowarzyszenie Klub Abstynenta. Telefon informacyjny 55 261 08 46 czynny w godz. 16.00-20.00, w czasie otwarcia Klubu Abstynenta i Punktu Konsultacyjnego od Uzależnień (oprócz sobót, niedziel i świąt).

**Ośrodki adopcyjne w Gdańsku**

Ośrodek Adopcyjny w Gdańsku  
ul. Hallera 14,  
tel. (58) 326 84 30 do 36  
Ośrodek Adopcyjny Fundacji „Dla Rodziny” w Gdańsku  
ul. Myśliwskie Wzgórze 18a/2,  
tel. 58 511 03 75



## Wolontariackie warsztaty w kwidzyńskim DPS

# Tworzyli baranki i zające z gliny

**Kinga Kosacz-Drozdek z „Mojej Pracowni Ceramicznej” poprowadziła warsztaty ceramiczne dla mieszkańców Domu Pomocy Społecznej w Kwidzynie. Tematem prac wykonywanych przez uczestników była Wielkanoc.**

- Pani Kinga Kosacz-Drozdek, jako wolontariuszka, poprowadziła warsztaty dla naszych mieszkańców. Podczas zajęć powstały zajęcia, baranki, kurczaki i talerzyki. Wprawdzie była to brudna robota, gdyż wszyscy ubrudzili sobie ręce w glinie, ale dała naszym mieszkańcom dużo radości i satysfakcji - uważa Karolina Dunaj, terapeuta zajęciowy w Domu Pomocy Społecznej w Kwidzynie.

Dodaje, że po długim okresie izolacji spowodowanej pandemią do Domu Pomocy Społecznej w Kwidzynie wraca życie.

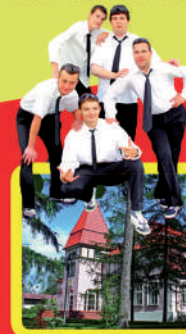
- Nasz dom coraz częściej odwiedzają cudowni ludzie, którzy z potrzeby serca, w



formie wolontariatu, ofiarowują naszym mieszkańcom swój czas i umiejętności. W grudniu pani Aleksandra Wójtowicz z Pracowni Rękodzielniczej „Sznurek, Papier, Nożyce” poprowadziła warsztaty, podczas których nasi mieszkańcy wykonywali kartki bożonarodzeniowe w formie 3D. Z kolei tłusty czwartek pojawiła się ze słodkościami i prezentami dla naszych mieszkańców pani Ewa z Kwidzyna, która wyraziła chęć dalszej współpracy w formie wolontariatu. Energia i entuzjazm pani Ewy na pewno przyczynią się do poprawy nastrojów naszych seniorów. Z całego serca dziękujemy wolontariuszkom, które odwiedzają mieszkańców naszego domu - mówi Karolina Dunaj. (jk)

Kinga Kosacz-Drozdek z „Mojej Pracowni Ceramicznej” poprowadziła warsztaty ceramiczne dla mieszkańców DPS w Kwidzynie. Zdjęcia: Karolina Dunaj

## WARSZTAT TERAPII ZAJĘCIOWEJ W KWIDZYŃNIE NIE SIEDZ W DOMU, PRZYJDZ DO NAS



Jeśli ukończyłeś 18 lat, jesteś osobą posiadającą orzeczenie znaczny lub umiarkowany stopień niepełnosprawności i bezzwłocznie siedzisz w domu przyjdź do Warsztatu Terapii Zajęciowej w Kwidzynie, z siedzibą w Górkach. Warsztat prowadzi rehabilitację społeczną i zawodową dla niepełnosprawnych mieszkańców powiatu kwidzyńskiego. Zajęcia prowadzone w warsztacie pozwolą Ci w przyszłości stać się osobą samodzielną lub ułatwią znalezienie zatrudnienia. Warsztat Terapii Zajęciowej funkcjonuje od poniedziałku do piątku, w godz. 7.00-15.00.

Warsztat Terapii Zajęciowej w Kwidzynie  
Fundacja „Misericordia”  
Górki 4, 82-500 Kwidzyn  
tel./faks 55 279 35 64  
e-mail: wtkwidzyn@wp.pl  
www.fundacjamisericordia.pl

Aby zostać uczestnikiem warsztatu musisz uzyskać, w orzeczeniu o stopniu niepełnosprawności, wydany przez Powiatowy Zespół ds. Orzekania o Stopniu Niepełnosprawności, zapis we wskazaniach: uczestnictwo w terapii zajęciowej. Jeżeli nie posiadasz takiego zapisu, to i tak odwiedź nasz warsztat, aby zapoznać się z ofertą, którą mamy dla Ciebie.



Wobec wszystkich uczestników zajęć terapeutycznych stosujemy dwie formy rehabilitacji modyfikacji: kinetyczną (obejmującą między innymi ćwiczenia gimnastyczne i różne formy czynnego wypoczynku i relaksu) i fizykoterapię (elektroterapia, termoterapia, światłolecznictwo i ultradźwięki, magnetoterapia, laseroterapia).

Dajemy Ci niepowtarzalną szansę zdobycia wiedzy i umiejętności zawodowych, które pozwolą na znalezienie pracy. Nauczmy jak samodzielnie radzić sobie z otaczającym światem. Proponujemy udział w różnych, atrakcyjnych zajęciach kulturalnych, rekreacyjno-sportowych oraz turystycznych.



## Dla Ukraińców z niepełnosprawnościami

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych we współpracy z Polskim Stowarzyszeniem na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Inteligencjalną Koło w Gdańsku, uruchomił telefon z informacją o aktualnych możliwościach wsparcia, z jakiego mogą skorzystać uchodźcy z niepełnosprawnościami z Ukrainy. Numer telefonu to 503 703 974, który jest czynny w godz. 8.00 - 21.00 przez siedem dni w tygodniu. Usługa jest bezpłatna.



Czekamy na telefon od Ciebie!

**Kwidzyński  
Telefon  
Zaufania**

**POTRZEBUJESZ WSPARCIA?  
ODCZUWASZ STRES?  
ZADZWOŃ lub NAPISZ!**

**7 dni w tygodniu  
8:00 - 23:00**

**☎ 88 77 82 500**

**Zapewniamy  
anonimowość!**