

## **W czwartek, 11 lutego przypada Światowy Dzień Chorego.**

Jest to Święto chrześcijańskie, ustanowione przez papieża Jana Pawła II w dniu 13 maja 1992 roku – w 75 rocznicę objawień fatimskich. Celem obchodów jest zwrócenie uwagi świata na potrzeby osób cierpiących i chorych. Obchody tego dnia wiążą się również z koniecznością zapewnienia lepszej opieki chorym, dowartościowania cierpienia chorych, służenia chorym i ich rodzinom przez personel medyczny ale też zaangażowania osób nie związanych z osobami chorymi poprzez wolontariat.



W chorobie każdy człowiek oczekuje właściwej terapii ale także uwagi, bliskości, wsparcia, pociechy, troskliwości, miłości.

Pamiętajcie o osobach chorych, które są w Waszych rodzinach, wśród sąsiadów, a także osób, z którymi spotykacie się w szkole, w autobusie, na ulicy i w różnych innych sytuacjach. Nie bądźcie obojętni!

### **Jak pomagać osobom niepełnosprawnym?**

Często zdarza się tak, że gdy w pobliżu pojawi się osoba niepełnosprawna nie wiemy jak się zachować, więc by jej nie urazić. Za Magdaleną Wróbel przytaczam Wam kilka wskazówek, jak zachować się w towarzystwie ludzi niepełnosprawnych.

- Przede wszystkim należy pamiętać, że sam fakt bycia niepełnosprawnym nie oznacza, że osoba ta zawsze potrzebuje pomocy. Jeżeli znajduje się w przyjaznym dla siebie otoczeniu, zazwyczaj jest w stanie sama sobie poradzić. Swoją pomoc należy deklarować tylko wtedy, gdy wydaje nam się, że dana osoba sobie nie poradzi, ale przedtem należy ją zapytać, czy tej pomocy sobie życzy.
- Nie rób żadnych założeń  
Każda osoba niepełnosprawna jest świadoma na ile ją stać i jak wiele może zrobić sama, a kiedy musi poprosić o pomoc. Dlatego nigdy nie zakładaj, że ona sama czegoś nie zrobi, nie wykluczaj jej z działań. Jeżeli nie będzie mogła sobie poradzić, sama o tym powie.
- Pomyśl zanim coś powiesz  
Zawsze zwracaj się bezpośrednio do osoby mniej sprawnej, nie do jej towarzysza, pomocnika, czy też tłumacza języka migowego. Prowadź z nią normalną rozmowę, bo oprócz odmienności fizycznej, psychicznie niczym się nie różni od zdrowej osoby. Pamiętaj też o tym, że nie każdy jest zdolny udzielać odpowiedzi na temat swojej choroby. Może to stworzyć barierę psychiczną, bo poczuje się tylko przypadkiem z jakąś niepełnosprawnością, nie człowiekiem.
- Bądź taktowny inicjując kontakty fizyczne  
Wiele osób niepełnosprawnych utrzymuje równowagę dzięki swoim rękóm, dlatego też nie należy ich za nie chwytać, bo może to spowodować utratę równowagi, a w konsekwencji przewrócenie. Osoby niepełnosprawne traktują swoją laskę, wózek czy też skuter jako część swojej przestrzeni osobistej, dlatego nie powinno się ich bez zgody właściciela dotykać. Z podobnych przyczyn nie należy głaskać po głowie takiej osoby.

- Ważne jest też używanie określonej terminologii w stosunku do osób niepełnosprawnych. Nigdy nie mów "niepełnosprawny", "niepełnosprawna", lepiej dodać "osoba", "osoby". Dobrze jest też mówić "osoba" z taką i taką chorobą.
- Nie jest gafą żegnanie się z osobą niewidomą słowami „dobrze było cię widzieć” albo „do zobaczenia”; osoby niewidome często używają tego typu zwrotów.
- Osoby poruszające się na wózku  
Pamiętaj o tym, że osoby poruszające się na wózku są osobami nie sprzętami, dlatego nigdy nie traktuj ich jak wieszaki do płaszcza, prosząc o potrzymanie, nie pochylaj się nad nimi przy podawaniu ręki.  
Podczas rozmowy z osobą na wózku najlepiej jest usiąść na krześle, aby być na jej poziomie, co pozwala na swobodny kontakt interpersonalny i wzrokowy.
- Osoby niewidome lub słabowidzące są w stanie same poruszać się po ulicy, choć czasem korzystają z pomocy laski lub psa przewodnika. Bądź przygotowany na pomoc takiej osobie np. przeczytanie czegoś, ale tylko wtedy, gdy cię o to poprosi. Zanim nawiądziesz kontakt fizyczny z osobą niewidzącą uprzedź ją o tym, bo może się ciebie przestraszyć. Podaj swoje imię, a jeśli to możliwe, także pełnioną funkcję. Jeśli kontakt jest grupowy, to należy osobę niewidomą przedstawić wszystkim. Jeśli chcesz poprowadzić taką osobę, zaproponuj jej swoje ramię, zamiast chwytać ją za rękę. Jeśli jesteś zmuszony zakończyć rozmowę, powiedz o tym osobie niewidomej.
- Jeżeli kiedykolwiek będziesz miał wątpliwości, co do tego, jak się zachować, czy też co powiedzieć osobie niepełnosprawnej – po prostu ją o to zapytaj!

Serdecznie Was pozdrawiam. Życzę dużo zdrowia!

Barbara Magalska