

14 października 2016



## **Doskonalą swoje kompetencje, by lepiej pomagać**

„Zwyczajnie aktywni - stomia nie ogranicza aktywności” - to tytuł projektu, w którym uczestniczyli członkowie Polskiego Towarzystwa Stomijnego POL-ILKO Oddział w Kielcach, mającego swoją siedzibę przy Świętokrzyskim Centrum Onkologii. Towarzystwo wspiera chorych ze stomią i ich rodziny, a ważną częścią działalności jest wolontariat, w ramach którego roztaczana jest opieka nad pacjentami ŚCO czekającymi na operację usunięcia fragmentu jelita. W związku z tym kilkunastu członków Towarzystwa uczestniczyło w projekcie rozwijającym ich kompetencje, obejmującym m. in. warsztaty psychologiczne, zajęcia ze specjalistą ds. wolontariatu oraz szkolenia komputerowe.

Główne zadania Towarzystwa Stomijnego POL-ILKO to niesienie pomocy i wsparcia chorym ze stomią, ich rodzinom oraz pacjentom z chorobami dolnej części układu pokarmowego,

propagowanie wiedzy o schorzeniach układu pokarmowego, w tym o chorobach nowotworowych, informowanie o możliwościach i metodach diagnozowania choroby i jej leczenia, a także budzenie i pogłębianie wrażliwości społecznej różnych środowisk na problemy osób ze stomią, czyli chorych po usunięciu fragmentu jelita. Towarzystwo jest również jednym z inicjatorów powstałej w 2009 roku Polskiej Koalicji Pacjentów Onkologicznych, która m. in. reprezentuje stowarzyszenia chorych w kontaktach z instytucjami publicznymi.

- Nasze działania są skierowane przede wszystkim na przełamywanie tabu, którym w wielu środowiskach jest ciągle rak jelita grubego oraz codzienne życie ze stomią - podkreślają członkowie Towarzystwa. Dlatego właśnie jednym z ważniejszych obszarów działalności jest wolontariat stomijny, roztaczający opiekę nad pacjentami z nowotworem jeszcze przed czekającą ich operacją. Wolontariusze przygotowują chorych do tego, jak zmieni się ich życie po operacji, własnym przykładem pokazują, że można potem wrócić do normalnej aktywności życiowej, pracować, działać, a nawet pomagać innym.

By poszerzyć kompetencje wolontariuszy i członków w zakresie prowadzonej działalności, Polskie Towarzystwo Stomijne zorganizowało szereg warsztatów dla pięciu regionalnych oddziałów, w tym oddziału kieleckiego. W ramach projektu „Zwyczajnie aktywni - stomia nie ogranicza aktywności” 15 osób wzięło udział w warsztatach z psychologiem ze Świętokrzyskiego Centrum Onkologii, które obejmowały m. in. tematykę pracy nad własnymi emocjami, poczuciem własnej wartości, rozwijaniem umiejętności interpersonalnych. Były też warsztaty ze specjalistą ds. wolontariatu, które poszerzyły wiedzę uczestników o zasadach tej działalności w świetle obowiązujących przepisów, przybliżając pracę wolontariuszy w różnych sytuacjach, nie tylko w pracy z niepełnosprawnymi. Podczas spotkań z doradcą zawodowym była z kolei mowa o tym, jak można wykorzystać własną wiedzę i dotychczasowe doświadczenie w powiązaniu z wykorzystaniem nowych technik.

- Choroby nowotworowe jelita grubego dotyczą osób w różnym wieku, również dzieci. My jako doświadczeni i odpowiednio przeszkoleni staramy się pomagać tym, którzy dopiero zetknęli się z tą chorobą. Takie kursy dla wolontariuszy są pomocne, bo dają wiedzę, uczą jak rozmawiać z osobami potrzebującymi pomocy - podsumowuje **Mieczysław Więckowski**, wiceprezes oddziału stowarzyszenia w Kielcach.

Bardzo cenną częścią projektu było podstawowe szkolenie komputerowe w Zakładzie Doskonalenia Zawodowego dla 8 członków, w większości osób starszych, które nie miały wcześniej styczności z komputerem. - Miałam ogromne wątpliwości, szczególnie co do udziału w kursie komputerowym, myślałam, że nie dam sobie rady, ale teraz jestem bardzo zadowolona. Poznałam podstawowe pojęcia związane z obsługą komputera, których

wcześniej nie rozumiałam, umiem korzystać z Internetu, z pen-drive'a, pisać, wysyłać e-maile. Po prostu już wiem, o co chodzi, gdy siadam do komputera - mówi **Krystyna Siejek**. - Okazało się, że nie było to takie trudne jak się początkowo wydawało. Wszystko jest do opanowania i ta wiedza na pewno się przyda - dodają **Danuta Uba** i **Edmund Stępień**. - Zdobyte umiejętności ułatwią nam organizację bieżącej pracy. Uczestnicy uświadomili sobie, że komputer nie jest czymś „z kosmosu”, tylko normalną rzeczą, warto go mieć w domu, można szybko kontaktować się pocztą mailową z innymi oddziałami czy napisać pismo - dodaje **Helena Wsół**.

Świętokrzyski oddział stowarzyszenia zrzesza około 300 członków. Swoją siedzibę ma w budynku użyczonym przez Świętokrzyskie Centrum Onkologii, z którym ściśle współpracuje (przy ul. Artwińskiego 3C w Kielcach). Więcej informacji na temat Towarzystwa oraz dane kontaktowe dostępne są na [www.polilko.pl](http://www.polilko.pl).



