



## **Miesiąc Świadomości Amputacji - trzeci raz dla widoczności i wsparcia**

2026-04-07

**W Polsce co roku około 12 tysięcy osób traci kończynę. Wbrew powszechnym skojarzeniom nie dzieje się to tylko wskutek wypadków, lecz także chorób, takich jak cukrzyca, miażdżyca czy nowotwory.**

Dla wielu osób amputacja to dopiero początek drogi – powrót do sprawności jest długi, a ceny protez sięgają od kilku do nawet kilkuset tysięcy złotych. Równolegle pojawiają się wyzwania, o których mówi się rzadziej: samotność, bariery emocjonalne i społeczne. Właśnie na te potrzeby odpowiadają Fundacja Centrum Rehabilitacji Znowu w Biegu oraz Fundacja Poland Business Run, po raz trzeci organizując Miesiąc Świadomości Amputacji – aby głośno mówić o życiu po amputacji i wspierać tych, którzy muszą je na nowo poukładać.

W centrum Pomarańczowego Kwietnia są ludzie: ich historie, potrzeby i droga powrotu do aktywnego życia. Celem tego Miesiąca jest nie tylko edukacja i budowanie świadomości, ale też realne wsparcie oraz przełamywanie stereotypów, które wciąż towarzyszą życiu osób z niepełnosprawnościami.

Za Miesiącem Świadomości Amputacji stoją dwie krakowskie organizacje, które od lat działają blisko osób po amputacjach. Fundacja Poland Business Run od 15 lat organizuje największą w Polsce charytatywną sztafetę biznesową, dzięki której pomoc otrzymało już ponad 1350 osób z niepełnosprawnością ruchową, po amputacjach i mastektomii. Z kolei Fundacja Centrum Rehabilitacji Znowu w Biegu prowadzi pierwsze w kraju centrum rehabilitacji dostosowane do potrzeb osób po amputacjach.

Fundacje organizują Miesiąc Świadomości Amputacji, aby temat amputacji był bardziej obecny w debacie publicznej i świadomości społecznej.

– Pomarańczowy Kwiecień zainicjowaliśmy w Polsce w 2024 roku, bo ciągle widzieliśmy te same historie – brak informacji, dużo stereotypów, a przede wszystkim ludzi, którzy zostają z tym wszystkim sami. Kiedy niespodziewanie stajesz w obliczu amputacji, to często jest moment, w którym wszystko ci się rozsypuje. I bardzo łatwo pomyśleć: jestem w tym jedyny. A to nie jest prawda. Są inni, którzy też przez to przeszli, też mieli momenty zwątpienia, a dziś żyją aktywnie, po swojemu. I właśnie to chcemy pokazać: że można wrócić do życia. I że naprawdę nie trzeba przez to przechodzić samemu – mówi Agnieszka Plety, prezeska Fundacji Poland Business Run.

### **Wrócić do życia - takiego, jak chcesz**

Pomarańczowy Kwiecień to czas, w którym temat amputacji wybrzmiewa głośniejszy niż zwykle. To nie tylko działania edukacyjne i budowanie świadomości, ale przede wszystkim konkretne wsparcie w praktyce. W całej Polsce odbywają się spotkania, warsztaty i wydarzenia, które mają łączyć, aktywizować i pokazywać, że życie po amputacji może być pełne i aktywne.

– Działamy przez cały rok. Jesteśmy przy osobach po amputacjach i z niepełnosprawnościami ruchowymi na każdym etapie ich drogi. Ale Miesiąc Świadomości Amputacji to ten moment, kiedy



możemy powiedzieć głośniej: życie się nie kończy. Ono się zmienia – i może być nadal pełne, szczęśliwe i aktywne. Po amputacji można biegać, pływać, tańczyć, prowadzić samochód. Można założyć sukienkę, pokazać protezę i z dumą powiedzieć: „to dowód mojej siły” – mówi Grażyna Sławińska, która w Fundacji Poland Business Run odpowiada za wsparcie beneficjentów. – Amputacja to moment graniczny – nagle kończy się świat, który znasz. Często brakuje wtedy kogoś, kto powie: to jeszcze nie koniec, życie może toczyć się dalej. Właśnie dlatego jesteśmy, dla tych osób i dla ich bliskich. Żeby dać wsparcie, nadzieję i pokazać, że po amputacji naprawdę można żyć tak, jak się chce – dodaje.

## Plan Pomarańczowego Kwietnia

Trzecia edycja Miesiąca Świadomości Amputacji to rozbudowany program wydarzeń w całej Polsce, zaprojektowanych tak, aby inspirować, integrować i wspierać osoby po amputacjach oraz ich bliskich. W kwietniu beneficjenci spotkają się m.in. w Warszawie podczas warsztatów AMP Girl Power (10–12 kwietnia), w Krakowie na treningu Amp Futbol (15 kwietnia), a także w Niepołomicach, gdzie w Zamku Królewskim odbędzie się Base Camp – obóz nauki chodu o protezie (16–19 kwietnia). W programie są też warsztaty psychologiczne dla rodzin (22 kwietnia, Kraków), wspólna wyprawa do Doliny Kościeliskiej (26 kwietnia) oraz webinar o osseointegracji, czyli trwałym połączeniu protezy z kością (29 kwietnia, online). Równolegle Fundacja Poland Business Run wychodzi także do miejsc pracy, prowadząc warsztaty, które mają zmieniać sposób, w jaki mówi się i myśli o amputacji.

– Pomarańczowy Kwiecień to dla nas coś więcej niż kalendarz wydarzeń. To czas, kiedy chcemy zatrzymać się na chwilę i powiedzieć: zobaczcie, to wszystko już działa i może działać jeszcze szerzej. Zależy nam, żeby ludzie wiedzieli, że nie są sami – że mogą bezpłatnie sięgnąć po nasze materiały, poradniki i webinary, które pomagają odnaleźć się w nowej rzeczywistości: od wsparcia psychologicznego, przez pielęgnację trudno gojących się ran pod protezą czy odpowiednią dietę po amputacji – tłumaczy Anna Orzechowska, prezeska Fundacji Centrum Rehabilitacji Znowu w Biegu.

– To też dobry moment, żeby podkreślić, że wsparcie nie kończy się na rehabilitacji. Potrzebny jest cały system – psycholog, dietetyk, doradca zawodowy – bo powrót do życia to proces, który dotyczy wielu obszarów. Takie kompleksowe podejście powinno być standardem, a nie wyjątkiem. Dlatego chcemy dzielić się naszym doświadczeniem i pomagać tworzyć podobne miejsca w całej Polsce. Jeśli ktoś chce skorzystać z tego know-how – jesteśmy otwarci – podkreśla prezeska.

Do Pomarańczowego Kwietnia może dołączyć każda osoba i każda instytucja. Szczegółowe informacje, harmonogram i grafiki do pobrania znajdują się na [stronie](#).

## Potrzebujesz wsparcia? Nabór trwa przez cały rok

W ramach Miesiąca Świadomości Amputacji Fundacja Poland Business Run przypomina także o całorocznym naborze beneficjentów. O wsparcie mogą ubiegać się osoby po amputacjach, mastektomii oraz z niepełnosprawnością ruchową, które potrzebują dofinansowania m.in. do protez, wózków, sprzętu medycznego, rehabilitacji czy pomocy psychologicznej.

Proces jest prosty – wystarczy wypełnić, podpisać i wysłać formularz online dostępny na [stronie](#) w



**Magiczny  
Kraków**

zakładce „Beneficjenci”. Każdy wniosek trafia do komisji powołanej przez Zarząd, która analizuje sytuację zgłaszającej się osoby i kieruje pomoc tam, gdzie jest ona najbardziej potrzebna. Co ważne, wsparcie nie ma jednego schematu – jest dobierane indywidualnie, tak by jak najlepiej odpowiadało na realne potrzeby i pomagało wracać do aktywnego życia.