

Coloplast®
Ambasador

#MojaHistoriaZColoplast

Siła w codzienności

Emilia
Ambasadorka Coloplast



#MojaHistoriaZColoplast

Nie każda trudność zdrowotna jest widoczna na pierwszy rzut oka. Dla wielu osób codzienność z cewnikiem, stomią czy innym intymnym problemem zdrowotnym to temat, o którym rzadko się mówi, a jeszcze rzadziej otwarcie.

W kampanii [#MojaHistoriaZColoplast](#) oddajemy głos tym, którzy nie tylko mierzą się z chorobą, ale też żyją aktywnie, pełnią życia i dzielą się swoim doświadczeniem z innymi.

W tym artykule poznasz [Emilię Kotarską](#), która pokazuje, że otwartość, odwaga i dobre rozwiązania mogą naprawdę zmienić codzienność.

Jej historia to nie poradnik, to dowód na to, że z każdą diagnozą można odnaleźć nową siłę.



Emilia
Ambasadorka Coloplast

Kim jestem

Nazywam się Emilia Kotarska, mam 55 lat. Z powodu choroby nowotworowej kręgosłupa od 30 lat poruszam się na wózku inwalidzkim. Z wykształcenia jestem pielęgniarką i ten zawód wykonuję nieprzerwanie od 28 lat. Obecnie pracuję w Centrum Integracyjno-Rehabilitacyjnym w Puławach.

Dodatkowo, od 30 lat związana jestem z Fundacją Aktywnej Rehabilitacji. W ramach działalności FAR uczę osoby po urazie rdzenia kręgowego samodzielności oraz sposobów radzenia sobie z niepełnosprawnością.

Prowadzę zajęcia z techniki jazdy na wózku inwalidzkim, treningu ogólnousprawniającego, łyżwiarstwa, tenisa stołowego i innych zajęć ruchowych. Oprócz tego, prowadzę zajęcia teoretyczne na temat:

- problemów urologicznych występujących w przypadku pęcherza neurogennego,
- seksualności osób niepełnosprawnych,
- profilaktyki p/odleżynowej i innych tematów dotyczących zwiększenia świadomości własnego ciała i radzenia sobie z ograniczeniami.

Zajmuję się również organizacją i prowadzeniem szkoleń dla personelu medycznego i wolontariatu.

Moją pasją jest także sport, reprezentuję klub IKS jezioro Tarnobrzeg, uprawiam tenis stołowy. Jestem aktualną Mistrzynią Polski. W tym roku zdobyłam dwa złote medale Mistrzostw Polski. Indywidualnie, oraz z kolegą klubowym w grze podwójnej mieszanej.



Dlaczego jestem związana z Coloplast

Z firmą Coloplast związana jestem od wielu lat. Początki to opatrunki – plastry hydrokoloidowe, wykorzystywałam je w pracy pielęgniarki. Dawały świetne rezultaty w leczeniu ran – odleżyn i oparzeń.

Następnie pojawiły się cewniki hydrofilowe, których sama używam. Uświadamiam też inne osoby wymagające cewnikowania przerywanego jak prawidłowo dbać o drogi moczowe oraz uczę techniki samodzielnego cewnikowania.

Cewniki Coloplast to dla mnie możliwość – pracy, rozwijania pasji, bycia samodzielną, niezależną. Dzięki nim mam poczucie komfortu, bezpieczeństwa, niezależności.



To moje motto:
*„Moja droga do sukcesu jest
jeszcze w remoncie...”*

Twoja historia też ma znaczenie!

Każda opowieść ma ogromną siłę, może dodać komuś odwagi, zmienić spojrzenie albo po prostu sprawić, że ktoś poczuje się lepiej.

Jeśli Ty również żyjesz aktywnie mimo problemów zdrowotnych i chcesz inspirować innych, dołącz do kampanii [#MojaHistoriaZColoplast](#)

Podziel się Twoją historią tutaj:
Ambasadorzy Coloplast

Czekamy właśnie na Ciebie!