



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych

# NIEPEŁNOSPRAWNI

# TU *i* TERAZ

BIULETYN INFORMACYJNY

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

WRZESIEŃ

6/49/2012

## W NUMERZE:

O nas w kraju i na świecie

strona **2**

Nasze sprawy

strona **3**

Nasze rozmowy

strona **4**

Zatrudnienie osób  
niepełnosprawnych

strona **7**

My w kulturze

strona **8**

Nasz Partner Cieszyn

strona **10**

Sportowcy Śląska  
Cieszyńskiego

strona **12**

ABC zdrowego żywienia

strona **14**

Co w KSON-ie piszczy...?

strona **16**

Nowinki medyczne

strona **19**

Pigułka turystyczna

strona **20**

Adresy i telefony

strona **22**

Legendy i podania

strona **23**

Kultura

strona **24**



Krzeszów po raz trzynasty

strona **3-4**



Dożynki na Ziemi Cieszyńskiej

strona **10-11**

**Przeczytaj i przekazaj innym**

# O NAS W KRAJU I NA ŚWIECIE

## O ŁUSZCZYCY W SEJMIE

Z inicjatywy posła SLD Ryszarda Kalisza we wrześniu powstał Zespół Parlamentarny ds. Łuszczycy. Jego główne cele to wpisanie tego schorzenia na listę chorób przewlekłych oraz wprowadzenie programów leczenia biologicznego dla pacjentów z najcięższymi postaciami choroby.

Obecnie leki biologiczne dostaje jedynie ok. 250 chorych. Są one bowiem tak drogie, że leczenie większej liczby pacjentów mogłoby prowadzić do zadłużania i zamykania oddziałów dermatologicznych.

Na różne postacie łuszczycy cierpi w Polsce ok. miliona osób. Choroba najczęściej zaczyna się w młodym wieku. W najcięższych przypadkach bolesne i swędzące zmiany mogą zajmować nawet całą

skórę, a u części pacjentów dochodzi do zajęcia stawów (tzw. łuszczycy stawowa), co grozi niepełnosprawnością.

## INNA REKLAMA RAJSTOP

Monika Kuszyńska, była wokalistka zespołu Varius Manx, po wypadku samochodowym poruszająca się na wózku inwalidzkim, na billboardach reklamuje nową linię rajstop.

Jej zdaniem ta akcja to nie tylko chwyt marketingowy. Promuje tolerancję i przekonuje, że wszystkie kobiety mogą być atrakcyjne. Przekonuje, iż niepełnosprawność nie zawsze musi kojarzyć się ze smutkiem i dramatem, a każda kobieta ma prawo do tego, aby czuć się kobietą, aby być atrakcyjną.

Oprac. GEL

Tadeusz Siwek



## SPORT DLA WSZYSTKICH

Janusz Korwin-Mikke na swoim blogu zabrał głos w sprawie organizowania igrzysk dla niepełnosprawnych sportowców – „Jeśli chcemy, by ludzkość się rozwijała, w telewizji powinniśmy oglądać ludzi zdrowych, pięknych, silnych, uczciwych, mądrych – a nie zbrojńców, morderców, słabeuszy, nieudaczników, kiepskich, idiotów – i inwalidów” – pisze Janusz Korwin-Mikke.

Do powyższej wypowiedzi odnosił się nie będąc pozostawiając jej analizę psychiatrom i psychologom. Uważam natomiast, że zabranie głosu w kwestii związanej ze sportem osób niepełnosprawnych jest w tym miejscu potrzebne. Zaczę może zatem od mało odkrywczego spostrzeżenia, że sport w każdej postaci oparty jest na rywalizacji, która w poszczególnych dyscyplinach odbywa się w sposób dający wszystkim uczestnikom sportowych zmagania wyrównane szanse. Oczywiście zwycięzcami zawodów zostają sportowcy

o lepszych predyspozycjach, bardziej wytrenowani, a przy okazji mający w konkretnym dniu trochę więcej szczęścia, niż ich rywale. Dyscypliny sportowe podzielone są na konkurencje, w których oddzielnie startują kobiety i mężczyźni, przy czym w niektórych dyscyplinach liczy się również waga sportowców. W świetle powyższego organizowanie igrzysk dla osób niepełnosprawnych wydaje się całkowicie uzasadnione i naturalne. Przypomnieć chyba także należy, że pierwsze letnie igrzyska paraolimpijskie odbyły się w 1960 roku, zimowe natomiast w roku 1976.

Na koniec krótkie zestawienie: w olimpiadzie w Londynie wzięło udział 218 pełnosprawnych polskich sportowców plus 183 osoby towarzyszące. Budżet naszej ekipy wynosił 130 mln złotych. TVP poświęciła igrzyskom 750 godzin transmisji. Zdobyliśmy 10 medali nie ustanawiając żadnego nowego rekordu świata i plasując się na 30 miejscu wśród krajów biorących udział w igrzyskach. W paraolimpiadzie wystartowało 101 polskich sportowców, którym towarzyszyły 44 osoby. Budżet wynosił 8,9 mln złotych. TVP nie przeprowadziła żadnej transmisji z igrzysk, na których zdobyliśmy 36 medali ustanawiając 5 rekordów świata i zajmując 9 miejsce w klasyfikacji ogólnej.



NIEPEŁNOSPRAWNI

TU i TERAZ

BIULETYN INFORMACYJNY



TRIANON  
POLSKA

DOFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW PFRON

Wydawca: Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

Partner: Stowarzyszenie „Działajmy Razem” – TRIANON PL

Redaktor naczelny: Tadeusz Siwek, stale współpracują Andrzej Grzelak, Grzegorz Kędziara, Romuald Witczak.

Adres wydawcy i redakcji: 58-500 Jelenia Góra, ul. Osiedle Robotnicze 47A, tel.: 75 75 242 54, tel./fax 75 75 231 83, e-mail: redakcja.kson@wp.pl

• www.kson.pl

Skład i druk: AD REM, 58-500 Jelenia Góra, ul. Okrzei 12, tel. 75 75 222 15 Nakład 2500 egz.

Redakcja nie zwraca materiałów nie zamówionych oraz zastrzega sobie prawo do skracania i redakcyjnego opracowania materiałów przyjętych do druku.

# Nasze sprawy

## NIEPEŁNOSPRAWNI PIELGRZYMI W KRZESZOWIE

Po raz trzynasty niepełnosprawni pielgrzymi spotkali się w Sanktuarium Maryjnym w Krzeszowie. Hasłem tegorocznej pielgrzymki, w której wzięło udział prawie 3 tys. osób, były słowa: „W Domu łaski wspiera nas Maryja”.

Hasło nawiązuje do tego, że od dwudziestu lat, od kiedy powstała diecezja legnicka, Maryja – Łaskawa Matka wspiera nas we wszystkich sprawach związanych z drogą do nieba” – powiedział ks. Marian Kopko, kustosz i proboszcz Sanktuarium Matki Bożej Łaskawej w Krzeszowie. W czasie tegorocznej pielgrzymki obchodzone były dwie rocznice: dwudziesta utworzenia diecezji legnickiej i piętnasta ukoronowania Cudownej Ikony Matki Bożej Łaskawej.

Z roku na rok Diecezjalna Pielgrzymka Osób Niepełnosprawnych do sanktuarium Matki Bożej Łaskawej w Krzeszowie gromadzi coraz więcej osób niepełnosprawnych. W pielgrzymce uczestniczą osoby niepełnosprawne, ich rodziny, przyjaciele, ci, którzy na co dzień pomagają niepełnosprawnym, przedstawiciele instytucji i organizacji pozarządowych, władze kościelne i świeckie. Ważne jest bowiem wyraźne podkreślenie, że pielgrzymka stanowi wyjątkową okazję do integracji osób niepełnosprawnych, wymiany doświadczeń, pogłębienia więzi rodzinnych, ogólnoludzkich, a także tych łączących



Grupa pielgrzymów z jeleniogórskiego KSON-u



wiernych ze Stwórcą. W chrześcijańskim przesłaniu wpisanym w krzeszowskie pielgrzymki od początku ważna jest przede wszystkim służba drugiemu człowiekowi, wolontariat i zabezpieczenie podstawowych spraw ludzi niepełnosprawnych, szczególnie zamieszkałych na terenie Dolnego Śląska.

Do Krzeszowa co roku od kilkunastu lat przybywają ludzie z różnymi rodzajami niepełnosprawności: niewidomi, niedowidzący, głusi i niedosłyszący, poruszający się o kulach i na wózkach inwalidzkich. Ważna i wyraźnie dostrzegana jest także rosnąca liczba wolontariuszy gotowych pomagać nie tylko podczas pielgrzymki, ale także na co dzień. Pielgrzymka do Krzeszowa pozwala dostrzec, jak bardzo osoby niepełnosprawne potrzebują integracji z osobami zdrowymi, a z drugiej strony jak wiele mogą ofiarować radości i pogody ducha. Dzięki takim spotkaniom widać, że niepełnosprawność nie musi oznaczać zamknięcia w domu, izolacji od środowiska i skupienia się na własnym cierpieniu.

Niepełnosprawni pielgrzymi przybyli do Krzeszowa z diecezji legnickiej, świdnickiej oraz zielonogórsko-gorzowskiej. Kilkudziesięcioosobowa grupa legniczan przybyła do sanktuarium pieszo pokonując w czasie trzech dni dystans 70 km. Wśród pielgrzymów nie zabrakło także gości zagranicznych.

Uroczystą Mszę św. koncelebrowaną odprawił w bazylice Matki Bożej Łaskawej bp legnicki Stefan Cichy wraz z bp Markiem Mendykiem. Bp Cichy w homilii mówił o poszukiwaniu i codziennym pełnieniu woli Bożej. „Jak rozpoznać wolę Bożą? Jak najlepiej ją wypełnić? – pytał kaznodzieja. W odpowiedzi, nawiązując do postaci bł. Jana Pawła II, św. Ignacego Loyoli i św. Teresy Benedykty od Krzyża, rozważał temat poszukiwania i wypełniania woli Bożej w codziennym życiu. „Poszukiwać woli Bożej,

to znaczy żyć zawsze w łączności z Bogiem, zgodnie z prawem, jakie nam przekazał i według niego postępować, a modlitwa pomoże nam ją odkryć i wprowadzić w życie” – mówił bp legnicki. Na koniec homilii życzył, „abyśmy naśladując przykład świętych i uczestnicząc w eucharystii umieli złączyć naszą wolę z wolą Ojca na wzór Maryi, która zawsze jest przy nas”.

Uczestnicy pielgrzymki jeszcze przed Mszą św. wysłuchali zespołu wokalny-muzycznego z Domu Pomocy Społecznej z Nielestna; obejrzeli spektakl pt.: „Kapryśna królowna” przygo-



*Biskup Marek Mendyk*



*Przyjaciele z KSON-u wraz z artystami z Nielestna*

towany przez Teatr Integracyjny Stowarzyszenia „Równe Szanse” ze Ścinawy, a także wysłuchali katechezy nt. „Cierpienie jest łaską” wygłoszonej przez Beatę Dyko, Cichą Pracownicę Krzyża, która opowiadała także o swojej niepełnosprawności.

Po Mszy św. dla wszystkich uczestników przygotowano agapę, a po niej wręczono przyznane przez kapitułę i Duszpasterstwo Osób Niepełnosprawnych honorowy tytuł: „Przyjaciół Osób Niepełnosprawnych” za rok 2012. Otrzy-

mały go: Cech Rzemiosł Różnych w Jeleniej Górze; Roman Walkowiak, dyr. Oddziału Elektrowni Turów PGE Górnictwa i Energetyki Konwencjonalnej; Andrzej Raj, dyr. Karkonoskiego Parku Narodowego; Mieczysław Kasprzak, wójt Gminy Chojnów; Andrzej Pyrz, dyr. Warsztatu Terapii Zajęciowej w Chojnowie oraz Oddział Okręgowy Towarzystwa Przyjaciół Dzieci z Legnicy. Wszystkie wyróżnienia zostały przyznane za zaangażowanie, zrozumienie i pomoc na rzecz osób niepełnosprawnych. Do późnych godzin popołudniowych trwały gry, zabawy i koncerty muzyczne.



*Pamiątkowe zdjęcie do KSON-owskiego albumu*



*Teatr Integracyjny ze Ścinawy*

Organizatorem pielgrzymki jest legnicka Caritas, której ponad 70. wolontariuszy pomagało w jej zabezpieczeniu wraz z OSP z Krzeszowa. Sponsorami strategicznymi byli: Fundacja Polska Miedź z Lubina, Urząd Marszałkowski Województwa Dolnośląskiego oraz piekarze i cukiernicy województwa dolnośląskiego, którzy podarowali 5000 pączków i pieczywo na agapę.

**Tadeusz Siwek**

## Dr inż. Andrzej Raj

Dyrektor Karkonoskiego Parku Narodowego jest tegorocznym laureatem tytułu „PRZYJACIEL OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH” przyznawanego tradycyjnie w czasie kolejnych spotkań niepełnosprawnych pielgrzymów w Krzeszowskim Sanktuarium.

**Panie dyrektorze, jak Pan się czuje w roli laureata tego tytułu i jakiej sferze działań Karkonoskiego Parku Narodowego należałoby ten tytuł przypisać?**

To zaszczytne wyróżnienie przyznane imiennie mnie, ale dotyczące wielu powiązanych ze sobą działań od lat prowadzonych na terenie Karkonoskiego Parku Narodowego. Od dawna bowiem podejmujemy wiele akcji mających na celu udostępnianie gór osobom niepełnosprawnym. Mam tutaj na myśli ludzi z różnym rodzajem niepełnosprawności, z myślą o których przystosowaliśmy nie tylko nasze obiekty informacyjno-edukacyjne, ale również trasy turystyczne. Już kilka lat temu przystosowaliśmy dla niepełnosprawnych turystów ścieżkę do Wodospadu Szklarki i moim zdaniem ta inwestycja, wsparta znacznymi środkami PFRON-u została przyjęta z dużym zainteresowaniem.

**Czy to zainteresowanie i aprobatą Waszych działań sprawiły, że podjęliście się kolejnych inwestycji, tym razem w wyższych partiach Karkonoszy?**

Niewątpliwie – tak; w dość krótkim czasie zbudowaliśmy i przystosowaliśmy do potrzeb niepełnosprawnych turystów

trasę wiodącą od stacji wyciągu na Kopie do Domu Śląskiego. To szlak, z którego mogą korzystać ludzie poruszający się na kulach i wózkach inwalidzkich, ale także osoby starsze oraz rodziny z małymi dziećmi. To pierwsza tego typu trasa w wyższych rejonach Karkonoszy i chyba tak-



że jedyna w naszym kraju. Do niedawna dotarcie przez osoby niepełnosprawne na Równię pod Śnieżką było mocno utrudnione, a w pewnych przypadkach niemożliwe. Teraz na drodze do Domu Śląskiego coraz częściej spotykamy osoby niepełnosprawne.

**Na budowie wspomnianych tras nie zamykają się jednak wszystkie Wasze działania adresowane do osób niepełnosprawnych?**

Organizujemy cały szereg akcji – 10 sierpnia transportujemy grupy osób niepełnosprawnych na szczyt Śnieżki tak, aby



*dr inż. Andrzej Raj*

ludzie ci mogli wziąć udział we Mszy św. celebrowanej wspólnie przez biskupów polskich i czeskich. Podejmujemy także liczne działania pozwalające niepełno-



*Pamiątki z Krzeszowa, 2012*

sprawnym turystom pokonywać bariery, które nierzadko można w górach napotkać. Wszystko to upewnia nas, że udostępnianie gór osobom niepełnosprawnym jest potrzebne a nawet niezbędne. Oczywiście, nie wszystkie zakątki Karkonoszy możemy udostępnić, ale staramy się, by nasza oferta była atrakcyjna i różnorodna.

**Jakie kolejne plany realizowane będą w najbliższym czasie w KPN?**

W najbliższych latach chcemy przystosować dla osób niepełnosprawnych górną платфор-

me nad Wodospadem Kamieńczyka tak, aby można było dojechać samochodem do schroniska nad wodospadem, dojść na górną platformę i bezpiecznie podziwiać uroki tego zakątka Karkonoszy.

Inną piękną trasę, jaką chcemy zaproponować niepełnosprawnym turystom, jest droga wiodąca od hotelu „Orlinek” do schroniska „Nad Łomniczką”. Myślimy także o podnóżach Chojnika, gdzie chcielibyśmy wybudować ok. trzy i pół kilometrową trasę spacerową przystosowaną dla osób niepełnosprawnych, starszych i rodzin z dziećmi w wózkach. Dużym wyzwaniem dla nas jest realizacja projektu przejścia zespołu pałacowo-dworskiego w Sobieszowie, gdzie chcielibyśmy prowadzić szeroko rozumianą działalność edukacyjną.

**Od dłuższego czasu mówi się o konieczności modernizacji wyciągu na Kopę, czy związane z tym działania mieszczą się również w Waszych najbliższych planach?**

Jesteśmy już po uzgodnieniach środowiskowych. Projekt przygotowany przez inwestora zabezpiecza, oczywiście jego interesy, ale z drugiej strony zabezpiecza również kwestie wynikające z potrzeby ochrony przyrody. Wszystkie zaplanowane zmiany w obrębie obiektów kolei linowej uwzględniają obecność niepełnosprawnych turystów – maksymalnie ułatwione będzie dotarcie na poziom peronów, a sam wyciąg zostanie wyposażony w pewną ilość kabiny przystosowanych do potrzeb osób nie-



*Schronisko „Nad Małą Łomniczką”*

pełnosprawnych. Nowoczesne technologie ułatwiają nie tylko przejazd, ale również włączanie się do ruchu także ludzi na wózkach inwalidzkich. Niepełnosprawni turyści oprócz licznych udogodnień korzystają również ze zniżkowej, bardzo atrakcyjnej taryfy przewozu wyciągiem.

**A co z modernizacją i przystosowaniem schronisk?**

Kwestia przystosowania konkretnego schroniska dla turystów niepełnosprawnych jest związana z dostępnością obiektu – nie ma bowiem sensu modernizowania obiektu, do którego nie można dotrzeć. Na pewno takie prace będą możliwe w przypadku schroniska „Nad Łomniczką” i „Kamieńczyka”. Dużo zależy od właścicieli tych obiektów, a z prowadzonych rozmów wynika, że są oni również bardzo zainteresowani goszczeniem osób niepełnosprawnych.

**Panie dyrektorze, ta dbałość o wygodę turystów niepełnosprawnych na terenie KPN, to potrzeba czasu, czy po prostu aktualna moda?**

Ludzie pracujący z przyrodą nie kierują się w swoich działaniach modą. Wrażliwość na przyrodę otwiera nas również na drugiego człowieka i jego potrzeby. Wśród naszych pracowników są również osoby niepełnosprawne. Także w oparciu o ich opinie tworzymy kolejne plany związane z udostępnianiem Karkonoszy osobom niepełnosprawnym zdając sobie sprawę, że od naszej wiedzy, wyobraźni i wrażliwości zależy bardzo wiele.

**Dziękuję za rozmowę.**

Rozmawiał: Tadeusz Siwek



*Nowa droga w Karkonoszach*

# ZATRUDNIENIE OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Sytuacja osób niepełnosprawnych na rynku pracy jest niepokojąca. Wyniki kontroli PFRON przez NIK wskazują, że aktywizacja zawodowa niepełnosprawnych nie przynosi wystarczających rezultatów, a po odbyciu stażu nie znajdują oni pracy.

Nowelizacja ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej ograniczyła preferencje dla pracodawców związane z zatrudnianiem osób niepełnosprawnych.

Nowa regulacja zakłada, że dopłata do zatrudnienia przez Zakład Pracy Chronionej niepełnosprawnych w stopniu znacznym ma docelowo wynosić 180 proc. najniższego wynagrodzenia, w stopniu umiarkowanym – 100 proc., a w lekkim – 40 proc. Zatem w ciągu najbliższych lat dofinansowanie do wynagrodzeń pracowników z lekkim i umiarkowanym stopniem niepełnosprawności będzie systematycznie malało, a w przypadku osób ze znacznym stopniem – rosło. Natomiast pracodawcy z rynku otwartego będą otrzymywać dofinansowanie dla pracowników bez schorzeń specjalnych w wysokości 70 proc., a ze schorzeniami 90 proc. kwot, które otrzymują pracodawcy z rynku chronionego, czyli dopłaty te również będą niższe.

Nowe przepisy spowodują zwolnienia osób niepełnosprawnych, ponieważ zdecydowana większość zatrudnionych to osoby o lekkim stopniu niepełnosprawności, a teraz dopłaty dla tej grupy są mniejsze. Pracodawcy RP zwracali uwagę na istnienie takiego ryzyka już na etapie prac nad ustawą. W licznych komunikatach prasowych i wystąpieniach apelowali oni o odstąpienie od wprowadzenia tych zmian. Obecnie liczba niepełnosprawnych, na których pracodawcy pobierali dofinansowania, spadła o 13 proc. Dopłaty pozwalały przynajmniej częściowo rekompensować koszty związane z zatrudnieniem niepełnosprawnego pracownika, m.in. zapewnienia mu opieki medycznej.

Nowe prawo ogranicza też prawo do udzielania kontrahentom ulg w opłatach na PFRON. Jest to najbardziej dotkliwa dla ZPChr zmiana przepisów, która spowodowała spadek zleceń. Ponadto firmy, które nie zatrudniają odpowiedniej liczby osób ze schorzeniami specjalnymi, utraciły zwolnienia podatkowe m.in. od nieruchomości i czynności cywilnoprawnych. Zakłady poszukują takich osób do

pracy po to, by otrzymać ulgi, jednak takich niepełnosprawnych brakuje na rynku pracy.

Po zmianach przepisów koszty po stronie pracodawców nie są rekompensowane. Konsekwencją będą zwolnienia – po to, by zachować rentowność ZPChr. – Przyszły rok przyniesie jeszcze więcej zwolnień, gdyż od stycznia ZPChr będą musiały zwiększyć wskaźnik zatrudnienia osób niepełnosprawnych do 50 proc., z czego co najmniej 20 proc. mają stanowić osoby znacznie lub umiarkowanie niepełnosprawne. Jak wynika ze statystyk, w tym roku aż 176 firm utraciło lub zrezygnowało ze statusu ZPChr. – Niestety, liczba ta będzie prawdopodobnie rosnąć

*JOM*

## **SPOŁECZNY RZECZNIK OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH ZIEMI JELENIOGÓRSKIEJ**

przyjmuje we wtorki w godz. 11.00-13.00  
i czwartki w godz. 13.00-15.00  
w biurze Karkonoskiego Sejmiku  
Osób Niepełnosprawnych  
Osiedle Robotnicze 47A w Jeleniej Górze

### **Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych w Jeleniej Górze**

**przekaze aktywnym sportowcom,  
a także niepełnosprawnym  
tancerzom**

**TRZY NOWE  
SPORTOWE  
(WYCZYNOWE)  
WÓZKI  
INWALIDZKIE**



znanej szwajcarskiej marki **Kueschall**  
(a także inne wózki dla osób niepełnosprawnych)

Uwaga! Jeśli posiadacie Państwo zbyteczne wózki i sprzęt inwalidzki w przyzwoitym stanie, chętnie podejmiemy się pośrednictwa w przekazaniu sprzętu potrzebującym osobom niepełnosprawnym.

# My w kulturze

## Teatr

Teatr im. Cypriana  
Kamila Norwida  
w Jeleniej Górze



## Yasmina Reza „Bóg mordu”

**Reżyseria i scenografia:** Bogdan Koca.

**Przekład:** Barbara Grzegorzewska.

**Występują:** Elwira Hamerska-Kijańska, Małgorzata Osiej-Gadzina, Jarosław Góral, Piotr Koniecznyński.

Prapremiera „Boga mordu” (tytuł oryginału „Le Dieu du Carnage”) odbyła się 8 grudnia 2006 roku w Zürichu, w reżyserii Jurgena Goscha. W roku 2008 miała miejsce jej londyńska premiera.

Jest to historia dwóch małżeństw, które spotykają się, by przedyskutować zdarzenie dotyczące ich synów – syn Państwa Houllie pobił dotkliwie syna państwa Reille. Spotkanie, odbywające się początkowo w niezwykle spokojnej atmosferze, z czasem przeraża się w totalny chaos, wyzwalając w rodzicach chłopców niekontrolowane emocje i ujawniając ich prawdziwe, skrywane dotąd pod płaszczkiem obowiązujących konwenansów, oblicza. Cała czwórka angażuje się w nieracjonalną awanturę – z początku cywilizowana i kulturalna rozmowa z upływem czasu przybiera formę bezładnej erystyki, w której dominuje konflikt płci, rasizm i homofobia.

Sztuka została w 2009 roku uho-



norowana prestiżową nagrodą imienia Laurence’a Oliviera za najlepszą komedię roku. W tym samym roku londyńskie przedstawienie „Boga mordu” otrzymało również Tony Awards za najlepszą reżyserię i za najlepszą rolę kobiecą.

*Fot. Marcin Oliwa Soto*

Zdrowy Teatr  
Animacji  
w Jeleniej Górze



## „Hagazussa”

**Reżyseria i choreografia:** Steffi Sembdner

**Scenografia:** Agathe MacQueen  
**Koordynator Projektu:** Ricarda Böhme & Philipp Bormann

**Występują:** Dorota Bąblińska-Korczycka, Dorota Fluder, Lidia Lisowicz, Sylwester Kuper, Jacek Maksimowicz, Sławomir Mozolewski.

**Występują gościnnie:** Tancerze Goerlitz Theater: Nora Hageneier, Maria Zimmermann, Sebastian Fiedor, Bill MacQueen





**O spektaklu:** Spektakl zrealizowany wspólnie z zespołem Gerhart Hauptmann Theater w Görlitz, wspierany przez fundusz „Wanderlust”, jest efektem wielomiesięcznej współpracy w ramach międzynarodowego projektu „Poszukiwanie legendarnych śladów”.

„Hagazussa – Wiedźma” to widowisko, które łączy dwa gatunki sztuki – taniec i teatr lalkowy – będące w efekcie nowym, fascynującym eksperymentem artystycznym. Steffi Sembdner tancerka i choreograf z teatru w Görlitz, stworzyła wspólnie z dyrektorem teatru Bogdanem Nauką scenariusz i choreografię spektaklu. Połączenie niemieckiego tańca i polskiego teatru lalkowego miało charakter nowatorski i przyniosło zaskakujący efekt artystyczny.

Steffi Sembdner zachwycona możliwościami ruchowymi aktorów lalkarzy twierdzi, że animacja lalek i przedmiotów wymaga szczególnego wyczucia ruchu, co było dla niej punktem wyjścia do spotkania się dwóch gatunków sztuki, jakim jest taniec i teatr animacji.

Inspiracją spektaklu były wydarzenia, jakie miały miejsce na Śląsku w XVII wieku, przez który, w wyniku wojny trzydziestoletniej przetoczyła się fala polowań na czarownice i wymierzonego w kobiety terroru. W spektaklu przedstawiony jest konflikt wiary i przesądów, który doprowadził do wielu oskarżeń o czary i stra-



ceń kobiet posiadających ogromną wiedzę. Spektakl jest przeznaczony dla widzów dorosłych.

**Dla osób  
niepełnosprawnych  
i seniorów kasy teatrów  
Teatru im. C.K. Norwida  
i ZTA prowadzą sprzedaż  
biletów ulgowych.**

## Książnica Karkonoska w Jeleniej Górze Biblioteka Książki Mówionej

*Propozycje:*

### Trylogia *Millenium* Stiega Larsona

Trylogia *Millenium* to światowy fenomen literacki – powieści Stiega Larsona sprzedały się już w ponad 46 mln egzemplarzy, a ich autor w 2009 roku został królem list bestsellerów, deponując takie sławy jak Stephanie Mayer czy Dan Brown. Książki Larsona można czytać na wielu płaszczyznach: jak kryminały pełne mrocznych i politycznych tajemnic, jak wielo-

wątkowe współczesne powieści, i w końcu jak thrillery psychologiczne.

#### Część pierwsza – „MĘŻCZYŹNI, KTÓRZY NIENAWIDZĄ KOBIECI”

Dziennikarz i wydawca magazynu *Millenium*, Mikael Blomkvist ma przyjrzeć się sprawie kryminalnej sprzed 40 lat. Do pomocy dostaje Lisbeth Salander, młodą intrygującą outsiderkę i genialną researcherkę. Razem stanowią niezwykły zespół. Szybko wpadają na trop mrocznej i krwawej historii w rodzinie bogatego szwedzkiego przemysłowca.

#### Część druga – „DZIEWCZYNA, KTÓRA IGRAŁA Z OGNIEM”

Drogi Lisbeth Salander i Mikaela Blomkvista ponownie się splatają; Lisbeth jest ścigana przez policję, podejrzana o po-

pełnienie ciężkiej zbrodni. Mikael nie wierzy w jej winę i zaczyna prowadzić własne śledztwo. Wpada szybko na trop siatki przestępczej, przemycającej z Europy Wschodniej nieletnie dziewczęta wykorzystywane w branży seksualnej. W proceder zamieszanych jest wielu kluczowych polityków...

#### Część trzecia – „ZAMEK Z PIASKU, KTÓRY RUNAŁ”

Trzecia i ostatnia część trylogii milenijnej zaczyna się w miejscu, w którym skończyła się „Dziewczyna, która igrała z ogniem”. Lisbeth Salander przeżyła pogrzebanie żywcem, ale jej problemy wcale się jeszcze nie kończą; potężne siły chcą uciszyć Lisbeth raz na zawsze.

Mikael Blomkvist pisze demaskatorski reportaż, który ma oczyścić Salander i wstrząsnąć w posadach rządem.

*Opracował MAD*

## PLON NIESIEMY, PLON...

Druga połowa sierpnia i pierwsza dekada września to tradycyjna pora dożynek na Śląsku Cieszyńskim; obchody do rocznego Święta Plonów odbyły się w wielu miejscowościach regionu – Ustroniu, Wiśle, Zabłociu, Strumieniu, Dębowcu, Zebrzydowicach i wszędzie tam, gdzie tradycja uroczystości i zabaw dożynkowych jest mocno i wyraźnie wpisana w lokalny kalendarz.

W Ustroniu obchody dożynek rozpoczęły się w niedzielę 19 sierpnia, a już dwa dni wcześniej odbył się tutaj tradycyjny ustronński targ. Natomiast sobota 18.08.2012 r. upłynęła pod znakiem tradycyjnego Jarmarku Ustrońskiego. W środę 22 sierpnia kilka tysięcy osób podziwiała długi korowód dożynkowy, który przejechał przez Ustroń; drogą wiodącą do amfiteatrujechały liczne traktory, maszyny rolnicze, zaprzęgi konne, a także wozy straży pożarnej. W obchodach dożynek wzięli udział gospodarze Śląska z wojewodą na czele, znani politycy, przedstawiciele Sejmu, Senatu oraz Par-



*Dożynkowe plony*



*Maskotki dożynek 2012*

lamentu Europejskiego. W tym roku gospodarzami dożynek byli – prowadzący od osiemnastu lat gospodarstwo – państwo Katarzyna i Henryk Greń z Ustronia Jaszowca.

W Wiśle dożynki połączone były z jubileuszem 50-lecia nadania miejscowości praw miejskich, a obchody tego jubileuszu stanowiły znakomitą okazję do spotkania osób, które przez minione pół wieku tworzyły historię Wisły. Na spotkaniu w sali Parafii Ewangelicko-Augsburskiej pokazana została prezentacja multimedialna poświęcona 50-letniej historii miasta. Ulicami Wisły przeszedł barwny korowód, składający się z około 35 pojazdów, na których przedstawiane były scenki związane z pracą na roli – widzowie mogli zobaczyć, jak kiedyś młócono cepami, w jaki sposób robiło

się mąkę, na czym polega praca kowala. Częstoowano wypiekami miejscowych piekarni. W dożynkowym korowodzie nie zabrakło oczywiście straży pożarnej, a w tym czasie odbywał się również kiermasz pszczelarzy i rolników, którzy prezentowali tegoroczne zbiory, bowiem w kalendarz XII Dni Wisły wpisano oprócz dożynek także Święto Miodu.

Dobrą zabawę dożynkową zorganizował Skoczów, gdzie w barwnym korowodzie prezentowali się przedstawiciele dziesięciu sołectw. W specjalnie udekorowanych powozach trasę dożynkowego pochodu pokonali wóldarze Skoczowa – Janina Żagan, burmistrz gminy Skoczów oraz jej zastępca, Piotr Rucki. Barwny korowód dotarł na skoczowski Rynek, gdzie uroczystościę pobłogosławiono chleb dożynkowy. Wzruszenie i podziw



*Amfiteatr w Ustroniu*



*Dożynkowe zabawy*

budził obrzęd dożynkowy przygotowany przez dzieci z Kiczyc. Następnie można było zobaczyć: „Kiszenie kapusty” w wykonaniu dzieci z Pierścica oraz występ zespołu dziecięcego „Pogórzanie”. Wszyscy przybyli na skoczowski Rynek mogli podziwiać „Ochalskie wesele”, po którym wystąpił Kabaret Piotra Szefera. Na zakończenie wszyscy zgromadzeni bawili się przy Szlagier Maszynie. Zabawa trwała do późnego wieczora. Jak zawsze podczas dożynek można było delektować się regionalnymi potrawami, przygotowanymi przez panie z kół gospodyń wiejskich. Gospodarzami skoczowskich dożynek byli w tym roku Mariola i Andrzej Macura z Kiczyc.

Bardzo hucznie bawiono się również w Strumieniu, gdzie Międzynarodowe Dożynki przyciągnęły wielu widzów. Również tam, przez miejscowość przejechał barwny korowód, a przy polsko-czeskich występach folklorystycznych bawili się zarówno mieszkańcy Strumienia jak również wielu przybyłych na imprezę gości. Na deser i zakończenie imprezy wystąpiła grupa Pawła Lemiańskiego, który przedstawił melodie ze wszystkich stron świata. Przy regionalnych wyrobach i w dobrej atmosferze bawiono się do późnych godzin wieczornych.

Diecezjalno-Powiatowo-Gminne Dożynki odbyły się w Zebrzydowicach, gdzie świętowano bardzo hucznie, ponieważ taka uroczystość zdarza się raz na kilkadziesiąt lat. Najpierw spod kościoła do amfiteatru wyruszył korowód dożynkowy, potem bp Tadeusz Rakoczy, Ordynariusz Diecezji Bielsko-Żywieckiej odprawił Mszę Świętą, a następnie przyszedł czas na zabawę.

W trakcie tegorocznego Święta Plonów dokonywano, podobnie jak w latach poprzednich, wyboru najpiękniejszego wieńca dożynkowego – przy ocenie brano pod uwagę użycie tradycyjnych materiałów, plonów ziemi (kłosy, ziarno, owoce, warzywa, kwiaty), kształt wieńca, walory estetyczne oraz technikę wykonania. Komisja konkursowa miała przed sobą bardzo trudne zadanie – misternie ułożone wieńce imponowały formą, zachwycały barwami i różnorodnością.

Tegoroczne dożynki za nami – za rok kolejne obchody święta, które od wielu lat wpisuje się w tradycje śląskiej wsi.

*Tekst: Szymon Wałachowski*

*Fot. Jan Bacza, Patryk Kłoda, Przemysław Lose*



*Bez kolacza nie ma dożynek*



*Dożynki w Wiśle*



*Korowód na ulicach Strumienia*



*Żniwa na Ziemi Cieszyńskiej*

## Sportowcy Śląska Cieszyńskiego

# JANUSZ ROKICKI



W tegorocznej paraolimpiadzie uczestniczyła rekordowa liczba 4200 sportowców z około 160 krajów świata. Zmagania niepełnosprawnych sportowców były transmitowane przez telewizje ponad stu krajów – nie było wśród nich niestety TVP. Polscy sportowcy zdobyli na igrzyskach 36 medali, co daje nam dziewiąte miejsce w klasyfikacji medalowej turnieju. Wśród medalistów znalazł się również sportowiec z Cieszyna, Janusz Rokicki,



Janusz Rokicki  
– rzut po srebro

który podczas Igrzysk Paraolimpijskich w Londynie zajął drugie miejsce w pchnięciu kulą. To już drugi olimpijski medal Rokickiego – pierwszy, również srebrny, pochodzi sprzed ośmiu lat z Igrzysk Paraolimpijskich w Atenach. Pasma sukcesów Janusza Rokickiego rozpoczęło się na Mistrzostwach Polski w pchnięciu kulą w roku 2004. Od tego czasu cie-

szyński sportowiec bardzo udanie zapisuje swoją obecność na zawodach krajowych i międzynarodowych. Do igrzysk w Londynie Rokicki przygotowywał się bardzo starannie pod okiem trenera cieszyńskiego MOSiR-u, Zbigniewa Gryźbonia.

Janusz Rokicki urodził się w roku 1974 w Wiśle i swój sportowy życiorys rozpoczął od biegania na nartach – wygrywał z zawodnikami dużo starszymi od siebie i według szkoleniowców w tej dyscyplinie sportu wykazywał się sporym talentem. Latem 1992 roku osiemnastoletni Rokicki został brutalnie pobity, obrabowany i porzucony na kolejowych torach. Nieprzytomnemu chłopakowi pociąg obciął obydwie nogi. Nie załamał się – dzięki wsparciu najbliższych przetrwał najtrudniejsze chwile. W roku 2000 wraz z rodzicami



Medaliści w pchnięciu kulą

przeniósł się do Cieszyna, gdzie nawiązał ponowny kontakt ze sportem rozpoczynając treningi pływakie. Pomimo pierwszych sukcesów (został mistrzem Polski na 100 m stylem klasycznym) uznał, że nie jest to dyscyplina dla niego; od 2003 roku



Olimpic Park London, 16 kwietnia 2012



*Janusz Rokicki pozdrawia kibiców*

próbował swoich sił w podnoszeniu ciężarów, a następnie w pchnięciu kulą. Już po pierwszych miesiącach treningów dało się zauważyć, że na tle innych zawodników tej dyscypliny Janusz Rokicki jest postacią wybitną. Swoje nieprzeciętne umiejętności sportowiec udowodnił zdobywając



*Cieszyn dziękuje Januszowi Rokickiemu*

w pchnięciu kulą wicemistrzostwo Polski. Lepszy okazał się tylko złoty medalista igrzysk w Sydney 2000, rekordzista świata Krzysztof Smorszczewski. To sprawiło, że w roku 2004 na igrzyskach w Atenach Janusz Rokicki znajdował się w gronie faworytów. Pomimo zakwalifikowania do wyższej grupy (co wiązało się z podniesieniem wagi kuli z 4 na 5 kg,) wywalczył srebrny medal. Swoje nieprzeciętne predyspozycje potwierdził rok później zostając mistrzem Europy i ustanawiając przy okazji rekord kontynentu.

Udział w paraolimpiadzie w Londynie Janusz Rokicki wspomina z wielką przyjemnością wystawiając gospodarzom igrzysk jak najlepszą opinię. „Warunki były bardzo dobre, wspaniała organizacja, cudowni kibice... Miła, spontaniczna atmosfera, niesamowita adrenalina. Jestem szczęśliwy...”.

Brytyjczycy stanęli na wysokości zadania. Po świetnych Igrzyskach Olimpijskich zorganizowali najlepszą w historii Paraolimpiadę. Zmagania niepełnosprawnych sportowców regularnie oglądało po 89 tysięcy widzów, ich poczynaniami interesował się – także dzięki brytyjskim mediom – cały świat. Sprzedano 2,7 mln biletów, co jest absolutnym rekordem. Igrzyska, podczas których świat dostrzegł wspaniałość osiągnięć niepełnosprawnych sportowców, stały się dobrą okazją do zauważenia, że niepełnosprawność istnieje również poza stadionami i obiektami paraolimpijskimi.



*Janusz Rokicki w cieszyńskim ratuszu*

**Prowadzimy nabór do różnych form aktywności sportowej inwalidów wzroku.**

**Zainteresowanych prosimy o kontakt z bezpłatną infolinią 800700025 lub osobiście w biurze Sejmiku**

**Wszystkich zainteresowanych pracą w charakterze WOLONTARIUSZY**

prosimy o kontakt

**z Karkonoskim Sejmikiem Osób Niepełnosprawnych w Jeleniej Górze, ul. Osiedle Robotnicze 47A osobiście lub za pośrednictwem bezpłatnej infolinii 800 700 025**



Beata Lewandowska

## ABC zdrowego żywienia

Autorka, specjalista psychodietetyk, współpracuje z KSON-em prowadząc bezpłatne konsultacje dla członków organizacji zrzeszonych w KSON-ie. Terminy spotkań do uzgodnienia w biurze Sejmiku.

### SÓL KUCHENNA – PLUSY, MINUSY I ALTERNATYWY

**Przeciętny Polak spożywa 2-3 razy więcej soli (12-15 g) niż przewidują zalecenia Światowej Organizacji Zdrowia. Jaką rolę pełni sól, czy jej nadmiar może być szkodliwy?**

Popularnie używana w kuchni sól to chlorek sodu (NaCl), przyprawa, bez której wielu z nas nie wyobraża sobie codziennych potraw. Stosowana jest do nadawania produktom smaku, a także jako popularny konserwant, pozwalający przedłużyć trwałość żywności. Głównym źródłem soli w diecie jest żywność przetworzona – wędliny peklowane, kielbasy, konserwy, wędzonki, kiszonki, sery żółte. Znacznych ilości soli dostarczają również chipsy, paluszki, orzeszki – przekąski, po które chętnie sięgają wszyscy: dzieci, młodzież i dorośli.

Liczne badania pokazują, że przeciętny Polak spożywa dziennie aż 12-15 g soli, czyli ponad dwa razy więcej niż zaleca Światowa Organizacja Zdrowia.

#### Pozytywny wpływ soli na organizm

Sód (składnik soli kuchennej) jest jednym z elektrolitów niezbędnych dla zachowania zdro-

wia. Odgrywa kluczową rolę w utrzymaniu równowagi kwasowo-zasadowej organizmu, reguluje ciśnienie osmotyczne płynów ustrojowych, uczestniczy w przewodzeniu impulsów nerwowych i pomaga kontrolować skurcze mięśni.

Zbyt mała ilość sodu może prowadzić do odwodnienia organizmu.

#### Skutki nadmiernego spożycia soli

Nadmiar sodu przyczynia się do nadciśnienia tętniczego, a także jest czynnikiem ryzyka niektórych nowotworów, osteoporozy, zawałów serca i udarów mózgu. Przyczynia się również do zatrzymywania płynów w organizmie, a także sprzyja nadwadze i otyłości.

Zalecane dzienne spożycie soli to 5-6 g, co odpowiada płaskiej łyżeczce do herbaty.

#### Ziołowa alternatywa

Doskonałą alternatywę dla soli kuchennej stanowią przy-

prawy ziołowe, które oprócz walorów smakowych, wykazują również korzystny wpływ na zdrowie i pracę narządów wewnętrznych. Aromat przypraw znacznie zmniejsza ochotę na słony smak.

Do najczęściej używanych przypraw należą:

- *bazyli* – zmniejsza napięcie mięśni gładkich przewodu pokarmowego, pobudza wydzielanie soku żołądkowego, przyspiesza trawienie, zapobiega wzdęciom. Używana jest do przyprawiania zup, ryb i drobiu, potraw warzywnych z brokułami, marchewką, cukinią, kabaczkami oraz dynią. Jest także najlepszym dodatkiem ziołowym do pomidorów. Aby nie tracić walorów smakowych i zapachowych, bazylię należy dodawać pod koniec gotowania;
- *estragon* – łagodzi stany kurczowe przewodu pokarmowego, ułatwia trawienie. Zdaniem zielarzy estragon wykazuje również delikatne działanie moczopędne, co pomaga wypłukiwać toksyny z organizmu. Listki estragonu charakteryzują się łagodnym smakiem i są używane do przyprawiania sałatek, sosów, zup, gulaszów, potraw z jajek, mięsa, ryb;
- *majeranek* – ułatwia trawienie, likwiduje skurcze żołądka i jelit, pobudza wydzielanie soku żołądkowego, działa ściągająco, zmniejsza nadmierną fermentację w przewodzie pokarmowym. Posiada również właściwości wykrztuśne, przeciwzapalne oraz rozgrzewające. Napar z majeranku stosowany jest w przypadku przeziębień, suszony stanowi dodatek do zup, sosów, po-

- traw mięsnych i warzywnych, sałatek, kiszzonek;
- *tymianek* – silnie aromatyczna przyprawa o ostrym smaku i właściwościach wykrztuśnych. Nadaje się do przyprawiania twarożków, sałatek, zup, sosów, potraw z grochu i fasoli;
  - *oregano* – roślina znana z właściwości przeciwbakteryjnych, rozkurczowych i przeciwutleniających. Olejki eteryczne z oregano rozluźniają mięśnie gładkie i mogą być pomocne szczególnie przy schorzeniach układu trawiennego, takich jak: zespół jelita wrażliwego, wzdęcia, nerwica żołądka;
  - *kminek* – łagodzi wzdęcia, bóle brzucha, poprawia apetyt oraz działa przeciwbakteryjnie. Przyprawa o korzennym, lekko piekącym smaku, wykorzystywana do twarożków, sałatek, zup, potraw z warzyw oraz kiszzonek;
  - *kolendra* – świetnie aromatyzuje ryby i rośliny strączkowe.

Można ją dodawać do sałatek, mięs (wieprzowiny, drobiu, jagnięciny). Listki kolendry pełnią funkcję dekoracyjną, często zamiennie z natką pietruszki;

- *rozmaryn* – roślina o silnym, przyjemnym aromacie i gorzkawym smaku. W kuchni stosowana jest głównie do przyprawiania mięs, makaronów, ziemniaków. Wykazuje właściwości przeciwutleniające, antyseptyczne i konserwujące;
- *lubczyk* – działa rozluźniająco na mięśnie jelit, przez co zapobiega nadmiernym wzdęciom oraz bólom brzucha. Stosowany przede wszystkim do przyprawiania zup i sosów;
- *liście laurowe* – poprawiają smak zup (grochowej, ziemniaczanej, fasolowej, flaków) oraz potraw z mięsa. Posiadają właściwości pobudzające apetyt i ułatwiające trawienie. Dawniej wykorzystywane były również w leczeniu reumatyzmu, wysypki, bólów uszu i głowy;

- *imbir* – ułatwia trawienie, poprawia krążenie, łagodzi wzdęcia, podnosi odporność, działa przeciwwzapalnie, zmniejsza wydzielanie kwasów żołądkowych, łagodzi nudności oraz wykazuje działanie rozgrzewające. Korzeń imbiru zawiera również cenne dla organizmu składniki mineralne, tj. magnez, wapń, fosfor i potas. Imbir stanowi świetny dodatek do mięs, sosów, zup i potraw z warzyw. W sezonie jesienno-zimowym sprawdza się jako dodatek do herbaty.

Doskonałą alternatywę dla soli stanowią niektóre warzywa i owoce, które również nadają potrawom wyrazu i charakteru. W tym przypadku warto pomyśleć o dodatku m.in. czosnku, cebuli, papryki chili. Do podkreślania walorów smakowych i zapachowych wykorzystuje się również pora, pietruszkę, kiszzone ogórki. Natomiast z daniami rybnymi świetnie komponuje się cytryna lub limonka.

## PRO BONO

**Dorota Gniewosz**

Mediator d/s Karnych i Cywilnych

Radca Prawny

**Bartosz NOWAK**

Adwokat

**Jacek SIEJKA**

**Porady prawne  
dla osób  
niepełnosprawnych**  
(terminy porad uzgadniane  
w biurze KSON,  
lub telefonicznie  
800 700 025)

Informujemy, że w Karkonoskim Sejmiku Osób Niepełnosprawnych w Jeleniej Górze, w ramach akcji Fundacji Stefana Batorego i Szkoły Liderów

„MASZ GŁOS – MASZ WYBÓR” pełnione są

**DYŻURY RADNYCH RADY  
MIEJSKIEJ JELENIJ GÓRY**



Dotychczas swój udział zadeklarowali i współpracują:  
**Wojciech Chadży, Oliwer Kubicki, Józef Sarzyński,  
Rafał Piotr Szymański, Leszek Wrotniewski, Miłosz Sajnog.**

Redakcja Niepełnosprawni „TU i TERAZ”  
**przyjmuje bezpłatnie ogłoszenia  
o charakterze niekomercyjnym**

**dotyczące spraw istotnych dla osób niepełnosprawnych**  
(sprzęt rehabilitacyjny, zamiana mieszkań, poszukiwanie opiekunów, itp.)  
**Zainteresowanych prosimy o kontakt z biurem Sejmiku**

# CO W KSON-ie PISZCZY...?

## PROBLEMY OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH W KOTLINIE JELENIOGÓRSKIEJ W ŚWIETLE PRAKTYKI CENTRUM INFORMACJI I WSPARCIA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH (CZĘŚĆ PIERWSZA)

Art 21. Konwencji mówi m.in. o konieczności działań umożliwiających osobom niepełnosprawnym egzekwowanie swoich praw w tym m.in. swobody uzyskiwania informacji na równych zasadach z innymi członkami społeczeństwa, za pomocą wszelkich środków komunikacji w dostępnym formacie i za pomocą środków przekazu odpowiednich do rodzaju niepełnosprawności, bez opóźnień i dodatkowych kosztów. **Należy zauważyć, że to właśnie utrudniony dostęp do informacji jest podstawowym problemem, z jakim borykają się osoby niepełnosprawne oraz osoby z ich otoczenia i jest to jedna z głównych przyczyn wykluczenia społecznego osób niepełnosprawnych.**

Odpowiedzią na ten problem jest działające w KSON Centrum Informacji i Wsparcia Osób Niepełnosprawnych. Centrum jest placówką o charakterze kompleksowego wsparcia, gdzie w jednym miejscu można uzyskać: poradę prawną, psychologiczną, poradę Rzecznika Osób Niepełnosprawnych, pośrednika pracy, mediatora sądowego, a także inne z zakresu rehabilitacji społeczno-zawodowej osób niepełnosprawnych. Centrum swym działaniem obejmuje teren całej Polski, w szczególności region jeleniogórski i województwo dolnośląskie oraz śląskie. Należy podkreślić, że porady udzielane są różnymi kanałami informacji, np. – co ważne w przypadku osób niepełnosprawnych – za pomocą bezpłatnej infolinii. W celu dotarcia do jak największej liczby osób, a także ze względu na szczególną sytuację osób niepełnosprawnych zamieszkujących tereny wsi i małych miast, utworzone zostały w kilku takich miejscowościach Punkty Mobilne. Do października br. Centrum udzieliło ok. 5500 tys. porad. **W tym miejscu chciałabym przedstawić główne problemy osób niepełnosprawnych, a także sposoby ich rozwiązywania głównie w świetle praktyki działań Społecznego Rzecznika Osób Niepełnosprawnych oraz prawników.**



Do najczęstszych problemów, z jakimi zgłaszają się osoby niepełnosprawne do Biura Społecznego Rzecznika Osób Niepełnosprawnych należą: sprawy mieszkaniowe; sprawy dotyczące zadłużenia bankowego i „pułapki zadłużeniowej”, w jakie wprowadzeni zostali niepełnosprawni nawet z ustalonym statusem ubezwłasnowolnienia; sprawy dotyczące nierespektowania przepisów obejmujących szczególne uprawnienia; sprawy dotyczące kart parkingowych dla osób niepełnosprawnych oraz problemy dotyczące miejsc pracy i przypadki nieprzestrzegania prawa pracy przez pracodawców.

Rzecznik w powyższych sytuacjach stara się rozwiązać opisane problemy bezpośrednio z instytucją, której to dotyczy. W większości przypadków jest to metoda skuteczna. Jednak, gdy ta metoda zawodzi, zainteresowani mieszkańcy Jeleniej Góry kierowani są na dyżury interwencyjne pięciu radnych Rady Miasta dyżurujących w Sejmiku. Takie interwencje, z wyjątkiem skomplikowanych spraw mieszkaniowych, z reguły są skuteczne. W sprawach o charakterze ponadregionalnym zainteresowani kierowani są na dyżury poselskie do posłów: Marzeny Machałek (PIS) i Małgorzaty Se-



kuły-Szmajdzińskiej (SLD), które również uruchomiły swoje Społeczne Biura Poselskie w siedzibie Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych i dyżurują w nich dwa razy w kwartale. Szczególną grupę interweniujących stanowią mieszkańcy województwa śląskiego, a także innych województw. Dzięki rozpropagowaniu punktu informacji z bezpłatną infolinią problemy mieszkańców tych regionów staramy się rozwiązać przez rozmowy telefoniczne lub korespondencję z miejscowymi ośrodkami pomocy społecznej lub organizacjami pozarządowymi.

Jeśli chodzi o poradnictwo prawne to wśród osób, które korzystały z porad prawnych dominują osoby starsze, borykające się z problemami, których wagi i stopnia trudności często nie są w stanie same ocenić. Niestety, w większości przypadków dotyczących zwłaszcza postępowań sądowych ich stadium zaawansowania jest takie, iż brak jest jakichkolwiek środków prawnych umożliwiających podjęcie stosownych działań (prawomocne wyroki, wdrożone egzekucje). Często spotkać się także można ze sprawami, w których nie można podjąć działań na korzyść danej osoby ze względu na przedawnienie roszczeń lub inne przeszkody materialno-prawne lub formalnoprawne; częstym przypadkiem jest po prostu brak podstaw prawnych i faktycznych ewentualnych żądań.

**Do najczęstszych problemów osób korzystających z porad prawnych w Centrum należą problemy mieszkaniowe, sprawy dotyczące świadczeń emerytalnych, rentowych, z pomocy społecznej oraz świadczeń rodzinnych, kłopoty związane ze spłatą zadłużeń bankowych oraz sprawy spadkowe.**

Osoby zgłaszające się do Centrum szukają pomocy w uzyskaniu lokalu mieszkalnego z zasobów mieszkaniowych gminy, mają także problemy z zamianą lokali komunalnych i odpowiednim standardem (te dwie ostatnie kwestie dotyczą głównie osób niepełnosprawnych). Podkreślić należy, że możliwość podjęcia działań prawnych w tego typu sprawach jest mocno ograniczona ze względu na brak drogi sądowej (nie można wytoczyć przeciwko gminie powództwa o dostarczenie czy też zamianę lokalu mieszkalnego), w związku z tym przekazywane one są do załatwienia przez Społecznego Rzecznika Osób Niepełnosprawnych w drodze interwencji czy negocjacji, często z pozytywnym skutkiem. Oczywiście podejmowane są kroki prawne w sytuacjach, gdy mamy do czynienia

z naruszeniem obowiązującej procedury administracyjnej.

Wiele spraw dotyczy eksmisji, orzekanych głównie wobec osób zalegających z należnymi opłatami, w tym czynszu, czy za media, gdzie pomoc prawna polega przede wszystkim na udzieleniu porady dotyczącej obowiązującej procedury związanej z np. otrzymaniem lokalu socjalnego czy zastępczego. W tych przypadkach rzadko zdarza się, aby z porad korzystały osoby w toku postępowania, najczęściej orzeczenia sądowe są prawomocne, co też ogranicza działania prawne. Sporo problemów wynika także na tle własności lokali i zarządzania wspólnotami mieszkaniowymi. Niestety, wskutek pewnej wadliwości i trudności interpretacyjnych przepisów Ustawy o własności lokali oraz kodeksu cywilnego rozwiązywanie częstych tutaj konfliktów jest utrudnione.

Jeśli chodzi o kwestie dotyczące różnego rodzaju świadczeń, w tym głównie emerytalnych, to powszechnym jest np. problem związany z uznaniem, iż dana osoba „nie jest niezdolna do pracy”, albo że jest do pracy „zdolna częściowo”, co wiąże się bądź z nieprzyznaniem prawa do renty lub pozbawieniem takiego prawa albo też przyznaniem renty w ograniczonym zakresie; niespełnianie warunków formalnych związanych z koniecznością posiadania odpowiednich okresów tzw. składkowych i nieskładkowych. Odpowiednio trzeba stwierdzić, że subiektywne odczucia związane z własnym stanem zdrowia (odnośnie czego Sąd Najwyższy podniósł wielokrotnie w swych orzeczeniach, iż odczucia takie nie mogą mieć decydującego znaczenia) pozostają zazwyczaj w sprzeczności z obiektywnymi i logicznymi opiniami biegłych lekarzy, zainteresowani zaś często nie rozumieją, że schorzenia, jakie posiadają, nie mogą eliminować ich z życia zawodowego. Bieżące wyroki sądów wskazują na to, że odsetek błędnych opinii biegłych jest znikomy, a sprawy badane są wyjątkowo wnikliwie. Problem polega zaś głównie na tym, że obecnie dość ograniczone są możliwości podjęcia zatrudnienia z uwagi na mały rynek pracy.

Z kolei, przepisy Ustaw o pomocy społecznej i o świadczeniach rodzinnych skonstruowane są w taki sposób, że pomoc ta jest dość ograniczona. Podstawowa kwestia to niski próg dochodowości wymagany do przyznania świadczenia, łączenie dochodów osób wspólnie zamieszkujących (co często wzbudza wątpliwości prawne), a także absurdalność niektórych norm (np. przepis mówiący

o tym, iż świadczenia pielęgnacyjne nie przysługują, jeżeli osoba wymagająca opieki pozostaje w związku małżeńskim). Często jednak w sprawach takich można podjąć skuteczne działania prawne, co faktycznie nastąpiło.

Następny problem to nagminne wręcz przypadki związane z windykacją należności z tytułu udzielonych, a niespłaconych kredytów. Zazwyczaj wszczęta jest egzekucja komornicza. Możliwości podjęcia kroków prawnych na korzyść zobowiązanych są ograniczone. Zdarzyły się przypadki błędnego obliczania należnej do wyegzekwowania kwoty z wynagrodzenia za pracę. Wiele spraw przekazano do załatwienia przez Społecznego Rzecznika Osób Niepełnosprawnych celem udzielenia pomocy w negocjacjach z wierzycielami. Odrębna kwestia to udzielanie kredytów osobom niepełnosprawnym intelektualnie. W każdej z takich spraw indywidualnie rozważana jest możliwość ingerencji prawnej (związanej np. z uchyleniem się od skutków prawnych oświadczenia woli czy naruszeniem przepisów prawa bankowego, a także wyzyskaniem takiej osoby przez inne osoby, także członków rodziny). Podnieść należy, że naprawdę skuteczne działania prawne mogą być podjęte jedynie w przypadku, gdy kredyt zaciąga osoba ubezwłasnowolniona (te same uwagi odnoszą się w ogóle do zawierania jakichkolwiek umów).

Zauważono również, że wiele spraw dotyczących należności na rzecz operatorów telefonii, telewizji, czy zapłaty za różne usługi, w tym także komunalne itp. dotyczy roszczeń przedawnionych. Jak wiadomo bowiem, instytucja przedawnienia nie jest w chwili obecnej uwzględniana przez sądy z urzędu (trzeba zgłosić taki zarzut), a zdarza się też często, że w dokumentach sądowych dochodzący roszczeń podaje nieaktualny już adres zobowiązanego, co zwłaszcza w elektronicznym postępowaniu upominawczym (EPU) skutkuje zazwyczaj wydaniem nakazu zapłaty, który bez problemów uprawomocnia się. Dłużnik dowiadyuje się więc

o roszczeniu najczęściej ze skutecznych działań komornika. Obrona dłużnika polegać więc może w takim przypadku jedynie na wytoczeniu powództwa o pozbawienie tytułu wykonawczego klauzuli wykonalności. Większość osób z takimi sprawami zgłosiła się jednak jeszcze w czasie, gdy możliwe było skuteczne wniesienie sprzeciwu od nakazu zapłaty.

Jeśli chodzi o kolejną grupę porad, a mianowicie sprawy spadkowe, to porady udzielane są zazwyczaj na etapie, gdy możliwe jest jeszcze dokładne zaplanowanie stosownych czynności lub podjęcie kroków prawnych. Najczęstsze jest wyjaśnianie form testamentu, problemów związanych z zachowkiem i zapisem, dziedziczeniem ustawowym, wydziedziczeniem. Niestety, sporo spraw nie jest możliwych do załatwienia, głównie z uwagi na upływ pięcioletniego okresu przedawnienia roszczeń o zachówek (liczonego od otwarcia spadku) lub sześciomiesięcznego terminu do przyjęcia lub odrzucenia spadku (liczonego od chwili, gdy zainteresowany dowiedział się o tytule swego powołania).

Podsumowując, należy jeszcze raz podkreślić, że w wielu przypadkach brak wiedzy niepełnosprawnych o istniejących możliwościach pomocy stanowi poważną barierę, a niekiedy jest wręcz porażający. Z perspektywy doświadczeń wydaje się, że przyjęty system wsparcia osób niepełnosprawnych realizowany przez KSON w ramach projektu Centrum Informacji i Wsparcia Osób Niepełnosprawnych, a szczególnie wypróbowane metody i kanały interwencji w oczywistych sprawach naruszania prawa, stanowi dobrą praktykę i z powodzeniem może być zastosowany w innych regionach Polski.

*Opracowała: Monika Żak, koordynatorka CliWON przy współpracy: prawnika – Jacka Siejki i Społecznego Rzecznika Osób Niepełnosprawnych – Stanisława Schuberta.*

## Zapraszamy do współredagowania naszego Biuletynu

– teksty na tematy poruszone w „NTiT”, a także opisujące wydarzenia i sprawy z życia osób niepełnosprawnych prosimy przesyłać na adres:

**Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych,  
ul. Osiedle Robotnicze 47A, 58-500 Jelenia Góra**

**z dopiskiem „BIULETYN” lub na adres poczty elektronicznej [ntit-gazeta@o2.pl](mailto:ntit-gazeta@o2.pl)**

Zastrzegamy sobie prawo dokonywania skrótów i koniecznych zmian w nadesłanych materiałach.

## MĄDRA NEUROPROTEZA

Amerykańscy naukowcy wszczepili do mózgowi małp urządzenie, dzięki którym udało się przywrócić funkcje niezbędne dla procesu podejmowania decyzji. Neuroprotezę umieszczono w korze przedczołowej. Składa się ona z elektrod mierzących sygnały wysyłane przez komórki nerwowe. Podczas eksperymentu na ekranie pojawiał się obraz, a po pewnym czasie małpy miały wybrać ten sam obraz spośród kilku zaprezentowanych. Eksperyment przyniósł oczekiwane rezultaty. W przypadku uszkodzeń obejmujących większe obszary mózgu u ludzi system rejestrowałby dane docierające do uszkodzonej części z innych obszarów i programował odpowiednie wzorce informacji przekazywanej innym regionom mózgu przez uszkodzoną część.

## RDZEŃ KRĘGOWY SZCZURÓW POBUDZONY

Uszkodzenie rdzenia kręgowego prowadzi do przerwania włókien nerwowych, dzięki którym mózg kontroluje poszczególne części ciała. Następuje paraliż, który może objąć całe ciało bądź tylko jego część. W 2011 roku amerykańscy lekarze odnieśli sukces. Dzięki elektrycznej stymulacji rdzenia kręgowego jeden z pacjentów (potrącił go samochód i paraliż objął ciało poniżej klatki piersiowej) był w stanie znowu stanąć na nogi. Szwajcarscy naukowcy ogłosili, że podczas eksperymentów ze szczurami udało im się osiągnąć znacznie więcej. Rdzeń kręgowy gryzoni został przecięty w dwóch miejscach. Następnie wstrzyknięto do niego substancje stymulujące komórki nerwowe, dokonano też stymulacji elektrycznej rdzenia „budząc” obecne w nim neurony. Następnie szczury zostały umieszczone w podtrzymującej, zrobotyzowanej uprzęży i pokazano im przynętę. Stopniowo odzyskiwały sprawność – robiły jeden krok, później dwa, w końcu mogły znów biegać i wspinać się na przeszkody. Badania wykazały wytworzenie nowych połączeń nerwowych w miejscu urazu oraz zmiany w mózgu.

Niestety, identycznej metody nie da się na razie zastosować u ludzi. Szczury pomimo odbudowy włókien nerwowych mogą chodzić tylko przy włączonej stymulacji elektrycznej. Pierwszy krok został jednak zrobiony. Naukowcy przypuszczają, że stymulacja pobudza rdzeń do poziomu, przy którym wystarczy bardzo słaby sygnał z mózgu, by zadziałały mięśnie.

## DEPRESJA PRZED ALZHEIMEREM

Amerykańscy lekarze przez 45 lat analizowali związek depresji z otępieniem u 13 tys. pacjentów. Stwierdzono, że osoby, u których objawy depresji zaczynały występować w średnim wieku, były bardziej narażone na otępienie naczyniowe. Dochodzi do niego, gdy przez utrudniony przepływ krwi komórki mózgu nie otrzymują wystarczającej ilości tlenu i składników odżywczych, co często prowadzi do upośledzenia pamięci. Natomiast, kiedy depresja pojawiała się dopiero w starszym wieku, częściej rozwijała się choroba Alzheimera. Depresja u seniorów może więc być sygnałem, że należy wykonać badania pod kątem Alzheimera.

*Opracował GA*

### MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W CIESZYNIE

#### Siedziba główna

ul. Skrajna 5, 43-400 Cieszyn  
tel. 33 479 49 00  
tel. kom. 508 063 224  
e-mail: poczta@mops.cieszyn.pl  
www.mops.cieszyn.pl

#### Filia

ul. Towarowa 6, 43-400 Cieszyn  
tel. 33 852 01 55

### POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE

ul. Bobrecka 29, 43-400 Cieszyn  
tel. 33 477 71 17

# **SRÓDMIEJSKA TRASA TURYSTYCZNA w Jeleniej Górze**



*Kościół Podwyższenia Krzyża Świętego*

Na trasie turystycznej biegnącej ulicami Jeleniej Góry znajdują się wpisane od wielu lat w historię miasta zabytki, które także współcześnie pełnią tutaj znaczące funkcje społeczne, religijne i kulturalne. Wszystkie te obiekty dostępne są w dużej części dla turystów niepełnosprawnych, a dotarcie do nich i zwiedzenie zajmuje zwiędzającym przeciętnie około trzech godzin nieforsownego spaceru.

Naszą wycieczkę zaczynamy od największej jeleniogórskiej świątyni, czyli od Kościoła Podwyższenia Krzyża Świętego zbudowanego w latach 1709-1718 jako świątynia ewangelicka według planów i pod kierownictwem Martina Frantza, znanego legnickiego architekta. Zgodnie z wymaganiami zleceńodawców kościół miał łączyć śląską tradycję budowy kościołów Pokoju z rozmachem i monumentalnością protestanckiego kościoła św. Katarzyny w Sztokholmie. Kościół imponuje rozmiarami – może w nim zasiać ponad 4000 osób, a przynajmniej drugie tyle zmieści się tutaj na stojąco.

Idąc ulicą 1 Maja w kierunku centrum miasta docieramy po niedługiej chwili do cerkwi pod wezwaniem Świętych Piotra i Pawła. Jeszcze przed rokiem 1453 wzniesiono w tym miejscu zwanym Przedmieściem Wojanowskim katolicką kaplicę Najświętszej Marii Panny.

W roku 1634, jak całe miasto, padła ona ofiarą pożaru, a jej szczątki wykorzystano wkrótce do budowy umocnień. Obecny kościół zbudowano w latach 1737-1738 i poświęcono ponownie Najświętszej Marii Pannie. Parafia prawosławna przejęła kościółek w roku 1948 – cztery lata później, w roku 1952 kaplicę wyświęcono na cerkiew pod wezwaniem Świętych Apostołów Piotra i Pawła.

Idąc dalej ulicą 1 Maja docieramy do kolejnych jeleniogórskich zabytków – Bramy Wojanowskiej i Kaplicy Świętej Anny umieszczonej w średniowiecznej, ważnej dla ówczesnej obronności miasta bastii, gruntownie przebudowanej w roku 1514. Po zniszczeniach wojny trzydziestoletniej kaplicę odbudowano.

Spacerując ulicą Marii Konopnickiej dochodzimy po chwili do najstarszej jeleniogórskiej świątyni, kościoła pod wezwaniem Świętych Erazma i Pankracego, któremu nadano niedawno tytuł Bazyliki Mniejszej. Początki zabytku datowane są na XIII wiek, kiedy drewniany kościół poświęcono dwóm wczesnochrześcijań-

skim męczennikom. Świątynię, która spłonęła w roku 1303 odbudowano wkrótce potem z kamienia. Kościół renesansową formę otrzymał po kolejnym pożarze i odbudowie w roku 1549.

W pobliżu kościoła pod wezwaniem Świętych Erazma i Pankracego podziwiać można pozostałości murów obronnych, których podwójnym kręgiem Jelenia



*Cerkiew pw. Świętych Piotra i Pawła*



*Kaplica Świętej Anny*



*Bazylika Mniejsza*



*Bazylika Mniejsza – wnętrze*



*Pozostałości murów obronnych*

Góra otoczona była prawdopodobnie od początków swego istnienia, a na pewno od wieku XIV. Niższy mur zewnętrzny stał nad suchą fosą, zaś mur wewnętrzny wzmocniony był 36 bastcjami. Trzy bramy miejskie posiadały własne wieże, bastiony i barbakany. Główne umocnienia sięgały około 8 metrów wysokości, a ich grubość w koronie wynosiła 1,5 metra. Mury miejskie straciły na znaczeniu w XVIII wieku na skutek intensywnego rozwoju miasta i zmianie technik oblężniczych. Ostateczną decyzję o ich rozbiórce podjęto w roku 1862. Do dziś z wielu obronnych fortyfikacji zachowały się tylko fragmenty tych obwarowań.

Ostatnim zabytkiem w programie zwiedzania jest rynek miejski zwany obecnie Placem Ratuszowym. Rynek starego miasta, otoczony jest z czterech stron pięknymi barokowymi i rokokowymi kamieniczkami podcieniowymi z XVII i XVIII wieku. Jest to jedyna na Dolnym Śląsku zachowana w pełni tego typu zabudowa, będąca ozdobą i wyróżnikiem Jeleniej Góry.

Obecny jeleniogórski ratusz pochodzi z lat 1747-1749,

a wzniesiony został w stylu klasycystycznym po zawaleniu się poprzedniej budowli. Około roku 1910 budynek ratusza połączono z sąsiednimi kamienicami zaadoptowanymi na potrzeby magistratu. W średniowieczu służyły one jako apteka, garkuchnia i ławy chlebowe. W roku 2000 w pierwszej z tych kamieniczek odkryto studnię o głębokości 20 m. Warto wiedzieć, że w dawnych czasach w jeleniogórskim ratuszu stał drewniany posąg Bolesława Krzywoustego w szatach królewskich.

Rzeźba jeleniogórskiego Neptuna, wykonana z piaskowca w XVIII wieku, pierwotnie zdobiła jedną z wielu rezydencji patrycjuszowskich. Na rynku stała dopiero w pierwszej połowie XIX wieku. Miała zaświadczać o dawnych handlowych związ-

kach Jeleniej Góry z krajami zamorskimi, do których wysyłano produkowane w mieście i okolicznych wioskach płótno. Postać Neptuna ustawiono na cokole w miejscu dawnej studni. W latach 70-tych XX wieku wykonano całkiem nowy cokół, a w połowie lat 90-tych przeprowadzono prace konserwatorskie samej rzeźby.

We wrześniu 2008 roku na rynku jeleniogórskim, przy ścianie tzw. Siedmiu Domów, stanął pomnik upamiętniający 900-lecie założenia miasta przez Bolesława Krzywoustego. Na obelisku z czerwonego granitu osadzona jest głowa dorodnego jelenia z porożem. Jeleń jest bowiem symbolem miasta i występuje w herbie Jeleniej Góry od kilkuset lat. Druga rzeźba małego jelenka stanęła na skwerze przy ul. 1 Maja.

*JOM*

Uprzejmie informujemy, że istnieje możliwość skorzystania z **bezpłatnych porad psychologa-doradcy zawodowego**. W trakcie indywidualnych spotkań psycholog pomoże Państwu w zbadaniu predyspozycji zawodowych i określeniu ścieżki rozwoju zawodowego, a także udzieli informacji o aktualnej sytuacji na rynku pracy (oferty pracy, kursy, szkolenia itp.). Kontakt – tel. 75 7523183, e-mail: [biuro@kson.pl](mailto:biuro@kson.pl) lub bezpłatna infolinia 800700025.

# Adresy i telefony

## KARKONOSKI SEJMIK OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

*Organizacja pożytku publicznego*

KRS 0000100516 • Data założenia: 27.03.2001 r.

Adres: ul. Osiedle Robotnicze 47A • 58-500 Jelenia Góra • tel.: 75 75 242 54

**Punkt Informacji – Telefon Zaufania: tel./fax 75 75 231 83**

www.kson.pl • redakcja.kson@wp.pl • info@kson.pl • NIP: 611-24-47-442

## STOWARZYSZENIA I ORGANIZACJE OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

- **JELENIOGÓRSKIE FORUM ORGANIZACJI OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH** 58-500 Jelenia Góra, ul. Jana Pawła II 7
- **KARKONOSKI KLUB AMAZONEK** 58-500 Jelenia Góra, ul. Bankowa 15, tel.: 75 76 46 155
- **KOŁO POLSKIEGO ZWIĄZKU NIEWIOMYCH** 58-500 Jelenia Góra, ul. Jana Pawła II 7, tel.: 75 75 24 931
- **ODDZIAŁ TERENOWY POLSKIEGO TOWARZYSTWA WALKI Z KALECTWEM** 58-500 Jelenia Góra, ul. Jana Pawła II 7, tel.: 75 75 57 163, 75 64 73 185
- **POLSKI ZWIĄZEK GŁUCHYCH** 58-500 Jelenia Góra, ul. Wiejska 1, 75 75 258 01
- **POLSKIE STOWARZYSZENIE NA RZECZ OSÓB Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM KOŁO W JELENIEJ GÓRZE** 58-500 Jelenia Góra, ul. Waryńskiego 14, tel./fax: 75 75 25 961, 75 76 47 818
- **TOWARZYSTWO CHORYCH NA STWARDNIENIE ROZSIANE** 58-500 Je-

lenia Góra, ul. Jana Pawła II 7, tel.: 75 754 10 79

### ORGANIZACJE ZRZESZONE W KSON

#### CZŁONKOWIE ZWYCZAJNI:

- **FUNDACJA ANIMUS** 59-500 Złotoryja, ul. Kopernika 7, tel./fax: 76 87 81 024
- **TOWARZYSTWO KARKONOSKIE** 58-500 Jelenia Góra, Os. Robotnicze 47A, tel.: 75 75 24 254
- **KOŁO MIEJSKIE POLSKIEGO STOWARZYSZENIA DIABETYKÓW** 58-500 Jelenia Góra, Os. Robotnicze 47A, tel.: 75 75 32 736, 609 892 888
- **STOWARZYSZENIE INWALIDÓW WZROKU** 58-500 Jelenia Góra, Os. Robotnicze 47A, tel.: 75 75 24 254
- **STOWARZYSZENIE LUDZI CIEKAWEGO ŻYCIA „PEGAZ”** 58-500 Jelenia Góra, Os. Robotnicze 47A, tel.: 75 75 24 254
- **STOWARZYSZENIE RODZICÓW DZIECI NIEPEŁNOSPRAWNYCH „ŚWIATEŁKO”** 58-500 Jelenia Góra, Os. Robotnicze 47A tel: 75 75 24 254

- **STOWARZYSZENIE LARYNGEKTOMOWANYCH „LIRA”** 58-500 Jelenia Góra, Os. Robotnicze 47A, tel.: 75 75 24 254, 75 64 38 595
- **STOWARZYSZENIE NIEDOSŁYSZĄCYCH „LIRA”** 58-500 Jelenia Góra Os. Robotnicze 47A, tel.: 75 75 24 254
- **STOWARZYSZENIE OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH INTELEKTUALNIE I RUCHOWO „PRZYJACIELE”** 58-500 Jelenia Góra, Os. Robotnicze 47A, tel.: 75 75 24 254
- **STOWARZYSZENIE PROMOCJI GOSPODARCZEJ „POGÓRZE” W PODGÓRZYNIE** 58-562 Podgórzyn, ul. Żołnierska 14, tel.: 75 76 21 671
- **TOWARZYSTWO TŁUMACZY I WYKŁADOWCÓW JĘZYKA MIGOWEGO „GEST”** 58-500 Jelenia Góra, Os. Robotnicze 47A, tel.: 75 75 24 254
- **ZARZĄD REJONOWY POLSKIEGO STOWARZYSZENIA DIABETYKÓW** 58-500 Jelenia Góra, Os. Robotnicze 47A, tel.: 75 75 24 254

#### CZŁONKOWIE WSPIERAJĄCY:

- **BIURO PODRÓŻY EURO 90 TRAVEL** 58-500 Jelenia Góra
- **DUSZPASTERSTWO OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH PARAFII ŚW. JANA APOSTOŁA I EWANGELISTY**
- **FIRMA LEXPAS Sp. z o.o. w POZNANIU** 60-115 Poznań
- **JELENIOGÓRSKIE STOWARZYSZENIE RODZIN I PRZYJACIOŁ DZIECI Z ZESPOŁEM DOWNA** 58-500 Jelenia Góra
- **JELENIOGÓRSKI KLUB SPORTOWO-REHABILITACYJNY „VICTORIA”** 58-500 Jelenia Góra
- **POLSKI ZWIĄZEK EMERYTÓW, RENCISTÓW I INWALIDÓW** 58-500 Jelenia Góra
- **KARKONOSKI PARK NARODOWY** 58-500 Jelenia Góra
- **POLSKIE TOWARZYSTWO PRACOWNIKÓW SOCJALNYCH KOŁO POWIATOWE W JELENIEJ GÓRZE** 58-530 Kowary
- **STOWARZYSZENIE POETYCKIE W CIENIU LIPY CZARNOLESKIEJ** 58-506 Jelenia Góra
- **SZPITAL SPECJALISTYCZNY MSWiA W JELENIEJ GÓRZE** 58-560 Jelenia Góra
- **TV DAMI** 58-500 Jelenia Góra
- **ZESPÓŁ AKTYWNOŚCI SPOŁECZNEJ W SOBIESZOWIE** 58-570 Jelenia Góra
- **PPHU „WAMAR” WACŁAW TARASIEWICZ** 58-500 Jelenia Góra
- **JELENIOGÓRSKIE STOWARZYSZENIE OSÓB BEZROBOTNYCH** 58-500 Jelenia Góra
- **PRZEDSIĘBIORSTWO SIMET SA** 58-506 Jelenia Góra
- **MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ** 58-506 Jelenia Góra
- **POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE** 58-508 w Jeleniej Górze



Karkonoski Sejmik  
Osób  
Niepełnosprawnych



SERDECZNIE ZAPRASZA DO KORZYSTANIA Z USŁUG

## Centrum Informacji i Wsparcia Osób Niepełnosprawnych

Centrum Informacji oferuje osobom niepełnosprawnym, rodzinom, opiekunom oraz pracodawcom i instytucjom zainteresowanym problematyką rehabilitacji społeczno-zawodowej bezpłatnie:

- porady i informacje w zakresie problematyki społeczno-zawodowej osób niepełnosprawnych
- porady prawne
- porady psychologa
- pośrednictwo pracy z możliwością korzystania z ofert pracy
- porady Społecznego Rzecznika Interesów Osób Niepełnosprawnych
- porady mediatora sądowego

Więcej informacji na stronie  
info@kson.pl

bezpłatna infolinia

www.kson.pl  
praca@kson.pl

**800 700 025**

Porady udzielane są bezpłatnie !

Codziennie od poniedziałku do piątku w godz. 9.00-16.00

INNE OSOBY FIZYCZNE ORAZ PRAWNE

# DUCHY KOWARSKICH SZTOLNI

Kowarskie sztolnie dziś jeszcze, podobnie jak przed laty, kryją wiele dramatów i tajemnic. Podziemne korytarze ciągną się tutaj na kilku poziomach przez wiele kilometrów. Uważne i cierpliwe wsłuchanie się w ciszę zimnych i wilgotnych korytarzy przynosi zaskakujące rezultaty – już po kilku minutach zaczynamy różnicować docierające z kopalnianych sztolni dziwne odgłosy; dobiegają do nas głębokie westchnienia i echa odległych kroków... Może to szum podziemnego strumienia przedzierającego się przez kamienne otchłanie, a może naturalna skarga skalnego masywu, w którym człowiek wydrążył onegdaj rozległe korytarze w poszukiwaniu skarbów ukrytych głęboko pod ziemią.

W 1927 roku odkryto w rejonie Kowar złoża rud uranu. Trwały wówczas badania nad tym pierwiastkiem znacznie zintensyfikowane, kiedy okazało się, że uran stanowić może surowiec do wytwarzania nowej, przerażającej broni.

Po wojnie eksploatacją rudy uranowej zajęli się Rosjanie, rejon miasta zamknięto dla obcych. Wszystko, co działo się w kopalni, objęte było ścisłą tajemnicą. O tym, jak gospodarzą tam Rosjanie krążyły legendy. Opowiadano również niesamowite historie, o pracujących w kopalni ludziach, którzy w tajemniczych okolicznościach zaginęli w labiryncie podziemnych korytarzy.

Jedną z takich zaginionych postaci był radziecki pułkownik, odpowiedzialny za dozór pracujących w kopalni więźniów, dowożonych tutaj z pobliskiej Kamiennej Góry. Któregoś dnia cieszący się nie najlepszą sławą pułkownik



wszedł do podziemi i już z nich nie wyszedł pomimo, że labirynt korytarzy został dokładnie przeszukany przez radzieckich żołnierzy.

Po kilku miesiącach zaginionego oficera napotkali górnicy kończący właśnie swoją szych-

tę; Rosjanin siedział na wózku wypełnionym urobkiem – kiedy zaciekawieni górnicy podeszli bliżej postać radzieckiego pułkownika rozplynęła się w mroku korytarza.

Od tego czasu wielokrotnie spotykano widmowego pułkownika w korytarzach kowarskiej kopalni. W 1957 roku kopalnię przejęli Polacy, ale wyprodukowanie bomby wodorowej zmniejszyło zapotrzebowanie na uran. Sztolnie zaczęto zamykać. Potem Politechnika Wrocławska urządziła tu m.in. poligon doświadczalny dla górniczych brygad ratowniczych. Ćwiczący ratownicy również zanotowali kilka niesamowitych spotkań z widziadłem, które niespodziewanie pojawiało się wychodząc z nieczynnych od dawna korytarzy.

Również dzisiaj ludzie oprowadzający turystów po kowarskich sztolniach widzą rzeczy, o których mówią niechętnie. Wszystko jednak wskazuje na to, że upiory zrodzone w podziemnych chodnikach nadal tam mieszkają pilnując skarbów, które być może nadal skrywają się w zamurowanych lub zalanych wodą korytarzach.

**TADEUSZ SIWEK**

## MIEJSKI OŚRODEK POMOCY SPOŁECZNEJ W JELENIEJ GÓRZE

58-506 Jelenia Góra, al. Jana Pawła II nr 7  
Centrala tel.: 75 75 23 951, 75 64 78 578 fax: 75 76 76 577  
Godziny pracy:

Ośrodek czynny w dni robocze w godzinach 7.30-15.30.  
Pracownicy socjalni przyjmują klientów w godzinach 7.30-10.00  
i 14.00-15.30

## POWIATOWE CENTRUM POMOCY RODZINIE

ul. Podchorążych 15 58-508 Jelenia Góra  
tel.: 75 64 73 277 • fax: 75 64 73 278 • pcpr@pcpr.jgora.pl  
Godziny pracy: poniedziałek – piątek 7.30-15.30

## XXXIX Jarmark Staroci i Osobliwości

Ostatnie dwa dni września odbywały się w Jeleniej Górze pod znakiem XXXIX Jarmarku Staroci i Osobliwości. Jarmark organizowany od 1973 roku jest jedną z największych tego typu imprez w Polsce, na którą ściągają kolekcjonerzy z całej Europy prezentując swoje zbiory na Placu Ratuszowym i wzdłuż uliczek Jeleniogórskiej Starówki. W tym roku można było kupić, jak zwykle za niemałe pieniądze, stare meble, broń, cacka ze szkła i porcelany, książki i bibeloty. Smakoszom i łakomczuchom proponowano wędliny z Podlasia, sery z Podhala, turecką chałwę oraz najprze-

różniejsze rodzime smakołyki i słodkości. Zwiedzający, przyskajający się przez Rynek i przyległe do nie go uliczki oglądali, porównywali ceny i targowali się, co jest wyraźnie i od dawna wpisane w jarmarkowe obyczaje.

*Tekst i fot.:*  
**Tadeusz Siwek**



## Śmiech to zdrowie

– Poproszę cztery rolki papieru toaletowego.

– W jakim kolorze pani sobie życzy?

– Obojętnie, byle nie biały, bo się szybko brudzi.

\*\*\*

– Czy pies, który siedzi w rogu salonu, jest pański? – pyta się klient fryzjera.

– Nie.

– To dlaczego on tak śledzi każdy pana ruch?

– Wczoraj odciąłem klientowi ucho, a on je potem zjadł.

\*\*\*

– Piszą, że woda podróżowała...

– I bardzo dobrze! Wreszcie i abstynentom się do d... dobrali!

\*\*\*

– Przybyło mi zmarszczek, utylam, włosy takie jakies nijkie... Powiedz mi, kochanie, coś miłego, bo wpadnę w depresję!

– Wzrok masz jeszcze całkiem niezły!

\*\*\*

– Skąd wracasz?

– Z salonu piękności!

– Był zamknięty?!

\*\*\*

– A więc nie zaprzecza pani, że zastrzeliła męża podczas transmisji z meczu piłkarskiego? – zadaje pytanie sędzieja oskarżonej.

– Nie, nie zaprzeczam.

– A jakie były ostatnie słowa męża?

– Oj strzelaj, prędzej, strzelaj...

\*\*\*

Słychać pukanie do bram raju.

– Ktoś ty? – pyta św. Piotr przybysza.

– Jestem piłkarzem polskiej reprezentacji!

– To jak trafiłeś do bramy?

\*\*\*

– Dlaczego zdecydował się pan studiować na wydziale prawa? – pyta się egzaminator zdającego.

– Przestań się tato wygłupiać!