

# REKOMENDACJE POMOGŁY str. 13



# NIEPEŁNOSPRAWNI TU **i** TERAZ

ISSN 1895 – 4987 EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

LISTOPAD

7/66/2014



Nowe inicjatywy  
w KSON-ie str. 3



Ewa przezwyciężyła lęk str. 16



Zanim dasz wnukowi 20 tys. zł str. 6-7

# Stare karty parkingowe zachowują ważność do połowy 2015 roku! Każdy spokojnie zdąży

– Nowe przepisy to same kłopoty! – narzekają inwalidzi zagadnięci o nowe zasady wydawania kart parkingowych. Wydają się im niepotrzebne i skomplikowane. Na szczęście stare karty zachowują ważność do końca czerwca 2015 roku. Wnioski o nowe warto jednak wypełnić i złożyć już teraz.

Inwalidzi boją się, że stare karty będą lada dzień nieważne, a załatwienie nowych zajmie sporo czasu. Nie jest tak źle. Procedura wydawania nowych (w tym wydanie orzeczenia) zajmuje wprawdzie nawet dwa-trzy miesiące, ale ważność dotychczasowych kart została przedłużona do połowy 2015 roku lub upływu ważności tego dokumentu (jeśli jest to data wcześniejsza niż czerwiec 2015). Oznacza to, że niepełnosprawni nie muszą pędzić na gwałt z wnioskami o wydanie nowych kart, ale mogą sobie to spokojnie zaplanować.

Nie ma co z tym jednak długo czekać. Powiatowy Zespół do spraw Orzekania o Niepełnosprawności w Jeleniej Górze (na przykład, bo problem dotyczy całego kraju) otrzymuje mnóstwo wniosków (nawet 150 tygodniowo). Obsada Zespołu jest zbyt nieliczna, by inwalidzi mogli szybko załatwić nowe karty.

Na szczęście są grupy, które nie muszą przechodzić pełnej procedury, która obejmuje m.in. wizyty u lekarza i uzupełnianie

dokumentacji medycznej. Niektóre osoby dostają nową kartę w krótkim czasie, nawet w czasie jednego-dwóch tygodni. Warunkiem jest posiadanie orzeczenia o znacznym stopniu niepełnosprawności z jednym z następujących symboli: 05-R, 10-N, 04-O, przy czym w orzeczeniu, w punkcie 9, musi być mowa o znacznym ograniczeniu możliwości samo-

dzielnego poruszania się. Inny warunek uproszczonej procedury dotyczy daty orzeczenia: musi być sprzed 30 czerwca 2014.

Szczegółowe informacje na temat zasad wydawania karty parkingowej, w tym wniosek, dostępne są pod adresem internetowym: [www.pzon-jeleniagora.pl](http://www.pzon-jeleniagora.pl). Warto, by zainteresowani zapoznali się z nimi szczegółowo przed wizytą w Zespole, który w Jeleniej Górze mieści się przy Al. Jana Pawła II 7 (po drugiej stronie ulicy, przy której jest dworzec autobusowy). Na pewno trzeba pamiętać, że opłata za nową kartę wynosi 21 zł i że trzeba ją wnieść dopiero po otrzymaniu wiadomości, że karta została przyznana.

**Leszek Kosiorowski**



*Dzięki karcie parkingowej niepełnosprawny może postawić samochód na kopertach nie tylko w Polsce, ale w całej Unii Europejskiej. Fot. L. Kosiorowski*

**Rzecznik Praw Obywatelskich zamierza zaskarżyć przedmiotowe zmiany w ustawie o ruchu drogowym i w tej sprawie wystosował pismo, w którym podnosi, że być może naruszono prawa nabyte o niepełnosprawności. Pełny tekst wystąpienia na: [www.kson.pl](http://www.kson.pl)**



**NIEPEŁNOSPRAWNI  
TU i TERAZ**



**TRIANON  
POLSKA**



LSON

**BIULETYN DOFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW PFRON**

**Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych**

**Wydawca:** Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

**Współpraca:** Stowarzyszenie „Działajmy Razem” TRIANON PL Cieszyń, Lubuski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

**Redaktor Naczelny:** Robert Zapora **Sekretarz redakcji:** Bożena Bryl-Chrząszcz

**Redakcja:** Andrzej Grzelak, Elżbieta Schubert, Tadeusz Siwek, Leszek Kosiorowski, Monika Żak (koordynator projektu), Damian Kostka,

Przemysław Kaczałko, Jerzy Ogonowski, Andrzej Koenig, Piotr Koniecznyński, Magda Weidner – dziennikarka Gazety Lubuskiej, Daria Zawadzka

**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: [ntit-gazeta@o2.pl](mailto:ntit-gazeta@o2.pl)

**Skład i druk:** AD REM, 58-500 Jelenia Góra, ul. Okrzei 12, tel. 75 75 222 15 **Nakład 7000 egz.**

**Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych oraz zastrzega prawo do skracania i redakcyjnego opracowania materiałów przyjętych do druku.**

# Uroczystości i odznaczenia w KSON

W Karkonoskim Sejmiku Osób Niepełnosprawnych odbyła się uroczystość składająca się z trzech części. Pierwsza dotyczyła odsłonięcia tablicy pamiątkowej twórców jeleniogórskiej rehabilitacji balneologicznej. Otwarto też biuro europosłanki Lidii Geringer de Oedenberg i uhonorowano ludzi, którzy wspierają działalność na rzecz niepełnosprawnych.

Na tablicy pamiątkowej, oprócz twórców jeleniogórskiej rehabilitacji balneologicznej (prof. dr hab. n. med. Wiktor Dega i dr n. med. Jerzy Timmler), umieszczono nazwisko głównego autora ustawy o rehabilitacji i zatrudnieniu osób niepełnosprawnych i PFRON Jerzego Huberta Modrzejewskiego.

Jerzy Hubert Modrzejewski zmarł przed 16 laty i do końca pełnił funkcję prezesa największego zakładu pracy chronionej w regionie – Spółdzielni Inwalidów SIMET. Odsłonięcia tablicy dokonała żona Pana Jerzego – Mirosława Modrzejewska wraz z Ryszardem Grotem – prezesem SIMETU. W drugiej części Zofia Ulatowska, dyrektor wrocławskiego biura europoseł Lidii Geringer de Oedenberg odsłoniła tablicę, inaugurując działalność w siedzibie Sejmiku społecznego biura pani poseł. Motywem utworzenia tej placówki było zainteresowanie europosłanki problemami osób starszych i niepełnosprawnych, a Sejmik ma w tym względzie dużą



wiedzę popartą informacjami przychodzącymi z ośmiu biur terenowych funkcjonujących na terenie kraju. Biuro jest czynne w każdy poniedziałek w godzinach od 12.00 do 14.00, a obsługują je społeczni asystenci: Kamila Kurczewska i Tadeusz Smoliński. W biurze będzie można uzyskać nie tylko informacje o pracach Parlamentu Europejskiego we wszystkich interesujących mieszkańców dziedzinach, ale także zaopatrzyć się w niezbędne materiały i wydawnictwa informacyjne. W trakcie trzeciej części spotkania, goście zapoznali się z efektami prac remontowych Sejmiku, podsumowano współpracę z jeleniogórskimi radnymi w ramach akcji Fundacji im. Stefana Batoro „Masz głos, Masz wybór” w programie „Dostępni Radni”. Wyróżniono podziękowaniami siedmiu radnych miejskich, którzy na bieżąco współpracowali z organizacjami niepełnosprawnych i nieśli pomoc. To: Wojciech Chadży, Zbigniew Ładziński, Krzysztof Mróz, Miłosz Sajnog, Józef Sarzyński, Rafał Szymański, Leszek Wrotniewski. Do grona pomagających niepełnosprawnym, należy też Jerzy Pokój. Wręczono również rekomendacje tym, którzy w opinii środowiska niepełnosprawnych powinni



znaleźć się z dobrym skutkiem na listach kandydatów do rady miasta i powiatu. Na spotkaniu wicewojewoda dolnośląski Ewa Mańkowska wręczyła Brązowe Krzyże Zasługi: radnemu, rotarianinowi i przedsiębiorcy Wojciechowi Chadżemu oraz dziekanowi dekanatu jeleniogórskiego i proboszczowi Parafii Św. Jana Ewangelisty i Apostoła ks. dr Krzysztofowi Kowalczykowi – kapelanowi środowiska osób niepełnosprawnych.

**Łukasz Muraszko**  
Fot. Bartek Frątczak

Paulina Bratkowska i Michał Liwandowski oddali szpik, by ratować chorym życie. – To nic straszego – mówią

## Spełnili ludzki obowiązek

– Nie czuję się bohaterem – mówi 20-letni Michał Liwandowski z Jeleniej Góry, który oddał szpik dla 52-letniej kobiety z USA. – Nie zrobiłem nic wielkiego. Niektórzy nadal myślą, że oddanie szpiku wiąże się z wbiciem ogromnej igły w kręgosłup, co jest kompletną bzdurą – dodaje. Paulina Bratkowska z Gorzowa Wielkopolskiego, która również oddaje szpik przyznaje, że jest wiele do zrobienia, by zmienić do tego podejście Polaków.

Co godzinę jedna osoba w Polsce dowiaduje się, że ma białaczkę. Dla wielu chorych jedyną szansą na życie jest przeszczepienie szpiku lub komórek macierzystych od dawcy niespokrewnionego. Niestety, wielu pacjentów wciąż nie znajduje tzw. bliźniaka genetycznego, bo wciąż jest za mało osób zarejestrowanych w bazie potencjalnych dawców. Dlaczego ludzie się nie rejestrują? Najczęściej ze strachu wynikającego z niewiedzy, ale równie często z lenistwa.

### To przecież obowiązek

– Gdybym miał wytłumaczyć dlaczego warto zarejestrować się, a następnie oddać szpik, odpowiedziałbym pytaniem: „A co by było, gdyby taka choroba dotknęła twoich bliskich i wiedziałbyś, że jest bliźniak genetyczny, który może uratować mu życie, ale nie zrobi tego, bo boi się, albo zwyczajnie mu się nie chce?” – mówi Michał Liwandowski z Jeleniej Góry.

Michał Liwandowski ideą pomagania zaraził się na jednej z prelekcji w III LO czyli Zespole Szkół Ogólnokształcących i Technicznych w Jeleniej Górze.

– Byłem wtedy w trzeciej klasie – opowiada. – Pomyślałem, że jeśli mogę komuś pomóc,



a nie wymaga to ode mnie jakiegoś wielkiego poświęcenia, to mam taki obowiązek. Od 18 roku życia oddaję krew. W bazie dawców szpiku zarejestrowałem się na początku 2013 roku. Pół roku później dostałem telefon z Fundacji DKMS Polska. Pojechałem do Drezna, bo było najbliżej (kliniki w Polsce są w Warszawie i Krakowie). Sam pobór z tzw. krwi obwodowej, trwał 4,5 godziny. Czy bolało? Tylko raz kiedy zapomniałem, że mam igłę w ręce i chciałem podrapać się po nosie. Wtedy zakłuło – śmieje się Michał. – Czy musiałeś się jakoś poświęcić? No... to były cztery i pół godziny siedzenia na fotelu, a oni mieli tylko jeden film, który już kiedyś oglądałem, więc... – wybuch



śmiechem obecny student Politechniki Wrocławskiej o kierunku budownictwo.

### Dobro dobrem powraca

Paulina Bratkowska zarejestrowała się w bazie dawców poruszona chorobą 3-letniego Piotrusia. Do kliniki w Dreźnie, gdzie oddała swoje komórki macierzyste dla chorego, nieznanego mężczyzny, pojechała z kolegą Kamilem. Teraz jest jego szczęśliwą żoną. Jak to się stało? – Mieszkałam w Gorzowie Wielkopolskim, gdzie rodzice chorego na białaczkę 3-letniego Piotrusia zorganizowali akcję szukając bliźniaka genetycznego – opowiada Paulina Bratkowska. – Kiedy widzi się na plakacie chore, malutkie dziecko... (tu spuszcza głowę i milknie na chwilę). Ja natychmiast postanowiłam się zarejestrować. Chciałam kogoś jeszcze namówić ze znajomych, ale nie udało się, bo ciemno, zimno – więc poszłam sama. Kilka miesięcy później zadzwonił telefon. Pani z Fundacji DKMS opowiedziała mi o dwóch metodach poboru komórek. Pytała czy nadal się zgadzam na zostanie dawcą. Oczy-

wiecie zgodziłam się. U mnie w rodzinie to nie była nowość. Jeden z moich braci oddał nerkę drugiemu. Może dlatego decyzja przyszła mi tak łatwo... Tak się złożyło, że do Drezna nie mógł ze mną jechać nikt z rodziny. Pojechał mój kolega Kamil, który teraz jest moim mężem – opowiada Paulina. – Wierzę, że dobro dobrem powraca – dodaje.

### Po godzinie zwiedzała miasto

W Dreźnie na Paulinę czekało miłe zaskoczenie. – Pamiętam, że się bałam, że będzie boleć, że po oddaniu szpiku nie będą mo-

gła ustać na nogach, samodzielnie się umyć, zjeść – opowiada Paulina. – A ja tylko cztery godziny przesiedziałam sobie na fotelu bez żadnego bólu, kiedy pobierano komórki tzw. metodą „z krwi odwodowej” czyli przetoczono mi krew separując komórki macierzyste do specjalnego worka. I już godzinę później zwiedzałam Drezno, jadłam kolację z Kamilem, drugim dawcą Dariuszem Góreckim, który teraz jest moim przyjacielem, a także z tłumaczem i innymi dawcami, m.in. z Niemiec. To od Niemców usłyszałam, że od-



Fundacja DKMS została założona w 1991 roku z prywatnej inicjatywy, w oparciu o historię cierpiącej na białaczkę pacjentki Mechtild Harf. Dało to początek powstaniu największej bazy danych na świecie, skupiającej ponad 4 mln zarejestrowanych potencjalnych dawców komórek macierzystych. Chcąc zwiększyć szanse na znalezienie dawcy dla każdego pacjenta na świecie DKMS rozszerza swoją działalność o kolejne centra dawców w USA (2004), Polsce (2008), Hiszpanii (2011) oraz Wielkiej Brytanii (luty 2013). W ciągu 23 lat szansę na życie chorym na raka krwi podarowało ponad 40 tysięcy osób z baz DKMS. Dziś każdego dnia komórki macierzyste na całym świecie oddaje co najmniej 15 dawców DKMS. Fundacja DKMS Baza Dawców Komórek Macierzystych Polska działa w Polsce od 2008 roku jako niezależna organizacja non-profit. W ciągu 5 lat w Polsce udało się zarejestrować ponad 500 tysięcy potencjalnych dawców, z czego szpik oddało 1 540 osób.



danie szpiku to dla nich tylko kilkugodzinna przerwa w pracy. W Polsce uważa się, że jest to nie wiadomo co. To widać po mapie niemieckiej zawieszanej w klinice, która jest na zdjęciu za mną. Cała jest we flagach pobijanych przez dawców. Mapa Polski ma tylko kilkanaście tych flag. Dlatego wiem, jak ważna jest zmiana świadomości ludzi i ile mamy jeszcze do zrobienia – dodaje Paulina.

### Zmienić świadomość

Tę świadomość od pięciu lat wśród młodzieży próbuje zmieniać m.in. Dorota Kloza, nauczycielka wychowania fizycznego z Zespołu Szkół Ogólnokształcących nr 1 w Jeleniej Górze. To ona wraz z Małgorzatą Rybińską – lekarzem rodzinnym, od pięciu lat prowadzi prelekcje na temat dawstwa szpiku w swojej szkole, a od trzech lat we wszystkich jeleniogórskich szkołach ponadgimnazjalnych. Tegoroczna edycja ruszyła w listopadzie. Dotychczas w ramach akcji zarejestrowało się ponad 300 uczniów, z czego dwoje z nich oddało szpik swoim „bliźniakom genetycznym”.

*Tekst i fot. Daria Zawadzka*

# Wnuczek czy oszust?

– Był taki miły, taki przekonujący – opowiada pani Anna, córka 78-letniej Bożeny. Do dziś pamięta tę sytuację. – Mama już chciała dać mu pieniądze. Szczęście, że w porę przyszedłam. Gdyby nie to, straciłaby oszczędności całego życia.

– Był bardzo ostrożny – opowiada pani Ania. – Zadzwoił, przedstawił się jako jakiś komisarz. Nazwiska nawet mama nie zapamiętała. Zresztą, i tak pewnie podał fałszywe. Powiedział, że wnuk spowodował wypadek. Sebastian – zapytała. Tak, Sebastian – odpowiedział. – Jest teraz przesłuchiwany. Mama w ogóle się nie zorientowała, że to oszustwo. A on chciał pieniędzy – 20 tysięcy złotych. Inaczej grozi mu 10 lat więzienia.

Kiedy pani Bożena powiedziała, że nie ma tyle, zapytał, ile ma. – Powiedziała, że 12. Kręcił nosem, mówił, że to duża sprawa i sam dużo ryzykuje, żeby to zatuszować. Ale łaskawie się zgodził – mówi pani Anna.

78-latka już przygotowała pieniądze, ale... – Na szczęście, tego samego dnia zadzwoniłam do mamy. Chciałam zapytać o to, jak się czuje. Wyczułam, że jest jakaś podenerwowana – mówi pani Anna. – Pojechałam do niej. No i wtedy mi opowiedziała. Zgłosiliśmy to na policję.

Policja i prokuratura ostrzegają, że podobnych sytuacji jest ostatnio bardzo dużo. – Co jakiś czas pojawiają się oszuści, podający się za wnuczków, policjantów, znajomych wnuczków – mówi podinspektor Edyta Bagrowska, rzecznik prasowy Komendanta Miejskiego Policji w Jeleniej Górze. – Mają coraz bardziej wyrafinowane sposoby,

by nabrać starszych ludzi i wyciągnąć od nich pieniądze.



*Zanim dasz komuś pieniądze upewnij się, czy nie jest oszustem.*

## Nie zawsze kończy się dobrze

W październiku policjanci z Lubania zatrzymali dwie osoby, które brały udział w takim procederze: 20-letniego mieszkańca Wojanowa i 25-letniego mieszkańca Poznania. Mają na koncie kilka oszustw. Do pierwszego doszło 7 października w Kamiennej Górze. Mieszkaneczka tej miejscowości została poinformowana telefonicznie o tym, że jej wnuk spowodował wypadek drogowy i trwają policyjne czynności z jego udziałem.

– Rozmówca zaproponował, że za kwotę 20 tysięcy złotych policja odstąpi od wykonywania dalszych czynności, na co po

krzywdzona przystała i wypłaciła tę kwotę osobie, która zgłosiła się po pieniądze – informuje prokurator Marcin Zarówny, zastępca Prokuratora Okręgowego w Jeleniej Górze.

Podobny sposób działania sprawcy zaprezentowali 14 października, wyłudzając 20 tysięcy złotych od mieszkanki Leśnej.

Dwa dni później podejrzani próbowali w ten sam sposób wyłudzić pieniądze od mieszkanki Lubania. Tym razem mieli dostać złotówki oraz euro. Na szczęście, pokrzywdzona zorientowała się w czym rzecz i oszuści wpadli w ręce policji.

Śledczy podejrzewają, że z 20-latką i jego starszym kolegą współpracowały jeszcze inne osoby. Trwają czynności zmierzające do ustalenia ich danych osobowych i zatrzymania.

Policja ostrzega, że podobnych przypadków jest dużo więcej. Dużo więcej jest też grup, które działają metodą „na wnuczka”. Do dziś na wolności

są sprawcy wyłudzenia od jeleniogórzanina kilkunastu tysięcy złotych. Było to 24 września. Tu zadziałała ta sama metoda: wnuk spowodował wypadek, potrzebne są pieniądze w zamian za to, by nie trafił do więzienia. Na spotkanie wyłudzacz wysłał – jak to określił – policyjnego kuriera.

### **Sytuacje różne, ale schemat zawsze taki sam**

Jak informuje policja, oszuści wcześniej typują swoje ofiary. Nie dzwonią do przypadkowych osób. Zwykle wybierają ludzi starszych.

– Dzwonią do niej i przedstawiają się jako ktoś z rodziny. Potrafią tak manipulować prowadzoną rozmową, iż to osoby poszkodowane same dostarczają im niezbędnych informacji dotyczących np. tego z kim mieszkają, gdzie przebywa rodzina, czy posiadają jakieś kosztowności, kiedy są w domu, jak mają na imię poszczególni członkowie rodziny itd. – mówi Edyta Bagrowska. – Zmienionym głosem

podają się np. za wnuczka, który znajduje się w trudnej sytuacji rodzinnej, finansowej, życiowej i prosi o pomoc. Często gdy poszkodowanym głos wydaje się podejrzany, usprawiedliwiają to przeziębieniem, lub przeprowadzonym zabiegiem medycznym. Gdy domniemany wnuczek ma się zjawić po pieniądze dzwoni, że nie może przyjechać z bardzo ważnych powodów, jak choroba, szpital, wyjazd itd. Ale w zamian przyśle zaufanego kolegę. Zjawia się podstawiony kolega, który odbiera gotówkę i oczywiście nigdy więcej się nie pojawia.

Czasem też, jak w opisanych wyżej przypadkach, podają się za policjantów. Zdarza się też, że nikt nie zgłasza się po pieniądze, bądź też rozmówca przerywa połączenie, gdyż orientuje się, że rozmówca mu nie wierzy i może powiadomić policję.

### **Policja prosi i ostrzega**

– Ci przestępcy żerują na naiwności ludzi – mówi E. Bagrowska. – Dlatego zwracamy się z prośbą do ludzi, by zadbali

o swoich bliskich w podeszłym wieku i uczulili ich na tego typu zachowania. Nie należy podawać przez telefon żadnych szczegółów dotyczących naszego mieszkania, posiadanych oszczędności, kiedy przebywamy w domu i z kim mieszkamy.

Policja radzi, by nie odpowiadać na ankiety zawierające podobne pytania. A przede wszystkim, nie dawać gotówki ani cennych rzeczy osobom nieznanym. – Lepiej nie wpuszczać do domu ankieterów, akwizytorów lub innych podejrzanie zachowujących się osób. Za każdym razem lepiej oddzwonić do krewnego na znany numer, skontaktować się z kimś z rodziny, by potwierdzić, czy rzeczywiście opisywany wypadek miał miejsce – mówi.

O wszelkich podejrzanych telefonach należy bezzwłocznie informować policję, w Jeleniej Górze należy dzwonić pod nr 75 7524011 lub w całym kraju 997 i 112.

**R. Z.**

*fot. Daria Zawadzka*

## **Ilu oszukał i ile wyłudził?**

W jeleniogórskim Sądzie Okręgowym toczy się sprawa przeciwko 41-letniemu Piotrowi A., który podejrzewany jest o kradzieże „na wnuczka”. Prokuratura zarzuca mu, że od stycznia do połowy maja 2013 roku oszukał tą metodą 28 osób, głównie z Dolnego Śląska. Brał od ludzi pieniądze w kwocie od 2,5 do nawet 25 tysięcy złotych. Łącznie uzyskał w ten sposób 257 tysięcy złotych!

Byłoby więcej, ale kilka osób nie dało się nabrać. Zanim dali pieniądze, zadzwonili do członków rodziny, by upewnić się, czy rzeczywiście opisywana sytuacja jest prawdziwa. Oszusta zatrzymali policjanci z Bolkowa. Do komisariatu zgłosiła się kobieta, która twierdziła, że dała mu 20 tysięcy złotych. Po pieniądze poszli razem do banku. Udało się go zidentyfikować dzięki analizie monitoringu. Niestety, zwykle oszuści są dużo bardziej ostrożni. Mimo wykonania szeregu czynności procesowych i operacyjnych śledczym nie udało się dotąd ustalić, z kim współpracował Piotr A. Wiadomo, że było to trzech mężczyzn i dwie kobiety.

# Środowiskowe Domy Samopomocy

W Gorzowie Wielkopolskim funkcjonują dwa Środowiskowe Domy Samopomocy prowadzone przez Stowarzyszenie Człowiek w Potrzebie Wolontariat Gorzowski.

Stowarzyszenie od początku swojej działalności to jest od 2003 roku zajmuje się aktywizacją osób niepełnosprawnych a przede wszystkim rozwijaniem wolontariatu osób niepełnosprawnych. Działania aktywizujące podejmowane są również w ramach projektów unijnych.

Od 2011 roku osoby z zaburzeniami psychicznymi oraz upośledzeniem umysłowym z terenu miasta Gorzowa Wlkp. korzystają ze wsparcia w ramach Środowiskowych Domów Samopomocy. Stowarzyszenie Człowiek w Potrzebie Wolontariat Gorzowski prowadzi dwa domy w ramach zadań zleczanych z pomocy społecznej. Wsparciem objętych jest około 55 osób niepełnosprawnych w obu domach.

Ośrodek typu A dla osób przewlekle psychicznie chorych mieści się przy ulicy Armii Polskiej 38. Ośrodek typu B dla osób z upośledzeniem umysłowym mieści się przy ulicy Złotego Smoka 6. W obu domach zajęcia prowadzone są codziennie od poniedziałku do piątku, mają one charakter indywidualnych lub grupowych treningów w pracowniach: kulinarnej, artystycznej (plastycznej, krawieckiej), sportowej, porządkowej, umiejętności praktycznych, umiejętności ogólnych. Realizowa-

ne zajęcia mają na celu zdobycie umiejętności wykonywania czynności dnia codziennego oraz funkcjonowania w życiu społecznym. Głównym i najważniejszym kierunkiem podejmowanych działań jest usamodzielnienie uczestników, oczywiście z uwzględnieniem ich indywidualnych możliwości, potencjału, a także wsparcia zewnętrznego ze strony osób najbliższych lub innych instytucji.

Terapeuci zwracają także uwagę na umiejętność wykonywania czynności samoobsługowych, dbania o wygląd oraz o własne zdrowie, organizowane są na przykład spotkania ze specjalistami czy wyjścia na badania profilaktyczne do poradni stomatologicznych, okulistycznych, ginekologicznych, psychiatrycznych. Z kolei w ramach treningu kulinarnego codziennie przygotowywane są ciepłe posiłki. Organizowany jest udział w wydarzeniach kulturalnych, na przykład wyjścia do teatru, a także aktywne włączanie się w organizację różnorodnych przedsięwzięć.

We wrześniu bieżącego roku uczestnicy ŚDS w ramach współpracy z Gorzowskim Centrum Pomocy Rodzinie i Polityki Społecznej włączyli się do przygotowania festynu na terenie placu przy ul. Złotego Smoka 6 pod hasłem „Mieszkamy i wspólnie działamy”. Podopieczni Środowiskowych Domów Samopomocy z Armii Polskiej i z ul. Złotego Smoka przygotowali dekoracje, wypieki, a także przedstawili dwie interpretacje Bajki Chińskiej Jana Brzechwy. Uczestnicy ŚDS typu B już kolejny raz przygotowali



przedstawienie teatralne, regularnie uczestniczą bowiem w przeglądzie grup teatralnych Środowiskowych Domów Samopomocy i Warsztatów Terapii Zajęciowej w Drezdenku „Bajlandia”. Oba ŚDS stale współpracują z placówkami edukacyjnymi (szkołami, przedszkolami), przychodniami lekarskimi, stowarzyszeniami, fundacjami na przykład Fundacją Mam Marzenie, którym nieodpłatnie przekazują wytwory przygotowywane w pracowniach artystycznych – odlewy gipsowe, zabawki drewniane, woreczki korekcyjne, materiałowe książeczki, maskotki, lalki, dekoracje świąteczne.

Uczestnicy Środowiskowych Domów Samopomocy opiekują się także Cmentarzem Żydowskim dbając o to niezwykle miejsce w Gorzowie Wlkp.

Niektóre osoby wyjeżdżają w góry zdobywając nowe szczyty oraz nowe umiejętności. Na co dzień jednak spotykają się w ŚDS wspólnie spędzając czas, otrzymując życzliwą pomoc i wsparcie pracowników, rozwijając posiadane umiejętności oraz zdobywając nowe, na przykład na zajęciach komputerowych, czy w ramach nauki języków obcych.

Wszystkie osoby zainteresowane korzystaniem ze wsparcia Środowiskowych Domów Samopomocy mogą kontaktować się z placówkami osobiście lub telefonicznie. ŚDS typu A, telefon 95 720 56 95, ŚDS typu B, tel. 798 982 009.

*Dorota Pilecka*





# Łatwiej w urzędach dla głuchoniemych i niewidomych

Piktogramy, telefon komórkowy, adres mailowy, dostosowanie strony internetowej – to elementy, które wkrótce ułatwią osobom niesłyszącym i niewidomym korzystanie z usług Starostwa Powiatowego w Jeleniej Górze. Z kolei Urząd Miasta Jelenia Góra jest dopiero na etapie planów budżetowych związanych z zamieszczeniem takiego oznakowania dla niepełnosprawnych. W obu urzędach są już pracownicy przeszkoleni z języka migowego, którzy pomogą w załatwieniu sprawy.

– W celu zniesienia ograniczeń uniemożliwiających lub utrudniających dogodnie i swobodne funkcjonowanie osób z wadami słuchu w siedzibie naszego urzędu, zgodnie z ustawą o języku migowym i innych środkach komunikowania, planujemy w 2015 r. wykonać szereg działań: oznakować tablicą informacyjną frontowe wejście do obiektu Starostwa Powiatowego przy ul. Kochanowskiego 10, która zawierać będzie symbol (piktogram), będący czytelnym komunikatem dla osób głuchych, o możliwości skorzystania w naszym urzędzie z usług pracownika, który posługuje się językiem migowym oraz informację o możliwości skorzystania z innych środków wspierających komunikację, tj. numer telefonu komórkowego, adres mailowy oraz numer fax – mówiła Beata Kozińska, dyrektorka Wydziału Rozwoju i Obsługi Technicznej Starostwa Powiatowego w Jeleniej Górze.

– Ponadto chcemy oznakować Punkt Obsługi Klienta na parterze budynku i drogę dotarcia do pomieszczenia biurowego, w którym urzęduje pracownik przeszkolony z języka migowego, dostosować stronę internetową główną urzędu oraz BIP (<http://powiat.jeleniogorski.sisco.info/?id=2802> do standardów dostępności dla osób niepełnosprawnych, zamieszczając tam informacje niezbędne do sprawnego załatwienia spraw urzędowych przez osoby głuche.

Aby informacja była czytelna, należy umieścić symbol (piktogram) przekierowujący na odpowiednią zakładkę oraz upowszechnić informacje o usługach oferowanych osobom niesłyszącym m.in. w BIP, na stronach internetowych oraz w miejscach publicznie dostępnych – wymieniała Beata Kozińska.

To jednak nie koniec nowości. – Planujemy również kupić telefon komórkowy dla urzędnika, na który osoby głuchonieme będą mogły wysłać sms-a, by umówić się na spotkanie. Informacje o numerze telefonu oraz dostępności tłumacza znajdują się na naszej głównej stronie internetowej oraz w BIP-ie – mówiła Beata Kozińska.

Poza tym konieczne jest oznakowanie pomieszczeń biurowych oraz instalacja tablic informacyjnych w języku brajla, by przystosować obiekty biurowe Starostwa dla osób niepełnosprawnych.

Już teraz osoby niesłyszące mogą skorzystać z pomocy pracownika Wydziału Rozwoju i Obsługi Technicznej znajdującego się w budynku głównym Starostwa przy ul. Kochanowskiego, który posługuje się językiem migowym. Jeśli jednak osoba głuchoniema będzie potrzebować pomocy w budynku przy ul. Podchorążych, wtedy albo pracownik przyjedzie stamtąd do głównej siedziby, albo pracownik posługujący się językiem migowym pojedzie na ul. Podchorążych, by pomóc w załatwieniu sprawy.



Warto wyjaśnić, że pracownik przeszedł trzy etapy edukacji z języka migowego na poziomie elementarnym, doskonalącym oraz zaawansowanym w Towarzystwie Tłumaczy Wykładowców Języka Migowego „Gest” w Jeleniej Górze. Wkrótce przystąpi do kursu uzupełniającego, ponieważ jak każdy język, trzeba go wciąż szlifować. Niestety, część osób niesłyszących jeszcze nie wie, że w urzędach są już osoby, które mogą im pomóc poprzez rozmowę w języku migowym i nie korzysta z ich pomocy.

W Urzędzie Miasta Jelenia Góra trzech pracowników Wydziału Obsługi Mieszkańców, znajdującego się przy ul. Ptasiej 6 A (na parterze), przeszło kurs języka migowego. – Ponadto urząd korzysta z pomocy profesjonalnego tłumacza języka migowego – powiedział Tomasz Dumycz, naczelnik Wydziału Informatyki i Obsługi Technicznej Urzędu Miasta Jelenia Góra, który poinformował również o planach dostosowania urzędu do potrzeb osób niewidomych. – W przyszłym roku chcemy wyposażyć nasze budynki w niezbędne oznakowanie potrzebne osobom niewidomym oraz niesłyszącym, by odnaleźć pokój i pracowników, którzy ułatwią załatwienie im sprawy. Czeka nas jeszcze na stworzenie nowego budżetu, by już konkretnie móc planować takie wyposażenie – powiedział naczelnik.

*Tekst i fot. Aga Dutkowska*

# Nie poddawał się wierząc w sukces

Pod koniec października w Karkonoskim Sejmiku Osób Niepełnosprawnych w Jeleniej Górze odsłonięto tablicę poświęconą Jerzemu Timmlerowi – znanemu lekarzowi, twórcy jeleniogórskiej rehabilitacji balneologicznej.

Na uroczystość zaproszony był jego syn – doktor Tomasz Timmler. Nie mógł przyjechać osobiście, ale przysłał list. Początek listopada to czas zadumy, refleksji nad tymi, którzy odeszli. Jest więc okazja, by przybliżyć szczególnie młodszym Czytelnikom, sylwetkę doktora Jerzego Timmlera. Niżej publikujemy list jego syna, skierowany do KSON-u.

Szanowny Panie Prezesie!  
Szanowni Wolontariusze  
i Podopieczni

Karkonoskiego Sejmiku Osób  
Niepełnosprawnych

Bardzo dziękuję za zaproszenie na otwarcie siedziby KSON po remoncie i odsłonięciu pamiątkowej tablicy poświęconej mojemu Ojcu Jerzemu Timmlerowi. Ze względu na obowiązki zawodowe nie mogę być obecny w tej uroczystej chwili w Jeleniej Górze.

Mój Ojciec dr med. Jerzy Timmler pracował na Ziemi Jeleniogórskiej jako lekarz specjalista w ortopedii i rehabilitacji. Będąc uczniem profesora

Wiktora Degi z Poznańskiego Instytutu Ortopedii i Rehabilitacji zaangażowany był całym swoim sercem i wiedzą w proces leczenia osób niepełnosprawnych. W Uzdrawisku Cieplice Śląskie Zdrój szczególną troską otaczał oddział dziecięcy, którego większość pacjentów stanowiły dzieci z chorobą Heinego-Medina. Trudno się dziwić, że tak było, ponieważ sam będąc młodym lekarzem zachorował na tę chorobę. Wróźnie mu początkowo spędzenie dalszych lat życia na wózku, ale nie poddawał się, walczył wytrwale wierząc w sukces. I tak będąc pacjentem i zarazem lekarzem w Cieplicach rozpoczął chodzenie z asekuracją dwóch kul łokciowych, a po kilku latach mógł chodzić już samodzielnie. Odsłonięcie tablicy pamiątkowej poświęconej dr med. Jerzemu Timmlerowi właśnie tutaj w Jeleniej Górze nagradza Jego pracę.

Myszę, że kilka zdań wypowiedzianych przez Niego z okazji 85-lecia Ortopedii Poznańskiej



Fot. Archiwum Jerzy Timmler

przybliży Państwu postać Jerzego Timmlera – lekarza bardzo związanego zawodowo i uczuciowo z tymi terenami: „W 1958 r. zostałem dyrektorem Sanatorium i ordynatorem oddziału dla dorosłych Uzdrawiska w Cieplicach. Od początku kontynuowałem współpracę z Poznańską Kliniką Ortopedyczną. Bowiem już w 1954 r. z inicjatywy prof. Degi, powstał 15-to łóżkowy oddział rehabilitacji. Obsługiwali go lekarze specjalizujący się w rehabilitacji i przyjeżdżający rotacyjnie z Poznania. Razem z nimi przyjeżdżali magistry w-f i terapeuci zajęciowi. Poza usprawnieniami chorych szkolili miejscowy personel. W 1956 r. zorganizowano pierwszy w Polsce kurs narciarski dla amputowanych. Kursy te odbywały się co roku aż do roku 1965. W 1980 r. na bazie oddziału rehabilitacji powstał Ośrodek Badawczo-Konsultacyjny. Od 1960 r. do przejścia na emeryturę w 1993 r. jako ordynator oddziału ortopedyczno-rehabilitacyjnego dla dzieci i jako Lekarz Naczelny Uzdrawiska Cieplice w latach 1967-1991 ściśle współpracowaliśmy z klinikami poznańskimi rehabilitacyjną i ortopedyczną. Ten okres mej pracy zawodowej zachowuję w najlepszej pamięci.”

Z poważaniem  
dr nauk medycznych  
Tomasz Timmler



Fot. J. Frątczak

Na odsłoniętej tablicy pamiątkowej widnieją nazwiska twórców jeleniogórskiej rehabilitacji balneologicznej prof. dr hab. n. med. Wiktora Degi i dr n. med. Jerzego Timmlera oraz głównego autora ustawy o rehabilitacji i zatrudnieniu osób niepełnosprawnych i PFRON Jerzego Huberta Modrzejewskiego.

# Sport dodaje jej sił

**Maria Jurozek z Cieszyna odniosła kolejny sukces. Wywalczyła pierwsze miejsce w kategorii open w siłowaniu się na prawą rękę w Pierwszym Pucharze Śląska, który odbył się 25 października w katowickim Spodku. W zawodach uczestniczyło wielu amatorów i zawodowców. – Były to zawody osób zdrowych. Niezwykle cieszy mnie, że mimo mojej niepełnosprawności dają radę – cieszy się pani Maria.**

Problemy w jej życiu zaczęły się siedem lat temu, choć już wcześniej chorowała na serce (od 1992 roku ma rozrusznik serca). Później były kolejne choroby – ma cukrzycę, niedowład lewej strony ciała, astmę, jest po udarze, po nowotworze, który na szczęście na razie nie daje o sobie znać, choroby zaczęły spadać na nią jedna za drugą.

– Po udarze leżałam osiem miesięcy prawie nie chodząc – wspomina pani Maria. Przez ten najcięższy okres przebrnęła z pomocą rodziny i przyjaciół. Teraz chodzi, ma sprawną prawą rękę. Mimo ograniczeń fizycznych stara się żyć, na ile to możliwe, normalnie. Pracuje na portierni, chodzi na treningi, startuje w zawodach. Pomagają jej w tym inni. – Mam sąsiadkę, to bardzo dobra kobieta. Pomaga mi w pracach domowych – mówi Maria.

Mając niesprawną jedną rękę człowiek natyka się na szereg problemów ale Marii wcale nie przeszkadza to w tym, aby zająć się sportem. Oprócz siłowania na rękę, od 2013 r. trenuje pchnięcie kulą.

Pani Maria ma sporo pucharów i medali z zawodów sportowych. Najbardziej cieszy ją ten zdobyty w ogólnopolskich zawodach i to otwartych osób zdrowych. Wygrała Mistrzostwa Polski w Siłowaniu na Rękę w Starym Mieście koło Konina. – Sport daje mi wiele radości, a największej radości i satysfakcji dało mi

to mistrzostwo Polski. Wygrałam ze zdrowymi – wspomina Maria. W 2014 roku zdobyła Mistrzostwo Polski Południowej – w zawodach armwrestlingu, kolejny tytuł wicemistrzyni świata w Mistrzostwach Świata Osób Niepełnosprawnych w armwrestlingu zorganizowanych w Pucku. Kolejny sukces nastąpił w zawodach w pchnięciu kulą – brązowy medal w Mistrzostwach Polski w Białymstoku.

Na co dzień Maria Jurozek trenuje pchnięcie kulą pod okiem trenera Zbigniewa Gryźbonia. Jest reprezentantką MOSiR-u Cieszyn. W szkole średniej trenowała pchnięcie kulą, później praca i choroby sprawiły, że porzuciła sport. Pochodzi z Brennej, lecz od skończenia szkoły mieszka w Cieszynie. Chodziła do „Gastronoma” i tak jej się spodobało to miasto, że postanowiła w nim zostać. W 2010 roku uzupełniła zawodowe wykształcenie ogólniakiem i maturą, po której zrobiła policealnie technika logistyki w Jastrzębiu.

Obecnie pani Maria pracuje na portierni w Zakładzie Opiekuńczo-Lecznicznym u Boromeuszek.

– Praca jest bardzo fajna, siostry sporo mi pomagają, na przykład dostają ubrania – mówi Maria przyznając, że nie wszystkie

ubrania się dla niej nadają. Musi kupować takie, które jest w stanie samodzielnie założyć. Najlepiej sprawdzają się tu sportowe, które i tak przydają się w realizacji jej pasji sportowej. – Treningi są dwa razy w tygodniu. Latem na świeżym powietrzu, w zimie na sali – mówi sportsmenka.

Żali się, że w życiu codziennym



często spotyka się z niezrozumieniem ludzi. – Czasami nawet dokuczają niepełnosprawnym. Zdarzało się, że ludzie naśmiewali się z mojej choroby, niepełnosprawności – mówi z żalem.

Ma też jeszcze jedno marzenie: znaleźć sponsora, dzięki któremu mogłaby wyjeżdżać na odbywające się dalej od Cieszyna zawody sportowe. – Chętnie jeździłabym częściej na zawody, ale nie zawsze mogę sobie pozwolić na podróże, a jak jest daleko, to i noclegi – mówi.

Jeżeli byłby ktoś zainteresowany wsparciem pani Marii prosimy o kontakt: [dzialajmyrazem@wp.pl](mailto:dzialajmyrazem@wp.pl)

Mimo wielu problemów dnia codziennego pani Maria ma dużo energii, dąży do celu i nigdy się nie poddaje, na swoim koncie kilka ważnych dla niej osiągnięć, czego jej gorąco gratulujemy i życzymy powodzenia w rozwoju dalszej kariery sportowej.

**Anna Raszka**

# Remanenty: Zanim opadnie kurz bitewny



**Po raz ostatni (mam nadzieję) spróbujemy rozprawić się z zaszłościami, które w mijającej kadencji utrudniały nam życie przez niesprawne systemy organizacyjne, niesolidnych urzędników, własne słabości ale także przez dezintegracyjne pojmowanie funkcji w organizacjach pozarządowych.**

Do takiej retrospekcji skłonił nas wpis na profilu Leszka Wrotniewskiego, który cieszył się z rekomendacji jakie otrzymał, wraz z innymi radnymi, od KSON-u (wpis z dnia 6 listopada). Tym razem głos zabrała, jak to wynika z dalszej wirtualnej dyskusji, Sylwia Rehlis, która stwierdziła cytujemy „Nooooo, ja rekomendacją KSON-u to bym się nie chwaliła, bo najzwyczajniej wstyd i siara.” Pani Sylwia uzasadnia swoją opinię wypowiedziami innych osób, które w Sejmiku pracowały. Oczywiście pani Rehlis ma prawo wypowiadać swoje opinie, pod warunkiem, że nie są one podane do publicznej wiadomości w sposób naruszający dobro naszej organizacji. Tym bardziej, że pani Sylwia również pracowała w Sejmiku, a umowa z nią została rozwiązana przed czasem.

Cieszymy się, że Damian Kostka współpracujący z Sejmikiem od kilku lat, próbował odkryć rzeczywiste powody takiej reakcji pani Sylwii.

Przypominamy zatem, że pani Sylwia jest córką Grażyny Pawlukiewicz-Rehlis, która nie weszła do Rady Miasta, startując z listy wspierającej Marka Obrębalskiego. W dwa dni po tej klęsce, nie czekając do końca rozstrzygnięcia II tury, pani Grażyna oficjalnie w mediach wsparła Marcina Zawilę. Gdy weźmie się pod uwagę, że w podobny sposób „porzuciła” KSON, który rekomendował ją do Rady w 2006 roku, twierdząc, że nic nie wie o takiej rekomendacji (sic!) to właściwie nie dziwi, że środowisko wystawiło jej taki rachunek.

W roku 2013 Sejmik wystąpił do Prezydenta Miasta w trybie poza konkursowym (art. 19a) z wnioskiem o środki na telekonferencję w sprawie zatrudnienia osób niepełnosprawnych. W tej dziedzinie bowiem Sejmik ma wiele dokonań, a sytuacja na rynku pracy dla niepełnosprawnych, jest fatalna. Zgodnie z prawem Prezydent upublicznił w urzędowy sposób, taki zamiar Sejmiku. Wkrótce też

otrzymaliśmy informacje, że środki te nie zostaną przyznane, ponieważ trzy organizacje pozarządowe z terenu miasta złożyły w tej sprawie protest. Poprosiliśmy Pana Prezydenta Marcina Zawilę o udostępnienie treści tych protestów. Po wielu zabiegach otrzymaliśmy kserokopię z zasłoniętymi danymi organizacji protestujących. Uznaliśmy, że skoro protest ten złożyli oficjalnie, w imieniu swoich organizacji, liderzy wpisani do KRS-u to nie istnieją przesłanki do chronienia nadawców przez instytucje ochrony danych osobowych. W tej sprawie zwróciliśmy się do sądu administracyjnego z pozwem, a sprawa jest w toku.

Wcześniej dochodziło do nas, że autorem takiego wystąpienia miał być m.in. Stanisław Dziedzic, prezes Zarządu Rejonowego Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów. Zapytany o to wprost oświadczył, że to nie prawda. Tymczasem w sposób absolutnie zgodny z prawem weszliśmy w posiadanie kserokopii takich wystąpień, które w „imieniu” swoich organizacji złożyli: Agata Kluczyńska – przewodnicząca i Wanda Nowak – skarbnik Stowarzyszenia Karkonoski Klub Amazonek, Ligia Jamer – przewodnicząca i Wanda Nowak – wiceprzewodnicząca Forum Organizacji Osób Niepełnosprawnych i... Stanisław Dziedzic – prezes Zarządu Rejonowego Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów, który w uzasadnieniu stanowiska swojej organizacji zarzucił, że taka dotacja promować będzie tylko prezesa KSON. Co ciekawe, na każdym z tych trzech pism umieszczono odręcną, jednobrzmiącą uwagę, iż organizacje nie wyrażają zgody na upublicznienie treści tych pism. Właściwie można by było przejść do porządku dziennego nad tą sprawą gdyby nie to, że autorzy protestu są osobami mającymi wpływ na sprawy dotyczące organizacji pozarządowych w regionie, w tym także Sejmiku. I

tak Stanisław Dziedzic jest m.in. Przewodniczącym Społecznej Rady Osób Niepełnosprawnych przy Prezydencie Miasta Jeleniej Góry. Wanda Nowak jest sekretarzem tej Rady a Ligia Jamer prowadzi Społecznej Radzie do Spraw Osób Niepełnosprawnych przy Staroście Powiatowym w Jeleniej Górze...

Przeanalizowaliśmy sposób przydzielania środków dla organizacji pozarządowych w oparciu o składane wnioski konkursowe, były one dzielone niesprawiedliwie, a szczególnie bez porównywalnego systemu oceny, które w urzędzie miasta są oddzielne dla każdego wydziału. Część wniosków opiniowały społeczne rady, do których historycznie już wchodziła także była radna Grażyna Pawlukiewicz-Rehlis.

Dobrym prawem demokracji jest wypowiadanie swoich uwag i opinii. To one przekładają się na sposób głosowania, szczególnie w tak ważnym akcie demokracji, jakim są wybory prezydenckie, parlamentarne czy samorządowe. Z obozu rywalizujących kandydatów do fotela prezydenckiego Jeleniej Góry – Marka Obrębalskiego i Marcina Zawilę dochodzą pomruki, że biedni będą Ci, którzy „niewłaściwie” wspierają...

Gdy opadnie kurz bitewny obudzimy się w Jeleniej Górze zarządzanej przez wybranego prezydenta, który powinien być prezydentem wszystkich jeleniogórczan z wizją i sztuką łączenia, a nie dzielenia. Łączenia i tych z lewa, i tych z prawa, starszych i młodych, ubogich i bogatych, zdrowych i niepełnosprawnych. Tym właśnie mieszkańcom winni służyć empatyczni urzędnicy ratuszowi, a organizacje pozarządowe jako najbardziej zorganizowany sposób prezentowania myśli obywatelskiej winny działać w sposób transparentny, nie posługujący się anonimami i metodą szkodzenia za wszelką cenę.

*Stanisław Schubert*

### Zawiła prezydentem Jeleniej Góry

W wyborach na prezydenta Jeleniej Góry zwyciężył dotychczasowy prezydent Marcin Zawiła (KWW Razem Zmieniamy Jelenią Górę), który pokonał w drugiej turze kontrkandydata Marka Obrębalskiego (startował z listy PO). W pierwszej turze trzecie miejsce zajął Tadeusz Lewandowski z PiS-u, czwarte – Paweł Wilk z Siły Mieszkańców. Kolejne miejsca zajęli: Piotr Paczowski (SLD), Wiesław Gierus (Bezpartyjni Samorządowcy), Grażyna Rygiel (Obywatelska Formacja Zdrowego Rozsądku), Wojciech Smoliński (PSL), Roman Kutty (Aktywna Polska).

### W Cieszynie porządzi Macura

Burmistrzem Cieszyna został wybrany Ryszard Macura (Cieszyńska Inicjatywa Samorządowa), który w drugiej turze pokonał dotychczasowego burmistrza Mieczysława Szczurka (Stowarzyszenie SCI). W pierwszej turze odpadli: Mariusz Andrukiewicz (KWW Mariusza Andrukiewicza), Krzysztof Herok (KWW Krzysztofa Heroka) i Danuta Łabaj (PO). W pierwszej turze różnica pomiędzy wszystkimi kandydatami była niewielka, D. Łabaj otrzymała 2199 głosów a Ryszard Macura 2765.

### W Gorzowie zmiana

Prezydenta wybrano już w pierwszej turze. Jacek Wójcicki (Porozumienie Ruchów Miejskich Ludzie dla miasta) zdeklasował rywali, zdobywając w pierwszej turze ponad 26 tysięcy głosów (ponad 60 procent). Dotychczasowy prezydent, który rządził miastem od 1998 roku, Tadeusz Jędrzejczak (KWW Tadeusza Jędrzejaka), był drugi i otrzymał 7 tysięcy głosów. Kolejne miejsca zajęli: Ireneusz Madej (Komitet Obywatelski Solidarność i Madej), Marek Surmacz (PiS), Krystyna Sibińska (PO), Rafał Zapadka (Nowa Prawica) i Maciej Szykuła (PSL).

# Rekomendacje pomogły

W poprzednim numerze wskazaliśmy osoby, które startują w wyborach samorządowych, a które szczególnie pochylają się nad losem osób niepełnosprawnych oraz starszych. Wiele z nich dostało się do rad, do których kandydowali.



Bożena Wachowicz-Makiela i Rafał Piotr Szymański pokazują rekomendacje KSON-u. Oboje, choć startowali z trzecich miejsc na listach, znaleźli się w radzie miejskiej. Fot. Daria Zawadzka

Z 24 rekomendowanych osób z regionu jeleniogórskiego aż 10 dostało się do rad. W Radzie Miejskiej Jeleniej Góry znaleźli się: Wojciech Chadży, Oliwer Kubicki, Miłosz Sajnog, Bożena Wachowicz, Makiela, Zbigniew Ładziński, Krzysztof Mróz, Robert Obaz, Rafał Piotr Szymański, Leszek Wrotniewski. Do rady powiatu jeleniogórskiego dostał się Jerzy Pokój. Na pierwszej sesji rady powiatu został on wybrany przewodniczącym rady. O tym, jak dużym cieszy się poparciem, świadczy fakt, że Jerzy Pokój otrzymał 17 głosów na 18 głosujących radnych.

Podkreślamy, że osoby rekomendowane są z różnych środowisk: od lewej do prawej strony sceny politycznej. Rada Miejska JG ukonstytuowała się w składzie: L. Wrotniewski – przewodniczący, J. Kusiak i I. Łojek – wiceprzewodniczący. Nie wiadomo więc

było, kto został jej przewodniczącym.

Podkreślamy, że spośród osób, które do rady nie weszły, kilka rekomendowanych przez nas także uzyskało bardzo dobry wynik. Józef Sarzyński otrzymał 219 głosów, Jerzy Pleskot – 204, Miłosz Kamiński – 195, Paweł Gluza – 136, Renata Bury – 122. W radzie miejskiej znajdują się osoby, które uzyskały niespełna 200 głosów, ale weszły, gdyż tak wynikało z przeliczenia metodą d'Hondta.

W radzie miejskiej Gorzowa Wlkp. znajdzie się Pani Grażyna Wojciechowska. W Radzie Miasta Cieszyna zasiądzie Czesław Bannot.

Mamy nadzieję, że osoby, które weszły z rekomendacji Sejmiku, nie zapomną o potrzebach osób niepełnosprawnych i – tak jak dotychczas – będą z dużą uwagą pomagać w rozwiązywaniu ich spraw.

KSON

## Pomagają, wspierają, łamiąc wszelkie bariery



Działają bezinteresownie na rzecz innych. Dziеля się swoimi doświadczeniami. Wyciągają pomocną dłoń, a największą nagrodą dla nich jest uśmiech osoby, której pomagają. Łamią bariery, aby pokazać, że można, że warto, że trzeba! Tacy właśnie są Lubuszenie bez barier. Ich praca nie jest wystawiona na blask fleszy. Nie skierowana jest na rozgłos i korzyści, a przede wszystkim na efekty, pozytywne efekty, które przejawiają się w postaci uśmiechu na twarzy drugiej osoby, czy zmianie zachowania.

Sami wychodzą do ludzi, bo wiedzą, jak może być im ciężko. Otwierają swoje serca, aby pokazać tym, którzy znaleźli się w trudnej sytuacji, że z niepełnosprawnością można żyć. Można pracować, poznawać świat, uprawiać sport, cieszyć się z każdego dnia. I choć mówią, że oklaski nie należą się im, tylko tym, którym udało się pomóc, którzy posłuchali i nie zamknęli się w czterech ścianach, to i tak zostali nagrodzeni. Bo takie postawy trzeba wspierać, dlatego po raz pierwszy zorganizowano konkurs „Lubuszanin bez barier”. Aby właśnie docenić osoby z niepełnosprawnością, które przełamują bariery i stereotypy dotyczące niepełnosprawności, które mogą stać się wzorem do naśladowania. To nagroda za aktywne i bezinteresowne działanie na rzecz innych. Komisja, która miała wybrać sposób 16 zakwalifikowanych

osób sześcioro nagrodzonych, nie miała łatwego zadania. Ale decyzję trzeba było podjąć. Tytuł „Honorowego Lubuszanina bez barier” powędrował do Ewy Zielińskiej z Zielonej Góry, wybitnej zawodniczki zielonogórskiego Zrzeszenia Sportowo-Rehabilitacyjnego Start, medalistki igrzysk paraolimpijskich. **W wieku 18 lat przeszła operację. Musiała mieć amputowaną lewą nogę na wysokości uda.** – Niestety wtedy nikt nie stanął przy moim łóżku i nie powiedział, że można normalnie żyć, żyć z protezą – przyznała pani Ewa. – Ja znalazłam swoją drogę w życiu i chcę pomóc odnajdywać ją innym. Gdy zakończyłam karierę sportową, dostałam propozycję, aby być trenerem. Pomagać i wspierać moich kolegów ze Zrzeszenia Start. Chodzę również do szpitala. Czuję taką misję, aby być wsparciem dla osób po ampu-

tacjach. Podwójnie cieszy mnie zmiana w zachowaniu, jaką obserwuję u pacjentów. Gdy przychodzę i widzę załamana osobę, a już trzy-cztery miesiące później stawia pierwsze kroki na swojej protezie. Serce mi wtedy rośnie i widzę sens swojej pracy – dodaje dziękując za wyróżnienie. Pani Ewa przez tyle lat udowodniła, że nie ma dla niej żadnych przeszkód. A na pewno niepełnosprawność nie ograniczyła jej pasji i życia.

„Lubuszaninem bez barier” został również Robert Jagodziński, który aktywnie działa w Fundacji Aktywnej Rehabilitacji. Pan Robert kilkanaście lat temu miał wypadek. Od tego momentu porusza się na wózku, ale to nie zabrało mu marzeń. Nie odebrało mu chęci do działania. Swoją postawą udowadnia wszystkim, że wózek nie jest ograniczeniem. – W naszej pracy rzadko kiedy towarzyszą takie zaszczyty. Odbywa się ona w skromnych, kameralnych warunkach – przyznał wyróżniony. – To jest działalność dosyć specyficzna. A to dlatego, że my mamy taką szczególną okazję, by czerpać siłę z tego, co zazwyczaj jest słabością ludzkiej natury, czyli z doświadczenia niepełnosprawności, doświadczenia chwilowej utraty sensu życia. My tak naprawdę żyjąc, działając, planując – czerpiemy naszą siłę i moc do dalszej pracy. Ta praca i działalność wymaga takiego balansowania i zrównoważenia między idealizmem i realizmem. Idealistą w naszych działaniach trzeba być, bo tylko ten, kto zakłada rzeczy wielkie, jest w stanie je osiągnąć – dodał podczas uroczystej gali pan Robert.

Tytuł „Lubuszanina bez barier” otrzymała także Sabina Kozłowska, która działa m.in.

w Domu Dziennego Pobytu „Nestora” w Zielonej Górze. Podejmuje się niezwykle trudnego zadania, jakim jest opieka nad osobami chorymi na alzheimera. Jest ciepłą osobą, dającą innym wsparcie. Nagrodzona to także Bogumiła Flieger, która jest prezesem Polskiego Towarzystwa Walki z Kalectwem – Koło w Słubicach. To kobieta bardzo aktywna, która dzieląc się swoimi przeżyciami, pragnie nakreślić innym pewną drogę. Jako jedna z pierwszych Amazonek nie bała się opowiedzieć o swojej chorobie. A zrobiła to właśnie po to, aby pomóc kobietom. Bo nie ma nic gorszego niż strach, który paraliżuje nas podczas choroby. Pani Bogumiła zaraża innych optymizmem. Mało tego organizuje także zbiórki odzieży dla osób znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Dzięki jej zaangażowaniu osoby niepełnosprawne, z którymi współpracuje, mogą uczestniczyć w wydarzeniach kulturalnych, edukacyjnych, itp.

Bezapelacyjnie bariery łamie też Krzysztof Gabrysiak, który jest inicjatorem otwarcia w Nowogrodzie Bobrzańskim sali integracyjno-rehabilitacyjnej, która do dzisiaj służy mieszkańcom. Pan Krzysztof doskonale zna problemy związane z niepełnosprawnością i dostępem do rehabilitacji. Mimo barier, jakie stawia przed nim choroba, pan Krzysztof jest człowiekiem, który z pewnością przyczynia się do pomocy innym. Nie ma dla niego zadań nie do wykonania. Zawsze stara się zrealizować zamierzone cele.

Ostatnim z nagrodzonych jest Andrzej Trawiński, prezes i współzałożyciel Lubuskiego Stowarzyszenia Osób bez Krtani Ruktus. **Pan Andrzej współpracuje z logopedami. Pomaga osobom po operacji usunięcia krtani i nowo odnalazł się w otaczającym świecie. Jest aktywnym działaczem, który nie odmawia pomocy.**

**„Lubuszanie bez barier” na pewno nie poprzestaną swoich**



**działań. Są potrzebni i czują, że mogą zmienić naprawdę sporo w życiu napotkanych na swojej drodze osób.** Jak powiedział Robert Jagodziński, warto pamiętać o tym, abyśmy tworzyli świat dla nas wszystkich. Musimy być partnerami przy tworzeniu przestrzeni bez żadnych barier.

***Tekst i fot. Magda Weidner,** dziennikarka Gazety Lubuskiej (materiał zebrany podczas uroczystej gali podsumowującej konkurs „Lubuszanin bez barier” w Palmiarni Zielonogórskiej)*

**Wrócili z Buenos Aires z trzema medalami**

## **Kolejny turniej i kolejne sukcesy Piotr Grudzień i Marcin Skrzynecki znów pokazali, na co ich stać!**

Piotr i Marcin to utytułowani zawodnicy Zrzeszenia Sportowo-Rehabilitacyjnego „START” Zielona Góra. Na swoim koncie mają już mnóstwo osiągnięć m.in. złoty medal drużynowy w tenisie stołowym na Igrzyskach Paraolimpijskich w Londynie w 2012 roku, w tym roku zostali wicemistrzami świata w grze podwójnej. Podczas Międzynarodowego Turnieju Niepełnosprawnych Tango Cup XII Buenos Aires, który odbył się 6-10 listopada br. również nie zawiedli. Podopieczni trenera Lucjana Błaszczyka znów stanęli na podium! W Argentynie zdobyli trzy

medale: złoty, srebrny oraz brązowy. W grach indywidualnych pokonali rywali po to, by spotkać się ze sobą w finale. Piotr Grudzień wygrał 3:0 z Brazylijczykiem Nilsonem Olivierem oraz 3:0 z Ekwadorczykiem Leonardo Paulem. Marcin Skrzynecki pokonał 3:2 Rosjanina Artema Lakowlewa i 3:0 Francuza Yannika Fleury. W meczu finałowym lepszy był Marcin Skrzynecki wygrywając z Piotrem Grudziem 3:1.

Równie pięknie panowie spisali się w turnieju drużynowym. Zawodnikom w zespole towarzyszył Patryk Chojnowski. Wszy-



scy trzej wygrali swoje mecze eliminacyjne. W rozgrywkach pucharowych, rozstrzygających o ostatecznej kolejności zajęli III miejsce. Stowarzyszenie SPAR nie ukrywa swojej radości: – Niezmiernie wysoka forma naszych tenisistów stołowych bardzo nas cieszy. Mamy nadzieję, że udział w turnieju w Argentynie był przetarciem szlaku przed kolejną wizytą na kontynencie południowoamerykańskim w Rio de Janeiro w 2016 roku. (maw)

Gdy teraz wspomina momenty, w których musiała przezwyciężyć obawy, uśmiecha się

# Elżbieta pokonała lęki

**Życie człowieka to pasmo sukcesów przeplatających się z porażkami. Lęk i strach są określeniami, których w potocznym języku używa się zamiennie, jednak różnią się one od siebie. Strach pojawia się w obliczu zagrożenia, lęk ma charakter irracjonalny. Nieustanne obawy przed rzeczywistością mogą przerodzić się w stan chorobowy.**

Elżbieta Tomczyk, uczestniczka Warsztatów Terapii Zajęciowej przy Fundacji „Złota Jesień” w Gorzowie Wlkp., najgorsze ma już za sobą. Pokonała lęk. Gdy dzisiaj wspomina momenty, w których musiała przezwyciężyć obawy albo rozwiązywać problematyczne sytuacje, serdecznie się uśmiecha.

Obecnie sama wychodzi z domu, do pracy jedzie autobusem, a następnie przesiada się na tramwaj. Jest punktualna i obowiązkowa. Jej praca polega na przygotowaniu cateringu w zależności od zapotrzebowania zlecającej firmy. Najczęściej są to kanapki, do których przygotowuje przełożenie, estetycznie je pakuje i nakleja informację o terminie ważności do spożycia.

Przez pierwsze lata pobytu w warsztatach terapii zajęciowej, których celem jest przygotowywanie osób niepełnosprawnych do podejmowania pracy, Elżbieta najchętniej przebywała w pracowni kulinarnej. Tu czuła się najpewniej. To, że wykonywała wiele prac kuchennych dawało jej satysfakcję, stawała się pewniejsza siebie ale tylko w granicach tej przestrzeni.

Kolejnym etapem terapii było przekonanie Elżbiety do samodzielnego wyjazdu na kilka dni do gospodarstwa agroturystycznego tylko w towarzystwie instruktora i podopiecznych warsztatów. Pierwszym odruchem na taką propozycję był lęk. – Nie pojadę, bo się boję, nie dam rady – mówiła. Prośby instruktorów, aby spróbo-

wała chociaż raz – poskutkowały. Odważyła się.

Przyszedł czas na pokonanie wysokości w górach. Pojechała. – Wsiadłam na wyciąg i jechałam. W pewnym momencie, siedzący naprzeciwko mężczyzna powiedział do swojego psa: nie bój się, zobacz ta pani też się nie boi. A ja się wtedy bałam okropnie, że mogę spaść w przepaść. Jednak poczułam się odważniejsza, kiedy człowiek na mnie wskazał, że ja się nie boję – powiedziała Elżbieta zanosząc się od śmiechu na wspomnienie wspinaczkowej przygody.

– Jazda pod górę okazała się mniej straszna, w porównaniu z tym, gdy się okazało, że kolejka się zepsuła i trzeba było schodzić w dół. Kierownik musiał mnie prowadzić za rękę, bo się bałam, że się przewrócę. Teraz to już nie wiem co było gorsze, czy te góry, czy pobyt nad morzem. Wspinaliśmy się krętymi schodami w wąskim korytarzu w latarni morskiej. To było coś okropnego, ciasno i ciemno, myślałam, że nie wyjdę stamtąd. Ale gdy stanęłam na samej górze i zobaczyłam morską panoramę, poczułam się szczęśliwa. Nie mogłam w to uwierzyć, że ja tam wszłam – wspominała podopieczna WTZ.

Ela jest absolwentką technikum gastronomicznego. Po ukończeniu szkoły pracowała m.in. w dużym supermarkecie i bardzo dobrze wspomina tamten czas. Załamanie psychiczne, a później choroba pojawiły się po osobistych niepo-



wodzeniach w życiu prywatnym. Dziewczyna zaczęła odczuwać lęk przed nieznanymi osobami, nieprzewidywanymi sytuacjami, aż wreszcie zaczęła bać się wychodzić z domu. Odizolowała się od świata. Pojawienie się nowej placówki w mieście zdopingowało rodzinę, do podjęcia próby usamodzielniania Elżbiety.

Wiesław Antosz, kierownik Warsztatów Terapii Zajęciowej przy Fundacji „Złota Jesień” w Gorzowie Wlkp. podejmuje wciąż nowe wyzwania w pracy z osobami niepełnosprawnymi. Jego nowatorskie metody doprowadziły do tego, że Elżbieta obecnie jest pracownikiem Spółdzielni Socjalnej „Warto nad Wartą”, której także jest on twórcą. Instytucję utworzył z myślą o zatrudnianiu uczestników warsztatów terapii zajęciowej.

Rozpoczęcie zatrudnienia przez osobę niepełnosprawną jest wyzwaniem dla tej osoby, ale także dla jej otoczenia, które nie zawsze akceptuje tego typu doświadczenia. Instruktor terapeuta ma zatem podwójne zadanie do spełnienia przygotowując do życia w społeczeństwie uczestnika warsztatów terapii zajęciowej: pracę z niepełnosprawnym i współpracę z rodziną.

*Tekst i fot. Wanda Milewska*



# Dali sobie szansę

**Stowarzyszenie „Działajmy Razem” TRIANON PL. na przestrzeni swojej działalności głównie zajmowało się opieką i wsparciem dzieci autystycznych. Organizowane były zajęcia z psychomotoryki, rehabilitacja, wyjazdy integracyjne. Wzięliśmy udział w ABI Olimpiadzie w Szwecji. Zorganizowaliśmy wizyty studyjne w Szwecji. W wizytach studyjnych brały udział organizacje pozarządowe, instytucje samorządowe, terapeuci, opiekunowie dzieci niepełnosprawnych, pracodawcy ON.**

Stowarzyszenie nasze od kilku lat współpracuje z KSON-em. Na początku wspólnie redagując biuletyn „TU i TERAZ”, a następnie tworząc Punkt Informacji i Wsparcia Osób Niepełnosprawnych, który to – można powiedzieć – kreuje dalszą drogę osób niepełnosprawnych.

W punkcie można uzyskać pomoc prawną, psychologiczną, pedagogiczną, socjalną, wsparcie psychoterapeutyczne oraz doradców zawodowych, którzy potrafią znaleźć rozwiązanie wielu problemów, z jakimi borykają się osoby niepełnosprawne. Patrzymy na potrzeby osób niepełnosprawnych całościowo, oferujemy pomoc i wsparcie, od czynności administracyjnych począwszy, poprzez wszelaką pomoc psychologiczną do pomocy w trudnościach życia codziennego, zawiłościach prawnych, administracyjnych i wszelakich problemach, z jakimi borykają się osoby niepełnosprawne. Pomagamy osobom niepełnosprawnym spełniać ich marzenia, poprzez chociażby czynną pomoc w załatwianiu spraw w urzędach czy też pomagając spełniać wymagane kryteria tak, aby sprawy niecierpiące zwłoki (jak np. dotacja na zakup wózka elektrycznego) mogły zostać pozytywnie załatwione.

Nasz punkt czynny jest codziennie od poniedziałku do piątku w godz. 8.00-14.00 oraz

w poszczególne dni do godz. 19.00.

We wrześniu i październiku 2013 roku Stowarzyszenie „Działajmy Razem” TRIANON.PL prowadziło klub „Daj mi szansę” – warsztaty krawieckie, które miały na celu rehabilitację zawo-

*„ Działania warsztatowe (...) zmierzają do dalszego rozwoju osób niepełnosprawnych, ich usamodzielnienia się, nabycia takich umiejętności, by docelowo mogli być zatrudnieni w spółdzielni socjalnej ale również czuli się potrzebni i potrafili odnaleźć się w otaczającym ich świecie. ”*

downą i społeczną osób niepełnosprawnych oraz wykluczonych poprzez niepełnosprawność czy chorobę, przygotowanie do pracy w warunkach zbliżonych do warunków i wymagań w środowisku pracy oraz będących przeciwdziałaniem wykluczeniu społecznemu. Po zakończonym projekcie Klub nie został rozwiązany. Od połowy stycznia 2014 roku Klub „Daj mi szansę – warsztaty rękodzieła” rozpoczął dalszą pracę Klubową. Dzięki uprzejmości wielu osób zagospodarowano nowe pomieszczenia, w których Klub prowadzi warsz-

taty rękodzieła. Warsztaty mają na celu dalszą integrację osób niepełnosprawnych, pozwalają na usprawnienie pracy rąk w posługiwaniu się nożyczkami, pędzlem i farbami oraz różnego rodzaju artykułami plastycznymi, wypracowują precyzję oraz poczucie estetyki.

Działania warsztatowe, które prowadzimy właściwie niemal przez cały ten rok, zmierzają do dalszego rozwoju osób niepełnosprawnych, ich usamodzielnienia się i ukierunkowania na przyszłość, w celu nabycia takich umiejętności, by docelowo mogli być zatrudnieni w spółdzielni socjalnej, ale również czuli się potrzebni i potrafili odnaleźć się w otaczającym ich świecie.

Nasi podopieczni w ciągu całego roku uczestniczyli również w wielu imprezach kulturalnych. W maju zorganizowano integracyjny grilla dla wszystkich uczestników zajęć. Początkiem czerwca wzięliśmy udział w festynie, na którym nie zabrakło atrakcji. Całe popołudnie bawiliśmy się oglądając występy dzieci, biorąc udział w loteriach fantowych oraz zabawach na świeżym powietrzu. Słoneczny i ciepły lipiec skłonił nas do odwiedzenia Parku Niespodzianek w Ustroniu, gdzie w milej, ocienionej lasem atmosferze podziwialiśmy wolno biegające daniele, sarny i kozy. Karmiliśmy ptaki, głaskaliśmy lamy. Cała grupa wzięła udział w pokazie lotów sów oraz ptaków drapieżnych. Wrzesień pożegnaliśmy wspólnym wyjściem do cieszyńskiego teatru na koncert zorganizowany przez p. Izę Tymich. W październiku zorganizowaliśmy wspólne wyjście do kina. Mamy nadzieję, iż nasza wspólna działalność zaowocuje trwałą współpracą, a nawet przyjaźniami w dalszych miesiącach, a nawet latach.

*Katarzyna  
Bronowska-Kaliszewska*

# Spacer był marzeniem

*Rafał Jaracz sprawił, że pacjenci mogli chociaż na chwilę wyjść na świeże powietrze.*

**Mając wszczepioną sztuczną komorę serca typu POLCAS-RELI-GA nie można wyjść do domu. Pacjent musi przebywać zawsze w pokoju, gdzie jednostka sterująco-zasilająca podłączona jest do gniazdka z prądem a także do szpitalnej sieci z tlenem. Niby wolny, a taki zniewolony...**

Jednostka posiada baterie, które ładują się przez całą dobę aby dać szansę wyjścia z pokoju na 20-minutowy spacer po szpitalnych korytarzach. Kiedy na wyświetlaczu pokazywała się informacja, że bateria jest na wyczerpaniu, musieliśmy pośpiesznie wracać lub ewentualnie szukać gniazdka z prądem i podłączyć maszynę do niego.

Co można zrobić, kiedy za oknem piękna pogoda? Każdy z nas powiedziałby – wyjść na spacer. Ok. Wewnątrz pięknego budynku „B” Śląskiego Centrum Chorób Serca jest patio. Okalają go cztery skrzydła budynku tworząc dziedziniec. Wewnątrz jest pięknie zaaranżowana, posadzona bogata roślinność; drzewka, krzewy, kolorowe kwiaty. Wśród tej zieleni ścieżki, plac a na placu restauracyjne stoliki z parasolami zapraszają aby przysiąść przy filiżance kawy. Ale jak tam wjechać z maszyną, skoro plac

wyłożony jest betonową kostką brukową, gdzie kółka jednostki grzęzną w jej spoinach? Przede wszystkim wyjazd z oddziału jest przez drzwi tarasowe, z czym? A jakże! – z progiem...

Prof. Marian Zembala bardzo często, o różnych porach, lubił wizytować oddział. Na Oddziale Ciężkiej Niewydolności Krążeniowo-Oddechowej i Mechanicznego Wspomagania Krążenia nie tylko przebywają pacjenci ze sztuczną komorą serca ale przede wszystkim kwalifikowani do transplantacji serca i już po przeszczepie. Dało się odczuć, że ten oddział to oczko w głowie prof. M. Zembali. Ma on w zwyczaju zaglądać do pacjentów. Przystanie, poda rękę, bywa że obejmie, przytuli. Zawsze pytał się mnie: „Czy wszystko w porządku?”, „Co możemy jeszcze zrobić dla Pana?” I właśnie wtedy „załatwiałem” sprawy istotne dla nas – pacjentów

na sztucznych komorach serca oczekujących na przeszczep.

Któregoś razu opowiedziałem Panu Profesorowi jak wszyscy patrzymy przez okna z utęsknieniem. Chcieliśmy tylko na krótką chwilę pobyc pod słonecznym niebem. Wyjaśniłem, dlaczego nie możemy tam wyjść. I tu mnie zaskoczył. Spytał – „Co Pan proponuje Panie Rafale?” Z wcześniejszych wspólnych rozmów wiedział, że przed chorobą pracowałem w dziale inwestycyjnym. Bez wahania odpowiedziałem mu, że można by na placu patio, choć w jego części zrobić „spacerniak” dla „komorowców”. Wyznaczyć część patio, wyłożyć go gumową matą, zniwelować próg w drzwiach tarasowych. Profesor chwilę pomyślał i z rozbrajającą szczerością powiedział: „To niech Pan się tym zajmie”... Dobrze!

A więc do dzieła! Natychmiast otworzyłem laptopa, którego miałem przy łóżku. Najpierw wykonałem rysunek patio z wyznaczonym „spacernikiem” i z jego wymiarami. Poszukałem w Internecie firm produkujących sztuczne nawierzchnie, skontaktowałem się z ich przedstawicielami i poprosiłem o oferty. Kilku z nich, aby przygotować ofertę, przyjechało na konsultację do szpitala. Zaskoczeni byli, że rozmowy nie prowadzą z działem technicznym szpitala a z... pacjentem. Wynegocjowałem i wybrałem najkorzystniejszą ofertę. Przesłałem ją do działu technicznego szpitala, ustaliliśmy sposób i zakres prac i... mieliśmy swój wymarzony „spacerniak”! Mogliśmy bez przeszkód w dni słoneczne wychodzić choć na kilka chwil poza mury szpitala.

**Rafał Jaracz**

*Autor spędził prawie 2 lata podłączony do sztucznej komory*

# W Skoczowie powstaje hospicjum

**Pomimo tak wielkiej gonitwy za pracą i pieniędzmi, w naszym środowisku znajdują się osoby, które chcą nieść pomoc ludziom samotnym, schorowanym, starszym, przebywającym w domach opieki, szpitalach czy też hospicjach.**

Hospicjum to instytucja opieki paliatywnej, funkcjonująca w ramach systemu opieki zdrowotnej. Osobą, która pragnie służyć pomocą tym, którzy cierpią i samotnie czekają na odejście jest Pani Wioletta Staniek. Na co dzień pracuje w szpitalu na oddziale intensywnej terapii. To z jej inicjatywy w Skoczowie na Śląsku cieszyńskim zostanie otwarte pierwsze na tym terenie hospicjum stacjonarne.

– Z badań przeprowadzonych w centrum Onkologii w Gliwicach wynika, że w powiecie cieszyńskim występuje największa zachorowalność na wszelkiego rodzaju nowotwory. Średnia wieku chorych wynosi w naszym powiecie 30-40 lat. My właśnie takim osobom służymy pomocą. W Hospicjum będą się znajdować gabinety specjalistyczne, opieka medyczna non stop, wypożyczalnie sprzętu potrzebnego do opieki nad chorym. Każdy u nas znajdzie pomoc w walce z bólem, którego doświadcza – mówi Pani Wioletta.

Istnieją dwa zasadnicze rodzaje działania hospicjum:

- Pierwszy z nich, najbardziej

typowy, to hospicjum domowe, czyli opieka hospicyjna prowadzona w domu chorego. Od czterech lat Pani Wioletta wraz z innymi wolontariuszami prowadzi domowe hospicjum świadcząc pomoc chorym w ich domach.

- Drugi model opieki hospicyjnej polega na prowadzeniu opieki w szpitalu, w którym przebywa pacjent bądź w hospicjum stacjonarnym, czyli osobnym budynku, w którym świadczona jest tylko tego typu opieka. Hospicjum stacjonarne jest przeznaczone głównie dla pacjentów, którzy wymagają – ze względu na ciężki przebieg nowotworu – stałej specjalistycznej opieki medycznej.

Hospicjum powstające w Skoczowie będzie mieściło się w dawnym klasztorze Sióstr Służebniczek Dębickich przy ul. Mickiewicza. Inicjatorem budowy jest Stowarzyszenie Przyjaciół Chorych „Hospicjum Otwarte Drzwi”, któremu szefuje Pani Wioletta.

– Dwie rzeczy w życiu są pewne, to że się rodymy i że umieramy. Kiedy się rodymy mnóstwo osób się cieszy, kiedy umieramy

– często jesteśmy sami. Chcemy to zmienić. – Na ścianie budynku, gdzie otworzymy hospicjum, widnieją anioły z imionami osób, którym towarzyszyłam w przejściu na tamten świat. To jedna z najpiękniejszych rzeczy, które można przeżyć w życiu. Chciałabym, aby nasze hospicjum było takim miejscem, gdzie ludzie nie będą bali się przechodzić na tamten świat. Wiem, że to droga bardzo daleka, ale wierzę, że uda się osiągnąć cel – mówi Wioletta Staniek. Pomoc w hospicjum znajdzie 20 chorych.

W pomoc przy realizacji aktywnie włączają się stowarzyszenia oraz osoby prywatne, którym leży na sercu chęć zrobienia czegoś pozytywnego dla innych.

Koszt realizacji inwestycji szacowany jest na 1 mln zł. I TY MOŻESZ POMÓC!

ING BANK ŚLĄSKI 57 1050  
1083 1000 0090 7210 0499  
KRS 0000347243

Miejmy nadzieję, że dzięki zaangażowaniu ludzi, uda się otworzyć ten ośrodek. Pamiętajmy, że oni nie robią tego dla siebie, ale dla osób potrzebujących i cierpiących. Pamiętajmy, że także nas może spotkać takie nieszczęście i wówczas będziemy mogli liczyć na pomoc „Aniołów ze Skoczowa”.

*Andrzej Koenig*



*Budynek hospicjum dzisiaj oraz wizualizacja przebudowy.*

# Działania na rzecz aktywizacji seniorów

W naszym kraju zauważa się zjawisko starzenia się społeczeństwa oraz stały wzrost liczby osób w wieku emerytalnym. Z upływem lat przybywa osób starszych, dysponujących dużą ilością wolnego czasu i chcących ten czas spożytkować w sposób aktywny i pomysłowy. Z drugiej strony należy też tworzyć warunki opieki zapewniającej spokojne i godne życie osobom starszym o różnorodnym stopniu niepełnosprawności i ze schorzeniami wieku podeszłego. Z tego też względu należałoby okazać większe zainteresowanie i wsparcie dla tej grupy społecznej. Aby zachęcić różne instytucje do zwiększenia zadań z zakresu działań aktywizujących i integrujących osoby starsze, aby przedsięwzięcia te stale się pogłębiały i doskonaliły, należy wymieniać się wiedzą i pomysłami, korzystać z doświadczeń i praktyk realizowanych przez różne podmioty.

## Przykłady działań

Fundacja „Spokojna jesień” powstała w 2011 r. w Sobótce koło Wrocławia, a bezpośrednim impulsem, który przyczynił się do jej powołania jest szczególnie wrażliwość jej założycieli na niewystarczającą opiekę nad osobami starszymi lub wręcz jej brak, a także wrażliwość na postępującą dyskryminację osób starszych.

Fundacja „Spokojna jesień” realizuje obecnie kilka projektów na rzecz osób starszych, w tym projekt pn. „Świadczenie usług asystenta osoby niepełnosprawnej”. W zależności od preferencji i potrzeb klienta, jest on objęty pomocą stałą bądź doraźną. Asystent pomaga osobom niepełnosprawnym m.in. w: dojazdach w wybrane miejsce (praca,



Fot. Archiwum KSON (Bożena Wiecha-Grzech)

rehabilitacja, basen, szkoła itp.), poznawaniu Wrocławia, sprośtaniu codziennym obowiązkom (sprawy urzędowe, zakupy, wizyta u lekarza itp.), nawiązaniu kontaktów i współpracy z ośrodkami pomocy społecznej, organizacjami pozarządowymi oraz innymi instytucjami wsparcia osób niepełnosprawnych.

Fundacja „Spokojna jesień” prowadzi również Klub Seniora. W ramach jego działalności prowadzone są m.in.: warsztaty artystyczne (plastyczne, malarskie), spotkania z ciekawymi ludźmi (psycholog, dietetyk, prawnik, lekarze różnych specjalizacji, bioenergoterapeuta, pracownicy MOPS), zajęcia komputerowe oraz spotkania przy kawie i herbacie.

Więcej informacji na temat tych działań można uzyskać: Wrocław, ul. Hercena 13 (Krzyki, osiedle Przedmieście Oławskie) e-mail: [biuro@spokojnajesien.org](mailto:biuro@spokojnajesien.org) lub pod numerem telefonu 530 371 195.

## Co w Sejmiku?

Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych praktycznie od początku swej działalności włącza się w działania na rzecz

seniorów. W 2015 r. planuje realizację projektu pn. „Aktywizacja niepełnosprawnych seniorów 60+”. Niniejszy projekt w szczególności będzie polegał na prowadzeniu zajęć edukacyjno-motywujących i warsztatowych mających na celu zdobywanie wiedzy z różnych dziedzin życia i kształtowanie umiejętności posługiwania się komputerem, współpracującymi z nim urządzeniami oraz korzystania z portali informatycznych urzędów, instytucji państwowych (np. eWUŚ, ZUS), bankowości elektronicznej. Planowany termin realizacji projektu to marzec – październik 2015 r. Uczestnikami projektu mogą być osoby starsze (powyżej 60 rż.) posiadające orzeczoną stopień niepełnosprawności, zamieszkałe na terenie województwa dolnośląskiego, kujawsko-pomorskiego lub lubuskiego.

Osoby zainteresowane proszone są o kontakt z Biurem KSON (bezpłatny numer telefonu 800 700 025 lub osobiście) po nowym roku.

**Opracowała: Monika Żak**  
źródło: [www.spokojnajesien.org](http://www.spokojnajesien.org)  
[www.kson.pl](http://www.kson.pl)

## „Senior na czasie”

Niżej zamieszczamy opinie uczestników projektu „Senior na czasie: kształtowanie kompetencji z zakresu umiejętnego posługiwania się nowoczesnymi technologiami u osób 60+” realizowanego przez KSON w roku 2012 i 2013.

– Zostałam zakwalifikowana do tego projektu! Spotkanie integracyjne 20-osobowej grupy odbyło się w pensjonacie w Myślakowicach. W czasie wykonywanych ćwiczeń dowiedziałam się dużo o sobie, o moich predyspozycjach, wadach i zaletach. Poznałam także nowych, sympatycznych ludzi. Świetnie się bawiłam. Brawo dla KSON-u za wybór kadry do projek-

tu. Nigdy wcześniej nie miałam okazji zwiedzania biblioteki „od kuchni”, a jestem stałym czytelnikiem tej instytucji – bo dużo czytam. (HONOROWA).

– Ogromna radość i nowy sukces. W wyniku rozmów kwalifikacyjnych jestem w grupie „szczęśliwej dwudziestki Seniorów”. Integracyjny wyjazd na warsztaty psychologiczne do Myślakowic to prawdziwa niespodzianka. Program, trenerki Marysia i Ola, zajęcia w grupach, zadania do wykonania... Wielka frajda! (MYŚLAĆA).

– Projekt „Senior na czasie” jest strzałem w 10-tkę. Marzy-

łam o poznaniu zasad pracy na komputerze. Po miesięcznej edukacji jestem przekonana, że będzie to w moim zasięgu. Poznałam sympatycznych rówieśników o bogatej osobowości i doświadczeniach, jest to dodatkowym atutem tego programu. Wzbogacanie możliwości komunikacji z najbliższymi, poznanie umiejętności zdobywania wiedzy w internecie to szansa na ciekawe zorganizowanie sobie życia. (ZORGANIZOWANA).

– Udział w projekcie pozwala na poznanie współczesnych technologii, a jednocześnie pozwala na działanie w życiu społecznym i towarzyskim. (RYZYKANT).

## Listy pani Ziuty

### A może nacjonalizacja?

Media poinformowały, że w jednym z wojewódzkich miast polikwidowano fotoradary. Przyносиły tak niskie zyski, że widocznie nawet na papier toaletowy dla spracowanych urzędników samorządowych nie wystarczały. Ja poza granice swojej gminy właściwie się nie ruszam, bo nie mam specjalnie kogo odwiedzać. Z rodziną od ponad dwudziestu lat spotykam się jedynie podczas kolejnych rozpraw o podział masy spadkowej w postaci: kosiarki spalinowej, zestawu domowych konfitur oraz niespłaconego kredytu. Moja koleżanka podróżuje jednak często. Odwiedza kuzynów i przebywa u nich przez jakiś czas, uzupełniając w ten sposób świadczenie wypłacane jej przez ZUS. Od niej dowiedziałam się, iż przy drogach także widać puste eleganckie cokoły po fotoradarach. Przez wiele lat wysocy rangą policjanci, przedstawicie-

le władz różnych szczebli, a także szeregowi celebryci z ojcowską troską tłumaczyli kierowcom, iż w tym wszystkim wcale nie o liczbę mandatów się rozchodzi, ani o ratowanie gminnych kas, ale o bezpieczeństwo, bo przecież ludzkie zdrowie i życie są najważniejsze. Wartości te straciły jednak szybko na znaczeniu, kiedy okazało się, że kierujący stali się na tyle bezczelni, że rzadko decydowali się na zrobienie im przez automat artystycznego zdjęcia.

Sprawę zaczęli badać chyba trochę zszokowani tym wszystkim inspektorzy Najwyższej Izby Kontroli, którzy przy okazji zauważyli, iż przy drogach stoi stanowczo za dużo znaków i trudno jest się w nich połapać. Mnie wcale to nie dziwi. Ich wytwarzaniem przeważnie zajmują się małe firmy. Znaki same nie chcą się szybko niszczyć, huraganów nie przybywa, a producentom jeść się chce. Nie mają więc innego wyjścia jak udać się do za-

rzadców dróg i wyprosić u nich jakieś zlecenie. Ci zaś często okazują się czuli na ludzkie nieszczęście w efekcie czego spotyka się stojące obok siebie dwa znaki, z których jeden nakazuje skręt w lewo, a drugi w prawo, czy też nowiutkie „spawalniacze” na drogach tak dziurawych, że kierowcom spożyta na obiad grochówka wojskowa zaczyna bulgotać w żołądkach.

Nie chciałabym być posądzana o sprzeniewierzenie się ideom lansowanym przez siły przewodnie narodu, ale uważam, iż sytuację by mogła uzdrowić nacjonalizacja – jeden właściciel dróg, jeden państwowy wytwórca znaków drogowych, itp. Może wtedy by byli karani, i to surowiej, prawdziwi piraci, a nie kierowcy wpadający w sprytnie zastawione na nich pułapki. Z góry jednak wiem, że ten pomysł nie ma żadnych szans na realizację, gdyż bardzo wielu osobom się nie spodoba. Sądzę, iż pan redaktor domyśla się dlaczego.

ZIUTA KOKOS

# Rehabilitacja logopedyczna w Łebie

– Panie Romanie, dzisiaj po obiedzie zapraszam pana na dobrą wódkę!

– Dziękuję, nie piję alkoholu, ale chętnie spotkam się przy herbach i ciastku – odpowiedział Pan Roman.

– Panie Zbigniewie, już za pół godziny poczęstuję pana papierosem!

– Dziękuję, ale nie palę! – stanowczo odmówił Pan Zbigniew.

Jest to fragment zajęć rehabilitacyjnych ćwiczących asertywność, prowadzonych dla osób laryngektomowanych objętych projektem Kapitał Ludzki. Roz-

laryngektomowani, czyli osoby dotknięte chorobą nowotworową, którym operacyjnie usunięto krtań, miejsce w którym powstaje głos. Ze względu na

Codziennie zajęcia rehabilitacyjne odbywają się według określonego schematu. Zaczynają się ćwiczeniami mającymi na celu rozluźnienie mięśni przepony oraz usprawnienie oddechu. Forma zabawowa tych ćwiczeń, prowadzenie ich na świeżym powietrzu wpływają pozytywnie na postawy uczestników – otwartość – jednocześnie czyni te zajęcia atrakcyjniejszymi. Nie bez znaczenia ma tu również



wój i upowszechnianie aktywnej integracji przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie we Włodawie współfinansowany ze środków UE w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

Zorganizowanym w Ośrodku Profilaktyki Zdrowotnej „Górnik” w Łebie turnusem rehabilitacyjnym po raz jedenasty kierowała dr Maria Górecka-Lasota, logopeda zajmująca się rehabilitacją logopedyczną od 25 lat. Do realizacji projektu zaangażowała logopedę oraz psychologa. Uczestnikami turnusu są

czas pooperacyjny oraz stopień posługiwania się mową, uczestników podzielono na trzy grupy rehabilitacji logopedycznej. Nie byli to przypadkowi uczestnicy. Jak się zorientowałem grupa pochodziła z Kielc i większość z nich znała się z cotygodniowych spotkań.

Dzięki życzliwości Pani kierownik mogłem uczestniczyć w zajęciach grupy początkującej i zaawansowanej, dlatego widziałem ogromne różnice widoczne w poziomie umiejętności uczestników.

naturalny wpływ działania nadmorskiego powietrza na organizm ludzki (płuca, gardło). Po ćwiczeniach ruchowych uczestnicy przeszli do pomieszczenia, gdzie wiele czasu poświęcono problemom utraty węchu. W trakcie zajęć zwrócono szczególną uwagę na ćwiczenia związane z operowaniem powietrzem, dzieleniem oddechu przy wypowiedzianiu zadawanych zwrotów, zmuszających do różnicowania przy artykułowaniu głosek dźwięcznych i bezdźwięcznych (np. fartuch

Weroniki, wysoka fala, brązowy fotel, syfon wody). Kiedy ktoś z uczestników miał kłopoty z wyartykułowaniem zadanego zwrotu, wtedy starano się wytłumaczyć, jak należy pokonać tę trudność. Stopniowaniem wymagań wobec uczestników było wypowiadanie pełnych zdań np. Marta zdobyła medal, Adam wszedł na strych, w dalszym ciągu z rozróżnianiem w wymowie głosek dźwięcznych i bezdźwięcznych. W grupie osób zaawansowanych, po tego rodzaju ćwiczeniach przystąpiono do luźnych konwersacji.

Istotną rolę w rehabilitacji logopedycznej spełnia psycholog, który uczy i tłumaczy problemy związane z tą dysfunkcją np. choroba w naszym życiu, samoocena, asertywność, uległość, uzależnienia itp. W tym dniu, z zakresu psychologii analizowano zagadnienia asertywności, dostarczając zebrany w sposób przystępny zarówno odpowiednią wiedzę oraz koncentrując się na ćwiczeniach z asertywności uczestników. Uczestnicy przyznawali, że choroba zmieniła ich w zakresie asertywności, czyniąc ich pokorniejszymi, bardziej wycofanymi, wręcz potulnymi. Ćwiczenia z asertywności miały za zadanie wyrobić u uczestników wiarę w powrót do normalnego funkcjonowania w środowisku.

Na uczestników napotykających na bariery w pokonywaniu trudności w czasie zajęć



czekają indywidualne spotkania z psychologiem oraz logopedą. W grupie zaawansowanej po pogadance na temat asertywności wywiązała się luźna dyskusja na temat własnej asertywności. Spostrzegłem, że ci ludzie swoim zachowaniem nie odbiegają od norm przeciętnego, zdrowego człowieka: są weseli, ciekawi życia, pełni optymizmu, świetnie operujący oddechem, a przede wszystkim, widać jakie poczynili postępy w pokonywaniu dysfunkcji. Na moje pytanie: co daje tego rodzaju rehabilitacja, usłyszałem, że daje pewność siebie, możliwość podzielenia się swoim problemem, odnalezienia się w życiu, nowe znajomości i pewność, że można liczyć na pomoc koleżeńską.

Po zajęciach logopedycznych laryngektomowani uczestniczyli także w imprezach organizowa-

nych w ośrodku dla wszystkich korzystających z wypoczynku (np. rejs galeonem po Bałtyku).

Zajęcia opuszczałem będąc pod ogromnym wrażeniem, pełen podziwu dla uczestników, przekonany, że tego rodzaju rehabilitacja powinna objąć wszystkich laryngektomowanych. Ośrodek Profilaktyki Zdrowotnej „Górnik” w Łebie spełnia wszystkie standardy dobrego ośrodka do organizowania takich turnusów: sąsiedztwo z morzem, właściwe powietrze (dużo jodu), cisza – ośrodek położony jest w lesie, z dala od centrum miasta. Jest możliwość korzystania z fizykoterapeutycznych zabiegów rehabilitacyjnych, są świetne warunki a nade wszystko cenna jest postawa personelu – pełnego zrozumienia wobec laryngektomowanych.

*Tekst i fot.: Jan Swatowski*

## WRACAMY NA FACEBOOKA



Wznowiliśmy działalność na Facebooku. Wystarczy polubić nasz profil – Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych – by mieć dostęp do aktualnych informacji, zapowiedzi imprez, zdjęć oraz innych ciekawostek z życia KSON-u i nie tylko.

**Polub nas – warto!**

# O lepszej jakości życia inwalidów wzroku

Podczas kolejnego spotkania Stowarzyszenia Inwalidów Wzroku w Jeleniej Górze mówiono o bezpieczeństwie w ruchu drogowym, szczególnie w okresie jesienno-zimowej szarugi, ale też o możliwościach korzystania z książek mówionych.

Gośćmi spotkania byli m.in. aspiranci jeleniogórskiej komendy policji: Bernadetta Bukowska i Wojciech Tomaszewski, którzy poinformowali o nowych przepisach ruchu drogowego, wprowadzających obowiązek noszenia przez wszystkich pieszych elementów odblaskowych. Jakkolwiek dotyczy to obszarów poza zabudowaniami, to w dobrze pojętym interesie własnym powinniśmy zadbać o to, także w pieszym ruchu miejskim.

Brak takiego odblasku po zmierzchu jest karany mandatem w wysokości od 20 do 500 zł, a policja szczególnie tej jesieni i zimy będzie zwracała na to uwagę. – Jeleniogórska policja przekaże KSON-owi odblaski, w które wyposażymy swoich członków i podopiecznych – mówi Mirosława Joško, sekretarz Stowarzyszenia Inwalidów Wzroku.



Z inicjatywy Stowarzyszenia Inwalidów Wzroku podjętej podczas spotkania utworzony zostanie „Kącik Książki Mówionej” pod redakcją Agnieszki Smolińskiej w biuletynie KSON „Niepełnosprawni TU i TERAZ” oraz na stronie internetowej [www.kson.pl](http://www.kson.pl)

Stowarzyszenie Inwalidów Wzroku ma zamiar dodatkowo wprowadzić i upowszechnić zwyczaj codziennego używania przez inwalidów wzroku żółtego odblaskowego znacznika z trzema czarnymi punktami. Takie oznakowanie stosują nasi zachodni sąsiedzi, bo to wpływa na zmniejszenie liczby wypadków drogowych oraz podnosi poczucie bezpieczeństwa inwalidów wzroku nie tylko w ruchu drogowym.

W drugiej części spotkania Agnieszka Smolińska, bibliote-

karka z Książnicy Karkonoskiej zaprezentowała nowości Wypożyczalni Książki Mówionej w Jeleniej Górze. Zaprosiła wszystkich zainteresowanych do korzystania z bogatych zbiorów książki mówionej w Książnicy, która zgromadziła ponad 2,5 tysiąca tytułów na kasetach i ponad 1500 tytułów na płytach CD i MP3.

Wypożyczalnia Książki Mówionej czynna jest we wtorki i czwartki w godzinach od 10.00 do 15.00.

**Ł. Muraszko**

Fot. Archiwum KSON

## Tutaj nie ma barier!

Są przygotowani na przyjęcie osób niepełnosprawnych. Nie mają barier, których nie da się pokonać. I właśnie za to zostali docenieni.

Brak podjazdu, windy, niedostosowane wejścia. To właśnie najczęściej wymieniane niedogodności, z jakimi zmagają się osoby niepełnosprawne. Z roku na rok zauważana jest jednak zmiana. Coraz więcej obiektów zaczyna likwidować bariery. Chce być dostępna dla wszystkich. Niektóre miejsca starają się ułatwiać dostęp do swoich placówek. Czasami okazuje się,

że wcale aż tak dużo zmian nie jest potrzebnych, a naprawdę mogą one ułatwić życie niejednej osobie. Dlatego też dyrektora Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Zielonej Górze oraz Centrum Integracja zorganizowało konkurs. Jego celem było docenienie najlepiej dostosowanych obiektów i obszarów infrastruktury na terenie województwa lubuskiego. Tym samym organizatorzy chcieli zwrócić uwagę na konieczność kompleksowego i sukcesywnego dostosowania obiektów już istniejących. Pokazać,

że jest to niezwykle ważna sprawa i trzeba mieć ją na uwadze, po to, aby nie tworzyć nowych barier w budynkach, które są modernizowane bądź dopiero powstają.

4 listopada br. poznaliśmy laureatów. Spośród 22 zgłoszonych obiektów, wybrano sześć. Tytuły „Lubuskie bez barier” otrzymały: Muzeum Ziemi Lubuskiej w Zielonej Górze; Dom Pomocy Społecznej w Trzebiechowie; Wojewódzki Ośrodek Sportu i Rekreacji w Drzonkowie; Starostwo Powiatowe w Gorzowie Wlkp.; Środowiskowy Dom Samopomocy w Witnicy; Dom Pomocy Społecznej w Dobiegniewie.

(Maw)



# Pasja odnaleziona Haliny Burkowskiej

W ósmym roku swojej działalności Stowarzyszenie W Cieniu Lipy Czarnoleskiej opublikowało 79. pozycję wydawniczą, którą jest 26. debiutancki tomik. Powtarza się pewna prawidłowość – autorka przeżywa literacki debiut w porze jesieni życia. Wiadomo, że w naszych realiach długo czekałaby na wydanie swoich wierszy, jako że najchętniej drukowany jest dorobek autorów dobrze znanych na rynku czytelnictwa, który daje gwarancję rychłego zysku. Stowarzyszenie jest organizacją non profit, a zatem priorytetem jego działalności jest stworzenie szansy tym, którzy na druk swojej twórczości zasługują.

Halina Burkowska z wykształcenia jest fizykiem, a zawód ma podwójny – była nauczycielką, a jest rybakim, gdyż z mężem Stanisławem prowadzi hodowlę ryb. Wrażliwość humanistki pozwala jej postrzegać całą urodę podizerskiej ziemi, chłonąć dźwięki i zapachy, które rodzi natura, napawać się różnorodnością barw dziko rosnących roślin i ogrodowych kwiatów, posadzonych ręką Haliny na skarpach przy tafli wody.

Zawód nauczycielki pozwolił Autorce poznać trudne problemy społeczne, zwłaszcza zagubienie dzieci, opuszczonych przez rodziców, którzy udali się na emigrację zarobkową. Blisko dwudziestoletni okres pracy za naszą zachodnią granicą wzbogacił doświadczenia Autorki. Zanim biegle opanowała język, by i w Niemczech uczyć w szkole, miała się różnych zawodów. Wszystko to wzbogaciło Jej widzenie zawiloci świata, a zarazem dostarczyło twórczych inspiracji. Wiersze Haliny Burkowskiej są albo opisem cudów natury i relacji, jakie wiążą człowieka ze światem roślin i zwierząt, albo wyrazem z troski o tym wszystkim, co czyni niełatwym los człowieka. Do rąk czytelników trafił tomik, który mówi o tym, że warto zatrzymać się choć na chwilę między nie-

bem a ziemią, by doznać zachwyty cudami natury, poczuć radość istnienia i zadumać się nad własnym przeznaczeniem.

W ramach spotkań literackich z cyklu ARS POETICA odbyła się 13 października br. w kawiarni MUZA Osiedlowego Domu Kultury na jeleniogórskim Zabobrze promocja zbioru wierszy „Między niebem ziemią i wodą”

Daria Pacewicz, reprezentując ODK, powitała bohaterkę wieczoru i uczestników imprezy. W nastrój wieczoru wprowadziła muzyka Bacha, towarzysząca projekcji pięknych slajdów z obrazami, będącymi zaczynem dla wierszy. Niektóre teksty zostały wkomponowane w fotogramy, obrazujące nieopisane piękno natury rejonu Pogórza Izerskiego. Tak więc Halina Burkowska zaprezentowała się uczestnikom tego spotkania i jako autorka wierszy i jako zdolny, wrażliwy fotografik. Potem był jeszcze jeden antrak wokalno-projekcyjny i dalsze czytanie wierszy.

Kiedy Halina Burkowska wy-czerpała swój program, głos zabrał Zenon Szkudlarek z Rybnicy, podkreślając, jak bogatą osobowość ma autorka prezentowanych wierszy. Przedstawił się jako jej kolega po piórze (jest autorem



tłumaczenia książki o Rybnicy) i gratulował, że ta autorka potrafi pogodzić wszystkie pasje: twórczość literacką, translatorską, fotografię i hodowlę ryb.

Po prezentacji wierszy, slajdów i partii muzycznych były kwiaty, gratulacje, uściski i wpisywanie autografów. W kolejce czekały i koleżanki ze Stowarzyszenia W Cieniu Lipy Czarnoleskiej (z członkinią Związku Literatów Polskich Wiesławą Siemaszko-Zielińską), do którego pani Halina należy, i które było wydawcą jej debiutanckiego tomiku, i bliscy, i przyjaciele i pozostali wierni uczestnicy imprez z cyklu ARS POETICA.

Po oficjalnej części wieczoru jego uczestnicy dzielili się wrażeniami: – Te wiersze wypływają z głębi duszy i serca, z doświadczeń życiowych, mniej tu jest fantazji, a więcej głębokiej refleksji i przemyśleń – powiedział Leon Kowalski, były jeleniogórzanin, obecnie mieszkaniec Janowic Wielkich.

Natomiast pani Lucjana Środa z Pasiecznika, prosząc o wpisy do dwóch tomików, wyznała: Przeznaczam je moim córkom, niech czytają i uczą się z poezji wrażliwości i rozumienia zagadek życia. Lidia Tonkowicz poruszona była szczerością zapisów, jakie znalazły się w wierszach. Jednoznacznie mówią one o tym, że pani Halina ma odwagę czerpać z własnych życiowych doświadczeń, pokonując barierę onieśmienia i robiąc z nich literacki użytek.

*Tekst i fot. Maria Suchecka*

# NASZ INFORMATOR NA CZAS WOLNY

## Co, gdzie, kiedy...

### TEATRY



#### JELEŃ GÓRA

• **Teatr im. Cypriana Kamila Norwida:** „Scrooge. Opowieść Wigilijna” – 5.12 i 10.12, g. 10.00 (Duża scena); „Pierścień Wielkiej Damy” (wg Cypriana Kamila Norwida, w reżyserii Piotra Jędrzejasa) – 5.12 o g. 19.00 i 6.12. o g. 17.00.

• **Zdrojowy Teatr Animacji:** „Cyrk doktora Dolittle” – 2-4.12, g. 10.00 oraz 5.12, g. 9.00 i 10.40; „Królewski Wróbel” – 6.12, g. 13.00, 7.12, g. 16.00 i 9.12, g. 9.00; „Rydygier, mój przyjaciel wampir” – 16.12 i 18.12, g. 10.00 oraz 20.12, g. 16.00; „Sylwestrowy Wieczór w Zdroju” – 31.12, g. 21.00.

#### GORZÓW WLKP.

• **Teatr im. Juliusza Osterwy:** „Królowa Śniegu – Mikołajkowe Spotkania Baśniowe” – 3-5.12, g. 9.00 i 11.30, 6.12, g. 17.00; Mikołajkowy koncert Jacka Kleyffa i Jerzego „Słomy” Słomińskiego – 6.12, g. 20.30; „Królowa Śniegu” – 7.12, g. 12.00 i 15.00 oraz 9-11.12, g. 9.00 i 13.30; Najpiękniejsze polskie kolędy – 20.12, g. 20.00.

#### CIESZYN

• **Teatr im. Adama Mickiewicza:** „Kopciuszek” – 3-4.12, g. 9.00; „Old Love” – 5.12, g. 18.00 i 20.30; Koncert jubileuszowy Zespołu Pieśni i Tańca „Olza” – 6 i 7.12, g. 16.00; „Mały Książę” – 13.12, g. 18.00; Koncert charytatywny „Z serca do serc” – 19.12, g. 17.00; Sylwester w teatrze – 31.12, g. 21.00.

### KINA



#### JELEŃ GÓRA

• **Lot,** ul. Poczтовая 11, tel. 75 76 76 370, kino@kino-lot.pl;

• **Grand,** ul. Krótka 3, tel. 600 272 831 oraz +48 75 75 223 78, kinogrand@o2.pl.

#### GORZÓW WLKP.

• **Helios,** Al. Konstytucji 3 Maja 102, tel. 95 737 27 38, fdp.pl/repertuar/gorzow-wielkopolski/Helios; 60 Krzesel, ul. Pomorska 73, tel. 95 733 25 26, mosart.pl/60-krzesel.

#### CIESZYN

• **Piast,** ul. Ratuszowa 1, tel. 33 852 04 26, e-mail: biuropiast@interia.pl

### IMPREZY



#### JELEŃ GÓRA

Legenda Internetu, czyli Cezary Nowak – CeZik – 5.12, g. 20.00 w Jeleniogórskim Centrum Kultury przy ul. Bankowej. Muzyk od 2009 r. swoją twórczość publikuje w Internecie. Bilet – 30 zł; I Dni Muzyki Amerykańskiej – 5. i 6.12, g. 19.00 w sali koncertowej im. Stefana Strahla Filharmonii Dolnośląskiej w Jeleniej Górze. Koncert z udziałem amerykańskich instrumentalistów z Orkiestrą Symfoniczną Filharmonii Dolnośląskiej pod dyrekcją Piotra Gajewskiego. Bilet 5.12 – 30 zł lub 40 zł, a 6.12 – 20 zł; Gitarzyści Marek Napiórkowski i Jacek

Królik oraz Jarek Dzień wystąpią podczas X Ogólnopolskiego Festiwalu i Konkursu im. Łukasza Pietrzaka „Gitaromania” Saturday Night in Jelenia Góra” – 13.12, g. 19.00 w Jeleniogórskim Centrum Kultury przy ul. Bankowej. Bilet – 20 zł; Świąteczna Gala Mistrzów Opery Włoskiej z udziałem Anny Patrys – 29.12, g. 19.00 w Zdrojowym Teatrze Animacji w Jeleniej Górze-Cieplicach. Bilet – 30 zł.

#### GORZÓW WLKP.

Recital Jadwigi Puchały, która wykona własne utwory – 19.12, g. 16.00, Klub „Pogodna Jesień” Miejskiego Centrum Kultury, ul. Słoneczna 63. Wstęp wolny; Warsztaty filcowania – 12.12, g. 17:00 w Pracowni Plastycznej Miejskiego Centrum Kultury. Koszt uczestnictwa bezpłatny. W programie spotkania: filcowanie na sucho wełną czesankową ozdób świątecznych. Zgłoszenia oraz dodatkowe informacje tel. 95 739 0007; Na kolędy i pastorałki w wykonaniu Gorzowskiej Orkiestry Dętej i Chóru „Cantabile” zaprasza MCK w dniu 28.12 o g. 16:00. Wstęp wolny. Tradycyjnie, koncert odbędzie się w Katedrze Gorzowskiej, poprowadzą go dyrygent Jadwiga Kos i kapelmistrz Bolesław Malicki.

#### CIESZYN

Koncert charytatywny na rzecz PCK – 12.12, g. 17.00, Dom Narodowy (Rynek 12). Wystąpią uczniowie Szkoły Muzycznej „Casio” i Zespół Regionalny „Jasieniczanka”; Koncert kolęd i pastorałek – 28.12, g. 11.30, Cieszyński Ośrodek Kultury.

**Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych**  
serdecznie zaprasza do korzystania z usług

## **OŚRODKA INFORMACJI I WSPARCIA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH**

Ośrodek 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, psychonkologa, psychoterapeuty
- pośrednictwo pracy z możliwością korzystania z ofert pracy
- porady Społecznego Rzecznika Interesów Osób Niepełnosprawnych
- porady mediatora sądowego
- porady asystenta rodziny

CENTRUM CZYNNE JEST:  
PONIEDZIAŁEK – PIĄTEK 9.00-16.00  
zadzwoń – **BEZPŁATNA INFOLINIA**  
**tel. 800 700 025**  
lub NAPISZ DO NAS! **info@kson.pl**

**Dorota Gniewosz**  
Mediator d/s Karnych i Cywilnych

Radca Prawny-Aplikant  
**Mateusz NOWAK**

Radca Prawny  
**Bartosz NOWAK**

Radca Prawny  
**Piotr POCZĘTY**

Psycholog  
**Maja KOZŁOWSKA**

Psychoterapeuta  
**Agnieszka KUBACKA**

Doradca ds. poradnictwa  
socialnego i rodzinnego  
**Alicja MROCZKOWSKA**

**Bezpłatne porady  
prawne dla osób  
niepełnosprawnych**  
(terminy porad uzgadniane  
w biurze KSON lub telefonicznie)

INFORMACJE I ZAPISY  
w biurze KSON  
ul. Osiedle Robotnicze 47A,  
tel. 75 752 42 54, 75 752 31 83  
800 700 025 (bezpłatna infolinia)

## **Redaguj biuletyn razem z nami!**

Zapraszamy do współredagowania  
biuletynu

**Niepełnosprawni Tu i Teraz.**

### **Czytelniku!**

Coś Cię denerwuje, chcesz zabrać głos w ważnej sprawie, opisać własne przeżycia, podzielić się doświadczeniami? Czekamy na listy, spostrzeżenia, artykuły dotyczące problematyki osób niepełnosprawnych.

Materiały prosimy przysyłać pod adres:  
Karkonoski Sejmik

Osób Niepełnosprawnych,  
ul. Osiedle Robotnicze 47A,  
58-500 Jelenia Góra z dopiskiem  
„BIULETYN”, lub drogą elektroniczną  
na adres: [ntit-gazeta@o2.pl](mailto:ntit-gazeta@o2.pl)

Redakcja zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów i zmian redaktorskich w nadesłanych artykułach.

## **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.

Wkrótce powołani będą pełnomocnicy Rzecznika  
w Wojcieszowie, Szklarskiej Porębie, Kowarach i Piechowicach.



## **FUNDACJA tu i teraz**

58-500 Jelenia Góra ul. Okrzei 11, I piętro  
tel. 504 238 128, [info@fundacjatuiteraz.eu](mailto:info@fundacjatuiteraz.eu)

Grupa wsparcia spotyka się w każdą środę o godz. 14:00.  
Spotkania indywidualne po wcześniejszym uzgodnieniu terminu.

# „Festiwal Życia – być albo mieć” w Bukowcu

W dniach 17 i 18 października w pałacu i parku w Bukowcu, a także w przepięknie odrestaurowanej, zabytkowej stodole odbył się „Festiwal Życia”. Organizatorem tego wydarzenia była Fundacja Alternatyw Cywilizacyjnych ŻYC INACZEJ wraz z Fundacją Doliny Pałaców i Ogrodów Kotliny Jeleniogórskiej i Związkiem Gmin Karkonoskich.



Głównym celem Festiwalu było zwrócenie uwagi na piękno życia człowieka i świata wokół niego. Ukazanie piękna interakcji międzyludzkich i chęci niesienia wzajemnej pomocy. Każdy, kto pojawił się na Festiwalu mógł bez trudu znaleźć coś dla siebie.

I tak uczestnicy mogli wziąć udział w ekologicznych warsztatach twórczych, skierowanych szczególnie dla najmłodszych. Odbył się wernisaż prac Krzysztofa Palińskiego, a także dyskusja panelowa ekspertów, a także pokaz procesu tworzenia jak i wystawa prac znakomitego miedziorytnika Macieja Lerchera. Następnego dnia rozpoczął się wystawą, usytuowanych w zabytkowej stodole Pałacu i na terenie

parku, stoisk. Jednym z nich był stolik Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych, gdzie można było uzyskać informację na temat jego działalności, a także otrzymać Biuletyn Niepełnosprawni TU i TERAZ.

Ciesząc się dużym zainteresowaniem częścią stoiska, była wystawa miniatur architektury Jeleniej Góry, wykonanych przez wolontariusza KSON Leszka Gańskiego. Można było znaleźć także stoiska z przedmiotami wykonanymi w technice decoupage czy stoisko Warsztatu Terapii Zajęciowej z Lwówka Śląskiego, którego uczestnicy, dali następnie występ na terenie zabytkowej stodoły.

Ci młodzi ludzie wykaza-

li się niesamowitym kunsztem aktorskim, poczuciem humoru i dystansem do siebie. Podczas swojego teatralno-kabaretowego występu wcielili się w rolę nie tylko naszych rodzimych gwiazd, jak Marek Grechuta czy Michał Wiśniewski, ale także w samego króla popu Michaela Jacksona.

Nie sposób nie zwrócić także uwagi na zapadający głęboko w pamięć performance i pokaz sztuki multimedialnej Andrzeja Dudka-Durera, przenoszący na chwilę uczestników w świat religii buddyjskiej i hinduistycznej.

Zwieńczeniem Festiwalu był koncert muzyki poważnej w wykonaniu Joanny Trzaski i Wiktorra Szmajdy.

Głównym przesłaniem tego festiwalu, było odwieczne pytanie „czy lepiej być czy lepiej mieć”? Ta ponad wiekowa myśl, zawarta w statucie naszej Fundacji, powinna nam towarzyszyć w codziennych zmaganiach z przeciwnościami życia – powiedział główny organizator i prezes Fundacji Alternatyw Cywilizacyjnych Dr. Bogusław Jasiński.

*Kamila Kurczewska*

*Fot. Archiwum Organizatora*

