

Niepełnosprawność nie odbiera pracy

- refleksje po konferencji KSON-u str. 12-13



NIEPEŁNOSPRAWNI TU **i** TERAZ

ISSN 1895 – 4987 EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

WRZESIEŃ

9/76/2015

WYJDŹMY Z CIENIA!

str. 16-17



Karpacz pomaga str. 4-5

- Choć już
słyszę,
nadal migam
- 25-latka
opowiada
o swoim życiu
str. 15



Ponad tysiąc lubuskich pątników na Jasnej Górze

Pielgrzymi Diecezji Zielonogórsko-Gorzowskiej podążający z Gorzowa Wlkp., Zielonej Góry i Głogowa weszli 12 sierpnia na Jasną Górę. W tym dniu dołączyli do nich także nauczyciele skupieni w „Warsztatach w Drodze” oraz wierni, którzy przyjechali autokarami. W samo południe Mszę św. przed Cudownym Obrazem Matki Boskiej Częstochowskiej odprawił biskup pomocniczy diecezji Tadeusz Lityński.

W tym roku hasłem pielgrzymki były słowa z Ewangelii wg św. Mateusza „Błogosławieni czystego serca, albowiem oni Boga oglądać będą”.

Każda grupa pielgrzymkowa wyruszyła ze swojej miejscowości w innym terminie i przemierzyła inną trasę. Najwcześniej, bo 31 lipca, już po raz 33., wyszli pątnicy z Gorzowa Wlkp. Ich kierownikiem jest ks. Andrzej Wręczycki z parafii pw. NMP Królowej Polski, który trzy lata temu przejął tę funkcję po ks. Andrzeju Tomysie – proboszczu parafii Najświętszego Zbawiciela. Pierwszym szefem pielgrzymkowym był śp. ks. Witold Andrzejewski – legendarny kapelan „Solidarności”.

Intencje modlitewne pątników często się powtarzają, ludzie proszą o zdrowie dla siebie i najbliższych, o dobrą żonę czy męża, młodzież dziękuje za zdanie matury i egzaminów na studiach. Najstarszym pielgrzy-



mem był ponad siedemdziesięcioletni pan a najmłodszym – trzyletnie dziecko wędrujące w wózku – powiedział w rozmowie z „Tu i Teraz” ks. Wręczycki, który zauważył, że często starsi pielgrzymi dodają młodym energii. To oni podgrzewają atmosferę i uczą młodych, jak się nie poddawać trudnościom i być wytrwałym. Natomiast entuzjazm młodych udziela się seniorom – powiedział kapłan.

Pielgrzymką zielonogórską

kieruje ks. Krzysztof Kocz – proboszcz parafii pw. Narodzenia Najświętszej Maryi Panny w Zawadzie. Przewodnikiem pątników głogowskich jest ks. Leszek Okpisz – proboszcz parafii pw. św. Apostołów Piotra i Pawła w Serbach.

Niezwykle serdecznie witają pielgrzymów mieszkańcy miejscowości, przez które prowadzi pielgrzymkowa trasa. Uczestnicy

rekolekcji w drodze częstowani są dobrym jedzeniem, nocują w szkołach i w prywatnych kwaterach, wspierani są modlitewnie przez duchowych pielgrzymów. My także pamiętamy o nich w swoich modlitwach – dodał ks. Andrzej Wręczycki, zauważając, że tegoroczna pielgrzymka jest przygotowaniem i zaproszeniem na Światowe Dni Młodzieży, które odbywać się będą w następnym roku w Krakowie.

Tekst i fot. Wanda Milewska

**NIEPEŁNOSPRAWNI
TU i TERAZ**



**TRIANON
POLSKA**



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

Skład: AD REM, 58-500 Jelenia Góra, ul. Okrzei 12, tel. 75 75 222 15. **Druk:** GRAFIX, 58-506 Jelenia Góra, ul. Wrocławska 59, tel. 75 712 30 74

Nakład 8000 egz.

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

Pomagamy zarabiać ludziom i firmom

Wywiad z Piotrem Miedzińskim, Prezesem Karkonoskiej Agencji Rozwoju Regionalnego S.A. w Jeleniej Górze

Co KARR oferuje osobom niepełnosprawnym?

Piotr Miedziński: W dużej części to, co wszystkim mieszkańcom regionu jeleniogórskiego i przedsiębiorcom działającym na jego terenie – podnoszenie kwalifikacji zawodowych w Polsce i za granicą oraz wsparcie w rozkręceniu lub prowadzeniu biznesu. Generalnie – pomagamy ludziom i firmom lepiej zarabiać. Jak? Dla początkujących i zaawansowanych właścicieli firm mamy bardzo korzystne pożyczki, które można inwestować w rozwój przedsiębiorstwa lub ratowanie go w trudnych ekonomicznie momentach. Oferujemy również usługi doradcze, bo warto korzystać z wiedzy i doświadczenia KARR-u, by rozwijać swoją firmę. Organizujemy także wydarzenia biznesowe, podczas których można nawiązać nowe kontakty handlowe, np. Polsko-Niemiecko-Czeskie Forum Kooperacji Firm czy Wystawę Produktów Regionalnych „Wyprodukowano pod Śnieżką”. Natomiast dla osób poszukujących pracy lub chcących zmienić coś w swojej ścieżce kariery mamy specjalne programy podnoszenia kwalifikacji. Tu na szczególną uwagę zasługują nowe projekty, które rozpoczynamy na początku przyszłego roku: „Orzeł – młodzież NEET na rynku pracy i edukacji” oraz „Ponadnarodowa aktywizacja zawodowa – szansą dla młodych”, do którego rekrutację przeprowadzimy we współpracy z Karkonoskim Sejmikiem Osób Niepełnosprawnych.

Ten ostatni projekt umożliwi naukę języka niemieckiego i nowego fachu w Zittau. Jakich zawodów będą uczyć się uczestnicy?

– Wielu związanych z branżami: budowlaną, drzewną, hotelarską i opiekuńczą. Nauka będzie się odbywać w niewielkich grupach, 8-12 osobowych. Kierujemy projekt do osób w wieku 18-35 lat, zagrożonych wykluczeniem społecznym, czyli także do osób niepełnosprawnych. Szczególnie cieszy mnie to, że projekt jest całościowy – podczas 2-miesięcznego stażu zagranicznego uczy się nie tylko zawodu i języka, ale także kultury innego kraju. Każdy uczestnik układa sobie Indywidualny Plan Działania, czyli ocenia wraz z doradcą, jak powinien wzbogacić swoją wiedzę i umiejętności, by stać się atrakcyjnym nabytkiem dla przyszłego pracodawcy. Potem, pod nadzorem opiekunów projektu, realizuje go. Pracownik powinien pamiętać, że musi w siebie inwestować, podnosić swoją atrakcyjność w oczach szefa, konkurować z dokszałcającymi się kolegami. Osoby niepełnosprawne mają tę konkurencję utrudnioną, dlatego kolejny projekt „Orzeł – młodzież NEET na rynku pracy i edukacji”, który zacznie się w styczniu 2016 roku – szczególnie preferuje niepełnosprawnych na etapie rekrutacji.

„Orzeł” pozwoli rozwinąć skrzydła ludziom, którzy nie uczą się i nie pracują. Zaktywizowanie tej grupy jest chyba trudne?

– Ale możliwe. „Orzeł...” jest skierowany do węższej grupy niż „Ponadnarodowa aktywizacja...”, czyli osób w wieku 15-24 lata. Jego celem też jest zwiększenie kompetencji i doświadczenia zawodowego przydatnych na lokalnym rynku pracy. Tu także uczestnicy skorzystają z pomocy doradcy zawodowego oraz dodatkowo usług



– Mamy ciekawą ofertę wsparcia dla osób niepełnosprawnych – mówi Piotr Miedziński.

coachingu i mentoringu, których zadaniem będzie zmotywowanie młodego człowieka do działania, przełamania życiowego i zawodowego impasu. Oprócz staży i praktyk zawodowych, 20 uczestników będzie mogło liczyć na... dotację na rozpoczęcie działalności gospodarczej! Tak wysoko stawiamy poprzeczkę projektowi i jego uczestnikom. Mam nadzieję, że dla wielu z nich to będzie przełom. Statystyki pokazują, że aż 50% osób niepełnosprawnych szuka pracy dłużej niż rok, a 29% nawet dłużej niż 2 lata. To smutne.

Smutne są też przeszkody, jakie osoby niepełnosprawne muszą pokonać, żeby dostać się do urzędów, szkół i instytucji...

– Tak, w KARR S.A. także mamy sporo do zrobienia w tym temacie. Dlatego planujemy w przyszłym roku wbudowanie windy w naszej siedzibie oraz oznaczenie informacji wewnątrz obiektu, by była przystępna dla osób niedowidzących. Myślimy także o przeszkoleniu pracowników Agencji z języka migowego. Do czasu wybudowania windy, nasi konsultanci będą dyżurować w siedzibie Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych, ułatwiając tym samym dostęp niepełnosprawnym do naszej oferty.

Rozmawiał: **Łukasz Muraszko**

Karpacz pomaga

Dzięki dofinansowaniu uzyskanemu w tym roku z Urzędu Miasta Karpacz, w ramach wsparcia organizacji pozarządowych oraz ze środków własnych Stowarzyszenia Integracyjnego Osób Niepełnosprawnych Ruchowo „My Też Potrafimy” udało się w sierpniu zorganizować 3-dniową wycieczkę do Krakowa, Wieliczki i Zakopanego. Uczestnikami, oprócz osób niepełnosprawnych, byli członkowie rodzin, pielęgniarzy i wolontariusze.



– Logistycznie było to trudne przedsięwzięcie, ale dla naszego głównego organizatora Edwarda nie ma rzeczy niemożliwych. Panowie kierowcy z firmy Zyga Tour z Karpacza wieźli nas bardzo wygodnym autokarem z dobrze działającą klimatyzacją, byli przy tym solidni, wyrozumiali i pomocni – relacjonują organizatorzy wydarzenia.

– W Krakowie zwiedziliśmy Wawel, Rynek z Sukiennicami, Kazimierz, Kościół Mariacki, a także obejrzelśmy Kraków od strony Wisły płynąc statkiem

Sobieski. Mimo naszej niepełnosprawności bardzo dużo zobaczyliśmy. W Kopalni Soli w Wieliczce „zaliczyliśmy” tzw. średnią trasę turystyczną, czyli kilka poziomów do głębokości 135 m. Trzeci dzień spędziliśmy w Zakopanem, tradycyjnie spacerując po Krupówkach. Jednak głównym celem naszego pobytu w tym mieście był wjazd na Kasprowy Wierch. Tam, w zależności od możliwości, niektórzy odbyli dłuższy lub krótszy spacer po szlakach – opowiadają uczestnicy wycieczki.

– Zachwyceni Tatrami (zdecydowana większość z nas była tu po raz pierwszy), widokami zapierającymi dech w piersiach, wracaliśmy szczęśliwi i radośni, choć mocno zmęczeni bogatym programem wycieczki oraz upałem – podkreślają i dodają: Bardzo dziękujemy: Edwardowi – za całokształt czyli koordynowanie wszystkich działań przed i w trakcie wycieczki oraz dźwiganie nas, Andrzejowi – za załatwienie hotelu i posiłków oraz rezerwację biletów do Wieliczki i na Kasprowy,





Iwonce – za pilnowanie potrzebnych dokumentów i trzymanie kasy, Robertowi – naszemu przewodnikowi za obszerne informacje (szacunek za ogromną

wiedzę historyczną, geograficzną i ogólnie turystyczną), Uli i Krysi za pomoc podczas trwania wycieczki oraz wszystkim, którzy nas dźwigali i pchali wózki.

Szczególne podziękowania dla Władz Miasta Kapacza za zastrzyk finansowy!

(Org)

Fot. Archiwum Organizatora

Poetycki wieczór w Książnicy

W jeleniogórskiej Książnicy Karkonoskiej odbył się 19. sierpnia wieczór autorski Ewy Wojtasik. Uczestnicy spotkania wysłuchali fragmentów opowiadań z książki „Miłość i kulinarne delikacje”. Potem była dyskusja o poezji.

Ewa Wojtasik jest autorką kilku tomików poezji i opowiadań. Należy do kieleckiego Krajowe-

go Centrum Kultury Polskiego Związku Niewidomych, działa w Centrum Aktywności Osób Niepełnosprawnych przy Książnicy Pomorskiej w Szczecinie.

Spotkanie zostało zorganizowane przez Książnicę Karkonoską w Jeleniej Górze i Jeleniogórski Klub Literacki.

(Natalia)

Fot. Natalia



Jesteśmy otwarci

W latach 2012-2013, 50-osobowa grupa mieszkańców Kotliny Jeleniogórskiej uczestniczyła w dwóch 6-miesięcznych cyklach kursów komputerowych „Senior na czasie” zorganizowanych przez Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych w Jeleniej Górze współfinansowanych ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2012-2013. Ich działalność nie zakończyła się jednak wraz z końcem kursów.

Na zakończenie warsztatów integrująco-motywujących, które stanowiły wprowadzenie do kursu komputerowego, naturalnie i spontanicznie zrodziła się koncepcja założenia stowarzyszenia. Pięciodniowe warsztaty, prowadzone przez profesjonalistów psychologów, trenerów pogłębiły i ugruntowały wiedzę z zakresu integracji i motywacji życiowych seniorów. To był między innymi czas na dokonanie bilansu życia, podsumowanie, co uda-

ło się dokonać dla rodziny, dla przyjaciół, dla otoczenia, w pracy zawodowej, w działalności społecznej, dla samego siebie. Każdy z seniorów uświadomił sobie, że może być coraz lepszy w tym, co już potrafi, że może doskonalić swoje umiejętności, że może pomóc komuś, może wyznaczać sobie nowe cele życiowe. Każdy doświadczył niezwykle pozytywnej interakcji, wzajemnej życzliwości i entuzjazmu.

Każdy z Seniorów jest KIMS – ze swoim własnym osobistym dorobkiem rodzinnym, zawodowym, towarzyskim, intelektualnym, duchowym, artystycznym – ze swoim własnym doświadczeniem życiowym i dojrzałością – ze swoim własnym potencjałem i gotowością dzielenia się swoją wiedzą, umiejętnościami... Nic dziwnego, że na zakończenie kursu uczestnicy postanowili działać.

Z prezesem Eugeniuszem Markiewiczem i wiceprezesem Lechem Ratajem rozmawia Agata Grajewska.

– Od formalnego powołania do życia KAAS minęło ponad 1,5 roku. Czy pomysł się sprawdził?

Eugeniusz Markiewicz, Lech Rataj: Oczywiście. Dziś to duża



– Pomysł założenia KASS-u sprawdził się – uważają Eugeniusz Markiewicz i Lech Rataj.

organizacja licząca ponad 140 członków o wyjątkowej aktywności. Akademią dowodzi 5-osobowy zarząd w składzie: Eugeniusz Markiewicz – prezes, Lech Rataj – wiceprezes, Halina Gajewska – sekretarz, Regina Urbańska – skarbnik, Mirosława Joško – członek zarządu. Nad finansami czuwa komisja rewizyjna pod przewodnictwem Leszka Cichonia oraz Barbary Pelczarskiej. Spotykamy się na cotygodniowych dyżurach w każdy wtorek w godzinach 10.00-12.00. Nie było dyżuru, podczas którego nie odwiedziłoby nas przynajmniej kilka osób. To potencjalni członkowie KAAS.

Wydzieliliśmy kilka sekcji zainteresowań:

- Kultury i sztuki zajmuje się aktywizacją seniorów w tym zakresie. Są to spektakle teatralne, wyjazdy do opery, operetki, spotkania autorskie...

- Turystyki i sportu – zajmuje się aktywizacją ruchową seniorów. Oprócz organizowanych wycieczek pieszych i autokarowych, wielką popularnością cieszą się cotygodniowe zajęcia na basenach termalnych w Cieplicach. Nową formą są regularne wyprawy turystyczne organizowane przez PTTK Sudety Zachodnie pn. „Rajd na raty”. Bierze w nich udział średnio od 15 do 20 członków KAAS. Myślimy też o wycieczkach zagranicznych i wczasach organizowanych bez pośrednictwa biur podróży, czyli o wiele tańszych.

Otworzyliśmy na nowe sekcje zainteresowań, które tworzymy w zależności od potrzeb i propozycji naszych członków. Aplikujemy również o środki na działalność statutową. Skutecznie udało nam się złożyć wnio-

sek na cykl wycieczek dofinansowanych z Funduszu Małych Inicjatyw. Przed nami nowe wyzwania.

- Czym jeszcze możecie się pochwalić?

- Oprócz pikniku z okazji Międzynarodowego Dnia Seniora i balu andrzejkowego, zorganizowaliśmy integracyjny bal maskowy na walentynki. W ubiegłym roku byliśmy na czterodniowej wycieczce w Trójmieście. Otrzymała się również wycieczka do ZOO we Wrocławiu i Panoramy Raławickiej.

Na początku września odbył się wyjazd do Złotego Stoku, a już 9 października organizujemy kolejny piknik z okazji Dnia Seniora.

- To znaczy, że ta organizacja żyje i dostosowuje swoje działania do potrzeb członków?

- U nas jest to standard. Wynika to z faktu, że postawiliśmy na otwartość na ludzi, bo przecież to oni tworzą tę organizację. Sądzę, że inny sposób działania jest krótkowzroczny.

- Z kim współpracujecie?

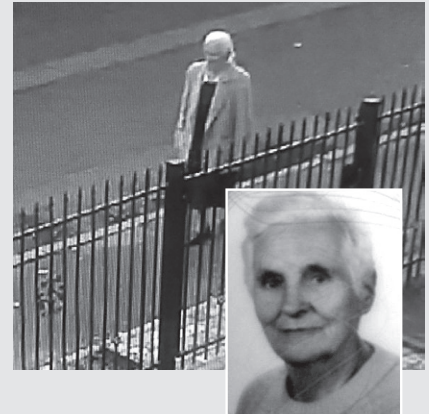
- Oczywiście z KSON-em i zrzeszonymi w nim organizacjami pozarządowymi, ale jesteśmy otwarci na wszystkich, których serdecznie zapraszamy do współpracy. Mamy swoją stronę internetową www.kaas.pl, e-mail biuro@kaas.pl. Można też łączyć się pod nr telefonu 698 370 092.

Obecnie w KSON-ie trwają 2 kursy komputerowe, w których bierze udział ponad 50 osób. Uczestnicy tych kursów również zgłaszają zapotrzebowanie na aktywność w organizacjach pozarządowych.

Agata Grajewska

Zaginęła starsza kobieta. Kto ją widział?

Jeleniogórcy policjanci poszukują 80-letniej Teresy Delmaczyńskiej, zamieszkałej w Jeleniej Górze przy ulicy Szymanowskiego. Mimo, że od zaginięcia minęło sporo czasu, jest szansa, że kobieta żyje.



Zaginiona wyszła z mieszkania 10 września około godziny 10. i nie powróciła. W dniu zaginięcia ubrana była ciemnozieloną spódnicę, popielatą kurtkę oraz czarne czółenka. Kobieta cierpi na demencję starczą, ma problemy w orientacji w terenie. Ma 80 lat, około 162 cm wzrostu, jest szczupłej budowy ciała, włosy ma siwe, krótkie, oczy szare.

Policja dysponuje nagraniami monitoringu z dwóch miejsc w Jeleniej Górze, na których widać przechodzącą 80-latkę.

Jeleniogórska policja prosi wszystkie osoby, które posiadają jakiegokolwiek informacje, które mogą przyczynić się do ustalenia miejsca pobytu zaginionej o kontakt z policjantem prowadzącym sprawę poszukiwawczą w Komisariacie I Policji w Jeleniej Górze, ul. Armii Krajowej 5 osobiście, bądź telefonicznie pod numer 75/75 20 406, 75/75 20 326, 75/75 20 150 bądź pod numer alarmowy policji 997.

M.D.

Co niepełnosprawny wyborca wiedzieć powinien?

25 października w Polsce odbędą się wybory parlamentarne. Niżej przypominamy najważniejsze uprawnienia osób niepełnosprawnych, wynikające z Kodeksu Wyborczego.

Wyborcy niepełnosprawni biorą udział w wyborach do Sejmu Rzeczypospolitej Polskiej i do Senatu Rzeczypospolitej Polskiej na takich samych zasadach jak pozostali wyborcy, jednakże przysługują im dodatkowo poniższe uprawnienia.

I. Prawo do uzyskiwania informacji o wyborach, czyli o: właściwym dla siebie obwodzie głosowania, lokalach obwodowych komisji wyborczych znajdujących się najbliżej miejsca zamieszkania wyborcy, w tym o lokalach przystosowanych do potrzeb osób niepełnosprawnych, warunkach dopisania wyborcy do spisu wyborców w wybranym obwodzie głosowania, terminie wyborów oraz godzinach głosowania, komitetach wyborczych biorących udział w wyborach oraz zarejestrowanych listach kandydatów na posłów i kandydatów na senatora, a także o warunkach oraz formach głosowania. Informacje, o których mowa wyżej, są podawane do publicznej wiadomości w Biuletynie Informacji Publicznej oraz w sposób zwyczajowo przyjęty w danej gminie. Informacje te są także przekazywane przez wójta (burmistrza, prezydenta miasta) wyborcy niepełnosprawnemu na jego wniosek, telefonicznie lub w drukowanych materiałach informacyjnych, w tym w formie elektronicznej. We wniosku, o którym mowa, wyborca podaje nazwisko, imię (imiona) oraz adres stałego zamieszkania.

II. Prawo do głosowania przez pełnomocnika. Mają

je wyborcy, którzy najpóźniej w dniu głosowania ukończą 75 lat, a także wyborcy posiadający orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności, w tym również wyborcy posiadający orzeczenie organu rentowego o całkowitej niezdolności do pracy, niezdolności do samodzielnej egzystencji, orzeczenie o zaliczeniu do I i II grupy inwalidów, a także osoby o stałej albo długotrwałej niezdolności do pracy w gospodarstwie rolnym, którym przysługuje zasiłek pielęgnacyjny.

Pełnomocnikiem może być osoba wpisana do rejestru wyborców w tej samej gminie, co udzielający pełnomocnictwa do głosowania lub posiadająca zaświadczenie o prawie do głosowania. W celu sporządzenia aktu pełnomocnictwa wyborca składa wniosek do wójta (burmistrza, prezydenta miasta) gminy, w której jest wpisany do rejestru wyborców. Wniosek należy złożyć najpóźniej w 9. dniu przed dniem wyborów, tj. do dnia 16 października 2015 r.

Do wniosku należy dołączyć: pisemną zgodę osoby mającej być pełnomocnikiem, kopię aktualnego orzeczenia właściwego organu orzekającego o ustaleniu stopnia niepełnosprawności, kopię zaświadczenia o prawie do głosowania wydanego osobie mającej być pełnomocnikiem.

Wyborca ma prawo cofnięcia udzielonego pełnomocnictwa, ale musi złożyć stosowne oświadczenie najpóźniej na 2 dni przed dniem wyborów, tj. do dnia 23 października 2015 r. Należy



doręczyć je wójtowi (burmistrzowi, prezydentowi miasta) gminy, w której sporządzono akt pełnomocnictwa, lub właściwej obwodowej komisji wyborczej w dniu głosowania.

Głosowania przez pełnomocnika nie przeprowadza się w: obwodach głosowania utworzonych w zakładach opieki zdrowotnej, domach pomocy społecznej, zakładach karnych i aresztach śledczych oraz domach studenckich, a także w obwodach głosowania utworzonych za granicą i na polskich statkach morskich.

III. Wyborca niepełnosprawny może głosować w lokalu wyborczym przy użyciu nakładek na karty do głosowania sporządzonych w alfabecie Braille'a. W dniu wyborów obwodowa komisja wyborcza wraz z kartą do głosowania wyda wyborcy niepełnosprawnemu, na jego prośbę, nakładki na te karty. Po oddaniu głosu wyborca zobowiązany jest zwrócić komisji obwodowej nakładki na karty.

IV. Wyborcy niepełnosprawnemu, na jego prośbę, może pomagać w głosowaniu w lokalu wyborczym inna osoba, w tym także niepełnoletnia. Pomoc ta może mieć tylko techniczny charakter; nie może ona polegać na sugerowaniu wyborcy sposobu głosowania lub na głosowaniu w zastępstwie tego wyborcy. Osobą tą nie może być członek komisji ani mąż zaufania.

Wzory wniosków, o których pisaliśmy, znajdują się m.in. na stronie KSON-u (kson.pl).

M.D.

Jeleniogórzanie na turnieju tenisa stołowego

W dniach 4-6 września w Węgierskiej Górze (koło Żywca) odbył się Ogólnopolski Turniej Tenisa Stołowego, który był też eliminacją do Mistrzostw Polski. W zawodach wystartowało ok. 60 zawodników niepełnosprawnych w odpowiednich grupach startowych według schorzeń.

Jeleniogórski Klub reprezentowało 5 osób, byli to: Adam Prutis w grupie wózkowiczów (V gr.), Marek Beszczyński w grupie niedowładów rąk i nóg (gr. VI), Andrzej Krawiec w grupie niedowładów rąk (gr. IX), Lucyna Małek w grupie niedowładów nóg (gr. VI) oraz Wiktor Żuryński – opiekun, zawodnik (gr. VIII) niedowład nogi. W pierwszym dniu odbyła się gra drużynowa, gdzie wystąpiło 10 drużyn. Zespół musi się składać z kobiety, wózkowicza oraz dwóch zawodników grupy VI-X. Nasi zawodnicy walczyli ambitnie, zajęli 8. miejsce.

Zwyciężyła ekipa z Wrocławia (aktualny Mistrz Polski) przed Łodygowicami i Skierniewicami. Udane występy zaliczyli nasi zawodnicy, z których punktowali m.in. Adam Prutis i Lucyna Małek, ale to nie wystarczyło na lepsze miejsce.

W niedzielę (6.09) odbyły się gry indywidualne „OPEN”. Bardzo dobrze zagrał Adam Prutis w grupie wózkowiczów dochodząc do półfinału, gdzie przegrał z mistrzem Polski Danielem Staszakiem z Wrocławia – wygrał on finałowy pojedynek z zawodnikiem ze Skierniewic. Prutis ostatecznie zajął czwar-



te miejsce. Na szóstej pozycji sklasyfikowano Lucynę Małek wśród kobiet, ósme miejsce zajął Marek Beszczyński, dwunaste Andrzej Krawiec, którego stać na lepsze występy.

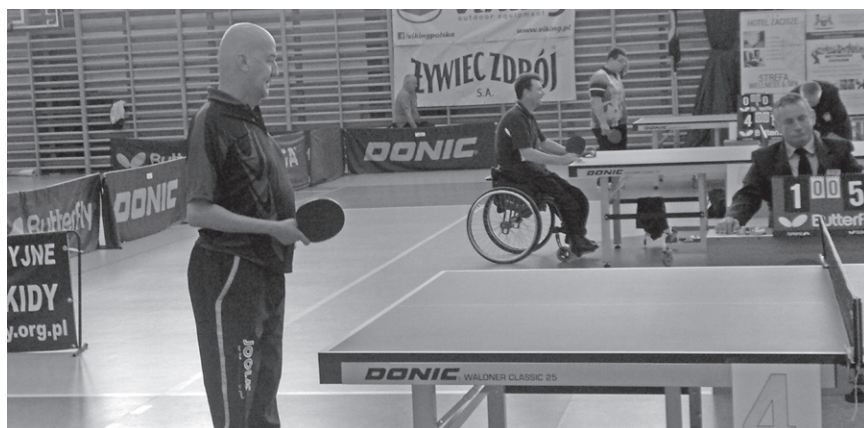
– Ogólnie należy stwierdzić, że nasi zawodnicy nieźle startowali, co może skutkować dobrymi wynikami na zawodach Mistrzostw Polski, które odbędą się w listopadzie 2015 r. w Zielonej Górze. Sekcja tenisa stołowego zaprasza wszystkich chętnych do naszego Klubu (tel. 601 95 25 60), zawodnicy trenują



w sali Przedsiębiorstwa „SI-MET” S.A., który nas sponсорuje, za co bardzo dziękujemy – powiedział Wiktor Żuryński.

(Org)

Fot. Archiwum Klubu



Niewidomi na rajdzie górskim

Jest takie miejsce, gdzie powietrze przejrzyste i tak rześkie, że aż zapiera dech w piersiach. Takie miejsce, gdzie woda czy sta jak kryształ, bo stąd zaczyna swój bieg, a potoki zdają się pluskać radośnie, że zaczęły swą wędrówkę do morza. Miejsce, gdzie strzeliste świerki śmigają hen w górę ku słońcu na niebotyczne wysokości, tworząc najpiękniejsze drzewostany świerkowe świata. Gdzie to jest?

Chciałoby się rzec, że za górami, za lasami, za siedmioma rzekami i nie byłoby w tym nic nieprawdziwego, bo to miejsce leży naprawdę za lasami, górami, a także wśród gór i lasów Beskidu Śląskiego. Tu, u styku trzech granic: polskiej, czeskiej i słowackiej, pomiędzy Złotym Groniem, Ochodzitą i Wawrzaczowym Groniem w południowej części województwa śląskiego znajduje się gmina Istebna, która składa się z trzech wiosek: Istebnej, Jaworzynki i Koniakowa. Ulokowana w pięknej scenarii, przez cały rok oferuje turystom wiele atrakcji.

Latem liczne szlaki piesze



Na uczestników VIII Pieszego Rajdu Górskiego osób niewidomych i słabo widzących z cieszyńskiego czekało mnóstwo atrakcji.

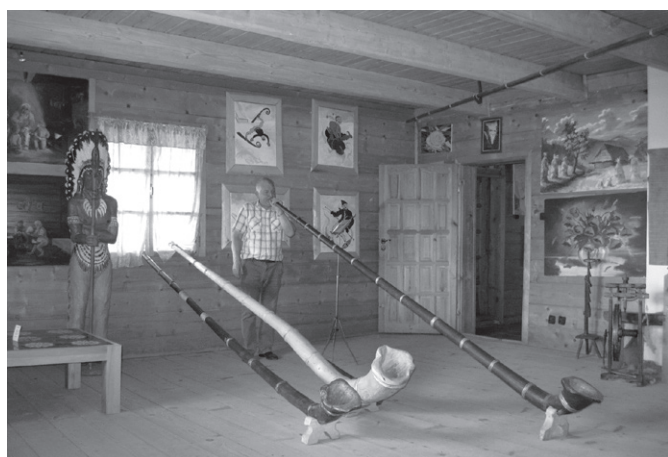
i doskonale trasy rowerowe, naratorolkowe, zielone kuligi, kolej linowa i piękne widoki. Zimą zaś białe szaleństwo na wyciągach narciarskich i trasach biegowych, wycieczki psimi zaprzęgami i kuligi przy dźwiękach góralskich kapel.

Koniaków słynny jest przede wszystkim z koniakowskich, ręcznie heklowanych koronek. Z bezleśnej Ochodzitej roztacza się piękny widok na Beskidy, Ta-

try i Małą Fatrę słowacką, a latem na jej stokach wypasane są owce.

Istebna to miejsce skąd pochodzi słynny himalaista Jerzy Kukuczka, a miejscowość obfituje w mnóstwo atrakcji.

Na Jaworzynce, na tzw. Trójstyku, spotykają się granice trzech państw: Polski, Czech i Słowacji, a po dziś dzień stoi dom, w którym kręcone były ostatnie kadry serialu „Czterej



Bazą gastronomiczno-noclegową było gospodarstwo agroturystyczne „U kruka” w Koniakowie.



Cel naszej wycieczki znajdował się wśród gór i lasów.

pancerni i pies”, w którym grali członkowie Zespołu Regionalnego Istebna.

To tylko garstka atrakcji, jakie czekały na uczestników VIII Pieszego Rajdu Górskiego osób niewidomych i słabo widzących z cieszyńskiego koła Polskiego Związku Niewidomych, którzy w dniach 24-27.08.2015 r. przebywali właśnie w tej okolicy dzięki m.in. dofinansowaniu przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Cieszynie, ze środków PFRON.

Bazą gastronomiczno-noclegową było gospodarstwo agroturystyczne „U kruka” w Koniakowie. Program, przygotowany przez członka koła Andrzeja Pawlusińskiego oraz jego małżonkę Małgorzatę i córkę Agnieszkę, był niezwykle atrakcyjny.

Na większości z nas ogromne wrażenie zrobiła największa koronka koniakowska, która ma pięć metrów średnicy i składa się z ponad ośmiu tysięcy motywów. Do jej powstania zużyto ponad pięćdziesiąt kilometrów nici bawełnianych, tzw. kor-

donku. Pracowało nad nią aż pięć koronczarek z Koniakowa. Obecnie jest to największa, wykonana ręcznie serweta na świecie, dzięki czemu znalazła się w Księdze Rekordów Guinnessa.

Dwa miejsca, które polecam turystom udającym się do Trójwsi to: bacówka Piotra Kohuta, bacy z Koniakowa, który wypasa owce na łąkach i halach w Beskidzie Śląskim i Żywieckim, m.in. pobliską Ochodzitą, Koci Zamek i Tyniok. Latem wędruje z owcami na Halę Baranią i Magurkę. Jest producentem oryginalnych oscypków i serów owczych. W swojej bacówce sprzedaje różne rodzaje serów górskich oraz prowadzi rodzinny sklep góralski „Na Szańcach”. Tutaj również można zapoznać się z historią beskidzkiego pasterstwa.

Drugie miejsce to Centrum Produktu Regionalnego w Koniakowie, które również odwiedziliśmy całą grupą. Na jego terenie znajduje się także bacówka i sklep z wyrobami regionalnymi. Wytwarzane są tutaj różnego rodzaju sery owcze, oscypki, sery gazdowskie, redykołka,



Można było skosztować rozmaitych serów.

bundz i bryndza. Można zakupić jagnięcinę i baraninę oraz domowe wyroby wędliniarskie.

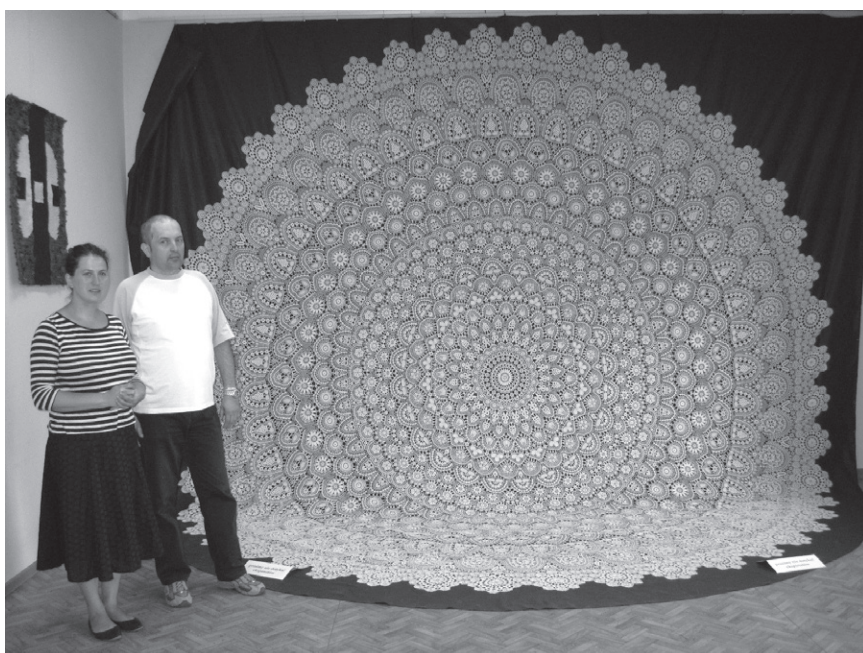
Jak przysłało na pieszy rajd, nie obyło się bez górskich wycieczek. Z Koniakowa udaliśmy się częściowo szlakiem, częściowo na skrót na Stecówkę, gdzie znajduje się zabytkowy kościółek drewniany, który przed dwoma laty spalił się doszczętnie. Jego odbudowa dobiega końca dzięki wielkiemu zaangażowaniu beskidzkich górali.

Dotarliśmy także na szczyt Ochodzitej i na „Trójstyk”, gdzie zbiegają się granice wspomnianych państw.

Kiedyś panował w naszym społeczeństwie stereotyp, że osoby niepełnosprawne powinny siedzieć w domu, nigdzie nie wychodzić i nie przeszkadzać zdrowym. Teraz to zmienia się i jak widać, nawet niewidomi mogą uczestniczyć w wycieczkach czy rajdach górskich.

Wszystkim osobom pragnącym odpocząć od zgiełku miast w ciszy i naturalnym środowisku polecam ten rejon Śląska Cieszyńskiego.

Andrzej Koenig
uczestnik rajdu
fot. Andrzej Pawlusiński



Największa koronka koniakowska ma pięć metrów średnicy.

Niepełnosprawność nie odbiera pracy

„BEZ BARIER – aktywizacja zawodowa i społeczna osób niepełnosprawnych” – pod takim hasłem w ośrodku MSW Przedwiośnie w Kowarach, odbyło się spotkanie z udziałem przedsiębiorców, osób poszukujących pracy oraz przedstawicieli instytucji wspierających niepełnosprawnych.

Problem aktywizacji zawodowej, i nie tylko, osób niepełnosprawnych w Polsce, wciąż pozostaje nierozwiązany. W dalszym ciągu wygrywiają uprzedzenia i stereotypy. Dzieje się tak mimo prowadzonych na szeroką skalę kampanii społecznych przy udziale wielu instytucji. Niestety niepełnosprawność wciąż równa się brakowi zatrudnienia lub poważnym utrudnieniom w podjęciu pracy – szczególnie w średnich i małych miastach. Do tego, do ośrodków pomocy społecznej zgłasza się coraz więcej niepełnosprawnych osób starszych, które utraciły zdolność do pracy, ale nie naby-

ły uprawnień do emerytury lub renty. W Kowarach jest to 110 osób – aż 1/3 wszystkich mieszkańców objętych świadczeniami MOPS-u – mówi Irena Kawalek, dyrektor MOPS-u w Kowarach.

Ważna motywacja

Niestety, w wielu przypadkach niepełnosprawni nie chcą podejmować zatrudnienia lub w ogóle nie wierzą w możliwość znalezienia pracy. Takie osoby powinny być stale motywowane, m.in. przez spotkania, konferencje czy imprezy integracyjne. Problem leży głęboko w ich świadomości i właśnie tę świadomość trzeba próbować zmie-



nić. Należy zaczynać od pracy z małymi dziećmi i uświadamiać im, że mimo niepełnosprawności można osiągnąć bardzo wiele. Jednak tylko wtedy, jeśli będzie się chcieć.

I aktywizacja

W Jeleniej Górze jest około 12000 osób niepełnosprawnych. Największym problemem jest ich aktywizacja zawodowa, ponieważ wciąż panuje przekonanie (często podsycane przez rodzinę), że podjęcie pracy wiązało się z utratą świadczeń do tej pory pobieranych – a więc rent czy specjalnych zasiłków. Nie zawsze tak jest. Poza tym, podjęcie aktywności zawodowej doskonale wpływa na psychikę. Podnosi samoocenę i pozwala być znacznie bardziej samodzielnym niż dotychczas,





a tym samym – w miarę niezależnym. Praca pozwala też uzyskać większe dochody, niż co prawda stały, ale niewysoki zasiłek lub renta.

Wsparcie finansowe

Aktywizacja zawodowa niepełnosprawnych to również wspieranie finansowe przedsięwzięć, podejmowanych przez takie osoby. Pomoc w tej formie oferuje np. Karkonoska Agencja Rozwoju Regionalnego. I o tym też można było dowiedzieć się na konferencji zorganizowanej w kowarskim Przedwiośniu. Jak podkreślał Piotr Miedziński, prezes KARR, nie ma tu rozgraniczeń na sprawnych i niepełnosprawnych. Należy spełnić jeden warunek. Trzeba być przedsiębiorcą. Wtedy można liczyć na przyznanie nisko oprocentowanej pożyczki na działanie firmy. Pożyczki to jednak nie wszystko.

W najbliższym czasie KARR będzie realizować dwa projekty skierowane do niepełnosprawnej młodzieży. Na początku 2016 roku ruszą zadania w ramach

projektu „Edukacja, Wiedza, Rozwój”. Są one skierowane do niepracujących ludzi młodych w wieku od 18 do 30 lat, trwale bezrobotnych i nieuczących się. W ich ramach odbędą się szkolenia z zakresu odnajdywania się na rynku pracy, organizator zapewni też pomoc w znalezieniu zatrudnienia. Szczegółowo o tym piszemy na str. 3.

Liczą się umiejętności

Jak w praktyce wygląda możliwość podjęcia zatrudnienia przez niepełnosprawnych? W ciągu ostatnich lat sytuacja znacznie się poprawiła i pracodawcami nie są tylko zakłady pracy chronionej. Osoby zmagające się z różnymi dysfunkcjami są bardzo często dobrze wykształcone, solidne i lojalne wobec swoich pracodawców. Coraz częściej też piastują stanowiska kierownicze. Tak jest m.in. w Szpitalu Specjalistycznym MSW w Jeleniej Górze. Jak podkreśla dyrektor Elżbieta Zakrzewska – to że ktoś ma słaby wzrok lub problemy z poru-

szaniem się wcale nie oznacza, że nie będzie dobrym menadżerem, fizjoterapeutą czy dyrektorem. Liczą się umiejętności i chęć do pracy.

Upór i cel...

Jednak konferencje i spotkania poświęcone temu zagadnieniu nie rozwiążą problemu. Wszystko zależy od uporu w dążeniu do celu – w tym przypadku znalezienia pracy, ale też podnoszenia kwalifikacji zawodowych czy chęci całkowitego przekwalifikowania się. Pomoc i w jednej, i drugiej sprawie oferuje wiele stowarzyszeń i organizacji. W Jeleniej Górze tego typu wsparcie oferuje m.in. Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych, a także organizacje w nim zrzeszone. Projekt „Bez barier...” realizuje Stowarzyszenie Inwalidów Wzroku w partnerstwie ze Szpitalem Specjalistycznym MSW w Jeleniej Górze, przy dofinansowaniu Miasta Jeleniej Góry.

Tekst i fot.

Przemysław Kołpajew

Zrozumieć i być zrozumianym

Na wielu stronach internetowych i w literaturze możemy znaleźć informacje na temat osób niepełnosprawnych ruchowo, intelektualnie, osób niewidomych czy niesłyszących. Ale o tej ostatniej grupie pisze się i informuje najmniej. Co powinniśmy o niej wiedzieć?

Udało mi się nawiązać kontakt z niesłyszącą dyplomowaną lektorką Panią Malwiną Kocoń. Dzięki możliwościom, jakie oferuje nam technika, udało mi się przeprowadzić rozmowę „niewidomy – niesłyszący”.

Na początek zapytałem: kim jest osoba głucha i niedosłysząca? – Wśród osób z dysfunkcją słuchu wyróżniamy osoby głuche, mające ubytek słuchu uniemożliwiający rozumienie mowy nawet przy zastosowaniu aparatu słuchowego, i osoby niedosłyszące. Osoby niedosłyszące w komunikacji wspierają się resztkami słuchu. Zależnie od stopnia ubytku słuchu mogą, ale nie muszą, korzystać z aparatów słuchowych lub implantów słuchowych. Osoby słabosłyszące zazwyczaj posługują się językiem polskim znacznie lepiej od osób głuchych. Nie stanowi to jednak reguły – wyjaśnia Pani Malwina.

Osoby niesłyszące są pozbawione słuchu, a więc wszystkich treści dźwiękowych płynących ze świata, wskutek czego znajdują się w gorszej sytuacji niż osoby słyszące, jeżeli chodzi o poznawanie zewnętrznego świata i przygotowanie do życia społecznego. O niesłyszących można powiedzieć, iż są oni zagrożeni w wieczystej ciszy, a z silniejszych sygnałów dźwiękowych dochodzą do nich jedynie wrażenia wibracyjne. Posiadają oni tak znaczny ubytek słuchu, że nawet zastosowanie aparatu słuchowego nie przynosi żadnych rezultatów. Niesłyszący odbierają płynące do nich informacje za

pomocą szerokiej gamy znaków i symboli.

Jakie są formy komunikacji – pytam drogą e-mailową Panią Malwinę. – Istnieją różne sposoby komunikowania się z osobami z niesprawnością słuchu: poprzez mowę foniczną, w przypadku osób słabo słyszących, lub wyraźną artykulację bez wydawania głosu – w przypadku osób głuchych. Należy jednak mieć na uwadze, że mowa osób z uszkodzonym słuchem często jest zniekształcona i niewyraźna, pomimo sprawnych narządów artykulacyjnych, a umiejętność odczytywania mowy

”O niesłyszących można powiedzieć, iż są oni zagrożeni w wieczystej ciszy, a z silniejszych sygnałów dźwiękowych dochodzą do nich jedynie wrażenia wibracyjne”

z ust często zależy od stopnia znajomości języka polskiego. Posługiwanie się pismem jest możliwe w przypadku osób, które znają bardzo dobrze język polski, w przeciwnym razie nasze komunikaty mogą nie zostać zrozumiane lub zrozumiane źle. Osoba słyszająca może mieć także trudność ze zrozumieniem informacji pisemnej ze strony osoby głuchej z powodu możliwości wystąpienia w tekście agramatyzmów, które wynikają z braku dobrej znajomości języka polskiego. Komunikacja z takimi osobami jest utrudniona w obie

strony. Aby więc skutecznie porozumieć się z głuchymi i niedosłyszącymi, należy wziąć pod uwagę oba aspekty: rozumienie oraz bycie rozumianym. W Polsce osoby głuche posługują się głównie językiem migowym (Polskim Językiem Migowym) i językiem migowym (Systemem Językowo-Migowym). Należy jednak zauważyć, iż wbrew powszechnej opinii, nie każdy głuchy czy niedosłyszący posługuje się językiem migowym. Wśród osób niedosłyszących posługujących się językiem polskim język migowy jest używany rzadko lub wcale – odpisuje M. Kocoń.

Większość osób głuchych uczyła się mówić po polsku, efekty tej nauki bywają jednak bardzo różne (pamiętajmy, że dla większości osób z tą niesprawnością językiem naturalnym jest język migowy). Niektórzy głusi mówią poprawnie po polsku, ale ich przekaz bywa nieczytelny ze względu na zniekształconą artykulację. Trzeba pamiętać, że osoba głucha nie słyszy własnego głosu i tym samym nie może korygować swojej wymowy. Należy wykazać cierpliwość i dać możliwość wypowiedzenia się.

Osoby zarówno głuche, jak i niedosłyszące trudno rozpoznać w tłumie, gdyż nie posiadają cech zewnętrznych, które odróżniałyby je od innych. O tym, iż ktoś ma problemy ze słuchem możemy przekonać się dopiero wówczas, kiedy podejmiemy z nim próbę nawiązania bliższego kontaktu. Pierwszym sygnałem świadczącym o problemie jest brak jakiegokolwiek reakcji na zdarzenia dźwiękowe, w tym także mowę.

Andrzej Koenig – niewidomy przy współpracy z niesłyszącą Malwiną Kocoń oraz korzystając ze stron www

Choć już słyszę, nadal „migam”

Urodziłam się słysząca. W trzecim roku życia zachorowałam na ospę wietrzną, dostałam antybiotyki na tą ospę i antybiotyki uszkodziły mi słuch. Wtedy już umiałam mówić, dlatego po utracie słuchu mowa została. Gdy przestałam słyszeć, moi rodzice zauważyli, że coś jest nie tak z moim słuchem, nie reagowałam, gdy mnie wołali, nie odpowiadałam, gdy do mnie coś mówili, bo nie słyszałam...

Rodzice zaczęli jeździć ze mną po lekarzach na badania słuchu i wtedy te badania potwierdziły, że nie słyszę. Okazało się, że mam bardzo duży ubytek słuchu, wtedy zaczęłam nosić aparaty słuchowe zauszne. Dzięki aparatom słuchowym miałam szansę rozwijać mowę. Gdy zaczęłam chodzić do szkoły podstawowej masowej mając wtedy 7 lat, chodziłam z mamą do logopedy rozwijać mowę.

W szkole podstawowej zaczęły się problemy z rówieśnikami, wychowawczyni na początku roku szkolnego na lekcji powiedziała, żeby dzieci do mnie mówiły wyraźniej, bo nie słyszę, potem na szkolnych przerwach przeszkadzał mi głośny dzwonek, wtedy zatykałam uszy. Dzieci w szkole na przerwach zaczęły się śmiać, że nie słyszę i specjalnie krzyczały mi do ucha i przezywały mnie głucha, głucha itd., bo zobaczyły, że przeszkadzały mi hałasy.

Z nauczycielami bardzo ciężko było się dogadać, nie rozumiałam na lekcjach poleceń. Od podstawówki słuch zaczął się coraz bardziej pogarszać. Zaczęły się problemy w nauce. Od 4 klasy



podstawówki przeniesiono mnie do szkoły dla niesłyszących z internatem. Tam większość dzieci było głuchoniemych, posługujących się językiem migowym i tam nauczyłam się języka migowego i tam posługiwałam się nim na co dzień. W tym internacie mieszkałam od 4 klasy podstawówki do 3 klasy gimnazjum, czyli 6 lat.

Po skończeniu gimnazjum wszczepiono mi implant słuchu, zwany inaczej ślimakowym, wtedy miałam 17 lat. Teraz mam 25 lat i od czasu gdy wszczepiono mi implant, bardzo dobrze słysz

szę i nie ma problemu z komunikowaniem się z ludźmi. Słyszę prawie jak osoba słysząca.

Gdy chodziłam do liceum ogólnokształcącego masowego, uczyłam się mając indywidualne nauczanie w jednym małym pokoju z jednym nauczycielem i dzięki temu zdawałam do następnej klasy. W klasie nie dawałam rady w nauce.

W liceum z rówieśnikami było inaczej. Rówieśnicy nie chcieli ze mną rozmawiać, ani nawiązać ze mną kontaktu, bo myśleli że skoro nie słyszę, to nie można się ze mną dogadać i na szkolnych przerwach byłam samotna, bo przede wszystkim byłam nieśmiała i nie miałam odwagi do nich zagadać. Na szkolnych przerwach rozmawiałam tylko z nauczycielami, którzy szli przez korytarz. Po skończeniu liceum poznałam chłopaka, z którym jestem już 5 lat. Mieszkam już prawie rok i to dzięki niemu stałam się bardziej otwarta do ludzi.

Gdy skończyłam liceum, zdałam egzamin państwowy w Warszawie na tłumacza języka migowego. W okolicy, w której mieszkam, mam wielu głuchoniemych znajomych, z którymi mam kontakt. Często na ulicy ich spotykam i rozmawiam z nimi w języku migowym. Bardzo polubiłam ten język, stał się dla mnie przyjemnością.

Małgorzata Pierścińska

Wychodzimy z cienia!

Wiadomość o chorobie spada na niektórych jak grom z nieba. Zabija chęć do dalszego życia...Z czasem ich świat traci kolory i ogranicza się tylko do czterech ścian. Boją się wyjść do ludzi, boją spełniać swoje marzenia, realizować się... bo czują się inni. Przerasta ich to, a zarazem blokuje. Program „Możemy, bo chcemy, czyli niepełnosprawni dla niepełnosprawnych” powstał po to, aby uświadomić, że choroba nie jest blokadą. – Niepełnosprawność to tożsamość, a nie przeszkoda – przyznaje Hanna Kaup, inicjatorka projektu. Najlepiej opowiadają o tym osoby, które doświadczył los, ale mimo tego, są przykładem na to, że niepełnosprawność



nie ogranicza.

Prowadzą własne firmy, działają społecznie, realizują swoje pasje. Aktywne, odważne i przede wszystkim chcą czerpać z życia pełnymi garściami. – Są z nami ci, którzy mogą, bo chcą – dodaje pomysłodawczyni przedsięwzięcia.

Ona widzi sercem

Czeka na operację wzroku. Choroba odebrała jej marzenia. – Dwa lata temu musiałam zrezygnować ze studiów plastycznych. Nie robiłam nic – opowiada Anna Wojtas ze Skwierzyny. – W tym roku znalazło się wokół mnie tyle życzliwych osób, że moje życie zaczęło się na nowo. Wróciłam do tworzenia, rysowania, malowania. Mam za sobą pierwszą wystawę. Dostaję świetne zlecenia. Dwa miesiące temu ukazała się bajka dla dzieci, do której robiłam ilustracje. Zorganizowano dla mnie akcje charytatywne i udało się zebrać



na nich prawie 19 tys. zł. Dzięki wsparciu i życzliwości wiem, że nie warto się poddawać. Pamiętajmy, że zawsze znajdą się ludzie, którzy będą chcieli nam pomóc. Ja dzięki temu, że dostałam tyle życzliwości też chcę dać coś innym – dodała. Anna Wojtas jest jedną z Twarzy Lubuskiej Niepełnosprawności. Nie boi się opowiadać o sobie, o swojej chorobie...

Kobieta męskim sercem

Tak przedstawiona została Adriana Szklarz z gminy Bogdaniec. Adriana napisała o tym właśnie tytule książkę. Opisuje w niej m.in. swoją historię. W 2002 roku, jako młoda, szczęśliwa mama sześciomiesięcznego syna, dowiedziała się, że poważnie zachorowała. – Okazało się, że będę musiała mieć przeszczep serca. A ja należałam do takich „Zosi Samo-si”. Wszystko sama, zawsze piękna, młoda, zdrowa. Niestety

ktoś na górze pokrzyżował mi plany i powiedział: nie będziesz już szła w tę stronę, teraz pójdziesz tędy. Na początku choroby zadawałam sobie pytanie: Dlaczego ja? Dla mnie odpowiedzią było zadanie sobie pytania w trochę inny sposób: Dlaczego nie ja? To pozwoliło mi wygrać i walczyć z tym nierównym przeciwnikiem – przyznaje Adriana. – Czekałam na serce siedem lat. Byłam wzywana cztery razy – były to nieudane wezwania, ale zawsze towarzyszyły im ogromne emocje. Emocje rodziny, małego syna, który do dzisiaj przeżywa moje wyjazdy. Za każdym razem trzeba było mu tłumaczyć. Za każdym razem się żegnaliśmy, za każdym razem płakaliśmy i nagle okazywało się, że ja muszę wrócić i dalej czekać. Nie czekałam beczynn timer. Po siedmiu latach, we wrześniu 2009 roku, ważyć już bardzo mało, nie mogąc jeść, nie mogąc przejść 50 metrów po prostej, trafiłam do gorzowskiego szpitala. Spędziłam w nim ponad miesiąc i dosłownie w ostatniej chwili trafiłam do

szpitala w Zabrzu. Dokładnie pamiętam, kiedy 4 listopada jeden z lekarzy powiedział: pani Ado jest dla pani serce – opowiada. – 5 listopada pierwszy raz z powodzeniem profesor Religa dokonał przeszczepu serca. Gdy otworzyłam pierwszy raz po transplantacji oczy, powiedziałam sobie: Boże, dziękuję. Będę żyła i będę za to życie dziękowała – opowiada. Już trzy miesiące po wyjściu ze szpitala, bez wiedzy lekarzy, Ada zrobiła kurs instruktora nordic walking. Później ukończyła kurs sędziego. Pojechała też na Bornholm, w którym się zakochała. – Po powrocie zaczęłam myśleć, co zrobić, aby się tam ponownie znaleźć. I wymyśliłam: nordic walking połączony z transplantacją. Chciałam również udowodnić coś lekarzowi, który dwa tygodnie po tym jak w 2002 roku trafiłam do szpitala, powiedział mi tak: pani Ado, będzie musiała mieć pani przeszczep serca, ale ja bym się poważnie zastanowił, bo życie po przeszczepie jest do niczego. Ja chciałabym zapytać tego lekarza teraz, czy patrząc na moje życie, powtórzyłyby to samo. Każdemu polecam, przedefiniować marzenie na cel. Do akcji zaprosiłam swoją koleżankę Izę, która jest po przeszczepie nerki i zrobiliśmy to! W lipcu wyjechałyśmy na Bornholm i rozpoczęłyśmy swój marsz opowiada Ada. Mimo bólu wiedziałyśmy, że musimy dokończyć naszą wyprawę, obejść wyspę, aby pokazać innym, że można! Przeszłyśmy ponad 120 kilometrów, postawiłyśmy 125 tys. kroków – mówi z uśmiechem Adrianna. Dlaczego postanowiła zostać Twarzą Lubuskiej Niepełnosprawności? – Mam nadzieję, że inni niepełnosprawni też wyjdą z cienia – odpowiada.

„Zajawka” ekstremalna

Maciej Stefaniak z Gorzowa Wlkp. miał wypadek. Jest po porażeniu czterokończynowym.

– Ciężko pracuję. Prowadzę hurtownię materiałów budowlanych, zatrudniam 14 osób. Od niedawna zostałem również restauratorem w Gorzowie. Nie żyję dla zabicia czasu. Ja po prostu nie mogę wysiedzieć na miejscu. Co jakiś czas mam jakąś nową „zajawkę” – opowiada Maciek.

Biznes, biznesem, ale w życiu ważne jest również hobby. – To, którym żyję, pozwala mi osiągać sukcesy, jest gra w rugby. Ktoś by pomyślał: osoba z porażeniem czterokończynowym i gra w rugby? To niemożliwe?! A tak naprawdę tylko osoba z takim porażeniem może grać właśnie w rugby. Osoby z dwukończynowym porażeniem, mają tak dużą siłę, że mogłyby zrobić sobie krzywdę. Jest to w Polsce najbardziej rozwijający się sport dla osób niepełnosprawnych. Na boisku wiele dzieje. Niektórzy mówią, że na wózkach poruszamy się jak ślimaki, a na boisku jesteśmy jak torpedy – opowiada.

W 2013 roku drużyna Macieja pobiła rekord Guinnessa. To był jeden z najdłuższych meczów. Trwał 25 godzin i 1 minutę. – Nikt nas nie pokonał. Jesteśmy

z tego osiągnięcia naprawdę dumni – dodaje.

Jak przyznaje, to właśnie hobby pomaga mu odreagować. – Ja tym żyję. Już kilka razy mówiłem sobie po nieudanych meczach, że to był ostatni raz. Wracam do pracy i czuję, że czegoś mi bra-



kuje. Więc pojawiając się na boisku, zaczynam grać i wiem, że to jest to! – zauważa Maciej.

Na spotkanie w Zielonej Górze przyjechał również Teatr na Patyku ze Strzelec Krajeńskich, w którym występują niepełnosprawni z Warsztatu Terapii Zajęciowej. Mało tego, że są aktorami, to jeszcze sami przygotowują scenografię, scenariusz i wielkie lalki. Ich przedstawienie „Czerwony Kapturek” robi furorę i zdobywa mnóstwo wyróżnień i nagród. Opiekunem, a zarazem przewodnikiem po świecie sztuki grupy jest Alicja Bieniek.

Magda Weidner
dziennikarka „Gazety Lubuskiej”

Fot. Hanna Kaup
www.egorzowska.pl

Kampanię informacyjno-promocyjną na rzecz osób niepełnosprawnych z województwa lubuskiego „Możemy, bo chcemy, czyli niepełnosprawni o niepełnosprawnych” realizują Fundacja Ad Rem i portal prasowy www.egorzowska.pl. Kolejne spotkanie odbędzie się w listopadzie w Gorzowie Wlkp. Zaprezentują się na nim niepełnosprawni z południowej części woj. lubuskiego. Więcej informacji o całej akcji znajdziecie także na Facebooku: Aktywni, Silni, Odważni, Niepokonani.

Mafijne metody producentów dopalaczy

Wojna z dopalaczami wcale się nie zakończyła. Ich producenci i sprzedawcy działają niczym doskonale zorganizowane gangi. Korzystając z pomocy prawników, chemików i informatyków starają się być ciągle o krok przed państwem, które próbuje ich ścigać. W tym numerze postaramy się przybliżyć, co to są dopalacze i jakie negatywne skutki powoduje ich zażywanie.

Media co pewien czas alarmują o negatywnych skutkach działania dopalaczy i ich ofiarach wśród dzieci i młodzieży. Ich wytwarzanie i wprowadzenie do obrotu zostało wprawdzie zdelegalizowane i zagrożone surowymi karami finansowymi, ale walka z nimi wcale się nie zakończyła.

Jak w każdej działalności przestępczej przynoszącej ogromne zyski, tak i na rynku dopalaczy trwa pościg organów państwa za producentami



Pierwsze sklepy z dopalaczami pojawiły się w Jeleniej Górze w 2008 roku.

i handlarzami oraz wymyślane są przez nich coraz to nowe metody ucieczek przed prawem.

– Mamy uprawnienia administracyjne do karania wytwórców i sprzedawców karami w wysokości od 25 tysięcy do miliona złotych – słyszymy od

pracownika Głównego Inspektoratu Sanitarno-Epidemiologicznego. – Na kontrole możemy chodzić z policją. Problem w tym, że nawet, jeśli nałożymy na jakąś spółkę karę, potem bardzo trudno ją wyegzekwować.

Ukarana karą spółką bowiem

Przykłady skutków brania dopalaczy

- „Odurzony chłopak krzyczał, że atakują go duchy, które wychodzą ze ścian mieszkania. Potem złapał nóż i wybiegł z domu do lasu. Kiedy znaleźli go policjanci twierdził, że rodzina i sąsiedzi chcą go zabić. Funkcjonariusze ustalili, że mężczyzna jest uzależniony od dopalaczy i nie chce się leczyć”. (<http://www.tvn24.pl>)

- „W sobotnią noc do Brzeskiego Centrum Medycznego pogotowie przywiozło cztery osoby: trzech nastolatków oraz

dziewczynę w wieku 16-19 lat. Dwie osoby następnego dnia wypisano ze szpitala i wróciły do placówki, kolejne dwie zostały w szpitalu do niedzieli. Lekarze przyznają, że nastolatki najprawdopodobniej zatruli się dopalaczami. – Objawy ustały, dlatego wypisano te osoby ze szpitala, jednak nigdy kontakt z dopalaczami nie pozostaje bez wpływu na organizm – mówi Krzysztof Konik, dyrektor Brzeskiego Centrum Medycznego. Dyrektor szpitala dodaje, że

w tym roku w BCM leczono już ponad 30 osób z objawami zatrucia dopalaczami”. www.24opole.pl

- „Agnieszka zawsze była w domu o 22. Nie chodziła do klubów. Wydawało mi się, że jest pod dobrze pojętą kontrolą. Bardzo się myliłam. Później się okazało, że potrafiła brać dopalacze w łazience, kiedy ja oglądałam telewizję, a w drugim pokoju spała młodsza córka – wyznaje Elżbieta, matka 22-letniej Agnieszki uzależnionej od dopalaczy”. www.onet.pl

błyskawicznie rozwiązuje się, bądź stosuje inne sposoby, by nie można było jej ukarać. Z pomocą prawników robione jest to w taki sposób, że skuteczna egzekucja kary od odpowiedzialnych osób jest praktycznie niemożliwa. Zakładają one nową spółkę i zaczynają działać od nowa.

Jak mówi rzeczniczka Wojewódzkiej Stacji Sanitarnej-Epidemiologicznej we Wrocławiu Magdalena Mieszkowska, osoby zaangażowane na rynku dopalaczy najprawdopodobniej korzystają z usług chemików, co pozwala im obchodzić prawo jeszcze w inny sposób. Otóż gdy substancje składowe dopalaczy lądują na liście zakazanych substancji, skład dopalaczy szybko jest zmieniany w taki sposób, by wśród ich komponentów nie było nic zabronionego.

Państwo jest niemal bezbronne także wobec sklepów internetowych sprzedających dopalacze. To zresztą chyba najłatwiejsza – niestety – droga, by je znaleźć i kupić. Właściciele sklepów internetowych są na tyle bezczelni, że sklepy mają w nazwie słowo „dopalacze”. Zaznaczają wprawdzie, że to „produkt tylko dla osób pełnoletnich”, ale jednocześnie twierdzą, iż oferują „środek pochłaniający wilgoć” bądź „silnie piorący”, „nie do spożycia”, a na zdjęciach umieszczają powiększone czy i inne obrazki sugerujące jednoznacznie, o co tak naprawdę chodzi. Podobnie jest z nazwami tych produktów, nawiązującymi do działania dopalaczy. Handlarze zupełnie jawnie kpią sobie z prawa.

– Sklepy internetowe zarejestrowane są poza Polską, a często nawet na innym kontynencie – mówi pracownik Głównego

Inspektoratu Sanitarnej-Epidemiologicznego, zaangażowany w walkę z producentami dopalaczy. – Bardzo trudno ustalić, kto jest ich właścicielem.

Magdalena Mieszkowska podkreśla, że najlepszym sposobem na ograniczenie fatalnych skutków dopalaczy jest edukacja.

– Cenne są akcje, podczas których tłumaczy się dzieciom i młodzieży, czym grozi kontakt z dopalaczami. Jeśli przekonamy dzieci, że nie należy ich brać, producenci i sprzedawcy będą bez szans – tłumaczy Magdalena Mieszkowska.

Leszek Kosiorowski

Tu znajdziesz pomoc (wedle MSW)

- ☎ **0 060 800** – Bezpłatna, całodobowa infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego. Pod tym numerem telefonu możemy uzyskać informacje na temat negatywnych skutków zażywania dopalaczy oraz o możliwościach leczenia. Infolinia jest także przeznaczona dla rodziców, którzy mają wątpliwości, czy ich dzieci zażywają dopalacze. Na infolinię GIS można przekazywać także informacje, które mogą ułatwić służbom dotarcie do osób handlujących tymi nielegalnymi substancjami.
- ☎ **116 111** – Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży. Służy on młodzieży i dzieciom potrzebującym wsparcia, opieki i ochrony. Zapewnia dzwoniącym możliwość wyrażania trosk, rozmawiania o sprawach dla nich ważnych oraz kontaktu w trudnych sytuacjach. Telefon prowadzi Fundacja Dzieci Niczyje. Linia jest dostępna codziennie w godzinach 12:00-22:00, pomoc online dostępna na www.116111.pl/napisz. Tylko w 2014 roku specjaliści przeprowadzili 3205 rozmów dotyczących kontaktu dzieci z substancjami psychoaktywnymi.
- ☎ **800 100 100** – Telefon dla rodziców i nauczycieli w sprawach bezpieczeństwa dzieci. To bezpłatna i anonimowa pomoc telefoniczna i online dla rodziców i nauczycieli, którzy potrzebują wsparcia i informacji w zakresie przeciwdziałania i pomocy dzieciom przeżywającym kłopoty i trudności wynikające z problemów i zachowań ryzykownych takich jak: agresja i przemoc w szkole, cyberprzemoc i zagrożenia związane z nowymi technologiami, wykorzystywanie seksualne, kontakt z substancjami psychoaktywnymi, uzależnienia, depresja, myśli samobójcze, zaburzenia odżywiania. Telefon prowadzi Fundacja Dzieci Niczyje. Linia dostępna od poniedziałku do piątku w godzinach 12:00-18:00, pomoc online dostępna pod adresem pomoc@800100100.pl. W pierwszym półroczu 2015 roku 61 rozmów dotyczyło problemów z substancjami psychoaktywnymi (www.800100100.pl).
- ☎ **800 12 12 12** – Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Osoby poszukujące pomocy oraz informacji na temat dopalaczy mogą korzystać także z telefonu zaufania Rzecznika Praw Dziecka. Numer przeznaczony jest zarówno dla dzieci, jak i dorosłych, którzy chcą zgłosić problemy dzieci. Telefon jest czynny od poniedziałku do piątku w godzinach od 8.15 do 20.00. Po godzinie 20.00 oraz w dni wolne od pracy, każdy może przedstawić problem i zostawić numer kontaktowy. Pracownik telefonu zaufania oddzwoni następnego dnia.

Objazdowy teatr

Gorzowski Teatr im. Juliusza Osterwy bierze udział w programie „Teatr Polska 2015”, którego celem jest popularyzacja kultury w małych miejscowościach. Inspiracją do przybliżenia sztuki teatralnej ludziom mieszkającym z dala od dużych miast były objazdy teatralne w okresie międzywojennym, organizowane przez Redutę Juliusza Osterwy i Mieczysława Limanowskiego.

Do programu „Teatr Polska 2015” zgłoszonych zostało 91 spektakli. Komisja Artystyczna zakwalifikowała 17. Komitet Organizacyjny przyznał dotacje 18. teatrom. Teatr gorzowski będzie prezentował spektakl pt. „Ony” w reżyserii Aliny Moś-Kerger. Autorką sztuki jest Marta Guśniowska.

Podczas konferencji prasowej dyrektor Jan Tomaszewicz powiedział, że wybrane zostały najlepsze teatry w Polsce jeżeli chodzi o wartości artystyczne. Będzie to objazd do miejscowości, w których nie ma teatru ale są ludzie intensywnie zaangażowani w życie kulturalne. Gorzowscy aktorzy ze spektaklem „Ony” wystąpią w Dębnie Lubuskim, Barlinku, Świebodzinie, Kostrzynie, Nowej Soli, Żarach, Choszcznie, Międzychodzie i Skwierzynie.

Oprócz przedstawień prowadzone będą warsztaty teatralne pod kierunkiem gorzowskiej aktorki Beaty Chorążykiewicz. Odbywać się będą w małych grupach przygotowując widzów do odbioru spektaklu albo już po przedstawieniu, do jego oceny i przekazywania wrażeń. Zajęcia pozwolą pokazać teatr od kuchni, przy zachowaniu scenografii towarzyszącej spektaklowi „Ony”. Po to, by uczestnicy mogli stworzyć swój wizerunek

przyszłości po jego obejrzeniu. – Chciałabym, żeby zastanowili się, co będzie z nimi za 10, 20, 30 lat, bo spektakl jest o życiu, o dojrzewaniu młodego człowie-



Zdjęcie z konferencji prasowej, zapowiadającej projekt. Od lewej: Joanna Ginda, Beata Chorążykiewicz, dyrektor Jan Tomaszewicz, Bartosz Badura, Marta Karmowska.

ka i przechodzeniu przez życie – powiedziała aktorka. Spektakl jest adresowany do młodzieży, ale także do dorosłej widowni.

Bartosz Bandura grający tytułową rolę przyznał, że pochodzi z małej miejscowości i nie miał dostępu do teatru. Uważa, że taki projekt dostarczy ludziom ogromnych przeżyć. – Gdybym ja spotkał się z „Teatrem Polska” mając 14 lat to wiem, że na pewno teatr wywarłby na mnie olbrzymie wrażenie – powiedział młody aktor, zwracając uwagę, że „Ony” dotyczy problemów młodzieży, często nierozwiązanych, które przechodzą na kolejne etapy życia.

„Ony” to historia młodego chłopca, uwikłanego w skomplikowaną sytuację rodzinną, zagubionego w fałdach własnej wyobraźni. Tytułowy Ony, w towarzystwie poznanej po drodze Księżniczki, przemierza świat w poszukiwaniu swojego ojca. Na drodze chłopca staje ponad

50 bohaterów: prawdziwych i wymyślonych, ludzi, zwierząt i przedmiotów – można przeczytać na stronie gorzowskiego teatru.

W spektaklu występują: **Bartosz Bandura** – Ony, **Joanna Ginda** – Księżniczka, **Kamila Pietrzak-Polakiewicz** – Mama,

Świeczka, Mucha, Pająk, Kukułka, Kurz, Szabla, **Beata Chorążykiewicz** – Ciotka, Poczta, Pralinka, Dziewczynka, Mysz, Ostryga, Diabeł, **Marta Karmowska** – Ptak/Kwiat, Wiedźma, Landrynka, Mamusia, Starość, Kapuś, **Artur Nelkowski** – Wuj, Gruby Dzieciak, Wiatr, Bezludn, Gnida, Dachówka I, Tatuś I, **Jan Mierzyński** – Burmistrz, Kogut, Kapitan, Zdrajca, Jabłko I, Dachówka II, Tatuś III, **Krzysztof Tuchalski** – Tata, Kozioł, Dzieciak, Donosiciel, Jabłko II, Tatuś II, Kapitan II.

Projekt Teatr Polska potrwa do 5 grudnia. Organizowany jest od 2009 r. przez Instytut Teatralny im. Zbigniewa Raszewskiego ze środków Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego. W tegorocznym projekcie 18 spektakli zostanie zaprezentowanych 174 razy w 87 miejscowościach.

Wanda Milewska

Historia pisma punktowego

Jest rok 1809, a dokładnie 4 stycznia, miejscowość Coupvray we Francji. Na świat przychodzi czwarte dziecko w rodzinie rymarza Simon-René Braille'a oraz Monique z domu Baron – syn Louisa. Od wczesnych lat życia dzieci pomagały rodzicom w pracach gospodarskich, podczas których uczyły się przysłych obowiązków. W wieku 3 lat Louis uszkodził sobie oko bawiąc się w warsztacie ojca. Doszło do zakażenia, jednak stosowane zabiegi (okłady z wody liliowej) prawdopodobnie tylko pogorszyły stan zdrowia. Wkrótce stan zapalny przeniósł się także na zdrowe (lewe) oko – jak obecnie się przypuszcza, na skutek współczulnego zapalenia oka, co – już po dwóch latach – spowodowało obuoczną ślepotę.

Louis Braille nie poddał się. W wieku 10 lat uzyskał stypendium w szkole dla niewidomych w Paryżu. Tam dzieci uczyły się czytać, odczytując pismo, które było wypukłe. Nie mogły jednak pisać, ponieważ litery były wytłaczane w specjalnej prasie.

Pismo Braille'a powstało w oparciu o system korespondencji, używany przez francuską armię do przekazywania rozkazów bez słów, w ciemności. Braille dowiedział się o nim od emerytowa-

nego kapitana Charlesa Barbiera de la Serre wizytującego szkołę, do której uczęszczał chłopiec. System wojskowy oparty był na 12 wypukłych punktach, braillowski – na 6.

Drugą ważną różnicą było oparcie systemu braillowskiego o litery, podczas gdy system wojskowy oparty był na dźwiękach.

Podstawą, z której wyprowadza się cały system Braille'a jest sześciopunkt nazywany znakiem tworzącym. System składa się ze znaków, będących kombinacją sześciu wypukłych punktów ułożonych w dwóch kolumnach, po trzy punkty w każdej. Lewa kolumna zawiera umownie oznaczone punkty: 1, 2, 3, zaś prawą stanowią punkty: 4, 5, 6.

Wzajemna kombinacja i rozmieszczenie punktów daje możliwość uzyskania sześćdziesięciu czterech znaków. W brajlu można zapisać wszystko! Istnieje opracowana matematyczna, chemiczna, fizyczna i muzyczna notacja brajlowa.

I Międzynarodowy Kongres w Sprawie Ociemniałych w Wiedniu w 1873 r., Międzynarodowy Kongres Nauczycieli Szkolnictwa Specjalnego w Paryżu w 1878 r., Kongres w Sprawie Ociemniałych w Berlinie w 1879, przyniosły ostateczną decyzję uznania w Europie oryginalnej wersji systemu L. Braille'a. Polska adaptacja systemu, opracowana



Niewidoma przy książce w brajlu.

przez Elżbietę Różę Czacką i Teresę Landy została oficjalnie przyjęta dekretem Ministerstwa Wyznań Religijnych i Oświecenie Publicznego z dnia 25.05.1934 r.

Międzynarodową bazę alfabetu stanowi pierwszych 25 znaków oraz znak oznaczający literę „w”, a także znaki przestankowe i pomocnicze, które mimo pewnych różnic między odmianami systemu L. Braille'a, w poszczególnych językach mają na ogół międzynarodowy charakter.

Z własnego doświadczenia mogę przyznać, że jest to możliwe do nauczenia się. Osoby niewidome, ale i słabo widzące mają możliwość nauki pisma punktowego indywidualnie np. w miejscu zamieszkania lub na zajęciach grupowych w ośrodkach szkoleniowych, jak np. ten w Bydgoszczy. Zapisy chętnych osób odbywają się w okręgach Polskiego Związku Niewidomych za pośrednictwem kół terenowych. Szkolenia są bezpłatne, finansowane przez Polski Związek Niewidomych z dotacji otrzymanych z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych (PFRON).

*Andrzej Koenig
niewidomy*



Członkowie koła PZN czytają w brajlu.

Nadmorski kurort przyjazny wszystkim *Łeba*



Łeba kusi turystów latem pięknymi, piaszczystymi plażami, słońcem i morzem. W tym roku szczególnie popularne stały się dwa nowe słowa – plażing i parawaning. Ale kto jest w stanie oprzeć się urodzie Łeby? To niewielkie miasto na Pomorzu, w którym mieszka około 3800 osób. Jednak w sezonie letnim do tego miasta przyjeżdża rocznie ponad 100 000 turystów. Jak to możliwe?

Bardzo dobra baza noclegowa, atrakcje turystyczne i przyroda, to główne atuty Łeby. W sezonie przyjeżdżają tu całe rodziny, bo każdy znajdzie coś dla siebie.

Pięknie w sezonie...

Sprzyja temu m.in. komunikacja zarówno drogowa, a w sezonie letnim także kolejowa. Do Łeby prowadzą drogi wojewódzkie 214 i 213 a w sezonie letnim kursują pociągi dalekobieżne

i nowoczesne szynobusy na trasie Lębork-Łeba. Infrastruktura kolejowa i drogowa jest modernizowana. Do roku 2018 planowana jest kontynuacja modernizacji drogi wojewódzkiej 2014 (II etap) i elektryfikacja szlaku kolejowego, co być może pozwoli na utrzymanie ruchu pociągów także poza sezonem. Jest to bardzo istotne, gdyż turyści do Łeby przyjeżdżają praktycznie przez cały rok.

... i po sezonie

Jeśli ktoś nie lubi tłoku na ulicach i ścisku na plaży, powinien do tego miasta przyjechać po wakacjach. Sprzyjają temu głównie walory turystyczne. Miasto otoczone jest z dwóch stron przez dwa jeziora, trzecie co do wielkości jezioro w Polsce – Łebsko i mniejsze, ale nie mniej urokliwe Sarbsko, to doskonała baza do uprawiania sportów wodnych np. windsurfingu, żeglarstwa czy kajakarstwa. Jezioro Łebsko jest natomiast częścią Słowińskiego Parku Narodowego, a to kolejna już atrakcja turystyczna Łeby. Polska pustynia, bo tak często mówi się o ruchomych wydmach i naturalne lasy przyczyniają się do powstawania w okolicach Łeby leczniczego mikroklimatu. Z Łeby do Słowińskiego Parku



Zapraszam do Łeby, nie tylko w sezonie letnim. Pozdrawiam serdecznie Czytelników waszego pisma – mówi burmistrz Łeby Andrzej Strzechmiński.

Narodowego kursują pojazdy elektryczne. – Wstęp i korzystanie z uroków Słowińskiego Parku Narodowego jest płatny, ale jako miasto nie mamy na to wpływu – stwierdza Andrzej Strzechmiński, burmistrz Łeby. – Wnioskujemy do dyrekcji Parku o obniżenie cen za wstęp, a także prosimy przewoźników o zachowanie jak najniższych stawek za przewóz osób do parku, gdyż ze względu, że znajdujemy się w rezerwacie przyrody, tylko pojazdy elektryczne mogą tam wjechać. Jedyną wadą Łeby jest brak miejsc postojowych w sezonie letnim, ale trudno by niespełna 4 tys. miasto mogło pomieścić wszystkie samochody, które tutaj przyjeżdżają, a przypomnijmy, że większość turystów, a w sezonie jest ich ponad 100 000, wybiera właśnie swój samochód.

Nikną bariery

– Z roku na rok likwidujemy bariery architektoniczne, z jakimi spotykają się w mieście osoby niepełnosprawne – dodaje burmistrz Łeby. – Opracowujemy właśnie projekty przebudowy wejść na plażę, tak aby były one dostępne dla osób, które mają problem w poruszaniu się. Być może w przyszłym roku zmodernizujemy wejście na plażę przy ulicy Leśnej, tak aby moż-



na było dojść do samego brzegu morza. Koszt takiej inwestycji może wynieść około 500 tys. zł. Polskie społeczeństwo się starzeje. Dlatego też zmienia się zakres usług oferowanych przez ośrodki wczasowe i firmy zajmujące się turystyką. Wiele udogodnień, likwidacja barier architektonicznych, ciekawe programy pobytu, tego możemy oczekiwać od tutejszych domów wczasowych i ośrodków wypoczynkowych.

Standard na medal

Niskie ceny i wysoki poziom zakwaterowania gwarantują w sezonie letnim, jak i poza nim, prywatne osoby. Warto więc przed przyjazdem do Łeby dobrze sprawdzić, co oferują nam lokalni przedsiębiorcy. Miasto

współpracuje również z wieloma organizacjami pozarządowymi – Uniwersytetem Trzeciego Wieku, kołem Rencistów i Emerytów. – Wiem, że w sprawach związanych z wypoczynkiem i pobytem w Łeby osób niepełnosprawnych jest jeszcze wiele do zrobienia – dodaje Andrzej Strzechmiński. – Jesteśmy otwarci na ich sugestie i propozycje, staramy się, aby współpraca między nimi a miastem była jak najlepsza. Prowadzimy również rozmowy, aby wdrożyć w naszym mieście popularną w całym kraju Kartę Seniora, która będzie uprawniała posiadacza do wielu zniżek w firmach partnerskich na zakup towarów czy usług.

Lukasz Muraszko

Fot. Archiwum KSON



„Trzeba przemienić w radość wszystko, czego odmawia nam szczęście”

Niezwykłe wakacje pełne uśmiechu

„Trzeba przemienić w radość wszystko, czego odmawia nam szczęście. Być może to właśnie nazywa się poszukiwaniem szczęścia”. Tak w swoim liście do żony napisał francuski filozof Emmanuel Mounier, ojciec upośledzonej Franciszki. Krótkie, lecz poruszające słowa wybrzmiały kilkadziesiąt lat temu idealnie opisują ideę tegorocznego przedsięwzięcia. W sierpniu, w cieplickim Szpitalu Specjalistycznym, odbyły się „Wakacje dla osób niepełnosprawnych 2015”, na które uczęszczały dzieci z zespołem Downa.

Dlaczego ten patetycznie brzmiący cytat pasuje do współczesnych wakacji w jednej z dzielnic Jeleniej Góry? Dlatego, bo nie były to zwykłe wakacje czy popołudniowe spotkania. Począwszy od 18 sierpnia, przez dwa tygodnie, dwanaścioro niezwykłych uczestników spotykało się z równie niezwykłymi opiekunami.

Organizatorem przedsięwzięcia było Towarzystwo im. Św. Brata Alberta, koło jeleniogór-



skie oraz SP ZOZ Szpital Specjalistyczny MSW w Cieplicach. – Zostaliśmy wsparci finansowo także przez Prezydenta Miasta, oraz przez samych rodziców – informuje dyrektor szpitala Elżbieta Zakrzewska. Udział w projekcie był płatny – 140 zł od osoby (za cały okres trwania). Cała opłata była jednak przeznaczona na zdrowe przekąski i napoje oraz codzienną wspólną kolację uczestników.

Szpital kierował swą ofertę do osób niepełnosprawnych intelektualnie. W drugiej już edycji tego przedsięwzięcia, zainteresowanie było jeszcze większe, niż przed rokiem. Wszyscy mają także nadzieję, że spotkają się tu za rok. Chętnych nie brakuje, bo w Jeleniej Górze trudno znaleźć ofertę skierowaną do dzieci niepełnosprawnych intelektualnie i ruchowo. – Mało jest jakichkolwiek atrakcji dla nich, bo jest to niezwykle trudne zadanie. Dzieci, zwłaszcza te z zespołem Downa potrzebują ciągłej opieki. Nie można ich odstąpić nawet

na krok. Opiekunowie muszą też potrafić udzielić fachowej pomocy medycznej. Na szczęście my mamy takich ludzi – z dumą mówi dyrektor szpitala.

Dwutygodniowy wypoczynek przysłużył się wszystkim uczestnikom. Odbiorcami przedsięwzięcia byli zarówno kilkulatek, jak i osoby po trzydziestce. Wiek jednak nie miał znaczenia. Wszyscy świetnie się integrowali i spędzali ten czas z uśmiechem na ustach. Wspólne zajęcia sprzyjały rozmowom. Zawiązały się nowe przyjaźnie. – Danusię poznałem już w tamtym roku, bo też oboje byliśmy na tych warsztatach – z uśmiechem chwali się Krzysztof, który większość czasu spędza z Danusią.

Adresatami nie były wszakże tylko osoby niepełnosprawne. Te dwa tygodnie były też szansą dla ich rodziców. Szansą na choć krótki odpoczynek. – Organizując te zajęcia myśleliśmy też o rodzicach. Uczestnicy, choć mają nawet po 30 lat, to na po-



ziomie intelektualnym nadal są dziećmi. Są cudowni, ale wymagają nieprzerwanej opieki. W ciągu wakacji rodzice muszą opiekować się nimi od rana do wieczora i ciężko jest im znaleźć chwilę, aby zwyczajnie odpocząć – mówi Elżbieta Zakrzewska.

Rodzice mogli odpocząć i być spokojnymi o swoje dzieci. Pan Krzysztof przywoził tu codziennie swoją córkę Julię aż ze Szklarskiej Poręby. – Córka wracała szczęśliwa, a ja mogłem w tym czasie załatwić kilka swoich spraw. Byłem też o nią spokojny, bo widziałem, że opiekuje się nią dużo pań, które były naprawdę zaangażowane w swoją pracę – wyznaje pan Krzysztof.

Codziennie od godziny 14.00 do 19.00 trzy pielęgniarki, terapeutka zajęciowa, rehabilitant, studenci z Karkonoskiej Państwowej Szkoły Wyższej oraz 12 wolontariuszy z ZHP dbali o bezpieczeństwo uczestników, chroniąc ich także przed nudą. Kreatywne zajęcia z papierem, malowanie, rysowanie, zabawy integracyjne, ćwiczenia na koordynację ruchową i orientację, zajęcia rehabilitacyjne, muzykoterapia czy ergoterapia wypełniały każdy dzień spotkań. Zależnie od pogody, zajęcia odbywały się w sali lub na świeżym powietrzu. – Osoby z zespołem Downa, które przeważają na tych



zajęciach to ludzie uzdolnieni wokalnie – mówi dyrektor szpitala. Wobec tego nie mogło zabraknąć wspólnych śpiewów. – Śpiewaliśmy piosenki harcerskie i najnowsze hity – chwali się Daniel. – Mamy tu dużo zabawy, poznałem kilka fajnych osób. Ogólnie jest ciekawie. W domu nic bym nie robił – wtóruje mu kolega Piotrek.

Dwunastu harcerzy poświęciło swój wolny czas by bezinteresownie pomóc w zajęciach. – Te osoby są naprawdę wspaniałe i można się z nimi świetnie dogadać. Cieszymy się, że możemy tu być i komuś pomóc – jednoznacznie potwierdzają wolontariusze. Wielkie serce okazali też dorośli opiekunowie. Panie na krok nie odstępowały podopiecznych, do każdego odnosiły się z uśmiechem i życzliwością. – To była ciężka praca.

Po całym dniu byłam naprawdę zmęczona, ale to mi nie przeszkadzało. Traktowałam to jako pewną misję. Jestem szczęśliwa, że mogłam tym osobom dać coś od siebie i być tu razem z nimi – podsumowuje swoją pracę jedna z pielęgniarek Mariola Gujska. – Nie brakowało nam uścisków, przytulania i uśmiechów, a to jest dla nas najlepsza nagroda – z radością wyznaje fizjoterapeutka Anna Boruta.

Każdy, kto miał styczność z tymi zajęciami potwierdzi, że były one wyjątkowe. Oderwanie się od codziennej rutyny, szarej rzeczywistości sprawiło, że dominującym uczuciem była tu radość. Te wakacje były dla uczestników ich własnym poszukiwaniem szczęścia. Szczęścia, które w dużej mierze tu znalazły.

Tekst i fot. Katarzyna Prus



Pielęgnacja w domu

Udar, wylew, stwardnienie rozsiane to przykładowa lista schorzeń, które mogą skazać bliską osobę na bardzo długie przebywanie w łóżku. Jak zorganizować opiekę nad chorym, aby nie była udręką? Jak urządzić dom, aby nie stał się więzieniem? Jak pielęgnować chorego, aby mu nie zaszkodzić? Do kogo zwrócić się po pomoc? Jakie prawa ma opiekun nieformalny? Na te i inne pytania postaramy się odpowiedzieć w tym i kolejnych wydaniach Biuletynu.

Opieka nad chorym długotrwale unieruchomionym w łóżku to wielkie wyzwanie dla bliskich. Wymaga nie tylko określonej wiedzy (np. o zasadach higieny, dawkowaniu leków), ale także empatii, delikatności, cierpliwości, wytrzymałości fizycznej i psychicznej oraz nierzadko całkowitej reorganizacji życia. Wiele rodzin z braku możliwości lokalowych, czasowych, finansowych, w obawie, że nie podołają zadaniom umieszcza bliskich w placówkach opieki długoterminowej. Równie wiele rodzin decyduje się na opiekę nad chorym w domu. Niezwykle ważne jest wtedy, aby obowiązek ten nie spoczywał na barkach jednej osoby. Jeżeli jest taka możliwość, najlepiej wymieniać się przy chorym. Ważne jest także – dla dobrej kondycji chorego, który ma kontakt z otoczeniem, aby czuł się pełnoprawnym członkiem rodziny. Zarówno chory w domu, jak i osoby wspierające go będą targane wieloma emocjami – często skrajnymi: od litości i nadmiernej czułości, po znie-



W jeleniogórskim Centrum Kształcenia Ustawicznego można nauczyć się opieki nad osobami starszymi i przewlekle chorymi. Kursanci ćwiczą na manekinach.

cierpliwienie i złość, które mogą się nawet przejawiać agresją. Jeśli obie strony nie radzą sobie z odczuciami, mogą skorzystać z pomocy psychologicznej (o psychologów i terapeutów można dopytywać w szpitalu, rejonowej przychodni, organizacji pozarządowej działającej na rzecz osób z konkretnym schorzeniem lub niepełnosprawnością, itd.).

Czynności pielęgnacyjne chorego to niezwykle istotna część opieki. Wszystkie codzienne rytuały wprowadzają pewien rytm dzienny, który daje choremu poczucie bezpieczeństwa i komfortu, a opiekunowi poczucie kontrolowania sytuacji. Dla osób, które nigdy wcześniej nie opiekowały się chorymi, może wydawać się to bardzo trudne. Spokojnie, wystarczy znajomość kilku określonych technik, które znacznie ułatwiają opiekę.

Kolejność łóżkowej toalety:

– jama ustna (także po każ-

dym posiłku; pamiętaj o uprzednim wyjęciu i wyczyszczeniu sztucznej szczęki, jeśli chory jej używa)

– u panów – golenie
– twarz (oczy myjemy zawsze gazikiem przesuwając go od kącika zewnętrznego, po powiece, do kącika wewnętrznego, a uszy zwilżonym końcem ręcznika)

– szyja
– dekolt
– klatka piersiowa
– brzuch (zwracając szczególną uwagę u pań na miejsce pod piersiami, a u osób z nadwagą na przestrzenie między fałdami skórnymi)

– ręce (od palców dłoni po dół pachowy)

– plecy
– pośladki (szparę między nimi zawsze w kierunku od spojenia łonowego do odbytu)

– nogi (od palców stóp po pachwinę; szczególnie starannie myjąc i susząc przestrzenie mię-

dzy palcami, aby nie doszło tam do grzybicy)

– krocze (chorego układamy na plecach z nogami ugiętymi w kolanach, a stopami opartymi mocno o podłoże, pod pośladki podkładamy nieprzemakalny podkład; krocze myjemy od spojenia łonowego do odbytu, aby bakterie jelitowe nie wywołały zakażenia układu moczowego; szczególnie ostrożnie obchodzimy się z cewnikiem założonym do pęcherza, aby go nie wyrwać i nie uszkodzić cewki moczowej)

– manicure i pedicure (paznokcie dłoni i stóp moczymy przez ok. 10 min w ciepłej wodzie, osuszamy je, miękką szczoteczką usuwamy skórki, przycinamy cążkami na okrągło, a na koniec pilnujemy je pilniczkiem).

Zasady codziennych zabiegów pielęgnacyjnych:

– przed rozpoczęciem pielęgnacji przygotuj pomieszczenie – sprawdź, czy jest optymalna temperatura, ogranicz liczbę osób pozostających w pomieszczeniu, by niepotrzebnie nie krępować chorego,

– wszystko, co będzie Ci potrzebne, ułóż w jednym miejscu, tak by mieć to w zasięgu ręki,

– zanim rozpoczniesz toaletę chorego czy inne czynności pielęgnacyjne, porozmawiaj z nim. Zapytaj o jego samopoczucie, oceń w jakim stopniu Twój podopieczny może wykonać daną czynność samodzielnie,

– zawsze informuj chorego o tym, co chcesz zrobić (nawet jeśli wydaje Ci się, że Cię nie słyszy). Nie zniechęcaj się, jeśli chory wyrazi sprzeciw – spróbuj go przekonać, używając stosownych argumentów. Jeśli nie jest możliwe nawiązanie kontaktu słownego i wzrokowego z chorym, zawsze uprzedzaj wszelkie

czynności delikatnym dotykiem dłoni,

– aby uniknąć natychmiastowego sprzeciwu chorego, używaj krótkich zdań oznajmujących (np. „Teraz umyjemy zęby”), unikaj form pytających, które od razu sugerują choremu możliwość odmowy,

– odchodząc od łóżka chorego, zawsze pamiętaj o zabezpie-

”Zachęcając chorego do samodzielności, nie odmawiasz mu pomocy, lecz mobilizujesz do aktywności, która jest formą rehabilitacji, a ta z kolei poprawia sprawność i wydłuża czas pozostawania przynajmniej częściowo niezależnym.”

czeniu chorego przed wypadnięciem, np. zamykając drabinkę (warto się w nią zaopatrzyć). Podobnie, gdy stoisz z jednej strony, z drugiej zawsze zabezpiecz łóżko,

– w trakcie pielęgnowania chorego dbaj o porządek, na bieżąco wyrzucaj zużyte materiały (np. myjki jednorazowe, gaziki, ręczniki papierowe) do przygotowanego pojemnika/worka na odpady.

Pamiętaj! Zachęcając chorego do samodzielności, nie odmawiasz mu pomocy, lecz mobilizujesz do aktywności, która jest formą rehabilitacji, a ta z kolei poprawia sprawność i wydłuża czas pozostawania przynajmniej częściowo niezależnym.

W kolejnym wydaniach Biuletynu udzielimy wskazówek, które pomogą zorientować się w możliwościach, jakie ma opiekun nieformalny w Polsce. Podpowiemy także, gdzie szukać wsparcia finansowego, jak uzyskać refundację wydatków związanych z leczeniem, orzeczenie o ubezwłasnowolnieniu lub niepełnosprawności. Zapraszamy do lektury!

Opracowała: **Monika Żak**
źródło: www.niepelnosprawni.pl,
damy-rade.info, www.ngo.pl

Układanie na boku

Aby uniknąć tworzenia się odleżyn, należy chorego często układać w różnych pozycjach, także na boku. Nawet jeśli chory jest osobą otyłą, a Ty działasz w pojedynkę, jesteś w stanie ułożyć go na boku. Musisz tylko poznać właściwą technikę:

1. Stań od strony, w którą zamierzasz obrócić chorego, zegnij dalszą nogę w stawie kolanowym, dalszą rękę chorego umieść na jego klatce piersiowej, rękę bliższą odwiedź w stawie ramiennym i zegnij w stawie łokciowym.

2. Dalszą rękę chorego umieść na jego klatce piersiowej, rękę bliższą odwiedź w stawie ramiennym i zegnij w stawie łokciowym.

3. Złap chorego pod dalszy bark, pod dalsze biodro i delikatnym ruchem ułóż na boku, jeżeli stan chorego leżącego tego wymaga, należy zabezpieczyć jego ułożenie poduszkami, jedna (większa) – powinna znajdować się pod plecami, druga w okolicy stykających się kolan, trzecia pod nogą dalszą, tak by była odciążona; na koniec zapytaj chorego, czy w tej pozycji jest mu wygodnie; jeśli tak, przykryj go kołdrą i zabezpiecz łóżko drabinkami.

Słowo o uchodźcach i imigrantach

Tematem numer jeden w ogólnopolskich mediach od jakiegoś czasu jest sprawa przybyszów z Syrii. Czy powinniśmy ich przyjąć? Głos w tej sprawie, przy okazji wizyty w Jeleniej Górze, zabrał Minister Spraw Zagranicznych Grzegorz Schetyna, a także Przewodniczący Rady Powiatu Jeleniogórskiego Jerzy Pokój.

– Ludzie, którzy obawiają się o zagrożenie życia, powinni mieć prawo ubiegać się o azyl – uważa Jerzy Pokój. – Należy ich chronić, gdyż w ich kraju grozi im niebezpieczeństwo. Natomiast w kwestii imigrantów: ani Polska, ani Europa nie są przygotowane na przyjęcie milionów chętnych do poprawienia sobie jakości życia. Wymagałbym od państw demokratycznych, aby uregulowały sprawy bezpieczeństwa w państwach, w których jest wojna i pomogły opozycji w rozprawieniu się z szaleńcami.

Minister Grzegorz Schetyna skomentował natomiast decyzję o podziale uchodźców i imigrantów na poszczególne kraje UE. Polska poparła ten podział, choć pierwotnie była przeciw.

– Wiedzieliśmy od blisko tygodnia, że nie będzie mniejszości blokującej. Nie było więc szansy, by zablokować tę decyzję – stwierdził Grzegorz Schetyna w Jeleniej Górze. – Uważaliśmy, że jeżeli zostaną przyjęte nasze postulaty, jeżeli będziemy mogli dobrowolnie zdecydować się na określenie liczby uchodźców, to musimy z powagą przyjąć decyzję prezydencji luksemburskiej. Udało nam się wprowadzić do projektu stanowiska uszczelnienie granic południa UE, rozdzielenie uchodźców politycznych od imigrantów ekonomicznych, inwestycje



Jerzy Pokój i Grzegorz Schetyna.

w ośrodki rejestrujące uchodźców, możliwość ich odesłania, jeżeli nie spełniają założeń kraju przyjmującego. Nie mówimy, że ta decyzja to wielki sukces, ale Europa pokazała, że w bardzo trudnej sytuacji jest w stanie podejmować odważne decyzje.

A jakie jest Państwa zdanie na temat uchodźców i imigrantów? Piszcie: biuro@kson.pl

M. D.

Listy pani Ziuty

Nie róbcie z nas ramoli!

Chyba każdy, kogo życie zmusiło do złożenia wizyty w Zespole do spraw Orzekania o Niepełnosprawności musiał być zaskoczony zestawem podchwytliwych pytań, jakie zadaje przedstawiciel tego gremium. Musi przykładowo powiedzieć, czy jest w stanie samodzielnie ukroić sobie kromkę chleba, wymyć się pod pachami, włączyć i wyłączyć telewizor. Mężczyźni wyjaśniają czy bez pomocy życzliwych osób są w stanie jako tako się ogolić. Wiek odpowiadającego nie ma znaczenia. Jak się wchodzi do siedziby Zespołu to tuż po przekroczeniu progu człowiek staje się ramolem z zaawansowaną demencją starczą. I trzeba dostosować się do sytuacji, bo zbytńia szczerść nie popłaca.

Mnie kazano między innymi wyjaśnić, jakie jest moje hobby. Pani zadająca pytanie miała wyraż-

oną nadzieję, że odpowiem, iż latem wprost uwielbiam bawić się w piaskownicy, a zimą ubieram lalkom różne ubranka, oczywiście tylko te przeznaczone dla dziewcząt. Ja jednak, zgodnie z prawdą, wyjaśniłam, że najbardziej lubię grać w pokera, a już pełnię szczęścia osiągam, kiedy w jego trakcie można wypić setę i zagryźć ją śledziem. Pani była wyraźnie rozczarowana, a o stopniu niepełnosprawności mogłam zapomnieć.

Orzekające o nim zespoły nie stanowią wyjątku jeśli chodzi o tego typu „troskliwe” podchodzenie do klienta. Jak ktoś trafi do szpitala, a ma już przekroczoną czterdziestkę i podupadły wygląd świadczący o tym, że nie używa właściwej jakości kosmetyków, od razu spotyka się z propozycją założenia pampersa. Po porannej toalecie zaś pielegniarka

wypytuje go szczegółowo czy wszystkie części ciała zostały wymyte.

Do tego typu trendu dołączyli, na szczęście nieliczni, twórcy reklam telewizyjnych. Jedna z nich poleca leki na apetyt dla seniorów. Tabletkę wychudłej z głodu mamusi podaje córka, tak jakby ona sama nie mogła pójść do apteki i jej sobie kupić. A jest do tego zdolna, bo po chwili zaczyna dziarsko chodzić po ogrodzie krokiem emerytowanego ułana.

Trudno zrozumieć, czemu zabiegi mające na celu zrobienie z ludzi ramoli w jak najwcześniejszym wieku mają służyć. Czy wysiłki różnych organizacji i stowarzyszeń chcących zaktywizować seniorów są bezsensowne, bo niezgodne z polityką władz? Sądzę, że mimo wszystko tak nie jest. W wypadku Zespołów do spraw Orzekania o Niepełnosprawności może być to element walki z bezrobociem. Gdyby zrezygnowano z ankiet, setki osób od zadawania głupich pytań straciłoby pracę.

ZIUTA KOKOS

NASZ INFORMATOR NA CZAS WOLNY

Co, gdzie, kiedy...

TEATRY



JELEŃ GÓRA

• **Teatr im. Cypriana Kamila Norwida:** „Pierścień wielkiej damy (urodziny Teatru im. Norwida), 24.09, g. 19; Jeleniogórskie Spotkania Teatralne: 26.09 – „Zimowa opowieść” (premiera), g. 19.00 oraz „Miłosz Bazarnik Trio” (koncert), g. 22.00; 27.09 – „Nic nowego pod słońcem”, g. 17.00 oraz „Balladyna. Kwiaty ciebie nie obronią”, g. 19.00; 28.09 – „Skąpiec. Work in Progress”, g. 19.00; 30.09 – „Sachem. Wódz Czarnych Węży”, g. 19.00; 01.10 – Kabaret ponurego żartu, g. 19.00; 02.10 – „Ony”, g. 16.00 oraz „Tata ma kota (albo poczytaj mi tato)”, g. 19.00; 03.10 – „Zmiana światła”, g. 17.00 oraz „Shakspeare Sonety” (koncert), g. 22.00; 04.10 – „Chopin bez fortepianu”, g. 19.00; 05.10 – „Omdlenia”, g. 19.00; „Zimowa opowieść” – 9-10.10, g. 19.00.

• **Zdrojowy Teatr Animacji:** „Rydygier, mój przyjaciel wampir” – 24.09, g. 9.00 i 13.00 oraz 5.10, g. 11.00; „Tymoteusz Rymcimcim” – 27.09, g. 16.00; „Spróbuj próby, czyli prawdziwa bajka o reżyserii i Czerwonym Kapturku” – 29.09 oraz 30.09, g. 10.00; „Szaleństwo we dwoje” – 03.10, g. 16.00; „Kontrasty”, czyli Zdrojowy Czwartek z Filharmonią – 8.10, g. 19.00.

GORZÓW WLKP.

• **Teatr im. Juliusza Osterwy:** „Trzy raz Piaf” – 25.09 oraz 3-4.10, g. 19.00; Zbigniew Wodecki (recital) – 25.09, g. 20.30 w Art Cafe; „Moralność pani Dulskiej” – 7.10, g. 13.00 oraz 8.10, g. 10.00 i 13.00;

„O krasnoludkach i sierotce Marysi” – 9.10, g. 10.00 oraz 10.10, g. 16.00; „Wszystko o Judaszu” – 11.10, g. 16.00 i 19.00.

CIESZYN

• **Teatr im. Adama Mickiewicza:** „Pół na pół” w reż. Wojciecha Malajkata – 23.10, g. 19.00; „Złote przeboje wczesnego PRL-u” – 30.09, g. 18.00; „Sekretny ogród” (koncert pieśni żydowskich) – 1.10, g. 17.00; „Dźwięki muzyki” (Festiwal Viva il Canto) – 2.10, g. 18.00; „Siostrunie” (musical) – 9.10, g. 17.00 i 20.30; „Tosca” (opera) – 16.10, g. 18.00.

KINA



JELEŃ GÓRA

Helios – Galeria Sudecka, al. Jana Pawła II 51. Rezerwacja telefoniczna: indywidualna – 75 718 64 19, grupowa – 75 765 74 78; Lot, ul. Pocztowa 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. (033) 852 04 26, e-mail: biuropiast@interia.pl

IMPREZY



JELEŃ GÓRA

„Pomarańcze i Mandarynki, czyli powtórka z Grechuty” – klasyki polskiej muzyki autorstwa Marka Grechuty zinterpretują Jądwiaga Kuta (wokół) i Jacek Szreniawa (wokół, gitara, saksofon, klarnet) – 24.09, g. 19.00, Teatr Nasz / Scena w Restauracji Motto. Rezerwacja miejsc pod numerem 502633518 lub 603585589. „Imię” („Le prénom”) w przekładzie Barbary Grzegorzewskiej w wykonaniu Tito Productions z Warszawy – 11 listopada o g. 16.00 w Teatrze im. Cypriana Kamila Norwida. Rezerwacja biletów: tel. 605-587-221 lub e-mail: bilety@tickart.pl

GORZÓW WLKP.

Biblioteka Pedagogiczna WOM, Klub Czytających Rodzin „Przystanek Czytankowo” oraz Fundacja ABC XXI CPCD zapraszają 30 września o godz. 16.00 na spotkanie autorskie z Barbarą Kosmowską, autorką książek dla dzieci i młodzieży. Spotkanie jest wyróżnieniem Fundacji ABC XXI Cała Polska czyta dzieciom za aktywne działania KCR „Przystanek Czytankowo”. Wstęp wolny.

CIESZYN

„Andrzej Szewczyk – artysta totalny” – spotkanie połączone z prezentacją filmu Alfreda Kuli „Wierzę w przeżycie” – 28.09 o godz. 17.00 w Cieszyńskim Ośrodku Kultury, Dom Narodowy – telefon: 33 851 07 11, 33 851 25 20. Wstęp bezpłatny. „Warsztaty wyobraźni” – wystawa młodych artystów z Grupy Tęcza jest czynna do 30 września br. w Galerii Szarej, przy ul. Srebrnej. Wstęp wolny.

Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych
serdecznie zaprasza do korzystania z usług

CENTRUM INFORMACJI I WSPARCIA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

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

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

**CENTRUM CZYNNE JEST:
PONIEDZIAŁEK – PIĄTEK 10.00-16.00**

NAPISZ DO NAS!

info@kson.pl

Mediator d/s Karnych i Cywilnych

Dorota Gniewosz

Radca Prawny-Aplikant
Mateusz NOWAK

Radca Prawny
Bartosz NOWAK

Radca Prawny
Jakub PAWLAK

Psycholog
Maja KOZŁOWSKA

Doradca ds. poradnictwa
socjalnego 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 przesyłać pod adres:
Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych,
ul. Osiedle Robotnicze 47A,
58-500 Jelenia Góra z dopiskiem „BIULETYN”, lub
drogą elektroniczną na adres: biuro@kson.pl
Redakcja zastrzega sobie prawo dokonywania skrótów i zmian redaktorskich w nadesłanych artykułach.

SPOŁECZNY RZECZNIK OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH I PACJENTÓW 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.

Od 1 czerwca zapraszamy do Karkonoskiego Klubu Seniora i Wolontariusza!

Zagraли na maksa. I dla Maksa!

Maksymilian Piwowarski z Piechowic ma 5,5 roku i kocha piłkę nożną. – Kibicuję Manchesterowi United – mówi. Na turnieju, zorganizowanym 6 września przez kluby Lechia Piechowice i KS Karkonosze sam nie mógł zagrać, bo walczy z chorobą nowotworową i amputowano mu nogę. Tego samego dnia musiał jechać na chemioterapię. – Miał łzy w oczach – przyznaje mama Kamila Piwowarska. Zagraли dla niego inni. I to jak!

W turnieju zorganizowanym dla Maksia wzięło udział czternaście drużyn dziecięcych. Graли zawodnicy w wieku od 5 do 8 lat, łącznie było około 170 dzieci. Wystąpiły Karkonosze Jelenia Góra, Lechia Piechowice, Chojnik Jelenia Góra, Javoria Jawor i Piast Gliwice (klub ten współpracuje z Karkonoszami). Organizatorzy nie wyłaniali zwycięzców, każda drużyna dostała pamiątkowy puchar a zawodnicy medale. W przerwie między meczami był pokaz zumbi oraz licytacje gadżetów sportowych. Prowadzono też aukcję gadżetów w internecie. Fanty na tę licytację przekazali znani sportowcy m.in. Tomasz Adamek (podpisane rękawice bokserskie i kalendarz), piłkarze FK Jablonec, Piasta Gliwice, Śląska Wrocław, Zagłębia Lubin,

Karkonoszy Jelenia Góra, Miedzi Legnica, MKS Selgros Lublin, Podbeskidzia i innych klubów – koszulki z podpisami zawodników.

– Zanim Maksiu zachorował, bardzo lubił grać w piłkę. Był wzruszony, jak zobaczył, ile dzieci przyszło zagrać dla niego – mówi Kamila Piwowarska, mama Maksa. Chłopiec ma nowotwór tkanek miękkich, miał guza w środku kolana. Guz nie reagował na żadną chemioterapię. – Zaczął się rozprzestrzeniać w górę nogi, stąd konieczna była amputacja – mówi mama chłopca. – Ostatnio robiliśmy rezonans. Wynika z niego, że nie ma wielu komórek nowotworowych w kikucie, który pozostał, w biodrach ani innej części ciała – mówi z nadzieją kobieta.

Chłopiec otrzymuje jeszcze



Maksiu z uwagą obserwował zmagania młodych piłkarzy.

chemioterapię podtrzymującą. Rodzina gorąco wierzy, że wszystko zakończy się dobrze. Jak poinformował Marcin Ramski, trener Lechii Piechowice i główny organizator, podczas turnieju udało się zebrać około 11 tysięcy złotych. Pieniądze przydadzą się na leczenie chłopca i na protezę. – Będziemy ją wymieniali raz w roku, bo Maks rośnie. Koszt takiej protezy to około 5,5 tysiąca złotych – mówi kobieta. – Refundację z Narodowego Funduszu Zdrowia możemy uzyskać raz na 3 lata. W pozostałych latach będziemy musieli jakoś zdobyć pieniądze.

Pani Kasia ma nadzieję, że za rok odbędzie się podobny turniej, ale z nieco innej okazji – zakończenia choroby. Tego jej i Maksowi życzymy!

R. Z.



W meczach było wiele emocjonujących pojedynków



Podczas turnieju zorganizowano loterię fantową. Prowadziła ją piechowicka radna Dorota Zimna.