



TU i TERAZ

Dofinansowany z budżetu Miasta Jelenia Góra
oraz Starostwo Powiatowe ze środków PFRON

ISSN 1895 – 4987

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

GRUDZIEŃ

11/21/2007

W NUMERZE:

**Premier Donald Tusk
o niepełnosprawnych**

strona **3**

**Janowicki DPS bez Edwarda
Szklińskiego**

strona **4**

**Cieplice kolebką sportu
niepełnosprawnych**

strona **8**

Simet na czwartej pozycji

strona **10**

**Dlaczego z wiekiem czas
wariuje?**

strona **15**

W świecie paragrafów

strona **18**

**Mediator w sprawach karnych
w Sejmiku**

strona **20**

Listy pani Ziuty

strona **24**



Grudniowe świętowanie

strona **12**

Wszystkiego najlepszego,
a przede wszystkim realizacji marzeń,
z okazji Świąt Bożego Narodzenia
oraz Nowego Roku

życzy
redakcja

oraz wydawca

Karkonoski Sejmik

Osób Niepełnosprawnych



TANIEC Z KULAMI

Pia Libicka, poznańska tancerka, gdy miała 17 lat stwierdziła, że dotychczas bez problemów wykonywane figury nagle zaczęły jej sprawiać coraz więcej trudności. Według wstępnej diagnozy miała włóknaka. Przeszła 6 operacji. Dopiero we Francji w 2000 r. postawiono ostateczną diagnozę: nowotwór złośliwy, który już zajął biodro i miednicę. Po kolejnych operacjach i wszczepieniu endoprotezy rozpoczął się okres rekonwalescencji.

Janusz Orlik, z którym znała się ze szkoły baletowej, zaproponował stworzenie spektaklu o jej losie. Pia po 6 latach przerwy i po 9 operacjach wróciła na scenę, by pokazać, że z chorobą można żyć, że można z nią wygrać. Nadal jest w trakcie leczenia i ma ograniczone możliwości ruchowe. Zaczęła studiować historię sztuki, a potem filologię. Niedługo wyjeżdża do Lille we Francji, gdzie dostała pracę w konsulacie.

MODLITEWNIK DLA NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Ksiądz Janusz Tomczak z Bydgoszczy jest autorem pierwszego w Polsce modlitewnika dla osób niepełnosprawnych umysłowo. Napisał go cztery lata temu na prośbę matki upośledzonej dziewczynki przygotowującej się do Pierwszej Komunii Świętej. Sam go wydrukował, a potem oprawił u introligatora. Miał 26 stron. Na każdej był cytat z Biblii i uproszczony rysunek, który go obrazował.

Wieść o modlitewniku szybko się rozeszła. Każdego roku ksiądz miał kilka podobnych zleceń. Rok temu zwrócił się więc z propozycją jego wydania do Prymasowskiego Wydawnictwa Gauden-

tinum w Gnieźnie. Pierwsza partia książek została wydrukowana minionej wiosny. Można je kupić przez internet. Wkrótce będą dostępne też w księgarniach katolickich w Bydgoszczy. Kosztują 6 zł.

ROBAK NA WÓZKU INWALIDZKIM

Dzięki inicjatywie jednej z brytyjskich organizacji charytatywnych w filmie animowanym „Wallace i Gromit” pojawiły się niepełnosprawne zwierzęta. Nowi bohaterowie to: jamnik ze sparaliżowanymi tylnymi łapami, żółw bez nogi, patyczak chodzący o lasce, pies bez dolnej części łapy i robak jeżdżący na wózku inwalidzkim. Głosów użyczyli im prawdziwi niepełnosprawni.

Zdaniem autorów tego pomysłu kreskówka jest świetnym sposobem mówienia o niepełnosprawności najmłodszym, którzy dzięki temu oswajają się z tym tematem.

NIESŁYSZĄCY MNIJSZOŚCIĄ NARODOWĄ?

Niesłyszący prowadzą kampanię na rzecz uznania w Polsce języka migowego za mniejszościowy. Gdyby tak się stało uzyskają między innymi prawo do edukacji w tym języku i posługiwania się nim w urzędach, co wymusi konieczność zatrudnienia tłumaczy.

Polskie europarlamentarzystki zaczęły zbieranie wśród swoich koleżanek i kolegów podpisów pod petycją w tej sprawie do Komisji Europejskiej.

Na podstawie www.dziennik.pl,
Dziennik Bałtyckiego
i Gazety Wyborczej oprac. ag

Jeleniogórski Biuletyn Informacyjny
 **MIESIĘCZNIK OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH I STARSZYCH DOFINANSOWANY Z BUDŻETU MIASTA JELENIA GÓRA ORAZ STAROSTWO POWIATOWE ZE ŚRODKÓW PFRON**

Wydawca: Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych
Redagują: Marek Chromicz, Andrzej Grzelak (red. naczelny) i zespół wolontariuszy KSON
Adres wydawcy i redakcji: ul. Grabowskiego 7, 58-500 Jelenia Góra, tel.: 075 75 242 54, tel./fax centrum informacji: 075 75 231 83, e-mail: biuro@kson.pl • www.kson.pl
Łamanie: AD REM, Jelenia Góra, ul. 1 Maja 60, tel. 075 75 222 15
Druk: NYC Drukarnia, ul. Grabowskiego 7, 58-500 Jelenia Góra
Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść reklam i ogłoszeń, ts – tekst sponsorowany.

egzemplarz bezpłatny

Nakład 2000 egz.

SPOŁECZNY RZECZNIK OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH ZIEMI JELENIOGÓRSKIEJ

przyjmuje we wtorki w godz. 11.00-13.00
i czwartki w godz. 13.00-16.00
w biurze Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych
przy ul. Grabowskiego 7 w Jeleniej Górze

Redakcja „Tu i Teraz” proponuje
zamieszczanie reklam oraz tekstów sponsorowanych.
Niskie ceny – wysoka skuteczność!
Docieramy do ponad 8 tysięcy Czytelników!
Zamówienia przyjmuje Biuro KSON-u.

SEJMIK MIAŁ SWÓJ UDZIAŁ W EXPOSE?

Tematyka niepełnosprawności bardzo rzadko znajduje w Polsce miejsce w expose szefa rządu. Z satysfakcją przyjęliśmy więc fakt, że tym razem stało się inaczej. W swoim trzygodzinnym wystąpieniu premier Donald Tusk zajął się także naszymi problemami.

Oto fragment jego wystąpienia poświęcony niepełnosprawności:

Teraz chciałbym powiedzieć o solidarności, która jest szczególnie mi bliska, o solidarności z niepełnosprawnymi. My słusznie w Polsce mamy poczucie, mam nadzieję, że mamy to poczucie ciągle, wyrzutów sumienia wobec tej przecież pełnoprawnej, teoretycznie pełnoprawnej grupy. Chciałbym państwu powiedzieć, że tu zaległości są naprawdę przygnębiające. Mamy w Polsce dwukrotnie niższą aktywność zawodową osób niepełnosprawnych niż średnia w Europie. To jest znak hańby, to jest wstyd. Musimy z tym problemem uporać się jak najszybciej.

Szczycimy się w Polsce, i słusznie, wielkim bumem edukacyjnym. Mówimy o naszych 2 milionach 200 tysiącach studentów, ale ukrywamy wstydliwie przy tym statystykę, która nie powinna mieć miejsca. Wśród tych 2 milionów 200 tysięcy studentów tylko 14 tysięcy ludzi to niepełnosprawni, którzy dostali swoją szansę podjęcia nauki na poziomie wyższym. To są niestety symboliczne, przygnębiające znaki wykluczenia wobec tej grupy Polaków. Wystąpimy do prezydenta Rzeczypospolitej z wnioskiem o ratyfikację Konwencji Narodów Zjednoczonych z grudnia

2006 roku o prawach osób niepełnosprawnych. Poprzemy jako koalicja i jako rząd także obywatelską inicjatywę uchwalenia polskiej ustawy antydyskryminacyjnej, o czym dyskutowano w Trybunale Konstytucyjnym przy okazji rocznicy uchwalenia przez Sejm Karty Praw Osób Niepełnosprawnych. Podejmiemy również pracę nad ustawą, która nada językowi migowemu status języka urzędowego.

Niepełnosprawnych należy traktować nie tylko jako ludzi z ograniczeniami. Oni są świadomymi tego. Ale przede wszystkim musimy dostrzegać ich potencjał. To ludzie, którzy nie mają zdrowotnych ograniczeń muszą zrozumieć, że w niepełnosprawnych tkwi wielki, pozytywny potencjał. Jeśli zrozumiemy tę prawdę, to edukacja, doradztwo, rehabilitacja i praca staną się dla niepełnosprawnych bardziej dostępne.

Mam nadzieję, panie marszałku, i tę prośbę i apel zgłaszam w imieniu także niepełnosprawnych zasiadających w tej izbie, że znakiem czasu będzie także taka zmiana tego miejsca, która umożliwi niepełnosprawnym zabieranie głosu z tego miejsca.

Ostatnie zdanie premiera dotyczyło mównicy sejmowej, która jest niedostępna dla posłów korzystających z wózków inwalidzkich.

*

– Jednym z gości wrześniowego Memoriału Utechta, który organizowaliśmy na stadionie przy ul. Złotniczej – mówi prezes Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych **Stanisław Schubert** – był poseł Grzegorz Schetyna, obecnie wicepremier oraz minister spraw wewnętrznych i administracji. Podczas rozmowy z nim stwierdziłem między innymi, iż wcale się nie dziwię, że osobom niepełnosprawnym nie żyje się w Polsce najlepiej, skoro nawet w Sejmie nie mogą się dostać na mównicę. Minister Schetyna jest uważany za najbliższego współpracownika Donalda Tuska. Podejrzewam więc, że przekazał mu moją opinię i tym sposobem Sejmik ma swój udział w przygotowaniu expose.

Nie będziemy jednak dochodzić praw autorskich. Najważniejsze jest to, że ta tematyka się w nim znalazła. A to od razu przyniosło efekty. Jedna ze stacji telewizyjnych wyemitowała rozmowę z niepełnosprawnym posłem Sławomirem Piechotą, który przedstawił najistotniejsze problemy naszego środowiska, wielokrotnie zresztą prezentowane przez przedstawicieli KSON podczas różnych spotkań i narad, a także na łamach Tu i Teraz.

Mamy nadzieję, że w najbliższym czasie zainteresowanie nowej ekipy rządzącej sprawami niepełnosprawnych nie zacznie słabnąć i że doczekamy się rozwiązania przynajmniej części naszych problemów.

jag

Nasi podopieczni wiedzą, że są u siebie

Dyrektor janowickiego Domu Pomocy Społecznej, pan **EDWARD SZKLIŃSKI**, przechodzi na dobrze zasłużoną emeryturę. Od 1 stycznia formalnie zostanie człowiekiem wolnym od zawodowych obowiązków, ale, jak twierdzą jego podopieczni, współpracownicy i przełożeni, na pewno sercem i umysłem długo jeszcze będzie silnie związany z tą placówką.

Nikt, z kim rozmawiałem o panu Edwardzie, nie wierzy, że potrafi on choćby na chwilę zapomnieć o „swoim” DPS-ie, że zapomni któregoś z podopiecznych, a ich los stanie mu się obojętny. Nie wierzą



Edward Szkliński

w to, bo znają swojego dyrektora i wiedzą, że ostatnie 21 lat życia poświęcił nie pracy zawodowej, lecz służbie tym, których skrzywdził los – niepełnosprawnym, ludziom często odrzuconym, a tak bardzo potrzebującym pomocy, ciepłej dłoni i serca, a niekiedy także ojcowskiej surowości i stanowczości.

Edward Szkliński to człowiek, którego w DPS-ie nie tylko kochają, ale i ogromnie szanują. Jego zasługi docenili też przełożeni. W 2001 roku otrzy-

mał specjalną nagrodę Ministra Pracy i Polityki Społecznej, a w tym roku odznaczony został Złotym Krzyżem Zasługi. Starosta Jeleniogórski Jacek Włodyga w liście pożegnalnym napisał między innymi:

„Przedsięwzięcia inwestycyjne i remontowe, współpraca z zagranicą, pozyskiwanie sponsorów i umiejętne kierowanie personelem przyniosły efekt w postaci Domu przyjaznego dla jego niepełnosprawnych mieszkańców, zapewniającego godne warunki bytowe, szeroki wachlarz zajęć, a przede wszystkim poczucie bezpieczeństwa. Zabyt-

kowym obiektem dodał Pan nowego blasku. To za Pana przyczyną Dom Pomocy Społecznej w Janowicach Wielkich zmienił swoje oblicze.”

A było co zmieniać! 20 lat temu pensjonariusze stanowili po prostu darmową siłę roboczą miejscowego PGR-u. Mieszkali i pracowali w warunkach, które dziś trudno nawet sobie wyobrazić. Pan Edward pamięta to doskonale. Gdy otrzymał propozycję pokierowania tą placówką, zwiedziwszy ją – odmówił, bo nie widział szans na sukces. Chociaż jako znacznie młodszy wtedy człowiek był ambitny i odważny, propozycja pokierowania DPS-em właściwie go przestraszyła.

– Jak to zobaczyłem, uznałem, że tu nic się nie da zrobić – wspomina.

Namawiano go długo, przekonując, że da radę. Zaryzykował.



– Przez rok, czy dwa po prostu uczyłem się tego domu i nowego zawodu, poznawałem mieszkańców. Od pierwszych jednak dni ostro pracowałem, bo skala potrzeb była tak wielka, że nawet poprawienie najdrobniejszej rzeczy oznaczało znaczący postęp. Istniały ogromne ograniczenia finansowe i materiałowe. Jednak przede wszystkim był to dla mnie okres nauki psychologii, nawiązywania bliskiego kontaktu z niepełnosprawnymi, przełamywania barier. Bariery materialne umiałem przełamywać, ale jak przełamać niechęć wielu ówczesnych moich podwładnych i decydentów, a także mieszkańców Janowic do tych „innych”, do niepełnosprawnych? To była bardzo bolesna bariera. A przecież bez jej przełamania praca w tym miejscu by nie miała sensu.

Nie zdradzę nazwiska nawet dziś, ale ktoś bardzo ważny w lokalnej hierarchii władzy zgłosił wówczas pretensje nawet o to, że jeden z podopiecznych śmie po niedzielnym nabożeństwie podchodzić do ludzi i podawać im rękę. A my byliśmy z tego dumni, bo opiekunom udało się przekonać pensjonariuszy, że są takimi samymi ludźmi jak inni wychodzący z kościoła, a ich dłoń też jest serdeczna i ciepła. Od początku chodziło nam o godność podopiecznych, o uznanie ich za pełnowymiarowych ludzi. Wiedziałem, że ich boli, iż są sami, że boli ich spotykana pogarda. Walka z tym była najważniejsza i najtrudniejsza zarazem. Często wymagała wymiany personelu – tych którzy tej pracy nie czuli, nie rozumieli, tych którzy podopiecznymi gardzili.

Zmiana takich postaw trwała dość długo. Dopiero po sześciu, siedmiu latach nowe, dobre nawyki i postawy personelu stały się standardem. Zaś w sukces uwierzyłem wtedy, gdy podopieczni zaczęli się „stawiać”, gdy demonstrowali własną godność, gdy zaczęli mówić o swoim domu, o byciu u siebie, a nie w jakiejś tam placówce opiekuńczej. Dziś nawet rzucenie papierka czy niedopałka na dziedzińcu zwykle kończy się tym, że widzący to pensjonariusz zwraca uwagę, polecając sprzątnąć po sobie. Niektórzy mówią wręcz: „U siebie w domu papierków i kiepów na podłogę nie rzucasz. U mnie też nie rzucaj!” Właśnie o to przez lata walczyłem, o to by nasi pensjonariusze wiedzieli, że to oni, a nie personel, czy nawet nasi goście, są najważniejsi. Ale dojście do tego stanu nie było łatwe.

Właściwie w każdym okresie, także dziś, brakuje pieniędzy na prowadzenia tego rodzaju działalności. Budżet DPS-ów zaledwie wystarcza na zaspokojenie podstawowych potrzeb. Dlatego bez zewnętrznej pomocy, bez wsparcia wielu sponsorów nie byłoby szans nie tylko na wielkie remonty, ale nawet na unowocześnienie wyposażenia. A przecież potrzeby były i nadal są ogromne. Pan Edward przed laty o pomoc pukał na bogatym Zachodzie. Efektem tych starań było ponad czterdzieści wyładowanych po brzegi tirów i kilkadziesiąt innych, incydentalnych transportów – wszystkiego, od sprzętu rehabilitacyjnego po odzież, od pościeli po sprzęt kuchenny, od materiałów budowlanych po wyposażenie i meble. Nazbierało się też sporo pie-

niędzy, za które darczyńcy już w Polsce kupowali wyposażenie i sprzęt, wspaniale niekiedy dom doposażając. Dziś już, niestety, na taką pomoc nie można liczyć, bo dawni zagraniczni sponsorzy mają mniejsze możliwości, choć nadal znacząco janowickim pensjonariuszom pomagają. Wizytując janowicki DPS podkreślają, że to jeszcze nie jest zachodni poziom materialny, ale jakość pracy z podopiecznymi budzi coraz częściej ich zazdrość. Szczególnie chodzi tu o kontakty personelu z podopiecznymi. Podkreślają, że choć pieniądze są bardzo ważne, to jednak nie wszystko można kupić. I mocno zazdroszczą...

Pan Edward podkreśla, że bez zaangażowania i pomocy jeleniogórskiego starosty Jacka Włodygi, a także PCPR i jego szefowej Teresy Sobolewskiej, nie byłyby możliwe nie tylko inwestycje, ale i nawet najpotrzebniejsze remonty.

– Miałem tu wielu bardzo wysoko postawionych gości – mówi. – Zawsze obiecywali wiele, ale na prawdziwą pomoc mogłem liczyć tylko ze strony powiatu i starosty. Byli i tacy dygnitarze, którzy mają zbyt „ciasne głowy”, by zrozumieć o co w takich obiektach naprawdę chodzi. Tym przeszkadzały nawet kafelki w łazienkach, bo przecież dla „tych ludzi” to zbędny wydatek.

Na następczynię Edwarda Szklińskiego wybrano w konkursie panią Halinę Rudnik, dotychczasową szefową finansów.

– Jest świetnym kandydatem – zapewnia dotychczasowy dyrektor. – Zostawiam jej dom nie tylko jako miejsce do życia

kilkudziesięciu podopiecznych, ale też dobrze zorganizowaną placówkę, która za kilka tygodni zostanie ostatecznie, bezterminowo i bezwarunkowo wpisana do rejestru prowadzonego przez wojewodę. Z 13 DPS-ów istniejących w dawnym województwie jeleniogórskim jest w nim tylko dom Caritasu w Szklarskiej Porębie.

Pan Edward już za kilka dni zostanie emerytem, ale jest pewien, że nie będzie się nudził. Kiedyś grał w brydża, a dziś jest pasjonatem internetu. A to hobby otwiera ogromne możliwości. Filozofia, psychologia i kilka innych dziedzin wiedzy to kolejne jego pasje. Dlatego wie, że nuda mu nie grozi. Zawsze też może o wspólnych zainteresowaniach porozmawiać z żoną, która wspierała go przez kilkanaście lat, pracując wraz z nim w janowickim DPS-ie. A na wspomnienie dzieci i wnuków tylko znacząco się uśmiecha. Wiadomo, jak to dziadek...

* * *

A oto co mówią o panu Edwardzie jego przełożeni i podopieczni:

Teresa Sobolewska, dyrektor Powiatowego Centrum Pomocy Rodzinie:



– To wspaniały człowiek, oddany bez reszty swojej pracy, którą traktował jak powołanie, jak pasję. Jej istotą była zawsze walka o godność pensjonariuszy, o to by czuli się w Janowicach jak we własnym domu. Żałuję, że odchodzi, ale tak już jest świat ułożony. Żałuję, bo zrobił bardzo wiele i choć nie zawsze nasze relacje były łatwe, to w pełni partnerskie, przyjazne, co ogromnie sobie ceniłam. Pan Edward bronił swoich racji i umiał to robić. Zawsze przygotowany, skutecznie walczył o swoich podopiecznych. Ponieważ jest niezwykle konsekwentny, wiele spraw doprowadził do końca. Warto też podkreślić jego osobistą odwagę, co nie zawsze przysparzało mu przyjaciół. Jego wielki humanitaryzm był siłą sprawczą ogromnych zmian, do których udało mu się doprowadzić, także w mentalności personelu i mieszkańców Janowic.

To pan Edward jako pierwszy zaczął wywozić swoich pensjonariuszy na wakacje i na zagraniczne wycieczki. To budziło i dziś jeszcze budzi sporo emocji i wątpliwości. I z nimi właśnie od dwudziestu lat skutecznie, a niemal przeciw wszystkim, walczył. Warto dodać, że w Janowicach powstała pierwsza pracownia komputerowa, co kilka lat temu budziło – delikatnie mówiąc – zdziwienie. A dziś świetnie służy mieszkańcom tego domu.

Nie pracuje już dyrektor Wojciech Kubera z Kowar, dyrektor Jerzy Skowroński, nestor naszego środowiska. A teraz odchodzi Edward Szkliński. Musimy się pogodzić z tym, że odchodzą pionierzy, animatorzy zmian,

ludzie, którzy głęboko przeorali służby pomocy społecznej w naszym regionie.

Maria Capaja z Kamiennej Góry, matka jednego z pensjonariuszy:



– Dyrektor to wspaniały człowiek. Mój syn jest tu już 11 lat i ma takie warunki, jakich nie mogłabym zapewnić mu w domu. Fachowa opieka, fachowa pomoc, utrzymywanie go w dobrej kondycji to coś, czego niektórym ludziom dom rodzinny nie może dać. Tu jest mu dobrze, a ja sama i mój mąż odwiedzając go dość często czasem zazdrościmy, że nie mogliśmy mu stworzyć takich warunków jakie ma w Janowicach.

To jest opinia także wielu innych rodziców. Kto z nas mógłby zabrać takie dorosłe, a jednak dziecko na wakacje bez fachowej pomocy i opieki? A ci chłopcy jeżdżą nawet na zagraniczne wycieczki. Tu są wręcz domowe warunki i domowe stosunki. Pan Edward wykonał ogromną i wspaniałą pracę. Wiem, że należy mu się odpoczynek, ale gdyby jeszcze trochę chciał zostać, byłoby świetnie.

Wiesław Wierzba, pensjonariusz:



– Szkoda dyrektora, bo on dla nas robi wszystko. Teraz nam kupił dwa busy, wyremontował pokoje. Stara się dla nas bardzo dużo i bardzo dobrze, a my go bardzo kochamy. Szkoda, szkoda, że odchodzi! Zawsze był za nami, wszystko nam przywoził i na nas nie krzyczał. Niech pan go zatrzyma, dyrektora naszego!

Tego, niestety, zrobić nie umiałem.

*

Podobne opinie usłyszałem od innych pensjonariuszy, między innymi panów **Wacława, Stanisława i Andrzeja.**



Pan Stanisław

– Dużo dla nas zrobił. Dyrektor ma tylko 67 lat, mógłby z nami jeszcze zostać – przekonuje pan Andrzej.

– Byliśmy w Holandii, w Danii, niektórzy nawet po kilka razy. A w lecie jeździmy zawsze na wczasy – turnusy rehabilitacyjne nad morzem – dodaje pan Stanisław.



Pan Andrzej

Rozmowa z tymi ludźmi o Edwardzie Szeklińskim szybko staje się bardzo trudna. Emocje rosną w miarę przypominania dawnych czasów – pracy w PGR-ze, zawałania się sufitów w tak zwanych „pokojach”, katastrofy budowlanej, kiedy strop zabił 17 słoń, ale na szczęście nie ucierpiał nikt z ludzi pracujących tuż obok. Choć niepełnosprawni takie zdarzenia pamiętają i chcą o nich opowiedzieć, a także o tym jak dobrze żyje im się w Janowicach dzisiaj.

**Tekst i zdjęcia
Marek Chromicz**

KSON ORGANIZUJE

WARSZTATY DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH POSZUKUJĄCYCH PRACY

Tematy zajęć:

- Aktywnie poszukuję pracy
- Jak radzić sobie ze stresem
- Zaplanuj swoją karierę zawodową – jak wykorzystać potencjał zawodowy i osobisty w poszukiwaniu pracy
- Prowadzenie działalności gospodarczej w krajach UE (Francja, Niemcy, Holandia)
- Autoprezentacja – jak wyrzucić dobre wrażenie na pracodawcy
- Jak sporządzać dokumenty aplikacyjne

Zapisy na zajęcia przyjmowane są w biurze Sejmiku (ul. Grabowskiego 7, Jelenia Góra) w godz. 10.00 -14.00 lub telefonicznie 075-75-23-183

Pierwsi byli narciarze

Od marca 1959 roku w Oddziale Naukowo-Lecznicyz Kliniki Ortopedycznej w Poznaniu, który miał swoją siedzibę w Cieplicach przy Uzdrowisku, po raz pierwszy do programu rehabilitacji, głównie osób z amputowanymi kończynami dolnymi, wprowadzono elementy sportu.

Kierowałem wówczas Działem Gimnastyki Lecznicyz Uzdrowiska. Byłem autorem tego pomysłu oraz szczegółowego programu zajęć. Spotkał się on z pełnym poparciem dyrektora Teodora Pragłowskiego oraz naczelnego lekarza dr Jerzego Timmlera. Jesienią 1958 roku

przedstawiliśmy go więc doc. Janinie Tomaszewskiej – szefowej poznańskiego Instytutu Rehabilitacji, któremu podlegał wspomniany Oddział Naukowo – Lecznicyz. Projekt jej się spodobał, zyskał też akceptację prof. Wiktora Degi.

Zostałem bezpośrednim re-

alizatorem tego przedsięwzięcia. Doborem pacjentów oraz sprzętem zajął się Instytut Rehabilitacji, natomiast do Uzdrowiska należała strona bytowa, techniczna oraz zabezpieczenie kadry szkoleniowej. Sportem, który mieli uprawiać niepełnosprawni, było narciarstwo.

Wyposażenie uczestnika turnusu rehabilitacyjnego nie różniło się od używanego przez ludzi zdrowych uprawiających narciarstwo zjazdowe amatorsko. W jego skład wchodziły: narty kofiksowe okrawędziowane, wiązania kandacharowe, bambusowe kije, skórzane buty sznurowane, gabardynowe spodnie, brezentowy skafander i także brezentowe rękawiczki oraz wełniana czapka z pomponem. Również program zajęć był wzorowany na obowiązującym przebywających na obozie sportowym dla pełnosprawnych. Oto przykładowy rozkład dnia:

6.30-7.00 – pobudka, toaleta poranna;

7.00-7.45 – rozruch i rehabilitacja indywidualna;

8.00-8.30 – śniadanie;

8.30-9.00 – przygotowanie do zajęć;

9.00-14.00 – zajęcia sportowe;

14.00-15.00 – obiad;

15.00-16.00 – cisza poobiednia;

16.00-18.00 – zajęcia świetli-



Marzec 1960 rok. Trening w Szklarskiej Porębie. Białe opaski informują o wysokości amputacji.



Marzec 1959 rok. W drodze na stok narciarski Górna Oaza w Karpaczu.



Marzec 1959 rok. Na stoku pod Chojnikiem.

cowe, terapia zajęciowa;
 18.00-19.00 – kolacja;
 19.00-21.30 – muzykoterapia, czyli obowiązkowy udział w dancingu;
 21.30-22.00 – przygotowanie do snu;
 22.00-6.30 – cisza nocna.

Uzdrowisko oddało do dyspozycji niepełnosprawnych narciarzy karetkę marki IFA. Dzięki temu treningi mogły być przeprowadzane w różnych rejonach Kotliny Jeleniogórskiej, między innymi w: Jakuszycach, Szklarskiej Porębie obok kościoła i wiaduktu kolejowego oraz pod Chojnikiem w Sobieszowie.

„Gwiazdą” wśród uczestników turnusu była studentka dziennikarstwa z Warszawy

Wanda Konarzewska. Została potrącona przez czołg podczas powitania żołnierzy, którzy wyzwolili Lublin. Po skończeniu studiów pracowała w Telewizji Polskiej. Czterokrotnie zdobyła Złoty Ekran.

*

W kwietniu 1960 roku doc. Janna Tomaszewska

dokumentację z treningów prowadzonych w Cieplicach przedstawiła podczas międzynarodowego sympozjum rehabilitantów, które odbywało się w Stanach Zjednoczonych. Polski eksperyment został przyjęty z ogromnym zainteresowaniem, zyskał sporo pochwał. To nas zdopingowało do poszerzenia programu o inne dyscypliny sportowe. Wybór padł na: koszykówkę na wózkach, pływanie oraz turystykę na wózkach. W zajęciach zaczęły brać także udział osoby u których przyczyną niepełnosprawności było złamanie kręgosłupa.

Pierwszy 28-dniowy turnus, przygotowany według nowych zasad, odbył się w czerwcu 1960 roku. W rozkładzie dnia wprowadziliśmy dwie zmiany – rozruch poranny i rehabilitacja co drugi dzień ustępowała miejsca ćwiczeniom w wodzie z elementami nauki pływania, a muzykoterapię zastąpiła nauka samoobsługi domowej.

Bazę treningową dla koszykarzy stanowiło naturalne boisko na kortach w Parku Zdrojowym (obecnie w tym miejscu stoi „Agat”) oraz sala gimnastyczna Zasadniczej Szkoły Zawodowej FAMPY na osiedlu Orle. Niepełnosprawni zawodnicy jeździli na trzy i czterokołowych wózkach, powszechnie wówczas używanych. Również sprzęt nie różnił się niczym od znanego z ligowych i amatorskich boisk.

Pierwszy w Polsce mecz koszykówki na wózkach odbył się 17 czerwca 1960 roku w Sali ZSZ. Spotkały się zespoły Poznania i „Reszty Polski”. 14:8 wygrali poznaniacy, których kapitanem był Andrzej Styperek „Gawrosz”, uczestnik „wydarzeń poznańskich” w 1956 roku. W ich trakcie został postrzelony w kręgosłup przed siedzibą Urzędu Bezpieczeństwa na ul. Kochanowskiego. Był on „dobrym duchem” turnusu.

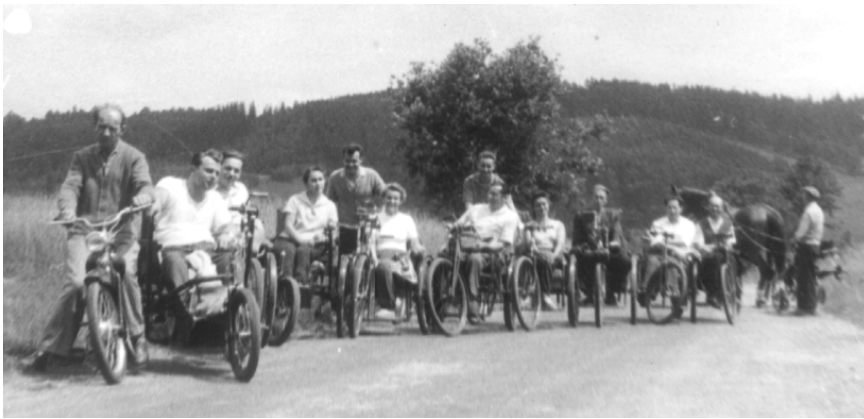
Warto zaznaczyć, że cieplicki pokaz koszykówki na wózkach



Czerwiec 1963 rok. Indywidualne zajęcia rehabilitacyjne prowadzi autor tekstu.



Czerwiec 1960 rok. Przed Domem Zdrojowym w Cieplicach.



Czerwiec 1963 rok. W drodze do Goduszyna. Pierwszy turysta na wózku to kapitan poznańskich koszykarzy Andrzej Styperek.

wyprzedził o dwa miesiące światową premierę tej dyscypliny sportu. Miała ona miejsce podczas Paraolimpiady w Rzymie w sierpniu 1960 roku.

Niepełnosprawni uprawiają-

cy turystykę także korzystali z normalnych wózków – wahadłowych, korbowych i z silnikami spalinowymi. Używali również rowerów. Jeździli z Cieplic między innymi do: Goduszyna, Woj-

cieszyc, Piastowa, Sobieszowa i Podgórzyna. Trasy były płaskie, a najdłuższa liczyła około 10 km.

W 1962 roku program turnusów poszerzono o kulturystykę i elementy podnoszenia ciężarów. Zajęcia wraz ze mną zaczął prowadzić specjalista od tych dyscyplin – mgr Andrzej Jasiukowicz.

*

Obozy sportowe dla niepełnosprawnych organizowaliśmy w Uzdrowisku Cieplice do 1964 roku. Wtedy nastąpiły zmiany w kierownictwie poznańskiego Instytutu Rehabilitacji. Nowe nie było zainteresowane ich kontynuowaniem.

mgr Andrzej Broniszewski

Simet na czwartej pozycji

Od 9 do 11 listopada w Elblągu odbył się finałowy turniej Mistrzostw Polski w Piłce Siatkowej na Siedząco. Niestety, po raz kolejny zawodnikom Jeleniogórskiego Klubu Sportowo – Rehabilitacyjnego Simet nie udało się zdobyć medalu. Po dramatycznej walce ze Startem Wrocław w meczu o trzecie miejsce przegrali 1:3.

Przy wyniku 2:1 dla wrocławian w czwartym secie jeleniogórzanie zdecydowanie dominowali i prowadzili już 23:17. Wtedy zepsuli serwis, a przy rezultacie 24:20 „nie skończyli” czterech piłek. Przegrali seta 25:27.

Tytuł Mistrza Polski zdobył U.K.S. Poznań po pokonaniu 3:2 Ataku Elbląg. III miejsce wywalczył Start Wrocław, IV – Simet, V – Start Szczecin, VI – Start Katowice, VII – Start Kielce.

Simet wystąpił w składzie: Piotr Toško (kapitan), Maciej Latawiec, Wiktor Żuryński, Adam Prutis, Grzegorz Samczyk, Mirosław Zymek, Andrzej Schütz, Zdzisław Filipiak, Zdzisław Kołodziej, Leszek Śliwiński, Tomasz Jancelewicz, Krzysztof Boguszewski.

Do kadry Polski powołani zostali: Grzegorz Samczyk, Mirosław Zymek oraz Zdzisław Fili-



piak, który w kolejnej edycji mistrzostw grać będzie w Starcie Wrocław.

*

3 i 4 listopada w Warszawie rozegrano ostatni turniej Mistrzostw Polski w Piłce Siatkowej na Stojąco. Gościnnie w zespole Startu Wrocław wystąpili Zdzisław Filipiak i Wiktor Żuryński. Zdobylili wraz z nim srebrny medal.

W finale wrocławianie przegrali ze Startem Zielona Góra 2:3. Trzecie miejsce zajęła Atak Elbląg.

żur

Diabetycy świętowali

Ponad 4 tysiące chorych

14 listopada przypada ustanowiony przez Organizację Narodów Zjednoczonych Światowy Dzień Diabetyka.

Członkowie jeleniogórskiego Koła Miejskiego Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków obchodzili go dziesięć dni później w klubie Relax. Przybyło ponad 60 osób, a wśród nich zaproszeni goście, między innymi: Prezydent Jeleniej Góry Marek Obrębalski, przewodniczący Rady Miasta Hubert Papaj oraz Dorota Gniewosz – dyrektor Oddziału Narodowego Funduszu Zdrowia.

Wykład poświęcony najnowszym osiągnięciom medycyny w walce z cukrzycą wygłosiła dr n. med. Małgorzata Wilczyńska z wrocławskiego Centrum Endokrynologii i Diabetologii. Następnie prezes Koła Waldemar Wiśniewski wyróżnił dyploma-

mi dwudziestu jego członków oraz osoby szczególnie aktywne je wspomagające, w tym czterech lekarzy.

Pierwszą część spotkania zakończył koncert Chóru Akord Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych pod dyrekcją Jerzego Sowy Juniora. Następnie jego uczestnicy pojechali do Ośrodka Wypoczynkowego Wodomierzanka w Karpaczu, gdzie gościła ich Anna Sus.

*

– Cukrzyca stanowi najliczniejszą grupę chorych na terenie miasta i powiatu – mówi prezes Koła **Waldemar Wiśniewski**. – Szacujemy, iż jest ich ponad cztery tysiące, a trzeba pamiętać

tym, że choroba ta jest przyczyną wielu innych schorzeń. Nie wszyscy też zdają sobie sprawę z tego, że są diabetykami, co jest szczególnie groźne dla ich zdrowia.

Na szczęście nasze wieloletnie starania przyniosły efekty i w samej Jeleniej Górze mamy w miarę wystarczającą liczbę przychodni i lekarzy specjalistów. O wiele gorzej przedstawia się sytuacja na obszarze powiatu, choć i tutaj coś zaczyna się dziać. Wkrótce ma być otwarta przychodnia w Kowarach. Sami cukrzycy zaś zaczynają doceniać korzyści płynące ze zrzeszania się. W Piechowicach, przykładowo, od czterech lat funkcjonuje Klub Diabetyka, społecznie prowadzony przez panią Krystynę Kowalik.

ag

Rocznicowe spotkanie

Dla uczczenia Święta Niepodległości chór „Akord”, działający przy Karkonoskim Sejmiku Osób Niepełnosprawnych, zorganizował uroczyste spotkanie. Poza przedstawicielami stowarzyszeń wchodzących w skład KSON, przybyli na nie między innymi: zastępca prezydenta Jeleniej Góry Zbigniew Szereniuk, pełnomocnik Starostwa Powiatowego do spraw współpracy z organizacjami pozarządowymi Ryszard Greg, kanclerz Kolegium Karkonoskiego Grażyna Malczuk oraz uczestnik walk pod Arnhem por. Józef Brandys.

Na program koncertu złożyły się pieśni i wiersze patriotyczne. Dalsza część spotkania miała charakter towarzyski. Dominowały wspomnienia z minionych lat.



Miesiąc żartów, zabaw i życzeń

Najkrótsze dni w roku, rozpoczynająca się zima i ciągle jeszcze trwające smutne, jesienne szarugi to właśnie grudzień, miesiąc kończący rok. Ale grudzień to także czas wielu świąt, to czas oczekiwania przez dzieci i dorosłych na zdarzenia niezwykle, na przyjście św. Mikołaja, tajemniczą Wigilijną Noc i na Boże Narodzenie, a także Sylwestra oraz początek Nowego Roku, który przecież powinien być lepszy i szczęśliwszy od mijającego.

Świąteczny cykl rozpoczyna się już na początku miesiąca zakupem prezentów dla dzieci z niecierpliwością oczekujących na to, co im przyniesie ten nieco dziwny, a tak oczekiwany święty noszący imię **Mikołaj**. Dziwny,

dawców perfum, wina, zboża i nasion, marynarzy, uczonych, młynarzy, kancelistów parafialnych, piekarzy, pielgrzymów, piwowarów, podróżnych, rybaków, sędziów, studentów, żeglarzy, notariuszy, panien pragnących wyjść za mąż, także bez posagu, więźniów, obrońców wiary przed herezją oraz pojednania Wschodu i Zachodu.

W dawnej Polsce ten właśnie święty chronił domowe zwierzęta oraz ludzi przed wilkami i dlatego wierni składali

legenda, właśnie w dzień świętego Mikołaja po lasach i borach odbywały się „wilcze sejmy”, podczas których watahy dzieliły przyszłe łupy.

Święty Mikołaj z całą pewnością należy do grona najbardziej zapracowanych mieszkańców Niebios. Wszak to on właśnie ratuje zagrożonych żeglarzy, wytrąca katu topór z rąk, a biednym pannom w Mikołajową noc wkłada pod poduszki małe bryłki złota. I to wreszcie on co roku chce obdarować odrobiną radości i uśmiechu wszystkie chyba dzieci na świecie. A że nie zawsze się to udaje, to już przecież nie Jego wina. Także w tym roku odwiedza miliony dzieciaków, które w dniu tej wizyty są zwykle najgrzeczniejsze w całym roku. Choć Mikołaj nie nosi już tylko, jak dawniej, miodowych placków, a raczej komputery i elektroniczne zabawki, to wielka magia czekania na prezenty, na pojawienie się dobrego świętego z wielką brodą trwa także dzisiaj. Wierzmy, że nie zapomni o domu żadnego dziecka, nawet w najbiedniejszej rodzinie.



bo choć jest tak popularny i kochany, nie tylko przez najmłodszych, to jednak wiadomo o nim naprawdę niewiele. Podobno był biskupem Miry, ale chciano go pozbawić biskupiej sakry. Mimo to jest patronem: Grecji, Rosji, Bari, Aberdeen, Antwerpii, Berlina, Głogowa, Miry, Moskwy, Nowogrodu, jak również: bednarzy, wytwórców guzików, cukierników, gorzelników, dzieci, flisaków, jeńców, kupców, sprze-

mu w kościołach dary. Zachęcał ich do tego Wacław Potocki wierszem:

*Starym ksiądz pleban mówił z ambony zwyczajem,
niech się każdy podzieli ze świętym Mikołajem;
nie chce li kto w dobytku szkody mieć od wilka,
więc niech mu pošle barana, gęsi i kur kilka.*

Warto było te ofiary złożyć, bo przecież, jak opowiada stara



Stare obyczaje szybko, niestety, zanikają. Kto dziś jeszcze pamięta, że wraz z Mikołajem przychodził także diabeł, przykuty łańcuchem do wiejskiego dziada, jego przewodnika. Diabeł był tego dnia bardzo potrzebny, bo przypominał, że obok dobroci Mikołaja jest też zło, czyli taki diabełek, który siedzi przeciwieście w każdym z nas.

A czy pamięta ktoś jeszcze o egzaminach ze znajomości modlitw i „sprawozdaniu” z grzeszności składanym przed świętym Mikołajem? Do dziś jeszcze w wielu domach zachował się obyczaj pisania listów do tego świętego, adresowanych wprost na Niebo. Jednak to prastare religijne święto szybko przemienia się, niestety, w bałwochwalstwo rzeczy, w modlitwę do elektronicznych gadżetów, w festiwal demonstrowania stanu posiadania. A szkoda...

*

Grudzień to także czas **świąt Bożego Narodzenia**, w polskiej tradycji szczególnych i najbardziej uroczystych. Oczekiwanie na narodziny Dzieciątka to Wilia-Wigilia, czyli czas tuż przedświąteczny, dzień poprzedzający święto – postny i uroczysty, za-



J. Chełmoński „Wilki”

wsze kończony świąteczną już ucztą, czyli Wigilijną kolacją.

Ucztę te dawniej bywały i do dziś są bardzo różne – niezwykle wystawne i bogate oraz skromne i biedne, ale przecież równie uroczyste i dla zebranych przy stole bardzo ważne. Zygmunt Gloger podaje, że od najdawniejszych czasów obyczaj ich wyprawiania był powszechny tak w wiejskich domach, jak i na królewskich dworach.

Jadano i bawiono się różnie. W chłopskiej chacie podawano tylko siedem potraw. Na stołach szlachty tego wieczoru pojawiała się dziewięć dań, a na magnackich jedenaście. Oczywiście różniły się one zasadniczo – potrawy ludu były skromne i zwyczajne, a magnaci mieli wyszukane dania. Tego jednak wieczoru wszędzie jadano do syta, a jeśli ktoś nie spróbował jakiejś potrawy to oznaczało, że niejadka spotka mniej przyjemności i powodzenia w nadchodzącym roku.

Do Wigilijnego stołu w zasadzie powinna siadać zgodnie z obyczajem parzysta liczba osób, a jedna zastawa winna być przygotowana dla niespodziewanego gościa. Ten obyczaj trwa nadal, ale już tylko jako symbol czegoś o czym nawet nie bardzo pamiętamy. Bo przecież gdyby ktoś obcy i potrzebujący właśnie tylko kłopot. Na „szczęście” chronią nas domofony.



J. Kossak

„Bernardyn z opłatkiem”

Jeszcze sto lat temu w zasadzie nie siadano do stołu jeśli w rogach izby wcześniej nie ustawiono snopów żyta. Po wyczerzy kręcono z nich powróża i obwiązywano owocowe drzewa w sadach, co gwarantowało, że będą zdrowo rosły i obficie rodziły. Z Wigilią wiąże się także stary obyczaj dawania prezentów, czyli „kolędy”. W bogatszych domach gospodarze dawali je swojej służbie, a także... dobrze prowadzącym się dziewczętom wiejskim.

Wigilijna kolacja zawsze – tak we dworze, jak i w chłop-



J. Kossak „Bal salonowy”

skiej chacie – kończyła się zbiorowym śpiewaniem kolęd o Narodzeniu Pańskim. A w środku nocy wszyscy, którzy byli w stanie dojść do kościoła, spotykali się na uroczystej Pasterce.

*

Grudzień kończy **Sylwester** i **Nowy Rok**, bo przecież przygotowujemy się do niego jeszcze w grudniu, a w ten styczniowy dzień świętujemy i odpoczywamy.

Dawniej Nowy Rok, podobnie jak czas Wigilii, był okazją do wzajemnego obdarowywania się. Dworzanie odwzajemniali się swoim dobrodziejom życzeniami „Dobrego Lata”, bo tak określano w tym czasie Nowy Rok. Życzenia były powszechne. Witano się tego dnia słowami: „Bóg cię stykaj”, co oznaczało: „Niech Bóg ma cię w swojej opiece”. Okolicznościowe życzenia swoim parafianom składał każdy proboszcz, a po nabożeństwie przyjmował od nich powinszowania.

„Nowego lata” życzone sobie na wiele sposobów – wierszem, pieśnią a czasem nawet żartobliwą kolędą. Śpiewano tego dnia przykładowo tak:

winszowaniem Nowego Lata” zbierały nie tylko słodczyce i żywność, ale czasem też sporo grosza. Powszechne było przebieranie się za „Cyganów”, a innym razem w zwierzęce skóry, by udawać wilki lub niedźwiedzie. Oczywiście najczęściej zabawy było w przeddzień Nowego Roku, czyli właśnie w Sylwestra.

Tego dnia, a raczej ostatniego w roku wieczoru, nikt nie powinien być sam. Zbierały się więc nie tylko całe rodziny, ale i grupy młodych. Palono wielkie ogniska i powszechnie czyniono wróżby, tak jak w czasie Andrzejek. Obchodzono bowiem te dni podobnie – dzień świętego Andrzeja kończył rok kościelny, a Sylwester kalendarzowy.

Zabawy i żarty bywały czasem dość ciężkie – w dosłownym znaczeniu tego słowa. Wciążano, przykładowo, żelazne brony na komin wiejskiej chaty, a in-

Mości gospodarzu, domowemu szafarzu,

Nie bądź tak ospały, każ nam dać gorzały,

Dobrej z alembika, a do niej piernika...

Zarówno miejskie jak i wiejskie dzieciaki chodząc po domach i dworach z „po-

nym razem wielkim kolcem blokowano jej drzwi.

Na ten wieczór powszechnie przygotowywano potrawę z mąki pszennej lub żytniej, zwaną lemieszka. Zjadano ją uderzając się wzajemnie łyżkami po buziach i smarując sąsiadom okna, by w „Nowe Lato wszyscy mieli usta pełne chleba”. Równie silne znaczenie symboliczne miało obsypywanie się ziarnem owsa, co gwarantowało obfite zbiory.

Stary i ogólnie znany obyczaj nakazywał, by w Sylwestrowy wieczór ukraść coś sąsiadowi dla żartu i skłonić go do wykupienia tego przedmiotu już w



J. Kossak „Bal rzemieślników”

Nowy Rok. Za wykupne zwykle organizowano zabawę. Wierzono, że posiadanie w ten wieczór w domu cudzych rzeczy dobrze wróżyło na Nowy Rok.

Samo „Nowe Lato”, czy też jak my mówimy Nowy Rok, witano w domach bochnem chleba pięknie ułożonym na stole. Był to znak i nadzieja obfitości na najbliższe miesiące. Chleb, wraz z solą, przykryty śnieżno-białym obrusem, czekał też jako posiłek dla niespodziewanego gościa.

mar

Dlaczego z wiekiem czas wariuje?

Im jesteśmy starsi, tym bardziej wydaje się nam, że czas przyspiesza, że mamy go coraz mniej. Dlaczego tak się dzieje i czy naprawdę starzejemy się coraz szybciej? Nad tą zagadką naukowcy łamią sobie głowy od dawna. Oprócz fizyków, badających upływ czasu w związku z teorią względności Einsteina, są wśród nich także psychologowie, neurofizjologowie, socjologowie, filozofowie i teolodzy.

Dochodzą do różnych ciekawych przemyśleń i wyników. Stwierdzili między innymi, że czas jest odczuwany odmiennie przez ludzi i zwierzęta, różnie mierzony na Ziemi i w kosmosie, inaczej upływa w zależności od tego, czy jest mierzony w ruchu, czy spoczynku. Przekonujące wyjaśnienie fenomenu „czasoprzyspieszacza” zdaje się dostarczać modna ostatnio nauka zwana kognitywistyką, zajmująca się opisem działania ludzkiego umysłu. Łączy psychologię poznawczą, neurologię, filozofię i lingwistykę. Połączenie tak wielu różnych dziedzin ma na celu znalezienie odpowiedzi na zasadnicze pytanie – w jaki sposób działa nasz umysł, jak przetwarzamy informacje, jak wpływają one na nasze postrzeganie świata.

Konstrukcja naszego umysłu powoduje, że rzeczywistość przejawia się według określonych zasad, których podłożem są prawa i reguły matematyczne. Z ich istnienia często nie zdajemy sobie sprawy, a znacząco wpływają one na nasze myślenie i podejmowane decyzje. Najważniejszą zasadą opisującą postrzeganie zmysłowe jest prawo Webera – Fechnera. Mówi ono o relacji pomiędzy bodźcami, jakich doświadczamy, a reakcją na nie naszego układu nerwowego. Zgodnie z nim rejestrowane przez naszą świadomość wrażenia są postrzegane przez subiektywną skalę pomia-

ru, która nie jest proporcjonalna do rejestrowanej siły bodźców. Co to znaczy? Najprościej to wyjaśnić za pomocą znanej wszystkim skali logarytmicznej Richtera podawanej w mediach przy okazji trzęsień ziemi. Każdy kolejny stopień oznacza około dziesięciokrotnie większą energię wyzwalaną w czasie wstrząsu. Podobnej skali używa nasz mózg. Ta jego właściwość jest prawdopodobnie zabezpieczeniem przed nadmiernym dopływem bodźców z otoczenia. Zwiększa zakres postrzegania naszych zmysłów. Dzięki temu możemy odbierać zarówno dźwięki ciche, jak i bardzo głośne, widzieć ledwo co żarzący się płomień, a także intensywnie świecący reflektor, czuć delikatny dotyk oraz intensywny masaż. Mózg działa jak potencjometr logarytmiczny. Chcąc coś dwa razy głośniej usłyszeć nie wystarczy, że zwiększymy natężenie dźwięku dwukrotnie, musimy je zwiększyć aż dziesięciokrotnie! Chcąc mieć w pokoju dwa razy jaśniej musimy kupić żarówkę emitującą dziesięciokrotnie większe natężenie światła.

Jednak przez to, że wrażenie słuchowe nie jest proporcjonalne do natężenia dźwięku, nie jesteśmy w stanie precyzyjnie go ocenić. Nawet osoby obdarzone idealnym słuchem muzycznym są w stanie precyzyjnie rozpoznawać wysokość, a nie natężenie dźwię-

ku. Tworzy to pewne problemy w stosowaniu różnego rodzaju sygnalizacji ostrzegawczych, których działanie zależy od poprawnej ludzkiej oceny poziomu natężenia emitowanego dźwięku. Podobnie jest z układem wzrokowym. „Wzmacnia” on słabe oświetlenie, a „tłumi” bardzo jasne. Widoczne to jest w problemach pojawiających się przy fotografowaniu zimą na tle śniegu bez światłomierza, a także obiektów o różnych jasnościach leżących obok siebie. Często prowadzi to do niedoświetlenia lub prześwietlenia zdjęć.

Rok to nie zawsze to samo. Okazuje się, że stosując odpowiednią interpretację prawa Webera-Fechnera można również wyjaśnić fenomen przyspieszającego z wiekiem czasu. Zmiany, których doświadczamy na tarczy naszego subiektywnego zegara psychologicznego, zależą od poziomu odniesienia, czyli naszego aktualnego wieku. Im jesteśmy młodszy, tym czas bardziej się dłuży. Im bardziej wiekowi, tym coraz bardziej przyspiesza. Dlaczego? Dla dziecka, które ma 10 lat, następne 10 oznacza drugą połowę życia. W tym czasie postarzeje się dwukrotnie. Dlatego będąc dziećmi tak wolno stajemy się dorośli! Dla 50-lataka 10 lat to zaledwie jedna piąta tego co przeżył, a dla stulotka to już tylko jedna dziesiąta. Widać stąd, że od wieku 10 lat do 100 ten sam okres czasu był przeżywany w różnym tempie. Ostatecznie subiektywnie uległ aż dziesięciokrotnemu skróceniu. Wynika to nie tyle z tego, że czas faktycznie przyspiesza, ile ze struktury naszego umysłu i sposobu przetwarzania przez niego informacji.

Telefony: 075 75 242 54, 075 75 231 83

Informują i doradzają

TELEFONICZNY PUNKT INFORMACJI – TELEFON ZAUFANIA – to nazwa programu realizowanego od kwietnia przez Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych, a dofinansowanego z budżetu miasta Jelenia Góra.

– Podstawowym naszym zadaniem – mówi jego koordynator pani **Teresa Adamowicz** – jest

pomaganie ludziom niepełnosprawnym w rozwiązywaniu ich problemów społecznych, społecznych i zawodowych. Tematy poruszane przez telefonicznych rozmówców dotyczą właściwie prawie wszystkich dziedzin życia. Ludzie pytają się, przykładowo, jak załatwić sprawy w ZUS-ie, dofinansowanie z Państwowego Funduszu Rehabili-

tacji Osób Niepełnosprawnych, pomoc z MOPS-u, kartę parkingową, gdzie można wypożyczyć sprzęt rehabilitacyjny, interesują się kursami organizowanymi przez Sejmik, przede wszystkim komputerowymi, zwracają nam uwagę na liczne jeszcze w mieście bariery architektoniczne. Nie brakuje skarg na urzędników, a nawet na uciążliwych sąsiadów.

W miarę naszych możliwości udzielamy odpowiedzi od razu, ale przede wszystkim kontaktujemy rozmówców ze współpracującymi z nami specjalistami z różnych dziedzin: psychologami, socjologami, doradcami zawodowymi, duchownymi, lekarzami, a głównie prawnikami, którzy mają najwięcej pracy.

Wraz z moimi koleżankami, **Kazimierą Gronostaj i Jolantą Żyżnowską**, zapraszam od poniedziałku do piątku od godziny 10.00 do 16.00. Czekamy przede wszystkim na telefony, ale można też przyjść osobiście do siedziby Sejmiku przy ul. Grabowskiego 7 w Jeleniej Górze.

Wil



Od lewej: Kazimiera Gronostaj, Teresa Adamowicz i Jolanta Żyżnowska

Wprowadzić jednakowe procedury

Małopolski Sejmik Organizacji Osób Niepełnosprawnych zwrócił się do Ministra Pracy i Polityki Społecznej z prośbą o rozwiązanie problemów proceduralnych utrudniających, z punktu widzenia osoby niedosłyszącej, uzyskanie refundacji ze środków PFRON na zakup aparatów słuchowych.

Z rozporządzenia wspomnianego ministra z 25 czerwca 2002 roku wynika, że starać się o dofinansowanie należy poprzez Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie (PCPR) oraz Miejskie Ośrodki Pomocy

Społecznej (MOPS). W wyniku różnej interpretacji przepisów instytucje te wprowadziły odrębne procedury. Efektem jest wydłużony okres oczekiwania na refundowane aparaty słuchowe. Dlatego Małopolski Sejmik proponuje między innymi przyjęcie w obu instytucjach ujednoliconej praktyki rozpoczynania rozpatrywania wniosków o refundację na podstawie zaświadczenia o przyjęciu „zlecenia na zaopatrzenie” w NFZ.

Apel popiera KSON.

Zebrał milion podpisów

Od stycznia do 3 października Europejskie Forum Osób Niepełnosprawnych (EDF) prowadziło kampanię „One Million for Disability”. Jej celem było zebranie przynajmniej miliona podpisów pod apelem, w którym niepełnosprawni domagają się przestrzegania ich praw w Europie.

Podstawowe postulaty ujęte w apelu to:

1. Ustanowienie prawa, które chroniłoby osoby niepełnosprawne przed dyskryminacją, usunęło istniejące bariery i zapobiegało tworzeniu nowych; stwarzało im równe możliwości i zapewniało równy udział we wszystkich dziedzinach życia.
2. Szybkie podpisanie i ratyfikacja przez Unię Europejską oraz jej państwa członkowskie Konwencji ONZ o Prawach Osób Niepełnosprawnych.
3. Określenie konkretnych środków i działań zmierzających do równego traktowania niepełnosprawnych dzieci w procesie edukacji i w życiu społecznym poprzez politykę regionalną, krajową i europejską.
4. Określenie konkretnych środków i działań zmierzających do równego traktowania niepełnosprawnych w zatrudnianiu.
5. Podjęcie na poziomie krajowym działań zmierzających do likwidacji zamkniętych placówek, w których mieszkają osoby niepełnosprawne i stworzenie im godnych warunków życia, zapewniając usługi wspomagające oraz ich finansowanie z różnych źródeł, w tym unijnych.
6. Włączenie podstawowych standardów dotyczących dostępności i niedyskryminacji jako kryterium we wszystkich instrumentach finansowania, w tym z funduszy UE, aby zapobiegać tworzeniu nowych barier.
7. Upowszechnianie statystyk i informacji na temat sytuacji osób niepełnosprawnych, aby podnieść poziom świadomości społecznej oraz stworzyć podstawy do stanowienia przepisów prawnych i podejmowania inicjatyw skutecznie chroniących ich prawa.

8. Stworzenie powszechnych standardów i przepisów prawnych, zapewniających pełny dostęp do towarów i usług na terenie Unii Europejskiej.

Apel z podpisami przekazano Komisji Europejskiej i Parlamentowi Europejskiemu.

*

Europejskie Forum Osób Niepełnosprawnych (EDF) powstało w 1997 roku. Jest organizacją skupiającą europejskie i krajowe organizacje osób niepełnosprawnych, a także rodziców osób niepełnosprawnych, którzy nie mogą samodzielnie reprezentować swoich interesów oraz dochodzić swoich praw. Celem Forum jest wpływanie na instytucje unijne, by tworzyły takie prawo, które podniesie poziom życia i ułatwi codzienne funkcjonowanie niepełnosprawnych obywateli UE.

Pierwszym sukcesem EDF i kamieniem milowym na drodze do osiągnięcia tego celu było przyjęcie art. 13 Traktatu Amsterdamskiego (1997 r.), który ustanawia prawne gwarancje ochrony osób niepełnosprawnych oraz zobowiązuje UE do podejmowania działań na rzecz ich praw.

ZUS będzie bez barier

Prezes Zakładu Ubezpieczeń Społecznych zobowiązał dyrektorów oddziałów wojewódzkich do przedstawienia planu usunięcia barier architektonicznych we wszystkich placówkach.

Budynki mają być dostosowane do potrzeb niepełnosprawnych ruchowo. Wszędzie tam gdzie ich nie ma zostaną dobudowane podjazdy i windy. Zaplanowano modernizację sanitariatów, a jako pierwsza przeszła ją toaleta w Centrali ZUS przy ul. Czerniakowskiej w Warszawie.

Koszt całej operacji szacuje się na ponad 60 milionów złotych, w związku z czym prace rozciągną się na kilka lat.

Likwidacja barier architektonicznych ma również posłużyć zwiększeniu zatrudnienia niepełnosprawnych w ZUS.

Zdaniem kierownictwa tej instytucji w przeważającej większości są oni bardzo zaangażowani, sumienni i koleżeńscy w pracy.

Kto może parkować na „kopertach”?

Jedynym dokumentem do tego uprawniającym osoby niepełnosprawne jest karta parkingowa. Obowiązuje ona nie tylko na terenie Polski, ale także na obszarze Unii Europejskiej. Trzeba jednak pamiętać, iż w poszczególnych krajach członkowskich istnieją odrębne przepisy wynikające z prawa drogowego danego państwa, a co się z tym wiąże odrębne ulgi i uprawnienia dla niepełnosprawnych.

Kartę parkingową mogą uzyskać osoby posiadające ważne orzeczenia o znacznym, umiarkowanym i lekkim stopniu niepełnosprawności. W tym ostatnim przypadku powinni w orzeczeniu posiadać kod R lub N. Mogą się też o nią ubiegać placówki zajmujące się opieką, rehabilitacją lub edukacją niepełnosprawnych.

Wydaje ją starosta, za co pobierana jest opłata w wysokości ustalonej przez ministra odpowiadającego za transport. Informacje o tym gdzie należy składać dokumenty udzielane są w Powiatowym Zespole do spraw Orzekania o Niepełnosprawności. A dokumenty te to kserokopie orzeczenia o stopniu niepełnosprawności (należy mieć ze sobą oryginał do potwierdzenia) oraz dowodu osobistego. Trzeba też dostarczyć fotografię o wymiarach 3,5 x 4,5 cm, a na miejscu wypełnia się wniosek na odpowiednim formularzu oraz uiszcza opłatę skarbową. Na wydanie karty oczekuje się zwykle kilka dni.

Osoba niepełnosprawna o obniżonej sprawności ruchowej, kierująca pojazdem samochodowym oznaczonym kartą parkingową umieszczoną za przednią szybą w miejscu widocznym, umożliwiającym jej odczytanie, może korzystać z miejsc

parkingowych z tak zwaną „kopertą”, a także nie stosować się do niektórych znaków drogowych. Dotyczy to również kierujących pojazdem przewożącym osobę o obniżonej sprawności ruchowej oraz pracowników placówek zajmujących się opieką, rehabilitacją lub edukacją niepełnosprawnych pozostających pod ich opieką.

Wspomniane znaki drogowe, do których można się nie stosować, to:

- B-1 – zakaz ruchu w obu kierunkach,
- B-3 – zakaz wjazdu pojazdów silnikowych z wyjątkiem motocykli jednośladowych,
- B-3a – zakaz wjazdu autobusów,
- B-4 – zakaz wjazdu motocykli,
- B-10 – zakaz wjazdu motorowerów,
- B-35 – zakaz postoju,
- B-37 – zakaz postoju w dni nieparzyste,
- B-38 – zakaz postoju w dni parzyste,
- B-39 – strefa ograniczonego postoju.

Wszystkie przepisy dotyczące karty parkingowej stosowane są także do osób, które posługują się taką kartą wydaną poza granicami Polski.

Osoby posiadające orzeczenia równoważne z orzeczeniami o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności (dawna I i II grupa lub całkowita niezdolność do pracy) także mają prawo ubiegać się o wydanie karty parkingowej. Posiadacze orzeczenia równoważnego z orzeczeniem o lekkim stopniu niepełnosprawności mogą ją uzyskać po dostarczeniu zaświadczenia lekarskiego potwierdzającego ograniczoną sprawność ruchową.

Dla kogo lokal socjalny?

Zaspokajanie potrzeb mieszkaniowych należy do zadań gminy. Musi ona zapewnić lokale zastępcze i socjalne, gdy w gospodarstwach domowych są niskie dochody oraz wydzielić ze swoich zasobów część mieszkań z przeznaczeniem na wynajem jako lokale socjalne.

Powinny one nadawać się do zamieszkania pod względem wyposażenia i stanu technicznego. Po-

wierzchnia przypadająca na jednego członka rodziny najemcy nie może być mniejsza niż 5 metrów kwadratowych, a w przypadku osób samotnych – 10 metrów. Należy jednak pamiętać o tym, że takie mieszkanie przeważnie ma obniżony standard.

Lokal socjalny może być przyznany jeśli zainteresowany nie będzie mógł sam wynająć mieszkania w normalnym trybie i nie ma tytułu prawnego

• W świecie paragrafów •

do żadnego lokalu. Dochody jego gospodarstwa domowego nie powinny przekraczać wysokości określonej w uchwale rady gminy. Każda więc wskaźnik ten określa sama, dlatego przed podjęciem starań o lokal socjalny należy się zapytać o jego wysokość, podobnie jak o określone uchwałą zasady wynajmowania lokali znajdujących się w zasobach gminy. Powinny one określać:

– wysokość dochodu gospodarstwa domowego, która uzasadnia oddanie w najem lokalu na czas nieoznaczony i lokalu socjalnego,

– warunki zamieszkiwania kwalifikujące wnioskodawcę do ich poprawy,

– kryteria wyboru osób, którym przysługuje pierwszeństwo zawarcia umowy najmu lokalu na czas nieoznaczony i lokalu socjalnego,

– warunki dokonywania zamiany pomiędzy najemcami lokali należących do tego zasobu, a osobami zajmującymi je w innych zasobach,

– tryb rozpatrywania wniosków o najem lokali na czas nieoznaczony i socjalnych oraz sposób poddania tych spraw kontroli społecznej,

– postępowanie w stosunku do osób, które pozostały w lokalu opuszczonym przez najemcę lub w którego najem nie wstąpiły po jego śmierci,

– oddawanie w najem lokali o powierzchni użytkowej przekraczającej 80 metrów kwadratowych.

Umowa najmu lokalu socjalnego zawierana jest z lokatorem na czas oznaczony, jednak po jego upływie można przedłużyć ją na następny okres pod warunkiem, że najemca nadal znajduje się w sytuacji uzasadniającej zawarcie takiej umowy. Stawka za czynsz nie może przekraczać połowy stawki najniższego czynszu obowiązującego w gminie. W razie wzrostu dochodów najemcy ponad wysokość określoną w uchwale, od dnia ustania najmu do czasu opróżnienia lokalu powinien on

co miesiąc uiszczać odszkodowanie w wysokości odpowiadającej czynszowi, jaki właściciel mógłby otrzymać z tytułu jego najmu. Jeżeli odszkodowanie nie pokrywa strat, właściciel ma prawo żądać odszkodowania uzupełniającego. Gmina może wypowiedzieć najem lokalu socjalnego bez zachowania terminu wypowiedzenia, jeżeli lokator uzyskał tytuł prawny do innego mieszkania i może go używać.

Kiedy najemca wykracza w sposób rażący lub uporczywy przeciwko porządkowi domowemu, czyniąc uciążliwym korzystanie z innych lokali w budynku, lokator lub właściciel jakiegoś mieszkania w tym domu może wytoczyć powództwo o rozwiązanie przez sąd stosunku prawnego uprawniającego do używania lokalu. Sąd może orzec jego opróżnienie, czyli eksmisję i jednocześnie przyznać uprawnienie do otrzymania lokalu socjalnego. Sytuacja ta nie dotyczy jednak: kobiet w ciąży, małoletnich, niepełnosprawnych, ubezwłasnowolnionych, obłożnie chorych, emerytów i rencistów spełniających kryteria do otrzymania świadczenia z pomocy społecznej, osób o statusie bezrobotnego i innych określonych w uchwale rady gminy. W tym przypadku istnieje obowiązek przyznania lokalu socjalnego, chyba że zainteresowani mogą zamieszkać w innym mieszkaniu niż dotychczas używane.

W przypadku osób małoletnich, ubezwłasnowolnionych oraz niepełnosprawnych uprawnienie to dotyczy również sprawujących nad nimi opiekę i wspólnie z nimi zamieszkujących.

Obowiązek zapewnienia lokalu socjalnego określonego w wyroku sądu ciąży na gminie, w której znajduje się lokal podlegający eksmisji.

Opracował Grzegorz Andrzejewski

ZAPRASZAMY DO ODWIEDZENIA NOWEJ AKTYWNEJ STRONY INTERNETOWEJ KARKONOSKIEGO SEJMIKU OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Znajdziesz na niej między innymi: informacje o bieżącej działalności Sejmiku oraz stowarzyszeń i organizacji wchodzących w jego skład • porady prawne • Biuletyn Informacyjny PFRON • ogłoszenia • trasy turystyczne dostępne dla niepełnosprawnych • miesięcznik TU i TERAZ, także w wersji mówionej.

www.kson.pl

Mediacja w sprawach karnych

Jak informowaliśmy w poprzednim numerze do siedziby Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych (ul. Grabowskiego 7, tel. 075 75 242 54, 075 75 231 83) mogą się zgłaszać osoby zainteresowane skorzystaniem z usług mediatora sądowego w sprawach karnych DOROTY GNIEWOSZ.

Mediacja jest stosowana praktycznie w każdym rodzaju spraw karnych, o ile obie strony (oskarżony i pokrzywdzony) wyrażą na to zgodę. Skierować sprawę do mediatora może też, za zgodą stron, sąd, a w postępowaniu przygotowawczym prokurator. Jest to zalecane zwłaszcza wtedy, gdy sprawcę i pokrzywdzonego łączy znajomość, więzi pokrewieństwa lub sąsiedztwa, kontakty zawodowe.

Spotkanie z mediatorem musi odbywać się w miejscu bezpiecznym i neutralnym. Nie może to być mieszkanie stron, budynek sądu, miejsce dostępne dla osób postronnych.

Zasadami mediacji są: dobrowolność, bezstronność, poufność, neutralność i akceptowalność (strony muszą zaakceptować osobę mediatora i uzgod-

nione z nim zasady prowadzenia rozmów).

Celem mediacji jest: pojednanie pomiędzy sprawcą a pokrzywdzonym, zadośćuczynienie lub naprawienie szkody wyrządzonej przez sprawcę (zwrot kosztów poniesionych przez pokrzywdzonego, praca na rzecz społeczności lokalnej lub pokrzywdzonego, przeproszenie, wyrażenie skruchy), przyjęcie przez sprawcę odpowiedzialności za popełnione czyny, przywrócenie ładu społecznego.

Korzyści z mediacji odnoszą obie strony. Przede wszystkim stwarza ona szansę na ponowne poprawne wzajemne relacje pomiędzy nimi. Pokrzywdzony może szybko i skutecznie uzyskać zadośćuczynienie, a także uzyskać przeprosiny, a sprawca wybaczenie.

W sprawach z oskarżenia prywatnego w razie pojednania stron postępowanie umarza się, a z oskarżenia publicznego ma to wpływ na wymiar kary. Sąd może m.in.: zastosować nadzwyczajne jej złagodzenie, odstąpić od wymierzenia przy przestępstwach zagrożonych karą pozbawienia wolności nie przekraczającą 3 lat, warunkowo umorzyć postępowanie, zastosować warunkowe zawieszenie wykonania kary.

*

DOROTA GNIEWOSZ jest wpisana do wykazu osób godnych zaufania uprawnionych do przeprowadzania postępowania mediacyjnego w sprawach karnych przez Prezesa Sądu Okręgowego w Jeleniej Górze. Odbyła teoretyczne i praktyczne szkolenie mediacyjne w trakcie studiów podyplomowych w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej w Warszawie. Ukończyła również warsztaty komunikacyjne i motywacyjne prowadzone przez Instytut Szkoleń Megalit w Krakowie oraz kurs komunikacji interpersonalnej w Wyższej Szkole Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi. Jest członkiem Stowarzyszenia Instytut Rozwiązywania Konfliktów z siedzibą w Warszawie, zrzeszającego mediatorów z całego kraju.

and

Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych dziękuje

burmistrzom: **KARPACZA, KOWAR, PIECHOWIC, SZKLARSKIEJ PORĘBY**
wójtom: **JANOWIC WIELKICH, JEŻOWA SUDECKIEGO, MYŚLAKOWIC,
STAREJ KAMIENICY, PODGÓRZYNA**

**za ufundowanie nagród dla laureatów
VIII Jarmarku Kulturalnego**

Adresy i telefony



KARKONOSKI SEJMIK OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH *Organizacja pożytku publicznego*

KRS 0000100516 • Data założenia: 27.03.2001 r.

Adres: ul. Grabowskiego 7 • 58 500 Jelenia Góra • tel.: 075 75 242 54

Punkt Informacji – Telefon Zaufania: tel./fax 075 75 231 83

www.kson.pl • e-mail: biuro@kson.pl • NIP: 611-24-47-442

STOWARZYSZENIA I ORGANIZACJE OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

- **KARKONOSKI KLUB AMAZONEK**
Dyżury członków zarządu: czwartki, godz. 16.00,
Klub Nauczyciela przy ul. Bankowej 15 w Jeleniej
Górze, tel.: 075 755 44 12
- **KOŁO POLSKIEGO ZWIĄZKU NIEWIDOMYCH**
ul. Grabowskiego 7, 58-500 Jelenia Góra,
tel.: 075 75 249 31
Dyżury członków zarządu: wtorki i czwartki,
godz. 9.00-13.00, pierwszy czwartek miesiąca
– godz. 13.00-17.00.
Zarząd Okręgu Dolnośląskiego PZN ma swoją siedzibę
przy ul. Grunwaldzkiej 12B we Wrocławiu (kod 50-355),
tel.: 071 32 132 02.
- **STOWARZYSZENIE OSÓB DIALIZOWANYCH
„DIALIZA”**
ul. Bohaterów Września 18/5, 58-560 Jelenia Góra
– Cieplice, tel.: 075 64 293 05
- **ODDZIAŁ TERENOWY POLSKIEGO TOWARZYSTWA
WALKI Z KALECTWEM**
pl. Piastowski 21, 58-560 Jelenia Góra – Cieplice,
tel.: 075 75 571 63, 0607 604 587
- **KOŁO MIEJSKIE POLSKIEGO STOWARZYSZENIA
DIABETYKÓW**
ul. Grabowskiego 7, 58-500 Jelenia Góra,
tel.: 075 75 327 36, 0609 892 888
Dyżury członków zarządu: środy, godz. 15.00-17.00
Adres korespondencyjny: ul. B. Chrobrego 12/3,
58-500 Jelenia Góra
- **TOWARZYSTWO CHORYCH NA STWARDNIENIE
ROZSIANE**
ul. Moniuszki 3/18, 58-506 Jelenia Góra,
tel.: 075 75 410 79
- **POLSKI ZWIĄZEK EMERYTÓW, RENCISTÓW
I INWALIDÓW** ul. Wojska Polskiego 25, 58-500
Jelenia Góra, tel.: 075 75 221 61.
Biuro czynne: od wtorku do piątku w godz. 9.00-12.30.
Rejon obejmuje zasięgiem działania powiaty: złotoryjski,
lwówecki, jeleniogórski oraz miasto Jelenia Góra.
- **STOWARZYSZENIE OSÓB PRZEWEKLE CHORYCH
„POMOCNA DŁOŃ”** ul. Grabowskiego 7,
58-500 Jelenia Góra, tel.: 075 75 231 83
- **POLSKI ZWIĄZEK GŁUCHYCH**
ul. Grabowskiego 7, 58 500 Jelenia Góra,
tel.: 075 75 258 01
- **POLSKIE STOWARZYSZENIE NA RZECZ OSÓB
Z UPOŚLEDZENIEM UMYSŁOWYM
KOŁO W JELENIEJ GÓRZE**
ul. Waryńskiego 14, tel./fax: 075 75 259 61,
075 76 478 18
- **JELENIOGÓRSKIE STOWARZYSZENIE RODZIN
I PRZYJACIOŁ DZIECI Z ZESPOŁEM DOWNA**
ul. Rataja 18/31, 58 500 Jelenia Góra, kontakt
– Marzena i Janusz Wielocha, tel. 075 75 51 705,
0 607 587 103, e-mail: jwielocha@wp.pl,
www.jgora.darzycia.org
- **STOWARZYSZENIE LARYNGEKTOMOWANYCH**
KSON, ul. Grabowskiego 7, 58 500 Jelenia Góra,
tel. 075 75 242 54, lub 075 64 38 595
(Zbigniew Czarnecki)
- **ZWIĄZEK INWALIDÓW SŁUCHU** (w stadium organizacji)
KSON, ul. Grabowskiego 7, 58 500 Jelenia Góra,
tel. 075 75 242 54
- **JELENIOGÓRSKI KLUB SPORTOWO-
REHABILITACYJNY**, ul. Kiepury 17/31, 58-500 Jelenia
Góra, tel. 075 76 43 571, 0601 952 560

PUNKT INFORMACJI – TELEFON ZAUFANIA KSON 075 75 231 83

Obsługa: Teresa Adamowicz, Jolanta Żyżnowska, Kazimiera Gronostaj

- Pomagamy osobom niepełnosprawnym w rozwiązywaniu problemów społecznych, socjalnych i zawodowych.
- Udzielamy porad psychologicznych i prawnych.
- Podpowiadamy jak walczyć z barierami architektonicznymi.
- Osoby zgłaszające się do nas kontaktujemy ze specjalistami z różnych dziedzin.

Punkt Informacji współpracuje z Zespołem Doradców i Specjalistów, w skład którego wchodzi:

Szef Zespołu **Ewa Knychas** psycholog (poniedz. i środy w godz. 10:00-12:00)

Irena Kawałek – specjalista ds opieki społecznej (środy w godz. 10:00-12:00)

Maria Karpińska – specjalista ds socjalnych (poniedz. w godz. 10:00-11:00)

Maria Kawwa Geringer – psycholog, doradca zawodowy (czwartki w godz. 10:00-11:00)

Małgorzata Jadwińska-Komada – doradca zawodowy (wtorki w godz. 11:00-12:00)

Andrzej Broniszewski – specjalista ds rehabilitacji leczniczej (czwartki w godz. 11:00-12:00)

Ewa Kisiel – lekarz okulista (termin do uzgodnienia)

Marek Nałęcz Socha – radca prawny (poniedz. w godz. 10:00-12:00)

Bartosz Nowak – aplikant radcowski (czwartki w godz. 10:00-12:00)

Zdzisław Wojtas – doradca w sprawach wypadków komunikacyjnych (termin do uzgodnienia)

ks. Henryk Bujak – wsparcie duchowe (termin do uzgodnienia)

ks. Marian Matula – wsparcie duchowe (termin do uzgodnienia)

Czekamy od poniedziałku do piątku, od godz. 10.00 do 16.00!

Punkt dofinansowany jest z budżetu miasta Jelenia Góra

Adresy i telefony

POWIATOWE CENTRA POMOCY RODZINIE

Jelenia Góra:

– ul. Podchorążych 15, e-mail: pcpr@pcpr.jgora.pl (powiat ziemski)

Telefony:

sekretariat – 075 64 732 77,

osoby niepełnosprawne

– 075 64 732 82

fax – 075 64 732 78.

Dojechać można autobusem MZK nr 1

Dział Rehabilitacji Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej

– pl. Piastowski 21, tel. 075 75 588 02, e-mail: mopsjg@wp.pl

Kamienna Góra:

– ul. Armii Ludowej 7, tel. 075 74 445 70

Lwówek Śląski:

– Morcinka 7, tel. 075 782 56 41

MIEJSKIE I GMINNE OŚRODKI POMOCY SPOŁECZNEJ

Jelenia Góra – ul. Słowackiego 13, tel. 075 75 239 51

Gryfów Śląski – Ubocze 300, tel.: 075 78 137 81

Janowice Wielkie – ul. Kolejowa 2, tel. 075 75 155 33, e-mail: gopsjanowice@poczta.onet.pl

Jeźów Sudecki – ul. Długa 63, tel. 075 71 322 54, e-mail: gops@jezowsudecki.pl, www.jezowsudecki.pl

Kamienna Góra – al. Wojska Polskiego 10a, tel. 075 64 666 71

Karpacz – ul. Krótka 4, tel. 075 76 185 95

Kowary – ul. Pstrowskiego 7, tel. 075 71 821 13, e-mail: mopskowary@neostrada.pl

Lwówek Śląski – ul. Morcinka 7, tel. 075 78 256 41, e-mail: PCPRLwówekSlaski.pl

Lubawka – ul. Kamiennogórska 23, tel. 075 74 118 00, e-mail: ops1lub@poczta.onet.pl

Lubomierz – pl. Wolności 1, tel. 075 78 331 39

Marciszów – ul. Szkolna 4b, tel. 075 74 106 52, e-mail: marcogops@wp.pl

Szklarska Poręba – ul. Sikorskiego 8, tel.: 075 71 721 46, e-mail: mopszklarska@epf.pl

Świeradów Zdrój – ul. 11 Listopada 35, tel.: 075 78 163 21 wew. 21

Wleń – ul. Ogrodowa 8, tel.: 075 71 365 83

OGŁOSZENIA

dotyczące spraw istotnych dla osób niepełnosprawnych

(sprzęt rehabilitacyjny,

zamiana mieszkań,

poszukiwanie opiekunów, itp.)

redakcja TU I TERAZ

przyjmuje BEZPŁATNIE.

Kontaktować się należy

w tej sprawie

z Biurem Sejmiku.

POWIATOWY URZĄD PRACY W JELENIEJ GÓRZE

ul. Podchorążych 15, tel. 075 6473160 do 162,

fax 075 6473163,

e-mail: wrje@praca.gov.pl, www.jeleniagora.ibip.pl

FILIA

DOLNOŚLĄSKIEGO WOJEWÓDZKIEGO URZĘDU PRACY CENTRUM INFORMACJI I PLANOWANIA

KARIERY ZAWODOWEJ

al. Wojska Polskiego 18, tel. 075 76 479 66 wew. 110,
tel./fax 0757522754, e-mail: wrjeciz@praca.pl, www.dwup.pl

STRONY INTERNETOWE O PRACY

www.praca.gov.pl – serwis informacyjny urzędów pracy

www.1praca.gov.pl – Program „Pierwsza Praca”

www.epuls.praca.gov.pl – pośrednictwo pracy na terenie Polski

www.bezrobocie.org.pl – strona Programu „Bezrobocie – co robić?”

www.eures.praca.gov.pl – EURES to sieć współpracujących publicznych służb zatrudnienia pomagających znaleźć pracę w krajach Unii Europejskiej oraz Norwegii, Islandii i Szwajcarii

Ponadto między innymi:

www.praca.onet.pl

www.praca.wp.pl

www.praca.interia.pl

www.praca.pl

www.jobsales.pl

ZAKŁADY PRACY CHRONIONEJ DZIAŁAJĄCE W JELENIEJ GÓRZE

PPHU OMEGA

ul. Powstańców Śląskich 22
tel.: 075 76 473 99

SIMET S.A.

al. Jana Pawła II 33
tel.: 075 64 714 00

PPU PROINVAL S.A.

ul. Wojewódzka 5a
tel.: 075 75 59 317

ZP-H WIREX

ul. Karola Miarki 42
tel.: 075 76 782 44

ZAKŁAD USŁUG GOSPODARCZO-SOCJALNYCH ANTEMA

ul. Fabryczna 1, tel.: 075 75 570 03,
fax: 075 75 570 20
adres do korespondencji:
al. Jana Pawła II 8a,
58-506 Jelenia Góra

DUKO S.J.

Z. D. Drapiej, A. Dawiec
ul. Sobieskiego 60
tel.: 075 76 762 64

ZAKŁAD USŁUG ORTOPEDYCZNYCH

ul. Chrobrego, pawilon 438a
tel.: 075 75 233 55

DOZORBUD

ul. Ogińskiego 6
tel.: 075 64 221 16

PRZEDSIĘBIORSTWO USŁUGOWE JAREX

ul. Krótka 1
tel.: 075 76 471 91

SPÓŁDZIELNIA USŁUGOWA PIAST

ul. Grabowskiego 7
tel.: 075 75 337 52

IMPEL SECURITY

ul. 1 Maja 80
tel.: 075 64 567 00

EUROIMPEX

ul. Sudecka 42
tel.: 075 76 787 77
e-mail: office@euroimpex.pl

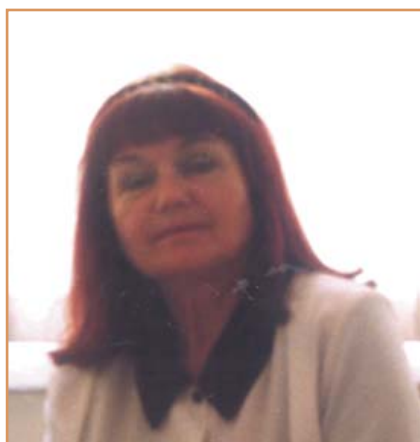
POWIATOWE ZESPOŁY ORZĘKANIA O NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

Jelenia Góra (ziemski i grodzki) – ul. Wojska Polskiego 18,
tel. 075 75 227 54

Kamienna Góra – ul. Armii Ludowej 7,
tel. 075 74 446 50

Lwówek Śląski – ul. Morcinka 7, tel. 075 78 220 44

Inspirowana pięknem Piechowic



URSZULA MUSIELAK pochodzi z Krakowa. W 1946 roku wraz z rodziną przyjechała do Piechowic. Mieszka w tym mieście do dzisiaj w otoczeniu pól i wzgórz, co nie pozostaje bez wpływu na tematykę jej twórczości. Jest optymistką pozytywnie nastawioną do ludzi, a przede wszystkim zwierząt. Koty, psy i ptaki zawsze znajdują u niej schronienie.

Wiele lat przepracowała w

Jeleniogórskich Zakładach Farmaceutycznych. Po przejściu na emeryturę bierze czynny udział w zajęciach Karkonoskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, przede wszystkim występując w kabarecie. W jego programach często wykorzystuje własne teksty.

Od 2006 roku pani Urszula jest członkiem Stowarzyszenia W Cieniu Lipy Czarnoleskiej.

URSZULA MUSIELAK

Moja mała Ojczyzna

– W mojej małej Ojczyźnie
ścielą się piękne widoki:
Śnieżkę i Zamek Chojnik
codziennie witam
ze swych okien.

– Jest ścieżka wiodąca
na groby...
gdzie rodziny mojej
są gości...
w skupieniu tam się
modlę...
uchodzą ze mnie
tu złości.

– W mojej małej Ojczyźnie
widzę wiele cierpienia
zwierząt porzuconych
przez ludzi
co serce mają
z kamienia...

– Wrażliwe moje serce
chce dać im
trochę chleba,
przytulić i pogłaskać,
przecież niewiele
im trzeba.

– Moja mała Ojczyzna
często jest
zaśmiecona...
rodzi się we mnie
pytanie
dlaczego jest tak
paskudzona?

– W mojej małej Ojczyźnie
widzę ludzi
w potrzebie...
trzeba czas dla nich
znaleźć...
wesprzeć słowem
i chlebem.

Zima

– Po długiej jesieni
przyjechała zima,
ciekawe jak długo
u nas się zatrzyma?

– Igiełeczki śniegu
na drzewach się świecą,
a mnie latka lecą
oj! lecą i lecą...

– Usiadła na płocie
czarno – biała sroka,
rozgląda się wkoło...
nie jest jej wesoło.

– Wesoło też nie jest
pieskowi z podwórka
chłody idą tęgie
a tu licha budka.

– Koty też nie lubią
jak w ogon im dmucha,
wołą siedzieć w domu
bo tu ciepło chucha.

– Zima mnie nie martwi,
lubię dużo bieli,
gdy patrzę wkoło
tak ładnie się ścieli.

Brzoza

Płakałam nad złamaną brzozą
młodziutką, świeżą i zieloną
ledwo swe listki rozwinęła,
a już ujrzałam ją zemdloną
zrobiła to nikczemna ręka
dlaczego?
po co?

– tego nie wiem...
wiem tylko,
że ten widok
ogromna dla mnie
to udręka.

Pusty talerz

Dla wielu ludzi, panie redaktorze, święta stanowią spory problem finansowy, szczególnie dla tych, którzy posiadają liczną rodzinę, a ta uważa, że nigdzie nie panuje tak radosna i sympatyczna, wigilijna atmosfera jak u cioci. W tej sytuacji jest ona zmuszona złożyć wizytę w najbliższym banku i poprosić o wyjątkowo korzystny kredyt dla rencistów.

Ja takich problemów nie mam, a na świętach wychodzę nawet finansowo do przodu. Rozumiem, że wzbudziłam zainteresowanie pana redaktora, dlatego od razu wyjaśniam, iż wspomniany wyżej korzystny rezultat osiągam wykorzystując staropolski obyczaj, a konkretnie rzecz ujmując pusty talerz dla niespodziewanego, zgłodniałego gościa, który powinien stać na wigilijnym stole w każdym szanującym się domu.

Gdy na naszym narodowym nieboskłonie załbysnie pierwsza gwiazdka wyruszam w teren. Wybieram mieszkanie, gdzie słycać w miarę duży chór mający w repertuarze kolędy. Jak jest tyle ludzi, to i sporo zagrychy muszą mieć. Dzwonię, przedstawiam się jako zdrożona wędrowczyni

i siadam przy pustym talerzu. Jak go nie ma, to zabieram sąsiadowi. Ważne jest, panie redaktorze, aby zbyt nie przejmować się reakcją domowników, nie zwracać uwagi na ich zdziwione miny lub złowrogie spojrzenia. Zapełniam talerz oraz inne kieliszki i spokojnie sobie konsumuję.

Za jakieś pół godziny rozlega się dzwonek u drzwi i ukazuje się w nich mój stary na wózku inwalidzkim w charakterze kolędnika. Różne ma on talenty, przykładowo potrafi wypić pomidorową prosto z talerza, bez użycia łyżki, ale głosu to mu natura nie dała. Przeważnie więc po pierwszej zwrotce gospodyni zbiera ze stołu jadło i napoje, aby wręczyć je kolędnikowi, w czym gorliwie jej pomagam. Do pasterki obskoczmy w ten sposób ze dwie, trzy rodziny. Moglibyśmy więcej, ale bariery architektoniczne powodują, że mój stary nie wszędzie może wjechać. Ale i tak zapasów żywności starcza nam na kilka tygodni.

Niezależnie od tego czy pan redaktor zechce pójść w moje ślady, czy też nie, z okazji świąt i Nowego Roku życzę wszystkiego najlepszego!

Ziuta Kokos



Małżeństwo z trzydziestoletnim stażem siedzi przed telewizorem. Mężczyzna czymś się trapi. Wreszcie zdobywa się na odwagę:

– Muszę ci to powiedzieć, choć by miało wpłynąć na nasze wspólne życie. Ukrywałem to przed ślubem i przez wszystkie lata małżeństwa. Mam pewną wadę... Jestem daltonistą!

– To nie jest aż taka straszna wada. Ja też coś przed tobą ukry-

Śmiech to zdrowie

wałam. Wcale nie pochodzę spod Radomia, jak zawsze mówiłam, tylko... z Nigerii.

*

Dwóch więźniów szykuje się do ucieczki.

– Postawimy przy bramie drabinę i ją przeskoczmy – mówi jeden z nich. – Sprawdź, jak wygląda sytuacja.

Po chwili drugi wraca.

– Z ucieczki nici.

– Dlaczego?

– Bo brama jest otwarta.

*

Niewidomy dotyka tarke:

– Takich bzdur to jeszcze nigdy nie czytałem!

– Szeffie przyszedł sms.

– Niech wejdzie.

*

– Chodźmy pogratulować Władkowi. Dziecko mu się urodziło.

– A co ma?

– Wyborową.

*

Niewidomy z psem wchodzi do baru, bierze zwierzę za nogę i kręci nim wokół.

– Co pan do licha robi? – pyta zdenerwowany barman.

– Rozglądam się!

*

– Panie majstrze, łopata mi się złamała.

– To się oprzyj o betoniarkę.