



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych

*Życzymy naszym Czytelnikom  
wszelkiej pomyślności na te Święta  
Bożego Narodzenia i cały Nowy Rok 2020*

Redakcja, Wolontariusze, Zarząd  
i współpracownicy pełnoletniego już KSON

# NIEPEŁNOSPRAWNI

# TU TERAZ

ISSN 1895 – 4987 EGZEMPLARZ BEZPŁATNY GRUDZIEŃ/STYCZEŃ 5/107/2019-2020

## Menu także w alfabecie Braille'a str. 22-23



[www.dtsklep.pl](http://www.dtsklep.pl)

**Obsługujemy:**

Apteki, Sklepy medyczne, Prywatne gabinety lekarskie, Kliniki,  
Domy Pomocy Społecznej, Zakłady Opiekuńczo-Lecznicze,  
Hospicja, Klientów Indywidualnych

- ✓ Pieluchomajtki i wkładki
- ✓ Materiały opatrunkowe
- ✓ Sprzęt rehabilitacyjny
- ✓ Sprzęt ortopedyczny

**NFZ**  
obsługujemy  
wnioski  
refundacyjne

**PARTNER**  
**TZMO SA**

DT Dolny Śląsk Sp. z o.o., 55-080 Sońnica 5A k/ Kątów Wrocławskich

tel. 71 316 74 81

Od stażysty do specjalisty .....	3
Odszedł ksiądz Kubek .....	4-5
JZO z darem serca .....	6
Przed wszystkim człowiek .....	7
Niewidomi po raz czwarty zaśpiewali w Krakowie ...	10-11
Z młodzieżą o transplantacji ....	12
Lodówki społeczne w Jeleniej Górze .....	14-15
Pierwsze objawy nie muszą być niepokojące ..	18-19
Mikołaj odwiedził dzieci w szpitalu .....	20-21
Menu także w alfabecie Braille'a .....	22-23
Integracyjna spartakiada w Miłkowie .....	24-25
Zobaczyć niewidzialne ....	26-27
Bella Mafia – to jest to! .....	29
Nowy blask serca nadwarciańskiego rodu ...	30-31
Odszedł ks. prałat Józef Stec ...	34
Janowiccy seniorzy dużo skorzystali .....	36
Nie myślę o tym, co jest... – list Czytelnika .....	40
W setne urodziny Tomaszewskiego .....	41
W konkursie z Dolne NGO wyróżniony KSON .....	44

## PFRON ogłosił zwycięzców w konkursie „Otwarte drzwi”

W Uniwersytecie Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie wręczono nagrody w XVI edycji konkursu na najlepsze prace naukowe poświęcone tematyce niepełnosprawności „Otwarte drzwi”.

Konkurs „Otwarte drzwi” tworzony jest z myślą o osobach z niepełnosprawnością. – Cieszę się, że jest on okazją do szukania innowacyjnych rozwiązań, które mają realny wpływ na lepsze funkcjonowanie osób niepełnosprawnych w życiu społecznym i zawodowym – mówił podczas gali Krzysztof Michałkiewicz, prezes zarządu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Nagrody przyznane zostały dla najlepszych prac magisterskich w trzech kategoriach: rehabilitacja społeczna, rehabilitacja zawodowa i rozwiązania technologiczne służące osobom niepełnosprawnym, a także rehabilitacja medyczna mająca wpływ na lepsze funkcjonowanie osób niepełnosprawnych w życiu społecznym i zawodowym.

Nagrodę główną z zakresu rehabilitacji społecznej otrzymała Katarzyna Frączek – za pracę poświęconą poczuciu piętna i dyskryminacji u osób chorujących psychicznie, korzystających ze środowiskowych metod wsparcia. Z zakresu rehabilitacji medycznej pierwsze miejsce uzyskała Aleksandra



Bawolska-Piszczałowska – za pracę „Rodzice dziecka zagrożonego niepełnosprawnością – (nie)obecność wsparcia”. Z kolei w kategorii Rehabilitacja zawodowa oraz rozwiązania technologiczne służące osobom niepełnosprawnym miejsce pierwsze zdobyła Nadzeya Avizhych – za pracę poświęconą adaptacji geograficznego atlasu Białorusi dla osób słabowidzących i niewidomych.

Nagrodę otrzymała również najlepsza, wśród zgłoszonych do konkursu, praca doktorska. Statuetka i honorarium w wysokości 8 tys. złotych trafiły do dr. Kamila Pietrowiaka, autora pracy „Świat po omacku. Społeczne i kulturowe ramy relacji, praktyk i odczuć osób niewidomych”.

**Źródło: pfron**

**NIEPEŁNOSPRAWNI  
TU i TERAZ**



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych

**BIULETYN DOFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW PFRON**

**Wydawca:** Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

**Redaktor Naczelny:** Robert Zapora. **Sekretarz redakcji:** Bożena Bryl-Chrzęszcz. **Zastępca Redaktora Naczelnego:** Anna Daskalakis

**Redakcja:** Andrzej Grzelak, Elżbieta Schubert, Remigiusz Stefaniak, Katarzyna Pietuszek – Radio KSON, Leszek Kosiorowski, Monika Żak, Ludmiła Wiśniewska (koordynator projektu), Przemysław Kaczałko, Grzegorz Kędziara, Jerzy Ogonowski, Andrzej Koenig, Dorota Pilecka, Wanda Milewska, Joanna Kapias

**Adres wydawcy i redakcji:** 58-500 Jelenia Góra, ul. Osiedle Robotnicze 47A, tel. 75 75 242 54, 795 650 990, e-mail: biuro@kson.pl

**Skład:** AD REM, 58-500 Jelenia Góra, al. Wojska Polskiego 91/1, tel. 75 75 222 15. **Druk:** Laser-Graf Wojciech Włostowski, 09-400 Plock, Kostrogaj 1. Nakład 8000 egz.

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

# „Od stażysty do specjalisty”

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych w ramach programu „Stabilne zatrudnienie: osoby niepełnosprawne w administracji i służbie publicznej” rozstrzygnął konkurs „Stażyta plus” dotyczący zorganizowania staży zawodowych oraz docelowo stworzenia dodatkowych miejsc pracy w jednostkach administracji rządowej, takich jak m.in. Policja, Straż Graniczna, Urzędy Wojewódzkie, a także między innymi agendy Ministerstw Inwestycji i Rozwoju i Ministerstwa Energii.

Miło jest nam poinformować, że spośród laureatów programu czterech organizacji pozarządowych w kraju, znalazł się również Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych. Będziemy w ramach dwóch równocześnie realizowanych zadań – mówi koordynatorka projektów Monika Żak – finansowali m.in. szkolenia zawodowe oraz płatne staże dla osób z wszystkimi stopniami niepełnosprawności. To nowość, bo dotychczasowe programy preferowały posiadaczy tylko znacznych i umiarkowanych stopni niepełnosprawności. Dotyczy to jednak osób niezatrudnionych, w wieku aktywności zawodowej, tj. dla kobiet do 60 roku życia, dla mężczyzn do 65 roku życia. Łącznie musimy zabezpieczyć – mówi M. Żak – około 300 stażystów-pracowników głównie na terenie województwa mazowieckiego, łódzkiego, śląskiego i dolnośląskiego.

Na Dolnym Śląsku staże rozpoczną się w lutym 2020 r. i odbywać się będą w Urzędzie Wojewódzkim we Wrocławiu oraz jednostkach Straży Granicznej w Lubaniu i Szklarskiej Porębie. To bardzo dobry kierunek

działania, bowiem dotychczas administracja rządowa i samorządowa ponosiła koszty wpłat na Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych z tytułu niezatrudniania tej grupy społecznej.

Warto nadmienić, że administracja rządowa i samorządowa to najpoważniejsi oprócz przed-

„**Udział w projektach „Stażysta-pracownik-specjalista” oraz „Od stażysty do specjalisty” jest bezpłatny.**”

siębiorców pracodawcy w Polsce. Pozostają jeszcze do wykorzystania dla osób z niepełnosprawnościami miejsca pracy w Urzędach Miast, Gmin i Urzędach Marszałkowskich, tj. jednostkach samorządu terytorialnego.

W czasie odbywania stażu, a także po nim, opiekę nad nowozatrudnionymi osobami będą sprawować trenerzy pracy oraz, w miarę potrzeb, asystenci funkcjonalni (zatrudnieni w ramach projektu).

W dotychczasowych projektach prozatrudnieniowych KSON-u w latach 2014-2019



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych



zакtywizowaliśmy zawodowo ponad 300 osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami (głównie ze znacznym i umiarkowanym stopniem niepełnosprawności), a 58 z nich utrzymało zatrudnienie powyżej sześć miesięcy, co jest bardzo dobrym wskaźnikiem. Z naszej praktyki wynika także, że większość naszych beneficjentów utrzymuje zatrudnienie dłużej, a pracodawcy przekonują się o rzetelności i sumienności niepełnosprawnych pracowników i coraz częściej „otwierają się” na ich zatrudnianie.

Rekrutację do projektów planujemy rozpocząć na początku grudnia br. Wszelkie informacje można uzyskać w siedzibie Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych, ul. Osiedle Robotnicze 47a w Jeleniej Górze, od poniedziałku do piątku w godzinach od 10:00 do 16:00, telefonicznie 800 700 025 oraz mailowo na [koordynator@kson.pl](mailto:koordynator@kson.pl).

M.Ż.

# „Był emanacją istoty wiary”

## Pożegnanie księdza Kubka

Wielki tłum tych, dla których był osobą bliską, pożegnał 28 listopada, na cmentarzu komunalnym w Piechowicach wyjątkowego kapłana, księdza Mariana Matulę – księdza Kubka.

Znany ze swojej wyjątkowej wrażliwości i życzliwości dla ludzi ksiądz M. Matula zmarł nagle 24 listopada w Michałowicach, w wieku 81 lat. Śmierć zastała go w drodze z domu do kościoła na niedzielną mszę.

Uroczystości pożegnania księdza Kubka trwały dwa dni. 27 listopada w kościele w Jagniątkowie, którego, zmarły był wieloletnim proboszczem, mszę celebrował ks. kanclerz legnickiej Kurii Biskupiej Józef Lisowski. Po nabożeństwie odbyło się czuwanie przy trumnie księdza. Dzień później, o godzinie 12.00 rozpoczęła się msza w Jagniątkowie pod przewodnictwem biskupa pomocniczego diecezji legnickiej Marka Mendyka. Wśród żegnających zmarłego nie zabrakło prezydenta Jeleniej Góry Jerzego Łuźniaka, posłanki Zofii Czernow, lekarza chirurga oraz poety Kazimierza Pichalaka



oraz siostrzenic księdza M. Matuli.

– Kiedy odchodzi ktoś, kto naprawdę potrafił kochać ludzi, to pustka po nim pozostaje ogromna – powiedział prezydent Jerzy Łuźniak. – Po nim

samym, i po miłości, którą nam ofiarowywał każdego dnia. Ludzie tacy, jak ksiądz Kubek nie muszą głosić kazań o miłości bliźniego, oni po prostu żyją miłością. Nie muszą przekonywać o tym, że skromność jest cnotą – oni pokazują to całym swoim

życiem. Nie muszą mówić o istocie wiary, skoro sami są jej emanacją.

Po mszy kondukt żałobny przejechał na miejsce wiecznego spoczynku księdza Kubka, czyli na cmentarz komunalny w Piechowicach.

Ksiądz Marian Matula do Piechowic przybył w 1974 roku jako wikariusz parafii pw. św. Antoniego. W ciągu swojego dwuletniego pobytu dał się poznać jako doskonały organizator czasu wolnego dla dzieci i młodzieży. W 1982 roku został proboszczem parafii pw. Miłosierdzia Bożego w Jagniątkowie. W 1995 r. w plebiscycie mieszkańców ksiądz Kubek został uznany za Człowieka Roku Miasta Piechowice, 5 lat później zdobył tytuł „Człowieka Roku





Nowin Jeleniogórskich” w plebiscycie tego czasopisma. W 2001 roku ze względów zdrowotnych musiał opuścić swoją parafię

i osiadł w Michałowicach. Ale choć na emeryturze – mocno angażował się w różnego rodzaju akcje społeczne.

W 2014 roku obchodził jubileusz 50-lecia święceń kapłańskich.

*Grzegorz Kędziora, R.Z.*

## WSPOMNIENIE...

**W niedzielę, 24 listopada, zmarł ksiądz Marian Matula, z Jagniątkowa. Ksiądz Kubek, tak się przedstawiał. – Nasz Kubek – mówili o nim mieszkańcy.**

Był pierwszą osobą, którą poznałam po przeprowadzce z Warszawy do Jagniątkowa. Pojawił się pewnego dnia przy mojej bramie i powiedział – Jestem Kubek, Kasiu.

Srebrzystowłosy, uśmiechnięty, skromnie wyglądający. Wtedy jeszcze nie wiedziałam, jak bardzo to wyjątkowy duszpasterz. Kilkunastominutowa rozmowa stała się początkiem przyjaźni i spowodowała, że częściej niż zazwyczaj zaczęłam bywać w kościele.

Ceniłam Go za mądrość i bezpośredniość. Nie tylko chyba ja, bo na kazania księdza Kubka przychodzili nie tylko mieszkańcy Jagniątkowa. Były normalne, nie napuszone...po prostu ludzkie. Kościelne dogmaty sprowadzał bowiem do realiów życia.

Interesowali Go ludzie, ich sprawy, problemy. Nie ma chyba w Jagniątkowie rodziny, w której życiu nie byłoby księdza Kubka. Chrzcił, udzielał sakramentów małżeństwa, towarzyszył

w ostatniej drodze życia. Dawał więcej niż miał i niczego nie chciał w zamian. Wyjątkowy Duszpasterz.

Mam wiele Jego książek, które zostawiał w mojej skrzynce na listy... zawsze z dedykacją, pisaną odręcznie. Dedykacją dla mnie, mojego męża... Kochana Kasiu, Drogi Włodku. I słowa, które się pamięta.

Kubeczku Kochany. 3 grudnia miałam dzwonić do Ciebie. To dzień Twoich urodzin. Niestety, ich nie doczekałam. Ale na zawsze zostaniesz w moim sercu. Czuję się wyróżniona, że mogłam Cię poznać.

Spoczywaj w spokoju.

*Katarzyna Pietuszko*

# JZO z darem serca

Większości mieszkańców regionu Jeleniogórskie Zakłady Optyczne kojarzą się z jednym z najstarszych zakładów produkcyjnych miasta. To zakład, który od 1948 roku zajmował się szkłem optycznym, produkując początkowo szklane, a potem plastikowe soczewki okularowe. Dzisiaj nazwa Jeleniogórskie Zakłady Optyczne symbolizuje właśnie skrót JZO S.A. – liczącego się na europejskim rynku producenta optyki okularowej.



Od ponad 20 lat załoga i kierownictwo JZO S.A. jest nie tylko odpowiedzialną ekonomicznie, ale również zaangażowaną społecznie firmą. Od 20 lat Jeleniogórskie Zakłady Optyczne wspólnie z Klubem Rotary oraz Miastem Jelenia Góra realizują akcję „Ratujmy wzrok dzieciom”. Polega to na współfinansowaniu badań przesiewowych uczniów jeleniogórskich szkół, którzy przebadani przez okulistów otrzymują recepty na szkła okularowe. Takie właśnie szkła ofiaruje bezpłatnie im sponsor – czyli JZO S.A., a do łańcucha ludzi dobrej woli dołączyli również optycy, którzy również bezpłatnie wprawiają szkła w oprawy.

Za całokształt swoich dokonań na rzecz środowiska osób słabowidzących JZO S.A. wyróżnione zostało tytułem Ambadora Ludzi Otwartych Serc, który wręczono w czasie Gali KSON w 2017 r.

– Dzisiaj – mówi Stanisław Marek z Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych – po raz kolejny dziękujemy załozdze i Zarządowi JZO S.A. za dar w postaci ponad 3000 szkieł kontaktowych różnego dioptrażu wraz z płynami konserwującymi. Szkła kontaktowe podziękowali – informuje Stanisław Marek – z Zarządem Głównym Polskiego Związku Niewidomych w Warszawie, dzięki czemu łatwiejszy dostęp do bezpłatnych soczewek będą mieli

nie tylko mieszkańcy regionu dolnośląskiego, ale również reszty kraju. Wartość darowizny to kwota 90 tys. zł.

Kto może otrzymać szkła kontaktowe? W tej sprawie trzeba się zgłosić e-mailem lub telefonicznie do struktur Polskiego Związku Niewidomych na terenie całego kraju lub do Sejmiku. Najlepiej mieć przy sobie parametry używanych szkieł, abyśmy wirtualnie mogli sprawdzić, czy taki dioptraż jest w naszym posiadaniu. Następnie bez żadnej recepty należy się zgłosić osobiście w KSON lub PZN w celu pokwitowania odbioru soczewek. Soczewki są wydawane bezpłatnie i wyłącznie na użytek własny.

Uroczyste przekazanie darowizny przez JZO S.A. nastąpiło w Warszawie w dniu 19 listopada 2019 r., w siedzibie PZN w Warszawie, w obecności sekretarza generalnego PZN Elżbiety Oleksiak, dyrektora Instytutu Tyflogicznego PZN Małgorzaty Pacholec, przedstawiciela JZO S.A. Magdaleny Janacek, prezesa KSON Stanisława Schuberta i prezesa Fundacji Instytut Rewalidacji Stanisława Marka. W czasie spotkania poruszano także problemy dostępu do usług medycznych nie tylko inwalidów wzroku.

**Lukasz Muraszko**  
Fot. Archiwum KSON



## Przede wszystkim człowiek

W Teatrze im. J. Osterwy w Gorzowie Wlkp. odbyły się 19 listopada 2019 r. XVIII Wojewódzkie Obchody dnia Pracownika Socjalnego, podczas których rozstrzygnięto Konkurs Wojewody Lubuskiego „Społecznik Roku 2019”.



Mottem przewodnim tegorocznej edycji Konkursu był „człowiek”.

Zwycięzcą w kategorii „Szczególne Osiągnięcia w Pomocy Społecznej” został **Rafał Deptuła** – kierownik Środowiskowego Domu Samopomocy w Krzyszczynce – za działania na rzecz rozwoju działalności ŚDS i współpracę ze środowiskiem lokalnym.

W kategorii „Przyjaciel Roku” laureatem został **Mieczysław Marczak** – koordynator grupy AA „Przyszłość” w Domu Pomocy Społecznej Nr 2 w Gorzowie



Wicewojewoda lubuski  
Wojciech Perczak

Wlkp. – za utworzenie i wolontarystyczne prowadzenie grupy AA „Przyszłość” w DPS Nr 2 w Gorzowie Wlkp.

W kategorii „Działania na Rzecz Środowiska Lokalnego”, nagrodzone zostało **Stowarzyszenie „Wsparcie” na rzecz Domu Pomocy Społecznej Nr 1 im. Marie Juchacz w Gorzowie Wlkp.** – za działalność na rzecz mieszkańców DPS Nr 1 w Gorzowie Wlkp.

W kategorii „Wydarzenie Roku” liderem została **Fundacja „Dogonić Marzenia – Catch The Dreams” w Gorzowie Wlkp.** – za realizację projektu pn. „Pomoc Przez Pasję” dla osób w kryzysie.

Wicewojewoda lubuski Wojciech Perczak w rozmowie z „Tu i Teraz” zauważył z zadowoleniem, że każdy pracujący w sferze pomocy społecznej podkreślał, iż najważniejszy w tym zawodzie jest uśmiech i radość drugiego człowieka, co potwierdza, że takie działania mają sens. Dalej wo-

jewoda zwrócił uwagę, że szczególne predyspozycje do pracy w obszarze pomocy społecznej nie są potrzebne. – Natomiast ludziom trzeba dać coś od serca – uważa wojewoda, zaznaczając, że samą metodyką techniczną nie osiąga się efektu przy współpracy z ludźmi. – Oprócz pomocy materialnej oni oczekują wsparcia duchowego, życzliwości czy empatii, tak jak tutaj dzisiaj było podkreślane – powiedział wicewojewoda Perczak. – Najbardziej optymistyczne jest to, że w tej sferze pracuje dużo ludzi młodych, a większość z nich mówiła o satysfakcji z uśmiechu podopiecznych, wymieniając to na pierwszym miejscu.

– Myślę, że jest to pierwotne źródło tego, co skłania młodych do podejmowania pracy niełatwej, co świadczy o tym, że nie są wyrachowani, natomiast podejmują trudne wyzwania społeczne i skutecznie w nich funkcjonują – dodał.

Do Konkursu wpłynęły 24 wnioski. Decyzją kapituły nominowanych do nagrody zostało 9 osób i instytucji.

Celem Konkursu „Społecznik Roku” jest promowanie działań pomocy społecznej, wspieranie rodziny i pieczy zastępczej.

Priorytetami tegorocznej edycji Konkursu były:

1. Człowiek – istota społeczna.
2. Jesteś dla mnie wyjątkowym człowiekiem.
3. Każdy człowiek ma swojego anioła.
4. Jesteś tym, co dajesz.

W okresie 18. edycji Konkursu, nominowanych było 171 osób i instytucji, przyznano 89 nagród.

*Wanda Milewska*

# Kilka kroków do zatrudnienia osób z niepełnosprawnością

Formalności i biurokracja – są najczęściej zmorą pracodawcy. Zatrudniając osobę z niepełnosprawnością również należy dopełnić pewnych procedur. Same zasady w tym zakresie przebiegają tak samo, jak przy zatrudnianiu każdej innej osoby.



Warto jednak zapoznać się z Ustawą o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych oraz, co jest oczywiste, z Kodeksem Pracy. Te dwa dokumenty regulują prawa i obowiązki pracodawcy i pracownika.

Pracodawca, który chce zatrudnić pracownika, kieruje go najpierw do lekarza medycyny pracy. To standardowy, pierwszy krok, którego trzeba dopełnić za każdym razem. Jeżeli praca na danym stanowisku jest zgodna ze wskazaniami zawartymi w orzeczeniu o niepełnosprawności wydanym przez lekarza orzecznika, osoba niepełnosprawna może podjąć pracę.

## STOPNIE

### NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

**Znaczny stopień niepełnosprawności** przyznawany jest osobie z naruszoną sprawnością organizmu, jako niezdolną do pracy lub zdolną do pracy jedynie w warunkach pracy chro-

nionej. Ten stopień wskazuje również na to, że osoba wymaga pomocy w pełnieniu ról społecznych oraz stałej lub długotrwałej opieki w związku z niezdolnością do samodzielnej egzystencji. Zgodnie z ustawą niezdolność do samodzielnej egzystencji rozumie się, jako niemożliwość zaspokajania swoich podstawowych potrzeb życiowych bez pomocy innych osób, czyli przede wszystkim samoobsługę, poruszanie się, komunikację oraz komunikowanie się z drugim człowiekiem.

Wśród przywilejów warto wspomnieć o czasie pracy i dodatkowej przerwie. Otóż **czas pracy** – nie może przekraczać 7 godzin na dobę i 35 godzin tygodniowo. Dodatkowo osoba ze znacznym stopniem niepełnosprawności nie może być zatrudniana w porach nocnych oraz nie może pracować w godzinach nadliczbowych (wyjątek stanowi praca przy pilnowaniu). Osobie ze znacznym stopniem niepełnosprawności przysługuje

30 minutowa przerwa podczas pracy, która jest wliczana do czasu pracy. Dodatkowa pauza jest przewidziana na wypoczynek lub na usprawniającą gimnastykę.

**Umiarkowany stopień niepełnosprawności** oznacza, że osoba niepełnosprawna ma zmniejszoną sprawność organizmu, a pracę może podjąć pod warunkiem, że stanowisko pracy zostanie przystosowane do jej potrzeb i możliwości. Oczywiście osoba z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności może podjąć zatrudnienie na otwartym rynku pracy. W żaden sposób nie jest zobowiązana do pracy w zakładzie pracy chronionej. Ludzie z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności mogą również wymagać częściowej lub okresowej pomocy z powodu ograniczonej możliwości do samodzielnej egzystencji.

Osobie z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności przysługuje dodatkowo 15 minutowa przerwa. Dzienny czas pracy nie powinien przekroczyć 7 godzin, a tygodniowo 35 godzin.

**Lekki stopień niepełnosprawności** nie ogranicza możliwości osoby niepełnosprawnej do wykonywania wybranego przez nią zatrudnienia. Może ona wykonywać każdą pracę, do której posiada kwalifikacje. Osoba z orzeczonym lekkim stopniem niepełnosprawności może samodzielnie egzystować, co oznacza, że nie wymaga pomocy drugiego człowieka.

Czas pracy osoby z lekkim stopniem niepełnosprawności – nie może przekraczać 8 godzin



na dobę oraz 40 godzin tygodniowo. Pracownik z tym stopniem niepełnosprawności ma również prawo do dodatkowej 15 minutowej przerwy.

Pracodawcy, którzy zatrudniają osobę niepełnosprawną może skorzystać z różnych form wsparcia, o czym informuje Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Jedną z nich jest **dofinansowanie do wynagrodzenia**.

Obecnie miesięczne dofinansowanie wynosi w przypadku:

- osoby o **znacznym stopniu niepełnosprawności** – 1800 złotych,
- osoby z **umiarkowanym stopniem niepełnosprawności** – 1125 złotych oraz
- osoby z **lekkim stopniem niepełnosprawności** – 450 złotych.

Powyższe kwoty dofinansowania zostały zwiększone o 600 zł w przypadku osób niepełnosprawnych ze schorzeniem szczególnym.

– Regularnie powtarzam, że osoby z niepełnosprawnością są efektywnymi pracownikami. Polskim pracodawcom często



brakuje wiedzy i wyobraźni. Nie mówiąc już o zwykłej empatii. Nie obawiamy się zatrudniać osób z orzeczeniem. Jeżeli podczas rekrutacji to właśnie ona wykazuje się najlepszym przy-

gotowaniem nie tracimy szans na to, aby budować efektywną firmę. Nie twórzmy barier. Jeżeli górę wezmą stereotypy, prędzej czy później będziemy znów zmuszeni do szukania specjalisty, któremu wcześniej odmówiliśmy pracy – tłumaczy Bartosz Koplin, prezes Fundacji On/Off.

Fundacja On/Off podkreśla, że w Polsce wciąż mamy niski poziom zatrudnienia osób z niepełnosprawnością. Ta sytuacja wynika m.in. z panujących stereotypów czy zwykłej ignorancji. Jednak można i należy ją zmienić. Obecnie Fundacja pracuje nad nową wersją portalu z ofertami pracy dla osób z niepełnosprawnością Diru.pl, który funkcjonuje od 2015 roku.

*Źródło: Fundacja On/Off*

## Młodzież pamięta o seniorach w ZOL-u

**Zakład Opiekuńczo-Leczniczy Caritasu Diecezji Legnickiej odwiedzili po raz kolejny wolontariusze z jeleniogórskich szkół.**

Z okazji Mikołajek do seniorów przybyli uczniowie Szkoły Podstawowej Nr 8 oraz Zespołu Szkół Ogólnokształcących i Technicznych.

Szkoła Podstawowa Nr 8 z Oddziałami Integracyjnymi i ZSOiT im. Śniadeckiego bardzo chętnie i prętnie z nami współpracują – nie kryła zadowolenia Dorota Malinowska, terapeutka zajęciowa w ZOL-u przy ul. Żeromskiego. – Dbają o naszych podopiecznych. Zawsze są z nami na Dzień Chorego, Boże Narodzenie, Mikołajki, Wielkanoc i przy innych okazjach – dodała D.

Malinowska. – Nasi podopieczni bardzo się cieszą, gdy odwiedzają ich młodzież. Są weseli, śpiewają, jest duża radość. Młodzież dzięki temu jest bardziej wrażliwa, otwarta na proces starzenia się – dodała terapeutka z ZOL-u Caritasu Diecezji Legnickiej.

– Na Wigilię również przyjdziemy – zapowiada Paulina Chocianowicz z ZSOiT. – Jak komuś sprawiamy radość, to my również jesteśmy szczęśliwi – dodała Natalia Moczulska z ZSOiT.

*Przemek Kaczałko*



# Niewidomi po raz czwarty zaśpiewali w Krakowie

W dniach 14-16 listopada br. odbył się Lions World Song Festival for the Blind „Sounds from the Heart”. Była to już czwarta edycja tego wydarzenia.

Festiwal po raz pierwszy odbył się w 2013 r. i od tego czasu jest organizowany w Krakowie co dwa lata przez cztery krakowskie Lions Clubs: Lions Club Kraków Stare Miasto, Lions Club Kraków Śródmieście, Lions Club Kraków Bona Sforza i Lions Club Stańczyk. Celem projektu jest stworzenie wydarzenia, które będzie budować świadomość na temat potrzeb i twórczości osób niewidomych, utalentowanych artystów. Funkcję dyrektora całego przedsięwzięcia pełni Jacek Legendziewicz z Lions Club Kraków Stare Miasto.

W trzech dotychczasowych edycjach Festiwalu (2013-2017) wystąpiło łącznie 68 wokalistów z 20 krajów i 4 kontynentów: Belgii, Czech, Francji, Gambii, Ghany, Gruzji, Holandii, Islandii, Litwy, Maroka, Meksyku, Polski, Rosji, Rumunii, Szwecji, Słowacji, Ukrainy, USA, Węgier i Włoch. W tym roku zgłoszenia do Festiwalu można było nadsyłać do 31 maja i do tego czasu zgłosiło się 22 wykonawców prawie ze wszystkich kontynentów. Swoje zgłoszenia nadesłali zarówno soliści, jak i 3 zespoły, w tym z tak odległych krajów jak Argentyna, Indie, Ghana czy Mongolia.

W tegorocznej edycji Festiwalu organizatorzy w bardzo interesujący sposób rozwiązyali udział w wydarzeniu wykonawców z Polski. Z inicjatywy Jacka Legendziewicza z Lions Club Kraków Stare Miasto oraz Urszuli Cioleszyńskiej z Lions Club Opole nawiązano współpracę z Polskim Związkiem Niewidomych Okręg



Zespół Classic Harmony z Irlandii – laureaci I miejsca na Festiwalu

Opolski. W wyniku tej współpracy PZN Okręg Opolski zorganizował w dniach 3-5 września 2019 r. I Ogólnopolski Przegląd Piosenki Osób Niewidomych. Szerzej o tym Przeglądzie pisaliśmy już w biuletynie *Niepełnosprawni Tu i Teraz*, nr 3/105/2019, *Dodatek Dobre Praktyki...*, s. 4-6, tutaj przypomnijmy tylko, że spośród 15 wykonawców koncertu finałowego profesjonalne Jury wyłoniło 3 wokalistki: Patrycję Baczyńską, Oliwię Maciejuniec i Annę Wereszczyńską, które reprezentowały Polskę w czasie tegorocznej edycji opisywanego Lions Festival w Krakowie. Ostatecznie do Krakowa nie dojechało trzech wykonawców: wokalistka z Grecji, zespół z Ghany i wokalista z Mongolii. W konsekwencji w dwóch koncertach eliminacyjnych, które odbyły się 14 i 15 listopada w Radiu Kraków, wystąpiło 22 wykonawców: 20 solistów, w tym trzy wymienione wyżej wokalistki z Polski, oraz dwa zespoły: z Gruzji i Irlandii. Koncerty te poprowadził Damian Pancierz.

Organizatorzy Festiwalu zadbali również o powołanie profesjonalnego Jury. W jego skład weszli: Sean Olohan (Przewod-

niczący), Maarten Willms oraz Krzysztof Szwejgier. Sean Olohan to pochodzący z Irlandii utalentowany muzyk, autor tekstów i wokalista. Maarten Willms przyjechał z Holandii, gdzie pracuje w ogólnokrajowej organizacji Royal Dutch Visio jako nauczyciel edukacji specjalnej. Visio to centrum wiedzy dla osób niewidomych i słabo widzących w każdym wieku, w tym osób z dodatkowymi niepełnosprawnościami. Działania tej organizacji mają m.in. na celu umożliwienie osobom z dysfunkcją wzroku niezależnego życia, nauki i pracy oraz upowszechnianie wiedzy specjalistycznej w tych dziedzinach. Krzysztof Szwejgier to polski kompozytor (m.in. muzyki teatralnej i filmowej), wykładowca, teoretyk muzyki. Współtwórca wielu premier w teatrach polskich i zagranicznych. Członek Polskiego Towarzystwa Estetycznego i Komitetu Repertuarowego Międzynarodowego Festiwalu Muzyki Współczesnej „Warszawska Jesień”.

Po zakończeniu dwóch koncertów w Radiu Kraków, Jurorzy wybrali tylko 10 wykonawców, którzy wystąpili 16 listopada

w koncercie galowym w legendarnym, krakowskim Teatrze im. Juliusza Słowackiego. Do finałowej dziesiątki zostali zakwalifikowani (kolejność według występu na scenie): Reliqvia (Gruzja), Izabela Diana Ihnatiuc (Włochy); Patrycja Baczyńska (Polska), Ankura Gupta (Indie), Tatia Mamukashvili (Gruzja), Anna Wereszczyńska (Polska), Már Gunnarsson (Islandia), Oliwia Maciejuniec (Polska), Daisy Opdebeeck (Belgia) oraz Classic Harmony (Irlandia).

Koncert finałowy Festiwalu, który poprowadzili Jerzy Kulkowski i Agnieszka Nowińska, rozpoczął się nieco wcześniej niż koncerty w Radiu Kraków, bo o godzinie 17.30. Przepiękna, trzypoziomowa, klimatyzowana widownia Teatru im. Juliusza Słowackiego w Krakowie, mogąca pomieścić około 600 osób, została wypełniona prawie do ostatniego miejsca. Na koncert przybyło wielu znamienitych gości, w tym przedstawiciele klubów Lions z całego świata. Koncert otworzył występ gościa specjalnego, Agaty Zakrzewskiej, uczestniczki pierwszej edycji Festiwalu. Następnie na scenę zaproszono Mariusza Szeiba, koordynatora projektu charytatywnego Freedom Charity Run, który wręczył czek na kwotę 30 tys. złotych Marcinowi Dębskiemu, pełniącemu obowiązki dyrektora Zespołu Szkół i Placówek „Centrum dla Niewidomych i Słabowidzących” w Krakowie przy ul. Tynieckiej 6. Po tym miłym akcencie, rozpoczęły się występy artystów finałowej dziesiątki. Występ każdego z nich był poprzedzony przygotowaną wcześniej multimedialną prezentacją, w której wykonawcy powiedzieli kilka słów o sobie. Po występnie całej dziesiątki została ogłoszona kilkunastominutowa przerwa, w czasie której publiczność mogła głosować na swoje-

go faworyta, dla którego została przewidziana specjalna nagroda w tej kategorii. Zaraz po zakończeniu przerwy, ale jeszcze przed ogłoszeniem laureatów nagród, zaśpiewali kolejni goście specjalni koncertu: Przemysław Cackowski z Polski, laureat poprzedniej edycji Festiwalu oraz zaprzyjaźnieni z Festiwalem czescy artyści – Radek Żalud i Peter Bazala. Po tych występach wręczono nagrody specjalne (kolejność przypadkowa): Ankura Gupta (Indie) – Nagroda Prezydenta Miasta Krakowa, Oliwia Maciejuniec (Polska) – Nagroda Radia Kraków, Tatia Mamukashvili (Gruzja) – Nagroda Bractwa Kurkowego, Daisy Opdebeeck (Belgia) – Nagroda Marszałka Województwa Małopolskiego, Reliqvia (Gruzja) – Nagroda Komitetu Organizacyjnego Festiwalu, Izabela Diana Ihnatiuc (Włochy) – Nagroda Centrum Macierz Polonii, Anna Wereszczyńska (Polska) – Nagroda Stowarzyszenia ZAIKS oraz Nagroda Polskiego Związku Niewidomych Okręg Opolski, Már Gunnarsson (Islandia) – Nagroda Dziennikarzy.

Po wręczeniu wymienionych nagród, na scenę zostali zaproszeni wszyscy członkowie Jury, którzy ogłosili werdykt, zgodnie z którym trzy pierwsze miejsca przyznano następującym wykonawcom: I miejsce – zespół Classic Harmony z Irlandii (1000 €, dyplom i statuetka), II miejsce – Patrycja Baczyńska z Polski (750 €, dyplom i statuetka), III miejsce – Már Gunnarsson z Islandii (500 €, dyplom i statuetka).

Na koniec wręczono specjalną Nagrodę Publiczności, którą otrzymał laureat III miejsca oraz Nagrody Dziennikarzy, Már Gunnarsson z Islandii. Koncert zakończył się wspólnym odśpiewaniem przez wszystkich artystów hymnu Festiwalu pt. „Winners”. Po kon-

cercie wykonawcy wraz z osobami towarzyszącymi oraz zaproszonymi gośćmi udali się na uroczysty bankiet do Hotelu Galaxy. Był to czas na rozmowy, pierwsze podsumowania i wymianę wrażeń.

W czasie trzech koncertów Festiwalu, które były bezpłatne, wykonawcom towarzyszyła krakowska orkiestra Sinfonietta Cracovia pod dyrekcją Jurka Dybała. Aranżacje wszystkich utworów przygotował Hadrian Tabęcki, dyrektor artystyczny i główny aranżer Festiwalu. Organizację Festiwalu trudno byłoby sobie wyobrazić bez koordynatorów całego projektu: Agnieszki Góralczyk i Damiana Panczerza.

Festiwal był wyjątkowym wydarzeniem. Niewątpliwie przyniósł on wszystkim uczestnikom i publiczności niezapomniane wrażenia i emocje. Niewidomi i słabo widzący artyści z wielu krajów świata mieli okazję zaśpiewać przy akompaniamencie profesjonalnej orkiestry symfonicznej na dużej scenie. Trzy festiwalowe dni w Krakowie były też szansą na spotkanie wielu ludzi pełnych pomysłów, pasji i chęci do działania. Organizatorzy zagwarantowali też uczestnikom udział w warsztatach muzycznych i zwiedzanie Krakowa. Należy podziękować wszystkim wspierającym ludziom zaangażowanym w organizację Festiwalu oraz wszystkim wokalistom i muzykom, którzy wzięli udział w projekcie. Gratulacje należą się również zwycięzcom 4. edycji Festiwalu oraz wszystkim wyróżnionym nagrodami specjalnymi. Może tylko cieszyć fakt, że organizatorzy już ogłosili datę piątej, jubileuszowej edycji Lions World Song Festival for the Blind, która odbędzie się w dniach 18-20 listopada 2021 r. A zatem... do zobaczenia w Krakowie!

*Włodzimierz Oźga*

# Z młodzieżą o transplantacji

W I Liceum Ogólnokształcącego im. Stefana Żeromskiego w Jeleniej Górze 27 listopada odbyło się spotkanie edukacyjne dla młodzieży na temat leczenia przeszczepami, prowadzone przez Agnieszkę Lepiesza – lekarzkę z Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego we Wrocławiu.

Spotkanie w I LO, czyli popularnym Żeromie, poprowadziła lek. Agnieszka Lepiesza z Kliniki Chirurgii Naczyniowej, Ogólnej i Transplantacyjnej Uniwersyteckiego Szpitala Klinicznego we Wrocławiu – co ciekawe, to absolwentka jeleniogórskiego „Żeroma”.

Prowadząca spotkanie omawiała rodzaje przeszczepów, kto może zostać dawcą, jak przebiega proces transplantacji i jak wygląda życie z przeszczepieniem.

Spotkania edukacyjne są elementami kampanii edukacyjno-informacyjnej Ministerstwa Zdrowia „Solidarnie dla transplantacji” pokazującej, że leczenie przeszczepieniem jest możliwe tylko przy solidarnej współpracy wielu osób, w tym: dawcy, biorcy i specjalistów.

Każdy z nas jest częścią tej metody – każdy z nas może okazać się potrzebną biorcą, każdy z nas może zostać dawcą – podkreślała Agnieszka Lepiesza.

Więcej informacji o leczeniu przeszczepieniem oraz o działaniach zaplanowa-



nych w ramach kampanii można znaleźć na stronie:  
[www.zgodanazycie.pl](http://www.zgodanazycie.pl).

*Przemek Kaczałko*

Kampania jest realizowana na zlecenie Ministerstwa Zdrowia i finansowana ze środków Narodowego Programu Rozwoju Medycyny Transplantacyjnej.



# Lekkoatletyczne mistrzostwa Kalisza

W dniu 21.11.2019 r. odbyły się jubileuszowe XV Międzynarodowe Halowe Mistrzostwa Kalisza Osób Niepełnosprawnych w Lekkiej Atletyce. Imprezie patronował Prezydent Miasta Krystian Kinastowski, który również ufundował jedną z nagród.



Organizatorem Mistrzostw była Fundacja Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie” Warsztat Terapii Zajęciowej oraz Klub Sportowy Osób Niepełnosprawnych „Bastion”, przy współorganizacji Ośrodka Sportu Rehabilitacji i Rekreacji



w Kaliszu, na którego obiekcie odbyły się zawody. W tegorocznych zawodach udział wzięło 18 zespołów z Polski oraz dwa z Charkowa i Odessy na Ukrainie. Łącznie w 8 konkurencjach, w kategoriach kobiet i mężczyzn, startowało ok. 160 zawodników i zawodniczek. Na hali lekkoatletycznej zgromadziło się w tym dniu blisko 300 osób.

W klasyfikacji zespołowej pierwsze miejsce zajął Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 im. Janusza Korczaka w Kaliszu, drugie ekipa z Warsztatu Terapii Zajęciowej i ZAZ-u w Wieruszowie a trzecie WTZ „Tęcza” z Ostrowa Wlkp. Wśród przybyłych gości mogliśmy zobaczyć Wiceprezydenta Miasta Kalisza Grzegorza Kulawinka, Mariana Durleja z rady miasta Kalisza, wicenczelników wydziałów



Kultury, Sportu i Turystyki oraz Spraw Społecznych i Mieszaniowych Urzędu Miejskiego w Kaliszu: Urszulę Bogaczyk i Janusza Sibińskiego. Sportowców pobłogosławił ks. kanonik Dariusz Bandosz, duszpasterz sportowców Diecezji kaliskiej. Na otwarciu zawodów z powodu długotrwałej kontuzji nie mógł być obecny Stanisław Bronz – Prezes Zarządu Fundacji „Miłosierdzie”, który nie omieszkał jednak, wzorem lat ubiegłych, ufundować nagrody dla zawodników. W organizacji mistrzostw bardzo pomogli nam sponsorzy: Piekarnia Stanisława i Mirosławy Paraczyńskich, Dorota i Romuald Bartosik z kawiarni „Muzealnej”, Piekarnia Olszyna Pana Grzegorza i Ewy Olszyna, oraz firma AGRICO z Pawłówka i Zakłady PROFI z Grabowa nad Prosną.

Organizacja imprezy na odpowiednim poziomie oraz zakup nagród i trofeów dla zawodników możliwe były dzięki współfinansowaniu mistrzostw ze środków PFRON, będących w dyspozycji Miasta Kalisza oraz środków własnych fundacji.

*Mariusz Patysiak*

# Lodówki społeczne w Jeleniej Górze!

„W życiu nigdy nie wiesz, co cię spotka, nigdy nie wiesz, czy to właśnie Ty nie będziesz potrzebował pomocy. Życie bywa nieprzewidywalne, więc bądź dobry dla innych. Pamiętaj – Karma wraca!” Taką filozofię wyznaje Jan Piontek, motorniczy tramwajów we Wrocławiu, pomysłodawca lodówek społecznych. W Jeleniej Górze od kilku miesięcy na osiedlu Zabobrze takie lodówki funkcjonują. Z jakim efektem? – oto nasz reporterski raport.

## Punkt przy Kiepury

Lodówka społeczna w tym miejscu stoi od kilku miesięcy z inicjatywy Jeleniogórskiej Spółdzielni Mieszkaniowej i dzięki współpracy z pobliskim sklepem spożywczym, dostarczającym energię, oraz firmą stawiającą stelaż lodówki.

– Mamy swój wkład w akcję, bo uważamy, że jest potrzebna. Codziennie zaglądam do lodówki. I widzę, że jedzenie, które przynoszą mieszkańcy z domów, także nasze ze sklepu, znika bardzo szybko – zauważa Anna Malec, współwłaścicielka sklepu spożywczego.

Kasza, pierogi, pizza, gołąbki, dzemy. W lodówce pojawia się to, co ludzie mają w domach.

– I nie zdarza się, że słoik jest otwarty, a jedzenie przeterminowane – cieszy się pani Anna. Ma świadomość, że jedzenie zostawiane w lodówce nie zawsze

trafia do najbardziej potrzebujących. Kiedyś panią, która systematycznie podjeżdżała samochodem i opróżniała lodówkę społeczną, zaprosiła na rozmowę. Nie wytrzymała bowiem, kiedy w upalny dzień kobieta zabrała z lodówki nawet wodę mineralną.

– Pomimo takich sytuacji, akcja jest bardzo potrzebna – upiera się Anna Malec.

## Punkt przy Różyckiego

– Pewnie, że duży tu ruch. O każdej porze dnia. Żywność do lodówki przynoszą ją, przynoszą starsi, młodzi, panie spacerujące z pieskami i pracownicy spółdzielni. Wszyscy przynoszą. Ile się da jedzenia, tyle nie będzie. Tak szybko zabierają – pani Asia, sprzedająca w sklepie naprzeciwko lodówki przy ulicy Różyckiego nie ma wątpliwości. Lodówka jest potrzebna. Mieszkańcy



wstawiają tu mandarynki i ciasta, zupę w słoiku, chleb, gołąbki. Nic się nie zmarnuje.

– Mówi się, że tylko pijacy zabierają. Ale to nie jest prawda. Rano młody chłopak tu zaglądał. Tak jak przynoszą w różnym wieku, tak i potrzebują w różnym wieku – sklepowa na tych, co przychodzą z plecakami i wszystko zgarniają z półki ma jedną radę: wkładać do lodówki jedzenie ratami. A nawet, jeśli jedzenie trafi do nałogowych kolekcjonerów tego sposobu zdobywania pożywienia, panią Asię nie opuszcza tolerancja:

– Lepiej dać, niż wyrzucić. Każdy się może znaleźć na różnym zakręcie życiowym – taką wyznaje zasadę.

Klientki i sklepowa Agnieszka w kolejnym miejscu takiej pewności już nie mają.

– Akcja jest fajna. Jestem za pomaganiem. Ale nie sprawdza się w Polsce. Naprawdę biedni nie mają okazji skorzystać z lodówki. Menele siedzą na ławkach obok



i co chwilę zabierają jedzenie. Niektórzy potem to nawet sprzedają darowany chleb. Słyszę, jak się głośno chwala: „widzisz, jak ja umiem załatwiać interesy. Mamy teraz kasę na wino”. Tak mówią – takie scenki zaobserwowała sklepowa Agnieszka. Kilkakrotnie widziała, że wyrwane drzwiczki stały obok lodówki. Za każdym razem pomysłodawcy ruchu lodówek społecznych naprawiali zniszczony sprzęt.

– Idea lodówek społecznych jest potrzebna. Ale nie w naszym kraju, nie w naszym środowisku – potakuje klientka pani Agnieszki. Sama zna tych, co czasem głodni chodzą. Dla nich takie lodówki są zbawienne. Ale nie ma pomysłu, jak zlikwidować nachalne zabieranie jedzenia przez koczujących całymi dniami na ławkach obok.

– Może lodówki powinny być otwierane na karty wydawane przez MOPS? – myśli głośno.

– Pijak też człowiek – sklepowa Agnieszka rozpatruje różne aspekty zjawiska. – Zwłaszcza starszy, który się przebudził do porządku. No tak, ale wcześniej zniszczył życie rodzinie. Nie, nie ma dobrego rozwiązania.

Sklepowa raz jeszcze chwali sam pomysł lodówek: „bo tyle jedzenia w domu ludzie marnują. Wyrzucają do kosza całe szynki. I paczki przeterminowanych pierogów. Szacunek do jedzenia mam. Nie marnotrawię. Mama w domu tego mnie nauczyła. A w społecznej lodówce jedzenie się nie zmarnuje”.

Klientka potakuje młodej sklepowej:

– Po wojnie nie było kawałka chleba. Dopiero się oszczędzało! Jak dziś widzę na śmietniku gołąbki, kotlety, pierogi, chleb, to serce boli. Przyznam się jak na spowiedzi: kiedyś paczkę pie-

rogów zabrałam ze śmietnika, odgrzałam. Ale były dobre! – ta klientka z lodówki korzystać nie musi. Pewnie, że emerytura czasem nie starcza do pierwszego kolejnego miesiąca. Ale ma szczęście: dzieci jej pomagają.

Szczęście mam i ja. Nie muszę długo czekać, żeby przez okno sklepu zauważyć, że młoda dziewczyna otwiera drzwiczki lodówki i wkłada tam zawinięte w folie drugie śniadanie. Marika jest uczennicą szóstej klasy:

– Kiedyś w naszym domu był pies – tłumaczy Marika – Jeśli nie zjadłam śniadania w szkole, pies dostawał kanapkę. Nie mam już psa. A w lodówce śniadanie się nie zmarnuje.

To prorocze słowa Mariki. Nie mija pół minuty, kiedy do lodówki podchodzi mężczyzna z teczką na pasku. Zabiera zawiniątko w srebrnej folii. To pan Stefan, lat 61, od maja bezdomny. Przyznaje, że często korzysta z tej formy pomocy: – Nawet bigos stąd ja dłem – mówi.

– Jeśli z tej pomocy skorzysta choć dziesięć procent ludzi biednych, nie tylko panowie nadużywający alkoholu, to dlaczego nie pomagają? A przecież nie ma możliwości weryfikowania naprawdę potrzebujących – dyskusję o lodówce przy ulicy Różyckiego kończy właściciel pobliskiego sklepu, pan Marcin.

*Małgorzata Potoczak-Pelczyńska*

## Pytania do Mirosława Garbowskiego, Prezesa Jeleniogórskiej Spółdzielni Mieszkaniowej

– Jak to się stało, że prezes spółdzielni mieszkaniowej organizuje akcję charytatywną?

– Inicjatywa moja, ale pomysł zaczerpnąłem z Wrocławia. Takie lodówki stawia tam Jan Piontek z Fundacji Weźpomóż.pl. Dostaliśmy od niego dwie lodówki. Z jednej strony spółdzielnia nie jest od tego, aby takie akcje prowadzić. Ale lodówki stoją w miejscu, gdzie mieszkają członkowie spółdzielni, którą mam przyjemność zarządzać. Oprócz zwykłej ludzkiej pomocy, do której wszyscy powinniśmy dążyć, to są także kwestie niemarnowania jedzenia.

– Uważa pan, że w Polsce są ludzie głodni?

– Oczywiście, że tak. Osobiście ich spotykam na osiedlu. Inna sprawa, jakie są tego przyczyny. Nie wnikam w to. Mam potrzebę pomocy i pomagam.

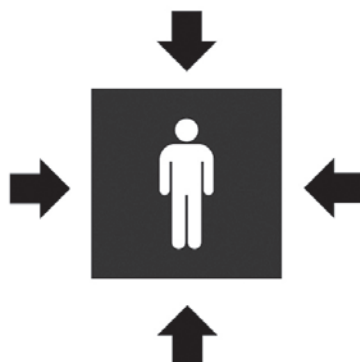
– Dając początek akcji, spo-

dziewał się pan, że ktoś podejmie temat i w Jeleniej Górze stanie więcej lodówek społecznych?

– Zdecydowanie tak. Przykro o tym mówić, ale myślałem, że organizacje powołane do takich zadań, pójdą za naszym przykładem. Pokazaliśmy, że można coś dobrego zrobić z niepotrzebnymi czy marnującymi się rzeczami. Powiem więcej. Na wiosnę przymierzmy się do ustawienia na osiedlu... społecznej szafy, gdzie będzie można zostawiać niepotrzebne ubrania.



**PROGRAM  
STABILNE ZATRUDNIENIE**



**ZAPRASZAMY DO UDZIAŁU W PROJEKTACH:**

**STAŻYSTA-PRACOWNIK-SPECJALISTA: WZMOCNIENIE  
KOMPETENCJI ZAWODOWYCH OSÓB  
Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI POPRZEC STAŻE  
W ADMINISTRACJI PUBLICZNEJ”**

**oraz**

**„OD STAŻYSTY DO SPECJALISTY: AKTYWIZACJA  
ZAWODOWA OSÓB  
Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI POPRZEC STAŻE  
W ADMINISTRACJI PUBLICZNEJ”.**



**Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych**

**Więcej informacji:  
[www.kson.pl](http://www.kson.pl) lub tel. 800700025 mail: [koordynator@kson.pl](mailto:koordynator@kson.pl)**



# List otwarty KSON-u do Prezydenta Jeleniej Góry

**Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych wystosował list otwarty do prezydenta Jerzego Łuźniaka w sprawie wyboru członków Powiatowej Społecznej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych przy Prezydencie Miasta.**

Szanowny Panie Prezydencie,  
w październiku br. przy Pańskiej akceptacji dokonano wyboru członków Powiatowej Społecznej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych przy Prezydencie Miasta.

W dotychczasowej praktyce w skład tej Rady rekomendowani i nominowani byli kandydaci zgłaszani przez organizacje pozarządowe o charakterze inwalidzkim, tj. osoby mające wsparcie w środowisku, z nim się identyfikujące i mające rozeznanie o autentycznych jego potrzebach. Po raz pierwszy w historii funkcjonowania PSRsON nie uwzględniono zgłoszonych kandydatur przez najliczniejsze i najaktywniejsze organizacje reprezentujące środowisko Osób Niepełnosprawnych.

W ten sposób pozbawiono reprezentacji i głosu doradczego:

1. Polski Związek Emerytów i Rencistów z kandydaturą Pani Zofii Antoszewskiej – około 400 członków z Jeleniej Góry (około 60% populacji emerytów to osoby niepełnosprawne),
2. Polskie Stowarzyszenie Diabetyków z kandydaturą Pana Tadeusza Gardziejewskiego – ponad 200 członków z Jeleniej Góry,
3. Karkonoska Akademia Aktywnych Seniorów z kandydaturą Pani Ireny Szydłowskiej – ponad 300 członków z Jeleniej Góry,
4. Polski Związek Niewidomych z kandydaturą Pani Iwony Tymniuk – około 400 członków z Jeleniej Góry,
5. Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych – z kandydaturą Pana Ryszarda Czosnyki, zrzeszający 12 organizacji po-

zarządowych o charakterze inwalidzkim, skupiających około 1000 osób z niepełnosprawnościami, przy równoczesnej zarejestrowanej obsłudze około 3000 niepełnosprawnych mieszkańców Jeleniej Góry w skali roku (zob. DOMINO IV za rok 2018).

Zauważyć trzeba, że w gronie Członków Społecznej Rady znalazły się osoby i organizacje nie mające ścisłego oparcia w szerokim środowisku osób niepełnosprawnych, zajmujące się problemem niepełnosprawności MARGINALNIE. Jedna osoba z nominowanych jest członkiem organizacji z siedzibą poza Miastem Jelenia Góra, a jednej osobie liczące się środowisko osób niepełnosprawnych wcześniej odmówiło rekomendacji.

Taka analiza dokonana w oparciu o zapisy statutowe i rozeznanie opinii środowiska o dotychczasowej aktywności stawia pod znakiem zapytania faktyczną reprezentację interesów niepełnosprawnych Jeleniogórczan.

Nasuwa się logiczny wniosek, że Komisja, która rekomendowała Panu skład nowej Rady, widać nie miała pojęcia o rzeczywistych działaniach organizacji pozarządowych i ich potencjale członkowskim.

Uzasadniając personalny dobór członków Rady informuje Pan, że część kandydatur miała poparcie JFOON-u, przy całym szacunku dla każdej organizacji zauważamy, że ogłoszenie naboru nie wymieniało dodatkowej punktacji za szczególne rekomendacje innych podmiotów, gdyby tak było, zadbalibyśmy o rekomendowanie naszych przedstawicieli jako Związek Stowarzyszeń z 18-letnią tradycją, z dużym

dorobkiem projektowym na rzecz środowiska, z budżetem ponad 6 mln zł w roku 2018 pozyskiwanym m.in. dla Jeleniogórczan spoza budżetu miasta (zob. sprawozdanie DOMINO IV za rok 2018).

W dniu dzisiejszym dotarła do nas informacja, że na sesji Rady Miasta (29.11.2019) będą podejmowane uchwały w sprawach wydatków na rzecz osób niepełnosprawnych w roku 2020. Dotarliśmy do informacji, że propozycje w tej sprawie zostały zaakceptowane przez nową PSRsON.

Informujemy Pana, że do dnia dzisiejszego ze strony członków tej Rady nikt nie konsultował tych założeń z członkami naszych organizacji, a wg naszej wiedzy inne organizacje inwalidzkie również o tych założeniach nie zostały poinformowane.

Istotą ruchu obywatelskiego, jaki reprezentują organizacje pozarządowe, jest przede wszystkim dialog i konsultacja. Jeżeli już na początku działalności Rady tego elementu zabrakło, to pod znakiem zapytania pozostaje merytoryczny dobór członków tego organu, jej przewidywalne przyszłe działania pozbawione konsultacji ze środowiskiem ON oraz Pana troska o realizację potrzeb tej grupy mieszkańców Jeleniej Góry.

W związku z tym, informujemy Pana, że przystępujemy do powołania Społecznej Rady Środowiska Osób Niepełnosprawnych o otwartym charakterze, która jako element ruchu obywatelskiego, będzie recenzować, opiniować tworzone przez Pana Urząd dokumenty oraz inicjować działania naprawcze mające na celu ochronę praw i interesów życiowych osób niepełnosprawnych na terenie naszego, wspólnego miasta Jeleniej Góry.

**Prezes KSON**  
**Stanisław Schubert**



# Pierwsze objawy nie muszą być niepokojące...

Rozmowa o chorobach otępiennych z mgr. Szymonem Trzebuniakiem – psychologiem, psychoterapeutą z Bolesławca

– *Ludzie chorzy żyją w zupełnie innej rzeczywistości niż nasza – mówi mgr Szymon Trzebuniak.*

**Katarzyna Pietuszko: Kiedy mamy do czynienia ze zwykłym starzeniem się organizmu, a kiedy z chorobą otępienną?**

Szymon Trzebuniak: Można powiedzieć, że każdemu z nas z biegiem czasu pewnych części mózgu zaczyna ubywać. Jest to wynik starzenia się. Ale nasz mózg, mimo to, jest w stanie dalej funkcjonować w miarę normalnie.

**– Kiedy jesteśmy w stanie zauważyć, że z bliską nam osobą dzieje się coś niedobrego?**

– Jeśli jesteśmy na codzien z taką osobą, zauważyć nam to łatwiej. Jeśli kontaktujemy się raz na jakiś czas – nieco trudniej. Wiele osób jest w stanie bardzo umiejętnie ukryć, że dzieje się z nią coś niedobrego. W sytuacjach, gdy widzimy, że ktoś nie jest w stanie o siebie zadbać, że wychodzi z domu i nie może do tego domu trafić, że wcześniej aktywna osoba zaczyna tę aktywność ograniczać, nagle przestaje czytać książki, oglądać telewizję, gdy są problemy z przypomnieniem sobie, gdzie się położyło klucze, kojarzeniem pewnych zdarzeń – powinno się zapalić czerwone światło. Od diagnozy, czy jest to już choroba otępienna, czy jeszcze nie, są

psychologowie, lekarze, psychiatry. W razie wątpliwości, zawsze można skorzystać z porady specjalisty.

**– I z takiej porady warto skorzystać szybko, bo choć choroby otępiennej nie da się wyleczyć, to można znacznie spowolnić jej przebieg.**

– Dokładnie, można ją spowolnić, a nawet na jakiś czas powstrzymać. Są leki, które ten proces mogą zahamować, przynajmniej częściowo. Są także leki, które mogą poprawić krążenie w głowie, są także terapie – poznawcze na przykład, podczas których przy odrobinie wysiłku ze strony osoby chorej, a także rodziny, można podjąć wysiłek, aby ta choroba mniej krzywdziła i przebiegała łagodniej.

**– Jakie jest podłoże chorób neurodegeneracyjnych?**

– To jest temat bardzo szeroki i nadal, jako specjaliści, nie jesteśmy pewni wszystkich faktów. Z pewnością część otępień ma podłoże genetyczne, inne mogą mieć podłoże związane z jakimiś urazami – wylewami, udarami. O niektórych nie jesteśmy w stanie powiedzieć, dlaczego u danej osoby stwierdza się otępienie.

**– Jak postępować z osobą chorą, jak z nią rozmawiać?**

– O ile na początku procesu chorobowego możemy z taką osobą racjonalnie rozmawiać, o tyle w miarę pogłębiania się

tego procesu, zaczyna to być coraz większym problemem. Ludzie chorzy żyją w zupełnie innej rzeczywistości niż nasza, więc warto w tym przypadku postępować bardziej emocjonalnie. Dla przykładu, gdy osoba mająca 80 lat wstaje o 4 rano i zaczyna się zbierać, bo jest przekonana, że ma dziś w pracy ważne zebranie – mówienie jej, że ma 80 lat i nie pracuje już od lat 20-tu, nie przekona jej. Zdecydowanie lepiej powiedzieć: oczywiście, masz dziś ważne spotkanie, ale przed tym spotkaniem nie możesz być głodna. Chodź, przygotujemy śniadanie. Nasze odwrócenie uwagi spowoduje, że ona za chwilę zapomni, że miała wychodzić. Czasem warto odwrócić uwagę, zamiast tłumaczyć. Czasem kłótnia może spowodować u niej smutek, a nawet złość.

**– Co poradzić rodzinom? To na nich w głównej mierze spoczywa opieka nad chorym.**

– Rodziny coraz częściej zwracają się z prośbą o wsparcie do różnych instytucji czy do specjalistów i to jest bardzo dobre. Tym bardziej, że statystyki mówią nam, że ponad 90 procent opieki nad chorym sprawuje jedna osoba – najczęściej jest to kobieta: żona lub córka – i niestety nawet najzdrowszy, najsilniejszy psychicznie i fizycznie, najbardziej kochający człowiek jest w stanie się opiekować ty-

dzień, miesiąc. Opieka przez kilka miesięcy czy kilkanaście lat nie pozostanie bez szwanku na zdrowiu opiekuna. Dlatego też pomoc dla rodzin jest bardzo ważna.

**- Na ile tryb życia, jaki prowadziliśmy, naszej aktywności umysłowej i ruchowej, ma wpływ na choroby otępienne ?**

- Tryb życia ma wpływ nie tylko w przypadku chorób otępiennych. Korzystanie z naszego mózgu, z naszego umysłu także na starość jest bardzo ważne. Ciągłe ćwiczenie umysłu poprawia jego funkcjonowanie. Również aktywność fizyczna ma wpływ na prawidłową pracę naszego mózgu – dostarcza mó-

zgowi większej ilości tlenu i glukozy. Warto też zwrócić uwagę na kontakty z innymi ludźmi. Pomagają uniknąć wielu zaburzeń.

**Dziękuję za rozmowę**

**rozmawiała  
Katarzyna Pietuszko,  
Radio KSON**

## OD 1 STYCZNIA ZLECENIA NA WYROBY MEDYCZNE NA NOWYCH ZASADACH

### Ma być lepiej

Narodowy Fundusz Zdrowia wprowadza nowy sposób realizacji zlecenia na zaopatrzenie w wyroby medyczne. Pacjent nie będzie musiał już odwiedzać oddziału NFZ w celu potwierdzenia zlecenia. Rocznie NFZ potwierdza około 3,5 mln takich zleceń.

Obowiązujący obecnie proces obsługi kart i wniosków na zaopatrzenie w wyroby medyczne wymaga wizyty pacjenta w placówce macierzystego OW NFZ (a w przypadku błędnie

wystawionych zleceń nawet kilkukrotnej).

Od przyszłego roku etap ten będzie znacznie uproszczony. Pacjent już podczas wizyty np. u lekarza będzie mógł uzyskać potwierdzenie zlecenia z Narodowego Funduszu Zdrowia i bezpośrednio udać się do właściwego punktu (sklepu), realizującego zlecenia na wyroby medyczne.

Nowe rozwiązanie NFZ poprawi dostępność do wyrobów medycznych wydawanych na zlecenie, szczególnie dla pacjentów z małych miejscowości, skąd do placówek Funduszu jest dale-

ko. Pacjent będzie mógł otrzymać od razu zlecenie gotowe do realizacji. Będzie miał też pewność, że zlecenie jest pozbawione błędów formalnych. Obecnie o ewentualnych błędach pacjent dowiaduje się najczęściej dopiero w trakcie wizyty w NFZ.

Zlecenia na zaopatrzenie w wyroby medyczne i zlecenia naprawy, które do dnia 31 grudnia 2019 r. zostały wystawione oraz wystawione i potwierdzone, będą realizowane na dotychczasowych zasadach, jednak nie dłużej niż do 31 grudnia 2020 r.

Korzyści dla pacjentów od 1 stycznia:

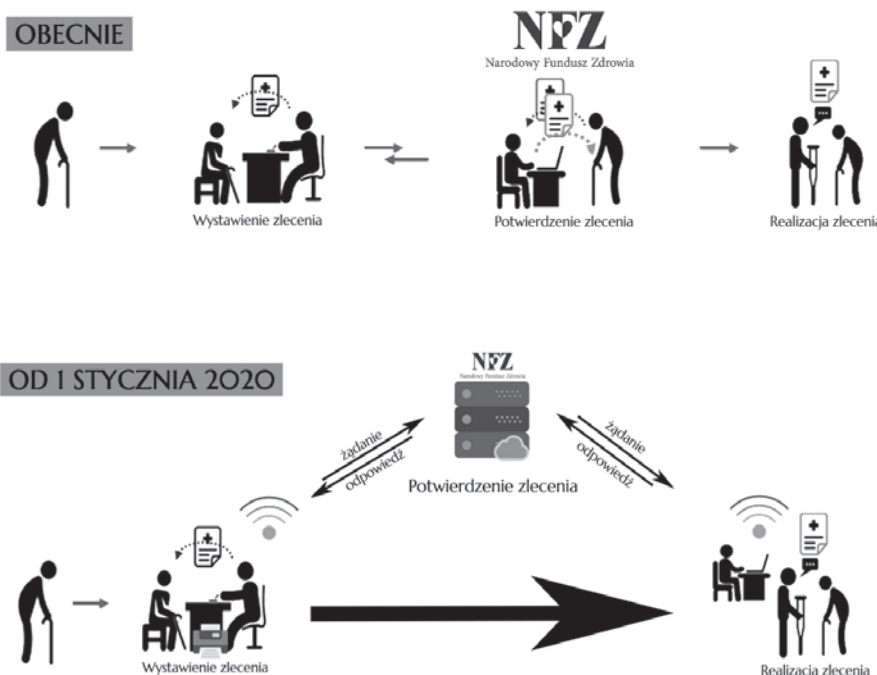
- brak potrzeby wizyty pacjenta w siedzibie OW NFZ w celu potwierdzenia zlecenia,

- możliwość korekty błędnie wystawionego zlecenia w trakcie wizyty po otrzymaniu zwrotnej informacji z systemu NFZ (obecnie korekta zlecenia wymaga ponownej wizyty pacjenta),

- oszczędność kosztów i czasu – szczególnie odczuwalna dla pacjentów mieszkających z dala od siedziby NFZ,

- wyeliminowanie konieczności wizyty pacjenta we właściwym OW NFZ zgodnie z rejonizacją wynikającą z adresu zamieszkania pacjenta.

**Źródło: NFZ**



# Mikołaj odwiedził dzieci w szpitalu

– W naszym szpitalu musi być Święty Mikołaj. To szczególne święto – podkreślała Anna Sinica, organizatorka przedsięwzięcia. – Wszyscy wiemy, że uśmiech przyspiesza powrót do zdrowia – dodała. Na spotkanie z Mikołajem przybyły nie tylko dzieci z pediatrii, ale również z alergologii, okulistyki, chirurgii dziecięcej. Co istotne, prezenty dostały również dzieci, którym stan zdrowia nie pozwolił na uczestniczenie w zabawie.



To już tradycja – dzieci, które z uwagi na chorobę nie mogą spędzić Dnia Świętego Mikołaja w domu, na oddziale pediatrii Wojewódzkiego Centrum Szpitalnego Kotliny Jeleniogórskiej odwiedza „gość z Laponii”. Mali pacjenci dostają prezenty i bawią się z pomocniczkami Mikołaja.

Tym razem w rolę św. Mikołaja wcielił się Grzegorz Bielewicz z Grupy GB. Oprócz prezentów, dzieci otrzymały również vouchery do Karkonoskiego Parku Rozrywki. Na koniec – pamiątkowe zdjęcia i słodki po-

częstunek, zarówno dla dzieci jak i rodziców.

Jak zaznaczyła Anna Sinica, pomoc w upiększeniu oddziału (ubieranie choinek, dekorowanie oddziału) to dzieło dzieci i rodziców oraz studentów III roku pielęgniarstwa ERASMUS z Portugalii KPSW w Jeleniej Górze z opiekunem E. Skowrońską.

– Z kolei prezenty oraz słodki poczęstunek dla wszystkich małych pacjentów naszego szpitala ufundowali: Stacja Paliw Moya z Jeleniej Góry, Ryszard Łasek i współpracownicy, Cukiernia

Mrugała, Grzegorz Bielewicz Grupa GB, Szkoła Podstawowa Nr 2, Jelenia Plast, Donata Jur, Danuta Wójcik, Policja oraz Straż Miejska. Wszystkim darczyńcom, w imieniu małych pacjentów naszego szpitala, składam serdeczne słowa wdzięczności. Dzięki Państwa pomocy chore dzieci były uśmiechnięte i radosne, choć przez chwilę zapomniały o chorobie – powiedziała Anna Sinica, prezes Stowarzyszenia Pomocy Chorym Dzieciom przy Oddziale Pediatrycznym WCSKJ.

*Przemek Kaczalko*





Miesiąc grudzień obfitował w tym roku w różne atrakcje, urozmaicając małym pacjentom pobyt w jeleniogórskim szpitalu. Był też m.in. koncert „Dzieci-Dziociom” w wykonaniu uczniów klas muzycznych Szkoły Nr 11 Państwowej Szkoły Muzycznej w Jeleniej Górze, przyjechali też w odwiedziny panowie na wielkich motorach.

## Taśmą pod kolej linową na Kopę

Spore ułatwienie dla osób, które już niedługo będą chciały skorzystać z kolei linowej na Kopę, zapowiada u progu sezonu zimowego Ski Arena Karpacz.

Jeszcze tej zimy ma zostać zamontowana 200-metrowa taśma transportowa. Ma ona znacznie ułatwić narciarzom oraz turystom dotarcie z parkingu przy ul. Olimpijskiej do dolnej stacji kolei linowej na Kopę. Nie będą już oni musieli podchodzić stromą ulicą Turystyczną. Po montażu taśmy wystarczy tylko stanąć na wyciągu i wygodnie podjechać. Według planów, urządzenie ma dotrzeć do Karpacza 15 stycznia,



a zostanie uruchomione w lutym, przed feriami zimowymi.

To nie jedyna nowość przed startującym w weekend 21-22 grudnia sezonem zimowym na Karpacz Ski Arenie. Latem udało się zakończyć budowę systemu sztucznego naśnieżania na nartostradzie Jan. To prawie 800-me-

trowy stok u podnóża Kopy, dobry do nauki jazdy na nartach i snowboardzie. Różnica wzniesień na tej nartostradzie wynosi 102 m, a do dyspozycji narciarzy jest przy nim wyciąg typu poma.

Główna kolej linowa na Kopę zimą będzie służyła zarówno narciarzom, jak i turystom. Na kanapach zamontowano specjalne kosze na narty i snowboardy. Na linii kolejki na Kopę pojawiło się 20 nowych kanap. Jeździ ich obecnie 60. Wszystkie zjeżdżają na noc do nowego garażu i lina pozostaje pusta. Dzięki temu będzie łatwiej utrzymać kolej w niezwykle trudnych, zimowych warunkach.

*Grzegorz Kędziora  
Fot. Karpacz Ski Arena*

## Menu także w alfabecie Braille'a

Jeleniogórskie Koło Polskiego Związku Niewidomych rozpoczęło akcję mającą na celu otwarcie lokali gastronomicznych, usługowych i innych branż na osoby niewidome. Inauguracja miała miejsce 28 listopada na Placu Ratuszowym, gdzie jedna z restauracji – Kobe by American Burger – już wprowadziła do swojego lokalu menu w języku Braille'a.



Podczas inauguracji akcji „Lokal przyjazny niewidomym” obecna była Anna Kłosińska – niewidoma studentka dziennikarstwa Karkonoskiej Państwowej Szkoły Wyższej, która zainspirowała Koło PZN do stworzenia takiej inicjatywy.

– Największy problem jest, jak chcę coś zamówić, bo potrzebuję drugą osobę, żeby mi przeczytała menu. Gdy tego jest bardzo dużo – trzeba kilka razy wracać, bo zapomnę, co było wcześniej i muszę prosić, żeby po kilka razy ktoś mi przeczytał. To jest krępujące – wyznaje A. Kłosińska, która cieszy się, że będzie miała gdzie w komfortowych warunkach skorzystać z oferty gastronomicznej. – Ważne, żeby osoby obsługujące mówiły też, gdzie znajduje się szklanka z napojem, gdzie danie i sztuce – podkreśla studentka KPSW, która chciałaby, żeby do akcji przyłączyły się też biblioteki, bowiem często ma trudności z wybraniem audiobooków i również musi prosić o pomoc.

– Akcja polega na otwarciu lokali gastronomicznych i usłu-

gowych na środowisko osób niewidomych. Robimy to poprzez tłumaczenie menu na język Braille'a, a także poprzez wskazówki dla pracowników, jak się zachować, gdy przychodzi osoba niewidoma – powiedział Tomasz Żylewicz, wiceprezes Koła PZN. – Dobrze jest, podając danie, poinformować, że np. po prawej stronie jest stek, po lewej ziemniaki oraz surówka. Podając napoje przelewać całą butelkę do szklanki – opowiadał inicjator akcji, który poinformował, że są już kolejni chętni – do programu włącza się salon fryzjerski z Zabobrza. – Osoba niewidoma nie widzi siebie, ale to nie znaczy, że nie chce wyglądać ładnie. Przy strzyżeniu, modelowaniu fryzjerka będzie mówić co robi z włosami – tłumaczy T. Żylewicz.

– Pan Tomasz zgłosił się do nas z takim pomysłem i uważamy, że jest świetny, dlatego chętnie przystąpiliśmy do akcji – powiedziała Paulina Cieślak, współwłaścicielka Kobe by American Burger. – Obsługa została przeszkolona, jak podawać kartę i podawać danie – dodała przedstawicielka lokalu, który zarówno na Placu Ratuszowym, jak i w dwóch pozostałych lokalizacjach AB – będzie otwarty na niewidomych. – Uważam, że restauracje, urzędy czy sklepy powinny być otwarte na takie inicjatywy. Naszym obowiązkiem jest uczulenie społeczeństwa, żeby pomagały niewidomym i niedowidzącym. Nas nic to nie kosztuje, a dla nich to może być bardzo duża pomoc – dodała Paulina Cieślak.

*Przemek Kaczałko*

**Każdy chętny do włączenia się w akcję jest mile widziany. Można się zgłaszać do siedziby jeleniogórskiego Koła Polskiego Związku Niewidomych przy Al. Jana Pawła II (budynek MOPS, IV piętro). Jedyne koszty, to przetłumaczenie karty dań i wydrukowanie menu w języku Braille'a. Akcję wsparła Drukarnia KAW, która bezpłatnie zapewniła naklejki „Lokal przyjazny niewidomym”.**

# Obiekt bez barier z KSON-em

Wychodząc naprzeciw potrzebom osób niepełnosprawnych i starszych Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych, Polska Akademia Gościnności oraz Dolnośląska Organizacja Turystyczna ogłosiły konkurs pod nazwą: „Obiekt bez Barier”, który składa się z 2 etapów.

Pierwszy etap konkursu przeznaczony został dla obiektów gastronomicznych i hotelowych usytuowanych na terenie Kotliny Jeleniogórskiej, położonych przy głównych trasach komunikacyjnych kotliny. W drugim etapie objęte będą tym konkursem inne obiekty usługowe na terenie województwa dolnośląskiego i całego kraju.

Konkurs rozpoczął się w lipcu 2014 roku, a patronat nad nim objęli: Marszałek Województwa Dolnośląskiego oraz Prezes PFRON. Zgłosiło się już kilkanaście obiektów, wśród nich

są m.in.: Hotel Fenix w Jeleniej Górze, Hotel Mercure Jelenia Góra, Hotel Kryształ Conference & Spa Szklarska Poręba, Western City w Ściegnach, które jak to wynika z opracowanych ankiet, wypełniają większość z przyjętych w konkursie kryteriów. Wśród nich są: zewnętrzna informacja o zakresie przystosowania obiektu dla osób niepełnosprawnych (dotyczy to parkingu); drzwi wejściowe, a szczególnie przedsionek powinien uwzględniać gabaryty wózka oraz niezbędną przestrzeń manewrową; dla osób o zmniej-

szonym zakresie widzenia intensyfikacja oświetlenia; przestrzeń umożliwiająca swobodne poruszanie się między stolikami i odpowiednia wysokość stolików; toalety znajdujące się na tym samym poziomie, co sala restauracyjna z odpowiednio szerokimi drzwiami umożliwiającymi wjazd na wózku; jadłospis z informacjami o alergenach, kaloryczności oraz o innych warunkowaniach dietetycznych np. potrawy dla diabetyków; znajomość języka migowego przez co najmniej jednego pracownika.

Lista uczestników jest otwarta. Każdy, kto chciałby przystąpić do konkursu, proszony jest o wysłanie swojego zgłoszenia do Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych. Więcej informacji pod adresem: [www.kson.pl](http://www.kson.pl) i bezpłatnym numerem infolinii 800 700 025.

**Lukasz Muraszko**



**WYJDŹ Z DOMU I ZARABIAJ**

**Dla nas najważniejszy jesteś Ty!**  
Znajdziemy pracę idealnie dopasowaną do Twoich potrzeb i możliwości.  
Oferujemy pracę stałą i dorywczą.  
Również dla osób niepełnosprawnych.

**Oferowane branże:**

- usługi porządkowo-czystościowe
- fizyczna ochrona mienia
- catering
- techniczna obsługa nieruchomości

**Nie wymagamy doświadczenia.**  
Wejdź na stronę: [stacjarekrutacja.pl](http://stacjarekrutacja.pl)  
i wybierz kierunek **PRACA!**  
lub zadzwoń: 71 711 01 44

**ZADBAMY O CIEBIE!**

**SANPRO**  
IMPTEL GROUP



## Integracyjna spartakiada w Miłkowie

Pod hasłem „Na boisku wszyscy jesteśmy tacy sami, bo wszyscy podobnie cieszymy się z sukcesów i tak samo odczuwamy gorycz porażki” odbyła się 26 listopada w Miłkowie Sportowa impreza integracyjna dla dzieci i młodzieży z różnych środowisk.

Spartakiadzie uczestniczyli: przedstawiciele Domu Pomocy Społecznej „Junior” w Miłkowie, Jeleniogórskiego Stowarzyszenia Rodzin i Przyjaciół Dzieci z Zespołem Downa, Domu Dziecka im. Marii Konopnickiej w Szklarskiej Porębie, Ośrodka Szkolenia i Wychowania OHP w Mysłakowicach, Klubu Rotary Jelenia Góra Cieplice oraz

Zespołu Szkolno-Przedszkolnego im. Stanisława Marusarza w Miłkowie.

Łącznie w zawodach wystartowało 28 osób, które zostały podzielone na cztery 7-osobowe drużyny. W każdej drużynie występował minimum jeden reprezentant każdej z placówek. Grupami opiekowali się zawodnicy stowarzyszenia TKKF Milanos, którzy byli trenerami swoich podopiecznych – pomagali młodzieży, podczas wykonywania ćwiczeń. Jako drużyna Milanos przedstawiali razem każde ćwiczenie uczestnikom.

Po uroczystym przywitaniu drużyn, specjalnych gości i rozdaniu pamiątkowych koszulek odbyła się rozgrzewka. Następ-

nie drużyny wzięły udział w 4 konkurencjach:

- „Szybko podaj mi piłkę”: zawodnicy stali w rzędzie jeden za drugim w rozkroku, podawali sobie piłkę między nogami. Pierwszy po podaniu piłki przebiegał na koniec kolejki i tak do końca sali,
- „Sztafeta rzut do celu”: zawodnicy rzucali woreczkami do wyznaczonych punktów i przebiegali przez drabinkę koordynacyjną,
- „Sztafeta bieg z piłeczką”: zawodnicy pokonywali slalom z piłeczką położoną na rakietce do tenisa,
- „Sztafeta przejdź pod mostem”: zawodnicy leżąc na brzuchu robili mostek prze-





puszczając pod sobą pierwszą z brzegu osobę. I tak jeden za drugim aż do końca hali.

Po wymagających ćwiczeniach integracyjnych nadszedł czas na chwilę odpoczynku. Uczestnicy Spartakiady zebrali się w kręgu i podziwiali pokaz sportów walki przygotowany specjalnie dla nich przez Jeleniogórski Klub Shidokan Karate. Po pokazie, każdy z uczestników Spartakiady boksował chwilę z zawodnikiem sztuk walki. Każdy uczestnik otrzymał pamiątkowy breloczek w kształcie rękawicy bokserskiej. Pokaz i możliwość „wyżycia się” na zawodnikach bardzo spodobały się młodzieży – opowiada Łukasz Zieliński.

Po treningu bokserskim nadszedł czas na poczęstunek i regenerację sił – po pysznej pizzy przystąpiono do drugiej części Spartakiady. Na początku odbył się pokaz tańca wykonany przez dziewczynki z Domu Dziecka ze Szklarskiej Poręby, do tańca przyłączyli się wszyscy uczest-



nicy spartakiady. Następnie drużyny zagrały w dwa ognie. Zabawa ta sprawiła dużo radości i uśmiechu zwłaszcza wśród opiekunów drużyn. Wszyscy zawodnicy otrzymali coś słodkiego w nagrodę. Zawodnicy cały czas dopytywali się o coś, z czego słynie Milanos, czyli siatkówkę. Spełniając ich oczekiwania na koniec każda drużyna poodbiła w kółku wraz ze swoim trenerem. Młodzież dostała cenne

uwagi, jak prawidłowo ustawiać się i odbijać. Po wspólnej zabawie nadszedł czas na oficjalne zakończenie – relacjonuje przedstawiciel TKKF Milanos.

Wszyscy uczestnicy otrzymali pamiątki. Koszulki upamiętniające Spartakiadę, pamiątkowy medal, worek treningowy, grę planszową i inne gadżety.

**Przemek Kaczałko**  
Fot. Użyczone



# Zobaczyć niewidzialne



**W dniach 12-13 listopada na Wydziale Sztuki i Nauk o Edukacji Uniwersytetu Śląskiego w Cieszynie odbyła się IV Tyflokonferencja „Zobaczyć niewidzialne”.**

Organizatorem wydarzenia było Stowarzyszenie Wsparcia Społecznego „Feniks” w Cieszynie, a współorganizatorami i partnerami Koło Naukowe Pedagogów Uniwersytetu Śląskiego w Cieszynie oraz Polski Związek Niewidomych, koło w Cieszynie.

Podczas obrad podjęto tematy związane z funkcjonowaniem społecznym osób z niepełnosprawnością wzroku, ich edukacją, terapią i rehabilitacją, a także tematy dotyczące aspektów medycznych, polityki społecznej i nowych technologii. Celem konferencji było podjęcie tej tematyki w interdyscyplinarnym gronie naukowców, specjalistów, działaczy społecznych, a także osób niewidomych i słabowidzących oraz ich rodzin.

Już pierwszy wykład „Orientacja przestrzenna i poruszanie się osób niewidomych jako problemy interdyscyplinarne i wyzwania dla profesjonalistów” wzbudził duże zainteresowanie zgromadzonych na sali uczestników. Wykład poprowadzili prof. zw. dr. hab. Jadwiga Kuczyńska-Kwapisz oraz mgr Jacek Kwapisz z Uniwersy-

tetu Kard. Stefana Wyszyńskiego w Warszawie, którzy od 40 lat prowadzą zajęcia z orientacji przestrzennej w Polsce oraz za granicą. Podczas prelekcji można było usłyszeć zarówno terminy książkowe ale przeplatane były przykładami z pracy zarówno z dziećmi niewidomymi od urodzenia jak również ociemniałymi. Dużo przykładów było przytaczanych z długoletniej pracy w Ośrodku Szkolno-Wychowawczym dla Dzieci Niewidomych im. Róży Czackiej w Laskach.

Bardzo interesujące było spotkanie z Wiolettą Sulińską-Sydor oraz Krzysztofem Sydor, które było poprzedzone emisją filmu z audio-

deskrypcją „Połączeni”, którego bohaterami są właśnie oni. Film pokazuje temat sportu niewidomych, a dokładnie jak niewidomy z przewodnikiem jeździ na nartach i do tego na wymagających trasach głównie w Alpach.

Dr Beata Papuda-Dolińska z Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie w swoim wystąpieniu o badaniach rozwoju poznawczego dzieci z dysfunkcją wzroku przedstawiając również – wyzwania dla diagnostów zajmujących się tym problemem. Temat profilaktyki, ochrony i rehabilitacji narządu wzroku przekazała mgr Barbara Salachna z cieszyńskiego Centrum Medycznego „BESKID-MED”.

Reprezentujący Klub Sportu



i Rekreacji Niewidomych i Słabowidzących „Pionek” w Bielsku Białej Tadeusz Gierycz pochylił się nad sportem i turystyką osób z dysfunkcją wzroku. Można było usłyszeć o takich dyscyplinach jak kręgle, strzelectwo sportowe, szachy, warcaby, które uprawiają właśnie członkowie bielskiego klubu oraz o wycieczkach osób niewidomych, słabowidzących wraz z przewodnikami po beskidzkich szczytach.

W swoim wystąpieniu mgr Daria Bizoń-Knapik z katowickiej „Tajemnicy ciemności – Ważne miejsce” przedstawiła wpływ edukacyjny miejsc użyteczności publicznej zaadaptowanych z wyłączeniem dysfunkcji wzroku opierając swój wykład na m.in. „Ważnym miejscu” i „Niewidzialnej wystawie”.

Przewodnicząca komitetu organizacyjnego tyflokongresu, mgr Joanna Kapias, przedstawiła możliwości aplikacji „Asystent Google” i ich wykorzystanie w praktyce przez osoby z dysfunkcją wzroku, i początkowe wyniki badań, jakie prowadzi właśnie w tym temacie wśród niewidomych.

Oczywiście prelegentów było o wiele więcej, każde wystąpienie było ciekawe i na pewno przyniesie efekty w postrzeganiu osób nie tylko niewidomych, ociemniałych czy słabowidzących ale również



całego środowiska niepełnosprawnych.

Drugi dzień Tyflokongresu organizatorzy przygotowali oraz skierowali do uczniów szkół średnich. Na zaproszenie odpowiedziała spora grupa uczniów i organizatorzy musieli odmówić niektórym uczestnictwa ze względów technicznych. Jednak i tak grupa, która pojawiła się w środę (13.11) na warsztatach była ogromna. Warsztaty trwały od 9:00 do 14:40. Zajęcia zostały podzielone na pięć części tematycznych, które każda grupa uczniów przechodziła w systemie rotacyjnym. Na każdy temat miała 20 minut, a grup było piętnaście.

Uczniowie mogli poznać, jak osoby niewidome oraz słabowidzące dają sobie radę w trakcie czynności dnia codziennego: użycie wagi kuchennej, łazienkowej, termometru, ciśnieniomierza, glukometru, telefonu komórkowego, laptopa oraz innych urządzeń używanych codziennie przez każdego z nas, widzących.

Przygotowano również stanowisko, na którym można było zapoznać się z tajnikami oraz sposobem posługiwania się przez osoby niewidome i ociemniałe pismem brajla. Oprócz tabliczki do pisania tą techniką dowiedzieć się można było o innych sposobach i możliwościach wykorzystania zmysłu dotyku.

Było również trochę rozrywki, czyli osoby po założeniu gogli na

oczy bez użycia wzroku mogły zagrać w jakąś grę planszową, zręcznościową czy ułożyć brajlowską kostkę Rubika.

Obok usytuowane było stanowisko z „orientacją przestrzenną” czyli poruszanie się osoby niewidomej z wykorzystaniem białej laski. Jeden uczeń miał zasłonięte oczy natomiast drugi prowadził go bezpiecznie po otwartym terenie.

Piąte stanowisko to praktyczne zachowanie się osoby niewidomej podczas zakupów w sklepie. Uczniowie z zasłoniętymi oczami musieli wejść do sklepu, zrobić zakupy i zapłacić za nie bilonem – wszystko czyniąc bez użycia zmysłu wzroku.

Większość uczestników, czyli w tym przypadku uczniów szkół średnich, była zainteresowana tym, co zostało im przekazane, zdemonstrowane i co mogli sprawdzić osobiście. Nie każdy temat czy stanowisko zawsze było dla nich interesujące. Jednak niestety życie nas, czyli niewidomych, ociemniałych czy słabowidzących do łatwych i lekkich nie należy. Podsumowując można prosić młodych ludzi, ale nie tylko, aby widząc na swojej drodze osobę z białą laską podejść do niej i zapytać, czy nie potrzebuje pomocy. Gwarantuję, że jej potrzebuje, bo pomoc drugiej osoby jest dla nas najcenniejsza.

*Andrzej Koenig  
niewidomy*

# Weekend cudów? Czemu nie!

„Weekend cudów” 7 i 8 grudnia. To finał 19. edycji jednej z największych w naszym kraju akcji społecznych – Szlachetnej Paczki. Dzięki ludziom wielkiego serca, w regionie jeleniogórskim pomoc trafiła do prawie 70 rodzin bardzo potrzebujących wsparcia przed nadchodzącymi Świętami Bożego Narodzenia.

W tym roku baza Szlachetnej Paczki w regionie jeleniogórskim znajdowała się w jeleniogórskiej filii wrocławskiego Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu. Liderem przedsięwzięcia była pracownica tej uczelni Aneta Rybicka. W charakterze wolontariuszy w tę akcję zaangażowało się wielu pracowników uczelni oraz studentów.

Już w piątek, 6 grudnia, na salę gimnastyczną jeleniogórskiej filii Uniwersytetu Ekonomicznego, która to sala na kilka dni stała się magazynem akcji,



darcyńcy zaczęli przywozić paczki. W ciągu weekendu trafiły one do potrzebujących rodzin. Warto dodać, że w akcję włączyło się Miasto Jelenia Góra, Starostwo Powiatowe w Jeleniej Górze oraz posłanka Zofia Czernow, czynnie wspierali zbiórkę darów i sami przygotowywali paczki.

– Wśród darów są bardzo różne rzeczy – mówi Aneta Ry-

bicka. – Począwszy od opału na zimę, urządzeń do ogrzewania wody po lodówki, pralki, sprzęt AGD, specjalistyczne łóżka dla osób niepełnosprawnych, wykupioną opiekę i rehabilitację, obuwie i ubrania. Łączna wartość udzielonej pomocy wynosiła około 200 tysięcy złotych – poinformowała Aneta Rybicka.

*Tekst i fot.  
Grzegorz Kędziora*



# Bella Mafia – to jest to!



Za każdym razem bilety na występ Bella Mafii – kabaretu Karkonoskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, rozchodzą się na długo przed premierą. Tak było również 27 i 28 listopada. W sali widowiskowej Jeleniogórskiego Centrum Kultury zjawiał się komplet widzów. Jak zwykle, nie zawiedli się.

Grupa aktywnych seniorów z ogromnym poczuciem humoru i z talentami aktorskimi spotyka się w ramach Karkonoskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, działającego przy Karko-

noskiej Państwowej Szkole Wyższej w Jeleniej Górze.

Kabaret działa już od kilkunastu lat i za każdym razem cieszy się ogromną popularnością. Nie inaczej było tym razem, bo-

wiem dwa razy (pokaz przedpremierowy i premiera) sala widowiskowa JCK była wypełniona do ostatniego miejsca, a liczy ich 250. I jak zwykle widzowie świetnie się bawili, nagradzając artystów gromkimi brawami.

Na scenie wystąpili: Bogusława Bratasz, Hanna Panasiuk, Krystyna Szpala, Katarzyna Pietuszek, Andrzej Dudziak, Janek Smolira, Mieczysław Kapuściński, Zdzisław Ornaf oraz gościnnie Henryk Gradkowski. Muzykę opracował Grzegorz Wadowski, który był też pomysłodawcą najnowszego programu Kabaretu Bella Mafia.

*Tekst i fot.  
Przemek Kaczałko*



# Nowy blask serca miasta

Odnawiane po pożarze organy Sauera, zabytkowy zegar i fragmenty murów Katedry Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny w Gorzowie Wielkopolskim pokazane zostały na wystawie fotografii, której wernisaż odbył się 21 listopada w Wojewódzkiej i Miejskiej Bibliotece Publicznej im. Zb. Herberta. Organizatorem jest Klub Inteligencji Katolickiej, natomiast autorką prac Emilia Wójcik.



Na wystawę zatytułowaną „Katedra: serce Gorzowa – nowy blask” przybyli gorzowscy seniorzy, uczestnicy Środowiskowych Domów Samopomocy oraz wszyscy ci, którym bliska jest katedra, uważana za serce nadwarciańskiego miasta.

Wystawę otwierali proboszcz katedry ks. dr Zbigniew Kobus oraz prezes Klubu Inteligencji Katolickiej Stanisław Księźniakiewicz.

W wernisażu uczestniczyli m.in. Błażej Skazinski – delegat wojewódzkiego konserwatora zabytków i Michał Jarosiński – kierownik prac konserwatorskich.

Fotografka Emilia Wójcik pokazuje poszczególne etapy restauracji świątyni, która jest sercem nadwarciańskiego grodu, a uległa zniszczeniu podczas pożaru w lipcu 2017 roku.

Od tamtej pory prowadzone są prace konserwatorskie kościoła, które przerywane były na początku pracami archeologicznymi, dzięki którym wzbogaciła się historia miasta i świątyni.

Wystawę, którą zorganizował KIK przy współpracy z WiMBP, której dyrektorem jest Sławomir Szenwald, wsparli finansowo m.in. prezydent Gorzowa Jacek

Wójcicki, Lubuska Okręgowa Izba Architektów, senator Władysław Komarnicki i poseł Krystyna Sibińska.

Ks. Kobus powiedział, że katedra nadal się odbudowuje, więc fotografie jeszcze będą robione. – W ciągu ostatnich lat jest coraz większe zainteresowanie kościołem, bo jesteśmy przywiązani do tego miejsca i tęsknimy za powrotem do jej wnętrza. Zdjęcia rejestrują ogrom prac, które zostały podjęte. Priorytetem było zabezpieczenie po pożarze – wyjaśnił duszpasterz, stwierdzając, że już dwa lata przed pożarem była planowana renowacja kościoła, był przygotowany projekt odnowienia całego obiektu, ale ze względu na niewystarczającą ilość pieniędzy prace miały się odbyć w trzech etapach.

– Ta wystawa pokazuje wiele szczegółów, które powszechnie nie są znane, a mogą zostać przybliżone właśnie dzięki zdjęciom. Jest to jeszcze teren budowy, więc pewna tajemniczość otacza to miejsce, dlatego proszę o cierpliwość – mówił ks. Kobus, stwierdzając, że chodzi o prace, które trzeba jeszcze wykonać, m.in. nową wersję ogrzewania, a są to nowe wyzwania,



dlatego termin się wydłuża – wyjaśnił proboszcz fary.

Błażej Skazinski – delegat wojewódzkiego konserwatora zabytków, powiedział, że taki remont zdarza się bardzo rzadko, jest to odbudowa wieży, elewacji, zegara, organów, przeprowadza się konserwację obrazu Najświętszej Maryi Panny. Są też odkrycia i wyjątkowe wydarzenia, to tak jakby pisać historię kościoła na nowo. Prace są prowadzone na wysokim poziomie – powiedział muzealnik.

Michał Jarosiński – kierownik prac konserwatorskich, który od początku koordynuje te prace, powiedział, że niestety jeszcze pasterki w tym roku w tej świątyni nie będzie.

Emilia Wójcik przyznała, że jako fotografka była w katedrze osobą przeszkadzającą pracującym tam ludziom. – Patrzyłam na ich trudną pracę pod kątem realizmu oraz myśli twórczej – zdradziła Emilia Wójcik, która odbyła także wyjazdy do Puszczykowa i Sulechowa śladami odnawianych tam elementów wyposażenia kościoła. W Puszczykowie przyjrzała się zmuzej pracy



zegarmistrza Krzysztofa Kurka, który naprawia katedralny zegar. W Sulechowie miała możliwość przyjrzenia się pracy organistrza Adama Olejnika, w którego pracowni mocno zniszczone organy Sauera odzyskują drugie życie.

Na wystawie znalazło się także kilka fotografii innych autorów, m.in ks. Zbigniewa Kobusa, Michała Jarosińskiego, fotoreportera Kazimierza Ligockiego, muzealnika Piotra Seweryńskiego i Krzysztofa Kurka.

Emilia Wójcik w latach 1992–2012 pracowała m.in w charakterze freelancera w Gazecie Wyborczej, Ziemi Gorzowskiej,

Arsenale, Gazecie Lubuskiej, kwartalniku Zadra, Gorzowskich Wiadomościach Samorządowych. Jej zdjęcia znalazły się w albumach, mapach, kalendarzach czy widokówkach a także w folderach reklamujących miasta województw: lubuskiego, wielkopolskiego i zachodniopomorskiego. Prace wystawiane były na wielu wystawach.

Imprezę muzycznie ubogacił, grając na skrzypcach, nauczyciel Lech Serpina – były dyr. Szkoły Muzycznej I st. im. Wł. Ciesielskiego.

**Wanda Milewska**

*Fot. Grzegorz Milewski*

## Nowy bus na Mikołajki



Fundacja na Rzecz Osób Niepełnosprawnych, która prowadzi OREW w Zielonkach otrzymała dofinansowanie z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych w wysokości 70 tys. złotych na zakup nowego busa.

Uroczyste przekazanie samochodu nastąpiło 6 grudnia 2019 r. w obecności starosty jędrzejowskiego Pawła Faryny, wicestarosty Marii Barańskiej oraz Andrzeja Michalskiego dyrektora Oddziału Świętokrzyskiego PFRON.

*Źródło: pfron*

# Mikołajki wolontariuszy z kowarskiego Lema



W mikołajkowy piątek (06.12) wolontariusze skupieni wokół klubu Wolontariat LEM (dawniej Interact Club) zorganizowali spotkanie wigilijne. Były prezenty, pyszne potrawy przygotowane przez młodzież oraz wspólne kolędownie wraz z zaproszonymi gośćmi ze Stowarzyszenia Charytatywnego Jelenia Góra – Cieplice. Choć uroczystość miała charakter integracyjny, była także okazją do podsumowania podejmowanych w mijającym roku działań.

– To był trudny i pracowity rok. Młodzi kowaranie działający w Interact Club, w związku z wystąpieniem patronackiego klubu Rotary Jelenia Góra – Cieplice z Rotary International zdecydowali, że będą kontynuować

działania poza strukturami tej ogólnoswiatowej organizacji pod dalszą opieką starego-nowego Stowarzyszenia Charytatywnego Jelenia Góra-Cieplice. Została zmieniona nazwa młodzieżowego klubu, ale dotychczasowe

działania klubu będą kontynuowane – podkreśla Anna Szabliska, opiekunka wolontariatu.

– W tym roku podejmowaliśmy bardzo dużo różnych działań. Akcje, którymi warto się pochwalić, to przede wszystkim te, na które udało nam się pozyskać dofinansowanie. W tym roku wraz z OHP w Mysłakowicach i Domem Dziecka w Szklarskiej Porębie przygotowaliśmy ogród dla Zakładu Opiekuńczo Leczniczego w Szklarskiej Porębie. Organizowaliśmy też cykliczne





Istniejący w Zespole Szkół Ogólnokształcących w Kowarach klub wolontariacki od ponad 10 lat realizuje akcje skierowane do potrzebujących z lokalnego środowiska. Od początku istnienia niemal 100 wolontariuszy angażowało się w różne działania charytatywne, uczestniczyło w konferencjach pokojowych oraz wyjazdach do zaprzyjaźnionych klubów z Izraela i Ukrainy.



akcje, jak odwiedziny w kowarskiej świetlicy „Przystań”, podczas których pomagaliśmy jej podopiecznym w odrabianiu lekcji, odwiedzaliśmy także Dom Dziecka w Szklarskiej Porębie i kowarski DPS, w którym spędzaliśmy czas z seniorami. Wraz ze szkołami podstawowymi organizowaliśmy zbiórki produktów higienicznych i przyborów szkolnych dla mieszkańców domu dziecka, uczestniczyliśmy we wrocławskim Marszu Wzajemnego Szacunku – wlicza podejmowane w zeszłym roku działania Katarzyna Jęczmieniak, była prezydent klubu.

– Główne cele na najbliższy rok pozostają bez zmian. Będziemy współpracować z Domem Dziecka w Szklarskiej Po-



rzebie, Świetlicą „Przystań” oraz DPS w Kowarach. Szczegółowy harmonogram działań na rok 2020 dopiero powstaje, ale już w styczniu planujemy odwiedzi-  
ny u seniorów z Domu Pomocy

Społecznej z okazji Dnia Babci oraz Dnia Dziadka – mówi Oliwia Urbańska, obecna prezydent Wolontariatu LEM.

*Tomasz Raczyński*



# Odszedł ksiądz prałat Józef Stec

Na cmentarzu w Jeleniej Górze-Cieplicach 7 grudnia odbył się pogrzeb proboszcza cieplickiej parafii Matki Bożej Miłosierdzia i twórcy Święta Matki – księdza prałata Józefa Steca.

Ks. Józef Stec zmarł 3 grudnia w wieku 71, lat po długiej i ciężkiej chorobie. Uroczysto-

ści pogrzebowe trwały dwa dni. 6 grudnia, po wprowadzeniu Zmarłego do kościoła pw. Mat-

ki Bożej Miłosierdzia, odbyła się msza żałobna pod przewodnictwem biskupa pomocniczego Marka Mendyka, a po niej modlitewne czuwanie przy Zmarłym. Dzień później w kościele, nad którego budową czuwał ks. Stec, została odprawiona msza pogrzebowa pod przewodnictwem biskupa legnickiego Zbigniewa Kiernikowskiego.

Bezpośrednio po nabożeństwie kondukt żałobny udał się na cmentarz komunalny przy ul. Krośnieńskiej, gdzie pochowano księdza J. Steca. W jego ostatniej drodze towarzyszyli mu jeleniogórcy samorządowcy, posłanki Zofia Czernow i Marzena Machałek oraz tłumy wiernych.

*Tekst i fot. Grzegorz Kędziora*



Ksiądz Józef Stec po święceniach kapłańskich, które przyjął 25 maja 1974 roku we Wrocławiu, jako wikariusz pracował w parafiach: św. Jerzego i MB Różańcowej w Wałbrzychu, Macierzyństwa NMP we Wrocławiu – Pilczycach, św. Jakuba i Krzysztofa we Wrocławiu – Psim Polu, Chrystusa Króla w Janowicach Wielkich. Od 1985 r. organizował Samodzielny Ośrodek Duszpasterski na Osiedlu Nowe Cieplice w Jeleniej Górze – Cieplicach. W latach 1986-1990 pełnił kolejno funkcje administratora i proboszcza Parafii pw. św. Marcina w Jeleniej Górze – Sobieszowie. Od 1990 r. był proboszczem Parafii pw. Matki Bożej Miłosierdzia w Jeleniej Górze – Cieplicach i budowniczym kościoła parafialnego.

Pełnił funkcje: kierownika Pomaturalnego Studium Katechetycznego – filia w Jeleniej Górze (od 1991 r.), a następnie dyrektora Diecezjalnego Kolegium Teologicznego w Jeleniej Górze (1993-2004), wizytatora diecezjalnego katechezy (od 2000 r.), kapelana Fundacji Cywilizacji Miłości w Jeleniej Górze (od 2004 r.), Diecezjalnego Duszpasterza Nauczycieli (od 2006 r.), kapelana Związku Sybiraków oddziału w Jeleniej Górze (od 1991 r.), Diecezjalnego Duszpasterza Sybiraków i Dawnych Mieszkańców Ziemi Wschodnich (od 2011 r.), kapelana szpitala oraz kapelana Domu Pomocy Społecznej „Pogodna jesień”(od 2012 r.). Był członkiem Komisji ds. nauki i wychowania katolickiego I Synodu DL. Ustanowiony kanonikiem gremialnym Legnickiej Kapituły Katedralnej (1994).

*Źródło: Kuria Legnicka*



# Asystent turystyczny osoby niepełnosprawnej

Turystyka i aktywna rekreacja w ostatnich latach dynamicznie rozwija się, co możemy zaobserwować zwiększonym ruchem na szlakach i przy obiektach turystycznych. Systematycznie rośnie udział osób z niepełnosprawnościami w ruchu turystycznym. Powstająca, bezbarierowa infrastruktura, rozwój lekkiego sprzętu rehabilitacyjnego i społeczne trendy sprzyjają wychodzeniu z domu i docieraniu w nowe miejsca. Sprzyja temu również świadome dostosowywanie obiektów turystycznych i muzealnych do potrzeb seniorów, rodzin z dziećmi w wózkach oraz osób z niepełnosprawnościami. Niwelowanie barier architektonicznych, tworzenie przewodników mówionych, opisy w języku brajla to tylko niektóre przykłady pozytywnych zmian, otwierających tę przestrzeń dla osób z różnego rodzaju dysfunkcjami.

Poza infrastrukturą techniczną brakuje jednak kompetencji po stronie kadr zajmujących się obsługą ruchu turystycznego. Pomimo ogromnej empatii, z jaką spotykamy się na co dzień, osoby te nie potrafią w sposób bezpieczny udzielić wsparcia osobie z niepełnosprawnością w podstawowych czynnościach. Wsparcie udzielane jest intuicyjnie, co często prowadzi do sytuacji niekomfortowych i niebezpiecznych. Zmienić ma to idea funkcji Asystenta Turystycznego Osoby Niepełnosprawnej.

Dziś Asystent Turystyczny to jeszcze nie zawód, ale obserwując zmiany, jakie zachodzą w branży turystycznej, być może w niedalekiej przyszłości stanie się nim. Dziś jest to zakres kompetencji,

jaki osoby zajmujące się obsługą ruchu turystycznego mogą nabyć w celu poprawy świadczonych usług na rzecz seniorów i osób z niepełnosprawnościami.

W 2019 roku Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych realizował cykl szkoleń „Asystent Turystyczny Osoby Niepełnosprawnej”, który współfinansowany był ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki. Ideą projektu było przeszkolenie 60 asystentów z obszaru Dolnego Śląska, choć w szkoleniu mogły uczestniczyć osoby z całego kraju. Skierowany był przede wszystkim do przewodników turystycznych, pilotów wycieczek, organizatorów ruchu turystycznego, ale na etapie rekrutacji nie było to kryterium uczestnictwa. Było to

otwarte szkolenie z kompetencji Asystenta Turystycznego Osoby Niepełnosprawnej dla wszystkich zainteresowanych.

Zapotrzebowanie na tego typu szkolenia zgłaszali sami przewodnicy, którzy w swojej pracy zawodowej coraz częściej spotykają się z osobami niepełnosprawnymi i seniorami. Zauważając rosnący udział tej grupy społecznej w turystyce kwalifikowanej – obserwowali potrzebę indywidualnego podejścia do turysty z niepełnosprawnością oraz seniora.

Szkolenia realizowane od czerwca do października współfinansowane były ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki. Podzielone zostały na część modułów, w ramach których wykłady i ćwiczenia poprowadzili specjaliści w swojej dziedzinie. Uczestnicy szkolenia zapoznali się z zasadami wsparcia turysty z dysfunkcją narządu wzroku, ruchu, mowy i słuchu, a także z zakresu udzielania pierwszej pomocy, aspektów prawnych i organizacyjnych pełnionej funkcji. Szkolenie zostało podzielone na część wykładową oraz ćwiczenia, w trakcie których nabywali umiejętności praktycznych.

Projekt podsumowano podczas IV Konferencji Turystycznej „Góry otwarte dla wszystkich”, gdzie spotkały się organizacje i instytucje działające w branży turystycznej regionu jeleniogórskiego oraz przedstawiciele Ministerstwa Rozwoju i Inwestycji, Urzędu Marszałkowskiego Województwa Dolnośląskiego oraz Starostwa Powiatowego w Jeleniej Górze. Wnioski z realizacji projektu zaprezentowane zostały również podczas Ogólnopolskiej Sesji Popularnonaukowej „Kadra w turystyce osób niepełnosprawnych”.

K.S.



# Janowiccy seniorzy dużo skorzystali

W połowie grudnia 2019 roku zakończyła się realizacja odbywającego się na terenie gminy Janowice Wielkie od marca tego roku projektu „Seniorze dołącz do nas”, realizowanego dzięki Stowarzyszeniu Góry Szalonych Możliwości. Projekt był realizowany dzięki dotacji z Województwa Dolnośląskiego, w ramach programu na rzecz rozwoju społeczeństwa obywatelskiego.

Janowiccy seniorzy wzięli udział w szeregu działań w kilku blokach tematycznych. Bardzo ważne dla seniorów były cztery spotkania dotyczące bezpieczeństwa i zdrowia. Uczestnicy projektu spotkali się z policjantkami, które uczyły ich samoobrony, z rehabilitantką, która pokazała im zestaw ćwiczeń usprawniających, z trenerem nordic walking ćwiczyli z kijkami w plenerze, a od dietetyczki otrzymali wiele cennych informacji na temat zdrowego żywienia. Bardzo udane były również cztery spotkania-impresy integracyjne – zabawa w Trzcińsku, biesiady w Komarnie oraz w Janowicach Wielkich, Dzień Seniora z występami zespołu Rudawianie oraz kabaretu Bella Mafia. Odbyły się cztery warsztaty związane z obsługą nowoczesnego sprzętu pn. „Nowoczesny Senior” oraz cztery warsztaty międzypokoleniowe, podczas których przygotowywano zdro-

we sałatki, grano w gry planszowe, przygotowywano ozdoby świąteczne oraz tradycyjne pierniki. Podczas czterech spotkań związanych z kulturą i tradycją wspominano dawne czasy, stare



zabawy, miejsca, których już nie ma, a także śpiewano piosenki sprzed lat.

– Pod koniec projektu, w Radomierzu odbyła się konferencja podsumowująca oraz ustalająca kierunek dalszych działań, w której wzięło udział ponad 50 uczestników – mówi Krystyna Pisarska ze Stowarzyszenia Góry Szalonych Możliwości. – Seniorzy zapoznali się z dobrymi

praktykami działań Gminnych Rad Seniorów z terenu Kotliny Jeleniogórskiej, o których opowiedziała prezes Lokalnej Grupy Działania „Partnerstwo Ducha Gór” – Dorota Goetz. Później głos zabrała Danuta Sadowsnik – rektor działającej od 21 lat Jeleniogórskiej Akademii III Wieku, która opowiadała o tym, jak wbrew pozorom, proste może być komunikowanie się. Ten blok tematyczny zakończyła

swoim wystąpieniem Małgorzata Pokosz – psycholog, trener kompetencji społecznych, która przekonywała zgromadzonych, jak dobre relacje międzyludzkie wpływają na nasze samopoczucie. Odbyły się też warsztaty pod kierunkiem Alicji Kozak, podczas których określaliśmy kierunki działań senioralnych na przyszłość. Seniorzy byli bardzo zadowoleni z programu projektu i bardzo chcieliby kontynuacji działań. Składają podziękowania wszystkim osobom, które przyczyniły się do jego realizacji – informuje K. Pisarska.

*Grzegorz Kędziora  
fot. Użyczone*



# Dar dla koleżanki prosto z serca

Społeczność związana z jeleniogórką placówką specjalną od kilku lat w okresie przedświątecznym dba o to, aby wesprzeć wybraną osobę. Jak podkreślają nauczyciele i uczniowie – nie chcą po prostu zbierać pieniędzy, tylko dają w zamian coś od siebie.

Nauczyciele i uczniowie ze Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego przy ul. Krużwickiej w Jeleniej Górze po raz kolejny wspólnymi siłami walczą o pomoc dla jednej z podopiecznych. Każdy mógł nabyć rękodzieła wykonane przez społeczność placówki, a zgromadzone środki zostaną przeznaczone na rehabilitację uczennicy SOSW.

– W tym roku organizujemy kiermasz dla naszej uczennicy, która ma szansę chodzić. Wszystkie pieniądze chcemy przeznaczyć na jej rehabilitację – powiedziała Anna Hamera, nauczycielka w SOSW.

Na grudniowym kiermaszu można było kupić przeróżne rękodzieła i smakołyki. Były ozdoby na choinkę, choinki, skrzaty, syropy piernikowe, szyte renifery, serduszka, stroiki świąteczne, świeczniki, pierniki, itd. Wszystko zostało wykonane przez uczniów i nauczycieli.

Beneficjentką tegorocznej akcji jest podopieczna SOSW, którą wychowuje siostra. – Dziewczynka z porażeniem mózgowym obecnie chodzi tylko z balkonikiem, ale jeśli będzie rehabilitowana – może chodzić samodzielnie – dodała Anna Hamera.

*Przemek Kaczałko*



# Z kartą seniora do Filharmonii Gorzowskiej

Od 20 do 22 listopada w Gorzowie Wielkopolskim odbywał się XXII Międzynarodowy Konkurs Pianistyczny im. J.S. Bacha, reaktywowany po ośmioletniej przerwie. W 1996 r. laureatem tego konkursu został Rafał Blechacz, późniejszy zwycięzca Konkursu Chopinowskiego. Inicjatorem wydarzenia jest Szkoła Muzyczna I i II st. im. Tadeusza Szeligowskiego.

Przez dwa dni trwały przesłuchania, które zakończyły się Konkursem Finałowym. Trzeciego dnia odbył się Konkurs Laureatów. Gorzowscy seniorzy otrzymali możliwość bezpłatnego wzięcia udziału w gali konkursowej oraz koncercie towarzyszącym, które odbyły się 22 listopada.

Posiadacze Karty Seniora mogli odebrać darmowe bilety w Urzędzie Miasta Gorzowa Wlkp. W związku z tym wielu starszych ludzi skorzystało z tej propozycji.



Przesłuchania

Międzynarodowy Konkurs Pianistyczny im. Johanna Sebastiana Bacha organizowany jest od 1975 roku. Od 2000 roku impreza ma formułę międzynarodową. Dyrektorem organizacyjnym Konkursu była Anetta Rajewskadyr. Szkoły Muzycznej I i II st. im. Tadeusza Szeligowskiego w Gorzowie Wlkp.

Jury pod przewodnictwem prof. Grzegorza Kurzyńskiego w składzie: prof. Anna Wesołowska-Firlej z AM w Łodzi, dr Orla McDonagh z konserwatorium w Irlandii, prof. Michail Markov z Konserwatorium w Holandii, wyłoniło laureatów w trzech grupach wiekowych.

W Grupie III, najstarszej, I miejsce zdobył **Mikołaj Woźniak** ur. w Zielonej Górze – 16-letni uczeń prof. Olgi Łazarskiej z Państwowej Szkoły Muzycznej II st. im. W. Żeleńskiego w Krakowie.

II miejsce zajął **Leonard Krahforst** – 17-letni uczeń Ogólnokształcącej Szkoły Muzycznej I i II st. im. K. Szymanowskiego we Wrocławiu, w klasie Mariusza Modrzejewskiego.

III miejsce *Ex aequo* zajęli **Hanshi Huang** – 15-letni pianista z Chin, uczeń prof. Elżbiety Karaś-Krasztel w Warszawie oraz **Paulina Zareba** – 17-letnia uczennica Ogólnokształcącej Szkoły Muzycznej I i II st. im. Fryderyka

Chopina w Bytomiu, kształci się pod kierunkiem mgr Agnieszki Kulikow-Świtały.

**Mikołaj Woźniak** – ur. się 22.11.2003 r. w Zielonej Górze. Podczas gorzowskiego konkursu towarzyszyli mu rodzice i siostra. W najbliższej rodzinie talent muzyczny objawił się tylko u niego, tak twierdzą rodzice, którzy z zawodu są prawnikami, natomiast młodsza siostra Mikołaja pasjonuje się tańcem klasycznym i współczesnym. Mikołaj od dwóch lat mieszka w Krakowie.

Mikołaj powiedział, że wielokrotnie występował z towarzyszeniem orkiestr, mógł więc doświadczyć pracy z różnymi dyrygentami, poznając ich temperament i rozumienie muzyki. Każdy z muzyków ma inny sposób patrzenia na niektóre utwory, potrzebny jest więc dobry kontakt z dyrygentem w czasie pracy nad utworem, bo to słycać później na scenie.

Na pytanie o to, czy korzysta często z elektroniki, wchodząc w świat wirtualny, Mikołaj odpowiedział, że wg niego urządzenia elektroniczne są potrzebne choćby do promocji muzycznej. A przecież świat muzyczny jest teraz bardziej cyfrowy, jednak każdy dobry muzyk powinien umieć rozgraniczyć czas spędzany przed telefonem czy w internecie od czasu pracy, ponieważ to bardzo rozkojarza. – Przerzuciłem się ze smartfona na prosty telefon z klawiaturką, bo taki telefon pozwala oddzielić się od świata wirtualnego – wyznał z uśmiechem pianista, podkreślając, że głównym celem jest skupienie się na muzyce, bo kiedy robić największy progres jak nie teraz? – Powiedział Mikołaj Woźniak.

Obecnie konkurs odbywa się z podziałem na trzy grupy wiekowe (do 12, 15 i 19 lat). Uczest-

nicy wykonują przede wszystkim utwory patrona konkursu. Spośród konkursów pianistycznych – bachowski wyróżnia się tym, że uczestnicy trzeciej grupy w II etapie wykonują wybrany koncert Bacha z towarzyszeniem profesjonalnej orkiestry.

Mimo trudnego i wymagającego ogromnych umiejętności programu Konkurs cieszy się dużą popularnością w kraju i coraz większą za granicą. Podczas XIII edycji konkursu w 1996 roku tytuł ten zdobył Rafał Blechacz – triumfator XV Międzynarodowego Konkursu Pianistycznego im. Fryderyka Chopina w Warszawie.

**Konkursowy wieczór uświetnił występ młodego włoskiego pianisty Matteo Zoli – laureata**



Matteo Zola

**VI Ogólnouczelnianego Konkursu „Gram z Orkiestrą” organizowanego przez Akademię Muzyczną w Krakowie. W jego wykonaniu zabrzmiał wirtu-**

**ozowski Koncert fortepianowy G-dur Maurice’a Ravela.**

Karta Seniora jest dokumentem uprawniającym seniorów do korzystania z ulg i zniżek oferowanych przez Miasto Gorzów Wlkp. oraz partnerów, którzy przystąpili do Programu „Karta Seniora”. Do seniora zalicza się osoba pow. 60 roku życia (wg ustawy z dnia 11 września 2015 roku o osobach starszych).

Program Karta Seniora promuje aktywne spędzanie wolnego czasu, zachęca do uczestnictwa w wydarzeniach kulturalnych i sportowych oraz daje możliwość preferencyjnego zakupu towarów i usług. Wystarczy wypełnić wniosek i złożyć w urzędzie miasta.

*Tekst i fot. Wanda Milewska*

## Listy pani Ziuty

### Wolność wyboru

Od czasu do czasu piszę do pana, panie redaktorze, o reklamach. Niech się pan temu nie dziwi. Stanowią one przecież istotny element życia emerytów. Nie na wszystkie eleganckie i zdrowe rzeczy nas stać, możemy więc je sobie przynajmniej pooglądać. Niektóre reklamy są bardzo fajne, szczególnie wtedy, gdy występują w nich przystojni młodzieńcy. Mam wtedy nawet całkiem interesujące sny erotyczne, dopóki nie zorientuję się, że koło mnie leży mój ślubny. Są jednak i takie, których autorzy chyba nie zawsze byli świadomi tego, co robią.

Przeziębiona kobieta z przeziębionym dzieckiem przychodzi do mamusi, czyli babci dziecka. Ma ona posturę emerytowanej mistrzyni boksu wagi ciężkiej. Zza wypukłych szkieł okularowych obrzuca je świdrującym,

podejrziwym spojrzeniem i ciut zachrypniętym głosem proponuje smaczną herbatkę leczącą grypę. Ja bym ze strachu uciekła! Można sobie wyobrazić jakie ciężkie życie miała ze swoją mamusią przeziębiona kobieta, kiedy była małą dziewczynką.

Reklama tabletek leczących chrypę nie wzbudza specjalnych zastrzeżeń, poza komentarzem. Lektor podnieconym głosem informuje, iż medykament ten zawiera „dwa składniki aktywne potwierdzone badaniami”. Z dwóch składników żaden lek się nie składa, czyli pozostałe nie były badane. Strach coś takiego kupować!

Bardzo podobała mi się zachęta do odwiedzania sklepów Biedronka. Na ekranie bardzo uprzejmy personel z uśmiechem wita klienta. Sprzedawcy rozwiewają wszelkie wątpliwości co do jakości towaru, odpowiadają grzecznie na wszystkie pytania. Zachęcona ubrałam niedzielną sukienkę i udałam się do najbliż-

szej Biedronki. Spytałam, które jabłka są najsmaczniejsze.

– Nie znaju – usłyszałam w odpowiedzi. – Ja z Ukrainy. Poniemajesz? Kozaki, barszcz, ukraiński, Kliczko... U nas te krasne biorą na bimber, to chyba wkusne?

A podobno prawnie jest zabronione podawanie w reklamach nieprawdziwych informacji. Jest taka, która spełnia ten wymóg. Rzecz dzieje się też w sklepie. Młody człowiek pakuje do torebki cukierki z różnych pojemników i tłumaczy koledze, że na tym właśnie polega wolność wyboru – można wziąć ile się chce i jakich się chce. Nie wspomina jednak o tym, że muszą być to cukierki tylko jednej firmy. Dlaczego ta reklama jest prawdziwa? Bo podobnie wolność wyboru rozumieją politycy. Obywatel może robić co chce, jak chce i kiedy chce, aby było to zgodne z regułami określonymi przez daną partię.

*Ziuta Kokos*



## Nie myślę o tym co jest, ale o tym, co będzie

Witajcie. Mam na imię Łukasz, niedawno skończyłem 25 lat. Do napisania kilku słów skłonił mnie ostatni numer Waszego pisma i list Rafała, który przeczytała mi mama.

Jestem pod wrażeniem, jak wiele można osiągnąć dzięki determinacji i stawianiu sobie celów. Zwłaszcza w przypadku niepełnosprawności. Podziwiam Cię Rafał i jestem ciekaw, czy mi się też uda. Na razie mogę tylko w myślach walczyć, kombinować, układać sobie plany.

Na początku roku miałem wypadek samochodowy. Prowadził kolega, ja siedziałem z tyłu i wyobrażacie sobie BYŁEM PRZYPIĘTY PASEM. Pamiętam straszny, do dziś pojawiający się w uszach,

huk. A potem ciemność. Gdy odżył przytomność i przyjechała karetka Pogotowia, usłyszałem serię pytań i to jedno – czy możesz poruszać rękoma, nogami? Nie mogłem. Trafiłem do szpitala, w którym spędziłem kilka miesięcy. Po szczegółowych badaniach okazało się, że „poszedł” mi rdzeń kręgowy i w pozycji leżącej spędzę najbliższe miesiące. Nawet nie macie pojęcia, jak ciekawa może być struktura sufitu – a tylko to widziałem. Dzień w dzień, noc w noc. Głową też nie mogłem ruszać. Była unieruchomiona.

Po szpitalu trafiłem do zakładu opiekuńczego. Rodzina, mimo najlepszych chęci, nie była w stanie mi pomóc. Nadal leżę, ale pomalutku zaczynam ruszać

rękoma. To już wielki sukces. Nogi w dalszym ciągu spoczywają nieruchomo. Ćwiczę, rozmawiam, oglądam telewizję (najbardziej lubię filmy przyrodnicze) i wierzę... że kiedyś los się do mnie uśmiechnie. Chodzę, spaceruję z psem, tańczę – wszystko dzieje się na razie w mojej głowie. Staram się nie myśleć o tym, co jest, ale co będzie.

Na razie tylko tyle mogę zrobić. Tylko tyle i aż tyle. Jestem podobnie jak Rafał wytrwały, młody i ciekawy świata. I jestem pewien, że nadejdzie taki dzień, w którym ten świat zobaczę w pozycji stojącej.

Dzięki Gazeto, że jesteś. To ważne podzielić się z kimś swoimi myślami, pragnieniami.

**Pozdrawiam, Łukasz**



**RADIO  
PEŁNE  
PASJI**

☎ 690 680 050  
e-mail: [radio@kson.pl](mailto:radio@kson.pl)  
[facebook.com/radiokson](https://www.facebook.com/radiokson)

**Korzystając z telefonu komórkowego można wysłać SMS na nr. 690-680-050 o treści "Link do radia". Wiadomością zwrotną otrzymają Państwo sms'a z linkiem uruchamiającym Radio KSON**

**SŁUCHAJ NAS NA: [www.radiokson.pl](http://www.radiokson.pl)**





# W setne urodziny Tomaszewskiego

W ramach cyklu „Ars poetica” Stowarzyszenie Literackie w Cieniu Lipy Czarnoleskiej i Osiedlowego Domu Kultury na jeleniogórskim Zabobrze zorganizowało spotkanie związane z setną rocznicą urodzin Henryka Tomaszewskiego. Poprowadziła je Urszula Jonkisz, poetka a także animatorka kultury.

Wieczór poetycki miał swój niepowtarzalny klimat i atrakcje. Specjalnie na tę okoliczność Urszula Jonkisz wystawiła na scenie 100 pierrotów z własnej kolekcji. Na wieść o wieczorze poetyckim teatr pantomimy z Wrocławia podarował okolicznościowy plakat z okazji setnych urodzin mistrza, natomiast dwie przyjaciółki artystki, panie Dorota i Małgorzata, wystąpiły w czarno białych kostiumach pierrotów z tajemniczymi maseczkami. Nie zawiedli także goście. Urszula Liksztet, krytyk literacki, przyniosła jedno z ostatnich zdjęć H. Tomaszewskiego zrobione podczas wywiadu z Mistrzem oraz kilkanaście archiwalnych już programów teatralnych ze sztuk reżyserowanych przez Tomaszewskiego.

Urszula Jonkisz od 17 lat świętuje rocznice urodzin wielkiego mima i twórcy Teatru Pantomimy Henryka Tomaszewskiego, który mieszkał w Karpaczu, tutaj na cmentarzu ewangelickim jest pochowany, i który miastu pod Śnieżką podarował swoją unikalną kolekcję zabawek z całego świata. Historia obchodów jego urodzin jest również niezwykła. Przed laty Urszula Jonkisz wraz

z córką Dianą zamierzały przy współpracy z Tomaszewskim założyć teatr pantomimy dziecięcej. Śmierć artysty pokrzyżowała ich plany ale zrodził się inny pomysł, by w hołdzie wielkiemu twórcy co roku symbolicznie świętować jego urodziny. Dlatego każdego roku w listopadzie ożywiają lalki i wspomnienia. Dotychczas było to w Karpaczu a w tym roku wyjątkowo wieczór wspomnień zorganizowało Stowarzyszenie Literackie w Cieniu Lipy Czarnoleskiej. Wśród zaproszonych gości był i aktywnie uczestniczył w spotkaniu – Janusz Łyczko, zastępca prezydenta Jeleniej Góry.

Wieczorową porą ożyły wspomnienia o Tomaszewskim. Sylwetkę wielkiego mima ciekawie i oryginalnie przedstawiła Urszula Liksztet, przypominając jeleniogórskie i wrocławskie spektakle pantomimy. Zapamiętała go jako człowieka o ogromnej wiedzy, ale skromnego i życzliwego, twórcę o magicznej osobowości. Był mimem, reżyserem, choreografem, pedagogiem, założycielem i niezastąpionym dy-

rektorem stworzonego przez siebie teatru. Spektakle Tomaszewskiego były wystawiane i przez Teatr Norwida, i w Zdrojowym Teatrze Animacji.

Przy okazji wspomnień i urodzin Tomaszewskiego ożyły także wspomnienia z dzieciństwa zebranej na sali publiczności. Na zwierzenia o pierwszych dziecięcych zabawkach dali się namówić zastępca prezydenta Janusz Łyczko oraz redaktorki Alina Gierak i Jolanta Stopka. Wspomnieniami podzielili się także członkowie Stowarzyszenia Literackiego w Cieniu Lipy Czarnoleskiej. Opowiadania związane z dzieciństwem przeczytali Maria Suchecka i Jerzy Łukosz. Wszystkie, plus wiele innych, znajdują się w tomiku literackim pt. „Urodziny Henryka i ja” przygotowywanym obecnie do druku. Podobne wspomnienia wydano w latach: 2006, 2007, 2009 i 2016 r.

*Opr. Jolanta Stopka*



# Aktywnie od prawie 30 lat

Fundacja Inwalidów i Osób Niepełnosprawnych „Miłosierdzie” w Kaliszu jest organizacją pozarządową działającą od 1992 roku, która 2004 roku uzyskała status Organizacji Pożytku Publicznego.

Od samego początku do dnia dzisiejszego społecznie funkcję Prezesa Zarządu pełni Pan Stanisław Bronz, człowiek całkowicie oddany działalności na rzecz środowiska osób niepełnosprawnych.

W okresie 27 lat działalności zrealizowano wiele zadań na rzecz środowiska osób niepełnosprawnych. Głównym celem organizacji jest prowadzenie 7 Warsztatów Terapii Zajęciowej na terenie Południowej Wielkopolski, skupiających około 250 niepełnosprawnych osób i zatrudniając 101 pracowników o wysokich kwalifikacjach.

Poprzez spotkania z posłami uczestniczącymi w komisjach sejmowych Fundacja stara się wpływać na kształt ustaw sejmowych, dotyczących środowiska niepełnosprawnych, uchwalanych przez sejm. Z inicjatywy fundacji odbyło się również szereg konferencji, seminariów i szkoleń, również międzynarodowych.

Fundacja „Miłosierdzie” jest inicjatorem i realizatorem spartakiad sportowych, rajdów, imprez edukacyjno-integracyjnych, konkursów plastycznych, wystaw, prezentacji i przeglądów.

W 2003 r. Fundacja podpisała umowę o współpracy z dwoma organizacjami z Niemiec, a wymiana nabytych doświadczeń jest korzystna dla obu stron. Niemiecki partner przekazał Fundacji pojazdy oraz sprzęt rehabilitacyjny

i wyposażenie pracowni terapeutycznych w prowadzonych przez Fundację placówkach rehabilitacyjnych. W ramach partnerstwa miała miejsce również dwustronna wymiana pracowników, której celem było wzajemne zapoznanie się kadry z nowoczesnymi formami i metodami aktywizacji społecznej i zawodowej osób niepełnosprawnych.



Wszystkie działania prowadzone przez Fundację podejmowane są w ramach ofert na realizację zadań z zakresu pomocy społecznej ogłaszanych przez samorządy powiatów na których terenie znajdują się placówki rehabilitacyjne prowadzone przez fundację oraz na szczeblu wojewódzkim i centralnym.

Oprócz wymienionych działań realizowanych we współpracy z organami administracji publicznej Fundacja rokrocznie organizuje szereg pomniejszych imprez edukacyjno-kulturalnych dla osób niepełnosprawnych: wystaw prac plastycznych, eksponowanych między innymi

w Ministerstwie Polityki Społecznej, Sejmie i Senacie RP, udział w spektaklach teatralnych, seansach filmowych, prezentacjach artystycznych i muzycznych itp. Zorganizowano również szereg wycieczek krajoznawczych na terenie kraju i za granicą.

Liczba osób niepełnosprawnych uczestniczących w różnego rodzaju imprezach organizowanych przez Fundację przeciętnie wynosiła, w zależności od charakteru działań, od 100 do aż 1000 osób niepełnosprawnych.

Wartym podkreślenia jest fakt, że podpisana w 2003 r. umowa o partnerstwie z organizacjami z Niemiec, jak i ścisły

kontakt z organizacją IMF z Austrii, zaczęły przynosić widoczne efekty w postaci działań integracyjnych, sportowych i kulturalnych o międzynarodowym charakterze. Osoby niepełnosprawne z Polski miały możliwość uczestniczenia w kilku edycjach Biegu sztafetowego niepełnosprawnych po Europie, Decathlonach organizowanych poza granicami kraju oraz działaniach integracyjno-sportowych w Dillingen i Nordlingenn w Bawarii. Fundacja również gościła ekipy zagranicznych niepełnosprawnych sportowców i artystów na kilku ogólnopolskich spartakiadach, halowych mistrzostwach w lekkiej atletyce i konkursach plastycznych.

Działania te, obserwowane i komentowane przez media zagraniczne, pozwoliły zaznaczyć i odnotować w zjednoczonej Europie obecność polskich organizacji zajmujących się rehabilitacją osób niepełnosprawnych.

*Mariusz Patysiak*

## 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 Ziemi Jeleniogórskiej
- porady mediatora sądowego
- porady asystenta rodziny
- porady dietetyka

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

tel. 75 752 42 54, 795 650 990

infolinia 800 700 025

NAPISZ DO NAS! [info@kson.pl](mailto:info@kson.pl)

Mediator ds. Karnych i Cywilnych

**Dorota Gniewosz**

Radca Prawny

**Mateusz NOWAK**

Radca Prawny

**Bernadetta BASZAK**

Psycholog

**Ewa KNYCHAS**

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

Dietetyk

**Paulina DOBROWOLSKA**

*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

## **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](mailto:biuro@kson.pl)

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

## **SPOŁECZNY RZECZNIK OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH I PACJENTÓW ZIEMI JELENIÓGÓRSKIEJ**

**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**

**Zapraszamy do Karkonoskiego Klubu Seniora i Wolontariusza!**

# W konkursie zDolne NGO wyróżniony KSON

Po raz ósmy już wręczono wyróżnienia dla najlepszych dolnośląskich organizacji pozarządowych w ramach konkursu zDolne NGO. Uroczysta gala odbyła się w Dolnośląskim Centrum Filmowym we Wrocławiu i uczestniczył w niej wicemarszałek Marcin Krzyżanowski.



Wyróżnienia wręczano w dwóch kategoriach: dla organizacji działających na rzecz aktywizacji zawodowej osób z niepełnosprawnościami oraz na rzecz ich aktywizacji społecznej. Celami konkursu są przede wszystkim promocja działań organizacji pozarządowych, zwiększanie prestiżu nagrodzonych organizacji oraz promocja wypracowanych przez nie dobrych praktyk.

Wśród kryteriów, według których przyznawane były wyróżnienia, są m.in.: nowatorstwo i innowacyjność podejmowanych działań, a także ich trwałość i cykliczność, umiejętność pozyskiwania środków finansowych i umiejętność podejmowania współpracy z partnerami biznesowymi, społecznymi i samorządami oraz zaangażowanie społeczności lokalnych w prowadzone działania.

– To duże wyróżnienie dla nas – mówi wiceprezes KSON Marek Dębski – bo **spośród ponad 11 tysięcy dolnośląskich organizacji pozarządowych** i kilkudziesięciu zgłoszonych do konkursu kandyda-

tur wybrano 12 takich organizacji i wśród nich jest KSON. Kategoria, w której otrzymaliśmy wyróżnienie, tj. rynek pracy dla osób niepełnosprawnych jest od ponad 5 lat specjalizacją KSON-u. W okresie tym, w blisko 10 regionalnych lub ogólnopolskich projektach zaktywizowaliśmy zawodowo ponad 300 osób. Ich przebieg pracy zawodowej jest monitorowany i wspierany przez trenerów pracy i asystentów na każdym etapie pracy zawodowej nowo zatrudnionej osoby niepełnosprawnej. Otwierają się także pracodawcy przekonując się, że pracownik niepełnosprawny to rzetelna, kompetentna, odpowiedzialna i niezawodna siła. Może i dlatego między innymi w efekcie naszych projektów około 60 osób utrzymało zatrudnienie powyżej 6 miesięcy. Projekty te dotyczyły głównie bezrobotnych i poszukujących pracy pracowników ze znacznym i umiarkowanym stopniem niepełnosprawności, którym najtrudniej było znaleźć zatrudnienie. Jest to zatem duży krok

w kierunku aktywizacji zawodowej niepełnosprawnych na otwartym rynku pracy.

Nowe projekty KSON realizowane wspólnie z PFRON w latach 2019-2020 „Stażysta-pracownik-specjalista” oraz „Od stażysty do specjalisty” adresowane są do osób niepełnosprawnych bez względu na grupę niepełnosprawności i to jest istotna zmiana w dotychczasowej praktyce projektowej. Będziemy w ramach dwóch równocześnie realizowanych zadań finansowali m.in. szkolenia zawodowe oraz płatne staże dla osób z wszystkimi stopniami niepełnosprawności – mówi Monika Żak z KSON-u, koordynator projektu. Dotyczy to jednak osób niezatrudnionych, w wieku aktywności zawodowej, tj. dla kobiet do 60 roku życia, dla mężczyzn do 65 roku życia. łącznie musimy zabezpieczyć – około 300 stażystów-pracowników głównie na terenie województwa mazowieckiego, łódzkiego, śląskiego i dolnośląskiego. Na Dolnym Śląsku staże rozpoczną się w lutym 2020 r. i odbywać się będą w Urzędzie Wojewódzkim we Wrocławiu oraz jednostkach Straży Granicznej w Lubaniu i Szklarskiej Porębie. To bardzo dobry kierunek działania, bowiem dotychczas administracja rządowa i samorządowa ponosiła znaczne koszty wpłat na PFRON z tytułu niezatrudniania niepełnosprawnych.

Warto nadmienić, że administracja rządowa i samorządowa to najpoważniejsi, oprócz przedsiębiorców, pracodawcy w Polsce. Pozostają jeszcze do wykorzystania dla osób z niepełnosprawnościami miejsca pracy w Urzędach Miast, Gmin i Urzędach Marszałkowskich, tj. jednostkach samorządu terytorialnego.

*Łukasz Muraszko*  
Fot. Archiwum KSON