



# TU TERAZ

## DODATEK DOBRE PRAKTYKI

w działaniach na rzecz osób z niepełnosprawnością i seniorów

### I Ogólnopolski Przegląd Piosenki

Osób Niewidomych (OPPON) – Opole 2019 str. 4-6



**Nagroda IDOL 2019  
dla Radia KSON**

str. 2-3



**Górska przygoda, czyli  
niepełnosprawny na rajdzie**

str. 7-9

# Nagroda IDOL 2019 dla Radia KSON



**W**śród, 18 września na Rynku we Wrocławiu odbył się piknik integracyjny w ramach projektu „Reha for the blind in Poland”. Wydarzenie odbyło się pod patronatem Radia KSON, które reprezentował Krystian Witkowski oraz Rafał Kondraciuk – prowadzący piknik. Była to niecodzienna okazja do spotkania się wielu środowisk wspierających osoby niewidome i niedowidzące, wśród nich nie zabrakło organizacji pozarządowych, przedstawicieli instytucji publicznych oraz specjalistów na co dzień wspierających osoby z dysfunkcją wzroku. Na scenie zaprezentowali się niewidomi i niedowidzący artyści.

Najczęściej mają one charakter darmowych sesji dla osób z niepełnosprawnością. W 2018 roku w ramach obchodów Światowego Tygodnia Watsu w Gorzowie Wielkopolskim udzielone zostały darmo-

we sesje terapeutyczne dla chętnych członków Towarzystwa Walki z Kalectwem. Zajęcia odbyły się w Centrum Sportowo Rehabilitacyjnym Słowianka w Gorzowie Wlkp. Terapię poprowadziła Anita Kulik, tera-

peutka Watsu. W bezpłatnych zajęciach uczestniczyły osoby z bólami kręgosłupa, stawów, z nadmiernym napięciem mięśniowym, a także osoby chcące się zrelaksować. Watsu jest metodą pracy z ciałem w środowisku wodnym, wykorzystującą elementy stretchingu, masażu, mobilizacji stawowych i powięziowych. Na końcowy efekt terapii składają się jednocześnie właściwości fizyczne ciepłej wody, w której odbywa się zabieg oraz techniki wykonywane przez terapeutę.

Pojedyncza sesja Watsu pozwala m.in. na:

- zmniejszenie napięcia mięśni,

- zmniejszenie dolegliwości bólowych,
- zwiększenie ruchomości w stawach,
- usunięcie uczucia napięcia i zmęczenia,
- głęboką relaksację.

Osoby zainteresowane korzystaniem z zajęć terapeutycznych w wodzie zapraszamy do kontaktu z naszym biurem w Gorzowie Wlkp. (ul. Kosynierów Gdyńskich 81, e-mail: [twkgorzow@interia.pl](mailto:twkgorzow@interia.pl)). Możliwa jest bowiem organizacja zajęć w innych terminach.

**D. Pilecka**

*foto: Justyna Darafaj/ Tomasz Kulik*



**RADIO  
PEŁNE  
PASJI**

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

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

# Czas dla wokalistów

**W**Opolu, powszechnie znanym jako stolica polskiej piosenki, tym razem zagościli wykonawcy niewidomi i słabo widzący. W dniu 04.09.2019 r. odbył się w tym mieście koncert finałowy I Ogólnopolskiego Przeglądu Piosenki Osób Niewidomych – Opole 2019, zorganizowany przez Polski Związek Niewidomych Okręg Opolski.



*Rozdanie nagród na zakończenie I OPPON*

Na scenie Sali Kameralnej Narodowego Centrum Polskiej Piosenki zaprezentowało się 15 wokalistek i wokalistów, wyłonionych przez Komisję Kwalifikacyjną spośród 42 wykonawców, którzy zgłosili się do Przeglądu. Zaśpiewali oni przede wszystkim utwory innych wykonawców, ale kilku z nich wykonało także swoje kompozycje lub utwory premierowe. Na koncercie wystąpiły osoby z całej Polski w następującej kolejności:

1. Armand Perykietko z Wrocławia,
2. Maria Ruszecka z Nysy,
3. Martyna Kahnert z Katowic,
4. Patrycja Malinowska ze Szczecina,
5. Kinga Kasprzyk z Kluczy,
6. Wojciech Ławnikowicz z Wrocławia,
7. Magdalena Marciniszyn z Kłodzka,
8. Jacek Bodziony z Wrocławia,
9. Patrycja Dąbek ze Szczecina,
10. Anna Wereszczyńska z Brzegu,
11. Ewa Domańska z Warszawy,
12. Oliwia Maciejuniec ze Szczecina,
13. Marta Jędrzejczyk z Prudnika,
14. Patrycja Baczyńska z Ustki,
15. Artur Dolecki z Piekar Śląskich.

Organizatorzy tego wydarzenia dzie-

kowali wszystkim 42 wykonawcom, którzy zgłosili się do Przeglądu. Szczególne podziękowania należą się jednak wymienionym powyżej wokalistkom i wokalistom, którzy zaśpiewali w czasie koncertu i zaprezentowali bardzo wysoki poziom. Dodatkowo trzeba dodać, że wykonali swoje utwory praktycznie bez próby. Jedynie przed samym koncertem mieli około dwóch godzin, aby każdy z nich mógł chociaż w minimalnym stopniu oswoić się ze sceną. Wielki szacunek i uznanie dla ich profesjonalizmu!

Bez wątpienia opisywane przedsięwzięcie nie udałooby się bez wsparcia finansowego Urzędu Marszałkowskiego Województwa Opolskiego, Urzędu Miasta Opola oraz Oddziału Opolskiego Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Bardzo wielkie zaangażowanie w organizację koncertu wykazali również pracownicy Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Opolu, ze szczególnym uwzględnieniem Pani Wicedyrektor, Małgorzaty Kozak, oraz pracownicy Młodzieżowego Domu Kultury, Narodowego Centrum Polskiej Piosenki i Muzeum Piosenki Polskiej. Całą inicjatywę od początku wspierało też Wojewódzkie Towarzystwo Walki z Kalectwem w Opolu.

Na koncert osobiście przybyli: Wicemarszałek Województwa Opolskiego, Roman Kolek; Prezydent Miasta Opola, Arkadiusz Wiśniewski; Wiceprezydent Miasta Opola, Przemysław Zych; Przewodniczący Rady Miasta Opola, Łukasz Sowada oraz Dyrektora Oddziału Opolskiego PFRON, Łukasz Żmuda. Swoją



*Jury koncertu finałowego I OPPON. Od lewej: Wacław Małyk, Marek Piekarczyk i Jarosław Wasik*

obecnością koncert uświetnili też: Pani Poseł Katarzyna Czochara oraz członkowie ścisłego kierownictwa Polskiego Związku Niewidomych z Panią Prezes Zarządu Głównego, Anna Woźniak-Szymańska na czele, Naczelnicy Wydziałów Urzędu Miasta w Opolu, Członkowie Rady Seniorów Miasta Opola, Społecznej Powiatowej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych przy Prezydencie Miasta Opola, Opolskiej Rady Działalności Pożytku Publicznego oraz wielu innych zacnych gości.

W czasie koncertu Przeglądu wykonawców oceniało profesjonalne Jury. W jego skład wchodził: Marek Piekarczyk (przewodniczący), niekwestionowana legenda polskiego rocka, frontman zespołu TSA; Wacław Małyk, piosenkarz i kompozytor, członek zespołu Partita oraz Jarosław Wasik, piosenkarz, autor tekstów i kompozytor, wykonujący utwory z nurtu piosenki literackiej. Od 2013 r. dyrektor Muzeum Piosenki Polskiej w Opolu. Jury przyznało trzy nagrody główne następującym wykonawcom:

1. Patrycja Baczyńska z Ustki,
2. Oliwia Maciejuniec ze Szczecina,
3. Anna Lubczyk Wereszczyńska z Brzegu.

Osoby te otrzymały kwalifikacje do międzynarodowego festiwalu osób niewidomych organizowanym przez Lions Club w Krakowie (4th Lions World Song Festival for the Blind) w dniach 14-16 listopada 2019 r., nagrody pieniężne ufundowane przez firmy Ekombud, Funny-Case i Miąsko Team z Bochni, vouchery na noclegi w hotelu Nowa Bochnia i Restauracji Sąsiedzka w Bochni oraz szereg nagród rzeczowych. Specjalne wyróżnienie Jury otrzymała Ewa Domańska z Warszawy.

Przyznano te szereg innych nagród rzeczowych dla następujących wykonawców:

Artur Dolecki – wyróżnienie Rady Seniorów Miasta Opola,

Jacek Bodziony – wyróżnienie Społecznej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych przy Prezydencie Miasta Opola,

Kinga Kasprzyk – specjalna nagroda Prezydenta Miasta Opola.

Kilka nagród przyznał też Zarząd Główny Polskiego Związku Niewidomych; Patrycja Malinowska – nagroda pieniężna oraz: Ewa Domańska, Marta Jędrzejczyk, Kinga Kasprzyk i Armand Perykietko – vouchery na weekendowe pobyty w wybranych ośrodkach Polskiego Związku Niewidomych.

Wszyscy wykonawcy otrzymali też pamiątkowe statuetki, ufundowane przez Oddział Opolski PFRON oraz zestaw pamiątek od Prezydenta Miasta



*Laureatki I OPPON. Od lewej: Anna Wereszczyńska, Patrycja Baczyńska i Oliwia Maciejuniec.*

Opola i pamiątkowe dyplomy od Zarządu Okręgu Opolskiego Polskiego Związku Niewidomych.

Na koniec należy też podziękować Publiczności, która szczególnie dopisała. Sala była pełna, zabrakło krzeseł i część widzów nie miała już miejsc siedzących, ale – jak sądzimy – rekompensatą za te niedogodności był wysoki poziom wykonawców i wspaniałe wrażenia artystyczne, których dostarczyły ich występy. Koncert poprowadziła Barbara Beuth, doświadczony konferansjer, wokalistka, autorka piosenek oraz muzycznej audycji „Dobre granie ekstra” w Radiu Opole.

Dodajmy również, że opisywane wydarzenie zostało objęte Honorowym Patronatem Wicewojewody Opolskiego, Violetty Porowskiej; Marszałka Województwa Opolskiego, Andrzej Buły oraz Prezydenta Miasta Opola, Arkadiusza Wiśniewskiego. Zadanie zostało sfinansowane przez Samorząd Województwa Opolskiego ze środków PFRON oraz przez Miasto Opole.

**Włodzimierz Oźga**

# Górska przygoda, czyli niepełnosprawni na rajdzie

**U**roczystym apelem w niedzielę 15 września zakończył się tegoroczny, 27. Rajd Granica. – Przez cztery dni mogliśmy odkrywać piękne Karkonosze czy Góry Izerskie, przeżywać przygody, nawiązywać przyjaźnie – podkreśliła w rozkazie hm. Dorota Kołakowska, komendant Chorągwi Dolnośląskiej ZHP. W tym bardzo znanym rajdzie od lat uczestniczy spora grupa osób niepełnosprawnych.

– Rajd to okazja do sprawozdania się, ale i do wyjścia z domu – tłumaczy D. Kołakowska.

W tym roku na trasy Rajdu wyruszyło ponad tysiąc uczestników. Razem z organizatorami było ponad 1100 osób. W tym ponad 300 osób to niepełnosprawni. Ich wyjazd jest możliwy dzięki staraniom Referatu Nieprzetartego Szlaku Chorągwi Dolnośląskiej oraz wsparciu Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

– Od lat przy wsparciu PFRON organizujemy trasy dla członków nieprzetartego szlaku – mówi komendantka chorągwi. Tegoroczny wyjazd był możliwy dzięki projektowi „Górska przygoda”.

Na czym to polega? Organizatorzy przygotowali kilka tras o różnej tematyce, o różnym stopniu trudności. Uczestnicy zakwaterowani są w Szklarskiej Porębie (każda trasa w innym ośrodku), ale całe dnie spędzają na wycieczkach. Jedni wjechali na Szrenicę wyciągiem krzesełkowym, inni byli na Wodospadzie Szklarki,



jeszcze inni zwiedzili Hutę Julia. Były grupy, które wybrały się wysoko w Karkonosze, wędrowali grzbietowym szlakiem im. M. Orłowicza.

Rajd odbywa się od czwartku do niedzieli. Ogółem organizatorzy przygotowali 11 tras (w tym 4 dla osób niepełnosprawnych). Kulminacyjnym punktem zawsze jest sobota, kiedy to wszyscy spotykają się na terenie Szkoły Podstawowej nr 1 w Szklarskiej Porębie. Dla grup młodzieżowych organizowany jest finał rywalizacji rajdowej, wszyscy mogą też odwiedzić miasteczko programowe. Dużym zainteresowaniem cieszą się konkursy



rajdowe: plastyczny, fotograficzny. W tym roku organizatorzy po raz pierwszy zorganizowali też konkurs filmowy. Był też... pokaz harcerskiej musztry.

Sporo osób przyciągnął wieczorny koncert grup Pierwszy skład oraz gwiazdy wieczoru – Leniwca. Publiczność długo nie dała im łatwo zejść ze sceny, domagając się bisów. Pod koniec koncertu Leniwca zgromadzeni przy scenie utworzyli wielki krąg. Lider zespołu Zbigniew Muczyński przyznał, że atmosfera była wyjątkowa.

Rano odbyła się msza św., prowadzona przez ks. hm. Wojciecha Jurkowskiego, Kapelana ZHP. Rajd tradycyjnie zakończył wspólny apel na boisku orlik przy SP nr 1. Tam dokonano wręczenia nagród za zwycięstwo w poszczególnych kategoriach.

Hasłem tegorocznego rajdu było „Sprawdź się!”. Uczestnicy zdobywali sprawności na trasach, organizatorzy z Hufca Karkonoskiego ZHP przygotowali w porozumieniu z Karkonoskim Parkiem Narodowym nowe sprawności,

związane z parkiem oraz Karkonoszami właśnie.

Efekt? Uczestnicy rajdu zdobyli 959 sprawności ogólnych i 283 sprawności Karkonoskiego Parku Narodowego!

Podczas apelu miał miejsce wyjątkowy moment. Komendantka Chorągwi hm. Dorota Kołakowska oraz komendant rajdu hm. Robert Zapora wręczyli tytuł „Ambasadora Rajdu Granica” Adamowi Palbowowi, przewodnikowi sudeckiemu, rodzicowi harcerzy, który przez kilka lat był opiekunem grup rajdowych, ale w wyniku wypadku samochodowego stracił zdrowie i porusza się na wózku inwalidzkim. Sytuację Adama szerzej opisujemy w ramce.

Dzięki wsparciu rodziny i bliskich, a także dzięki ogromnej sile woli, rehabilitacja przynosi dobre efekty. I choć przed Adamem jeszcze długa droga to zapowiedział, że w przyszłym roku wyjdzie na trasę nieprzetartego szlaku.

**Robert Zapora**  
komendant 27. Rajdu Granica

## Adam...

Adam to rodzic, miłośnik harcerstwa. Drużynie, w której są jego dzieci, pomagał wielokrotnie. A to przewiózł stoły, a to zawiózł uczestników na biwak. No i Granica. Kilka razy był opiekunem grupy. Jest przewodnikiem sudeckim, dlatego zna Karkonosze jak własną kieszeń. I kocha je.

Końcówka września 2018. Adam, jak co piątek przyjechał do Piechowic odebrać ze zbiórki swoich synów. Jak co piątek, wracali przez Zakręt Śmierci. Było już ciemno. Chłopcy opowiadali, co działo się na zbiórce, i nagle... sarna. Ale nie, nie przejechał jej. Wybiegła pod samochód jadący z naprzeciwka. Dopiero po odbiciu się od tego pojazdu, trafiła w auto kierowane przez Adama.

Chłopcom nic się nie stało. Adam był przytomny, ale sparaliżowany. Szpital w Jeleniej Górze, Polanicy Zdroju, Krakowie. Jedna operacja, druga. I długa, męcząca rehabilitacja.

Żona Ela robi co może, by mu pomóc. Założyła grupę wsparcia na facebooku, skontaktowała się z fundacją, która założyła konto na wpłaty. A przede wszystkim, jest przy Nim. Ten rok to była wieczna gonitwa od szpitala do szpitala, od lekarza do lekarza w nadziei, że będzie lepiej. Od kilku miesięcy są w domu, w Świeradowie. Adam jeździ na wózku. I intensywnie ćwiczy. Ci, którzy obserwują jego profil, są pod wrażeniem postępów.

Tylko, że przed Nim ciągle długa droga. Rusza ramionami, ale dłonie nie pra-



cują, jak powinny. Lekko porusza palcami w lewej ręce. O nogach na razie nie ma mowy.

– Eksplozja kręgu doprowadziła do zmiążdżenia rdzenia kręgowego. Na dzień dzisiejszy lekarze nie mogą zapewnić Adamowi terapii, która spowoduje powrót dawnych funkcji neurologicznych – napisała żona po sierpniowej wizycie w szpitalu we Wrocławiu. Lekarze nie mogą zapewnić Mu póki co rehabilitacji, ale ciągle uważają, że pozwoli ona usprawnienie i wyćwiczenie potrzebnych do godnego życia funkcji. – Dalej walczymy o lepsze jutro – zakończyła wpis.

Z Adamem cały czas są harcerze z „Jego” drużyny. 8 PDH „Burza” w tym roku przygotowała kawiarenkę podczas finału rajdu. Dochód z niej został przeznaczony właśnie na rehabilitację Adama Palbowa.

**Możesz pomóc Adamowi w leczeniu i rehabilitacji wpłacając środki na konto Fundacji Votum**

**Nr konta: 32 1500 1067 1210 6008 3182 0000**

**z dopiskiem: dla Adama Palbow na leczenie i rehabilitację**

# Wycieczka w świętokrzyskie i do Sandomierza



**D**zięki dofinansowaniu uzyskanemu kolejny raz z Urzędu Miasta Karpacza w ramach wsparcia organizacji pozarządowych oraz środków własnych naszego Stowarzyszenia Integracyjnego Osób Niepełnosprawnych Ruchowo „*My też potrafimy*”, w dniach 23-25 sierpnia byliśmy na interesującej i bardzo przyjemnej wycieczce integracyjnej w świętokrzyskim i w Sandomierzu. Wśród uczestników m.in. było 6 osób niepełnosprawnych, w tym 3 na wózkach inwalidzkich oraz mieszkańcy Karpacza.

Pogoda była wspaniała i humory dopisały. Wszyscy pomagali sobie nawzajem. Wspólnymi siłami pokonywaliśmy różne trudności i dzięki temu w ciągu 3 dni udało nam się odwiedzić sporo interesujących miejsc.

Pierwszego dnia zwiedziliśmy muzeum im. Przypkowskich w Jędrzejowie ze zbiorem zegarów i przyrządów astronomicznych. Prywatną kolekcję zapoczątkował lekarz Feliks Przypkowski,

który od 1895 r. gromadził zabytkowe zegary słoneczne, a także literaturę i inne materiały poświęcone gnomonice. Muzeum mieści się w dwóch zabytkowych domach: byłej aptece z początku XVIII w. i siedzibie Przypkowskich z 1906 r. Za muzeum znajduje się ładny ogród z zegarami słonecznymi.

Niestety zbiory nie są dostępne dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich, ponieważ w budynku nie ma

windy i w ogrodzie są schody. A dostosowana dla osób niepełnosprawnych toaleta mieści się w budynku, do którego prowadzi 6 schodów.

Następnie pojechaliśmy do **Jaskini Raj** położonej w pobliżu Chęciny, 11 km od Kielc, która wyróżnia się wyjątkowo bogatą i różnorodną szatą naciekową, i należy do unikatowych w Polsce obiektów krasowych. Wapienna Jaskinia Raj znajduje się we wnętrzu wzniesienia Malik o wysokości około 270 m n.p.m. i w sezonie zimowym jest miejscem hibernacji nietoperzy, głównie nocka dużego. Łączna długość jej korytarzy wynosi 240 m, a długość trasy wycieczkowej 180 m. Prawie całą tę trasę mogą przebyć osoby na wózkach inwalidzkich. Przed wejściem do jaskini znajduje się pawilon wejściowy, w którym mieszczą się kasy biletowe, kawiarnia i niewielkie muzeum przedstawiające geologię, historię i znaleziska archeologiczne oraz paleontologiczne wydobyte podczas eksploracji jaskini przez ekipy naukowców.

W budynku tym niestety nie ma dostosowanej toalety.

**W dzień drugi** pojechaliśmy na Święty Krzyż, czyli Łysą Górę w Górach Świętokrzyskich, gdzie znajduje się **Bazylika mniejsza pw. Trójcy Świętej i sanktuarium Relikwii Drzewa Krzyża Świętego**. Jest to kościół świętokrzyskiego opactwa Misjonarzy Oblatów Maryi Niepokalanej, najstarsze polskie sanktuarium, miejsce szczególnego kultu w XV w. Pierwszy kościół w stylu romańskim został ufundowany między 1102-1138 rokiem przez Bolesława Krzywoustego. Początkowo świątynia była dedykowana Świętej Trójcy, ale od XV w. dodano wezwanie Świętego Krzyża po



tym, gdy w 1306 r. książę Władysław Łokietek przekazał łysogórskim benedyktynom relikwie drzewa Krzyża Świętego (przechowywane od XVIII w. w kaplicy Oleśnickich i według legendy podarowane przez Emeryka królewicza z Węgier). Opactwo siedmiokrotnie odwiedzał Władysław Jagiełło (m.in. w drodze na koronację w Krakowie oraz w drodze pod Grunwald), dziesięciokrotnie król Kazimierz Jagiellończyk, sześciokrotnie król Zygmunt Stary, a trzykrotnie król Zygmunt August. Od 1936 r. świątynia stała się kościołem klasztornym Misjonarzy Oblatów, a 16 czerwca 2013 r. sanktuarium podniesiono do godności bazyliki mniejszej.

W poruszaniu się na wózku inwalidzki są tam pewne trudności w postaci bruku przed bazyliką i schodków wewnątrz, ale toaleta jest dostosowana.

Po zwiedzeniu opactwa udaliśmy się do **Sandomierza** położonego nad Wisłą na siedmiu wzgórzach (z tego powodu nazywanym czasem „małym Rzymem”). Jest to jedno z najpiękniejszych miast w Polsce, żywy świadek historii i kultury naszego państwa oraz skarbnica obiektów o wysokiej klasie artystycznej w zakresie architektury. Posiada doskonale

zachowany średniowieczny układ urbanistyczny. Większość zabudowy wraz z historycznym centrum, uznanym w 2017 r. za pomnik historii, położona jest na lewym brzegu Wisły. Przez miasto przebiegają szlaki turystyczne: cysterski, św. Jakuba, Via Jagiellonica, Architektury Drewnianej oraz Wschodni Szlak Rowerowy Green Velo.

Niestety jest to też bardzo niewygodne do poruszania się dla osób na wózkach inwalidzkich miasto z powodu wysokich krawężników i bruku. Jednak dzięki przejażdżce elektrycznymi meleksami mogliśmy zobaczyć część zabytków i Wisłę. Na szczęście blisko rynku znajduje się dostosowana publiczna toaleta.

Po wykwaterowaniu z hotelu, trzeciego dnia, przeszliśmy do centrum Kielc, żeby zwiedzić barokową z pozostałościami stylu romańskiego **Bazylikę katedralną pw. Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny** zlokalizowaną na Wzgórzu Zamkowym i będącą jednym z najcenniejszych zabytków miasta. Już Jan Długosz wspominał o niewielkim kościele w Kielcach, ufundowanym ok. 1171 r. przez biskupa krakowskiego imieniem Gedko. Kilkadziesiąt lat później biskup krakowski Wincenty Kadłubek ustanowił w tym miejscu parafię. Od 1805 r. można mówić o katedrze kieleckiej, gdy papież Pius VII bullą „*Indefessum personarum*” powołał do istnienia diecezję kielecką. W 1971 r. katedra została wyniesiona do godności bazyliki mniejszej.



Obok bazylik znajduje się **Pałac Biskupów Krakowskich**. Jest to najlepiej zachowana oryginalna wczesnobarokowa rezydencja pałacowa, która powstała w latach 1637–1641 na Wzgórzu Katedralnym z inicjatywy oraz prywatnych funduszy kanclerza wielkiego koronnego i biskupa krakowskiego Jakuba Zadzika. W 1806 r. Franciszek II Habsburg cesarz Austrii przekazał pałac, będący własnością skarbu państwa, na potrzeby nowo utworzonej diecezji kieleckiej. W 1816 r. Stanisław Staszic stworzył w pałacu Szkołę Akademiczno-Górniczną. Pałac w XX w. m.in. pełnił rolę sztabu legionowego Józefa Piłsudskiego. Od 1971 r. mieści się w nim Muzeum Narodowe.

Niestety natrafiliśmy na remont windy, więc piętro muzeum mogły zwiedzić tylko osoby chodzące. A osoby na wózkach inwalidzkich, dzięki uprzejmości bardzo miłych pracujących tam pań, zastały oprowadzone po dolnym piętrze, gdzie mogły podziwiać wystawę pt. „*O stołach i bankietach pań-*

skich. Jak ucztowano w dawnych wiekach.” W ekspozycji pokazano naczynia (niektóre przepiękne) pojawiające się w XVII, XVIII i XIX-wiecznych jadalniach i kuchniach, z porcelany i fajansu, szkła, srebra, cyny i miedzi służące do przygotowywania i serwowania wytwornych posiłków oraz pierwsze polskie książki kucharskie wraz z przepisami. W muzeum oczywiście znajduje się dostosowana toaleta.

W powrotnej drodze pojechaliśmy jeszcze do **Muzeum Wsi Kieleckiej w Tokarni**. Jest to Park Etnograficzny funkcjonujący od 1977 r., który skupia zabytkowe obiekty budownictwa drewnianego przeniesione z różnych miejscowości regionu świętokrzyskiego. Muzeum tworzy 38 obiektów rozmieszczonych na powierzchni 65 ha. W różnych chatach

można podglądać, jak wyglądał kiedyś warsztat pracy tradycyjnego rzemieślnika np.: stolarza, gonciarza czy plecionkarza. Pejzaż wiejski, zbliżony do tego z XVIII i XIX w. uzupełniają: wiatraki i kuźnia, szkoła i sklep, zabudowania dworsko-folwarczne, a także kościół i kapliczki. Dopelnieniem architektury drewnianej jest przyroda i przydomowe ogródki. Wszystkie te elementy sprawiają wrażenie autentyczności i zwiedzający mogą poczuć się tak, jakby znaleźli się w innej epoce.

Na terenie skansenu znajduje się dostosowana dla niepełnosprawnych toaleta.

Wracaliśmy trochę zmęczeni, ale pełni wrażeń i wzbogaceni o wspomnienia z pięknych zakątków Polski.

*Iwona Gucwa*

## Bransoletki życia dla potrzebujących

**95** gmin w województwie kujawsko-pomorskim zadeklarowało przystąpienie do rozszerzenia marszałkowskiego programu teleopieki domowej opartego na bransoletkach życia, czyli noszonych na nadgarstku mobilnych urządzeń do przywoływania pomocy. To najbardziej spektakularny i budzący największe zainteresowanie element samorządowej wojewódzkiej polityki senioralnej.

System opiekuńczo-ratunkowy, realizowany w województwie, składa się z nadajników/odbiorników umożliwiających szybkie wezwanie pomocy



w sytuacji zagrażającej zdrowiu lub życiu (np. upadku) oraz centrum operacyjnego, w którym odbierane są sygnały alarmowe od podopiecznych

7 dni w tygodniu 24 godziny na dobę. Gromadzone w systemie dane medyczne o podopiecznych – informacje o przebytych i przewlekłych chorobach oraz przyjmowanych lekach – mogą być pomocne lekarzom i ratownikom, niosącym im pomoc w sytuacjach nagłego pogorszenia się stanu zdrowia. Po wciśnięciu przez osobę wzywającą pomocy przycisku alarmowego kontaktuje się z nią dyspozytor z centrum operacyjnego, który ustala co się stało, porozumiewa z rodziną, a w razie potrzeby wzywa pomoc medyczną lub służby ratunkowe. Bransoletki wyposażone są w geolokalizację, licznik kroków, mierzą też tętno noszącej je osoby.

– Program adresowany jest do mieszkających samotnie osób starszych. Obecnie obejmujemy nim 210 osób. Marszałkowski Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej prowadzi zaawansowane prace, które pozwolą na uruchomienie wkrótce dużego programu teleopiekuńczego. Zakładamy, że obejmiemy nim praktycznie wszystkich potrzebujących. By było to możliwe, niezbędne jest partnerstwo samorządów gminnych – podkreśla marszałek Piotr Całbecki.

ROPS zwrócił się z propozycją udziału w programie do wszystkich miast i gmin w regionie. Decyzję o przystąpieniu podjęło już 95 samorządów. Wciąż oczekiwana jest deklaracja pozostałych 49.

Organizatorzy tego projektu zakładają, że – kierując się kluczem proporcjonalności w odniesieniu do liczby mieszkańców – rozdysponują na początek 3 tysiące bransoletek. Trafia do

podopiecznych w przyszłym roku. To gminy będą odpowiadać za rekrutację uczestników, będą też ponosić część kosztów (15 złotych miesięcznie za jednego uczestnika). Jeśli któraś z nich uzna, że potrzeba jej więcej opasek, będzie mogła dokupić kolejne i podłączyć je do naszego systemu. System ten będzie działał w oparciu o wojewódzkie regionalne centrum operacyjne, utworzone przez Kujawsko-Pomorską Sieć Informacyjną. Uruchomiony zostanie też dedykowany teleopiece wolontariat osób młodych, oparty o harcerzy Kujawsko-Pomorskiej Chorągwi Związku Harcerstwa Polskiego. Będą pomagać starszym paniom i panom w kwestiach związanych z obsługą sprzętu.

Jako uzupełnienie programu uruchomione zostanie wsparcie sąsiedzkie – pakiet usług pomocowych dla seniorów, świadczonych przez osoby mieszkające w najbliższym sąsiedztwie. Takie osoby będą pomagać starszemu państwu w robieniu zakupów, robieniu porządków w domu, przygotowywaniu posiłków, płaceniu rachunków, dotarciu do lekarza, załatwianiu spraw urzędowych; mogą im też towarzyszyć na spacerach albo poczytać książkę w domu. Będzie to praca odpłatna (16 złotych za godzinę brutto), wyłącznie dla osób znanych danemu seniorowi, godnych zaufania, cieszących się zaufaniem w środowisku sąsiedzkim. Kandydaci do jej podjęcia będą też weryfikowani pod kątem osobowościowym.

*Źródło: Beata Krzemińska, rzecznik prasowa Urzędu Marszałkowskiego  
Fot. Andrzej Goiński/UMWKP*

# Konkurs dla aktywnych

**Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych zaprasza organizacje pozarządowe do składania wniosków w otwartym konkursie o zlecenie realizacji zadań z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych, w sprawie rodzajów zadań z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych zleczanych fundacjom oraz organizacjom pozarządowym.**

W ramach konkursu mogą być zgłaszane projekty z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych dotyczące:

- kierunku pomocy 1 „wejście osób niepełnosprawnych na rynek pracy”;
- kierunku pomocy 2 „zwiększenie samodzielności osób niepełnosprawnych”;
- kierunku pomocy 3 „wzrost aktywności osób niepełnosprawnych w różnych dziedzinach życia”;
- kierunku pomocy 4 „zapewnienie osobom niepełnosprawnym dostępu do informacji”;
- kierunku pomocy 5 „poprawa jakości funkcjonowania otoczenia osób niepełnosprawnych”;
- kierunku pomocy 6 „upowszechnianie pozytywnych postaw społecznych wobec osób niepełnosprawnych i wiedzy dotyczącej niepełnosprawności”.

W ramach konkursu wykluczona została możliwość zgłaszania projektów dotyczących: organizacji imprez turystycznych lub rekreacyjnych (kierunek pomocy 3), które trwają powyżej 7 dni lub które mają znamiona turnusu rehabilitacyjnego, z uwzględnieniem postanowień rozdziału IX ust. 7 ogłoszenia o konkursie; zadania pn. organizowanie i prowadzenie szkoleń dla tłumaczy języka migowego oraz tłumaczy-przewodników (kierunek pomocy 5).

Podmiotami uprawnionymi do składania wniosków w ramach konkursu, są organizacje pozarządowe, o których mowa w art. 3 ust. 2 ustawy o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, w tym fundacje i stowarzyszenia, a także osoby prawne i jednostki organizacyjne działające na podstawie przepisów o stosunku Państwa do Kościoła Katolickiego w Rzeczypospolitej Polskiej, o stosunku

Państwa do innych kościołów i związków wyznaniowych oraz o gwarancjach wolności sumienia i wyznania, jeżeli ich cele statutowe obejmują prowadzenie działalności pożytku publicznego. Propozycje zgłaszać mogą także stowarzyszenia jednostek samorządu terytorialnego, spółdzielnie socjalne, a także spełniające szczególne warunki spółki akcyjne, spółki z ograniczoną odpowiedzialnością oraz kluby sportowe będące spółkami;

Wnioski o zlecenie realizacji zadań mogą być składane od 11 września 2019 roku do 10 października 2019 roku, z zastrzeżeniem, iż zatwierdzenie wniosku, o którym mowa w ust. 5, musi zostać dokonane najpóźniej do dnia 10 października 2019 roku do godziny 12.00. Po upływie tego terminu możliwość edycji wniosku w Generatorze Wniosków zostanie zablokowana. Uprawniony podmiot może złożyć w ramach konkursu trzy wnioski z tym, że nie więcej niż dwa wnioski w danym kierunku pomocy. W jednym wniosku może być zgłoszony jeden projekt. Złożenie wniosku wspólnego powoduje zmniejszenie limitu wniosków dla każdego z Wnioskodawców, który zostanie wskazany we wniosku wspólnym.

Przed wypełnieniem wniosku należy zapoznać się z dokumentem „Zasady wspierania realizacji zadań z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych, zleczanych organizacjom pozarządowym przez PFRON”, dostępnym na stronie internetowej PFRON ([www.pfron.org.pl](http://www.pfron.org.pl)).

W 2019 roku PFRON dofinansował realizację zadań/projektów z zakresu rehabilitacji zawodowej i społecznej osób niepełnosprawnych na łączną kwotę 274.626.509,55 zł. W 2018 roku była to niższa kwota – 239.830.018,45 zł.

E. S.

# CENTRUM INFORMACJI I WSPARCIA OSÓB z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

**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
- porady Społecznego Rzecznika Interesów Osób Niepełnosprawnych

**Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej na temat:**

- ulg i uprawnień dla osób niepełnosprawnych
- możliwości wsparcia finansowego i rzeczowego
- aktualnych ofertach pracy
- zaopatrzenia w sprzęt rehabilitacyjny, przedmioty ortopedyczne oraz dofinansowania do rehabilitacji leczniczej
- dofinansowania do likwidacji barier architektonicznych
- wspierania pracodawców zatrudnianych osoby niepełnosprawne
- organizacji i instytucji prowadzących działalność na rzecz osób niepełnosprawnych
- programów PFRON skierowanych do osób indywidualnych i organizacji pozarządowych

**CENTRUM CZYNNE JEST: PONIEDZIAŁEK – PIĄTEK 9.00-16.00**

**ZAPISY I INFORMACJE: TEL. 75 75 242 54**

**ZAPRASZAMY TAKŻE DO KORZYSTANIA Z BEZPŁATNEJ INFOLINII:**

**800 700 025**

**lub NAPISZ DO NAS!**

**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-Chrząszcz. **Zastępca Redaktora Naczelnego:** Anna Daskalakis.

**Koordynator projektu:** Ludmiła Wiśniewska. **Redakcja:** Andrzej Grzelak, Elżbieta Schubert, Leszek Kosiorowski, Monika Żak, Przemysław Kaczkało, 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 tel./fax 75 75 231 83, 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 Płock, Kostrogaj 1. **Nakład 8000 egz.**

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