

NIEPEŁNOSPRAWNI

TU TERAZ

BIULETYN INFORMACYJNY

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

LISTOPAD

6/39/2010

W NUMERZE:

O nas w kraju i na świecie

strona **2**

Co w KSON-ie piszczy strona **3**

Z redakcyjnej poczty strona **8**

Oaza spokoju i miłości

strona **9**

Olimpiady Specjalne strona **12**

Nowinki medyczne strona **14**

Z plecakiem za pan brat

strona **15**

Pomóżmy sobie – Razem łatwiej

strona **16**

List otwarty

strona **17**

Katalog działań

strona **19**



Fot. aat

Niepełnosprawny w wielkim mieście

strona **4**



Przyjaciele są jak Anioły

strona **10**

Przeczytaj i przekazuj innym

O NAS W KRAJU I NA ŚWIECIE

AUDIODESKRYPCJA NA UCZELNIACH

Audiodeskrypcja polega na opisywaniu przez lektora tego, co dzieje się na ekranie lub scenie między dialogami, a także zabytków i dzieł sztuki. Jego głos osoba niewidoma może usłyszeć w słuchawkach. W Europie Zachodniej ta technika jest stosowana od kilkudziesięciu lat, w Polsce pierwsze poważniejsze próby podjęte zostały zaledwie kilka lat temu. Jednak od tego roku akademickiego można się jej uczyć w pięciu szkołach wyższych: Uniwersytecie Jagiellońskim, Warszawskim, Wyższej Szkole Psychologii Społecznej w Warszawie, Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu oraz Katolickim Uniwersytecie Lubelskim. Do rozpoczęcia zajęć przygotowuje się Uniwersytet w Białymstoku.

ROBOT DLA OSÓB ZE SŁABĄ PAMIĘCIĄ

Japońscy inżynierowie przystosowali wysokiego na 40 cm i ważącego 5 kg cylindrycznego robota dla potrzeb osób z łagodną demencją. Rozpoznaje on twarz i głos swojego właściciela i za pomocą mowy przypomina mu o ważnych czynnościach oraz wydarzeniach. Potrafi rozpoznać dźwięk dzwonka do drzwi. Jeśli nie zauważy reakcji ze strony właściciela, próbuje przyciągnąć jego uwagę.

Na razie prowadzone są, z pozytywnym skutkiem, wstępne próby. Robot ma być gotowy do powszechnego użytku w 2015 roku.

„MĄDRY” WÓZEK

Naukowcy z japońskiego Saitama University opracowali wózek inwalidzki, który podąża za wybraną osobą. Zamontowano w nim kamerę i czujniki laserowe, dzięki którym utrzymuje się cały czas po lewej stronie swojego przewodnika. Śledzi ułożenie ramion prowadzącej osoby i przewiduje kierunek, w którym zamierza ona skręcić. Nawet jeśli tylko obraca się, stojąc w miejscu, będzie krążył wokół niej tak, aby utrzymać się w odpowiedniej pozycji.

System wykrywa ściany, ludzi i inne przeszkody na swojej drodze. Jego użytkownikowi nie grozi więc przypadkowe zderzenie. Za jedną osobą może też podążać więcej niż jeden pojazd.

LASEROWA LASKA

Naukowcy z Uniwersytetu w Arkansas konstruują przeznaczone dla niewidomych urządzenie, które za pomocą lasera będzie tworzyło mapę otoczenia i ostrzegało przed przeszkodami. Nowoczesna technologia pozwoli na zebranie niezbędnych informacji w czasie krótkich błysków trwających mniej niż nanosekundę. To tworzy dwa obrazy w czasie jednego pomiaru. Jeden z nich zawiera dane o odległości danego punktu, drugi mierzy jego intensywność. Program na podstawie tych danych obliczy pozycję użytkownika względem otoczenia.

Laserowa „laska” ma rozpoznać takie elementy otoczenia jak drzwi, schody czy pochyłości. Informacje o przeszkodach zagrażających drogę będą przekazywane za pomocą komunikatów dźwiękowych.

Opracował gel



**NIEPEŁNOSPRAWNI
TU i TERAZ**



**TRIANON
POLSKA**

BIULETYN INFORMACYJNY

DOFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW PFRON

Wydawca: Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

Koordinator Projektu: Krystyna Ogrodnik-Turakiewicz

Partner: Stowarzyszenie „Działajmy Razem” – TRIANON PL

Redaktor naczelna: Justyna Bytnar, stale współpracują Andrzej Grzelak, Agnieszka Baszczyńska, Krystyna Susabowska, Stanisław Stryjewski.

Adres wydawcy i redakcji: 58-500 Jelenia Góra, ul. Grabowskiego 7, tel.: 75 75 242 54, tel./fax 75 75 231 83, e-mail: redakcja.kson@wp.pl

• www.kson.pl

Skład i druk: NYC SERWIS, 58-500 Jelenia Góra, ul. Wojska Polskiego 13, tel. 75 75 25 663

Nakład 2500 egz.

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

Co w KSON-ie piszczy

Jak informowaliśmy Państwa w poprzednich numerach Biuletynu w czerwcu br. Sejmik przystąpił do realizacji zadania pn. „Cykl działań warsztatowych i szkoleniowych służących aktywizacji społecznej i zawodowej oraz poprawie funkcjonowania psychofizycznego osób niepełnosprawnych”.

W ramach tego zadania w lipcu odbyły się warsztaty komunikacji społecznej, o których pisaliśmy w lipcowym wydaniu Biuletynu. W sierpniu uczestnicy tychże warsztatów rozpoczęli intensywną, trzymiesięczną naukę aktywnego poszukiwania pracy w ramach grupowego poradnictwa zawodowego. Warsztaty ukończyło 12 osób niepełnosprawnych. Na podstawie ankiet przeprowadzonych wśród uczestników można stwierdzić, że była to bardzo efektywna i inspirująca forma wsparcia. Do końca listopada osoby te będą brały udział w spotkaniach z psychologiem w ramach grupy wsparcia. Spotkania mają motywować ich do dalszego aktywnego poszukiwania pracy. W ramach zadania „Cykl działań warsztatowych...” odbywają się również szkolenia dla osób niewidomych i niedowidzą-

cych z zakresu nauki czynności dnia codziennego (m.in. nauka wykonywania prostych posiłków, nauka płynnego liczenia pieniędzy przez dotyk, nauka posługiwania się telefonem) oraz szkolenie z orientacji przestrzennej. W ramach zadania, do chwili obecnej, 4 osoby niedowidzące zostały również przeszkolone w zakresie obsługi komputera z programem udźwiękawiającym. Szkolenia odbywały się w domach kursantów. Programem zostały również objęte osoby laryngektomowane, dla których przewidziano naukę mowy zastępczej.

Od lipca br. realizowane jest również drugie zadanie „Przez media do integracji!”.

Na antenie TV Dami zostały wyemitowane cztery filmy dotyczące problematyki osób niepełnosprawnych oraz cztery audycje

z cyklu „Karkonoska Telewizja Integracyjna”. Do najważniejszych tematów poruszanych w ramach tych programów należały m.in.: „Otwieranie gór”, relacja z warsztatów psychologicznych w Świeradowie Zdroju, relacja z wystawy „Dolny Śląsk bez barier”, prace nad powstaniem ścieżki turystycznej wokół pałacu w Maciejowcu oraz szlaku spacerowego wokół jeziora Pilichowickiego. W ramach audycji „Karkonoska Telewizja Integracyjna” poruszane były bieżące problemy zarówno osób niepełnosprawnych jak i pełnosprawnych. Audycje te były emitowane na antenie TV Dami w każdą ostatnią niedzielę miesiąca. Zainteresowani mogą je również obejrzeć pobierając ze strony www.kson.pl. Na naszej stronie dostępna jest także ankieta. Celem jej jest zmierzenie poziomu Państwa zadowolenia z odbioru programów „Karkonoskiej Telewizji Integracyjnej”. Bylibyśmy bardzo wdzięczni za jej wypełnienie i przekazanie do Biura KSON.

Monika Żak

Dylematy moralne wybieranych. Czy transfery personalne są etyczne?

Na jakimś spotkaniu zadano mi pytanie czy transfery personalne są etyczne. Było to pytanie z podtekstem i odnoszące się także do naszej jeleniogórskiej rzeczywistości. Na pewno „kolesiostwo”, nepotyzm i nepotyzm polityczny są obrzydliwe i nieetyczne. Zastępowanie dobrego menadżera gorszym, ale swoim, przynosi straty społeczności, podobnie zastępowanie urzędnika, działacza kultury, sportu itp. „swojakami”, czy to członkiem rodziny albo z politycznego nada-

nia. Przykładów takich jest wiele, są one powszechnie znane, dlatego nie warto ich wymieniać.

Inaczej sprawa wygląda, jeśli transfery występują między partiami czy quasi partiami. Dla ludzi bez przekonań każde przejście jest możliwe, jeśli przynosi osobiste korzyści. Na poziomie organów wybieralnych takim przejściom nie można zarzucić nieetyczności. Ludzie mają prawo zmieniać swoje poglądy, przekonania i postępować zgodnie ze swoim subiektywnym

standardem uczciwości. Nie jest uczciwe, jeśli wybraniec sprzeniewierza się środowisku i ludziom, którzy daną osobę wspierali i głosowali na nią.

Czymś nienaturalnym jest jednak konfrontacja ze środowiskiem, którego miał być reprezentantem i którego interesów miał bronić, a także przedstawiać problemy tego środowiska. No cóż i tak się zdarza. Są w naszym otoczeniu i tacy, którzy w ciągu kadencji co rusz zmieniają poglądy i jakoś im to nie szkodzi. Są dwie możliwości; albo wyborcy o tym nie wiedzą, albo jest to im obojętne.

Józef Sarzyński

Niepełnosprawny w wielkim mieście

Każdy nowy dzień potrafi być wyzwaniem. Dotyczy to zwłaszcza osób niepełnosprawnych, które codziennie muszą pokonywać szereg barier, z których istnienia reszta społeczeństwa często nie zdaje sobie sprawy. Wizyta u lekarza lub w urzędzie może być wyzwaniem ze względu na konieczność skorzystania z komunikacji miejskiej albo przejścia na drugą stronę ulicy. Czy tak musi być? A może istnieją miejsca, gdzie niepełnosprawnym żyje się lepiej? Zadając sobie te pytania, często spoglądamy tęskno na Zachód, gdzie społeczeństwa zdają się częściej dostrzegać problemy osób słabszych. Czy poruszanie się po wielkim mieście może być łatwiejsze niż doświadczamy tego na co dzień? Zapraszamy na przejażdżkę po Berlinie.

Komunikacja w tej najbliższej nam geograficznie europejskiej stolicy oparta jest o rozbudowaną sieć kolejek miejskich, autobusów i tramwajów. Planowanie podróży ułatwia dostępny w Internecie interaktywny rozkład jazdy, uwzględniający wszystkie dostępne połączenia. Wystarczy podać adres domu i punktu docelowego lub nazwy położonych najbliższych tych miejsc

przystanków, a wyszukiwarka prezentuje kilka najszybszych połączeń, które o wskazanej porze dowiozą nas do celu. Rozkład nie ogranicza się jednak wyłącznie do informacji o numerach linii, z których przyjdzie nam skorzystać, i przystankach, gdzie należy się przesiąść – serwis wskazuje również, na której stacji metra znajdują się ruchome schody lub winda, z której skorzystać może osoba na wózku. W sytuacji, gdy któreś z ułatwień uległo awarii bądź podlega konserwacji, w rozkładzie jazdy jest to wyraźnie zaznaczone, tak by osoba niepełnosprawna miała możliwość rozważenia trasy alternatywnej, gdzie utrudnienia nie występują. Dodatkowo przy każdym środku transportu zaznaczone jest, jeśli jest on bezbarierowy. Wybór odpowiedniego połączenia przy tak przedstawionym rozkładzie jazdy nie stanowi już większego problemu.

Nim jednak będzie nam dane zająć miejsce w autobusie czy tramwaju, musimy pokonać zwykle przynajmniej jedną wielkomiejską ulicę. Integralną częścią każdego przejścia dla pieszych jest przycisk powodujący generację sygnału dźwiękowego, który ułatwia osobom niewidomym i niedowidzącym przejście na drugą stronę. Na rzadziej używanych przejściach z przyciskiem zintegrowana jest funkcja przełączania świateł, zawsze nieodłącznym elementem jest jednak sygnał dźwiękowy.



Poruszanie po ulicach osobom niedowidzącym ułatwia w wielu miejscach system wiedzenia niewidomych – zintegrowane z nawierzchnią płyty, pokryte specjalnymi rowkami. Dzięki nim niepełnosprawny zostaje uprzedzony o znajdujących się w pobliżu istotnych elementach otoczenia, jak np. przejście dla pieszych czy schody.

Dzięki temu, iż większość pojazdów komunikacji miejskiej jest niskopodłogowa, osoby niepełnosprawne ruchowo nie mają zazwyczaj kłopotu z wsiadaniem i wysiadaniem ze środków transportu publicznego. W związku jednak z różnicą wysokości między progiem pojazdu a linią krawężnika, autobusy wyposażono w specjalną rampę, która wysuwa się automatycznie bądź jest rozkładana przez kierowcę. Podobne rozwiązanie stosuje się w kolejkach miejskich, gdzie odpowiednia kładka należy do wyposażenia kabiny motorniczego lub instalowana jest na wysokości jego kabiny na każdej stacji danej trasy, by w razie potrzeby mógł ją przerzucić między krawężnią pe-



ronu a progiem pociągu. Zamiar opuszczenia pojazdu osoba niepełnosprawna ruchowo może zasignalizować poprzez naciśnięcie specjalnego przycisku sygnalizacyjnego, który jednocześnie wydłuża czas między otwarciem a automatycznym zamknięciem drzwi na najbliższym przystanku. Dzięki zainstalowanym w pobliżu drzwi czujnikom ruchu, podróżny ma zapewnione na wysiadanie tyle czasu, ile tylko mu potrzeba – drzwi autobusu nie zatrzaśną się w chwili, gdy ktoś znajduje się między ich skrzydłami. W kolejkach miejskich funkcjonuje natomiast system wstrzymujący zamykanie drzwi, jeśli tylko napotkają one przeszkodę. Ryzyko uszkodzenia ciała pasażera wysiadającego lub wsiadającego w ostatnim momencie jest w tej sytuacji zniwelowane. Kierowca autobusu kontroluje w pełni tylko przednie drzwi, w pozostałych może jedynie zwolnić blokadę, jeśli pasażer zasignalizował wcześniej chęć opuszczenia pojazdu. Do ich zamknięcia dochodzi natomiast automatycznie, gdy czujniki nie odnotowują ruchu w strefie drzwi.

W nowszych modelach kolejek czy autobusów widoczna jest coraz większa liczba rozkładanych miejsc siedzących, które w razie potrzeby mogą zostać schowane, by w danym miejscu postawić np. wózek. We wszystkich środkach transportu w trakcie jazdy są wyświetlane oraz odtwarzane komunikaty informujące o najbliższym przystanku, możliwościach przesiadki, kierunku wysiadania. Brakuje natomiast informacji głosowych o autobusie, który właśnie podjechał na przystanek, co jest sporym utrudnieniem dla osób niedowidzących.

W niemieckim systemie nieznane jest pojęcie emerytury,

a każda otrzymująca świadczenia od państwa osoba, która ze względu na wiek bądź stan zdrowia jest niezdolna do pracy, otrzymuje legitymację rencisty. Miejsce tuż przy pierwszych drzwiach autobusu (służących tu od lat wyłącznie do wsiadania), podobnie jak wyznaczone siedzenia w tramwajach czy kolejkach, zarezerwowane jest tradycyjnie dla osób niepełnosprawnych. Aby możliwe było odróżnienie osoby, dla której miejsce dla niepełnosprawnych zostało zarezerwowane, od osoby starszej, przewidziano w legitymacji rencisty rubrykę na zaznaczenie niepełnosprawności posiadacza legitymacji. Wyłączenie osoby z odpowiednią adnotacją mają prawo żądać ustąpienia miejsca siedzącego – samo posiadanie legitymacji takiego prawa nie statuuje. Inny rodzaj stempla w legitymacji zapewnia prawo do bezpłatnych przejazdów wszystkimi środkami transportu zarówno samemu niepełnosprawnemu jak i towarzyszącemu mu opiekunowi.

Z myślą o osobach niedowidzących bez prawa do darmowych przejazdów pojawiają się od pewnego czasu na miejskich dworcach automaty biletowe z brajlowskimi tabliczkami opisującymi otwory na środki płatnicze. Przy samym wyborze właściwego typu biletu osoba niedowidząca jest zdana jednak na pomoc innych, gdyż dotykowy ekran stanowi zwykle przeszkodę nie do pokonania. Alternatywą jest zakup biletu w kiosku bądź u kierowcy autobusu (gdzie nie po-



bierane są z tego tytułu dodatkowe opłaty).

Niedawno przedsiębiorstwo komunikacji miejskiej (BVG) wprowadziło dodatkową usługę, adresowaną nie tylko do niepełnosprawnych pasażerów, ale w dużej mierze dla nich przydatną: wsiadając do autobusu, można powiedzieć kierowcy, na jakim przystanku zamierza się wysiąść i... poprosić o zamówienie taksówki na dalszą drogę do domu. Co prawda za przejazd z przystanku pod wskazany adres trzeba zapłacić we własnym zakresie, rozwiązanie stanowi znaczne ułatwienie zwłaszcza w sytuacji, gdy przypomni o sobie uśpiona choroba lub gdy nie czujemy się na siłach samodzielnie wrócić do domu.

Poruszanie się po Berlinie jest pod wieloma względami łatwiejsze niż korzystanie ze środków publicznego transportu w naszych miejscowościach. Pamiętajmy jednak, że jest to ponad czteromilionowe miasto, w którym życie toczy się w zupełnie innym rytmie niż w 100-tysięcznej miejscowości. Każdemu, kto lubi wyzwania, serdecznie polecamy wycieczkę do Berlina, by samodzielnie się przekonać o zaletach i wadach życia w wielkim mieście.

*Tekst i foto
Agnieszka Turakiewicz*

Czy wolontariusze Sejmiku zostaną bez dachu nad głową?

Budynek przy ul. Grabowskiego 7 w Jeleniej Górze, gdzie mieści się obecna siedziba KSON, został nam przekazany przed ponad dziewięć laty w dzierżawę. Systemem gospodarczym i przy pomocy ówczesnego prezydenta miasta Józefa Kusiaka udało nam się go wyprowadzić z technicznej zapaści i rozpocząć statutową działalność na rzecz całego środowiska osób niepełnosprawnych.

Umowa dzierżawy obowiązuje do września 2012 roku. Mimo to we wrześniu 2007 podczas posiedzenia Społecznej Rady do spraw Osób Niepełnosprawnych przy Prezydencie Miasta postawiono wniosek o odebranie nam tego obiektu. Wnioskodawczynią była Grażyna Pawlukiewicz-Rehlis rekomendowana do Rady Miejskiej przez... KSON. Od tej pory nasza współpraca z prezydentem Markiem Obrębalskim zaczęła pozostawiać wiele do życzenia. Od 2008 roku odmawiał dofinansowania składanych przez nas projektów zadań realizowanych na rzecz osób niepełnosprawnych. Skutki tego nie dały na siebie długo czekać. Nie mieliśmy pieniędzy, nie mogliśmy więc płacić regularnie rachunków. Dodatkowo, dzięki przeciekom z Ratusza, plany odebrania nam siedziby stały się ogólnie znane. To spowodowało, że instytucje, którym dzierżawiliśmy pomieszczenia, poszukały sobie nowych, a to pogorszyło jeszcze bardziej naszą sytuację finansową. Rosły zadłużenia, przede wszystkim wobec Przedsiębiorstwa Energetyki Ciepłej. Pan prezydent podczas rozmów

uspokajał nas mówiąc, iż pomoże nam te problemy rozwiązać. Na obietnicach się skończyło, a nasze wnioski składane przez kolejne trzy lata były rozpatrywane nadal negatywnie, choć inne organizacje dofinansowanie otrzymywały. Odmawiano nam dostępu do protokołów wspomnianej Społecznej Rady do spraw Osób Niepełnosprawnych. Dopiero wyrok NSA we Wrocławiu sprawił, że mogliśmy się z nimi zapoznać. I wtedy też dowiedzieliśmy się między innymi jak „przyjazna” nam była rekomendowana przez nas radna.

W listopadzie 2009 roku otrzymaliśmy propozycję przeniesienia się do budynku po byłej przychodni „Doktor” przy ul. Wolności. Wspólnie doszliśmy jednak do wniosku, że jest to obiekt zbyt mały jak na potrzeby Sejmiku i został przekazany MONAR-owi. Kolejna propozycja padła wiosną 2010 roku. Tym razem dowiedzieliśmy się, że powinniśmy przeprowadzić się na ul. Pijarską do znajdującego się, delikatnie mówiąc, w fatalnym stanie technicznym domu po Straży Miejskiej. Pomijając dekapitalizację obiektu, dojście do niego, po licznych wzniesieniach, jest bardzo trudne do pokonania przez osoby niepełnosprawne. Uznaliśmy ten pomysł za koszmarny żart.

W maju władze Jeleniej Góry oficjalnie powiadomiły nas, że faktycznie zamierzają sprzedać budynek przy ul. Grabowskiego, a w ramach rekompensaty otrzymamy siedzibę byłej spółdzielni lekarskiej „Vita” przy ul. Osiedle Robotnicze. Kilkakrotnie,

z udziałem zastępcy prezydenta, wizytowaliśmy to miejsce. Ustaliliśmy zakres prac remontowych niezbędnych do wykonania, a także zasady funkcjonowania tutaj Sejmiku. Mieliśmy być zarządcą obiektu, a przeprowadzka miała nastąpić na przełomie lipca i sierpnia.

22 czerwca prezydent Marek Obrębalski na sesji Rady Miejskiej wystąpił z wnioskiem o zgodę na sprzedaż „pałacyku” przy ul. Grabowskiego 7, zapewniając jednocześnie, że dostaniemy obiekt po „Vicie”. Kilku radnych wyraziło wątpliwości czy sprzedaż jest zasadna, skoro w budynku funkcjonują organizacje zrzeszone w KSON. Wtedy do akcji znowu wkroczyła „nasza” radna Grażyna Pawlukiewicz-Rehlis. Rozwiała wszelkie wątpliwości, stwierdzając, że wszyscy z Grabowskiego 7 już dawno się wyprowadzili. Jej koledzy uznali to kłamstwo za prawdę i podjęli – niejednogłośnie – uchwałę o sprzedaży budynku. Ogłoszenia o przetargu na sprzedaż nieruchomości ukazały się w prasie.

Słowa wypowiedziane przez pana prezydenta na sesji okazały się kolejnymi obiecankami. Termin przeprowadzki przesuwano, a ponadto dowiedzieliśmy się, iż na ul. Osiedle Robotnicze nie będziemy jedynymi lokatorami. Znajdą się tam także inni użytkownicy. Każdy podpisze oddzielną umowę najmu. Nie określono zasad użytkowania części wspólnych, w tym świetlicy. Dowiedzieliśmy się poza tym, iż będziemy musieli dokładać się

w odpowiednim procencie do pensji palacza, konserwatora i sprzątaczk. W naszej dotychczasowej siedzibie ich czynności były wykonywane społecznie.

ZGL przysłał nam projekt umowy najmu na lokal handlowy, bez określenia powierzchni i warunków finansowych. Czy po to, aby przedłużyć sprawę i twierdzić, że przecież wszystko ze strony Miasta przebiega zgodnie z „ustaleniami” i to Sejmik nie chce ich realizować? A po wyborach samorządowych, zależnie od ich wyniku i nowych konstelacji w Radzie Miasta, może uda się Sejmik całkowicie wyautować?

W trakcie kolejnych dwóch sesji Rady Miejskiej radni różnych ugrupowań interpelowali w naszej sprawie. 22 października Józef Sarzyński mówił nawet, iż jedna z radnych wprowadziła wszystkich w błąd. Na sali byli obecni przedstawiciele organizacji inwalidzkich, jednak „ze względów proceduralnych” nie dopuszczono ich do głosu, choć względy te nie miały znaczenia w wypadku jeleniogórskich kupców, którzy mogli się wypowiedzieć na temat targowisk. Było ich po prostu więcej niż nas.

*

Pomimo wspomnianych wcześniej kłopotów finansowych nie zaprzestaliśmy działalności. Pie-

niądze pozyskiwaliśmy zabiegając o nie w różnych instytucjach. Są one jednak przeznaczone na konkretne przedsięwzięcia, a nie czynsz, remonty i opłaty za media. Do Sejmiku przystępowały coraz to nowe stowarzyszenia. Aktualnie jest ich 37, w tym 8 zarejestrowanych w Krajowym Rejestrze Sądowym i 3 oczekujące na rejestrację. Ich członkowie muszą gdzieś się zbierać. Stąd tak istotna jest dla nas świetlica.

Potrzebne są też inne pomieszczenia. Przez dziewięć lat zgromadziliśmy bowiem pewien majątek. W jego skład wchodzi komputery służące do celów edukacyjnych i biurowych, maszyny szwalnicze, na których mają się uczyć zawodu niepełnosprawni, jest też kompletnie wyposażone studio radiowe. Dokumentację również gdzieś trzeba trzymać, a wolontariusze muszą mieć miejsce do pracy. Przypomnę, że w ramach Sejmiku funkcjonują między innymi: Agencja Zatrudnienia, zespoły redakcyjne miesięcznika „Tu i Teraz”, radia i portalu internetowego, Punkt Informacji ze specjalistami z różnych dziedzin, którzy udzielają porad osobom niepełnosprawnym.

Liczyliśmy na to, iż zgodnie z ustaleniami jako największy użytkownik zostaniemy zarządcą budynku po „Vicie”, który

zadba także o interesy innych, a jednocześnie będzie się starać o pieniądze na utrzymanie budynku z różnych źródeł, w tym także z Urzędu Miasta. Pan Prezydent i inni urzędnicy wielokrotnie przecież zapewniali nas, że udzielą pomocy. Okazało się, iż były to tylko półprawdy. Dlaczego? Chodź chyba o to, aby skłócić środowisko osób niepełnosprawnych, bo takim lepiej się manipuluje.

Co będzie dalej? Czy wolontariusze Sejmiku pozostaną bez dachu nad głową? Nie umiemy na te pytania odpowiedzieć. Jedno jest pewne – nie zaprzestaniemy naszej działalności, bo tego oczekują od nas tysiące niepełnosprawnych.

Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

Z ostatniej chwili!

W dniu oddania tego numeru do składu odbyło się spotkanie przedstawicieli zarządu KSON z zastępcą prezydenta miasta Jerzym Lenardem. Wspólnie ustalono, że w dniu 4 listopada odbędą się oględziny obiektu po spółdzielni „Vita”, w którym obecnie trwa remont. Omówiono także ramy przyszłej umowy, której projekt Sejmik otrzyma do 10 listopada. Ostateczny kształt umowy zatwierdzi Prezydent Miasta. O sytuacji będziemy informowali naszych czytelników.

WSPOMNIENIE

Ksiądz Stanisław Pagiela zmarł w nocy z 30 na 31 sierpnia 2010 roku. Urodził się 6 października 1934 roku w Pogórze koło Skoczowa. Od 1970 roku aż do przejścia na emeryturę pełnił posługę proboszcza w parafii Wójcików z siedzibą w Dąbrowicy. 11 kwietnia 2002 roku został członkiem Koła miejskiego Pol-

skiego Stowarzyszenia Diabetyków w Jeleniej Górze, kiedy to okazało się, że zachorował na cukrzycę. Od tamtej pory stał się też kapłanem naszego Koła. Przez następne lata uczestniczył we wszystkich ważnych dla członków Koła uroczystościach, które poprzedzała msza św. w intencji ludzi chorych na cukrzycę. Szcze-

gólną tradycją stały się spotkania integracyjne diabetyków pod nazwą „Majówka w Dąbrowicy”.

Choroba spowodowała, że w ostatnich latach musiał systematycznie poddawać się zabiegom dializy.

Był przyjacielem sercem i duszą ludzi chorych na cukrzycę za co m.in. został wyróżniony Honorową Odznaką Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków.

Waldemar Wiśniewski

W zamieszczonym w „Tu i Teraz” artykule Miłosza Kamińskiego „Nasze sprawy w Radzie Miasta” przeczytałem o czterech uchwałach dotyczących osób niepełnosprawnych i starszych, które przegłosowali jeleniogórscy radni. Interesuje mnie, jak każdy z nich głosował.

Krzysztof z Jeleniej Góry

Redakcja: Wymienienie wszystkich zajęłoby zbyt dużo miejsca, jak na objętość naszego miesięcznika. Dlatego ograniczymy się do trzech, którzy najczęściej zabierali głos w naszych sprawach: Krzysztofa Mroza z PIS-u, Grażyny Pawlukiewicz-Rehlis z PO oraz Józefa Sarzyńskiego z SLD.

Wspomniane uchwały dotyczyły:

- zwiększenia nawet o kilka-set procent opłat za parkowanie pojazdów bez zagwarantowania odpowiedniej ilości „kopert” dla niepełnosprawnych lub ulg dla posiadaczy pojazdów „inwalidzkich”:

K. Mróz – przeciw,
G. Pawlukiewicz-Rehlis – za,
J. Sarzyński – za;

- wspierania sportu kwalifikowanego, jednak bez uwzględnienia sportowców niepełnosprawnych:

K. Mróz – za,
G. Pawlukiewicz-Rehlis – za,
J. Sarzyński – za;

- sprzedaży siedziby Sejmi-ku przy ul. Grabowskiego 7, bez zapewnienia mu pomieszczeń zastępczych:

K. Mróz – przeciw,
G. Pawlukiewicz-Rehlis – za,
J. Sarzyński – za;

- wprowadzenia nowej taryfy MZK naruszającej dotychczasowe uprawnienia osób niepełnosprawnych i seniorów:

K. Mróz – przeciw
G. Pawlukiewicz-Rehlis – wstrzymała się od głosu,
J. Sarzyński – wstrzymał się od głosu.

Wszystkie uchwały zostały przegłosowane.

Jak z tego widać najczęściej przeciw nam występowała radna Grażyna Pawlukiewicz-Rehlis, którą Sejmik poparł w poprzednich wyborach. Już jednak kilka miesięcy później podczas posiedzenia zarządu KSON oświadczyła, że nie czuje się reprezentantką tego środowiska. Była konsekwentna i wielokrotnie starała się nam zaszkodzić, co jej się często udawało. Ocenę takiej postawy pozostawiamy Czytelnikom.

Zauważyłam, że podczas każdych wyborów ilość chętnych na stanowiska radnych przekracza liczbę wolnych miejsc na listach poszczególnych partii i stowarzyszeń. To chyba nie jest tylko żądza władzy? Czy radni otrzymują jakieś wynagrodzenie?

Celina z Jeleniej Góry

Redakcja: Artykuł 25 ust. 4 ustawy z 8 marca 1990 r. o samorządzie gminnym mówi, że „na zasadach ustalonych przez

radę gminy radnemu przysługują diety oraz zwrot kosztów podróży służbowych”. Zgodnie z ust. 6 „wysokość diet (...) nie może przekroczyć w ciągu miesiąca łącznie półtorakrotności kwoty bazowej określonej w ustawie budżetowej dla osób zajmujących kierownicze stanowiska państwowe (...)”. Rada gminy może zmniejszyć wysokość tej kwoty, nie może natomiast jej podwyższyć. Przy ustalaniu wysokości diet powinna brać pod uwagę funkcje pełnione przez radnego.

Rada Ministrów upoważniona jest do wydawania rozporządzeń w sprawie maksymalnej kwoty diet przysługujących radnym w ciągu miesiąca, z uwzględnieniem liczby mieszkańców gminy. W wypadku Jeleniej Góry, zarówno miasta jak i powiatu, jest to obecnie 2201,59 zł.

Dochody radnych są jawne i każdy ma prawo się z nimi zapoznać. Wspomniana w odpowiedzi na poprzedni list radna Grażyna Pawlukiewicz-Rehlis w 2009 roku zarobiła z tytułu zatrudnienia w Polskim Związku Niewidomych 27 695 zł, wysokość jej rocznej renty to 8804 zł, a jako radna pobrała 21 151 zł.

Dla jednych radnych dieta to dużo pieniędzy, dla innych nie. Jak z powyższego zestawienia widać dla pani Grażyny stanowi istotne uzupełnienie domowego budżetu. Nic więc dziwnego, że usilnie stara się o wybór na kolejną kadencję, zapominając nawet o środowisku, z którego się wywodzi.

„Oaza spokoju i miłości”

– Dom Kulejących Aniołów w Pszczynie

Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym Koło w Pszczynie, postanowiło stworzyć miejsce, w którym znalazłyby dom osoby niepełnosprawne. *Inicjatywa powstania tego typu placówki zrodziła się, kiedy zauważyliśmy, że odchodzą rodzice dzieci z upośledzeniem, a na miejsce w ośrodkach pomocy czeka się bardzo długo.* To słowa Krystyny Fuławki, przewodniczącej Koła, która sama jest matką niepełnosprawnego chłopca i ma świadomość, że w którymś momencie jej również zabraknie, a dziecko pozostanie samo. By uniknąć niepewnego losu potomków, 22 lipca bieżącego roku, po załatwieniu wszystkich formalności, ruszyła budowa Domu Kulejących Aniołów, *oazy spokoju i miłości, pachnącej drożdżowym ciastem i domowym obiadem.*

Rodzice i przedstawiciele Koła, początkowo szukali jakiegoś budynku na terenie powiatu pszczyńskiego, który można byłoby zaadaptować na potrzeby ośrodka. Niestety nic takiego nie udało się znaleźć. Zwrócono się do Urzędu Miasta, a ten podarował działkę w pobliskiej miejscowości – w Piasku. Na 2 hektarach ziemi, w pięknej okolicy, powstanie kompleks trzech budynków, z zapleczem rehabilitacyjnym, edukacyjnym, terapeutycznym oraz całodobową opieką dla osób, które utraciły opiekunów. Teren wokół budynków ma być wykorzystany na plac zabaw itp. Wszystko zależy od środków finansowych, które uda się zebrać (zbierając makulaturę, nakrętki z butelek, puszki). Poza tym, podczas warsztatów terapeutycznych przygotowywane

są różnego rodzaju artykuły rękodzielnicze, sprzedawane później podczas kiermaszy. Organizowane są także zbiórki w kościołach. Poszukiwano darczyńców pośród zakładów pracy i pozyskiwano środki z 1% podatku. Odzew społeczny jest bardzo duży, mimo ciężkiej sytuacji, ludzie są bardzo szczerzy. Pojawiają się także firmy, które udzielają wysokich rabatów na materiały budowlane lub je po prostu oddają za darmo. Ale nie tylko pieniądze są ważne. Dobre słowo, pomocna dłoń, to czasem znacznie ważniejsze.

Dom Kulejących Aniołów ma nieść kompleksową pomoc rodzicom od momentu narodzin niepełnosprawnego dziecka, aż po starość. Założenie jest takie, by w jednym miejscu znajdowali się specjaliści z różnych dziedzin, potrafiący pracować z ludźmi z upośledzeniem. Kiedy rodzi się chore dziecko, człowiek napotyka na wiele trudności, szuka pomocy i wsparcia, ale nie każdy lekarz umie pomóc. Ośrodek, który powstaje będzie likwidował tego typu trudności. Osoby zrzeszone

w stowarzyszeniu wspierają się nawzajem, mogą zawsze liczyć na pomoc innych członków doskonale rozumiejących pojawiające się problemy. Razem śmieją się i płaczą, a teraz również budują dom.

Latem budowa ruszyła pełną parą, na chwilę obecną zalane są już ławy i w jednej części budynku rosną mury. Jeśli wszystko pójdzie zgodnie z planem w przyszłym roku budynek powinien być oddany do użytku w stanie surowym.

Czym ten dom będzie się różnił od innych ośrodków pomocy? Ma on stać się miejscem rodzinnym, przystosowanym do potrzeb osób z różnego rodzaju niepełnosprawnością. Rodzice chorych dzieci znajdą tam siłę i wsparcie, nie będą się czuć samotni. Ma on też być miejscem łączącym ludzi pełnosprawnych i niepełnosprawnych. Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym Koło w Pszczynie tworzy pomost między tymi dwoma światami. Oby cel ten udało się osiągnąć, bo to naprawdę piękna inicjatywa.

Marta Klepek



Fot. PSOUU Pszczyna

Przyjaciele są jak Anioły...

Wywiad z Barbarą Zagrobelną, założycielką Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych Intelaktualnie i Ruchowo „Przyjaciele”

Od jak dawna istnieje Stowarzyszenie oraz ilu liczy członków?

Stowarzyszenie liczy około 70 członków. W obecnej formie istnieje od roku. Wcześniej, od roku 1998, działało jako grupa wsparcia.

Kto był pomysłodawcą utworzenia Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych Intelaktualnie i Ruchowo „Przyjaciele”?

Pomysłodawcami założenia Stowarzyszenia byłem ja i mój mąż.

Dlaczego właśnie „Przyjaciele”? Skąd pomysł na nazwę?

Prawdziwy przyjaciel, to ten, który przychodzi jak inni odchodzą. My właśnie tacy jesteśmy.

Jesteście bardzo dynamicznym Stowarzyszeniem, spotykacie się w każdy poniedziałek. Co ciekawego się u Was dzieje?

Przede wszystkim na spotkania przychodzą ciekawi ludzie. Nasi członkowie biorą udział w warsztatach, organizujemy wycieczki, grille, zabawy oraz Mikołaja dla dzieci. W ubiegłym

roku wyjechaliśmy na 8 wycieczek. Zwiedziliśmy Kraków, Kalwarię Zebrzydowską, Sanktuarium Bożego Miłosierdzia w Łagiewnikach, Zakopane, Wadowice, Oświęcim, Licheń, Częstochowę, zamek Książ, Pragę, a w niej Tańczące Fontanny oraz wiele innych miejsc.

Potrąficie się znakomicie zorganizować i wspólnie spędzać czas. Ostatnio odwiedziliście Łebę. Jakie wrażenia stamtąd przywieźliście?

Wrażenia z wycieczki do Łeby są niepowtarzalne. Większość z nas nigdy nie była nad morzem, niektórzy sprawdzali czy woda jest faktycznie słona. Jesteśmy ze sobą życzliwi, wystarczy jeden telefon, a cała grupa spieszy z pomocą.

Jak rozwiązujecie problemy, z którymi zapewne stykacie się każdego dnia? Jak są Wasze troski i radości?



Największą naszą bolączką jest niestety brak środków finansowych, które staramy się pozyskiwać różnymi sposobami. Natomiast radością są nasi członkowie. W trakcie istnienia grupy, a potem stowarzyszenia nasi przyjaciele założyli rodziny i urodziły im się dzieci. Nasze grono się powiększa.

Jakie formy aktywności cieszą się największym zainteresowaniem wśród Waszych członków?



Przede wszystkim wycieczki, w czasie których uczestnicy mogą poznać ciekawe zakątki kraju, większość naszych członków dzięki naszemu zaangażowaniu może wyjechać poza granice naszego miasta i regionu.

Jakie warunki należy spełnić, aby zostać członkiem Stowarzyszenia?

Jesteśmy otwarci na każdego, kto zechce brać udział w cotygodniowych spotkaniach „Przyjaciół”. Warunkiem przyjęcia do Stowarzyszenia jest chęć wyjścia z domu. Członkowie Stowarzyszenia muszą pamiętać

o przestrzeganiu naszego regulaminu.

Jakie macie plany na przyszłość?

Chcielibyśmy zorganizować turnus rehabilitacyjny dla większej grupy, nie tylko dla

pojedynczych osób. Z uwagi na bardzo niskie dochody naszych członków, niełatwo zebrać środki nawet na 2-3-dniowy wyjazd. Tymczasem wycieczki są bardzo potrzebne, ponieważ integrują nasze środowisko.

Dziękuję za rozmowę, życzę zorganizowania wymarzonego turnusu i wielu sukcesów.

Justyna Bytnar



Olimpiady Specjalne



Pierwsze skojarzenie, gdy mowa jest o sporcie osób niepełnosprawnych, to zwykle wózek wiozowy ze szpadą lub piłką. Chwilę później pojawia się refleksja o letnich i zimowych Igrzyskach Paraolimpijskich, podczas których zawodnicy rywalizują ze sobą w kilkudziesięciu dyscyplinach, w tym narciarskich, łyżwiarskich, jeździeckich czy wioślarskich. Znacznie mniej wiemy o sporcie osób niepełnosprawnych intelektualnie, skupionych w światowym ruchu Olimpiad Specjalnych (Special Olympics).

Organizacja ta powstała w USA w 1968 roku i obejmuje obecnie 168 państw, ponad 3 miliony zawodników i półtora miliona wolontariuszy. Efektem ich zaangażowania jest 20 tysięcy zawodów i innych imprez rocznie, rozgrywanych w trzydziestu letnich i zimowych dyscyplinach sportowych. Treningi i udział w zawodach przyczyniają się do rozwoju sprawności fizycznej osób z niepełnosprawnością

intelektualną, a także wpływają na ich emocje i uczucia, tworzą więzi ze swoimi rodzinami i innymi sportowcami.

Idea Olimpiad Specjalnych dotarła do Polski na początku lat 80-tych XX wieku. W 1985 roku powstała Ogólnopolska Rada Olimpiad Specjalnych przy Zarządzie Głównym Towarzystwa Przyjaciół Dzieci. Polska była pierwszym krajem z obszaru centralnej i wschodniej Europy, z którym Special Olympics nawiązało oficjalną współpracę. Już w 1987 roku odbyła się Pierwsza Ogólnopolska Olimpiada Specjalna w Warszawie, a rok później Pierwsza Ogólnopolska Zimowa Olimpiada Specjalna w Nowym Targu. Obecnie stowarzyszenie Olimpiady Specjalne Polska to sportowa organizacja pożytku publicznego, która w osiemnastu Oddziałach Regionalnych skupia 564 sekcje liczące ponad 17 tysięcy sportowców, 1000 członków rodzin, 1550 trenerów i 4500 wolontariuszy. Corocznie organizowanych jest około 200 zawodów i imprez w 20 dyscyplinach sportowych.

W dniach 18-23 września 2010 roku odbyły się w Warszawie Europejskie Letnie Igrzyska Olimpiad Specjalnych ELIOS 2010. Było to pierwsze tej rangi wydarzenie w tej części Europy. Uczestniczyło w nich półtora tysiąca zawodników z 56 krajów, rywalizujących w dziewięciu dyscyplinach: bowlingu, lekkoatletyce, jeździe szybkiej na wrotkach, koszykówce,

siedmioosobowej piłce nożnej kobiet, badmintonie, tenisie ziemnym, tenisie stołowym oraz trójkboju siłowym. Występowali oni zgodnie z mottem każdego olimpijczyka specjalnego, jakim są słowa przysięgi olimpijskiej, wypowiedziane w trakcie ceremonii otwarcia zawodów sportowych: „Pragnę



zwyciężyć, lecz jeśli nie będę mógł zwyciężyć, niech będę dzielny w swym wysiłku.”

Zawody odbywały się na obiektach sportowych Akademii Wychowania Fizycznego i Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego oraz w specjalnie ustawionych pawilonach. Podczas trwania konkurencji i wręczania medali zawodnikom żywo dopinguwali licznie zgromadzeni



Fot. Bożena Zakrawacz

kibice. Na terenie SGGW odbyła się również prezentacja Programu Treningu Aktywności Motorycznej (MATP), programu rehabilitacyjno-treningowego dla osób, które nie mogą uczestniczyć w oficjalnych zawodach Olimpiad Specjalnych z powodu współwystępujących niepełnosprawności fizycznych lub trudności w zrozumieniu zasad współzawodnictwa. Wśród konkurencji znajdują się m.in. unoszenie głowy z pozycji leżenia, skok z wykorzystaniem odskoczni, kręgle, przejście i przepłynięcie wyznaczonego dystan-



su na basenie, zanurzenie głowy pod powierzchnię wody.

Polacy zdobyli 173 spośród 900 medali. Wśród złotych medalistów znalazła się jedyna

reprezentantka Dolnego Śląska, Agnieszka Kmieć z sekcji „Anna” w Legnickim Polu, startująca w trójboju siłowym, która oprócz złotego medalu w tej konkurencji zdobyła także złote medale w konkurencjach składających się na trójbój: wyciskaniu w leżeniu na ławeczce



i martwym ciągu oraz brązowy w przysiadzie ze sztangą.

Jeleniogórskim akcentem ELIOS był pobyt w Kotlinie Jeleniogórskiej reprezentacji Danii, przebywającej tu w dniach 15-18 września 2010 roku w ramach Programu Miast Goszczących. Stało się to możliwe dzięki Ambasadorowi ELIOS 2010 Mai Włoszczowskiej, która przeznaczyła na ten cel otrzymaną od Miasta Jelenia Góra nagrodę za zdobycie złotego medalu w Mont Sainte Anne w Kanadzie.

Janusz Turakiewicz



Olimpiady Specjalne Polska – Oddział Regionalny Dolnośląskie, który ma swoją siedzibę w Jeleniej Górze (www.olimpiady-specjalne.jelenia.gora.pl), skupia obecnie 32 sekcje, liczące prawie dwa tysiące zawodników, trenerów, rodziców i wolontariuszy.

Sekcje Oddziału Regionalnego Dolnośląskie

ZDRÓJ w Długopolu Zdroju, **JASKÓŁKI** w Dobromierzu, **RADOŚNI** w Dobroszycach, **LIDER** w Głogowie, **PRAGNĘ ZWYCIĘŻYĆ**, **RADOŚĆ** i **START** w Jeleniej Górze, **PODAJ RĘKĘ** w Kamiennej Górze, **STRZEGOMKA** w Kątach Wrocławskich, **ANNA** w Legnickim Polu, **DO PRZODU** i **OLIMP** w Legnicy, **JEŹYK** we Lwówku Śląskim, **JUNIOR** w Miliczu, **LICZYRZEPA** w Miłkowie, **SPORTOWIEC** w Oleśnicy, **JĘDRUŚ** w Opolnie Zdroju, **POLKOWICKI OLIMPIJCZYK** w Polkowicach, **ATLAS** w Szarocinie, **JEŹYKI** w Wałbrzychu, **PROMYK** w Wojcieszowie, **HANDICAP**, **META**, **OSY**, **REJNMEN**, **SZANSA**, **TĘCZA** i **UŚMIECH** we Wrocławiu, **SPRINTER** w Trzebnicy, **ORZEŁ** we Wleńsku, **NYSA** w Zgorzelcu, **SOKÓŁ** w Żmigrodzie.

RZS CHRONI PRZED ALZHEIMEREM

Białko produkowane w nadmiarze przez pacjentów z reumatoidalnym zapaleniem stawów (RZS) chroni przed chorobą Alzheimera, najpoważniejszą odmianą demencji – stwierdzili naukowcy z Uniwersytetu Południowej Florydy. Badając myszy zaobserwowali, że podanie im tego związku w znacznym stopniu zredukowało nieprawidłowe zmiany w mózgu typowe dla tego schorzenia i złagodziło zaburzenia pamięci.

RZS jest chorobą autoimmunologiczną – w jej przebiegu układ odpornościowy atakuje tkanki własnego organizmu (w tym przypadku chrząstkę stawową). Towarzyszą temu stany zapalne stawów, które objawiają się obrzękami i bólem. Zaczyna się przeważnie od zmian w małych stawach rąk i stóp, ale później dotknięte zostają też większe. Choroba stopniowo prowadzi do niepełnosprawności.

Już wcześniej zaobserwowano, że chorzy na RZS rzadziej cierpią na Alzheimera. Do niedawna przypisywano to działaniu leków przeciwzapalnych. Ostatnie badania wykazały jednak, że nie pomagają one pacjentom z chorobą Alzheimera i nie spowalniają jej rozwoju.

SZYBSZE TĘTNO SKRACA ŻYCIE

Nowojorscy naukowcy po pięcioletnim monitorowaniu wyników ponad 9 tys. pacjentów doszli do wniosku, że przyspieszone (powyżej 84 uderzeń na minutę) tętno wiąże się ze znacznie podwyższonym ryzykiem zgonu – zarówno z powodu chorób serca, jak i z innych przyczyn. Prawidłowe tętno to od 60 do 80 uderzeń na minutę.

Powtarzane w ciągu wielu lat pomiary tętna mogą być prostym, tanim i ważnym wskaźnikiem stanu zdrowia, pozwalającym na rozpoznawanie i leczenie wielu chorób.

CHOLINA ŁAGODZI ZESPÓŁ DOWNA

Przyjmowanie choliny, związku obecnego m.in. w żółtku jajka, wątróbce, orzechach, brokułach i kalafiorze, w okresie ciąży i karmienia piersią może przynieść długotrwałe korzyści dzieciom, u których zdiagnozowano zespół Downa – poinformowali naukowcy z Uniwersytetu Cornella w USA.

Z badań przeprowadzonych na myszach wynika, że ich potomstwo z zespołem Downa radziło sobie znacznie lepiej, jeśli w okresie ciąży samicom podawano cholinę. Miało również w pewnym stopniu uregulowaną sferę emocjonalną.

Korzystny wpływ tej substancji jest jednak prawdopodobnie widoczny jedynie wówczas, gdy dostarczana jest w bardzo wczesnym okresie rozwoju.

CZEKOLADA PRZECIW UDAROWI MÓZGU

Regularne jedzenie czekolady może obniżać ryzyko udaru mózgu, jednej z głównych przyczyn niepełnosprawności i zgonów na świecie – wynika z analizy przeprowadzonej przez naukowców z Kanady.

Kakao i czekolada są bogate w roślinne flawonoidy, które mają działanie przeciwutleniające, czyli neutralizują wolne rodniki tlenowe. Ich nadmiar jest szkodliwy dla wielu tkanek, a zwłaszcza nerwowej. Zwiększoną produkcję rodników obserwowano w mózgu w obu rodzajach udaru – niedokrwinnym, spowodowanym zablokowaniem tętnicy mózgowej przez skrzeplinę oraz krwotocznym, wywołanym przez pęknięcie naczyń i krwotok.

Naukowcy zapowiadają kolejne badania. Istnieje bowiem możliwość, że po prostu zdrowsze osoby jedzą więcej czekolady.

Oprac. ga

Z PLECAKIEM ZA PAN BRAT,

czyli I Rajd Pieszy

Po raz pierwszy Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych w Jeleniej Górze zorganizował 4 października 2010 roku rajd dla osób niepełnosprawnych. Uczestnikami byli członkowie stowarzyszeń i organizacji działających przy KSON, mających na celu aktywizację osób niepełnosprawnych oraz promowanie idei integracji poprzez aktywny wypoczynek, poznanie interesujących miejsc i wspólną zabawę na łonie przyrody.

Impreza ta była dofinansowana przez PFRON. O 11:00 wszyscy uczestnicy zebrali się przy budynku Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych, gdzie po wpisaniu się na listę otrzymali „Karty startowe” i znaczki rajdowe. Następnie pod przewodnictwem Komandora Rajdu Waldemara Wiśniewskiego i jego zastępcy Andrzeja Wójcika z Koła Miejskiego Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków wyruszone na trasę rajdu długości ok. 5 km. Pierwszy etap, to przejście ścieżką dydaktyczną przez Wzgórze Kościuszki do Geologicznego Przekroju Sudetów

– zapoznanie się z walorami turystyczno-krajobrazowymi opisanymi na tablicach informacyjnych. Drugi etap to przejście ścieżką pieszo-rollerową do Osiedla Czarne (po drodze zapoznano się z wystawą sprzętu wojskowego w Muzeum przy ulicy Sudeckiej) na tereny „AGROLANDU”, gdzie zostały przeprowadzone konkurencje sprawnościowe.



ności wszystkich uczestników rajdu. Były one tak dobrane, aby każdy mógł im z łatwością sprostać, mając szanse na ostateczne zwycięstwo. Po zawodach, które trwały ok. 2 godziny nastąpiło ogłoszenie wyników, po czym przystąpiono do spożywania posiłków, pieczenia kiełbasek i integracyjnego spotkania wszystkich uczestników rajdu. Na koniec każdy wybierał nagrody rzeczowe wg kolejności zajętych miejsc, a najlepszych dziewięciu uczestników rajdu otrzymało pamiątkowe puchary.



W pierwszej kolejności konkurencje te zaliczali sędziowie w obec-

Waldemar Wiśniewski



Pomóżmy sobie – Razem łatwiej

Pod takim tytułem realizowany jest projekt przez Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej (GOPS) w Janowicach Wielkich w latach 2009-2013. Działania koncentrują się na zwiększaniu szans na rynku pracy dla osób długotrwale bezrobotnych, którym zagraża wykluczenie społeczne. Są to osoby niepracujące, o obniżonym poczuciu własnej wartości i ograniczonych umiejętnościach społecznych, mające problemy w komunikacji interpersonalnej, odczuwające lęk przed dokonywaniem zmian w swojej sytuacji społecznej i zawodowej.

Podstawowym instrumentem jest edukacja nakierowana na aktywną integrację społeczną i zawodową osób objętych programem poprzez przezwyciężenie barier mentalnych. Oczekiwane efekty to wzrost kompetencji, umiejętności społecznych oraz podniesienie samooceny zwiększające szanse na rynku pracy.

Przedmiot projektu jest ściśle związany z zakresem działań Ośrodka, a więc zawężony jest do osób korzystających ze świadczeń pomocy społecznej. Jednak problem wykluczenia i niezaradności obejmuje większe grupy społeczne, w tym osoby niepełnosprawne, uzależnione, starsze. W Janowicach Wielkich pomocy w tym zakresie udzielają także Chrześcijański Ośrodek dla Osób Uzależnionych „Nowa Nadzieja”, Dom Pomocy Społecznej, Zespół Profilaktyki i Rehabilitacji S.P.Z.O.Z oraz organizacje pozarządowe. Te instytucje – chociaż w różnym stopniu – współpracują z GOPS oraz z Gminnym Ośrodkiem Zdrowia.

Najważniejszą misją Ośrodka „Nowa Nadzieja” jest skutecznie pomagać osobom uzależnionym,

koncentrując się nie tylko na uzależnieniu, ale również oddziaływać całościowo na wszystkie aspekty życia człowieka. Wzbudzać pasję do prowadzenia życia w trzeźwości i wolności.

Dom Pomocy Społecznej w Janowicach Wielkich zapewnia całodobową opiekę oraz zaspokaja niezbędne potrzeby bytowe, edukacyjne, społeczne i religijne swoich mieszkańców. Działania obejmują przede wszystkim czynności opiekuńczo-terapeutyczne, w tym: terapię zajęciową (rzemiosło, różne dziedziny kultury), rehabilitację, zooterapię, zajęcia rewalidacyjne oraz uczenie i wychowywanie przez doświadczenia życiowe, a także udział w praktykach religijnych.

Zespół Profilaktyki i Rehabilitacji, funkcjonujący jako szpital podległy Marszałkowi województwa dolnośląskiego, oferuje usługi lecznicze finansowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia w zakresie rehabilitacji ogólnoustrojowej, neurologicznej i kardiologicznej, usługi w zakresie turnusów rehabilitacyjnych dla niepełnosprawnych, porady lekarskie w dziedzinie rehabilitacji medycznej, ortopedii i traumatologii, kardiologii udzielane przez doświadczonych lekarzy specjalistów, ćwiczenia lecznicze prowadzone przez bardzo dobrze wykształconą kadrę fizjoterapeutów wykorzystującą zarówno klasyczne jak i nowoczesne metody kinezyterapii, pełen zakres zabiegów fizykalnych, hydroterapię, w tym basen rehabilitacyjno-rekreacyjny.

Zakres działań organizacji pozarządowych, zwłaszcza stowarzyszeń obejmuje problemy społeczno-kulturalne, życia społeczno-gospodarczego społeczności gminnej, agroturystyki oraz współ-

pracy polsko-niemiecko-duńskiej. Bardzo aktywna w niesieniu pomocy i aktywizacji społeczności lokalnej jest Fundacja „Czarna Góra”. Jej misją jest wzmacnianie poczucia własnej wartości i budowanie pewności siebie u tych wszystkich osób, które ze względu na trudną sytuację społeczną lub zdrowotną znalazły się poza głównym nurtem społeczeństwa. Działania swe kieruje do dzieci, młodzieży i dorosłych, którzy mają trudności z włączaniem się w pełnoprawne funkcjonowanie w życiu społecznym.

Tak liczna grupa podmiotów profesjonalnych oraz społecznych zajmujących się terapią, rehabilitacją i aktywizacją społeczną w gminie nie przekłada się jednak na wzrost zaspokojenia potrzeb mieszkańców. Każda z instytucji profesjonalnych, a także społecznych ze względów ekonomicznych musi jednak oferować swe usługi na pełnym rynku, co jest zrozumiałe. Podstawowa więc na rynku lokalnym, to oferta pracy mieszkańcom gminy. Jednak potencjał merytoryczny oraz częściowo infrastrukturalny mógłby być wykorzystany dla potrzeb mieszkańców. Wiedza, doświadczenie i umiejętności w dziedzinie terapii i rehabilitacji powinny być wykorzystywane chociażby w profilaktyce. Duże pole do działania mają tu organizacje pozarządowe. Zintegrowanie potrzeb mieszkańców z potencjałem usługowym powinno wyzwać inicjatywy wspólnych celów w przeciwdziałaniu alienacji społecznej i ekonomicznej. Wspólnie można zrobić nie tylko więcej, ale i lepiej.

*Jerzy Prudzienica
Wolontariusz KSON*

LIST OTWARTY

do Prezydenta Miasta Jeleniej Góry Marka Obrębalskiego

Szanowny Panie Prezydencie!

Z ogromnym niedowierzaniem przeczytałem Pańską odpowiedź z dnia 22.09.2010 r. na naszą propozycję udziału partnerskiego Miasta Jeleniej Góry w projekcie „Interreglife – nic o nas bez nas” (o projekcie informujemy we wrześniowym numerze Biuletynu TiT). Już sam fakt sformułowania odpowiedzi po dwóch miesiącach od naszej propozycji budzi zdziwienie, przecież nie była to prywatna korespondencja lecz znacznej części społeczności Jeleniej Góry, której m.in. poświęcił się Pan służyć, obejmując urząd Prezydenta, o czym też wielokrotnie Pan nas zapewniał na corocznych spotkaniach.

Decyzja, którą Pan podjął jest dla mnie osobście przykra, ponieważ argumentacja, jaką posłużył się Pan w uzasadnieniu tej decyzji wynika ze świadomego niewykorzystania informacji i wiedzy, jaką zawierało nasze pismo oraz przekazanej przez nas Pańskim współpracownikom na specjalnym spotkaniu. Chodzi o to, że:

1. Nie prosiliśmy Pana o „jałmużnę” tylko o partnerskie wsparcie w prefinansowaniu projektu oraz zaproponowaliśmy, aby w ramach tego projektu sfinansować ze źródeł unijnych część inwestycyjną dotyczącą przyszłej siedziby Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych. W tej części rzeczywiście nie mamy wielkiego doświadczenia, stąd potrzeba partnerstwa instytucji doświadczonej, jaką jest Urząd Miasta.

2. Podważając naszą i naszych partnerów wiedzę i doświadczenie w realizacji projektów nie zechciał Pan zauważyć, że partnerem z Niemiec jest Saksońskie Stowarzyszenie działające od dwudziestu lat na rzecz osób niepełnosprawnych z doświadczeniem w realizacji projektów międzynarodowych; aktualnie prowadzi podobny projekt we współpracy z Czechami. KSON w swojej dziewięcioletniej działalności skutecznie zrealizował kilkadziesiąt projektów finansowanych ze źródeł unijnych. Ponadto wykonawcami projektu mają być pracownicy naukowcy Uniwersytetu Technicznego w Dreźnie, Kolegium Karkonoskiego oraz Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu,

którym trudno zarzucić brak wiedzy, zwłaszcza z Pana strony, bo zna Pan to środowisko.

3. Ryzyko w realizacji jakichkolwiek działań jest zawsze, a w naszym kraju szczególnie biorąc pod uwagę nadmierne zbiurokratyzowanie procedur w pozyskiwaniu środków unijnych i rozliczaniu projektów oraz „piekielną” nieufność polskich urzędów do obywatela. W Pana piśmie ta nieufność rykoszetem dotknęła także Pańskiego urzędu, który jako Partner projektu miałby przeci- eż prawo kontrolowania przebiegu realizacji i rozliczeń. Wyraziliśmy też gotowość zaprezentowania i uzgodnienia szczegółów partnerskiej współpracy i ujęcia ich w formę umowy. Pozostała bez odzewu.

Mamy pełną świadomość, że nie jesteśmy doskonali. Mimo tego swoją aktywnością na rzecz innych, słabszych od nas staramy się to nadrabiać. Nie powinno Pana dziwić, że czasami potrzebujemy pomocy instytucji samorządowych, które są powołane także do wspierania inicjatyw obywatelskich. Nasz projekt i propozycja jest właśnie taką inicjatywą. Swoją odpowiedzią jednak chce nas Pan zniechęcić do tego typu działań.

Pozdrawiam

dr Jerzy Prudzienica
koordynator projektów KSON

P.S.

Przypominamy, że projekt dotyczy tworzenia narzędzi oraz kształtowania postaw wyzwala- jących inicjatywę i ułatwiających dążenie do własnego rozwoju intelektualnego i ekonomicznego osób niepełnosprawnych, przewlekłe chorych, zagrożonych wykluczeniem społecznym oraz ich rodzin. Rozwoju zapewniającego normalne życie zintegrowane ze społeczeństwem. U podstaw celów projektu leżą takie wartości, jak poszanowanie pod- miotowości człowieka, zdolność społeczeństwa do solidarności z jego niepełnosprawnymi obywa- tami, szacunek do wiedzy i umiejętności, otwartość na zrozumienie barier niepełnosprawności i przy- czyn zagrażających wykluczeniem społecznym.

Wszyscy jesteśmy dziećmi jednego Boga...

Wywiad z Jerzym Pokojem, przewodnikiem górskim, GOPR-owcem, pasjonatem turystyki i krajoznawstwa.

W opinii środowiska niepełnosprawnych jest Pan duchem sprawczym w udostępnianiu temu środowisku atrakcji turystycznych w Karkonoszach.

Ten pomysł zrodził się przed 4 laty na spotkaniu z niepełnosprawnymi. Wspólnie z Wicemarszałkiem J. Łuźniakiem, Prezesem PFRON, Posłem Zawilą, przy pomocy pracowników Urzędu Marszałkowskiego zdołaliśmy wygospodarować środki, czego efektem było zgromadzenie pieniędzy na pierwszą polską wysokogórską trasę dla niepełnosprawnych. Rewelacyjnie sprawił się Karkonoski Park Narodowy, który właściwie w ciągu jednego górskiego sezonu budowlanego oddał niepełnosprawnym ponad kilkusetmetrową drogę z Kopy do Domu Śląskiego. Teraz przychodzi czas na dostosowanie obiektów górskich, schronisk, wyciągów, tras zjazdowych do potrzeb licznej jak się okazuje zbiorowości niepełnosprawnych turystów.

Czy niepełnosprawnych będzie stać na rodzinne wyprawy w góry? Oplaty za wyciąg dla kilkusobowej rodziny, to wydatek blisko stu złotych?

O tym także myślimy. Kolej linowa w Karpaczu i kolej gondolowa w Świeradowie Zdroju opracowała system ulg w biletach. W przypadku



wyciągu w Karpaczu bilet dla osoby niepełnosprawnej w obie strony obniżono do 5 zł. Uważam, że organizatorzy turystyki będą dostrzegali ten specyficzny, a dziś jeszcze nie odkryty segment, jaki stanowi turystyka społeczna. Mamy gdzie podglądać i się uczyć. Cieszę się, że KSON przystąpił do Międzynarodowej Organizacji „Trianon”, która w ramach Inicjatywy Środkowoeuropejskiej zajmuje się profesjonalnie usuwaniem barier w aktywnej turystyce. W latach przyszłych powinny się zwiększyć środki dla organizacji pozarządowych, które podejmą się organizowania dobrze opracowanych wypraw turystycznych dla niepełnosprawnych.

Jest Pan częstym gościem w Sejmiku, wspiera Pan tę organizację swoją obiektywną życzliwością, docenia Pan rolę Sejmiku w środowisku. Uczestniczy Pan także w spotkaniach z niepełnosprawnymi we wszystkich regio-

nach województwa dolnośląskiego. Cieszy się Pan na nich popularnością i sympatią. Z czego wynika Pańska chęć niesienia pomocy i wyrównywania szans?

„...Wszyscy jesteśmy dziećmi jednego Boga” – to słowa Matki Teresy z Kalkuty, które mnie zafascynowały i które są moim życiowym drogowskazem, dlatego też przeciwstawiłem się mieszanemu brutalnej polityki w sprawy najsłabszych i dotkniętych przez los. Jestem i do końca pozostanę człowiekiem gór. To właśnie góry i ich natura uczą pokory i otwartości, ale i przewidywania. Być może jest to najzdrowsza recepta na społeczeństwo.

Decyzją Kapituły Kurii Legnickiej otrzymał Pan we wrześniu br. na Pielgrzymce Osób Niepełnosprawnych do Krzeszowa tytuł Przyjaciela Osób Niepełnosprawnych – czym jest dla Pana ta nagroda?

To jedno z najcenniejszych moich wyróżnień. Mam do niego szczególnie szacunek, ponieważ przyznał mi go Biskup Legnicki w imieniu wielotysięcznej rzeszy niepełnosprawnych Dolnoślązaków. Jeżeli udało mi się dla nich zrobić cokolwiek, to proszę aby inni zrobili co najmniej tyle samo.

Dziękuję za rozmowę.

EL

BEZ BARIER, BEZ GRANIC

W dniach 30.09-01.10 br. odbyła się VIII Międzynarodowa Konferencja „BEZ BARIER BEZ GRANIC”, której przedmiotem były rezultaty partnerskiej współpracy środkowoeuropejskiej grupy TRIANON EU w zakresie integracji osób niepełnosprawnych. W konferencji wzięli udział przedstawiciele władz lokalnych, szkolnictwa i biznesu oraz organizacji osób niepełno-

sprawnych z Czech, Polski i Słowacji. Obecni byli także reprezentanci rządu czeskiego, parlamentarzyści polscy i europejscy.

W trakcie konferencji podpisano porozumienie o współpracy pomiędzy OS TRIANON w Cieszynie Czeskim a Karkonoskim Sejmikiem Osób Niepełnosprawnych w Jeleniej Górze. Dzięki temu KSON stał się pełnoprawnym



członkiem inicjatywy środkowoeuropejskiej zajmującej się usuwaniem barier w turystyce.

JP

KATALOG DZIAŁAŃ

zaktualizowany na kadencję 2010-2014 na rzecz niepełnosprawnych i starszych mieszkańców Jeleniej Góry i powiatu jeleniogórskiego, opracowany przez stowarzyszenia zrzeszone w KSON.

1. Zwiększenie do min. 5% nakładów budżetowych na wydatki dla środowiska osób niepełnosprawnych (m.in. na zadania ujęte w Programie Działań na Rzecz Osób Niepełnosprawnych na lata 2009- 2012 MOST), w tym na:
 - a) kontynuację profilaktycznych badań przesiewowych dzieci i młodzieży (cukrzyca, wady wzroku, słuchu i postawy);
 - b) rozwój sportu i turystyki osób z niepełnosprawnością.
2. Utworzenie na bazie siedziby KSON Centrum Aktywizacji Osób Niepełnosprawnych i Starszych; koszty eksploatacji powinny być pokrywane przez budżet miasta.
3. Zwoływanie wspólnych sesji Rady Miejskiej i Rady Powiatu w sprawach programu działań na rzecz środowiska niepełnosprawnych.
4. Przeprowadzanie badań ankietowanych przy współudziale m.in. Narodowego Funduszu Zdrowia, na temat sytuacji osób niepełnosprawnych na terenie miasta i powiatu, a szczególnie w środowiskach wiejskich, wykorzystując również fundusze unijne.
5. Podjęcie działań na rzecz zsynchronizowania połączeń komunikacyjnych umożliwiających bezkolizyjne dojazdy do centrów leczniczych we Wrocławiu i w Warszawie.
6. Rozwijanie i doskonalenie zajęć integracyjnych w szkołach, m.in. w Szkole Podstawowej nr 11 i Gimnazjum nr 4 na Zabobrze.
7. Dążenie do sukcesywnego usuwania barier w celu uzyskania przez miasto oraz gminy powiatu statusu „miejscowości bez barier”, w tym m.in. w dostępie do placówek służby zdrowia.
8. Prowadzenie we współpracy z organizacjami pozarządowymi stałego monitoringu dostępności wszelkiego rodzaju usług i instytucji dla osób niepełnosprawnych.
9. Stosowanie zasady transparentności w ocenie składanych przez organizacje pozarządowe wniosków w ramach konkursów na sfinansowanie zadań publicznych wykonywanych przez te organizacje.
10. Uwzględnienie w większym niż dotychczas stopniu problemów osób niepełnosprawnych w finansowaniu działań promocyjnych za pośrednictwem mediów.
11. Stosowanie motywacyjnego systemu ulg w podatkach od nieruchomości dla przedsiębiorców tworzących miejsca pracy dla osób niepełnosprawnych.
12. Tworzenie miejsc pracy dla niepełnosprawnych, m.in. poprzez program „Daj sobie pomoc”.
13. Kontynuowanie idei przyjaznej komunikacji poprzez sukcesywne zwiększanie liczby autobusów niskopodłogowych, dostosowanie do nich zatoczek autobusowych, wymianę rozkładów jazdy na pisane powiększonym drukiem.
14. Doskonalenie, w porozumieniu ze środowiskiem niewidomych i słabowidzących, sygnalizacji ulicznej, kontynuowanie oznakowywania poziomego ciągów pieszych, oznaczanie w sposób widoczny słupów ze znakami drogowymi i tablicami informacyjnymi na chodnikach.
15. Powszechne stosowanie powiększonego druku w materiałach informacyjnych i pismach urzędowych.
16. Objęcie tłumaczeniem na język migowy dzienników telewizji lokalnych oraz wprowadzenie tekstu.
17. Zapewnienie tłumaczy języka migowego w instytucjach i urzędach.
18. Sukcesywne udostępnianie atrakcji turystycznych miasta i regionu niepełnosprawnym.
19. Wyposażenie Teatru im. Norwida w windę.
20. Uwzględnienie potrzeb osób niepełnosprawnych przy rozbudowie Teatru Zdrojowego.
21. Umieszczenie w kalendarzu wydarzeń społeczno-kulturowych imprez przygotowywanych przez środowiska niepełnosprawnych.
22. Doskonalenie pracy organizacji inwalidzkich poprzez sukcesywne szkolenie ich liderów i włączanie ich w prace komisji problemowych samorządów gminnych, powiatowych i sejmiku wojewódzkiego.
23. Podjęcie działań do stworzenia kompleksowego i efektywnego systemu leczenia i rehabilitacji zdrowotnej, społecznej i zawodowej mieszkańców regionu.
24. Stworzenie sieci lokalnych grup samopomocy w zakresie opieki i usług ułatwiających funkcjonowanie osób niepełnosprawnych i starszych.
25. Wspieranie organizacyjne i finansowe inicjatyw organizacji pozarządowych działających na rzecz osób niepełnosprawnych i starszych.
26. Zbudowanie uproszczonego i przejrzystego systemu finansowania ze źródeł budżetowych działalności stowarzyszeń i innych organizacji pracujących dla dobra mieszkańców.

Kandydaci

KARKONOSKI SEJMIK OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH REKOMENDUJE DO RADY POWIATU JELENIOGÓRSKIEGO ORAZ RADY MIEJSKIEJ JELENIEJ GÓRY KANDYDATÓW, KTÓRZY SPRAWDZILI SIĘ W PRACY DLA NASZEGO ŚRODOWISKA



STANISŁAW DZIEDZIC – prezes zarządu Oddziału Rejonowego Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów. Dwukrotnie był radnym Rady Miejskiej i dwukrotnie przewodniczył Komisji Finansów. Wyróżniono go między innymi Odznaką za Zasługi dla Związku Kombatantów RP i Byłych

Więźniów Politycznych, Honorową Odznaką, tytułem Przyjaciel Osób Niepełnosprawnych. Zasłużony dla Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków. Współtworzył KSON. Kandyduje do Rady Miejskiej.



RYSZARD GREK – przez dwie kadencje był radnym Rady Powiatu, a także etatowym członkiem Zarządu Powiatu oraz przewodniczącym Komisji Rewizyjnej Związku Powiatów Dolnośląskich. Jest prezesem Zarządu Powiatowego Szkolnego Związku Sportowego

i członkiem Zarządu KSON. Odznaczony został między innymi Złotą Odznaką Polskiego Towarzystwa Walki z Kalectwem, a Biskup Legnicki przyznał mu tytuł Przyjaciela Osób Niepełnosprawnych. Kandyduje do Rady Powiatu.



MIŁOSZ KAMIŃSKI – ukończył Wydział Prawa i Administracji Uniwersytetu Wrocławskiego, a także między innymi Podyplomowe Studium Prawa i Gospodarki Unii Europejskiej i Centrum Edukacji Nauczycielskiej na tej uczelni oraz Szkołę Praw Człowieka przy Helsińskiej Fundacji Praw Człowieka.

Współpracuje z KSON i innymi organizacjami pozarządowymi. Był kuratorem sądowym. Zna problemy samorządu terytorialnego, jest bowiem sekretarzem Urzędu Miasta w Piechowicach. Kandyduje do Rady Miejskiej.



MAŁGORZATA LAMCH – wolontariuszka KSON, członek Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych Intelktualnie i Ruchowo „Przyjaciele”. W 2007 roku została wybrana najlepszym niepełnosprawnym sportowcem. W latach 1995-1998 była społecznym kura-

torem sądowym, dzięki czemu nauczyła się jak wspierać ludzi potrzebujących pomocy. Jej motto życiowe brzmi: „Dawać z siebie wszystko dla innych, to odnajdywać najwspanialszego siebie”. Kandyduje do Rady Miejskiej.



JERZY PRUDZIENICA – doktor nauk ekonomicznych, emerytowany nauczyciel akademicki. Jest prezesem Stowarzyszenia Niedosłyszących LIRA w Jeleniej Górze, ekspertem Ministerstwa Rozwoju Regionalnego oraz Dolnośląskiego Urzędu Marszałkowskiego do

spraw oceny składanych projektów. Jako wolontariusz KSON angażuje się przede wszystkim w przygotowywanie długofalowych przedsięwzięć. Jest żonaty, ma dwoje dzieci oraz pięcioro wnuków. Mieszkaniec Janowic Wielkich. Kandyduje do Rady Powiatu.



MAJA PRUDZIENICA – doktor nauk ekonomicznych, adiunkt w Katedrze Nauk o Przedsiębiorstwie Uniwersytetu Ekonomicznego. Ma na swoim koncie 35 publikacji naukowych oraz 15 opracowań i ekspertyz. Prowadzi szkolenia między innymi z pracownikami jed-

nostek samorządu terytorialnego, a także podopiecznymi Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej. Jako wolontariuszka KSON koordynuje nowe projekty. Jest mamą dwóch synów, z których jeden nie słyszy. Kandyduje do Rady Miejskiej.

ONI NAS NIE ZAWIODĄ!