



NIEPEŁNOSPRAWNI TU *i* TERAZ

ISSN 1895-4987 EGZEMPLARZ BEZPŁATNY CZERWIEC-LIPIEC DWUMIESIĘCZNIK 15/142/2025

*Pierwsze takie
TARGI!*

str. 20-21



Zdobyć szczyt, odkryć tajemnicę
str. 16-17

Kuracja jak rosyjska ruletka
str. 12-14

Zmiany w orzeczeniu o niepełnosprawności

Z dniem 11 czerwca 2025 r. weszło w życie rozporządzenie Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej (MRPiPS) zmieniające rozporządzenie w sprawie orzekania o niepełnosprawności i stopniu niepełnosprawności.



Na początek przypomnijmy, że orzeczenie o stopniu niepełnosprawności to formalny dokument, który potwierdza, że dana osoba ma określony stopień niepełnosprawności. Jest wydawane przez odpowiedni organ na podstawie m.in. przepisów rozporządzenia w sprawie orzekania o niepełnosprawności i stopniu niepełnosprawności oraz Ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych. Posiadanie orzeczenia jest istotne, ponieważ umożliwia osobom z niepełnosprawnościami dostęp do różnych świadczeń i ulg.

Zmienione Rozporządzenie określa: minimalny okres, na jaki może być wydane orzeczenie o niepełnosprawności (orzeczenie wydawane w stosunku do osób w wieku do ukończenia 16 roku życia), minimalny okres, na jaki może być wydane orzeczenie o niepełnosprawności w przypadku potwierdzenia u dziecka: rzadkiej choroby genetycznej, zespołu Downa oraz minimalny okres, na jaki może

być wydane orzeczenie o stopniu niepełnosprawności (orzeczenie wydawane w stosunku do osób powyżej 16 roku życia) w przypadku potwierdzenia u osoby zainteresowanej: rzadkiej choroby genetycznej, zespołu Downa.

Orzeczenie o niepełnosprawności bez względu na przyczynę niepełnosprawności dziecka wydaje się na okres nie krótszy niż 3 lata, jednak nie dłuższy niż do ukończenia przez dziecko 16 roku życia. Orzeczenie o niepełnosprawności w przypadku potwierdzenia u dziecka rzadkiej choroby genetycznej lub zespołu Downa wydaje się na okres do ukończenia przez dziecko 16 roku życia. Orzeczenie o zaliczeniu do stopnia niepełnosprawności znacznego, umiarkowanego albo lekkiego wydaje się osobie, u której potwierdzona została rzadka choroba genetyczna na okres nie krótszy niż 7 lat.

Określenie najkrótszego okresu, na jaki może być wydane orzeczenie o niepełnosprawności dziecka lub orzeczenie o stopniu niepełnosprawności osoby

z potwierdzoną rzadką chorobą genetyczną lub zespołem Downa, nie wprowadza ograniczeń w wydawaniu orzeczeń na dotychczasowych zasadach (obowiązujących przed wejściem w życie rozporządzenia zmieniającego). To oznacza możliwość wydania orzeczenia o niepełnosprawności na okres do ukończenia przez dziecko 16 roku życia albo orzeczenia o stopniu niepełnosprawności na stałe.

W najbliższym czasie w MRPiPS podjęte zostaną prace nad realizacją projektu pn. „Przebudowa modelu orzekania o niepełnosprawności oraz form wsparcia” finansowanego ze środków Funduszy Europejskich. Celem projektu jest opracowanie kompleksowego modelu orzekania o niepełnosprawności odpowiadającego na indywidualne potrzeby osób z niepełnosprawnościami oraz adresowanego do nich systemu świadczeń i innych form wsparcia.

Źródło: Pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych

Andrzej Koenig, ociemniały

Fot. Pixabay/zdjęcie ilustracyjne

**NIEPEŁNOSPRAWNI
TU i TERAZ**



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

BIULETYN DOFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW PFRON

Wydawca: Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

Redaktor Naczelny: Bożena Bryl-Chrząszcz. **Koordynator/sekretarz redakcji:** Robert Zapora.

Redakcja: Elżbieta Schubert, Leszek Kosiorowski, Andrzej Koenig, Wanda Milewska, Jolanta Wiatr, Renata Bech, Małgorzata Mazurek.

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

Skład: AD REM, 58-500 Jelenia Góra, al. Wojska Polskiego 91/1, tel. 75 75 222 15. **Druk:** R2 PRINT Adam Rytter, 09-400 Płock, ul. Bielska 61/1
Nakład 5000 egz.

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

Biuletyn wydano ze środków PFRON w ramach realizacji projektu pn. Biuletyn „Niepełnosprawni TU i TERAZ” i „Biuletyn – portal informacyjny” – dostęp do informacji kluczem do wzrostu aktywności.

Przypominamy o prawie do dumy i godności

Lipiec to czas, w którym osoby z niepełnosprawnościami przypominają o swoim prawie do godności, podmiotowości, samostanowienia oraz dumie z tego, kim są. Obchody mają na celu zachęcenie do refleksji nad spojrzeniem na niepełnosprawność z ich perspektywy, jako naturalnej części tożsamości, a nie czegoś, co należy przezwyciężyć, ukrywać czy wstydzic się.

W ramach Miesiąca Dumy osoby z niepełnosprawnościami dzielą się własnym rozumieniem niepełnosprawności jako doświadczenia – zarówno fizycznego, jak i społecznego. Wskazują, że to często nie sama niepełnosprawność, lecz bariery systemowe są rzeczywistymi przeszkodami ich życia. Do takich barier należą: uprzedzenia, brak dostępności architektonicznej i cyfrowej, prawo ignorujące ich podmiotowość i potrzeby czy niedostateczna wiedza. Osoby z niepełnosprawnościami podkreślają, że mają prawo być widoczne, słyszalne i decydować o sobie.

Duma to nie tylko emocja i postawa – to również międzynarodowy ruch, który domaga się równego traktowania oraz realnego uznania praw obywatelskich osób z niepełnosprawnościami. W Polsce podstawą prawną tych działań jest Konwencja ONZ o prawach osób z niepełnosprawnościami.

Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich włącza się w obchody Miesiąca Dumy, ponieważ duma to również świadomość przysługujących praw i wciąż... walka o ich przestrzeganie.

Międzynarodowy ruch na rzecz dumy osób z niepełno-

sprawnościami narodził się w Stanach Zjednoczonych. W 1990 roku uchwalono tam ustawę ADA (*Americans with Disabilities Act*), chroniącą osoby niepełnosprawne przed dyskryminacją. Był to efekt wieloletniej walki samych osób z niepełnosprawnościami, które

niepełnosprawności: czerwony – fizyczne, złoty – intelektualne i poznawcze, biały – niewidoczne i niezdiagnozowane, niebieski – psychiczne, zielony – zmysłowe. Czarne tło symbolizuje pamięć o tych, którzy zmarli z powodu zaniedbań, wykluczenia, braku wsparcia.



Co dotychczas zrobił w Polsce Rzecznik Praw Obywatelskich na rzecz praw osób z niepełnosprawnościami?

– Rzecznik Praw Obywatelskich jest organem monitorującym wdrażanie Konwencji ONZ o prawach osób z niepełnosprawnościami w Polsce. Oznacza to, że czuwa nad przestrzeganiem

organizowały się w ruchy obywatelskie już od lat 60. XX wieku. To właśnie one, a nie ich opiekunowie, były liderkami i liderami tej zmiany.

Po uchwaleniu ustawy zorganizowano pierwszy Dzień Dumy Osób z Niepełnosprawnościami w Bostonie. Z czasem wydarzenie rozrosło się do obchodzonego w lipcu Disability Pride Month, który można przetłumaczyć jako: Miesiąc Dumy Osób z Niepełnosprawnościami.

W 2021 roku powstała także flaga dumy osób z niepełnosprawnościami. Jej kolorowe pasy symbolizują różne rodzaje

praw osób z niepełnosprawnościami w praktyce. W połowie 2024 roku rzecznik praw obywatelskich Marcin Wiącek powołał Radę Osób z Niepełnosprawnościami, której celem jest wspieranie Biura RPO w monitorowaniu realizacji Konwencji ONZ oraz współtworzenie działań na rzecz równego traktowania i wzmacniania głosu samych osób z niepełnosprawnościami – wliczając na swojej oficjalnej stronie internetowej pracownicy Biura Rzecznika Praw Obywatelskich.

Jolanta Wiatr

Fot. Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich

O brakach w przestrzeni publicznej

Przedstawiciele instytucji państwowych i organizacji pozarządowych, a także środowisk osób z niepełnościami spotkali się w Gdańsku, by rozmawiać o stanie realizacji oraz kierunkach rozwoju i nowych inicjatywach dotyczących dostępności. Radzie Dostępności przewodniczyła wiceministra w ministerstwie Funduszy i Polityki Regionalnej, Monika Sikora.



Rada Dostępności działa przy Ministerstwie Funduszy i Polityki Regionalnej od 2019 roku. Jej zadaniem jest doradzanie, opiniowanie i wspieranie działań systemowych, które mają na celu poprawę dostępności w różnych obszarach życia publicznego.

Równość, poszanowanie różnorodności i solidarność to wartości, które powinny być fundamentem nowoczesnej polityki społecznej. Rada Dostępności pracuje nad tym, by tworzyć konkretne rozwiązania, które pomagają osobom z niepełnościami i osobom starszym żyć łatwiej, bardziej samodzielnie i godnie – powiedziała Monika Sikora.

Podczas posiedzenia uczestnicy omawiali kluczowe wyzwania w obszarze dostępności oraz dzielili się dobrymi praktykami z Gdańska i Warszawy. Wśród poruszanych tematów znalazł się również intymny temat dostępności „toaletowej” – zagadnienie często pomijane w debacie publicznej, a niezwykle ważne dla codziennego funkcjonowania wielu osób.

Według danych Głównego Inspektoratu Sanitarnego, w Polsce wciąż mamy niewystarczającą w stosunku do potrzeb liczbę ustępów publicznych, zwłaszcza w miejscowościach wypoczyn-

kowych, przy szlakach turystycznych, targowiskach, kościołach oraz przy cmentarzach. Kontrola Najwyższej Izby Kontroli (NIK) z 2011 roku wykazała, że 65,7% gmin miało toalety, które były niedostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnością.

Podczas V posiedzenia Rady Dostępności w Gdańsku, Daniel Chaciej, wiceprzewodniczący zarządu firmy WCTron, która zajmuje się mobilnymi systemami sanitarnymi, czyli tak zwanymi, popularnie, toaletami „plastikowymi” i jest liderem na polskim rynku dostaw toalet przenośnych, a także przygotowywania zaplecza sanitarnego oraz socjalnego na wydarzeniach, zaprezentował darmową, bardzo łatwą do zainstalowania w telefonie komórkowym aplikację „Gdzie Jest Tron”. Aplikacja ta służy do odnajdowania toalet w przestrzeni publicznej i jest bardzo prosta w obsłudze, wystarczy podać swoją lokalizację, a wtedy wyświetli się baza najbliższych zgłoszonych do aplikacji toalet, a jest już ich ponad 10 000. Do akcji trwającej niespełna rok zaproszono samorządy, restauratorów, właścicieli hoteli i skorzystano z baz danych stacji koncertów paliwowych.

Daniel Chaciej podkreślił, że problem toalet publicznych nie powinien być marginalizowany,

ponieważ korzystanie z toalety nie jest przywilejem, a naturalną koniecznością.

Stanisław Schubert zauważył, że brak wystarczającej liczby toalet publicznych jest przyczyną swoistego wykluczenia, w szczególności osób starszych i niepełnosprawnych. Ponad 80% kobiet rezygnuje z wyjścia choćby na spacer, z obawy, że w razie potrzeby nie będzie mogła skorzystać z toalety.

Daniel Chaciej powiedział, że firma WCTron prowadzi wiele kampanii społecznych i edukacyjnych na temat higieny, a także akcję „Gdzie jest Tron”, skierowaną także do dzieci w wieku przedszkolnym i uczniów szkół podstawowych. Firma WCTron zleciła również badania wśród Polaków, które pokazały, że brak toalet w przestrzeni publicznej jest ważkim problemem. Ankietowani przyznali, że często przed wyjściem z domu planują trasę „szlakiem toalet”.

W dalszej rozmowie Daniel Chaciej potwierdził słowa Stanisława Schuberta, o wykluczeniu osób starszych i niepełnosprawnych, a także innych grup społecznych: mam z dziećmi i kobiet w ciąży, które muszą częściej korzystać z toalety.

Stanisław Schubert stwierdził, że problem toalet jest naprawdę

ważny, czego dowodem jest poruszenie go podczas V posiedzenia Rady Dostępności i zadeklarował chęć współpracy z firmą WCTron, proponując do tego wykorzystanie mediów KSONiS – Radia KSON, portalu lepszezycie.info i dwumiesięcznika „Niepełnosprawni Tu i Teraz”.

Kolejnym rozmówcą Stanisława Schuberta była pani Marta Trakul, prezeska fundacji „Na miejscu”, która zajmuje się projektowaniem miejskich przestrzeni publicznych, i której celem jest dążenie do wspólnego bycia poza domem, w wierze, że możliwość wyjścia z domu i przebywanie jest wspólną wartością.

Fundacja „Na miejscu” prowadzi od dnia 7 listopada 2022 r., na terenie całej Polski, akcję „Załatw to na mieście”. Akcja polega na mapowaniu oraz oznaczaniu toalet dostępnych nieodpłatnie dla wszystkich użytkowników przestrzeni publicznej.

„Zauważyliśmy barierę w przebywaniu poza domem, tą barierą jest problem z dostępnością do toalety” – powiedziała pani Marta Trakul.

Według statystyk, 50% Polaków zmieniłoby swoją codzienną aktywność, gdyby w przestrzeni publicznej istniały liczne toalety. Problem dotyczy nie tylko seniorów, ale wszystkich grup wiekowych. Młodzi często cierpią na choroby cywilizacyjne, spowodowane stresem i dot. układu wydalniczego. Jedną z takich chorób jest zespół jelita drażliwego.

„Mamy taki pomysł, żeby zmienić podejście do tego, czym jest toaleta w przestrzeni miejskiej, uznając, że jest ona wspólnym dobrem społecznym” – kontynuowała Marta Trakul. Uważa ona, że społeczeństwo powinno móc korzystać z toalet w miej-

scach użyteczności publicznej, np. w hotelach i bibliotekach. Według niej należałoby zmienić społeczne podejście i istotę rozumienia kwestii korzystania z toalet. Marta Trakul podała również przykład młodych dziewcząt, które uprawiają coraz mniej sportu poza domem, nie korzystają z boisk szkolnych po lekcjach, ze względu na brak toalet.

Ostatnim z rozmówców Stanisława Schuberta był Marek Wysocki, profesor doktor habilitowany z Politechniki Gdańskiej, uważany za ojca polskiej wersji projektowania uniwersalnego. Zajmuje się on sprawami dostępności od 1995 r., wtedy zapoczątkował w Polsce seminarium na temat projektowania przestrzeni wspólnej, takiej, w której wszyscy czuliby się dobrze, i w której nie byłoby barier. W 2004 r. Marek Wysocki rozpoczął wraz ze studentami z wydziału architektury Uniwersytetu Gdańskiego, warsztaty na temat dostępności, w ramach których studenci odwiedzali pomorskie miasta i sprawdzali ich dostępność.

Stanisław Schubert zauważył w rozmowie z Markiem Wysocim, że projektowanie uniwersalne, to projektowanie tak naszego życia i otoczenia, aby to co dobre dla osób niepełnosprawnych, było dobre dla wszystkich, ponieważ każdy z nas się zestarzeje, będzie gorzej widział, słyszał i z trudem wchodził po schodach, co oznacza, że inwestowanie w niepełnosprawność to inwestowanie we własną przyszłość.

Wejście w życie, w 2019 roku, ustawy o dostępności, jest zdaniem Marka Wysockiego kamieniem milowym, ponieważ problemem niedostępności zainteresowało się Państwo, czyli Rząd i ministerstwa zaczęły re-

alnie domagać się dostępności. Następnym krokiem powinno być wprowadzenie rozwiązania systemowego, czyli znalezienie środków na dostępność w budżecie Państwa, a nie korzystanie z grantów, jak do tej pory.

Według St. Schuberta, pieniądze przeznaczone na dostępność są skoncentrowane w poszczególnych resortach i ministerstwach, a ministerstwo Funduszy i Polityki Regionalnej, przy którym funkcjonuje Rada Dostępności, jest nieco osamotnione w działaniach. Zasugerował, że można by było oczekiwać wsparcia z Pałacu Prezydenckiego, Rady Prezesa Rady Ministrów, czy też Sejmu.

„Projektowanie uniwersalne, czy dostępność jest zagadnieniem horyzontalnym” – stwierdził na koniec Marek Wysocki – ono obejmuje wszystkich, nie chodzi tylko o wspieranie osób niepełnosprawnych, ale o budowanie świata inkluzywnego, w którym osoby o szczególnych potrzebach mogłyby samodzielnie i niezależnie współzysztować z „osobami sprawnymi”.

Tak naprawdę problem niepełnosprawności dotyczy połowę polskich rodzin, gdyż jeśli w rodzinie jest osoba z niepełnosprawnością, to niedogodności związane z jej funkcjonowaniem odczuwa cała rodzina.

Stanisław Schubert zakończył rozmowę stwierdzeniem, że dostępność jest problemem Europy, w której żyje blisko 90 milionów niepełnosprawnych, to również problem Polski, w której liczba osób niepełnosprawnych sięga 5 milionów, a wliczając w to seniorów, dotkniętych biologiczną niepełnosprawnością, liczba ta dotyczy bez mała 9 milionów obywateli.

(KSONiS)

11 milionów Polaków ma nadciśnienie tętnicze

Narodowy Fundusz Zdrowia (NFZ) informuje, że jedną z głównych przyczyn zgonów z powodu chorób układu krążenia jest nadciśnienie tętnicze i w naszym kraju ma ten problem 11 milionów obywateli. Coraz częściej ten problem dotyka także młodych dorosłych, a nawet dzieci. Dokładnie 17 maja br. był obchodzony Światowy Dzień Nadciśnienia Tętniczego.

Nadciśnienie diagnozowane jest, gdy wartości ciśnienia tętniczego przekraczają 140/90 mm Hg w co najmniej dwóch niezależnych pomiarach. Może ono przez długi czas nie dawać żadnych objawów. Często wykrywane jest przypadkowo – podczas rutynowej wizyty u lekarza lub w czasie diagnostyki innych schorzeń. Nie leczone prowadzi do nieodwracalnych uszkodzeń naczyń krwionośnych, serca, mózgu, nerek i oczu. U osób chorujących na „słodką chorobę” czyli cukrzycę celem leczenia jest osiągnięcie wartości 120-129/70-79 mmHg.

Farmakologiczne leczenie nadciśnienia tętniczego należy rozpocząć, gdy po maksymalnie 3-miesięcznym okresie

stosowania leczenia niefarmakologicznego ciśnienie tętnicze wynosi $\geq 130/80$ mmHg.

Wśród osób zmagających się z nadciśnieniem tętniczym 90 proc. przypadków to nadciśnienie pierwotne (samoistne), a jego przyczyny nie są do końca poznane. W pozostałych przypadkach diagnozowane jest nadciśnienie wtórne, będące efektem innych chorób, takich jak: cukrzyca, przewlekła choroba nerek, zaburzenia hormonalne, zwężenie aorty czy obturacyjny bezdech senny. Ryzyko zachorowania u młodych dorosłych i u dzieci wzrasta, gdy w rodzinie występowały choroby układu krążenia, a styl życia oparty jest na braku ruchu, niezdrowej diecie, nadmiernym stresie i używkach.

Nadciśnienie tętnicze przez długi czas nie daje uchwytnych objawów, dlatego bywa nazywane cichym zabójcą (czasami mogą występować niecharakterystyczne dolegliwości, np. ból głowy lub nadmierna męczliwość), ale na ogół prowadzi do niekorzystnych zmian w sercu (np. przerostu mięśnia lewej komory serca, zawału serca, niewydolności serca), mózgu (udar mózgu), naczyniach krwionośnych i nerkach.

Wiele osób przez lata nie zdaje sobie sprawy z problemu, aż do momentu wystąpienia poważnych powikłań. Regularne pomiary ciśnienia są więc kluczowe, aby wcześniej wykryć chorobę i zapobiec jej konsekwencjom, jak również powikłaniom. Zalecane jest wykonywanie regularnych pomiarów ciśnienia również samodzielnie w domu, najlepiej o stałej porze dnia. Bardzo ważną rolę w walce z nadciśnieniem odgrywa zdrowy styl życia, tj. dieta śródziemnomorska, codzienna aktywność fizyczna i ograniczenie soli oraz używek, które istotnie zwiększają ryzyko nadciśnienia i chorób sercowo-naczyniowych.

**Andrzej Koenig,
ociemniały**

Fot. Pixabay/zdjęcie ilustracyjne



ZBLIŻA SIĘ BON SENIORALNY

Człowiek to nie robot czy maszyna i z roku na rok się starzeje. Dopóki pracujemy, nasza kondycja jest lepsza i potrafimy samodzielnie wykonywać większość czynności. Jednak w pewnym wieku stajemy się seniorami i widzimy, że nasz organizm nie działa już tak, jak kiedyś. Do większości czynności potrzebujemy pomocy, wsparcia. Nie zawsze jednak w tym momencie możemy liczyć na rodzinę czy bliskich. Z myślą o seniorach 75+ wprowadzany będzie w 2026 roku Bon Senioralny.

Z takiego wsparcia będą mogły skorzystać osoby, które spełnią jednocześnie kilka warunków:

- ukończyły 75. rok życia,
- mają trudności w wykonywaniu podstawowych czynności życiowych,
- nie otrzymują innych form wsparcia opiekuńczego,
- nie mają zapewnionej codziennej opieki ze strony rodziny (np. dzieci lub wnuków pracujących zawodowo),
- dochód seniora nie przekracza określonych progów w gospodarstwie jednoosobowym: do dwukrotności minimalnego wynagrodzenia brutto lub w gospodarstwie wieloosobowym: do trzykrotności minimalnego wynagrodzenia.

Wniosek o Bon Senioralny będzie mogła złożyć sama osoba starsza lub bliski członek rodziny.

Wysokość bonu będzie uzależniona każdorazowo od potrzeb seniora i liczby punktów przyznanych w ocenie funkcjonalnej. Świadczenie pokryje od kilkunastu do kilkudziesięciu godzin usług miesięcznie:

- przy 11–20 punktach – do 12 godzin pomocy miesięcznie (ok. 516 zł),
- przy 21–35 punktach – od 13 do 24 godzin,
- przy 36–50 punktach – od 25 do 36 godzin,
- przy 51–60 punktach – od 37 do 50 godzin miesięcznie (maksymalnie 2150 zł).

Szacunkowo jedna godzina opieki została wyceniona na około 43 zł.

Jak informują pomysłodawcy świadczenia, Bon będzie służył do finansowania usług opiekuńczych realizowanych przez gminy lub organizacje pozarządowe. Wsparcie będzie mogło obejmować:

- pomoc w codziennych czynnościach, takich jak zakupy, sprzątanie czy przygotowywanie posiłków,

- wsparcie przy higienie osobistej i pielęgnacji,

- pomoc w umawianiu i towarzyszeniu podczas wizyt lekarskich,

- działania przeciwdziałające izolacji społecznej (np. wspieranie kontaktów z otoczeniem, rozmowy, spacer).

Bon Senioralny będzie przyznawany na okres 12 miesięcy. Po upływie tego okresu nastąpi ponowna ocena sytuacji i decyzja, czy świadczenie zostanie przedłużone. Decyzję o przyznaniu bonu podejmie gmina właściwa dla miejsca zamieszkania seniora, po przeprowadzeniu indywidualnej oceny punktowej.

Start programu zaplanowano na 2026 rok, jednak jego rzeczywiste uruchomienie będzie zależało od gotowości organizacyjnej samorządów. To one będą odpowiadały za realizację usług w praktyce. Inicjatywa ma również odciążyć rodziny, które nie zawsze są w stanie zapewnić bliskim odpowiedni poziom opieki ze względu na obowiązki zawodowe lub inne ograniczenia.

**Andrzej Koenig
ociemniały**



Edukacyjne LEGO dla NIEWIDOMYCH DZIECI



W 2020 roku wprowadzono na rynek światowy w ponad 30 krajach program „LEGO Braille Bricks”, a obecnie Fundacja LEGO i Grupa LEGO wprowadzają zestawy edukacyjne LEGO Braille Bricks w Czechach, Węgrzech i w Polsce. Projekt ten został przetestowany pod kątem zgodności z różnymi językami i kontekstami kulturowymi dzięki czemu jest gotowy do dalszej ekspansji w tych krajach. Założeniem klocków LEGO Braille jest umożliwienie dzieciom niewidomym nauki alfabetu Braille'a i podstawowych umiejętności czytania i pisanie w przyjemny i angażujący sposób.

Zestawy „LEGO Braille Bricks” to specjalnie zaprojektowane klocki LEGO z wypustkami, które odpowiadają literom, cyfrom i symbolom alfabetu Braille'a, a jednocześnie są w pełni zgodne z tradycyjnymi klockami LEGO.

Na każdym klocku znajduje się również nadrukowany symbol lub litera, dzięki czemu zarówno dzieci niewidome, jak i widzący nauczyciele, uczniowie czy członkowie rodziny mogą wspólnie uczyć się i bawić. W skład zestawów edukacyjnych oprócz wspomnianych klocków wchodzi także program pedagogiczny wykorzystujący ideę nauki poprzez zabawę i zawierający inspiracje dla nauczycieli do prowadzenia zajęć z wykorzystaniem klocków. Wszystkie materiały są dostępne na stronie www.LEGOBraille-Bricks.com.

Korzystając z klocków „LEGO Braille Bricks” dzieci mogą rozwijać umiejętności motoryczne oraz odkryć nowy sposób uczenia się w angażujący i ciekawy sposób.



Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) szacuje, że na całym świecie 19 milionów dzieci jest dotkniętych niepełnosprawnością wzrokową, z czego około 1,4 miliona dzieci utraciło wzrok w sposób nieodwracalny.

Fundacja i Grupa LEGO zobowiązały się do udostępnienia możliwości nauki poprzez zabawę wszystkim dzieciom, niezależnie od ich umiejętności, dlatego zestawy będą dystrybuowane bezpłatnie do wybranych szkół, instytucji i organizacji wspierających dzieci z wadami wzroku.

W Polsce Grupa LEGO nawiązała współpracę z Polskim Związkiem Niewidomych, który

jest członkowską organizacją pozarządową działającą od 74 lat na rzecz osób niewidomych i słabowidzących.

Dzięki strukturze sieciowej Polski Związek Niewidomych ma swoich przedstawicieli w 16 województwach w Polsce i w 275 powiatach. Prowadzi 23 placówki na terenie Polski dla osób z dysfunkcją wzroku: domy pomocy społecznej, warsztaty terapii zajęciowej, środowiskowe domy samopomocy, ośrodki rehabilitacyjne, placówki medyczno-rehabilitacyjne, zakłady aktywizacji zawodowej, szkoły oraz Instytut Tyflogiczny.

Dzięki partnerstwu Polskiego Związku Niewidomych w projekcie „LEGO Braille Bricks” zapewnione będzie dotarcie do dzieci z dysfunkcją wzroku na terenie całej Polski i umożliwi ono poznanie nowego narzędzia w nauce alfabetu Braille'a poprzez zabawę.

*Andrzej Koenig, ociemniały
Fot. Pixabay/zdjęcie ilustracyjne*

Od pewnego już czasu podróż koleją jest wybierana jako środek transportu przez coraz większą liczbę podróżnych na terenie całego kraju oraz za granicą. Ale są również przejazdy, których nie zobaczymy w żadnym rozkładzie jazdy. To specjalne kursy, które organizują np. Koleje Śląskie.

Właśnie kolejny raz na początku czerwca „pociąg bez barier” wyruszył na trasie Katowice – Gliwice – Ustroń i z powrotem i przewiózł 180 dzieci z niepełnosprawnościami i ich opiekunów na plenerowy koncert, który odbył się w ustronjskim amfiteatrze.

To już tradycja, że na początku czerwca w Ustroniu odbywa się koncert „Dzieci – Dzieciom, Dzieci – Rodzicom”. W czasie przejazdu wolontariusze i organizatorzy z Kolei Śląskich zapewnili wiele atrakcji, m.in. zabawy z cyklu Kolejowe ABC. W przedsięwzięcie zaangażowali się również przedstawiciele Urzędu Transportu Kolejowego.

Jak informują Koleje Śląskie – „pociąg Bez Barier” wyruszył o godz. 9:12 z Katowic, by przez Bytom, Gliwice, Knurów i Rybnik w samo południe dotrzeć do Ustronia. Kurs powrotny wyruszył z Ustronia o godz. 18:02 i tą samą trasą wrócił do Katowic o 20:53. Pasażerowie tego przejazdu specjalnego „pociągiem bez barier” nie musieli kupować biletów.

– Wsparcie dla osób z niepełnosprawnościami to nie tylko inwestycje w dostępność taboru, procedury obsługi podróżnych, kompetencje drużyn konduktor-

POCIĄG BEZ BARIER to już tradycja



skich i osób odpowiedzialnych za obsługę podróżnych. To również empatia, otwartość i pomoc w podróży, które dla wszystkich pracowników samorządowych spółek, urzędów i innych jednostek muszą być priorytetem w ich codziennej pracy – uważa Dorota Konieczny-Simela, dyrektor Biura Spraw Społecznych Urzędu Marszałkowskiego Województwa Śląskiego.

Pociąg bez Barier stał się już tradycją i dla Kolei Śląskich jest elementem misji promowania bezpiecznych i komfortowych podróży kolejami. Obecnie kolejki podejmują wiele działań mających ułatwić podróż osobom ze szczególnymi potrzebami. W tej grupie możemy znaleźć nie tylko osoby korzystające z wózków inwalidzkich ale również m.in. osoby starsze, czasowo lub stale poruszające się o kulach, kobiety w ciąży, osoby z niepełnosprawnościami wzroku lub słuchu.

Tegorocznymi pasażerami „pociągu bez barier” były dzieci

i młodzież z Zespołu Szkół w Pyrkowicach, Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Niesłyszących i Słabosłyszących w Raciborzu, Szkoły Podstawowej nr 9 w Siemianowicach Śląskich, DPS Knurów, integracyjnego przedszkola i szkoły Wesołe Słoneczka z Katowic, bytomskiego i pszczyńskiego oddziału Polskiego Stowarzyszenia Na Rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną, katowickiego Caritas oraz Zespołu Szkół Zawodowych Specjalnych nr 6 w Katowicach.

To najlepsza rzecz, która mogła spotkać dzieci z niepełnosprawnością i ich opiekunów. Największą zapłatą za wyjazd i koncert wraz z pobytem w Ustroniu dla organizatorów oraz Kolei Śląskich była radość, zadowolenie oraz uśmiech na twarzach przeszło 180 pasażerów „pociągu bez barier”.

Źródło: Koleje Śląskie

Andrzej Kwoenig, ociemniały

Fot. Pixabay/zdjęcie ilustracyjne

Niepełnosprawni w pracy

Polska Organizacja Pracodawców Osób Niepełnosprawnych (POPON) przeprowadziła w 2024 roku badanie dotyczące nastrojów i opinii pracodawców zatrudniających osoby z niepełnosprawnościami. Badanie miało na celu zrozumienie sytuacji zatrudnienia tej grupy osób, a także identyfikację barier, motywacji i planów zatrudnienia na nadchodzący rok.

Do badania zaproszeni zostali wszyscy pracodawcy zatrudniający osoby z niepełnosprawnościami, niezależnie od wielkości, formy działalności czy miejsca prowadzenia działalności. Łącznie odesłano 316 ankiet, w tym najwięcej pochodziło od pracodawców z otwartego rynku pracy (38%) oraz z zakładów pracy chronionej (32%). Pozostałe odpowiedzi pochodziły od instytucji publicznych, spółdzielni socjalnych oraz organizacji pozarządowych. Najliczniejszą grupę stanowili pracodawcy prowadzący działalność w branży handlowo-usługowej oraz produkcyjnej.

Większość pracodawców (około 75%) zadeklarowała, że planuje utrzymać zatrudnienie na tym samym poziomie, co w poprzednim roku. 25% respondentów planowało zwiększyć zatrudnienie, natomiast tylko 5% rozważało jego redukcję. Powody zwiększenia zatrudnienia obejmowały

rozwój firmy, rozszerzenie działalności czy wygrane przetargi. Z kolei w przypadku planowanej redukcji, najczęściej wymieniane powody to wysokie koszty płac, pogarszająca się sytuacja gospodarcza firmy oraz zbyt niska rentowność pracy osób z niepełnosprawnościami.

Najczęściej wskazywaną przyczyną zatrudniania osób z niepełnosprawnościami były kwestie finansowe, zwłaszcza

wsparcie publiczne na zatrudnianie tej grupy pracowników. Wskazywano również na chęć pomocy osobom z niepełnosprawnościami oraz dbałość o wizerunek firmy. Niekiedy motywacją była także wieloletnia tradycja zatrudniania osób z niepełnosprawnościami w firmie.

Pracodawcy wskazali na szereg barier w zatrudnianiu

„(...) wskazywaną przyczyną zatrudniania osób z niepełnosprawnościami były kwestie finansowe (...)”

„Najliczniejszą grupę stanowili pracodawcy prowadzący działalność w branży handlowo-usługowej oraz produkcyjnej.”



Fot. AL/zdjęcie ilustracyjne

osób z niepełnosprawnościami. Wśród najważniejszych wymieniano:

Brak kandydatów chętnych do pracy – największym problemem okazał się brak osób z niepełnosprawnościami, które byłyby zainteresowane podjęciem pracy.

Niskie kwalifikacje zawodowe osób z niepełnosprawnościami – niedostosowanie umiejętności do wymagań rynku pracy stanowiło poważną przeszkodę.

Skomplikowane przepisy prawne – zmieniające się i skomplikowane regulacje dotyczące zatrudniania osób z niepełnosprawnościami były postrzegane jako utrudnienie.

Niskie wsparcie finansowe – pracodawcy często wskazywali na niewystarczające dofinansowanie, które utrudniało dalsze zatrudnianie osób z niepełnosprawnościami.

Koszty dostosowania miejsca pracy – wysokie koszty do-

stosowania stanowisk pracy do potrzeb osób z niepełnosprawnościami również stanowiły barierę.

Jako czynniki zniechęcające do zatrudniania tej grupy osób pojawiały się też obawy dotyczące zwiększonej absencji chorobowej, ewentualnych kontroli czy mniejszej wydajności.

PODSUMOWANIE I WNIOSKI

Raport wskazuje na umiarkowany optymizm wśród pracodawców zatrudniających osoby z niepełnosprawnościami. Wciąż głównym motywem zatrudniania tej grupy osób pozostaje wsparcie finansowe ze strony państwa, ale coraz częściej pojawiają się również motywy pozafinansowe, takie jak strategia firmy czy chęć udzielenia wsparcia osobom z niepełnosprawnościami.

Główną barierą w zatrudnianiu osób z niepełnosprawnościami pozostaje brak chętnych

do pracy oraz niedostosowanie kwalifikacji do potrzeb rynku pracy. Istnieje również potrzeba uproszczenia przepisów prawnych oraz zwiększenia wsparcia finansowego dla pracodawców zatrudniających osoby z niepełnosprawnościami.

Wnioski płynące z raportu sugerują konieczność reform w zakresie wsparcia dla pracodawców, zarówno pod względem finansowym, jak i legislacyjnym, aby ułatwić proces zatrudniania osób z niepełnosprawnościami i przyczynić się do ich większej aktywizacji zawodowej, co dla tej grupy osób praca jest też często elementem rehabilitacji, rozwoju społecznego i normalizacji życia. Pozwala też poczuć się po prostu pełnoprawnym obywatelem zwiększając poczucie własnej wartości.

Renata Bech

źródło: https://popon.pl/wp-content/uploads/2024/03/RAPORT_Badania-nastrojow-i-opinii-pracodawcow-osob-z-niepełnosprawnościami-w-2024-r.pdf

Zamiast wyrzucać, podziel się

Dzięki inicjatywie i staraniom osób nieobojętnych na los głodnych i ubogich w Kołobrzegu działa Lodówka Społeczna, która powstała z myślą o wsparciu osób potrzebujących.

Lodówkę Społeczną nietrudno odnaleźć – znajduje się ona przy Hotelu Centrum, w pobliżu Zespołu Szkół Ekonomiczno-Hotelarskich na ulicy św. Jana Pawła II w Kołobrzegu, w samym centrum miasta. Cel tego przedsięwzięcia jest oczywisty – nie marnować żywności. Funkcjonowanie Kołobrzesckiej Lodówki

Społecznej opiera się na prostej, ale niezwykle ważnej zasadzie: wkładamy do środka wyłącznie takie produkty, które sami chcielibyśmy zjeść i otrzymać. Dzięki temu dba się nie tylko o bezpieczeństwo żywności, ale również o szacunek wobec osób korzystających z pomocy. Co można włożyć do Społecznej Lodówki?

Mogą to być np.: owoce, warzywa, ciasta, pieczywo, przetwory, a nawet gotowe produkty, takie jak domowe potrawy, w tym zupy, bigos, pasztety, pieczenie czy gulasze – pod warunkiem, że są odpowiednio zapakowane, opisane (należy wymienić, co znajduje się w opakowaniu) oraz oznaczone datą przygotowania i umieszczenia w lodówce.

Kołobrzescka Lodówka Społeczna czeka na produkty przygotowane w nadmiarze i to nie tylko po świętach, ale przez cały rok.

Pamiętajmy więc: zamiast wyrzucać jedzenie do śmietnika, podzielmy się nim z osobami, które go potrzebują.

Jolanta Wiatr

Dla większości osób niepełnosprawnych rehabilitacja to podstawowy warunek powrotu do zdrowia. Optymalne jest, gdy odbywa się w sprzyjających warunkach, na turnusach leczniczych. Bywa i tak, że zwyczajny pobyt w uzdrowisku zawiera niemal survivalowe elementy, co dla niektórych może być prawdziwym wyzwaniem.

Początek czerwca tego roku, Międzyzdroje, ośrodek „Delfin” przy ruchliwej ulicy Zwycięstwa, położony prawie w centrum nadmorskiego miasteczka, a jednocześnie zaledwie kilkaset metrów od plaży. Jest tuż przed rozpoczęciem sezonu letniego, a więc pogoda już sprzyja, a jednocześnie jeszcze nie ma tłumów urlopowiczów. Dla osób niepełnosprawnych, także z Jeleniej Góry i okolic, które zdecydowały się na wyjazd tuż przed wakacjami, a więc przed napływem tłumów to prawdziwa idylla, ale okazuje się, że to pozory. Wszystko przez to, że ośrodek „Delfin” zajmuje kilka budynków, położonych po obu stronach drogi wojewódzkiej nr 102.

Tak więc, by dotrzeć z miejsca zakwaterowania do stołówki czy też bazy zabiegowej należy przejść przez ruchliwą ulicę. I to co najmniej kilkakrotnie dziennie. Najbliższe przejście dla pieszych znajduje się w odległości około 200 metrów od ośrodka. Nawet dla osoby zdrowej, ale zaawansowanej w latach dojście do odległego – jak na ich możliwości fizyczne przejścia – może być prawdziwym wyzwaniem. Gorzej z niepełnosprawnymi ruchowo, poruszającymi się na wózkach czy niewidomymi, którzy również wiele ryzykują prze-

MIĘDZYZDROJE

Nadmorska kuracja jak rosyjska ruletka



chodząc z laską przez ruchliwą ulicę, aby dotrzeć na zabiegi czy też posiłek narażają się na ryzyko potrącenia.

– Niejednokrotnie niepełnosprawni kuracjusze przechodząc przez ulicę Zwycięstwa w tym miejscu muszą wykazać się sporym refleksem, a chwilę roztargnienia mogą przypłacić życiem. Już od co najmniej trzech lat prosimy władze nadmorskiego kurortu Międzyzdroje, które reklamuje swoje atuty jako miejsce sprzyjające osobom niepełnosprawnym o więcej empatii i chociażby przyjrzenie się tej sytuacji. Wiemy, że w naszej sprawie do Urzędu Miasta Międzyzdroje już dawno wysłał zapytanie Społeczny Rzecznik

Osób Niepełnosprawnych i Pacjentów. Podpowiadał władzom kurortu, aby w tym miejscu zostały zamontowane progi zwalniające lub choćby oznakowanie ostrzegające kierowców przed niepełnosprawnymi kuracjami przechodzącymi w tym miejscu przez ulicę. Na razie nie widzimy efektów, czy jakichkolwiek działań, które mogłyby nam pod tym względem ułatwić funkcjonowanie podczas turnusów rehabilitacyjnych. Czy to się kiedykolwiek zmieni? – pytają z nadzieją niepełnosprawni kuracjusze.

Ponieważ wszystkie skargi, kierowane przez trzy lata do władz Międzyzdrojów nie spotkały się z reakcją, niepełno-

sprawni kuracjusze postanowili nagłośnić problem w mediach. – Nasze interwencje nie są podjęte pod wpływem chwili, emocji czy na skutek jednorazowego, niebezpiecznego incydentu – argumentują. Na dowód podejmowanych od kilku lat konsekwentnych starań, których celem jest zapewnienie bezpieczeństwa, przedstawiają kopie obfitej korespondencji z władzami Międzyzdrojów, która jednocześnie obrazuje powolność i przysłowiowy bezwład maszyny urzędniczej, a próbę jej uruchomienia zainicjowano przecież w stosunkowo prostej sprawie...

Przypomnijmy. Pierwsza interwencja dotycząca feralnego przejścia miała miejsce już ponad trzy lata temu (15 lipca 2022 roku), była to odpowiedź na wniosek przesłany do Zachodniopomorskiego Zarządu Dróg Wojewódzkich w Koszalinie o wyznaczenie przejścia dla pieszych w Międzyzdrojach, w miejscu wskazanym przez Stanisława Schuberta, Społecznego Rzecznika Osób Niepełnosprawnych i Pacjentów Ziemi Jeleniogórskiej. W piśmie z 29 sierpnia tego samego roku niepełnosprawni ustami swojego Rzecznika Społecznego dziękują wylewnie burmistrzowi za życzliwość oraz za to, że uruchomił dzięki temu dla nich – jak mają nadzieję – tzw. zielone światło, przyczyniając się do poprawy bezpieczeństwa.

Okazało się już niedługo, że podziękowania te były przedwczesne, a nadzieja płonna.... Wskazuje na to chociażby kolejne pismo w tej sprawie przesłane niemal rok później tj. 12 czerwca 2023 roku. Było to raczej oficjalne zapytanie Społecznego Rzecznika Osób Niepełnosprawnych i Pacjentów Ziemi Jeleniogórskiej



przesłane burmistrzowi Międzyzdrojów, Mateuszowi Bobkowi, a dotyczące udostępnienia stanowiska w sprawie Wojewódzkiej Dyrekcji Dróg Publicznych, z racji tego, że właśnie ta instytucja jest administratorem rzeczonoj problematycznej drogi i ewentualnie podobno tylko ta instytucja może zdecydować o utworzeniu na określonym jej odcinku, przejścia dla pieszych. Jak na urzędnicze standardy, odpowiedź na pismo Społecznego Rzecznika Osób Niepełnosprawnych nadeszła lotem błyskawicy, bo już 17 lipca tego samego roku.

„(...) Uprzejmie informuję, że w sprawie wykonania przejścia dla pieszych, Burmistrz Międzyzdrojów planuje zabezpieczyć środki budżetowe w 2023 roku na wykonanie przejścia dla pieszych w kooperacji z Zachodniopomorskim Zarządem Dróg Wojewódzkich w ciągu ul. Zwycięstwa w Międzyzdrojach. Dodatkowo w nawiązaniu do rozmowy wyrażamy zainteresowanie w kwestii uzyskania informacji o możliwościach finansowania ww. przedsięwzięcia. Pozdrawiam (...)” – poinformował inspektor ds. Drogownictwa Referatu Infrastruktury miasta Międzyzdroje w przesłanej odpowiedzi. Powiało z lekka optymizmem. I to by było na tyle...

Ponieważ jak się niewiele później okazało, burmistrz Mateusz Bobek i jego urzędnicy znów zapomnieli o swoich obietnicach, po roku podczas swojego kolejnego pobytu, tj. 12 czerwca 2024 roku, niepełnosprawni kuracjusze postanowili je przypomnieć: „(...) Wracam do mojej korespondencji z dnia 15 lipca 2022 roku oraz późniejszych rozmów z Pańskimi pracownikami, w których prosiliśmy o zorganizowanie przejścia dla pieszych w okolicach skrzyżowania, obok restauracji „Delfin” w Międzyzdrojach. 10 czerwca 2024 roku przyjechaliśmy ponownie z grupą niepełnosprawnych mieszkańców waszego Partnerskiego Miasta tj. Jeleniej Góry i z rozczarowaniem twierdziliśmy, że w zakresie poprawy bezpieczeństwa, nic się nie zmieniło. Przejście przez ulicę na drugą stronę to prawie „rosyjska ruletka”, w dodatku z niebezpiecznymi elementami. Zapoznałem się również z pańskim programem wyborczym na obecną kadencję, na program ten składały się m.in. obietnice deklarowane seniorom i osobom niepełnosprawnym. Przykro nam, że przez dwa lata od wywołania tej tak potrzebnej inicjatywy, wasz Urząd Miasta nie zrobił nic, aby poprawić bezpieczeństwo mieszkańców i przyjezdnych... (...)” – przypomina burmistrzowi w swoim piśmie Społeczny Rzecznik Osób Niepełnosprawnych Stanisław Schubert. Rzecznik dodaje, że podobny brak empatii władz Międzyzdrojów wobec środowiska osób niepełnosprawnych był tym bardziej przykry, że właśnie 19 lipca 2024 roku w całym kraju trwały obchody 5-lecia rocznicy uchwalenia w Sejmie ustawy o powszechnym zapewnieniu



dostępności dla osób niepełnosprawnych i ze szczególnymi potrzebami, likwidowaniu barier architektonicznych, integracji. A w Międzyzdrojach poczuli się jakby z nich zakpiono, a czas stał w miejscu.

Aby przedwcześnie nie składać broni, Społeczny Rzecznik Osób Niepełnosprawnych postanowił odwołać się jeszcze do sumienia Iwony Czyż, przewodniczącej Rady Miasta Międzyzdroje. W piśmie z 22 lipca 2024 roku apeluje: „(...) Szanowna Pani Przewodnicząca, Bardzo dziękuję Pani za krótkie, ale konstruktywne chyba spotkanie o czym świadczy Pani obecność w miejscach o których mówiliśmy, a które stwarzają zagrożenie dla ruchu pieszych z osobami niepełno-

sprawnymi włącznie. Oczekujemy na wrześniowe stanowisko Rady w sprawach bezpieczeństwa osób niepełnosprawnych i dostępności w rozumieniu ustawy z dnia 19 lipca 2019 roku, o szczególnych potrzebach. Ustawa ta akurat obchodzi równe 5-lecie swego istnienia. Potwierdzam także chęć pomocy Państwu w zakresie audytowania i certyfikacji obiektów użyteczności publicznej. Jesteśmy bowiem jednostką upoważnioną do certyfikacji takich usług. Nasze doświadczenia dotyczą około 200 obiektów w kraju w których dokonaliśmy audytów jako elementów wstępnych do certyfikacji (...) – pisze Stanisław Schubert.

Po upływie kolejnego roku, tj. 10 czerwca 2025 roku, kiedy okazało się że niepełnosprawni nadal są zmuszeni narażać swoje niebezpieczeństwo, ponieważ we wskazanym miejscu – wbrew wcześniejszym deklaracjom – nic się nie zmieniło ponownie przypomnieli się przewodniczącej rady miasta: (...) Nie pojawiły się ani spowalniacze, ani ograniczenia szybkości, ani dodatkowe przejście uliczne, a nawet znak „Niepełnosprawni” lub/i „Niewidomi”... (...).

Niepełnosprawni kuracjusze poczuli się więc podwójnie zlekceważeni, chcieliby też poznać powód podobnego traktowania,

tym bardziej, że Międzyzdroje zachęcają do przyjazdu z całej Polski a nawet zza granic naszego kraju na leczenie sanatoryjne turystów, w tym także m.in. seniorów z dolegliwościami narządu ruchu, osoby niewidome, zapewniając, że są miastem przyjaznym dla osób niepełnosprawnych. Czyżby były to deklaracje bez pokrycia?

Tym razem o sytuacji poinformowano media. Na pytanie zadane przez dziennikarkę Biuletynu Niepełnosprawni Tu i Teraz zgodził się odpowiedzieć Adam Szczodry, sekretarz Urzędu Miasta Międzyzdroje. Jak się dowiedzieliśmy, sytuacja dotycząca tego problematycznego, niebezpiecznego przejścia przez ruchliwą ulicę jest doskonale znana władzom gminy.

– Koszt budowy dodatkowego przejścia, spowalniaczy, oznakowania to kilkadziesiąt tysięcy złotych. Zarząd Dróg Wojewódzkich, który jest właścicielem tej drogi nie chce ich ponieść, bo argumentuje, że 100 metrów dalej jest przejście dla pieszych, a droga nie może być co kawałek nafaszerowana przejściami. My nie możemy ponieść takich kosztów, bo dla miasta Międzyzdroje to nie są małe pieniądze. Tak więc w tej chwili jest to spór kompetencyjny – wyjaśnia sekretarz miasta.

Nie chcemy krakać, ale być może jedynie kwestią czasu jest, kiedy dojdzie tu do wypadku. Kto wtedy pierwszy uderzy się w piersi? Zarząd Dróg Wojewódzkich, czy może władze miasta Międzyzdroje wcześniej tak pięknie deklarujące zainteresowanie losem seniorów i osób niepełnosprawnych, wygłaszane przed wyborami?

Jolanta Wiatr

Fot. KSONiS

Pensjonaty „Delfina” w Międzyzdrojach, ale również innych gestorów składają się z 7 obiektów, a w każdym jest ok. 50 miejsc noclegowych, co daje w sumie ok. 350 osób. Na każdym 10-dniowym turnusie kuracjusze i wczasowicze, często ludzie starsi i niepełnosprawni, muszą przechodzić przez ruchliwą jezdnię kilka razy dziennie na posiłki. Czyli od czerwca do września ok. 2 tys. osób jest narażonych na utratę zdrowia i życia. Czy do władz kurortu i dyrekcji Zarządu Dróg Wojewódzkich nie dociera tak ogromna skala zagrożenia? Czy ten problem zna Policja i Prokuratura?



KSON TRANSPORT

**WOZIMY DO LEKARZY, URZĘDÓW I
INSTYTUCJI WYMAGAJĄCYCH
OSOBISTEGO STAWIENNICTWA**



**Dyspozytor:
510-467-133**



ZDOBYĆ szczyt, ODKRYĆ tajemnicę!



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

Z czego, oprócz Karkonoszy, słynie Karpacz? Jak to się stało, że Opole zostało stolicą polskiej piosenki? Na te i wiele innych pytań odpowiedzi poznali uczestnicy wycieczek, organizowanych w ramach projektu ZwiedzaMY.

Wycieczkę do Karpacza (27-29 czerwca) rozpoczęliśmy od wjazdu wyciągiem na Kopę, skąd roztaczały się malownicze widoki na całe pasmo Karkonoszy. Dla części uczestników był to punkt docelowy, natomiast grupa bardziej wytrwałych ruszyła dalej – przez Dom Śląski aż na szczyt Śnieżki. Było to wymagające, ale niezwykle satysfakcjonujące doświadczenie, którego podejmowali się tylko ci, którzy czuli się na siłach. Wyсіłek wynagrodziły nam niezapomniane krajobrazy i duma ze zdobycia najwyższego szczytu



Sudetów. Niestety nie mogliśmy wyjechać na szczyt Śnieżki od

strony czeskiej gondolą ponieważ wiało zbyt mocno. Po górskiej przygodzie przyszedł czas na chwilę odpoczynku i zwiedzania. Byliśmy w Muzeum Sportu i Turystyki, które przybliżyło nam historię regionu, rozwój turystyki w Karkonoszach oraz sylwetki wybitnych sportowców związanych z Karkonoszami.

Drugi dzień to walki kowbojskie, napad na bank itp. Zawitaliśmy do Western City, czyli stylizowane miasteczko na wzór Dzikiego Zachodu, oferujące wiele atrakcji – od pokazu kowbojskich umiejętności po przejażdżki i animacje tematyczne. To była doskonała okazja do wspólnej zabawy i oderwania się od codzienności.



Kulminacyjnym punktem dnia było ognisko z kielbaskami, które – jak zawsze – zintegrowało uczestników. Nie zabrakło rozmów, śmiechu i ciepłej atmosfery.

Ale to nie koniec: odwiedziliśmy słynną, drewnianą **świątynię Wang**, przeniesioną z Norwegii w XIX wieku. To jeden z najważniejszych zabytków Karpacza, który zachwyił zarówno swoją architekturą, jak i historią. Następnie, pod opieką przewodnika wyruszyliśmy szlakiem zdobywców, poznając ciekawe zakątki miasta oraz jego mniej znane historie.

Ostatni dzień wycieczki rozpoczął się wizytą przy malowniczym Dzikim Wodospadzie, który zrobił duże wrażenie na odwiedzających. Następnie udaliśmy się do Muzeum Szkła, gdzie mogli zobaczyć prywatną kolekcję wyrobów szklanych z kryształowymi włącznie z różnych czasów a tym samym regionów Polski czy też świata. Po obiedzie autokar przywiózł nad do Jeleniej Góry a wycieczkowicze podziękowali organizatorom za wspólną zintegrowaną imprezę.

Uczestnicy mieli jeszcze dobrze w pamięci Karpacz, a już siedzieli w autokarze, który zawiózł ich do Opola (11-13 lipca). Malownicze i bardzo za-



dbane miasto wojewódzkie nie bez powodu nazywane jest stolicą polskiej piosenki. Wprawdzie zwiedzając amfiteatr nie zobaczyliśmy na śpiewającą Marylę Rodowicz czy Ryszarda Rynkowskiego, ale można było posłuchać ich kawałków w Muzeum Polskiej Piosenki. Wcześniej jednak odwiedziliśmy miejskie zoo. Ogród jest bardzo przyjazny osobom z niepełnosprawnościami, a trasa zwiedzania jest dobrana tak, że trudno się nudzić. Uczestnicy podziwiali goryle, leniwca, można było stanąć tuż obok lemura. Jednak największe wrażenie zrobiły znajdujące się w tym zoo tygrysy oraz lwy. Dzięki szybom zainstalowanym w ogrodzeniu można było je zobaczyć z odległości zaledwie kilku metrów!

W znakomitą podróż po historii miasta zabrała nas przewodniczka. Zwracała uwagę na to, że Opole to ważna część Śląska. Pokazała najważniejsze miejsca w mieście, ale też opowiedziała kilka ciekawostek, np. o tym, gdzie bawili się artyści występu-

jący na opolskim festiwalu po występach.

W ostatni dzień pojechaliśmy do jednej z największych atrakcji ziemi opolskiej, jaką jest zamek w Mosznej. Ten niezwykły obiekt, mający korzenie w średniowieczu, był świadkiem wielu tajemniczych wydarzeń. Najlepsze lata to okres XIX wieku, kiedy to wszedł w posiadanie rodziny Tiele-Wincklerów (w 1866 roku majątek kupił przemysłowiec Hubert von Tiele-Winckler). Zamek został najpierw odbudowany po pożarze, a następnie rozbudowany o kolejne skrzydła. W efekcie ma 99 wież oraz 365 komnat (tyle, ile dni w roku). W zamkowym parku można podziwiać piękne fontanny, a o każdej pełnej godzinie grany jest widowiskowy koncert: fontanny tryskają w rytm muzyki.

Czerwcowo-lipcowe wyjazdy zorganizowane przez Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych były kolejnym etapem realizacji projektu ZwiedzaMY, finansowanego ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Kolejny wyjazd już w sierpniu – tym razem uczestnicy ruszą na podbój stolicy Dolnego Śląska – Wrocławia.

PW



PORÓD BEZ BARIER czyli jaki?

O tym, jak wygląda rzeczywistość opieki nad kobietami z niepełnosprawnościami w okresie ciąży i porodu, z jakimi barierami się zmagają oraz jaką rolę w tym procesie odgrywają położne, opowiadają doświadczone położne z Wojewódzkiego Centrum Szpitalnego Kotliny Jeleniogórskiej i Wielospecjalistycznego Szpitala – Samodzielny Publiczny Zespół Opieki Zdrowotnej w Zgorzelcu, które od lat wspierają kobiety na drodze do macierzyństwa.



Decyzja o posiadaniu dziecka to ważny krok w życiu każdej kobiety, a w przypadku matek z niepełnosprawnościami może nieść za sobą dodatkowe wyzwania tj. konsultacje z lekarzami specjalistami, którzy oceniają stan zdrowia i wydadzą zalecenia dotyczące prowadzenia ciąży. Przede wszystkim należy zebrać dokładny wywiad co do rozpoznania niepełnosprawności oraz zastosować wszystkie możliwe udogodnienia z tym związane. Jeśli chodzi o sytuację położniczą o sposobie rozwiązania ciąży decyduje położnik po analizie przypadku.

NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ WZROKU

U kobiet niewidomych lub niedowidzących-położna przedstawia się z imienia i nazwiska, przedstawia dokładnie sytuację, w jakiej pacjentka się znajduje wzmacniając tym samym poczucie bezpieczeństwa. Opisuje poszczególne pomieszczenia, z których będzie mogła korzystać. Rozpoczynając wykonywa-

nie czynności przy pacjentce poprzedza komunikatem słownym i dopiero po akceptacji je wykonuje. Uprzedza również o obecności innych osób z personelu medycznego jeśli zachodzi taka konieczność.

Ważnym elementem jest ocena dobrostanu płodu i tu ma znaczenie podłączonego KTG gdzie pacjentka słyszy bicie serduszka. Położna informuje na bieżąco o postępie porodu i możliwych metodach-udogodnieniach jak np. immersja wodna¹. Zapewnia kontakt z dzieckiem po odbytym porodzie „skóra do skóry” umożliwiając dotykanie i głaskanie noworodka. W tej niepełnosprawności najważniejszy jest dokładny przekaz werbalny. Najczęściej w czasie porodu uczestnikiem jest też osoba towarzysząca wybrana przez pacjentkę.

¹ rodzaj hydroterapii, stosowany w pierwszej fazie porodu fizjologicznego, polegający na zanurzeniu ciała ciężarnej kobiety do pewnego poziomu w wodzie, w celu złagodzenia bólu porodowego.

Wspieranie kobiety niedowidzącej lub niewidomej w czasie porodu wymaga uwzględnienia jej potrzeb emocjonalnych, sensorycznych i komunikacyjnych. Pozwalamy zapoznać się z salą porodową, „zbadac ją dotykiem”.

Bardzo ważne jest dostosowanie edukacji przedporodowej dla kobiet z niepełnosprawnością wzroku, które może polegać na przygotowaniu nagrania z treściami edukacyjnymi o ciąży, porodzie i połogu. Opisowe przedstawianie treści zajęć. Uczyć się przez dotyk, np. modele anatomiczne, lalki noworodka. Prowadzić ćwiczenia oddechowe, relaksacyjne.

NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ SŁUCHU

Położna musi być zorientowana czy pacjentka posiada aparat słuchowy, czy też potrafi czytać z ruchu warg. To są ważne informacje. Jeśli pacjentka posiada aparat słuchowy położna podłączając KTG wycisza maksymalnie funkcję dźwięku i pozostawia odbiór świetlny (aparat

wzmaga słyszalność wszystkich dźwięków). Możliwość komunikacji, to pisanie na kartce papieru, na ekranie telefonu komórkowego, podczas porodu optymalny sposób to czytanie z ruchu warg. I tak jak wyżej informowanie o przebiegu porodu i wykonywanych czynnościach.

Upośledzony narząd słuchu powoduje, że pacjentka będzie miała trudności z usłyszeniem płaczu dziecka dlatego też położna zapewnia dokładne obejrzenie jego twarzy. Położnica po porodzie przebywa na sali romming-in, gdzie matka ma możliwość stałego obserwowania dziecka i rozpoznawania jego potrzeb i problemów.

Komunikacja z osobą niesłyszącą w czasie pobytu w szpitalu, a zwłaszcza podczas porodu, wymaga przygotowania, empatii oraz zastosowania odpowiednich narzędzi i technik. Jest też możliwość skorzystania z pomocy tłumacza języka migowego, a dla osób niedosłyszących także z pętli indukcyjnych.

NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ RUCHOWA

Prowadzenie porodu u kobiety z niepełnosprawnością ruchową wiąże się z szeregiem wyzwań, które mogą wpływać na przebieg porodu oraz opiekę nad matką i noworodkiem. Z tego powodu o sposobie zakończenia ciąży decyduje lekarz ginekolog-położnik: w zależności od stopnia i rodzaju niepełnosprawności ruchowej, czy będzie to cięcie cesarskie czy poród drogami i siłami natury. Szpitale i oddziały położnicze w naszym regionie starają się być jak najlepiej przystosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Są zastosowane takie udogodnienia

jak: szerokie wejścia, korytarze bez przeszkód, windy, rampy, sale dla pacjentek wyposażone w odpowiednie łóżka, fotele ginekologiczne i łóżka porodowe z możliwością regulacji wysokości oraz możliwością ustawienia dogodnych pozycji, łazienki dostosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnością ruchową – szerokie kabiny prysznicowe bez progów, specjalistyczne krzeselka/wózki pod prysznic.

W przypadku porodu naturalnego położna pomaga w wyborze najwygodniejszej pozycji porodowej, która uwzględni rodzaj ograniczeń ruchowych, wynikających z niepełnosprawności. Stosuje się np. podnózek, duży materac itp. Porodowe elektryczne łóżko jest dostosowane do różnych potrzeb i przyjmowania pozycji porodowych. Opieka nad pacjentką skupia się też na zapewnieniu jej odpowiednich warunków lokalowych, zapewnienia sprzętów pomocniczych np. wózków. Położna pomaga w wykonywaniu czynności: pielęgnacyjnych, żywieniowych i higienicznych. Jeśli zachodzi potrzeba pacjentka korzysta z pomocy rehabilitanta.

NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ INTELEKTUALNA

Przygotowanie kobiety z niepełnosprawnością intelektualną do porodu wymaga bardzo indywidualnego podejścia oraz wsparcia osób bliskich. Istotne jest dostosowanie przekazu informacji.

Używanie prostego, zrozumiałego języka, unikanie skomplikowanych medycznych zwrotów. Stosowanie krótkich zdań. Dodatkowo zaangażowanie bliskiej osoby, która będzie obecna przy porodzie pozytywnie wpły-

wa na zachowanie rodzącej. Pacjentka jest wtedy spokojniejsza, czuje się bezpieczniej.

W tym przypadku opieka polega na każdorazowym wytłumaczeniem czynności jakie są wykonywane. Przekaz słowny jest prosty, dostosowany do możliwości intelektualnych rodzącej. Po narodzinach dziecka położna pomaga w pokazaniu noworodka, chroniąc go jednocześnie w przypadku agresywnego zachowania położnicy. W niektórych przypadkach istnieje możliwość korzystania z pomocy psychologicznej.

NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ NEUROLOGICZNA

Pacjentka jest konsultowana przez neurologa, natomiast metodę porodu wybiera położnik. Jeśli nie ma przeciwwskazań poród odbywa się siłami natury i cały poród przebiega tak samo jak u kobiety zdrowej. Cięcie cesarskie wykonuje się ze względów położniczych. W celu zniwelowania zagrożeń wynikających z ryzyka wystąpienia ataku epilepsji podczas karmienia noworodka, położna nadzoruje wykonywane tej czynności.

Główne ryzyko podczas porodu to zaostrzenie objawów. Dlatego bardzo ważna jest ścisła współpraca lekarza neurologa, anestezjologa i ginekologa. Umożliwia się też uczestniczenie procesie porodu osoby bliskiej, co zwiększa poczucie wsparcia emocjonalnego rodzącej.

Ciekawi jesteście opinii naszych Czytelniczek na ten temat. Piszcie do nas – zapewnimy anonimowość.

Renta Bech

Fot. AL/zdjęcie ilustracyjne

Sukces Targów Turystyki Dostępnej „OTWARTE SZLAKI”

Nie trzeba być pełnosprawnym, by zdobywać szczyty, jeździć na wycieczki i podróżować po świecie. Udowodnili to goście Targów Turystyki Dostępnej „Otwarte szlaki” (24 czerwca), które w Jeleniej Górze na placu Ratuszowym zorganizował Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych. To pierwsze takie wydarzenie w Polsce.



TARGI IMPULSEM DO ZMIANY

– Targi Turystyki Dostępnej „Otwarte Szlaki” miały dać impuls do zmiany myślenia. Pokazaliśmy, że podróżowanie może być dostępne dla każdego – niezależnie od sprawności, wieku czy doświadczenia – mówił Stanisław Schubert, prezes KSON.

Jako osoba niedowidząca od lat zwiedza wraz z żoną obce kraje. W KSON organizuje wraz ze współpracownikami regularne wycieczki dla osób starszych i poruszających się z trudnością.



Na Targach o swoich doświadczeniach w podróżowaniu mówił nie tylko Stanisław Schubert, ale także zaproszeni goście.

NA WÓZKU PRZEZ AMERYKI, Z ŁASKĄ POCIĄGIEM DO JAPONII

Michał Woroch, który prze-mierzył na wózku obie Ameryki i Himalaje, podkreślał, że sprzęt to rzecz wtórna.

– Bariery, które stawiamy sobie sami, często są większe niż te rzeczywiste. Celem moich wypraw jest zainspirowanie innych osób z niepełnosprawnościami lub ograniczeniami fizycznymi i psychicznymi poprzez pokazywanie, że piękne i unikalne miejsca są dostępne dla każdego. Chcę pokazać, że dzięki ciężkiej pracy i determinacji jesteśmy w stanie osiągnąć swoje cele i przekroczyć granice, jakie sobie stawiamy – mówił Michał Woroch.

Podróżnik do Jeleniej Góry przyjechał w czasie przerwy z wyprawy do Australii.

Krzysztof Wostal, głuchoniewidomy pedagog i społecznik, podróżujący po Polsce, Chorwacji, Czechach i innych krajach, potwierdza słowa Michała.

– Jestem osobą głuchoniewidomą. To tylko jedna z moich cech, która dodaje wyjątkowy wymiar mojemu życiu. Jestem dumny z tego, jak realizuję swoje cele i pasję, pomimo wyzwań, które napotykam – podkreśla pan Krzysztof.

Podróżuje, do miejsc, które sobie wybiera. Marzą mu się podróże pociągiem po Japonii i Indii i wierzy, że tam pojedzie. Tym bardziej, że nowoczesna technologia, ułatwiająca życie osobom niepełnosprawnym, rozwija się bardzo szybko i codziennie pojawiają się nowe udogodnienia.

LUCYNA KORNOBYS WZOREM SPORTOWCA I AKTYWNEJ OSOBY NA WÓZKU

Jeleniogórzanka Lucyna Korbobys, medalistka igrzysk paraolimpijskich, od lat udowadnia, że można odnosić sukcesy, podróżować,





spełniać marzenia, mimo poruszania się na wózku. Postawiła sobie za cel nie tylko osiągnięcie sportowych sukcesów, ale również pokazywanie, że dzięki ciężkiej pracy i determinacji, osoby z niepełnosprawnością, są w stanie osiągnąć swoje cele.

– Takich spotkań, jak jeleniogórskie Targi Dostępności powinno być więcej. By pokazywać, że osoby, które mają problemy z poruszaniem się, też chcą chodzić po górach, zwiedzać, jeździć na wakacje i jest technologia, która im to ułatwia. Siedzenie w domu niczego nas nie nauczy – podkreśla pani Lucyna.

200 TRAS DLA NIEPEŁNOSPRAWNYCH WĘDROWCÓW

Doświadczenia niepełnosprawnych podróżników można wykorzystać podczas wędrówek po Dolnym Śląsku. Ten region ma 200 tras przystosowanych do wędrowania osób w starszym wieku, z protezami kończyn, niedowidzących lub jeżdżących na wózkach. Coraz częściej widzimy ich na szlakach, a w pokonywaniu tras wspomaga ich nowoczesna technologia.

– Nasz przewodnik po 200 dolnośląskich trasach dla osób niepeł-

nosprawnych można mieć w formie pdf w telefonie. AI przerobi go na głos i osoba niewidoma słyszy dokładny opis trasy – podaje przykład Stanisław Francuz, współautor przewodnika.

Korzystają z niego m.in. uczestnicy wycieczek organizowanych przez KSON.

PODRÓŻ Z ASYSTENTEM TURYSTYCZNYM OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNEJ

Kto zdecyduje się ruszyć z domu, na wycieczkach zostanie otoczony pomocą Asystenta Turystycznego Osoby Niepełnosprawnej, czyli ATONowca, jak o sobie mówią.

– Asystent dobierze trasę wycieczki, pomoże pchać wózek pod górę, zadba o bezpieczeństwo podopiecznego. Jesteśmy do tego przeszkoleni – wyjaśnia Danuta Białkowska z KSON.

Jeżeli są biura podróży, które mają wśród uczestników wycieczki osoby niepełnosprawne, mogą poprosić w KSON o pomoc Asystentów.

W KSON pracują nad trasami dla osób niepełnosprawnych i je propagują. W Karkonoszach jest kilka tras, na które można wybrać się z osobą jeżdżącą na wózku, chodzącą o lasce lub kulach.

Najbardziej znany szlak prowadzi od górnej stacji wyciągu na Kopę

do Domu Śląskiego. Szlak wznosi się na wysokości powyżej 1400 m n.p.m. i ma długość około 1250 m. Druga trasa wiedzie z parkingu przy drodze krajowej nr 3, wzdłuż strumienia Szklarki do schroniska „Kochanówka” przy Wodospadzie Szklarki. Trasa ma 375 metrów długości a różnica wzniesień wynosi zaledwie 11 metrów.

Piotr Tanalski, producent wózków inwalidzkich, zapewnia, że jego pojazdy bez problemów pokonają te trasy. Zaprojektował wózek specjalny do turystyki górskiej, który ma dodatkowe silniki i specjalny hamulec. W Jeleniej Górze na Targach Dostępności pokazywał prototyp. Czy cena takich pojazdów nie jest zaporowa?

– Nie są tanie – przyznaje Michał Woroch, podróżnik, który na wózku przejechał dwie Ameryki i Himalaje. Jego wózek kosztował 17 tysięcy złotych.

– Można zdobyć dofinansowanie na zakup pojazdów. W ramach pilotażowego programu „Aktywny Samorząd” udzielane jest dofinansowanie do zakupu wózka inwalidzkiego o napędzie elektrycznym, remontu – naprawy posiadanego wózka, a także zakupu części zamiennych i akumulatorów do posiadanego wózka inwalidzkiego o napędzie elektrycznym oraz przystawki elektrycznej do wózka inwalidzkiego – podkreśla Piotr Tanalski.

AGA

Transmisja z giełdy prowadzona była na żywo za pośrednictwem mediów KSON i YOUTUBE. Z liczników zarejestrowano aż 82 tysiące odwiedzin. Zarówno prezydent Jeleniej Góry jak i wicestarosta Powiatu Karkonoskiego wyrazili chęć zorganizowania drugiej takiej giełdy dostępności w turystyce w roku 2026.



Ministerstwo Sportu i Turystyki

Zadanie publiczne pn. „Otwarte Szlaki 2025” dofinansowano ze środków Ministerstwa Sportu i Turystyki zgodnie z zawartą umową nr 2025/0064/1616/UDOT/DT/BP/JP z dnia 17.06.2025r.”

Czas zamknięty w szkłe

Rozmowa z TOMASZEM GONDKIEM, hutnikiem ze Szklarskiej Poręby, jedynym w kraju specjalistą od tworzenia w technice millefiori

– Jesteś hutnikiem, jako jedyny w kraju tworzysz millefiori, czyli wykorzystujesz unikalną technikę, dzięki której powstają prawdziwe cuda. Wymaga to ogromnej dokładności, precyzji i wiedzy.

– Żeby tworzyć millefiori – mille jak tysiąc, a fiori jak kwiaty, trzeba zacząć od barwienia szkła. Robi się to związkami metali, i tak: czerwony kolor to związki złota, niebieski – związki kobaltu, zielony – związki żelaza. I tak dalej. Gdy szkło zabarwimy, musimy je odpowiednio ukształtować, żeby pręt, który wyciągniemy z tego szkła, w przekroju dał nam jeden płatek kwiatka. Po włożeniu iluś płatków, wkomponowaniu środka, ewentualnie ubarwieniu jeszcze dookoła innymi prętami kolorowymi, jak również odpowiednim zgrzaniu, rozciągnięciu i przecięciu, powstanie w przekroju jeden kwiat. Jako hutnik uważam tę technikę za najtrudniejszą. Istnieje bowiem wiele związków metali, które łatwo się ze sobą łączą. Jeśli tak się staje, powstaje brudna plama w bardzo nieciekawym brązowym kolorze. By tego uniknąć, choć znałem chemię, musiałem uczyć się ponad sześć lat. Dziś mogę powiedzieć, że jestem dopiero na dachu szopki, ale to i tak wyżej, niż w 1998, gdy stawałem dopiero na pierwszy szczebel drabiny prowadzącej do tej szopki. Długa droga jeszcze przede mną, bo nad szopką stoi wielki dąb, na który należy wejść. Mam nadzieję, że kiedyś mi się to uda.



TOMASZ GONDEK – hutnik, rocznik 1967, wiele lat pracował w hucie Julia w Szklarskiej Porębie, a obecnie w Hucie Szkła Kryształowego Julia w Piechowicach. Od urodzenia mieszkaniec Szklarskiej Poręby. Millefiori tworzy w budynku fundacji Ars Sudetica w pobliżu parku Esplanada w centrum Szklarskiej Poręby.

– Twoje prace, które nazywasz obiektami, służą jako przyciski do papieru. Czy mają jakieś inne funkcje użytkowe?

– Technika millefiori można robić naczynia, w Muzeum Karłonoskim można zobaczyć figury. Moje losy tak się potoczyły, że tworzę przyciski do papieru. Może dlatego, że w czasach, gdy byłem dzieckiem, w niektórych poniemieckich domach były jeszcze przyciski do papieru, może nie z millefiori, ale znajdowały się w nich kwiaty i różne inne kompozycje. Jak świat zamknęty w szkłe. Zaczęło mnie kręcić, by też potrafić to robić: zamykać czas w szkłe. Bo moje obiekty są wieczne. Gdy ktoś je

upuści, mogą się stłuc, ale i tak rysunek w środku zostanie. Takie było moje założenie: stworzyć coś, co przetrwa tysiące lat. Bo proszę zdać sobie sprawę, że pierwsze szkło opisane zostało mniej więcej cztery i pół tysiąca lat przed naszą erą, a pierwsze koraliki millefiori, znalezione w szkłe, datowane są na trzy i pół tysiąca lat przed naszą erą. Nie ma nikogo innego w Polsce, kto by zajmował się robieniem tych koralików. Zrobienie ich jest sprawą najtrudniejszą. Nie było nawet nikogo, kto by mógł mi w tym pomóc, coś podpowiedzieć. Gdy jeździłem do nieżyjącego już profesora Kiczury, wykładowcy Akademii Sztuk Pięknych we

Wrocławiu, który bywał na włoskiej wyspie Murano – kolebce europejskiego millefiori, słyszałem od niego: “Tomek, na Murano jeździłem, gdy byłem młody. Ale millefiori średnio mnie interesowały. Inne sprawy mnie zajmowały”. Bo millefiori to sztuka okresowa i ślaska, dla mnie część tej ziemi. Okresowa, bo pojawia się i zanika. Śląska, bo starzy Niemieccy majstrowie, których zdążyłem poznać, też określali się jako Ślązacy.

– Gdzie ich poznawałeś? W hucie Julia, gdy w niej pracowałeś, jeszcze w Szklarskiej Porębie?

– Tak, oni po wojnie uczyli fachu mego ojca. Ale mieszkali tu i pracowali jeszcze długo, dlatego mogłem się z nimi zetknąć. Świetnie znali polski, można było się z nimi porozumieć. Millefiori było sztuką okresową – gdy umierał mistrz, kończyła się pewna era millefiori. W mojej historii było podobnie. Zaczynałem od zera, musiałem wszystko odtworzyć.

– Cofnijmy się więc do Twoich początków. Masz kilka lat, są lata 70. XX wieku, Szklarska Poręba jest zupełnie inna, nie ma tylu hoteli, nie ma w ogóle apartamentowców. Ale jest huta.

– Dzicz wokół huty była dla mnie pociągająca. Kiedyś znalazłem figurę zającą, zatopioną w szkłe – po przecięciu jeden koralik millefiori. Tyle, że jego laseczka powinna być cieńsza, bardziej wyciągnięta na gorąco. Jak coś takiego znajdowałem, kręciło mnie dowiedzieć się, skąd to jest, dlaczego powstało? Ojciec w końcu kiedyś mi wytłumaczył, czym jest millefiori. Chodziłem więc wokół huty i znajdowałem różne dawne odpadki, ale raczej nie millefiori, bo ówcześni mi-

strzowie robili tak, jak ja teraz: by nikt nie dowiedział się, jak tworzą, to, co im nie wychodziło jak należy, wrzucali do donicy szklarskiej i dodawali dużo kobaltu, co barwiło na ciemno-granatowy kolor. Z nieudanych obiektów nie zostawało więc praktycznie nic. Wszystko było niszczone. No, prawie wszystko. Figura zająca, którą znalazłem, też nie powinna przetrwać, ale uchowała się, pewnie przypadkiem. Jak umrę, nie wiem, czy znajdzie się ktoś, kto będzie chciał zajmować się millefiori.

– Pewnie nie. To pracochłonna robota, a kokosów z tego nie ma. Pojedyncze eksponaty osiągają dobre ceny, jak Twój obiekt na niedawnej akcji w BWA w Jeleniej Górze – 2850 złotych. Ale ile możesz ich zrobić w krótkim czasie? Niewiele.

– Człowiek ma swoje 5 minut w życiu, których konsekwencje ponosi potem cały czas. Już gdy byłem dzieckiem, kombinowałem, jak przekonać mamę, by wysłała mnie ze śniadaniem do taty do huty, a gdy przekraczałem jej próg, czułem zapach spalonego drewna i ludzkiego potu, gazu z wytwornic... Młodzi teraz mówią: w hucie śmierdzi. Dla mnie zapachy huty to zapach chleba. Tak przecież mój ojciec zarabiał na naszą rodzinę. Kiedyś kazał komuś dać mi trochę szkła, bym wydmuchał sobie bańkę. Pamiętam to, zostało nawet uwiecznione na zdjęciu. Był rok chyba 1971. Może ktoś, kto przeczyta ten tekst, pojawi się ze zdjęciem, które zostało wtedy zrobione? Jak wydmuchałem tę bańkę, nikt mnie już z huty nie wyganiał. Huta wtedy była jednym organizmem, wszyscy się znali, mogłem czuć się bezpiecznie. Wszyscy razem się weseleli, gdy była okazja, nikt nie był za-

wistny, nie było wyścigu szczurów, jak dziś...

– Gdzie można zobaczyć millefiori? Nie robisz tego do szuflady. Jesteś w niszy, ale świat Cię zna.

– Ostatni sprzedany obiekt popłynął do Australii. Millefiori kupuje dość duża grupa koneserów, ale są też ludzie, którzy trafiają do mojej pracowni zupełnie przypadkiem. Gdy zerkną na gabloty, ulegają fascynacji, bo nie wiedzieli, że coś takiego może ze szkła powstać. Jeśli ktoś jest w pobliżu muszli koncertowej przy Esplanadzie, zapraszam do mnie – to 50 metrów obok, w budynku galerii Ars Sudetica.

– Większość Twojej rodziny wyjechała, ale Ty jesteś w Szklarskiej Porębie od urodzenia.

– Mimo wszystko, mimo tych zniszczeń, to miasto na mnie działa. Kiedyś poznałem Niemca, który mieszkał w tym samym budynku, co ja. Stał przed hutą, wspominał swego ojca, który w niej pracował, i zapłakał: zniszczyli wszystko! Zwróciłem mu uwagę, że to nie komuniści zniszczyli hutę, ale zgniły kapitalizm zza oceanu. To Amerykanin przecież kupił hutę i doprowadził do obecnego stanu. Ten Niemiec odparł, że nie chce tu wracać, bo dawniej też nic dobrego go tu nie spotkało. Za hrabiego Schaffgot-scha robotnicy musieli chodzić z plecakiem do Starej Kamienicy, by mieć co jeść. “Nie patrz do tyłu, bo wszystko przemija. Jak będziesz żył przeszłością, zwa-riujesz. Nie da się tak żyć. Przyjechałem tu z sentymentu, ale nie chcę tu wracać” – tak mi ten stary Niemiec powiedział. Myślę, że miał rację.

**Rozmawiał:
Leszek Kosiorowski**

Refleksje O SAMOTNOŚCI

Co roku, 27 lipca, obchodzimy Międzynarodowy Dzień Samotnych – dzień poświęcony ludziom, którzy doświadczają samotności, zarówno tej fizycznej, jak i emocjonalnej. Samotność to nie tylko stan bycia samemu, ale przede wszystkim subiektywne odczucie braku bliskich więzi i poczucie odcięcia od innych. W rzeczywistości samotność może dotyczyć każdego, niezależnie od wieku czy statusu społecznego.

Samotność to emocjonalne doświadczenie braku bliskich relacji społecznych, które zapewniają wsparcie i poczucie przynależności. Choć każdy z nas czasem odczuwa potrzebę samotności dla odpoczynku, to długotrwałe i narastające poczucie izolacji może być bardzo przykre i niebezpieczne dla zdrowia psychicznego i fizycznego.

Warto podkreślić, że samotni to nie tylko osoby samotne życiowo (single), ale także osoby starsze, dzieci porzucone lub odrzucone przez rodziców, a tak-

że młodzi ludzie z pokolenia Z, czyli w wieku 13–28 lat, którzy – paradoksalnie – często doświadczają głębokiego poczucia osamotnienia, mimo szerokiego dostępu do mediów społecznościowych i nowoczesnych technologii.

Raport „Nigdy więcej samotności” pokazuje, że aż 65% młodych ludzi z pokolenia Z regularnie zmaga się z samotnością [1]. Z tej grupy ponad 32% odczuwa ją często, a 33% czasami. W momentach samotności najczęściej towarzyszy im smutek (43,7%) oraz bezsilność (20,2%). Co ważne, co czwarty młody człowiek odczuwa samotność nawet wśród innych osób.

Wg badań Centrum Badań Opinii Społecznej (CBOS)

[2], obecnie aż 8% dorosłych Polaków bardzo często lub zawsze doświadcza poczucia samotności, podczas gdy w 2017 r. było to 4%. Najbardziej narażone na samotność są osoby w wieku 18–34 lat (12–13%) oraz seniorzy powyżej 75 lat (10%).

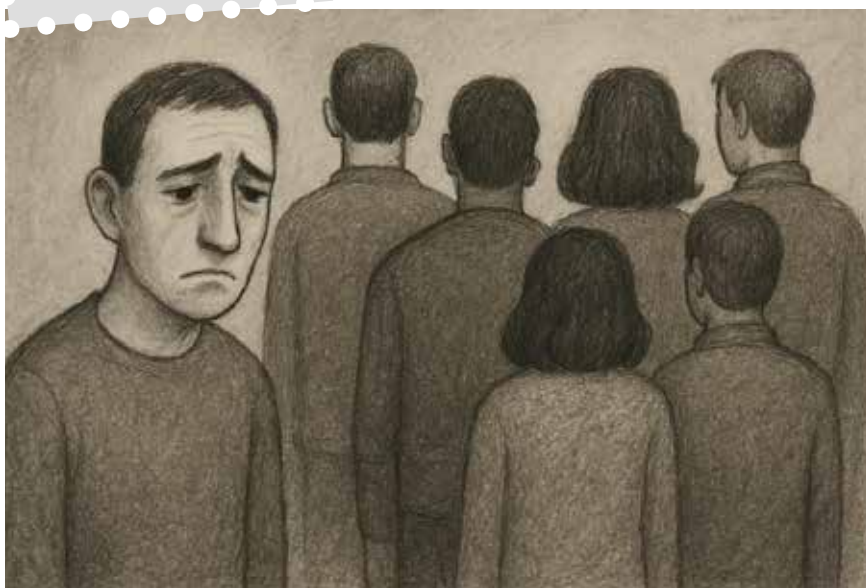
Pandemia COVID-19 znacząco pogłębiła problem izolacji społecznej. Długotrwałe zamknięcie, ograniczenia w kontaktach, a także rozwój cyfryzacji i popularność mediów społecznościowych spowodowały, że wiele osób straciło bezpośrednie, realne relacje z innymi. Coraz częściej zastępujemy je interakcjami wirtualnymi, które nie zawsze są wystarczające do zaspokojenia potrzeby bliskości. Samotność to nie tylko emocjonalny dyskomfort. Długotrwałe poczucie izolacji wpływa na zdrowie psychiczne i fizyczne:

- zwiększa ryzyko depresji, stanów lękowych i fobii społecznej,
- może prowadzić do spadku funkcji poznawczych,
- osłabia odporność psychiczną,
- u niektórych osób pojawia się monofobia – skrajny lęk przed samotnością, który uniemożliwia funkcjonowanie.

PODSUMOWANIE

Międzynarodowy Dzień Samotnych to doskonała okazja,

„(...) samotni to nie tylko osoby samotne życiowo (single) (...)”



aby zatrzymać się i zastanowić nad tym, jak ważne są relacje międzyludzkie. Samotność może dotknąć każdego, ale nigdy nie jest wyrokiem.

Warto podjąć pierwszy krok i otworzyć się na innych, bo nawet najmniejszy gest – uśmiech, rozmowa czy zaproszenie – może odmienić czyjeś życie.

Pamiętajmy, że człowiek jest istotą społeczną i potrzebuje bliskości, aby czuć się szczęśliwym i spełnionym.

Nie bójmy się sięgać po pomoc i wspierać tych, którzy jej potrzebują – samotność jest coraz częstszym problemem społecznym, który możemy razem zmniejszyć.

Renata Bech

Fot. Archiwum autorki

[1] <https://naukawpolsce.pl/aktualnosci/news%2C99537%2Cbadania-samotnosc-regularnie-odczuwaw-65-proc-osob-z-tzw-pokolenia-z-w-wieku>

[2] https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2024/K_115_24.PDF

JAK RADZIĆ SOBIE Z SAMOTNOŚCIĄ?

1. **Angażuj się w aktywności społeczne** – spotkania z ludźmi o podobnych zainteresowaniach pomagają budować relacje i dają poczucie przynależności.
2. **Organizuj i uczestnicz w wydarzeniach w realnym świecie** – wspólne świętowanie, udział w uroczystościach rodzinnych a nawet krótkie rozmowy z nieznanymi w parku czy sklepie mogą poprawić nastrój.
3. **Inwestuj w samorozwój** – czytaj, ucz się nowych umiejętności, planuj aktywności, które sprawiają przyjemność.
4. **Poznaj sąsiadów i buduj lokalną społeczność.**
5. **Zaangażuj się w wolontariat lub zajęcia, które cię interesują.**
6. **Podtrzymuj kontakty z rodziną i przyjaciółmi**, nawet przez media społecznościowe i komunikatory internetowe.
7. **Korzystaj z technologii świadomie**, uczestnicząc w grupach dyskusyjnych lub tematycznych forach, które pozwalają nawiązać nowe znajomości.

Niebezpieczne hulajnogi?

Na skutek lekkomyślności młodego mieszkańca powiatu kołobrzeskiego doszło do wypadku, którego finał – tylko szczęśliwym zrzędzeniem losu – nie był tragiczny.

Na nadmorskim deptaku, po którym spacerowały tłumy, 17-latek kierujący hulajnogą elektryczną, jadąc chodnikiem przeznaczonym dla pieszych, stracił panowanie nad pojazdem, przewrócił się, przedtem potrącając pieszka. W wyniku potrącenia 71-letnia kobieta przewróciła się i upadła, mocno ude-

rzając głową o chodnik. Mimo groźnie wyglądającego zdarzenia, na szczęście piesza nie doznała cięższych obrażeń.

Jak się okazało sprawca: młody, 17-letni mieszkaniec powiatu kołobrzeskiego był w chwili zdarzenia nietrzeźwy. Badanie wykazało 1 promil alkoholu w jego krwi. Otrzymał on trzy mandaty karne: za spowodowanie zagrożenia bezpieczeństwa w ruchu drogowym, kierowanie pojazdem innym niż mechaniczny w stanie nietrzeźwości oraz za niestosowanie się do znaku B-1 za „zakaz ruchu w tym miejscu w obu kierunkach”. Łączna kwo-

ta mandatów, którą mu wymierzono wyniosła 4500 zł.

Niektórzy kołobrzeżanie komentują: – Po co nam ten wynajem miejskich hulajnóg w uzdrowisku? To nie tylko potrącenia, ale też jazda dwóch osób na jednej hulajnodze „ile fabryka dała” i niebezpieczne wyścigi chodnikami, choć tuż obok są ścieżki rowerowe i jezdnie, wyskakiwanie na pasach tuż przed samochodem i jazda pod prąd. To częste obrazki. A sezon w pełni...

Jolanta Wiatr

Wycieczki plus sześćdziesiąt

Łatwe trasy długości około dziesięciu kilometrów, opieka przewodnika, towarzystwo rówieśników, symboliczne opłaty, dofinansowanie z Jeleniogórskiego Budżetu Obywatelskiego – tak w skrócie jest na wycieczkach dla osób w wieku 60 lat i starszych, organizowanych przez Oddział Sudety Zachodnie PTTK w ramach akcji „Polskie Perełki – tanie wycieczki dla mieszkańców Jeleniej Góry”.

Wycieczki rozpoczęły się wiosną 2025 i potrwać do jesieni, więc nie jest za późno, by z nich skorzystać. Cały program składa się z jedenastu wyjazdów jednodniowych, dwóch dwudniowych i dwóch trzechdniowych. Cele wycieczek to różne bardzo interesujące i piękne miejsca głównie na Dolnym Śląsku, ale nie tylko. Na sierpień, na przykład, zaplanowana jest trzydniówka w Wielkopolsce.



We wrześniu, podczas trzydniowego objazdu i zwiedzania Ziemi Kłodzkiej, seniorzy będą mieć szansę zobaczyć urocze Duszniki-Zdrój, a w nich skromny, ale piękny Dworek im. Fryderyka Chopina.

PTTK – SENIORZY DLA SENIORÓW

Jak mówi wiceprezes Oddziału PTTK Sudety Zachodnie w Jeleniej Górze, Andrzej Mateusiak, przygotowanie takiej oferty akurat dla seniorów jest w przypadku PTTK zupełnie naturalne, gdyż organizacja ta staje się coraz bardziej seniorska.

– Sami jesteśmy seniorami, więc w tym środowisku mamy

najwięcej kontaktów i potrafimy najlepiej rozpoznać jego potrzeby. Młodzi ludzie nie garną się do nas – twierdzi Andrzej Mateusiak.

Seniorzy dominują choćby w organizowanym od kilku dekad „Rajdzie na raty” – cotygodniowych, darmowych wycieczkach głównie po Sudetach.

O ile jednak „Rajd na raty” jest w dużej mierze górski i sudecki (z wykorzystaniem komunikacji publicznej), to „Polskie Perełki” mają charakter autokarowo-pieczy. Można dzięki temu poznać atrakcje oddalone znacznie dalej.

DLA SENIORA ŁATWIEJ, WOLNIEJ, WYGODNIEJ

Transport podstawionym autokarem, krótkie trasy – takie warunki mają zapewnić seniorom komfort i dostosowanie do możliwości fizycznych i kondycyjnych. Ponieważ w grupie są tylko osoby starsze, nie ma ryzyka, że ktoś będzie rozczarowany i zmęczony zbyt wolnym tem-

GDZIE MOŻNA POJECHAĆ?

- 5-6-7 sierpnia – Wielkopolska
- 12 sierpnia – Luban i Zgorzelec oraz okolice
- 26 sierpnia – Jawor – Strzegom – Bolków
- 2-3-4 września – Ziemia Kłodzka
- 30 września – 1 października –

Ziemia Opolska Brzeg – Nysa – Paczków

- 7 października – Kamienna Góra – Krzeszów – Głazy Krasnoludków – Chełmsko Śl.
- 14 października – Szczawno Zdrój – Wałbrzych – Andrzejówka – Sokołowsko

pem. Zdarza się tak, gdy grupa jest zróżnicowana pod względem wieku, sprawności i kondycji. Szybsi (niekoniecznie są to najmłodsi w grupie) chcą wyrwać do przodu, ale ponieważ obowiązuje zasada „nie wyprzedzaj przewodnika”, muszą iść powoli.

Wiadomo, jaka niestety jest sytuacja finansowa emerytów i rencistów – wiele osób otrzymuje niskie świadczenia i musi liczyć się z każdym groszem. Dlatego tak ważna jest niska opłata. Za całodzienną wycieczkę, w ramach „Polskich Perełek”, z Jeleniej Góry do Głogowa (na przykład), z transportem autobusem, opieką przewodnicką, wstępami do atrakcji, posiłkiem, ubezpieczeniem, senior płacił zaledwie 30 złotych. To opłata symboliczna.

Jest to możliwe dzięki dofinansowaniu z Jeleniogórskiego Budżetu Obywatelskiego. Co roku miasto przeznacza dla JBO pewną kwotę pieniędzy, a organizacje i grupy mieszkańców zgłaszają propozycje różnych inwestycji i wydarzeń. W ogóln-

ZAPISY

Ogłoszenia o wycieczkach są publikowane na stronie internetowej Oddziału PTTK Sudety Zachodnie www.pttk-jg.pl. Będzie podawana data i godzina rozpoczęcia zapisów. Nabór jest prowadzony dwutorowo: emailowo lub osobiście w biurze PTTK (w Jeleniej Górze, ul. 1 Maja 86, tel. 757525851). Zapisy są dokonywane osobno na każdą wycieczkę w dniu i od godziny podanej z kilkudniowym wyprzedzeniem na stronie Oddziału PTTK: www.pttk-jg.pl. Nie są przyjmowane telefonicznie.

ZGŁOSZENIE EMAILOWE dokonywane są na stronie www.pttk-jg.pl poprzez aktywny link: Wycieczka JBO, gdzie jest podany nr wycieczki i data wycieczki. Wypełniając aktywną ankietę trzeba obowiązkowo podać swoje dane osobowe i kontaktowe (m.in. do ubezpieczenia): adres emailowy, nazwisko, imię, kod pocztowy, miejscowość zameldowania (tylko Jelenia Góra), ulica i nr domu oraz mieszkania, nr pesel, nr telefonu kontaktowego. Niezwłocznie po zapisaniu się trzeba przelać na adres: pttk@pttk-jg.pl skan (lub zdjęcie) dokumentu potwierdzającego zamieszkanie w Jeleniej Górze (np. prawo jazdy, dowód rejestracyjny pojazdu, faktura za opłatę mediów, formularz PIT, Jeleniogórska Karta Mieszkańca, itp.). Po zwrotnym, emailowym potwierdzeniu przez PTTK zapisu na listę uczestników, należy w ciągu 48 godzin dokonać wpłaty wpisowego na konto Oddziału PTTK „Sudety Zachodnie” nr 61 1090 1926 0000 0005 1400 0193 z dopiskiem: imię i nazwisko oraz data wycieczki lub w biurze - tylko gotówką. Limit zapisów emailowych: 21.

ZGŁOSZENIE OSOBISTE w biurze Oddziału PTTK „Sudety Zachodnie” Jelenia Góra, ul. 1 Maja 86. Przy zgłoszeniu należy okazać dokument stwierdzający zamieszkanie w Jeleniej Górze (np. prawo jazdy, dowód rejestracyjny pojazdu, faktura za opłatę mediów, formularz PIT, Jeleniogórska Karta Mieszkańca, itp.) oraz dokonać opłaty wpisowego – wyłącznie gotówką. Limit zapisów osobistych: 2
Jedna osoba może zapisać tylko siebie, za wyjątkiem małżeństwa i rodzeństwa.



Uczestnicy wycieczki 7 października zobaczą między innymi Krzeszów.

miejskim głosowaniu wybierane są te, które zdaniem mieszkańców zasługują na pieniądze od miasta. W ten sposób pieniądze na wycieczki dla osób z grupy wiekowej + 60 otrzymało PTTK.

Ta pomoc z miasta Jeleniej Góry niesie jednak ze sobą pewne ograniczenie – uczestnikami wycieczek mogą być tylko jej mieszkańcy. Czy tylko seniorzy? W zasadach akcji jest użyte określenie „z reguły”, co oznacza, że jeśli będą wolne miejsca na daną wycieczkę, ktoś młodszy być może też będzie mógł wziąć udział. Najlepiej pytać organizatora.

Leszek Kosiorowski

REHABILITACJA pod dachem

Starostwo Powiatowe w Wałczu uzyskało dofinansowanie na wykonanie zadania boiska wielofunkcyjnego, które działa od lat przy Powiatowym Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego, a służy m.in. do rehabilitacji ruchowej i sensorycznej.

To bardzo dobre wiadomości dla uczniów oraz wszystkich osób z niepełnosprawnościami z tego terenu, ponieważ niesprzyjająca pogoda nie przeszkodzi im już w zajęciach sportowych.

Wsparcie na modernizację obiektu pochodzi ze środków PFRON, które powiatowi wałęckiemu przekazał Zachodniopomorski Urząd Marszałkowski. Na początku lipca umowę o dofinansowanie tej inwestycji podpisali w Szczecinie marszałek województwa Olgierd Geblewicz (na zdj. – drugi od lewej) oraz starosta wałęcki Bogdan Wankiewicz.

Dofinansowanie z PFRON-u przeznaczone zostanie na pokrycie kosztów realizacji konstrukcji stalowej zadania boiska wraz z robotami niezbędnymi do jego wykonania. Zmiany z pewnością cieszą zarówno uczniów pobliskiej placówki, jak i inne osoby z niepełnosprawnościami, które też z niego będą korzystać.

– Boisko służy wielu osobom, w tym także osobom z niepełnosprawnościami do aktywności sportowej oraz do rehabilitacji. Dzięki zadaniu będzie możliwość regularnego korzystania z infrastruktury, także wówczas, gdy nie ma odpowiednich warunków atmosferycznych. Cieszę się,



że z wykorzystaniem funduszy PFRON-u możemy jako samorząd województwa włączyć się w ten projekt – powiedział Olgierd Geblewicz.

Właśnie dzięki temu zadaniu boisko stanie się całorocznym obiektem sportowo-rekreacyjnym, przeznaczonym na potrzeby rehabilitacji społecznej i fizycznej, skorzystają z niego głównie osoby z niepełnosprawnościami z terenu powiatu wałęckiego. Z boiska korzystać będą uczniowie i pracownicy z niepełnosprawnością z PCKZiU w Wałczu, uczniowie I LO w Wałczu, pracownicy Powiatowego Zakładu Aktywności Zawodowej w Wałczu oraz uczestnicy Warsztatu Terapii Zawodowej w Wałczu. Po wprowadzeniu tych zmian nowoczesna już infrastruktura posłuży do rehabilitacji ruchowej poprawiającej motorykę i kondycję, do rehabilitacji sensorycznej stawiającej na ćwiczenia równowagi, do treningów sportowych np. z koszykówki na wózkach czy do terapii zajęciowej dostosowanej do potrzeb poszczególnych osób.

– Jestem bardzo uważnym obserwatorem tego, co się dzieje w stosunku do osób z niepełnosprawnością i osób potrzebujących pomocy. W Urzędzie Marszałkowskim cały sztab ludzi zajmuje się tymi sprawami. To bardzo dobry zespół, który świetnie widzi problemy potrzebujących. Cieszę się, że nasz powiat może z tego skorzystać, że możemy realizować zadania, które są ważne dla tych ludzi. Przestrzeń jest jeszcze duża i na pewno gdy będą takie możliwości, będziemy korzystać z każdego wsparcia – podsumował Bogdan Wankiewicz.

Własny koszt robót budowlanych powiat wałęcki oszacował na 3,3 mln zł. Zachodniopomorski Urząd Marszałkowski z puli PFRON dołoży do inwestycji blisko 1,5 mln zł. Wsparcie na modernizację obiektu starostwo w Wałczu pozyskało także z Ministerstwa Sportu i Turystyki. Wszystkie prace na boisku mają się zakończyć przed rozpoczęciem nowego roku szkolnego.

Jolanta Wiatr

Fot. Urząd Marszałkowski Województwa Zachodniopomorskiego

W PrzyszańMy pomagą

Osoby, które znalazły się w trudnej sytuacji życiowej na terenie powiatu cieszyńskiego mogą liczyć na bezpłatną pomoc Stowarzyszenia „PrzyszańMy” z Cieszyna.



Stowarzyszenie „PrzyszańMy” działa od 2023 roku, głównie w zakresie: pomocy społecznej, w tym wsparcia rodzin i osób w trudnej sytuacji życiowej oraz wyrównywania ich szans, udzielania bezpłatnej pomocy prawnej oraz zwiększania świadomości prawnej społeczeństwa, ochrony i promocji zdrowia. Zgodnie ze swoim Statutem Stowarzyszenie realizuje swoje zadania, wspierając najbardziej potrzebujących, jednocześnie promując wartości związane z empatią, solidarnością i wzajemnym wsparciem.

Zespół realizujący zadania składa się z wysoko wykwalifikowanych specjalistów współpracujących na stałe z cieszyńskim Stowarzyszeniem. W skład kadry wchodzi m.in.: psychologowie, terapeuci, prawnicy, pracownicy socjalni, pedagodzy oraz socjolodzy. Wszyscy członkowie zespołu posiadają odpowiednie kwalifikacje kierunkowe, wieloletnie doświadczenie w pracy interwencyjnej oraz regularnie podnoszą swoje kompetencje poprzez szkolenia i superwizję.

Jak informuje Mariola Brzukała, prezes stowarzyszenia – w czasie funkcjonowania nawiązało owocną współpracę z instytucjami i ośrodkami pomocy społecznej. W grudniu 2024 roku „PrzyszańMy” podpisało porozumienie z Akademią WSB, Oddział w Cieszynie. Celem współpracy jest rozwój obu organizacji i promocja wysokich standardów w zakresie profilaktyki nieprawidłowości społecznych. Model partnerstwa i wspólnych działań na rzecz mieszkańców zamierzamy rozwijać również w przyszłych latach.

W tym roku Stowarzyszenie „PrzyszańMy” prowadzi:

– **Powiatowy Dom dla Matek z Małoletnimi Dziećmi i Kobiet w Cięży w Pogórze ul. Zamek 132.** Placówka działa w trybie interwencyjnym całodobowo, co gwarantuje możliwość przyjęcia osób o każdej porze. W Domu, w każdy czwartek o godz. 15.45 odbywają się spotkania grupy wsparcia dla dorosłych osób. Grupa ma charakter otwarty, z tej formy wsparcia mogą korzystać okoliczni mieszkańcy. Liczba uczestników jest ograniczona do 10 osób z uwagi na jakość pracy grupy. Informacje dodatkowe można uzyskać pod nr 33 487 67 77.

– **Punkt Interwencji Kryzysowej w Cieszynie przy ul. Bobreckiej 25,** który świadczy specjalistyczne poradnictwo, w szczególności psychologiczne i prawne, dla osób i rodzin w kryzysie lub w stanie przedkryzysowym. Pomoc dedykowana jest osobom w sytuacjach: nagła utrata bliskich, samobójstwo, kryzysy w związkach, doświadczenie przemocy (napad, gwałt), wypadki komunikacyjne, katastrofy, pożary, utrata osobista, poważna choroba, kryzysy związane z rozwojem osobistym. Pomoc świadczona jest poprzez: kontakt telefoniczny, spotkania w Punkcie Interwencji Kryzysowej, interwencje wyjazdowe. Dodatkowe informacje można uzyskać pod nr. 33 500 06 07.

– **W II półroczu 2025 realizujemy:** program psychologiczno-terapeutyczny w formie indywidualnej oraz grupowej, od czerwca 2025 r. Obsługa administracyjna programu jest realizowana przez PCPR w Cieszynie. Następne działanie to projekt „Rodzice mają MOC” i jest kierowany do rodziców powiatu cieszyńskiego. Jest to program spotkań dla każdego, kto szuka

sposobu na nawiązanie głębszych i cieplejszych relacji z własnymi dziećmi. Jego głównym celem jest wspieranie rodziców w radzeniu sobie w codziennych kontaktach z dziećmi w każdym wieku. Nauka umiejętności lepszego porozumiewania się, refleksja nad własną postawą wychowawczą, wymiana doświadczeń, dialogu i kształtowanie więzi opartych na wzajemnym szacunku. Program opiera się na teorii systemowego ujęcia rodziny i podstawach psychologii komunikacji interpersonalnej. Kolejny projekt „Bliżej Siebie” to szerokie wsparcie zarówno psychologiczne jak i interwencyjne. Znaczenie wsparcia psychologicznego jest ogromne w kontekście radzenia sobie z trudnościami życiowymi. Korzystanie z pomocy nie oznacza słabości, ale mówi o odwadze i gotowości do skonfrontowania się z własnym życiem w sposób świadomy i efektywny. Wszystkie działania w ramach PIK-u prowadzimy nieodpłatnie – dodaje Mariola Brzukała.

Docelowo w planach Stowarzyszenia „PrzyszańMy” jest utworzenie Centrum Wsparcia Rodziny, które obejmowałoby: szkoły dla rodziców, grupy wsparcia dla dzieci i dorosłych, poradnictwo rodzinne oraz Centrum mediacji i spotkań pod nadzorem, które rusza w Cieszynie niebawem.

Działalność Stowarzyszenia „PrzyszańMy” to nie tylko interwencje, ale również przestrzeń do budowania zintegrowanego, interdyscyplinarnego modelu pracy, obejmującego działaniem całe rodziny w aspekcie pomocy i profilaktyki.

Andrzej Koenig, ociemniały

Fot. Pixabay

Rośliny miododajne

Rośliny miododajne zwane są inaczej roślinami pszczelarskimi. To rośliny barwne i wonne, które kwitną długo i obficie. Jedne z nich dostarczają pszczołom surowca do produkcji miodu – nektaru i te nazywane są roślinami nektarodajnymi. Zaś drugie to rośliny spadziodajne, na których liściach i pędach wytwarzany jest inny surowiec, zwany spadzią.

Istnieje też grupa roślin nie zaliczana ani do miododajnych, ani do nektarodajnych, ale też mówi się o nich jako o roślinach pszczelarskich, a są nimi rośliny pyłkodajne. Pyłek kwiatowy pozyskiwany przez pszczoły z tych roślin jest dla nich składnikiem pokarmowym.

Do najpopularniejszych roślin miododajnych należą lipa, malina, róża, dzika mięta, mniszek lekarski, tymianek, nagietek, ale też biała koniczyna. Na rabatach naszych przydomowych ogródków sprawdzą się także lawenda, kocimiętka, szalwia, floksy, czy cząber i oregano. Natomiast na polach sprawdzą się facelia błękitna i nawłóć,

„Do (...) roślin miododajnych należą lipa, malina, róża, dzika mięta, mniszek lekarski, tymianek, nagietek, (...) biała koniczyna”

a także chaber bławatek, który pola i ogrody zdobi od czerwca do września.

Dlaczego te rośliny wybrałam na bohaterów dzisiejszego wpisu? Bowiem sadzenie roślin miododajnych wspiera pszczoły i inne owady zapylające w ich rozwoju, a tym samym przyczyniamy się do lepszego ekosystemu i różnorodności biologicznej naszej pięknej planety Ziemi. Zaś w materii daje obfitsze plony. Pszczoły, motyle i inne owady zapylające mogą, dzięki temu, że rośliny miododajne zapewniają im pokarm, po prostu przetrwać. Zwłaszcza w obliczu zmian naszego klimatu i utraty naturalnych siedlisk, chociażby z powodu ekspansywnej działalności człowieka – wycinki lasów w celu pozyskania surowca drzewnego lub terenów pod pola uprawne. Rośliny te przyczyniają się również do zwiększenia bioróżnorodności w naszych ogrodach. One z jednej strony przyciągają owady zapylające, a z drugiej pożyteczne owady, jak np. drapieżne biedronki, które niwelują szkodniki. Dodatkowo wzbogacają ogród swoimi kolorami, jak i zapachami, dając cudowną przestrzeń do wypoczynku i relaksu.

Sadzenie takich roślin zalicza się do działań proekologicznych, którymi człowiek niszczący z jednej strony planetę, przyczynia się do zachowania zdrowia pszczół i owadów zapylających.

Wszyscy już wiemy, że wieletnia ekspansja człowieka nie

pozostaje bez wpływu na środowisko naturalne naszej planety. Pszczoły od lat masowo giną, a te niepozorne z wyglądu owady są przecież odpowiedzialne za 70 procent zapyleń, a dzięki temu kwiaty mogą zamienić się w owoce lub warzywa.

Dlatego też powinniśmy zrobić jak najwięcej dla tych naszych małych przyjaciół, a więc sadzić, gdzie tylko możemy rośliny miododajne, które mogą dodatkowo stać się przepięk-

„Pszczoły od lat masowo giną, a te niepozorne (...) owady są odpowiedzialne za 70% zapyleń.”

ną ozdobą w ogrodach. Dają im możliwość zebrania pułku, nektaru i spadzi. Te surowce pszczoły przerabiają na miód, który z kolei służy im do wykarmienia potomstwa i pozwala przeżyć zimą.

Patrząc na nasze ogrody dla tych co nie mają czasu na zajmowanie się roślinami, a chcą wspomóc działania proekologiczne, mogą posadzić miododajne krzewy i drzewa.

Jedni też lubią ład i porządek w ogrodzie, a inni lubią iść na tzw. żywioł i cenią sobie artystyczny nieład. Dla tych osób sprawdzi się ogród na wpół dziki, gdzie zamiast przystryżonego trawnika będzie rozpoście-

rać się kwiecista łąka, która aż do późnego lata będzie cieszyć oczy kaskadą barw. Gorąco polecam, bowiem sama jestem wielbicielek i zwolenniczką takich właśnie ogrodów :)

Kiedy wybieramy rośliny miododajne do swoich ogrodów, czy też na nasze balkony, zwróćmy Drodzy Czytelnicy, uwagę na ich okres kwitnienia. Jedne kwitną już wczesną wiosną, inne w lecie, a jeszcze inne wczesną jesienią. Dlatego też jeżeli chcemy wspomóc pszczoły to wybierzmy rośliny tak, aby owady te miały materiał do produkcji miodu przez cały okres wiosny, lata i jesieni.

Rośliny miododajne pomagają także w utrzymaniu struktury gleby oraz zapobiegają erozji, a jest to kluczowe jeśli chodzi o zdrowie całego ekosystemu. Zaś dzięki procesom fotosyntezy poprawiają one jakość powietrza.

„(...) jeżeli chcemy wspomóc pszczoły to wybierzmy rośliny tak, aby owady miały materiał do produkcji miodu przez cały okres wiosny, lata i jesieni.”

Warto też wspomnieć o wpływie tych roślin na zdrowie człowieka, bowiem miód, który jest produkowany przez pszczoły z nektaru tych roślin, czy ze spadzi na ich listkach lub łodyżkach, ma liczne właściwości prozdrowotne. Miód jakkolwiek wykazuje działanie przeciwbakteryjne, wzmacnia organizm oraz poprawia ogólną kondycję organizmu – o właściwościach miodów



i ich rodzajach napiszę wkrótce.

Na koniec warto też zaznaczyć, że zmniejszająca się bioróżnorodność roślin miododajnych ma wpływ na całe ekosystemy. Jednolite uprawy w rolnictwie, urbanizacja, czy zmiany klimatu, to wszystko powoduje, że naprawdę wiele gatunków roślin znika z naszych terenów. Często niestety nieodwracalnie.

Dlatego też tak ważne są działania na rzecz ochrony i po-

prawy naturalnych siedlisk roślin miododajnych.

Pamiętajmy, że wspieranie roślin miododajnych to nie tylko dbałość o naturę, ale także o przyszłość naszej planety Ziemi.

Warto więc te rośliny włączyć do swoich ogrodów, zaprosić na swoje balkony, ale także do parków i przestrzeni publicznych.

**Małgorzata Mazurek
bajkopisarka FLORA**

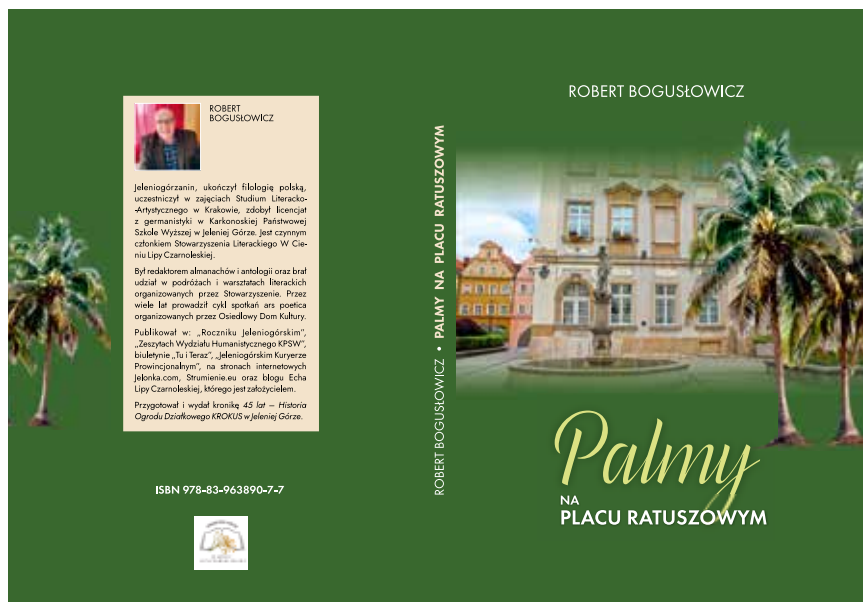
Fot. Freepik.com

PAMIĘĆ i WYOBRAŹNIA

Roberta Bogusłowicza

Należałoby życzyć, by w każdym mieście i w każdej gminie żył i działał taki autor, który w swojej pojemnej pamięci zachowuje taką wiedzę o środowisku, które reprezentuje. Takim autorem jest **ROBERT BOGUSŁOWICZ**, jeleniogórski społecznik.

Znam Go od trzydziestu lat, więc cokolwiek napiszę, wynika z mojej znajomości Roberta, a także z obserwacji jego działania. Jest filologiem po polonistyce i germanistyce z licencjatem, a także absolwentem krakowskiego, dwuletniego studium prozy. Byłam świadkiem, jak wielokrotnie odrzucał propozycje, by został prezesem najpierw tutejszej grupy literackiej, a potem liderem ogrodu działkowego, któremu w końcu prezesował, choć to niewdzięczna rola skupiać pretensje, konflikty i rozmaite napięcia użytkowników działek. Ktokolwiek miał przyjemność gospodarować na prawie swoim kawałku ziemi, to wie, jak rozmaite mogą być źródła napięć. Drzewa owocowe mogą być posadzone za blisko granicy zagonów sąsiada, niewykoszone lub niewyplewione chwasty wysiewają się na całą okolicę, woda ma zbyt niskie ciśnienie, a sarny i dziki potrafią sforsować ogrodzenie. Oczywiście to nie jedyne źródła konfliktów, a społecznie działający Zarząd obciążany jest odpowiedzialnością za wszystko, co się dzieje.



Na szczęście wspomniana grupa literacka skupia osoby zupełnie niekonfliktowe, ale i tutaj trudno działać bez społeczników, toteż Robert Bogusłowicz albo wpisuje cudze teksty na swoim komputerze, albo wykonuje ich wstępną lub ostateczną korektę, wcześniej adiustując wiersz lub opowiadanie. Nic dziwnego, że dopiero po kilkuletnim pobycie za granicą wykroił czas na przygotowanie najpierw reportażowej książki na okragłą rocznicę działalności „Krokusa”, a teraz na wydanie swojej prozy, na którą składa się zbiór opowiadań.

Prawdę mówiąc każde z nich kwalifikuje się na powieść, ale czeka ona w zapisie komputerowym na swoją kolej. Jej tematyka też sięga do karkonoskich i jeleniogórskich źródeł. Jak wskazuje tytuł tej już wydanej pozycji, jej treść osadza się na realiach tego miasta, które autor zna od

urodzenia. Zna nie tylko jego starówkę z czasów, kiedy trwały przedwojenne kamieniczki, a w jednej z nich mieszkali Jego Babcia i Dziadek, a sąsiedzi z tego okresu to kombatan ci lub repatrianci z różnych regionów. Tym sposobem przyszły filolog poznał wojenne i powojenne losy kraju i narodu.

Ten kontakt z ludźmi różnych środowisk dostarczył autorowi wielu wątków. One wzbogaciły się, kiedy zamieszkał w nowej dzielnicy, a te bloki obfitowały dodatkowo w inne napięcia i konflikty. Kolejne opowiadania zbioru „Palmy na Placu Ratuszowym” to zarówno powojenne sytuacje miasta, przechowane w pamięci Autora, ale też owoce Jego wyobraźni. Czytelnik obserwuje ludzi, ulice, pojazdy z przyszłości. Prezydent miasta, pragnąc wygrać następne wybory, sadzi na placu ratuszowym

palmy i sprowadza małpy i papugi, którymi kieruje sztuczna inteligencja, a zachwycone dzieci nie rozróżniają, co jest tworem nowych czasów, a czego nie pamiętają nawet wcześniejsze pokolenia. To wszystko jest jeszcze niemożliwe, ale może zaistnieć w nieprzewidywalnej rzeczywistości, którą może przywołać wyobraźnia absolwenta studium prozy.

Na tym moja fascynacja książką Roberta Bogusłowicza wcale się nie wyczerpuje, bo proza cofa się do wątków, które znamy z nauki szkolnej, na przykład ze starożytności czy mitologii.

Na przykład nienasycony seksualnie Apollo, przeklęty przez wieszczka, musi pokutować przez wieki przy posągu Wenus z Milo, aż zdejmą z niego klątwę, co pozwala mu cieszyć

się erotyką niezależnie od czasów, w jakich przebywa.

Sprawność wyobraźni Autora pozwala wzbogacać tematykę opowiadań prawie w sposób nieograniczony, co czytelnikowi, jakby powiedzieli moi wnukowie, sprawia niesamowitą frajdę. Zainteresowanych „Palmami na Placu Ratuszowym” zachęcam, by pożyczili tę pozycję w Książnicy Karkonoskiej. Autor jest redaktorem strony internetowej Stowarzyszenia Literackiego W Cieniu Lipy Czarnoleskiej, gdzie prezentowane są zarówno powieści, jak i inne wartościowe wydawnictwa. Na stronach „Echa Lipy Czarnoleskiej” można odnaleźć zapowiedzi oraz inne informacje z dziedziny nie tylko jeleniogórskiej kultury.

Maria Suchecka

Fot. Archiwum autorki

ROBERT
BOGUSŁOWICZ

Palmy na Placu Ratuszowym

Wydawca:
Stowarzyszenie Literackie
W Cieniu Lipy Czarnoleskiej



Druk i oprawa:
Wydawnictwo AD REM
Jelenia Góra 2025

SŁUCHAJ NAS NA:

www.radiokson.pl



tel.: 75 64 512 42

e-mail: radio@kson.pl

facebook.com/radiokson



RADIO
PEŁNE
PASJI

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

Marek i Arek w jednym środowiskowym domu

Marek Kołodziej i Arkadiusz Maciejewski od wielu lat są podopiecznymi Środowiskowego Domu Samopomocy w Gorzowie Wielkopolskim. Oprócz tego, że czynnie uczestniczą w życiu placówki włączając się do prac poszczególnych pracowni, obaj mają szersze zainteresowania.

Marek jest poetą. Wiersze pisze z okazji i bez. Swoją poezję lubi dedykować różnym osobom. Uczestniczył w spotkaniach autorskich. Jego wiersze zostały opublikowane w kilku zbiorach poezji.

Przez wiele lat pracował w mleczarni a także w szpitalu. Jednak plany życiowe przerwała choroba. Jego pasją jest literatura o różnej tematyce, lubi spacerować po mieście, podczas których często układa wiersze. Swoją poezję zna na pamięć. Pisze o lu-



Marek Kołodziej

dziach, przyrodzie, tradycjach i o wszystkim co mu w duszy gra.

Jeden z ostatnich wierszy Marek poświęcił papieżowi Leonowi XIV.

Leon XIV

*Wybór papieża się dokonał
W Rzymie słysząc już okrzyki
Cały świat wita Leona
I to rodem z Ameryki*

*Jego pierwsze pozdrowienie
Siostry bracia – Pokój z Wami*





*Chrystusowe odkupienie
Niech króluje między nami*

*Leon to papież... spokojny
A z ust jego prośba płynie
Czas powstrzymać „boga” wojny
W umęczonej Ukrainie*

*Duch jedności z tego słynie
To prostota i wyzwanie
Witaj drugi Augustynie
Z Tobą wszyscy chrześcijanie*

*Nigdy więcej w świecie wojen
To za Janem Pawłem Drugim
Leon odparł ze spokojem
Przybierając postać sługi*

*Franek głosił – Miłość, wiara
I nadzieja dziś dla świata
Leon też się będzie starał
I w tym duchu ludzi bratał*

*Nie wiem czy to Wam pasuje
Leon Kościół poprowadzi
Dzieło Franka kontynuuje
A problemom dziś zaradzi*

*By pokrzepić kościół „stary”
Świeży oddech Leon wnosi
I do głębszej skłania wiary
Duch Maryi o to prosi*

Arkadiusz Maciejewski dobrze czuje się w pracowni gospodarczej i kulinarnej, Najchętniej wykonuje prace gospodarcze związane z porządkowaniem pomieszczeń a także zajęcia

w ogródku, który od niedawna jest organizowany przy placówce.

Obok spraw przyziemnych Arkadiusz lubi oddawać się pasji, którą jest kolekcjonowanie zegarków. Lubi zajęcia komputerowe, podczas których najchętniej w Internecie przegląda strony, na których właśnie zegarki są prezentowane. W swojej kolekcji posiada kilkadziesiąt zegarków na rękę. Są tam zegarki na baterię ale także starsze modele mechaniczne, czyli takie, które trzeba ręcznie nakręcać.

Swoje okazy nabywa na rynku, w lombardach i sklepach. Zbiór przechowuje w swojej szafce w ośrodku ŚDS, codziennie je przegląda i liczy. Lubi o nich opowiadać i je pokazywać. Dumny jest z tej kolekcji.



Arkadiusz Maciejewski

Obaj panowie lubią typowe męskie zajęcia, wiele satysfakcji dają im prace ogrodnicze, choć także nie stronią od zajęć kulinarnych.

Najnowszym wyzwaniem dla wszystkich podopiecznych ŚDS przy ul. Armii Polskiej, którym kieruje Anna Wiedrowicz jest ogródek.

Z podwórka przylegającego do zabudowań placówki wy-



burzono stare szopy i komórki. Dzięki temu pozyskano dodatkową powierzchnię, w związku z czym pojawiła się możliwość zagospodarowania i urządzenia zielonego zakątka.

Teren ogrodzony został niewysokim drewnianym płotkiem, posadzone zostały krzewy i kwiaty, ustawiono wiklinowe taborety i stoły. Z takiego dobrodziejstwa cieszą się podopieczni ŚDS a także sąsiedzi z pobliskich kamienic są zadowoleni z widoku, bo miejsce staje się coraz bardziej ukwiecone i zadbane. Przy tych pracach przygotowawczych i pielęgnacyjnych czynnie uczestniczą Marek Kołodziej i Arek Maciejewski.

Wanda Milewska

Fot. Archiwum autorki

GORZOWSKA POETKA we wspomnieniach „Lipian”

W pięknym, jeleniogórskim Zameczku – siedzibie ODK – 18 czerwca 2025 roku, nie tylko członkowie Stowarzyszenia Literackiego w Cieniu Lipy Czarnoleskiej, wspominali życie i twórczość gorzowskiej poetki TERESY SOSNOWSKIEJ – naszej członkini na ostatnim przedwakacyjnym spotkaniu z cyklu *ars poetica*. W spotkaniu uczestniczyli też goście spoza Jeleniej Góry – z Gorzowa i Lipy.

Na rozpoczęcie Robert Bogusłowicz, prowadzący spotkanie, odczytał słowo wstępu nieobecnej na spotkaniu prezes stowarzyszenia Danuty Mysiek „Po śmierci poety” to fraza, która może odnosić się do różnych aspektów związanych z odejściem artysty tworzącego wiersze i jego wpływem na świat.

Śp. Teresa długo trzymała swoją poezję w szufladach. Nie dane Jej było wcześniej uwierzyć w potencjał, jaki posiadała. Skromna, nie publikowała swojej poezji, w czasie kiedy ją tworzyła, szczęśliwa, że przed odejściem zamknęła w klamry radości swoje marzenia. Jej twórczość wyszła na zewnątrz, to wersy skłaniające czytelnika do refleksji nad życiem, przemijaniem i sensem istnienia. Jej poezja skromna w ilości, a zarazem bogata we wzruszenia, inspirację, a także prowokację do myślenia. Ta spuścizna czyni Teresę na kartach zapisanej książki wiecznie żywą.

„Potencjalnie znaczenie poezji Teresy może ewoluować w zależności od zmieniających się kontekstów historycznych

i kulturowych. Śmierć poety może być impulsem do rozważań nad własnym życiem, jego kruchością i ulotnością. Mnie osobiście poezja śp. Teresy skłoniła do takich rozważań” – podkreśliła na końcu wstępu Danuta.

W swojej debiutanckiej książce autorka we wstępie napisała „To jest mój debiut, ale podzielę się z Tobą Czytelniku do tej pory utrzymaną w szufladzie tajemnicą – poezją, którą tworzyłam całą sobą – sercem i duszą”.

Następnie swój list do mamy odczytał syn Ireneusz Sosnowski – gorzowianin. Rozpoczął:

– „Niespełna miesiąc jak obchodziliśmy w Polsce Dzień Matki. A ja tego dnia nie mogłem jak inni przytulić cię Mamo, nie mogłem podziękować, za to, że jesteś, że tak wiele mi ofiarowałaś – miłość bezwarunkową matki. Brakuje mi Ciebie Mamo.

To pierwsze takie Święto od Twojego odejścia. Nie Święta Bożego Narodzenia ani Wielkiej Nocy. To Dzień Matki pełen wspomnień, refleksji — nostalgii...”

Bożena Keller zaprezentowała poniżej przywołany wiersz Danuty Mysiek.

Im memoriam Teresy

*Gdy widzę życie to i śmierć
Los dopełnia się gdzieś wśród
znaczonych w chmurach
dróg
Długo w szeregu lat ważyłam
wszystko
Wreszcie dojrzał poryw
marzeń
O drodze w kłębowisku chmur
Do życia bez bólu
I realizacji nadszedł czas
Spełniłam wszelakie swe
zadania
Z szuflady zakurzone obrazy
słowem malowane zdobią
książkę
Czytelnik potencjalnie
odnajdzie na kartach
częstkę siebie.
Wachlarz emocji
I odczuć barwami od szarości
do zieleni niosącej nadzieję
Czerwienią symbolizującą
miłość kończy mój akt...*

Następnie Krystyna Stefańska powspominała zmarłą. A wiersze Teresy Sosnowskiej z tomiku „We wspomnieniach okruchy życia” przeczytała

Maryla Pastor, a Urszula Jonkisz autorka scenografii zaprezentowała autorski wiersz stworzony na tę okoliczność.

W międzyczasie oglądano prezentację wizualną z życia i twórczości śp. Teresy przygotowaną przez Danutę Mysiek.

Nasze Stowarzyszenie nieestety się kurczy, w ostatnich latach wielu opuściło ziemski padół, to sekwencja starzejącego się społeczeństwa i chorób. Pozostawili po sobie na kartach autorskich książek, w almanach spisane bogate doświadczenia życiowe i zawodowe, które warto wnikliwie zgłębić, ku optymalnym refleksjom.

Ze smutkiem przyjęliśmy wiadomość, że w dniu 27 czerwca w wieku 90 lat odeszła od nas Alfreda Dziedzic. Z pochodzenia kresowianka, z zawodu nauczycielka. W jeleniogórskim Liceum Ogólnokształcącym im. Stefana Żeromskiego śp. Alfreda przepracowała 30 lat, równocześnie świadczyła pracę w innych szkołach, w tym na Wydziale Zamiejscowym

polonistyki Uniwersytetu Wrocławskiego. Alfreda była aktywnym członkiem stowarzyszenia. Po raz ostatni radośnie uczestniczyła w wielkanocnym spotkaniu w 2024 roku w Podgórzynie i taka pozostanie w naszej pamięci.

Jako ciekawostkę powiem, że Honorowym gościem tego wielkanocnego spotkania była 102-letnia jubilatka, polska aktorka teatralna, sporadycznie reżyserka teatralna już śp. Maria Bakka-Gierszanin, Zaskoczeniem dla obecnych wówczas była recytacja Marii Bakki-Gierszanin jakże długich kwestii literatury z pamięci.

Poniżej wymienieni członkowie Stowarzyszenia opuścili ziemską niwę w ostatnich latach:

Anna Boruta Lechowicz
Krystyna Brzezińska
Hubert Horbowski
Halina Paś
Barbara Anna Pawłowicz
Izabella Rochnowska
Wiesława Zielińska-Siemaszkó.



STOWARZYSZENIE LITERACKIE W CIENIU LIPY CZARNOLESKIEJ

Mamy bogatą spuściznę wydawniczą, którą chętnie prześlemy w ręce młodszych pokoleń, by oni kontynuowali misję kulturotwórczą.

Zapraszamy do kontaktu z nami wszystkie osoby chętne przystąpić do Stowarzyszenia i te, które w szufladach trzymają swoją twórczość, miejsce zamieszkania nie ma znaczenia w dobie Internetu. Zgłoszenia prosimy przysyłać na adres:

danmmy@onet.eu

Danuta Mysiek
Fot. Archiwum autorki

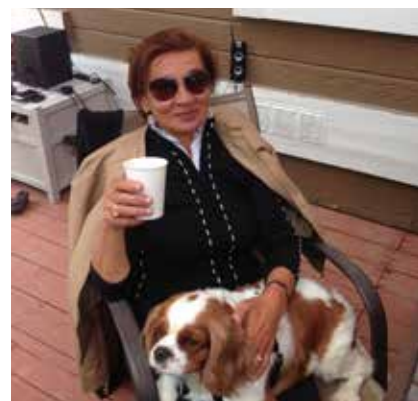
Życie jest niczym sen, który przemija zanim zdążymy się obudzić.



Hubert Horbowski



Teresa Sosnowska



Alfreda Dziedzic

WENUS Z KOŁOBRZEGU

piękność z epoki neolitu



Niewielkich rozmiarów kamienna figurka ma ponad 6 tysięcy lat. Można nazwać ją odkryciem stulecia, które wzbudziło ogromne zainteresowanie nie tylko w Polsce, ale i na całym świecie m.in. w: Anglii, Niemczech, Francji, Hiszpanii, we Włoszech, Grecji, Portugalii, a nawet w Chinach.

W grudniu 2022 roku w Podczelu – dzielnicy Kołobrzegu – odkryto nietypową kamienną figurkę, trafiła ona w ręce jednego z członków Grupy Eksploracyjno-Poszukiwawczej „Parsęta”, działającej przy Towarzystwie Przyjaciół Muzeum Oręza Polskiego w Kołobrzegu. Na początku 2023 roku figurkę pokazano archeologowi, który potwierdził wyjątkowość znaleziska. O odnalezieniu kamiennej figurki zostały powiadomione służby konserwatorskie oraz Muzeum Oręza Polskiego w Kołobrzegu.

Następnie eksponat trafił w ręce zespołu naukowców, którzy podjęli się jego przebadania.

Ustalono też, że docelowo zabytek trafi do Muzeum Oręza Polskiego w Kołobrzegu i obecnie w Muzeum Miasta Kołobrzeg (oddział MOP) wprowadza się zmiany wystawy stałej, aby lepiej zaprezentować na niej zabytki związane z pradziejami ziemi kołobrzesckiej. Wenus z Kołobrzegu – bo tak zostało nazwane odkrycie – będzie jednym z najstarszych zabytków na ekspozycji, a jednocześnie wyjątkowym w skali Europy Środkowo-Wschodniej znaleziskiem z obszaru Pomorza Zachodniego.

Ta niewielkich rozmiarów kamienna figurka pochodzi prawdopodobnie z okresu neolitu

i ma ponad 6000 lat. Może być dziełem pierwszych rolników, którzy osiedlali się na żyznych ziemiach Pomorza Zachodniego, w tym przypadku w okolicach rzeki Parsęty. Na obecnym etapie badań nie można wykluczyć jednak jej jeszcze starszego datowania.

Kamienna figurka przedstawia stylizowaną postać kobiety, wykonaną z wapienia o beżowej barwie, z widocznymi fragmentami muszli małżów, ślimaków oraz rurek wieloszczetów (serpul). Ma około 12 cm wysokości i została wykonana w sposób uproszczony, z naciskiem na ukazanie cech płciowych.

Sylwetka jest dość masywna, o zniekształconych proporcjach. Kończyny górne są jedynie zarysowane, dolne – nieco rozstawione, lecz opracowane niezbyt szczegółowo. Twarz pozbawiona jest rysów – brak oczu, nosa, ust i uszu. Piersi zostały zakryte przez ugięte w łokciach ręce. Jednocześnie głowa oraz górna część tułowia są nieproporcjonalnie duże w stosunku do krótkich nóg.

Na tylnej części widoczne są ślady formowania w okolicy nóg, prawdopodobnie powstałe w wyniku uderzania twardym narzędziem. Tył postaci jest stosunkowo płaski, co może świadczyć

o tym, że figurka była ustawiana pionowo lub przymocowywana do jakiegoś podłoża.

Neolityczne figurki Wenus wykonywano z gliny, znacznie rzadziej z surowca kamiennego, takiego jak piaskowiec, marmur czy wapień. Tradycyjnie uważa się je za symboliczne przedstawienie kobiecości i płodności. Mogły być one używane w rytuałach lub ceremoniach, mających na celu celebrowanie płodności, zapewnienie przetrwania i dobrobytu lokalnej społeczności. Stylizowana forma kołobrzesckiej Wenus zdradza wysoki kunszt artystyczny i pomimo prostoty formy wyróżnia się wyjątkowymi walorami estetycznymi.

– Początkowo, planowaliśmy pokazać ją w Muzeum Miasta Kołobrzeg. Jednak sława figurki zaskoczyła nas samych. Zapadła decyzja o stworzeniu wystawy czasowej, aby zarówno kołobrzeczanie, jak i licznie odwiedzający nas turyści mogli zobaczyć ten wyjątkowy eksponat – informują władze muzeum.

Wystawa została już zorganizowana w osobnym, ciemnym pomieszczeniu, do którego mogą wchodzić jedynie niewielkie grupy zwiedzających.

Jolanta Wiatr

Fot. Muzeum Oręza Polskiego /
Radosław Horanin

Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych
serdecznie zaprasza do korzystania z usług

CENTRUM INFORMACJI I WSPARCIA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

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

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

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

tel. 75 752 42 54

NAPISZ DO NAS! **biuro@kson.pl**

Mediator

ds. Karnych i Cywilnych

Dorota Gniewosz

Psycholog

**Inga SZAWŁOWSKA
Maria PIĘTKA**

Doradca żywieniowy

Wioletta Ziętarska

Doradca ds. poradnictwa
socjalnego i rodzinnego

Alicja MROCZKOWSKA

Adwokat

**Aleksandra KOWALSKA
Jerzy DWORAK**

**Bezpłatne
porady prawne
dla osób niepełnosprawnych**
(terminy porad uzgadniane
w biurze KSON lub telefonicznie)

**INFORMACJE I ZAPISY
w biurze KSON**

ul. Osiedle Robotnicze 47A,
tel. 75 752 42 54
infolinia 800 700 025

Redaguj BIULETYN razem z nami!

Zapraszamy do współredagowania biuletynu
Niepełnosprawni Tu i Teraz

Czytelniku!

Coś Cię denerwuje, chcesz zabrać głos w ważnej sprawie, opisać własne przeżycia, podzielić się doświadczeniami? Czekamy na listy, spostrzeżenia, artykuły dotyczące problematyki osób niepełnosprawnych i seniorów.

Materiały prosimy przysyłać pod adres:

Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych,
ul. Osiedle Robotnicze 47A,

58-506 Jelenia Góra z dopiskiem „BIULETYN”
lub drogą elektroniczną na adres: **biuro@kson.pl**

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

SPOŁECZNY RZECZNIK OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH I PACJENTÓW ZIEMI JELENIOGÓRSKIEJ

**przyjmuje we wtorki w godz. 11.00-13.00
i czwartki w godz. 13.00-15.00
w biurze Karkonoskiego Sejmiku
Osób Niepełnosprawnych
Osiedle Robotnicze 47A w Jeleniej Górze**

Pilnie zatrudnimy w KSON dziennikarzy prasowych, radiowych i telewizyjnych oraz techników tej branży, mile widziane osoby niepełnosprawne, a także osoby ze znajomością obsługi komputera i księgowości do prowadzenia i rozliczania projektów oraz kierowcę busa z uprawnieniami.
CV proszę wysyłać na **biuro@kson.pl**



lepszezycie.info

lepszezycie.info

internetowy portal, jakiego nie było!

**Szukasz zmiany w życiu? Zajrzyj do nas.
Na łamach portalu znajdziesz zakładki:**

- porady,
- pomoc medyczna,
- rehabilitacja,
- rozrywka,
- kultura,
- turystyka,
- wypoczynek,
- i wiele, wiele innych.



**Codziennie
nowe
informacje!**



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



Utworzenie portalu dofinansowane jest ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, w ramach projektu: „Biuletyn „Niepełnosprawni TU i TERAZ” i „Biuletyn – portal informacyjny” – dostęp do informacji kluczem do wzrostu aktywności”.