



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych

masz głos  
masz wybór

WYBORY 2024

str. 3

NIEPEŁNOSPRAWNI

TU TERAZ

ISSN 1895 – 4987 EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

STYCZEŃ-LUTY DWUMIESIĘCZNIK

7/125/2024



**ŚWIĘTOWALI URODZINY** str. 12-13

*Radosne Alleluja niech będzie dla Państwa  
ostoją zwycięskiej miłości i niezłomnej wiary.  
Niech pogoda ducha towarzyszy Wam w trudzie każdego dnia,  
a radość serca w czasie zasłużonego odpoczynku*

*Życzą*

*Wolontariusze, Pracownicy i Zarząd  
Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych*



# ŚWIADCZENIE WSPIERAJĄCE dla osób z niepełnosprawnością od 1 stycznia 2024 roku

Na początku roku 2024 roku weszły w życie nowe przepisy, które mają być wsparciem dla osób z niepełnosprawnością, służące częściowemu pokryciu wydatków związanych z zaspokojeniem szczególnych potrzeb życiowych tych osób.

Świadczenie wspierające przysługuje osobie od ukończenia 18. roku życia w wysokości od 40 proc. do 220 proc. renty socjalnej – w zależności od poziomu potrzeby wsparcia. Będzie ono zatem wynosić od 636 zł do 3495 zł miesięcznie.

W pierwszym roku obowiązywania ustawy, czyli od stycznia 2024 r. świadczenie wspierające będzie dostępne dla osób z najwyższym ustalonym poziomem potrzeb wsparcia (87-100 pkt). W kolejnym roku dla osób ze średnim poziomem potrzeb wsparcia (78-86 pkt). Natomiast od 1 stycznia 2026r. świadczenie wspierające będzie dostępne także dla osób z niepełnosprawnościami z najniższym poziomem potrzeb wsparcia (70-77 pkt). Aby otrzymać świadczenie wspierające, musimy posiadać orzeczenie o niepełnosprawności. Może to być:

- orzeczenie o niepełnosprawności i jej stopniu wydane przez miejskie lub powiatowe zespoły do spraw orzekania o niepełnosprawności,

- orzeczenie o niezdolności do pracy lub orzeczenie o niezdolności do samodzielnej egzystencji wydane przez lekarzy orzekających w Zakładzie Ubezpieczeń Społecznych (ZUS),
- orzeczenie o inwalidztwie, wydane przed wrześniem 1997 r. przez komisje lekarskie do spraw inwalidztwa i zatrudnienia,
- orzeczenie o niezdolności do pracy w gospodarstwie rolnym, wydane przez inne organy.

Procedura uzyskania świadczenia składa się z kilku ważnych kroków, które należy wykonać w ścisłej kolejności.

Pierwszym krokiem jest uzyskanie decyzji ustalającej poziom potrzeby wsparcia. Wniosek o wydanie takiej decyzji można złożyć do wojewódzkiego zespołu do spraw orzekania o niepełnosprawności (WZON), właściwego ze względu na miejsce stałego pobytu.

Drugi krok – po uzyskaniu decyzji ustalającej poziom potrzeby wsparcia – to złożenie wniosku o świadczenie wspierające.

Wniosek o świadczenie wspierające należy złożyć do Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, wyłącznie w formie elektronicznej za pomocą jednego z trzech kanałów wnioskowania:

- platformę PUE ZUS,
- portal informacyjno-usługowy Emp@tia na stronie [empatia.mrpips.gov.pl](http://empatia.mrpips.gov.pl),
- bankowość elektroniczną.

Możliwe jest także złożenie wniosku przez pełnomocnika.

Osoby ubiegające się o świadczenie wspierające będą mogły w siedzibie lub oddziałach ZUS uzyskać pomoc zarówno w założeniu profilu na PUE ZUS, jak i w wypełnieniu i wysłaniu wniosku przez Internet.

Decyzja o przyznaniu świadczenia może być przekazana pocztą elektroniczną lub telefoniczną. ZUS jednak nie jest zobowiązany do wydania decyzji o przyznaniu świadczenia. Informacje te, jak również o zgłoszeniu do ubezpieczenia zdrowotnego, są udostępniane na profilu informacyjnym osoby w systemie ZUS. Pamiętajmy, że brak odbioru informacji o jej przyznaniu nie wpływa na wypłatę świadczenia.

ZUS wydaje decyzję jedynie w przypadku odmowy przyznania świadczenia wspierającego, uchylecia lub zmiany prawa do niego oraz nienależnie pobranego świadczenia. Decyzja ta, podobnie jak wszystkie inne informacje związane z świadczeniem, jest umieszczana na profilu wnioskującego w systemie ZUS.

*opr. Katarzyna Anders*

**NIEPEŁNOSPRAWNI  
TU i TERAZ**



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych

**BIULETYN DOFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW PFRON**

**Wydawca:** Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

**Redaktor Naczelny:** Bożena Bryl-Chrząszcz. **Sekretarz redakcji:** Robert Zapora.

**Redakcja:** Elżbieta Schubert, Leszek Kosiorowski, Przemysław Kaczałko, Andrzej Koenig, Wanda Milewska, Joanna Kapias, Jolanta Wiatr, Katarzyna Anders, Renata Bech, Adam Dąbrowski – koordynator

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

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

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

# Wybory 2024

**Już 7 kwietnia pójdziemy do urn wyborczych, by oddać głosy na samorządowców. Może warto a nawet trzeba przyjrzeć się tym radnym, którzy w gminach, miastach i województwie przez ostatnie 4 lata reprezentowali nasze – obywatelskie interesy mieszkańców.**

W Karkonoskim Sejmiku Osób Niepełnosprawnych odbywamy spotkania z byłymi radnymi Miasta, Powiatu i Sejmiku Województwa Dolnośląskiego a pytania są konkretne i twarde. Dotyczą one stanów dróg i chodników, dostępu do usług medycznych, bezpieczeństwa i czystości w mieście i innych życiowych problemów, o które potykamy się w codziennych odwiedzinach sklepów, przychodni czy urzędów.

W każdej gminie będą organizowane takie spotkania i nie opuszczajcie ich z lekceważeniem, że jakoś to będzie. „Jakoś to nie będzie”, bo jak życie uczy poszczególni rajcy miast i gmin są skonfliktowani głównie przez partyjne postrzeganie problemów naszych miast, wsi i osiedli. Tymczasem dziura w jezdni, progi i bariery nie są partyjne lecz nasze obywatelskie, a radni składając ślubowanie obiecują służyć mieszkańcom za co z resztą otrzymują diety.

Z własnej obserwacji przytoczyć mogę przykłady radnych, którzy „startowali” do samorządu z rekomendacji środowiska niepełnosprawnych po czym wyparli się tej rekomendacji i do dzisiaj wz samozadawaniem pobierają diety za posłuszne głosowanie.

Ze zdumieniem na liście kandydatów do Sejmiku Wojewódz-

stwa Dolnośląskiego znaleźliśmy nazwisko utytułowanej miejskiej urzędniczki, o której głośno było w mediach w związku z zagadkowym trybem przydzielenia jej mieszkania dla niepełnosprawnych.

W rozmowie radiowej z kilkoma rajcami miejskimi dowiadujemy się, że tak skłóconego zespołu rajców miejskich jak w obecnej kadencji, w ostatniej historii miasta nie było. Te informacje powinny być dla wszystkich mieszkańców miasta i powiatu sygnałem, aby z rozwagą podchodzić do tych jakże specyficznych wyborów.

Docenić powinniśmy wiedzę i umiejętności starszego pokolenia, ale spróbujmy postawić na młodość, pamiętając także o starym polskim przysłowiu, że „nowa miotła lepiej zamiata, ale stara wie gdzie są śmieci”...

W ramach akcji Fundacji im. Stefana Batorego „Masz Głos Masz Wybór” KSON zaplanował w marcu i kwietniu przeprowadzić debaty z kandydatami do Rady Miasta i na Prezydenta Jeleniej Góry. Liczymy na to, że

w przeciwieństwie do poprzednich kampanii wszyscy zaproszeni wezmą w tych debatach udział. Również w radio KSON pod hasłem „co w mieście piszczy” zadajemy byłym radnym pytania co takiego zrobili, że starają się o ewentualną reelekcję. Wiele organizacji sygnalizuje nam, że miejscowi urzędnicy próbują wymuszać poparcie dla wybranej orientacji partyjnej.

Od lat głosimy tezę, że III sektor, czyli organizacje pozarządowe są dobrowolnymi zrzeszeniami społecznymi o charakterze politycznym zorientowanym na rozwiązywanie określonych problemów np. niepełnosprawności, osób starszych, kultury, bezpieczeństwa itp. Nie jesteśmy natomiast organizacjami partyjnymi. Popierać będziemy wszystkich tych, bez względu na przynależność partyjną, którzy rzeczywiście nas wspierali i utrzymywali z nami kontakt. Takich osób jest wiele i aż szkoda, że mimo otwartych serc, głów i portfeli tak diametralnie różnią się w partyjnym pojmowaniu obywatelskiej rzeczywistości.

W tym wydaniu gazety przeczytacie Państwo kilka artykułów dotyczących takich właśnie osób, które naszym zdaniem zasługują na poparcie.

*Stanisław Schubert*



# 10 lat pracy marszałka CEZAREGO PRZYBYLSKIEGO

**W połowie lutego minęła dekada odkąd stanowisko Marszałka Województwa Dolnośląskiego objął Cezary Przybylski. To doskonały czas, aby podsumować dwie kadencje jego rządów. Co udało się osiągnąć i czy mieszkańcy tego regionu dobrze oceniają pracę samorządu województwa między innymi w obszarze działań na rzecz osób z niepełnosprawnościami?**

W ciągu dwóch kadencji Marszałka Cezarego Przybylskiego na Dolnym Śląsku wiele się zmieniło, zdecydowanie na lepsze. Dolny Śląsk to najdynamiczniej rozwijający się region w UE, ostatnia dekada to czas wielu pozytywnych zmian dla Dolnego Śląska. Tysiące inwestycji i działań, nowe drogi, obwodnice, rewitalizacja linii kolejowych z taborem przystosowanym dla osób ze szczególnymi potrzebami. Dodatkowo doposażenie i remonty wielu szpitali, rozwój bazy sportowej oraz inwestycje w rozwój obszarów wiejskich. Przez minione 10 lat



udało się zrealizować także dwa budżety unijne. RPO WD 2014-2020 oraz FEDS 2021-2027. Dzięki pieniądзом z Unii Europejskiej oraz środkom z budżetu województwa udało się doprowadzić do końca wiele ważnych inwestycji, także takich, dotyczących osób z niepełnosprawnościami.

## **Wrażliwość społeczna**

Cezary Przybylski to osoba niezwykle wrażliwa na sprawy społeczne. Jest stałym gościem chociażby corocznej konferencji pt. Góry otwarte dla wszystkich, realizowanej przez Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych. Włącza się w liczne działania na rzecz poprawy i godnego życia osób z niepeł-

nosprawnościami na terenie Dolnego Śląska. Chętnie współpracuje z organizacjami pozarządowymi. W 2005 roku powołał Pełnomocnika Marszałka ds. Osób z Niepełnosprawnościami, aby jeszcze bardziej angażować się w tworzenie województwa wolnego od barier. Dlatego też zbudował kadrę kompetentnych ludzi, którzy od podszewki znają potrzeby środowiska osób z niepełnosprawnościami. W Urzędzie funkcjonuje Dział Wsparcia Osób z Niepełnosprawnościami znajdujący się przy wydziale Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego, którym od wielu lat kieruje dyrektor Bogusława Kulińska. Od kilku lat w Urzędzie Marszałkowskim funkcjonuje także koordynator dostępności, działający przy Departamencie Spraw Społecznych. Trudno się więc dziwić, że dziesiątki, a może nawet setki projektów realizowanych przez organizacje pozarządowe oraz instytucje i jednostki samorządu terytorialnego odnoszą spektakularne sukcesy.

## **Szpital**

W trakcie kadencji Cezarego Przybylskiego w stolicy regionu rozpoczęto budowę największej w historii inwestycji w zdrowie Dolnoślązaków czyli Szpitala Onkologiczno-Pulmonologiczno-Hematologicznego. Nowy obiekt będzie skupiał w jednej lokalizacji wielospecjalistyczne funkcjonalności i zakresy leczenia oferowane dotychczas przez trzy placówki medyczne prowadzone przez samorząd województwa. Co ważne nowy szpital podobnie jak wybudowany kilka lat wcześniej Szpital Wojewódzki im. Marciniaka przy ul. Fieldrofa będzie w pełni dostępnym obiektem. Takim, w którym wszystkie osoby



z niepełnosprawnościami otrzymają należyte wsparcie przy zachowaniu pełnej godności i szacunku. Tak jak przystało na XXI wiek.

## **Budowa i rewitalizacja dostępnych obiektów**

Mnóstwo obiektów, które służą dziś rehabilitacji społeczno-zawodowej zostało wybudowanych przez ostatnią dekadę. Trudno byłby je wszystkie zliczyć, ale przynajmniej kilkanaście wartych jest szczególnej uwagi. Są to między innymi:

- Ośrodek Rehabilitacyjno-Opiekuńczo-Wychowawczy „Niezwykła Kraina” przy Stowarzyszeniu Osób Niepełnosprawnych w Wołowie,
- Dom opieki wytchnieniowej „Kokoszka” we Wrocławiu,
- Gruntownie wyremontowany Dom Pomocy Społecznej w Świebodzicach,
- Odrestaurowany Zakład Opiekuńczo-leczniczy dla dzieci w Wierzbicach,
- Zakład Aktywności Zawodowej Celestyn w Mikoszowie,
- Punkt Gastronomiczny oraz rehabilitacja przy Zakładzie Aktywności Zawodowej w Jeleniej Górze,
- Całkowicie wyremontowane Centrum Medyczne „Dobrzyńska”- Wojewódzki Zespół Specjalistycznej Opieki Zdrowotnej,
- Pomieszczenia należące do Stowarzyszenia „Cisi Pracownicy Krzyża” w Głogowie,
- Wojewódzki Szpital Rehabilitacyjny w Janowicach Wielkich.

## **Zakłady aktywności zawodowej i DPS-y**

Wspieranie osób z niepełnosprawnościami na rynku pracy, a w szczególności, na rynku chronionym jest jednym z najważniejszych elementów strategii Dolnego Śląska w obszarze społecznym. Dziś możemy z dumą wymienić 9 Zakładów Aktywności Zawodowej, które działają w różnych branżach

np. gastronomicznej, poli-graficznej czy usług sprzętających, prania itp. Są to : ZAZ Wrocław, 2 ośrodki w Wałbrzychu, Świerzawie, Legnickim Polu, Jeleniej Górze, Mikoszowie, Dzierżoniowie i Oławie. W zakładach tych pracuje obecnie 457 osób z niepełnosprawnościami. Za to zadanie odpowiada merytorycznie Dział Wsparcia Osób z Niepełnosprawnościami. To on zajmuje się rozliczeniem ZAZów a także przede wszystkim rozwiązywaniem problemów pracowników, którzy objęci są wsparciem wymienionych wyżej ośrodków.

Poza Zakładami Aktywności Zawodowej Urząd Marszałkowski wspiera budowę i remonty Domów Pomocy Społecznej. To właśnie w nich znajduje się wiele osób starszych, schorowanych oraz osób z niepełnosprawnościami, którzy potrzebują codziennego wsparcia.

## **Koleje**

Dolny Śląsk prowadzi pionierski w skali kraju projekt walki z wykluczeniem komunikacyjnym mieszkańców. W tym celu samorząd województwa przejął od Polskich Kolei Państwowych 22 odcinki kolejowe liczące łącznie przeszło 400 km. Po niezbędnych remontach systematycznie przywracany jest na nich ruch pociągów pasażerskich; Co więcej regionalny przewoźnik – Koleje Dolnośląskie, obchodzący w tym roku 15-lecie istnienia jest najlepszą samorządową spółką kolejową w Polsce. KD przewiozły już ponad 100 milionów pasażerów i każdego roku biją swoje rekordy. Systematycznie rozbudowują też swój tabor kupując nowoczesne, komfortowe i ekologiczne pociągi przystosowane dla osób ze szczególnymi potrzebami. Jeśli ktoś jeszcze nie jechał pociągiem Kolei Dolnośląskich w ostatnich 10 latach może się mocno zdziwić. Komfortowe



i przede wszystkim dostępne składy wspierają nie tylko turystykę regionu, ale także przewóz osób z niepełnosprawnościami. Dziś w pociągach KD znajdują się toalety, które nie tylko służą osobom na wózkach, ale także rodzicom z małymi dziećmi, w których można w czystości, swobodnie przewinąć dziecko. W nowoczesnych pociągach osoby poruszające się na wózku mogą także spokojnie doładować akumulator, gdyż wszystkie wtyczki są odpowiednio przystosowane do takich potrzeb.

## **Niezależne życie**

W ślad za konwencją osób z niepełnosprawnościami wspieranie niezależnego życia jest jednym z obowiązków działań samorządu Dolnego Śląska. Dlatego też środki unijne oraz środki własne samorządu, służą beneficjentom kilkudziesięciu organizacji pozarządowych działających na terenie Dolnego Śląska. W tym miejscu trzeba wymienić choćby kilka organizacji, które od lat służą rozwojowi usług asystenckich czy opieki wytchnieniowej: Fundacja Promyk Słońca, Fundacja Imago, Fundacja Eudajmonia, Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych, Fundacja Manufaktura Inicjatyw, Stowarzyszenie Bonitum, Fundacja Wałbrzych 2000 itp. Organizacje te są wysoce wyspecjalizowane w usługach wspierających niezależne życie.

**Paweł Parus**  
Fot. Użyczone

# JERZY POKÓJ: *Trzeba rozmawiać sercem*

**Człowiek gór, przewodnik i ratownik górski oraz polityk Koalicji Obywatelskiej a od lutego 2024 roku także przewodniczący Sejmiku Województwa Dolnośląskiego gościł na antenie Radia KSON.**

Radio KSON: Panie przewodniczący, jest pan znany w środowisku nie tylko Sejmiku z otwartego serca a nie raz i z otwartego portfela nie mówiąc o otwartej głowie. Przypominam fakt sprzed kilkunastu lat kiedy to pan wspomógł finansowo osobę niepełnosprawną, nie chcąc ujawniać swojego nazwiska. Jak to się dzieje, że wytrawni politycy, do których przyklejono, może krzywdząco plakietkę pewnego cynizmu, mają serce dostrzegając nieszczęście i potrzeby drugiego człowieka? Czy to pomaga realizować pańskie polityczne cele?

Jerzy Pokój: – Ja myślę, że jest to podstawa funkcjonowania człowieka na tej Ziemi. To nie jest tak, że my się urodziliśmy tylko do tych wielkich rzeczy a nie zauważamy tych najmniejszych i najdrobniejszych, bo życie składa się z drobnych spraw. Ja bym to odniósł do koni, jest to moja pasja życiowa. Konie to zwierzęta wyjątkowo subtelne. Są zawsze przerażone nowością, a jeżeli ma się dla nich serce i sercem z nimi „rozmawia” to powstaje fantastyczny dialog. Jeśli widzimy te drobiazgi u drugiego człowieka a zwłaszcza gdy jest on poszkodowany, przecież nie ze swojej winy, to potrzeba pomocy przynajmniej we mnie buduje radość serca ze świadomością, że pomagam teraz i na przyszłość.

Kolejna tura pytań dotyczyła polityki rządowej i samorządowej



w odniesieniu do organizacji pozarządowych, a pytanie dotyczyło próby podporządkowania sobie niektórych organizacji trzeciego sektora przez dysponentów środków finansowych. Jerzy Pokój jest politykiem Koalicji Obywatelskiej, która od października zeszłego roku objęła władzę. Wizją naszego gościa jest pomoc ludziom najsłabszym, najbardziej potrzebującym i utożsamia się ze słowami premiera Donalda Tuska, że organizacje pozarządowe nie będą musiały znać prezydenta, ministra, dyrektora departamentu, burmistrza, wójta czy szefa lokalnej partii, żeby mogły złożyć wniosek i dostać pieniądze. Warunkiem jest tu dobrze napisany projekt złożony w ogłoszonym konkursie, oceniony w sposób transparentny i podporządkowany informacji publicznej. Wierzy również w obiektywizm samorządów, który jest podstawą funkcjonowania dla organizacji pozarządowych i jest wyrocznią do tego by otrzymać pieniądze dla tych, którzy ich potrzebują.

– To prawda – mówi pan przewodniczący Jerzy Pokój – że w ludzkim charakterze jest coś takiego jak zawiść i niechęć. Te cechy powinny być przezwyciężane przez tę ideę, która jest wypisana w sumieniach

ludzi – pomoc drugiemu człowiekowi, a zwłaszcza takiemu, który tej pomocy nie jest w stanie sam sobie zorganizować.

Jerzy Pokój od 30 lat towarzyszy samorządowcom dolnośląskim. Zapytany, jaki ma program na najbliższe 5 lat odpowiada:

– Dla mnie Kotlina Jeleniogórska i ta część Sudetów, w której funkcjonujemy jest priorytetem. Dla mnie jako samorządowca obszar od Zgorzelca po Kamienną Górę przez Jelenią Górę i Karkonosze jest podstawą działania. Jest wiele rzeczy, które musimy jeszcze zrobić.

Wspomniano o dostępności dróg i połączeń, które są cały czas przesuwane. O odcinkach dróg, które w pewnych miejscach mogą być nazywane „drogami śmierci”. Także o połączeniu odcinka Zgorzelec-Jelenia Góra, bo jest to ciągle problem jeśli chodzi o turystów z tamtej strony. Połączenia kolejowe, które powinny być idealnie skomunikowane ze stroną niemiecką i nie tylko. Tak samo Jelenia Góra – Wrocław, wróciliśmy do wielogodzinnych podróży a powinno być zdecydowanie inaczej. I takich problemów, które się nawarstwiają jest więcej. Padł też przykład talerzy na Śnieżce! Obiekt górski, kiedyś дума dzisiaj jest pośmiewiskiem na początku Polski i w najwyższym punkcie tej części Europy. Od wielu lat turyści na szczycie Śnieżki mają problem z podstawowymi warunkami jakie powinny być im udostępnione, zaczynając od toalety kończąc na restauracji. Są to rzeczy, które niewątpliwie musimy zmieniać i uruchamiać, które powinny znaleźć się w priorytecie działalności samorządowej. Zapytany o problem likwidacji barier dla osób ze

specjalnymi potrzebami i dostępności także w turystyce górskiej Jerzy Pokój odpowiedział: przez 8 ostatnich lat dobijaliśmy się o to, by coś w tym kierunku zostało zrealizowane, ale efekty były mierne. Mam nadzieję, że teraz uda się w końcu odblokować pieniądze, które powinny trafić właśnie tam, gdzie potrzebne jest to wsparcie. Takim przykładem są budynki na Zabobrze, w których windy zaczynają się od półpiętra a osoby poszkodowane, które nie są w stanie pokonać samodzielnie tych paru schodów znajdują się w beznadziejnej i absurdalnej sytuacji, która nie powinna mieć miejsca.

Nasz rozmówca jest orędownikiem wyrównywania szans osób niepełnosprawnych w turystyce społecznej.

– Miło jest mi poinformować, że na wniosek środowiska osób niepełnosprawnych Dolnego Śląska, rok 2024 został ogłoszony Rokiem Gór Otwartych dla Wszystkich, a koordynację tego zadania powierzymy Karkonoskiemu Sejmikowi Osób Niepełnosprawnych – informuje Jerzy Pokój. – Rezolucja w tej sprawie została przyjęta jednogłośnie! Co oznacza szacunek radnych w Sejmiku Województwa Dolnośląskiego dla potrzeb osób ze specjalnymi potrzebami i pomoże wypełnić dolnośląskie góry zasadą szeroko pojętą i możliwą dostępnością.

Jerzy Pokój jest również orędownikiem nowych powstających tras turystycznych. Jak mówi, dalej będzie wspierał działania o dostępności nie tylko Karkonoszy.

– Góry tylko wtedy mają sens, gdy jest w nich człowiek – mówi Jerzy Pokój. – Podjęta przez marszałka i środowisko osób niepełnosprawnych przy skromnym moim udziale spowodowało że jeszcze w ubiegłym roku, marszałek Cezary Przybylski przyrzekł wprowadzić do budżetu województwa zakup defibrylatorów dla wszystkich schronisk górskich województwa dolnośląskiego. Te ratujące życie urządzenia udało się już dostarczyć do sześciu schronisk

w Karkonoszach i Rudawach Janowickich a wkrótce kolejne dwa defibrylatory poprawią bezpieczeństwo na mocno frekwentowanych trasach do „Stacji Turystycznej na Polanie Orle” i „Chatki Górzystów” w Górach Izerskich. Już trwają szkolenia z obsługi defibrylatorów dla załóg schronisk i przewodników górskich prowadzonych przez Grupę Karkonoską GOPR.

Jerzy Pokój – człowiek, który kocha sprawiedliwość społeczną w wymiarze trzeciego sektora wszystkie te działania będzie nadal wspierał. JP – Mam nadzieję, że powrotu tego co było przez ostatnie osiem lat już nie będzie. Jestem przekonany, że to merytoryczność wniosków winna decydować o finansowaniu projektów organizacji pozarządowych a nie osobiste sympatie lub antypatie samorządowców. A już zupełnie niewyobrażalna w dzisiejszej rzeczywistości próba partyjnego oddziaływania na działania trzeciego sektora, który często jest elementem kontroli społecznej.

Kolejne pytanie dotyczyło zbliżającej się kampanii wyborczej.

**Radio KSON:** – Jak pan się odnosi do inicjatyw organizacji pozarządowych i obywatelskich prowadzących przedwyborcze debaty z kandydatami do władz?

**Jerzy Pokój:** – Jestem za taką koncepcją jako elementem popra-

wiających wiedzę mieszkańców o aktualnych problemach społeczno-gospodarczych i osobowości kandydatów. To ważny element dialogu i ja deklaruję swój udział w takich debatach. Ostatnie pytanie dotyczyło synergii czyli zgodnej współpracy wszystkich szczebli samorządów od gmin przez miasto i powiat, aż po samorząd wojewódzki.

**Radio KSON:** – Łatwo zauważyć, że szczególnie w ostatnich latach konflikty na tej linii były widoczne, a kto wie czy nieodczuwalne w postaci ograniczenia środków finansowych? Jak Pan chce uniknąć podobnych scenariuszy w nadchodzącej kadencji samorządowej?

**J.P.:** – Jestem tradycjonalistą. Każdego człowieka powinna cechować przyzwoitość, także przy realizacji politycznych a nawet partyjnych celów. Przyzwoitość dla mnie jest realizacją starego przysłowia „nie czyni drugiemu co tobie nie miłe”. Jest to, także zbieżne z kanonami moralnymi wynikającymi z Dekalogu a ja jako katolik jestem tym zasadom wierny. Poza tym wierzę, że fredrowska zasada „zgoda wtedy Pan Bóg rękę poda” oczyści intencję moich koleżanek i kolegów samorządowców z partyjnego pojmowania świata. Dziękujemy za rozmowę.

**(RADIO KSON)**  
Fot. Użyczone



# Wyróżnienia dla najlepszych

Choć oficjalne zakończenie „roku akademickiego” II edycji Uniwersytetu Liderów miało miejsce w połowie stycznia 2024 roku, uroczystość wręczenia listów gratulacyjnych dla wyróżniających się absolwentów odbyła się 14 lutego w filii Uniwersytetu Ekonomicznego w Jeleniej Górze. Marszałek Województwa Dolnośląskiego, Cezary Przybylski, osobiście wręczył listy gratulacyjne oraz nagrody specjalne.

W swoim wystąpieniu podsumowującym projekt, Marszałek Przybylski podziękował organizatorom oraz wszystkim zaangażowanym osobom w powstanie i rozwój Uniwersytetu Liderów. Wyróżnił specjalnie młodzież za ich aktywny udział, a także dyrektorów szkół za trafny wybór uczniów do udziału w drugiej już edycji tego przedsięwzięcia.

W projekcie brali udział uczniowie ze szkół, m.in. z Jeleniej Góry, Mysłakowic, Wałbrzycha, Lubania, Mirska, Gryfowa Śląskiego i Zgorzelca.

Uniwersytet Liderów, zainicjowany przez Mariusza Synówkę to cykl szkoleń, których tematyka pozwala młodym ludziom zdobyć umiejętności i kompetencje przydatne zarówno w życiu osobistym, jak i za-





„Uniwersytet Liderów, (...) to cykl szkoleń, których tematyka pozwala młodym ludziom zdobyć umiejętności i kompetencje w życiu osobistym i zawodowym.”

wodowym. Tematy obejmowały radzenie sobie ze stresem, zarządzanie grupą, przywództwo, budowanie zespołów, mediacje oraz komunikację społeczną. Wszystkie zajęcia odbywały się w systemie akademickim na terenie Filii Uniwersytetu Ekonomicznego w Jeleniej Górze i były prowadzone przez pracowników naukowych tej uczelni.

Głównym celem projektu było przygotowanie „młodocianych studentów” do roli lokalnych liderów, wspierających rozwój Jeleniej Góry, powiatu karkonoskiego oraz całego regionu, poprzez przywództwo oparte na wartościach etycznych i społecznej odpowiedzialności.

Popularność programu przerosła oczekiwania pomysłodawców. Jak podkreślał Mariusz Synówka z Towarzystwa Karkonoskiego, obecnie zgłasza się więcej podmiotów zainteresowanych współpracą z Uniwersytetem Liderów, niż można pomieścić w programie. Co świadczy o bardzo dobrej jakości tego typu kształcenia oraz pozytywnie prognozuje na przyszły rozwój i ciągłe wzbogacanie tego unikatowego przedsięwzięcia o nowe treści.

Kolejna edycja rozpoczęła się już w marcu. Planowane jest wprowadzenie większej liczby zajęć praktycznych, warsztatów terenowych oraz wydłużenie trwania zajęć o jeden semestr.



Obok Uniwersytetu Ekonomicznego, wsparcie dla projektu zapewniły m.in.: Karkonoska Agencja Rozwoju Regionalnego S.A., Nadleśnictwo Świeradów, Aeroklub Jeleniogórski, Muzeum Karkonoskie oraz Towarzystwo Karkonoskie, które zainicjowało powstanie Uniwersytetu Liderów. Dzięki ta-

kiemu wsparciu i zaangażowaniu społeczności, Uniwersytet Liderów może kontynuować swoją misję przygotowywania nowych pokoleń liderów, gotowych do odpowiedzialnej roli we wspólnocie lokalnej i regionalnej.

**Przedsięwzięcie zostało współfinansowane ze środków budżetu Samorządu Województwa Dolnośląskiego.**

*Renata Bech*

*Fot. Renata Bech*

„Celem projektu było przygoowanie „młodocianych studentów” do roli lokalnych liderów (...)”



# Karta da szansę

Europejska karta osoby z niepełnosprawnością ma ułatwić tej grupie swobodne poruszanie się po krajach Unii Europejskiej poprzez umożliwienie im, na równych zasadach, dostępu do specjalnych warunków, preferencyjnego traktowania i prawa do parkowania podczas pobytu w innym państwie członkowskim. Niestety, obecnie nie ma żadnego wspólnego dokumentu ułatwiającego poruszanie się tej grupie osób po krajach Unii Europejskiej.

Strategia na rzecz praw osób z niepełnosprawnościami na lata 2021–2030 zakłada, że w drugiej połowie 2023r powstanie europejska karta osoby z niepełnosprawnością. Na razie, pilotażowo wdrożono ją w ośmiu europejskich krajach.

Na kanale YouTube wystartował podcast CoNaTapecie – Marika Łapińskiego, którego gościem był dolnośląski europarlamentarzysta Jarosław Duda, który w Parlamencie Europejskim pełni następujące funkcje: członek zespołu Międzypartyjni ds. Obszarów Miejskich, zespołu Międzypartyjni ds. Niepełnosprawności, Platforma Obywatelska, Euronest, Ukraina, Zatrudnienie i Sprawy Socjalne, Parlament Europejski.

Poruszył on właśnie temat Karty Osoby Niepełnosprawnej, dlaczego jest to tak ważne:

– Po pierwsze jest to temat bardzo mi bliski, ponieważ całe życie jestem bardzo związany ze środowiskiem osób niepełnosprawnych i bardzo się cieszę, że taki dokument będzie wdrożony w perspektywie nieodległej czyli jeszcze w tej kadencji – mówił J. Duda. – Jest to niezmiernie waż-

ne, ponieważ wiele milionów osób z niepełnosprawnościami w Unii oczekuje ujednoczonego dokumentu, który będzie potwierdzał ich prawa do pewnych dóbr, które w związku z ich niepełnosprawnością, ale nie tylko, powinny być im przynależne. To dotyczy między innymi kwestii transportu, dostępu do dóbr kultury, by każdy kto udaje się do innego kraju, miał szansę na skorzystanie z rozstrzygnięć, które będą ujednoczone.

Obecnie osoby z niepełnosprawnością mają kłopot. Polega on na tym, że osoba taka, która pojedzie do innego kraju UE, chcąc zobaczyć zabytki kultury np. muzea, mając widoczną niepełnosprawność nie zostanie potraktowana tak, jak obywatel tego kraju.

– Możliwe jest napotkanie barier w postaci dostępności, a dostępność jest podstawą funkcjonowania w społeczeństwie. Owa karta ma pozbyć bariery wszelakie dla osób niepełnosprawnych – mówi gość programu. Wyjaśnił również, czy przez rozumienie Karty mamy na myśli jakąś legitymację, jakiś



dokument, czy zestaw przepisów ułatwiających życie osobom niepełnosprawnym poza swoim krajem?

– To nie jest tylko zestaw praw, który jest gdzieś zapisany. To będzie konkretny dokument ujednoczony, który będzie funkcjonował na terenie krajów Unii Europejskiej i będzie można się nim posługiwać – zapowiada J. Duda. – Każdy kraj członkowski będzie wskazywał swój urząd, który taką kartę będzie wydawał i ona będzie fizycznie w kieszeni, mówiąc kolokwialnie, osoby z niepełnosprawnością. Jak pojedzie do danego kraju to tamte władze, czy też rozmaici kontrolerzy, czy osoby wpuszczające i sprawdzające bilety do muzeów w różnych krajach, będą honorowały tę kartę. Będzie to korzystne zarówno dla Polki czy Polaka z niepełnosprawnością, którzy będą np. we Francji czy we Włoszech i odwrotnie. Chodzi o to, żeby ona miała moc sprawczą i żeby była respektowana i honorowana. Taki jest zamysł.

Aby ułatwić korzystanie z kart i zmniejszyć obciążenie administracyjne proponowana dyrektywa wprowadzi następujące wymogi dla państw członkowskich:

- Karty muszą być dostępne w wersji zarówno fizycznej, jak i cyfrowej.

- Warunki i zasady wydawania i odbierania kart muszą być publicznie dostępne w przystępnych formatach.
- Usługodawcy muszą udzielać informacji o specjalnych warunkach i preferencyjnym traktowaniu osób z niepełnosprawnościami w przystępnych formatach.

Na pytanie, kiedy karta osoby niepełnosprawnej może zostać wprowadzona i na jakim etapie są prace w Parlamencie Europejskim nad tymi przepisami, Jarosław Duda odpowiedział:

– Prace w tym zakresie już finalizują się i tak jak mówiłem, bardzo bym sobie tego życzył a szczególnie środowisko osób z niepełnosprawnościami, żeby tę kwestię rozstrzygnąć jeszcze w czasie tej kadencji. Ja myślę, że poprzez to, że byłem bardzo aktywny i wniosłem wiele poprawek do sprawozdań i rezolu-



cji, to będę tym bardziej chciał pilnować tego, by nie zostało to odsunięte w czasie. Myślę, że jest to kwestia kilku miesięcy, kiedy ta dyrektywa zostanie ogłoszona i środowiska z niepełnosprawnością będą mogły cieszyć się

dokumentem, który będzie im dawał poczucie bezpieczeństwa i będzie im otwierał mówiąc obrazowo Europę z nieograniczonym dostępem.

*Opracowała:  
Katarzyna Anders*

## Znów zwycięski bój o Kołobrzeg

**W marcu Kołobrzeg będzie świętował 79. rocznicę zaciętych walk o swoją wolność. Jednym z najważniejszych punktów programu będzie widowisko historyczne pod nazwą „Bój o Kołobrzeg”.**

Organizatorem inscenizacji jest Muzeum Oręża Polskiego, a wydarzenie zaplanowano na plaży przy molo w sobotę 16 marca o godz. 12.00. Wyjątkowe przedsięwzięcie przyciągnie liczne stowarzyszenia i grupy rekonstrukcji historycznej, które słyną z profesjonalizmu oraz zaangażowania w wierną rekonstrukcję historycznych wydarzeń. Uczestnicy, doświadczeni

zarówno na planach filmowych, jak i w projektach edukacyjnych, zobowiązali się do realistycznego odtworzenia dramatycznych wydarzeń z marca 1945 roku. Podczas spektaklu, widzowie będą mieli okazję do obejrzenia szerokiego spektrum historycznego sprzętu wojskowego. Rekonstruktorzy wiernie odtworzą wyposażenie, oporządzenie i umundurowanie formacji i jednostek uczestniczących w walkach. Przy użyciu efektów pirotechnicznych, widowisko to stworzy niepowtarzalny teatr historyczny, pozwalając publiczności na uczestnictwo w kluczowych momentach walk o Kołobrzeg. Kulminacyjnym punktem

widowiska będzie rekonstrukcja sceny zaślubin Polski z morzem. Oprócz głównych atrakcji, organizatorzy serdecznie zapraszają do „polowego muzeum”, które zostanie umieszczone na plaży. Scenografia tego miejsca umożliwi widzom szczegółowe zapoznanie się ze sprzętem i umundurowaniem, a eksperci z muzeum z pasją odpowiedzą na wszelkie pytania.

Więcej informacji o wydarzeniu, które cieszy się coraz większą popularnością wśród turystów i młodzieży, zainteresowani znajdą na stronie internetowej kołobrzegskiego muzeum.

*Jolanta Wiatr*

# Karkonoski Klub Kibiców Niepełnosprawnych świętował drugie urodziny

W ciągu dwóch lat działalności KKKN, będący jedną z organizacji członkowskich Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych był na 180 wydarzeniach. – To 56 wyjazdów – ponad 5600 km przebytych – opowiada Mariusz Marczak, prezes klubu kibiców z Jeleniej Góry.

Wśród ciekawych wydarzeń było m.in. wyprowadzanie piłkarzy Miedzi Legnica i Legii Warszawa w Ekstraklasie oraz na meczu I ligi pomiędzy Miedzią Legnica a Wisłą Kraków.

– W ramach akcji „Stadiony bez barier” pokazujemy, że osoby niepełnosprawne są uczestnikami takich wydarzeń. Nawet nie zakładam planów na przyszłość, bo co tydzień rodzą nam się nowe pomysły. Połączyliśmy sport z kulturą i zwiedzaniem miast – powiedział M. Marczak.

Karkonoski Klub Kibiców Niepełnosprawnych to nie tylko działania wyżej wymienione, ale również akcje charytatywne. Kibice z Niepełnosprawnością czynnie brali udział w imprezach mikołajkowych i na Dzień Dziecka w Ośrodku Rehabilitacyjno-Edukacyjno-Wychowawczym „Architekton”, odwiedzali z prezentami domy dziecka.



– Staramy się pokazywać, że osoby z niepełnosprawnościami nie są tylko biorcami, ale też dawcami. Aktywizacja osób z niepełnosprawnościami poprzez pasję do sportu przebiega bardzo sprawnie – łączymy ich też z pełnosprawnymi. Wszystko fajnie funkcjonuje – dodał prezes klubu.

Dla wielu osób to doskonała okazja, aby wyjść z domu, inte-

grować się ze środowiskiem, zawierać nowe znajomości, wspierać ulubione drużyny i pokazać, że z niepełnosprawnością można przeżyć wiele wspaniałych momentów.

– Stowarzyszenie Karkonoski Klub Kibiców Niepełnosprawnych to organizacja zrzeszająca osoby niepełnosprawne z wielką pasją do sportu. To klub, dzięki któremu osoby ze szczególnymi



potrzebami mogą razem wspólnie się spotkać i jednocześnie kibicować swoim drużynom sportowym. Każde wyjście na wydarzenie sportowe uświadamia mnie, że to co robimy jest słuszne i bardzo potrzebne tym osobom. Każde wyjście i wspólne spotkanie się z tymi osobami to radość dla mnie, a zwłaszcza kiedy widzę radość i szczęście tych osób – powiedział Adam Dąbrowski. – Najlepsze a zarazem najbardziej wzruszające w ciągu ostatnich 2 lat naszej działalności były dla mnie spotkania z dziećmi z OREW Architekton i domu dziecka. Nasze działania nie skupiły się tylko na uczestnictwie w wydarzeniach sportowych, bo zwiedzamy przy wyjazdach różne zakątki naszej małej ojczyzny czyli Polski, ale

również pomoc potrzebującym i słabszym. Zapraszamy wszystkich chętnych do udziału w naszym stowarzyszeniu, nie marnowaniu czasu na głupoty, a do świetnej zabawy ze wspaniałymi ludźmi – wyznał kibic poruszający się na wózku.

**Przemek Kaczałko**  
Fot. Tomasz Raczyński



**W spotkaniu urodzinowym w Karkonoskim Sejmiku Osób Niepełnosprawnych, którego KKKN jest członkiem wzięli też udział przedstawiciele klubów kibiców niepełnosprawnych z innych miast, w tym Paweł Parus i Michał Fitas. Był też prezes KSON-u Stanisław Schubert, samorządowcy, przedstawiciele klubów z Jeleniej Góry oraz sponsorzy, którzy wspierają działalność organizacji.**



# Stowarzyszenie „GLADIATOR”, czyli... *Panowie, bez głupiego wstydu!*

**O tym, że w chorobie nowotworowej u kobiet swoją pomocą służą Amazonki to już wiemy. A czy wiecie, gdzie mogą się udać mężczyźni z chorobami raka prostaty czy jąder?**

Już podpowiadam: pomocą służy Stowarzyszenie Mężczyzn z Chorobami Prostaty „Gladiator”. Organizacja została powołana dla popularyzowania wiedzy o chorobach prostaty, nerki, pęcherza moczowego, narządów płciowych i konieczności podstawowych badań profilaktycznych. Przesłaniem jest upowszechnianie wiedzy, że wczesne ujawnianie zmian chorobowych w obrębie układu moczowo-płciowego i zastosowanie niezbędnego leczenia w konsekwencji daje możliwość pokonania choroby. Podstawowym celem działalności stowarzyszenia jest konsolidacja pacjentów dotkniętych chorobami nowotworowymi, drukują też biuletyn „Gladiator”, broszury, ulotki oraz plakaty, w których przekazują wiedzę o koniecznej potrzebie wykonywania badań diagnostycznych. Badanie takie pozwala na wykrycie choroby nowotworowej w początkowej fazie rozwoju i daje szansę na jej wyleczenie.

W ostatnim czasie gościem Radia KSON był Roman Wisiecki, który jest prezesem w stowarzyszeniu „Amazonki” i osób z chorobą nowotworową z siedzibą w Zgorzelcu, a od stycznia 2023 roku należy również do Stowarzyszenia „Gladiator”. Podczas audycji Stanisław Schubert zapytał, czy jest szansa, by mężczyźni o tej wstydlivej chorobie rozmawiali

otwartym kodem? Przecież mężczyźni, którzy chorują na schorzenia prostaty, również nowotworowe, jest co raz więcej a mimo wszystko jest to temat tabu.

– Zgadza się, mężczyźni się wstydzą – odpowiedział pan Roman. – Przyjęło się, że facet to maczo, człowiek silny bez ograniczeń, a tu nagle dociera do niego informacja, że ma chorobę nowotworową w postaci guzków na prostaty czy na jądrach. Ja się o tej swojej chorobie nie wstydzę rozmawiać.

Jak to zrobić aby się kontrolować, jak to monitorować, abyśmy nie spotkali się z problemem o tydzień, miesiąc czy rok za późno?

– Najprostszy sposób to raz w miesiącu, najlepiej po kąpielach, wziąć panowie „interes” w swoje ręce. Po kolei sprawdzać najpierw jedno jądro czy nie jest mocno twarde, czy nie wyczuwamy guzków, nierówności, później drugie jądro. Jeśli coś nas zaniepokoiło na prostaty, zgłaszamy się niezwłocznie do lekarza urologa – radzi prezes stowarzyszenia. – Jest również przesiewowe badanie PSA (z krwi), które pozwala na wczesne wykrycie nowotworu na podstawie poziomu antygenu specyficznego dla prostaty. Należy je wykonywać raz w roku.

To właśnie takie badanie PSA, wykonywał pan Roman od kilku lat. Wynik powoli rósł, aż wysłano go na biopsję gruczołu krokowego. Niestety, wyniki były nieciekawe. Jeden płat zajęty w 70%, drugi płat w 50% przez komórki nowotworowe złośliwe. Po serii badań, wykluczono przerzuty. Zalecenia to radioterapia i operacja. Zaczęto

od operacji, ze względu na duże zajęcie obu płatów. Po operacji i niedługim czasie przyszedł wynik, gdzie lekarz oznajmił – Panie Romanie, jest pan zdrowy!

Nie trzeba było ani radioterapii ani chemioterapii. Prowadzący audycję Stanisław Schubert błyskotliwie podsumował historię Romana Wisieckiego: najważniejsze to aby w odpowiednim czasie, złapać byka za rogi.

Stowarzyszenie Gladiator od 20 lat pomaga chorym na raka prostaty. Rak ten, to drugi najczęściej występujący nowotwór złośliwy wśród mężczyzn w naszym kraju. Choć jest to schorzenie częste, wciąż jeszcze zbyt mało mówi się o jego wczesnym wykrywaniu i metodach skutecznego leczenia. Stowarzyszenie Mężczyzn z Chorobami Prostaty „GLADIATOR” od lat stara się edukować społeczeństwo w tym zakresie i docierać do jak największej liczby chorych na raka prostaty. Dlatego też Roman Wisiecki jako członek tego Stowarzyszenia serdecznie zaprasza wszystkich mężczyzn dotkniętych tą chorobą do kontaktu z nim pod numerem telefonu: 509-560-789 w celu zrzeszenia większej liczby osób, z którą udałoby się otworzyć oddział Gladia-

## CZEKAMY NA KONTAKT

W tym temacie dzwońcie również do Centrum Edukacji Zdrowotnej VITA lub do KSON pod numer 757524254. Piszcie maile na [biuro@kson.pl](mailto:biuro@kson.pl) lub przyjdźcie na ul. Os. Robotnicze 47a w Jeleniej Górze od poniedziałku do piątku w godz. 10:00–16:00.

torów w Zgorzelcu lub w Jeleniej Górze.

Zachęcam do kontaktu z Romanem, by tak samo jak kobiety propagują profilaktykę chorób

nowotworowych z Amazonkami w naszym rejonie, tak Gladiatorzy odważyli się i wyszli z profilaktyką dla mężczyzn głosząc motto: „My Gladiatorzy, zawsze jesteśmy

gotowi stanąć na arenie do walki z najgroźniejszym przeciwnikiem, jakim są choroby nowotworowe!”

*Katarzyna Anders*

## HISTORIA ROMANA WISIECKIEGO

**Listopad jest miesiącem solidarności z mężczyznami zmagającymi się z nowotworami gruczołu krokowego oraz jąder. W poniższym artykule, swoją historię podzielił się Roman Wisiecki ze Zgorzeleckich Amazonek.**

Moje spotkanie z chorobą nowotworową rozpoczęło się w 2009 roku. Żona Barbara dostała wynik z biopsji gruczołu piersiowego – komórki nowotworowe drobniutkie rozsiane po całej piersi. Była to straszna diagnoza. Żona strasznie się załamała – płacz i najgorsze myśli, że to już wyrok śmierci. Dla mnie to również była piorunująca wiadomość, różne myśli chodziły po głowie, nie da się tego opisać. Nie życzę nikomu takich doświadczeń i żeby to zrozumieć, trzeba to samemu przeżyć. Poszliśmy z wynikiem do onkologa, który potwierdził, że trzeba dokonać mastektomii piersi. Żona strasznie źle przyjęła tę wiadomość, zalewała się łzami. Pada pytanie: co robimy Panie Romanie? Jedyna odpowiedź z mojej strony – leczymy żonę. Operacja się udała, nie było potrzeby chemioterapii ani radioterapii. Aby wesprzeć żonę w tym okresie po operacji, zapisałem nas do Klubu Amazonek w Zgorzelcu. Ja występowałem w nim jako osoba zdrowa – wspierająca. W 2011 roku powstało Stowarzyszenie „Amazonek” i osób z chorobą nowotworową, którego zostałem prezesem w 2013 roku.

I tu zaczyna się moje spotkanie z onkologią. Od kilku lat wykonywałem wyniki PSA. Wynik wzrastał powoli aż w 2019 roku po biopsji gruczołu krokowego dostałem diagnozę: nowotwór złośliwy obu płątów. Zrobiło mi się gorąco, ponieważ wiedziałem co to oznacza – operacja, chemia, radioterapia i wszystko

co z tym jest związane. Z wynikiem poszedłem do naszego opiekuna Stowarzyszenia, doktora Marcina Wolskiego. Usłyszałem: „No cóż panie Romanie, zaczynamy leczenie”. Dostałem skierowania na dodatkowe badania do dalszego leczenia. Nie miałem nic do stracenia tylko życie. Chcę żyć, być zdrowym i bardzo długo się nim cieszyć – tak sobie myślałem. Operację gruczołu krokowego miałem w Krakowie. Przed nią nachodziły mnie różne myśli jak to wszystko będzie wyglądało. Oczywiście był strach. „Romek, jak się zdecydowałeś na operację to nie kombinuj tylko myśl, że wszystko będzie dobrze” powtarzałem to sobie w kółko. Zabrano mnie na salę operacyjną i tyle pamiętam. Obudziłem się już na sali obserwacyjnej, po operacji. Powiedziano mi, że operacja się udała, wszystko zostało usunięte i że będę zdrowy. Po paru dniach wróciłem do domu i zrobiłem jak mi kazano wynik PSA : 0,00 – taki miał być.

Dzień przed Bożym Narodzeniem dostałem wynik badania histopatologicznego. Z wynikiem poszedłem do doktora Wolskiego i tam dostałem super wiadomość „Panie Romanie, JEST PAN ZDROWY”. Myślałem że wyskoczy mi serce! Zatkalo mnie, zrobiło się gorąco. Trudno opisać to co człowiek w takim momencie czuje „Romek jesteś bardziej złośliwy niż to raczysko”. Musiałem mieć dziwną minę jak wszedłem do domu krzy-

ząc do żony: jestem zdrowy! To był najlepszy prezent jaki dostałem od życia: „DRUGIE ŻYCIE”. Nie przechodziłem chemioterapii ani radioterapii. W styczniu byłem na wizycie kontrolnej w Krakowie, tam też dostałem tę samą, wspaniałą informację. Zlecono mi badania kontrolne PSA i wizyty w Poradni Urologicznej w Zgorzelcu. Wiecie, jakie to piękne uczucie, gdy po diagnozie raka dostajesz informację, że jest się zdrowym? Ci, co to przeszli, wiedzą.

Mam kilka słów do przekazania osobom, które to czytają: diagnoza ma Pani/Pan komórki nowotworowe, to nie jest wyrok. Zaczynamy leczenie, nie poddajemy się, walczymy i to daje nam szansę na wyzdrowienie. Nie bójcie się robić badań. Wczesne wykrycie choroby nowotworowej zwiększa szanse na wyleczenie i dalsze życie tak jak to udało się nam, Barbarze i Romanowi Wisieckim.

**„PAMIĘTAJCIE – ŻYCIE TO JEST WSPANIAŁY DAR I O TEN DAR TRZEBA DBAĆ”**

*Roman Wisiecki*

Ta historia udowadnia, jak ważna jest profilaktyka. Wcześniej wykryte nowotwory dają niemal całkowitą szansę na wyzdrowienie. Dlatego Panowie tak samo jak robicie coroczny przegląd swojego auta, zróbcie przegląd własnego „podwozia”.

*Katarzyna Anders*



## Korekta rozkładu jazdy pociągów: Koleje Dolnośląskie jeżdżą do Zielonej Góry!

W niedzielę 10 marca weszła w życie korekta rozkładu jazdy, w tym pociągów Kolei Dolnośląskich. Nowością są bezpośrednie połączenia na trasie Wrocław – Zielona Góra. Jakże jeszcze zmiany czekają pasażerów?

Pociągi Kolei Dolnośląskich zagościły w Zielonej Górze po raz drugi w historii – wcześniej, od 2014 roku dojeżdżały do jednej ze stolic województwa lubuskiego od strony Żar. Teraz, po raz pierwszy, codziennie zagościły w grodzie Bachusa trasą Nadodrzańską.

### Koleje Dolnośląskie wróciły na „Nadodrzanekę”

Uruchomienie połączenia z Zieloną Górą to efekt porozumienia zawartego pomiędzy władzami województw dolnośląskiego i lubuskiego. Od 10 marca 2024 roku z Dolnego Śląska do Zielonej Góry kursuje nawet

osiem par żółto-białych pociągów – cztery jeżdżą z Wrocławia przez Wołów i Ścinawę (w piątki: pięć par), a z Wrocławia przez Legnicę i Lubin – dwie pary (plus trzecia para z Legnicy do Zielonej Góry, skomunikowana na stacji Legnica z pociągiem z Wrocławia Głównego). Z Zielonej Góry do Wrocławia dziennie odjeżdża siedem pociągów (trzy „Nadodrzanekę”, trzy przez Lubin i Legnicę), w piątki – osiem. Do tego cztery pary w tej relacji na trasie Nadodrzańskiej realizuje Polregio.

– Dzięki porozumieniu zarządów województw nasze pociągi ponownie zawitały do Zielonej Góry. Przed laty do stolicy województwa lubuskiego jeździliśmy przez Żary, teraz wróciliśmy na Nadodrzanekę. Mamy podwójne powody do radości. Dla naszej spółki to kolejny duży krok do przodu, a pasażerowie w tej relacji korzystają z podróży nowoczesnym taborem – mówi **Damian**

**Stawikowski, prezes Kolei Dolnośląskich.**

Przywrócenie bezpośredniego połączenia Wrocław – Zielona Góra ma też duże znaczenie dla Zagłębia Miedziowego.

– Stacja Legnica ma dziś wymianę pasażerską na poziomie 17 tys. osób dziennie, w skali roku zaś 2,5 mln. Liczby te tylko świadczą o zapotrzebowaniu na nowe kierunki z miasta nad Kaczawą. Bezpośrednie połączenie regionalne z Zieloną Górą to również świetna wiadomość m.in. dla studentów Uniwersytetu Zielonogórskiego – mówi **Bartłomiej Rodak, rzecznik prasowy Kolei Dolnośląskich.**

Połączenia do Zielonej Góry to kolejny kierunek Kolei Dolnośląskich łączący różne regiony. Biało-żółte pociągi jeżdżą – poza Dolny Śląsk – do Czech, Niemiec i do województwa wielkopolskiego. Teraz w województwie lubuskim można skorzystać z połączeń Kolei Dolnośląskich

15  
lat



DOLNY  
ŚLĄSK

Koleje  
Dolnośląskie



kolejedolnoslaskie.pl





nie tylko w Nowej Soli, Żaganiu i w Żarach, ale także w Zielonej Górze.

## Ostatnie zamknięcie tunelu w Janowicach Wielkich

Od 22 kwietnia z utrudnieniami muszą się liczyć pasażerowie korzystający z linii Wrocław – Szklarska Poręba. Ze względu na prace remontowe wyłączony z ruchu zostanie bowiem tunel na odcinku Janowice Wielkie – Wojanów. W związku z tym autobusowa komunikacja zastępcza zostanie wprowadzona na odcinkach Janowice Wielkie – Jelenia Góra natomiast w pociągach “Szkłarka” i “Szrenica” na odcinku Janowice Wielkie – Szklarska Poręba Górna przez Jelenią Górę i Piechowice.

To trzecie i ostatnie zamknięcie tunelu na tym odcinku. Po zakończeniu prac ruch będzie odbywać się po dwóch torach.



## Inne zmiany – więcej pociągów do Czech i do Lubina

Dobra wiadomość dla turystów gustujących w wyprawach do naszych południowych sąsiadów. Wraz z nowym rozkładem jazdy, od 10 marca br. linii D66 dodatkowa para pociągów kursuje w wydłużonej relacji Sędziszów-Trutnov, a od 27 kwietnia kursować będą kolejne dwie pary pociągów.

Do rozkładu jazdy wracają połączenia sezonowe do czeskiego Skalnego Miasta. Od 27 kwietnia br., w soboty, niedziele i święta, na linii Wrocław – Adrspach kursować będą dwie pary pociągów.

Korekta rozkładu jazdy wiąże się też z większą liczbą par, m.in. na trasach Wrocław – Głogów (od 11 marca) oraz Wrocław Świdnica i Wrocław – Milicz (od 27 kwietnia w soboty, niedziele i święta). Zwiększy się też częstotliwość przejazdów na trasie Wrocław – Lubin przez Legnicę w weekendy i święta.

Na niektórych liniach okresowo będzie obowiązywać zastępcza komunikacja autobusowa.

*– Pasażerów tradycyjnie prosimy o sprawdzenie rozkładu jazdy po 10 marca. W codziennej podróży na pokładzie pojazdów Kolei Dolnośląskich mogło dojść do drobnych korekt, jak to bywa przy zmianach rozkładu jazdy – mówi **Bartłomiej Rodak**, rzecznik prasowy Kolei Dolnośląskich.*

(KD)



# Ciepła zima zabiła biegówki

**Prawie 6200 zgłoszeń zawodników z prawie 30 krajów, niemal wszystko przygotowane poza jednym: trasami, które spłynęły wraz z lutowym ciepłem i deszczem. 48 KGHM Bieg Piastów – Festiwal Narciarstwa Biegowego w Szklarskiej Porębie-Jakuszykach musiał zostać odwołany.**

Zdarzyło się to po raz trzeci w 48-letniej historii Biegu Piastów. Po raz pierwszy w 1981. Był planowany na początku tego roku, ale ponieważ nie było śniegu, został przełożony na drugą połowę grudnia. W tym terminie na przeszkodzie stanął stan wojenny, ogłoszony 13 grudnia. Odwołano wtedy wszystkie imprezy sportowe, kulturalne i inne, które mogły zgromadzić większą liczbę ludzi.

Wbrew różnym informacjom w przestrzeni medialnej, w 1982 roku, czyli nadal w stanie wojennym, ale najwyraźniej już z poluzowanym rygorem zgromadzeń, Bieg Piastów odbył się (14 marca) i to nawet na czterech dystansach: 5, 10, 25 i 38 km (zamiast pięćdziesiątki, bo nie było wystarczająco dużo śniegu). Na najdłuższym zwyciężyli Jerzy Przybyszewski oraz Małgorzata Bochan.

Jak wynika z relacji „Nowin Jeleniogórskich”, w VI Biegu Piastów w 1982 brało udział ponad 2 tysiące osób, były punkty żywieniowe na trasie, a na mecie na zawodników czekała gorąca zupa i herbata z kuchni polowej Łużyckiej Brygady Wojsk Ochrony Pogranicza. VI Bieg Piastów został zorganizowany przez Miejski Ośrodek Sportu i Rekreacji w Szklarskiej Porębie. „W tegorocznej, udanej imprezie nie było pompy, sztuczności,

fanfaronady, wspaniałych dekoracji i dodatkowych atrakcji. Uczestnicy zgodnie podkreślali, że była to autentyczna sportowa zabawa dla zdrowia i kondycji” – relacjonowały „Nowiny”.

## Ogniska zamiast biegu

Z powodu braku śniegu Bieg Piastów odwołano także w 1998 roku. Rozegrano jedynie na resztkach śniegu na najwyższej położonych trasach sprinty w grupach wiekowych na krótkich dystansach. Wzięło w nich udział grubo ponad 1372 osoby, które po biegu spotkały się przy ogniskach. Do dziś są wspomniane przez uczestników, którzy opowiadają, że komandor Biegu

Piastów Julian Gozdowski chodził od ogniska do ogniska witając się z każdym zawodnikiem.

W trakcie pandemii Bieg Piastów został rozegrany na oryginalnych trasach, w doskonałych warunkach śniegowych, z oficjalnym pomiarem czasu (można było też pobiec bez tego pomiaru), ale w wersji indywidualnej. Taki wariant organizacji, z uwagi na wyjątkową sytuację i obostrzenia antycovidowe, został zaakceptowany przez Worldloppet Ski Federation, zrzeszającą 19 największych biegów narciarskich świata.

Przez ostatnie lata zimy były słabsze, nawet w słynących z dobrych warunków śniegowych Jakuszykach. Bieg Piastów był jed-



*Największa polski bieg narciarski stoi przed wielki wyzwaniem. Jak przetrwać, skoro zimy coraz cieplejsze?*

nak rozgrywany bez problemów. Zimy zaczynały się później, niż kiedyś, ale trwały do drugiej połowy marca lub do kwietnia. Termin Biegu Piastów na początku marca, kiedyś uważany za ryzykowny, okazał się bardzo dobry.

## Luty ciepły jak nigdy

W 2023 roku zima zaczęła się wcześniej – pod koniec listopada. Nic nie wskazywało późniejszych problemów. Grudzień był zimny i śnieżny, styczeń też pod tym względem niezły. Luty okazał się katastrofalny – ciepły i deszczowy. Średnia temperatura lutego była o ponad sześć stopni wyższa niż w poprzednich dekadach, a suma opadów była wysoka, tyle, że padał deszcz, a nie śnieg. Połączenie ciepła i deszczu jest zabójcze dla śniegu. Trasy Biegu Piastów, pracowicie ubijane przez ratraki od pierwszych opadów, by zapewnić ich trwałość, długo się trzymały, a wszyscy mieli nadzieję, że aura w końcu zlituje się. Nic z tego. Większość tras dosłownie spłynęła. Nie było innego wyjścia, jak odwołać bieg.

Dla zawodników i organizatorów oznacza to wielkie rozczarowanie. Wielu biegaczy traktuje Bieg Piastów jako najważniejsze wydarzenie sezonu, przygotowują się do niego, wkładając w to swoją pasję, czas i pieniądze. Niektórzy przyjeżdżają na Bieg Piastów z odległych krajów świata. Organizator zaproponował im 50 procent zniżki opłaty startowej w przyszłym roku oraz pakiet startowy na tegoroczny Bieg Piastów (numer startowy i pamiątkowy gadżet), jak również możliwość udziału w wycieczkach biegowych i pieszych



w dniach, w których Bieg Piastów miał być rozgrywany.

## Rozwiązania są na tacy

Czy wobec ocieplenia klimatu i słabych zim da się uniknąć takich sytuacji w przyszłości? Z pewnością jest to możliwe. Organizatorzy niektórych wielkich biegów na świecie od początku zim od lat uruchamiają sztuczne naśnieżanie, a produkowany w ten sposób śnieg magazynują na przysłowiową czarną godzinę. Postępują tak od lat organizatorzy włoskiej Marcia-longi, a w tym roku sposób ten zastosowali z sukcesem ludzie przygotowujący największy bieg w Stanach Zjednoczonych American Birkebeiner.

Produkcja i magazynowanie śniegu kosztuje sporo, wymaga uzgodnień z ochroną środowiska, ale w obliczu ocieplenia nie ma innego wyjścia, jeśli chce się ocalić narciarstwo, w tym biego-we, jak również tak wielkie zawody, jak Bieg Piastów.

W Szklarskiej Porębie-Jakuszykach, gdzie rozgrywany jest Bieg Piastów, od paru lat stoi okazały gmach – Dolnośląskie

Centrum Sportu Polana Jakuszycka. To instytucja samorządu wojewódzkiego, który z pewnością jest w stanie udźwignąć finansowo budowę i utrzymanie silnego systemu sztucznego naśnieżania. Ma znacznie większe możliwości niż Stowarzyszenie Bieg Piastów.

Produkcja i magazynowanie sztucznego śniegu to kluczowe zadanie z punktu widzenia przyszłości nie tylko Biegu Piastów i bezpłatnych narciarskich tras biegowych w Górach izer-skich, ale również dla samego DCS. Jednym z jego zdań jest organizacja dużych imprez narciarskich i biathlonowych. W tym sezonie największą były Mistrzostwa Europy Juniorów w Biathlonie. Udało się przeprowadzić, pomimo fatalnej pogody, z ogromnym trudem. Jeśli będzie sztuczne naśnieżanie, takie wydarzenia będą organizowane na wyższym poziomie i z większym spokojem. Taki mamy klimat, takie mamy czasy. To być albo nie być narciarstwa biegowego w naszym kraju.

**Leszek Kosiorowski**

Fot. Bieg Piastów/Marcin Oliva Soto

# Senior musi być w ruchu

Bolesław Osipik, laureat wyróżnienia Senior Sportowiec roku 2023 w Ogólnopolskim Konkursie „Senior w Ruchu”, nie tylko mówi o aktywności w każdym wieku – on ją praktykuje na co dzień.

Spotkanie z nim i jego bratem bliźniakiem Mieczysławem, które odbyło się 31 stycznia 2024 roku w klubie „Młodzi Duchem” w Jeleniej Górze Cieplicach Zdrój, było prawdziwą lekcją inspiracji i determinacji.

Już od końca lat pięćdziesiątych, gdy byli jeszcze uczniami szkoły podstawowej, obaj bracia zaczęli swoją przygodę z rowerami. Zaoszczędzone pieniądze z SKO (Szkolna Kasa Oszczędności) pozwoliły im na zakup dwóch jednośladów marki „Olimp”. Początkowo były to wycieczki po okolicach Jeleniej Góry, z czasem przerodziły się w długie wyprawy rowerowe.

W latach 70-tych, na chwilę przesiadali się na motorowe-



„ Jednym z największych osiągnięć Bolesława Osipika było objeżdżanie Polski... ”

ry marki „Komar”, by odbyć podróż przez wschodnią część ZSRR (obecnie tereny Ukrainy) Rumunię, Węgry, Czechosłowację i Niemcy, ale pasja do rowerów przeważała i dalsze wyprawy odbywali już niemal wyłącznie na dwóch niezmotoryzowanych kółkach.

Jednym z największych osiągnięć Bolesława Osipika było objeżdżanie Polski (4802 km) w 1998 roku w 45 dni.

Ale to tylko część jego imponującego dorobku. Objazd całego Euroregionu „Nysa” na samodzielnie wyremontowanym, marki NSU Opel z 1931 roku czy trudna ze względu na wyjątkowo niesprzyjające warunki pogodowe, wyprawa po krajach „starej” Unii Europejskiej którą odbył z okazji wejścia Polski do UE, to tylko niektóre z jego wyczynów. Wszędzie, gdzie jeździł, promował swoje miasto rodzin-



„ Obecnie  
ma w nogach  
339 tys. kilometrów  
przepedałowanych... „

ne – Jelenią Górę. Za tę działalność został uhonorowany tytułem Rowerowego Ambasadora Jeleniej Góry.

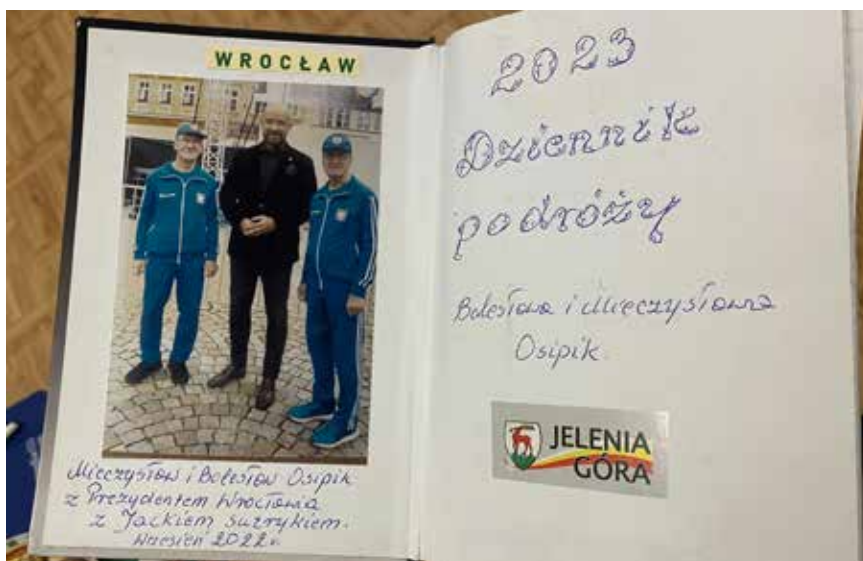
Jego pasja podróżnicza nie ogranicza się jedynie do samych wypraw. Osipik prowadzi szczegółowe dzienniki podróży, bogato ilustrowane zdjęciami i wycinkami prasowymi. Część dokumentacji już znalazła swoje miejsce w Archiwum Państwowym, a zabytkowy rower, którym pokonał Euroregion „Nysa”, jest częścią stałej ekspozycji w Muzeum Karkonoskim.

Obecnie ma w nogach 339 tys. kilometrów przepedałowanych na różnych polskich i europejskich trasach.

Jednak Bolesław Osipik nie tylko jeździ na rowerze. Udziela się również jako wolontariusz, angażując się w działalność na rzecz seniorów w ramach Zespołu Aktywności Społecznej z Sobieszowa. Jego zaangażowanie zaowocowało tytułem Wolontariusza Roku 2023 w kategorii wolontariat senioralny.

Bolesław i Mieczysław Osipik są prawdziwymi inspiracjami nie tylko dla seniorów, ale dla wszystkich, którzy poszukują pasji i wytrwałości w dążeniu do celu. Ich historia pokazuje, że prawdziwa przygoda zaczyna się tam, gdzie kończy się strefa komfortu, a determinacja i miłość do tego, co się robi, są kluczem do spełnienia.

**Renata Bech**  
Fot. Renata Bech





**Gminny Ośrodek Kultury w Myślakowicach 20 stycznia br. gościł 170 uczestników 22. Noworocznego Powiatowego Spotkania Osób z Niepełnosprawnościami. Gospodarzem wydarzenia był wójt gminy Myślakowice Michał Orman.**

Tak duża impreza nie odbyłaby się jednak bez wsparcia wielu zaangażowanych w nie osób i organizacji. A byli wśród nich m.in.: Urząd Gminy Myślakowice, Powiat Karkonoski, Urząd Marszałkowski, Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie, Gminny Ośrodek Pomocy Społecznej, Cech Rzemiosł Różnych i Przedsiębiorców, Nadleśnictwo Śnieżka oraz 15 organizacji tj.: Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych z Jeleniej Góry, domy pomocy społecznej z Janowic Wielkich, Nielestna, Szklar-

skiej Poręby, Sosnowki, Towarzystwo Przyjaciół Dzieci, Polski Związek Niewidomych, Warsztaty Terapii Zajęciowej z Jeleniej Góry i Kowar, Towarzystwo Walki z Kalectwem, Stowarzyszenie osób Niepełnosprawnych Intelakualnie i Ruchowo, Klub Amazonek, Stowarzyszenie Osób Przewlekłe Chorych „Pomocna Dłoń”, Związek Harcerstwa Polskiego, Koło Gospodyń Wiejskich z Myślakowic.

Na szczególne wyróżnienie, co podkreślał wójt, zasługuje główny inicjator powrotu do spotkań (z powodu pandemii oraz wybuchu wojny w Ukrainie przez trzy lata spotkania się nie odbywały) prezes Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych z Jele-

# Z kołędami dla Jana Pawła II



niej Góry Stanisław Schubert. To właśnie dzięki jego uporowi, determinacji i licznym rozmowom udało się nie tylko powrócić do tradycji corocznych spotkań, ale także zachęcić do wspólnego działania wiele osób i organizacji.

Podczas wydarzenia, które przebiegało w świąteczno-noworocznym nastroju, swoje talenty artystyczne prezentowali m.in.: młodzi lokalni wokaliści, harcerze oraz grupa przedszkolaków. Był też czas na życzenia i dzielenie się tradycyjnym opłatkiem.

Nie obyło się bez podziękowań, tak organizacjom, instytucjom, firmom, dzięki którym zostały przygotowane dla uczestników uגינאלy się od różnych potraw i smakołyków.





Szczególnie ważnym momentem było też wręczenie tytułu honorowego „Człowiek dobrego serca”, który otrzymali wyróżniający się i najbardziej zaangażowani, nie tylko w organizację tegorocznej imprezy, ale przede wszystkim w codzienną pomoc osobom tej pomocy potrzebującym.

Uczestniczące osoby z niepełnosprawnościami mogły też podzielić się swoimi doświadczeniami, różnymi informacjami na temat bieżących problemów i możliwości ich rozwiązywania, ale także, a może przede wszystkim, miały okazję do porozmawiania, poznania nowych osób, wspólnego świętowania, do bycia wspólnie z innymi i budowania więzi społecznych. Miały też okazję przekonać się, że ich los nie

jest obojętny innym ludziom.

Wydarzenie poprzedziła Msza Święta w Kościele p.w. NSPJ w Mysłakowicach, specjalnie dla uczestników spotkania, celebrowana przez biskupa Diecezji Legnickiej ks. Andrzeja Siemienińskiego.

Po Mszy, w ramach II Dni Muzyki Papieskiej, odbył się też koncert kolęd w wykonaniu Karkonoskiej Filharmonii Kameralnej, Chórów „Harfa”, „Cantamus” i „Fismolki” oraz wokalistów Darii Wyrostek-Pelc i Krzysztofa Paradowskiego.

To wyjątkowe spotkanie nie tylko świadczy o sile wspólnoty i zaangażowaniu społeczności lokalnej, ale również podkreśla, jak ważne są tego typu wydarzenia dla osób z niepełnosprawnościami. Integracja, dzielenie się doświadczeniem oraz wsparcie społeczne są kluczowe dla budowania lepszego świata, gdzie każdy człowiek ma szansę aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym.

**Renata Bech**  
Fot. Renata Bech



## II Dni Muzyki Papieskiej – kolędowanie w Karkonoszach

Tegoroczne Papieskie Kolędowanie to cykl trzech wydarzeń, które 13 stycznia rozpoczął koncert w jeleniogórskim Kościele pw. św. Jana Apostoła i Ewangelisty. Organizatorami było Duszpasterstwo Osób z Niepełnosprawnościami oraz Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych. Kolejne koncerty odbyły się: 20 stycznia w myślakowickim kościele Najświętszego Serca Pana Jezusa oraz 28 stycznia w cieplickim Kościele św. Jana Chrzciciela.

Jeleniogórski koncert rozpoczął się od symbolicznej, ulubionej kolędy Jana Pawła II – „Oj maluśki, maluśki”, wypełniającej serca zgromadzonych ciepłem i nostalgią. Zachęcając jednocześnie przybyłych na tę uroczystość do włączenia we wspólne śpiewanie. Na „scenie” wystąpili utalentowani soliści: Daria Wyrostek-Pelc i Krzysztof Paradowski oraz chóry „Harfa” z Piechowic, „Cantamus” z Karkonoskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku oraz „Fismolki” z Państwowej Szkoły Muzycznej I i II stopnia w Jeleniej Górze. Chóry, pod batutą Agnieszki Celi i Wiesławy Tobiasz, wraz z akompaniamentem muzyków z Karkonoskiej Filharmonii Kameralnej, stworzyły niezapomniane przeżycie muzyczne. W tym samym składzie artyści wystąpili również 28 stycznia w kościele pw. Św. Jana Chrzciciela. Gdzie podzielili się z przybyłymi utworami takimi jak „Mario, czy Ty wiesz?”, „Jeszcze nie czas Jezuniu nasz”, „Zagraj dziecku kołysankę” oraz „Dziecino słodka czemu drżysz”, by finałowy akord brzmiał kolędą „Narodził się Jezus Chrystus Bóg i Pan”. Każdy utwór przyczynił się do zatrzymania świątecznego nastroju na dłużej, jakby czas się zatrzymał, aby wszyscy mogli cieszyć się magią chwili. Równie wspaniały koncert odbył się w Mysłakowicach, o czym w artykule powyżej.

# Skansen w Chorzowie dostępny niewidomym

Z końcem XX i początkiem XXI wieku na naszych ulicach osoby z widoczną niepełnosprawnością pojawiały się na chodnikach naszych miast bardzo rzadko.

Osoba na wózku inwalidzkim, o kulach ortopedycznych, z białą laską lub psem przewodnikiem nie rzucały nam się w oczy. Obecnie sytuacja się zmieniła. Osoby z różnymi niepełnosprawnościami możemy spotkać w sklepach, urzędach, kościołach, galeriach sztuki, teatrach, muzeach, kinach, stadionach sportowych itp. Wiele budynków użyteczności publicznej oraz obiektów sportowych jest dostosowana do korzystania z nich przez osoby z niepełnosprawnościami. Mówimy tutaj o likwidacji barier architektonicznych, technicznych czy w komunikowaniu się.

Na terenie całego kraju coraz częściej przygotowywane są wystawy i wydarzenia z myślą o uczestnictwie w nich odbiorców, będących osobami z dysfunkcją wzroku. Oprowadzania haptyczne umożliwiają poznanie wybranych dzieł sztuki poprzez dotyk. Audiodeskrypcje czy opisy brajlowskie wprowadzają w świat narracji o genezie dzieła i akcie twórczym. Miejscem, które jest dostosowane dla osób z dysfunkcją wzroku jest Muzeum „Górnośląski Park Etnograficzny w Chorzowie“, który znajduje się na terenie Wojewódzkiego Parku Kultury i Wypoczynku (WPKiW), a od 2012 roku Parku Śląskiego. W ostat-



*Stadion Śląski. Fot. Park Śląski*

nim czasie 12 obiektów chorzowskiego skansenu zostało wyposażonych w nadajniki ułatwiające zwiedzanie właśnie osobom niewidomym i niedowidzącym. Są też miniprzewodniki w wersji brajlowskiej.

Początki WPKiW to grudzień 1950 r., kiedy zapadła decyzja o jego utworzeniu. Propagatorem i inicjatorem jego powstania był gen. Jerzy Ziętek. Od lipca 1951 r. górnicze hałdy zamieniały się w „zieloną wyspę” w samym centrum przemysłowej aglomeracji. Na przełomie lat pięćdziesiątych i sześćdziesiątych Park był jedynym w swoim rodzaju obiektem przyrodniczo – rekreacyjnym tej skali na terenie nie tylko Polski, ale i Europy i po dziś dzień pozostaje jednym z największych tego typu przedsięwzięć.

Na terenie Parku Śląskiego znajdują się: śląskie wesołe miasteczko, stadion śląski, śląski

ogród zoologiczny, śląskie planetarium, ogromny park rekreacyjny – wypoczynkowy, Park Linowy „Palenisko”, ogród japoński oraz Muzeum „Górnośląski Park Etnograficzny w Chorzowie“. Od 1957 roku zaczęła kursować nizinna kolej, jedyna tego typu w Europie. Jej długość wynosiła wówczas 5 km. W ostatnim czasie oddano drugą linię kolejki.

1 sierpnia 1974 roku powołano nową placówkę muzealną pod nazwą Górnośląski Park Etnograficzny w Chorzowie, który uroczystie otworzono 1 maja 1974 r. Zwiedzającym udostępniono wówczas 33 zabytkowe obiekty architektury wiejskiej. Od 2002 roku muzeum umieszczone jest na Szlaku Architektury Drewnianej Województwa Śląskiego, który składa się z pięciu pętli (częstochowskiej, gliwickiej, rybnickiej, pszczyńskiej i beskidzkiej). W Muzeum obec-



nie na powierzchni ekspozycyjnej ok. 35,6 ha prezentowanych jest 78 obiektów małej i dużej architektury z obszaru Górnego Śląska i Zagłębia Dąbrowskiego.

Również Muzeum „Górnośląski Park Etnograficzny w Chorzowie” stale poszerza swoją ofertę o nowe atrakcje. Jedną z najnowszych jest darmowa aplikacja YourWay. Na czym to polega i jak działa?

Otóż nadajniki w systemie YourWay Beacon łączą się urządzeniem mobilnym z zainstalowaną darmową aplikacją YourWay. Ułatwia ona poruszanie się w terenie, a także dostarcza informacje tekstowe. Pozwala to osobom z niepełnosprawnością wzroku poznać obiekty w skansenie. Tutaj właśnie wykorzystana jest audiodeskrypcja. Jest to przekazywany drogą słuchową, werbalny opis treści wizualnych osobom niewidomym i słabowidzącym. Audiodeskrypcja jest nazywana również opisem wideo

lub opisową narracją. Audiodeskrypcja pozwala osobom niewidomym na możliwość odbioru sztuki wizualnej, np. malarstwa, czy gry aktorskiej, dlatego też stosowana jest m.in. w muzeach, produkcjach audiowizualnych, teatrze, podczas widowisk sportowych oraz, jak to ma miejsce w Chorzowie, podczas zwiedzania śląskiego skansenu.

Nadajniki znajdują się w 12 obiektach, m.in. w chałupie z Istebnej, stodole ośmiobocznej z Brzeźca, młynie z Imielina czy w wiatraku z Grzawy. Skansen został także wyposażony w plan tyflograficzny przedstawiający teren i budynki w parku. Oznaczenia przedstawione są w grafice wypukłej, a opisy w brajlu. Plan można połączyć z aplikacją YourWay. Z myślą o osobach z niepełnosprawnością wzroku powstały również miniprzewodniki po parku w wersji brajlowskiej i z wypukłą ryciną. Park etnograficzny został umieszczony

w ogólnopolskiej bazie YourWay, z której korzystają osoby z niepełnosprawnościami. Od teraz osoba mająca aplikację będzie miała muzeum na liście obiektów z udogodnieniami.

Na zakończenie tego materiału proponuję i zapraszam osoby nie tylko z dysfunkcjami wzroku ale każdą osobę wybierającą się na tereny Górnego Śląska aby zarezerwować sobie jeden dzień na odwiedzenie Parku Śląskiego. Atrakcji nie zabraknie bo cały skansen to kilka godzin, ogród zoologiczny i planetarium kolejne kilka godzin. Będąc w Chorzowie nie wypada nie odwiedzić Stadionu Śląskiego czyli „Kotła Czarownic”. Natomiast w śląskim wesołym miasteczku czekają atrakcje, których nie zapomnicie do końca życia. Jeszcze raz zapraszam bo cały Śląsk staje się coraz więcej dostępny dla osób z różnymi niepełnosprawnościami.

**Andrzej Koenig**  
**Ociemniały**

## 1,5% podatku wypłacony

W Karkonoskim Sejmiku Osób Niepełnosprawnych podsumowano akcję zbierania 1,5% podatku od osób fizycznych za rok 2022. Darczyńcy jak zwykle byli wrażliwi na prośby fundacji, organizacji pozarządowych i rodzin ze szczególnymi potrzebami. 938 darczyńców przekazało 36 obdarowanym kwotę ponad 95 000 zł. Kwoty darowizny wynosiły od kilkudziesięciu złotych do kilkunastu tysięcy złotych z przeznaczeniem na cele ochrony zdrowia i rehabilitację.

Jak zwykle, Sejmik dokonał przekazania poszczególnych kwot osobom wskazanym



w deklaracjach. Akcja zbierania odpisów trwa już ponad 11 lat. Nie publikujemy listy osób obdarowanych, ponieważ w latach poprzednich po takiej publikacji stały się one przedmiotem wyjątkowo agresywnego hejtu.

Niemniej jednak w imieniu obdarowanych wszystkim darczyńcom serdecznie dziękujemy.

Przypominamy także, że od stycznia 2024 roku rozpoczyna

się kolejny okres w którym osoby fizyczne i przedsiębiorcy będą mogli w sposób uregulowany prawem wspierać potrzeby osób z niepełnosprawnościami, a Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych jako Organizacja Pożytku Publicznego jest upoważniona do tego pożytecznego pośrednictwa.

Możecie Państwo także przekazać 1,5% podatku na cele statutowe KSON wpisując w odpowiednią rubrykę numer KRS 0000100516.

Dziękujemy za długoletnią współpracę.  
**KSON**

# Nasze zdrowie w naszych dłoniach (2)

**Mała joga dłoni, znana również jako mudry, to starożytna technika pochodząca z Indii, która polega na ułożeniu palców w określonych pozycjach, aby wpływać na przepływ energii w ciele i umyśle. Przynosi ona wiele korzyści dla zdrowia, takich jak poprawa odporności, redukcja stresu, leczenie różnych dolegliwości i poprawa samopoczucia.**

Mała joga dłoni jest częścią ajurwedy, czyli tradycyjnej medycyny indyjskiej, która istnieje od ponad 5000 lat. Uznaje ona, że zdrowie zależy od zachowania równowagi między pięcioma żywiołami: powietrzem, ogniem, ziemią, wodą i niebem (eterem). Każdy z tych żywiołów odpowiada za określone funkcje i aspekty życia. Każdy z palców dłoni jest symbolem jednego z żywiołów: kciuk to ogień, wskazujący to

powietrze, środkowy to niebo, serdeczny to ziemia, a mały to woda. Poprzez odpowiednie ułożenie palców, można wpływać na poziom i przepływ żywiołów w organizmie, a tym samym na stan zdrowia i samopoczucie.

Jest to bardzo prosta i łatwa do wykonania metoda. Nie wymaga żadnego specjalnego sprzętu, ubioru czy miejsca. Można ją praktykować w dowolnym momencie i miejscu. Ważne jest jednak, aby przestrzegać kilku podstawowych zasad, które przyczynią się do zwiększenia jej skuteczności, a są to:

zawsze używamy obu rąk do wykonywania wybranej mudry  
zaleca się ćwiczyć przez co najmniej 45 minut dziennie.  
Można podzielić ten czas na kilka krótszych sesji, np. po 15 minut rano, w południe i wieczorem.

Przed rozpoczęciem ćwiczenia dobrze jest się zrelaksować

Pozycja ciała – można siedzieć, stać lub leżeć, w zależności od własnych upodobań

W poprzednim numerze magazynu „Tu i teraz”, omawiana była „mudra życia”, tym razem prezentujemy kolejną – „mudrę ziemi”.

Jest to mudra, której wykonywanie jest przydatne zwłaszcza zimą, ponieważ podnosi temperaturę ciała i pobudza ogień wewnętrzny. Wspomaga leczenie przeziębienia, grypy, kaszlu i innych chorób związanych z zimą.

Technika wykonania: złożź wewnętrzne powierzchnie dłoni razem i spleć palce. Następnie wyciągnij kciuk prawej ręki i otocz go palcem wskazującym i kciukiem lewej ręki, tworząc obręcz. Ułóż tak złożone dłonie na brzuchu, z kciukiem skierowanym do góry. Oddychaj głęboko, skupiając się na swoim ogniu wewnętrznym.

**Renata Bech**  
Fot. Renata Bech



# Cenne, złote znalezisko już w muzeum

W 1913 roku nietypowy metalowy przedmiot znalazł mieszkaniec wsi Piotrowice pod Kołobrzegiem. Odkrył go w żwirowni. Początkowo uznał, że to obręcz od beczki i rzucił na kupę złomu. Okazało się, że to cenny gocki naszyjnik ze złota i srebra. Jego kopię można dziś obejrzeć w kołobrzesckim muzeum.

Gdy w 1916 roku, podczas I wojny światowej, zbierano złom na cele wojenne, zwrócono uwagę na nikomu niepotrzebną obręcz. Po kilku konsultacjach dziwna obręcz trafiła do kołobrzesckiego złotnika, który stwierdził, że ważący 1883 gramów przedmiot to mieszanka 1360 gramów złota i 523 gramów srebra. 2 kwietnia 1916 roku zabytek został oficjalnie przekazany do kołobrzesckiego muzeum.

Obiekt opracował pod kątem naukowym prof. Gustaf Kossinna,

który datował jego powstanie na ok. 550 rok naszej ery. Przedwojenna literatura niemiecka kwalifikuje naszyjnik z Piotrowic, które leżały wówczas na terenie Niemiec jako zabytek gocki z połowy VI wieku. W tym czasie znano 16 takich obiektów, z czego 10 znaleziono w Szwecji, 3 w Danii, a 1 w Holsztynie. Zwrócić uwagę należy na wyjątkowe zdobienia zabytku, wśród których ma tam znajdować się głowa orła i lwa.

W 2023 roku Muzeum Oręża Polskiego w Kołobrzegu obchodziło 60-lecie powstania. Od początku ubiegłego roku czynione były starania na rzecz uzyskania dostępu do naszyjnika z Piotrowic. Zabytek przetrwał II wojnę światową. W marcu 1945 roku opuścił Kołobrzeg wraz z ewakuowanymi drogą morską mieszkańcami. Obecnie prezentowany jest w Pommersches Landesmuseum w Greifswaldzie. Dzięki wielu długoletnim stara-



niom udało się zdobyć zgodę na wykonanie pozłacanej kopii.

Całość projektu wpisuje się w działania Kołobrzegu na rzecz Europejskiej Stolicy Kultury 2029. Naszyjnik jest już prezentowany w Muzeum Miasta Kołobrzeg, które jest oddziałem Muzeum Oręża Polskiego w Kołobrzegu. Obecnie trwają przygotowania do zmian na wystawie i zrealizowaniem tam komponentu poświęconego prądziejom ziemi kołobrzesckiej.

**Jolanta Wiatr**

Fot. Arch. Muzeum Oręża Polskiego w Kołobrzegu.

## Śpiewać nie każdy i nie wszędzie może?

Śpiewała przy moło – usłyszała wyrok sądu. To właśnie takie występy wokalne wraz ze sprzętem nagłaśniającym były jednym ze sposobów niepełnosprawnej mieszkanki Kołobrzegu na dorobienie sobie do niewysokiej renty.

Czy zawinił repertuar, czy być może zbyt głośny sposób wykonania piosenek, których dobór był



w zasadzie kwestią indywidualnych gustów? Dość, że znamy finał sprawy pani Agnieszki, niepełnosprawnej wokalistki, którą można było od wielu miesięcy, niemal codziennie usłyszeć przy kołobrzesckim moło jak z mikrofonem w rękę na inwalidzkim wózku wykonywała najpopularniejsze piosenki, pobierając za to drobne datki od przechodniów. Czy robiła to profesjonalnie? No cóż, to rzecz gustu. Niektórym nawet bardzo podobały się te wykonania, innym, którzy przyjechali tu odpocząć, wyciszyć się i posłuchać szumu morskich fal – wręcz przeciwnie.

W końcu na wniosek tych, którzy byli spragnieni ciszy, w związku z występami samowolnej wokalistki zaczęło dochodzić do coraz liczniejszych interwencji straży miejskiej. Strażnicy pojawia-

li się przy moło coraz częściej, gdyż zgodnie z prawem używanie nagłośnienia podczas występów w strefie uzdrowskiej jest niezgodne z prawem. Jej występami w końcu zajął się sąd. Niedawno zapadł wyrok w tej sprawie. Pani Agnieszka została ukarana grzywną w wysokości trzech tysięcy złotych. Dodatkowo musi pokryć koszty sądowe.

Sąd orzekł, że wina pani Agnieszki nie budzi wątpliwości. Kodeks wykroczeń nie przewiduje umorzenia sprawy z powodu niskiej szkodliwości czynu. W ocenie sądu nie ma także podstaw do odstąpienia od wymierzenia kary, bo obwiniona zdawała sobie dobrze sprawę, że popełnia wykroczenie i robiła to wielokrotnie, pomimo wcześniejszych licznych upomnień.

**Jolanta Wiatr**



# ONI CZYNIAĆ DOBRO!

**To tytuł tegorocznej Ogólnokrajowej Gali Wolontariatu organizowanej po raz 4 przez Narodowy Instytut Wolności – Korpus Solidarności.**

Ponad 100 wolontariuszy i Koordynatorów złożyło wniośki aplikujące. Komisja miała nie lada wyzwanie, aby wyłonić najlepszych i ich wyróżnić. Rozdano łącznie 11 statuetek, w dwóch kategoriach tj. Koordynator i Wolontariusz.

Gala odbyła się 3.12.23 w teatrze Polskim w Warszawie, prowadzący to znany Jaś Mela (dzisiaj mąż i ojciec trójki dzieci), oraz Ida Nowakowska. Uroczystość uświetniły występy polskich gwiazd estrady, którzy zaśpiewali dla bohaterów gali. Na scenie pojawili się między innymi Kamil Bednarek, Jacek MEZO Mejer, Marek Piekarczyk, CLEO, Roxie Węgiel i Viki Gabor.

Zanim jednak doszło do Gali w Warszawie, z każdym wyłonionym zwycięzcą nagrywany był film w miejscu jego działania i zamieszkania. Znalezienie się wśród nagrodzonych to nie lada wyróżnienie i gratka, zarazem

duma i zadowolenie, że wykonywana praca społeczna ma sens.

Jak mówi jedna z tych wyróżnionych wolontariuszek, gdy miała 31 lat amputowano jej obie piersi a lekarze kazali żegnać się z rodziną i małymi dziećmi. Powiedziała: absolutnie! Upór i działania na rzecz własnego zdrowia i pomoc innym do dzisiaj są niezmiennie.

– Jestem i będę po to by wspomagać. Choćby jedna zadowolona osoba na dyżurze powoduje, że wracam do domu uskrzydłona, uśmiechnięta i dwa centymetry wyższa – mówi o sobie. – To trochę moja misja życiowa.

O kim mowa? O Katarzynie Anders – Wolontariuszce ze Stowarzyszenia Amazonki i Osób z Chorobą Nowotworową w Zgorzelcu, która zajęła II miejsce. To cudownie móc pracować

z taką doświadczoną życiem, chorobą ale i trudną pracą wolontariusza kobietą. Kasia zadeklowała tę nagrodę wszystkim wolontariuszom i swojej rodzinie. – Wolontariusze to anioły – powiedziała i zaapelowała by ich nie szukać tylko by nimi być!

Mi, jako koordynatorowi wolontariuszy w tym stowarzyszeniu, tym bardziej jest miło i dumna mnie rozpiesza, że mamy w swoim gronie taką Kaśkę amazonkę (jak powiedział na Gali – Jaś Mela), ale też inne dziewczyny, których postawa jest godna pochwały. Grono naszych wolontariuszy liczy aktualnie, razem ze mną, 18 osób. Każdy ma kwalifikacje, każdy daje z siebie tyle ile może i każdy jest ważny oraz... odważny!

Bo trzeba mieć siłę, by po własnych, często trudnych prze-

## Gdzie obejrzeć?

Relację z całej uroczystości można obejrzeć pod linkiem:

[https://vod.tvp.pl/programy,88/wydarzenia-odcinki,274948/odcinek-163,S01E163,962154?fbclid=IwAR0eFGoV-ufI\\_NlfMx28zfzNt6YP-GUfkfsAA9br8gnxb4nSsLA16qUOKwYM](https://vod.tvp.pl/programy,88/wydarzenia-odcinki,274948/odcinek-163,S01E163,962154?fbclid=IwAR0eFGoV-ufI_NlfMx28zfzNt6YP-GUfkfsAA9br8gnxb4nSsLA16qUOKwYM)

Dla osób niezalogowanych, bezpłatny dostęp do wydarzenia jest możliwy po wybraniu opcji „Oglądaj z reklamami”.

ściach onkologicznych, iść z podniesioną głową do góry i pomagać innym zagubionym, wystraszonym itp.

Cały czas pracujemy nad rozwianiem czynienia dobra dla drugich. Czasem by się wydawało, że bez efektów... ale one są. To uśmiech na twarzach ludzi, to miłe wpisy na naszej stronie, to wymiana telefonów i późniejsze kontakty w razie potrzeby (nie ograniczamy się tylko do dyżurów w szpitalu). To serdeczne słowa podziękowań od chorych lub ich rodzin, a kilka osób dzięki tym dyżurom dołączyło do naszego stowarzyszenia. Nawiązaliśmy też współpracę z firmami, dzięki czemu chorym możemy zaoferować próbki produktów żywieniowych,



## LAUREACI GALI

### **Wolontariusz Roku Korpusu Solidarności 2023**

- Agnieszka Gąsiorowska – Laureatka I miejsca w konkursie Wolontariusz Roku Korpusu Solidarności – Fundacja Brama Epok
- Katarzyna Anders – Laureatka II miejsca ex aequo w konkursie Wolontariusz Roku Korpusu Solidarności ex aequo – Stowarzyszenie Amazonek Osób z Chorobą Nowotworową w Zgorzelcu
- Janusz Mucharski – Laureat II miejsca ex aequo w konkursie Wolontariusz Roku Korpusu Solidarności – Puckie Hospicjum pw. Św. Ojca Pio
- Wiesława Kwaterska – Laureatka III miejsca w konkursie Wolontariusz Roku Korpusu Solidarności – Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelktualną
- Małgorzata Olczyk – Wyróżnienie w konkursie Wolontariusz Roku Korpusu Solidarności – Młodzieżowy Ośrodek Wychowawczy w Polanowie

### **Koordynator Roku Korpusu Solidarności 2023**

- Małgorzata Grosfeld – Laureatka I miejsca ex aequo w konkursie Koordynator Roku Korpusu Solidarności – Stowarzyszenie Mudita
- Andrzej Kobiałka – Laureat I miejsca ex aequo w konkursie Koordynator Roku Korpusu Solidarności – Zespół Szkół Mechanicznych w Kielcach
- Adrianna Kaszuba – Laureatka II miejsca ex aequo w konkursie Koordynator Roku Korpusu Solidarności – Fundacja Mam Pomysł
- Marcin Rechulicz – Laureat II miejsca ex aequo w konkursie Koordynator Roku Korpusu Solidarności – Stowarzyszenie Czajnia
- Dorota Korzyk – Laureatka III miejsca ex aequo w konkursie Koordynator Roku Korpusu Solidarności – Koło Gospodyń Wiejskich Babiniec – Czarna i Przyjaciele w Czarnej Górnjej
- Agnieszka Pawelczyk – Laureatka III miejsca ex aequo w konkursie Koordynator Roku Korpusu Solidarności – Muzeum Wsi Opolskiej w Opolu

dedykowanych osobom onkologicznym i wyczerpanym chorobą, chętni otrzymują publikacje o stosownej tematyce, płyty z muzyką relaksacyjną. Również ważnym elementem naszego wolontariatu w trakcie dyżurów jest nacisk na profilaktykę i naukę samobadania na fantomach. Zachęcamy szczególnie do tego osoby towarzyszące chorym.

Zapraszamy na nasz profil na facebooku: <https://www.facebook.com/amazonkizgorzelec/>

Śledźcie nas i oglądajcie nasze działania, nie tylko te z wolontariatu. Chorych, tych teraz i tych co już są zdrowi, zapraszamy do naszego grona – działajcie z nami, pomóżcie innym. Pomagać warto bo pomagając innym pomagasz też sobie.

**A więc CZYŃ DOBRO ....**

**Dorota Gruchalska**

# Niepokorny w sutannie



**Rozproszone po Polsce czwarte już pokolenie potomków byłych repatriantów zelektryzowała wiadomość, że ks. Henryk Okołodowicz, ksiądz pełniący swoje powołanie na Białorusi, został uwięziony. Zabrano go dwa miesiące po wrześniowej operacji nowotworowej żołądka z jego parafii w Wołożynie niedaleko Mińska.**

Młodszy brat Henryka, Leonard, też duchowny, nawiązał kontakt z bardzo cenioną prawniczką dzięki niej uzyskał informacje, że uwięziony przebywa w mińskim areszcie.

Brat nie uzyskał zgodny na kontakt z uwięzionym, nie otrzymał też informacji, jakie powody zdecydowały o zatrzymaniu proboszcza z Wołożyna. Zważywszy na to, że kapłan miał za nic utrwalone przez dziesięciolecia przekonanie, że religia to opium dla ludu, w pokomunistycznej Białorusi pozostawał wierny swojemu powołaniu.

Henryk pochodzi z polskiej rodziny, która w czasie repatriacji nie opuściła Nowej Myśzy odległej o trzy kilometry od

Baranowicz. Jego rodzice, już nieżyjący, ulegli iluzji, że ich sąsiedzi opuszczają dawne ziemie Radziwiłłów na krótko. Więc Okołodowiczowie doczekali się dwóch synów i córki, które po zamęściu Marii za studencką miłość w Petersburgu, wyjechała do Finlandii, skąd pochodził jej mąż. Potem dołączyła do niej Regina, a kiedy dowiedziała się o uwięzieniu brata, natychmiast chciała wracać na Białoruś. O całej sytuacji dowiaduje się od ks. Leonarda, na tyle, ile można dowiedzieć się z rozmów na podsłuchu. Młodszy z braci stanowczo zakazał przyjazdu siostrze w rodzinne strony. Ze względu na kierunek, z którego by wracała, jej obecność w kra-

ju, którego władze nie mają powodu podtrzymywać dobrych stosunków z krajami bałtyckimi, jej obecność byłaby co najmniej podejrzana.

Wiadomości przekazywane o więzionym księdzu są skąpe. Pani mecenas podpisała zobowiązanie, że nic nikomu nie będzie mówić o sytuacji uwięzionego księdza. Ma lat 64. Jak inni chłopcy, którzy mieli powołanie do stanu kapłańskiego, byli pod duchową i edukacyjną opieką infułata Piątkowskiego. Żyjący ascetycznie, obdarzony fenomenalną pamięcią przekazywał wiedzę z przedmiotów, jakie obejmował program studiów w seminarium duchowym. Ta konspiracyjna edukacja

w przypadku Henryka trwała do momentu, kiedy władze pozwoliła na wyjazd Henryka do Rygi gdzie funkcjonowało Seminarium Duchowne. Mając 24 lata otrzymał święcenia kapłańskie i zaczął gorliwie pełnić swoją posługę. A kiedy nastąpiły polityczne zmiany i oddawano kościoły na magazyny i inne cele gospodarcze, on podejmował się ich remontów.

Telewizjowicze mogli z polskiego dziennika dowiedzieć się, że ten ksiądz jest podejrzany o ukrycie złotych figur dwunastu Apostołów w radziwiłłowskiej kaplicy. Ten kościół znajdował się na terenie powierzonej księdzu Okołotowiczowi parafii a po figurach nie było ani śladu. Właściwe służby, dewastując to, co już zostało zrobione, po pewnym czasie zaproponowały współpracę co wiązało się złamaniem tajemnicy spowiedzi.

Ksiądz robił swoje, a oni swoje. Wiec w ciągu tych lat kapłaństwa był zatrzymywany 30 razy. Watykan wysłał go profilaktycznie na studia na Zachodzie, by nie drażnił białoruskich władz, ale on wrócił i robił to, co nakazywało mu powołanie. Czyli

duszpasterzował, remontował kościoły, sześć lat temu postawił pomnik św. Janowi Pawłowi II, papieżowi z Polski.

P o n i e w a ż moja rodzina jest spokrewniona z tym rodem, który nie opuścił Nowogródzczyzny, byliśmy w kontakcie listowym, składaliśmy sobie wizyty i na bieżąco byliśmy informowani o poczynaniach dzielnego kapłana. Dzielnego i niepokornego. Miałam okazję poznać go na Jasnej Górze, uprzedzona, że będzie tam pielgrzymował. Podjęłam też nieskuteczną interwencję, kiedy jego mama poprosiła o to, by wyjednać odwołanie ks. Henryka z rejonu Czernobyli. Kiedy rozmawiałam o tym z moim proboszczem, spokojnie przypominał, że jednym z kapłańskich zobowiązań jest posłuszeństwo, a przecież w tym skażonym radioaktywnie terenie ludzie też potrzebują kapłana.

Do dziś pamiętam opowieść,



jak w lesie ks. Henryk był nakłaniany do współpracy. Jego odpowiedź była krótka „wy zdziesię mnie ubijcie, ale ja syszczykom nie budu”.

Ostatnia wiadomość, jaka do mnie dotarła via Finlandia przekazana od pani mece-nas, a przekazana przez ks. Leonarda, brzmiała „Trzyma się.” Wcześniej wspomniana prawniczka, mieszkająca w Mińsku, uspokoiła rodzinę, że przekazała paczkę z lekarstwami i druga z konieczna garderobą, bo został zabrany tak, jak stał. Jak donosił w ocenzone liście do brata, na prośbę kilku współwyznawców z celi uczy ich modlitwy.

**Maria Suchecka**  
Fot. Archiwum Autorki

## Kolejna inwestycja dla serca

**W Szpitalu im. Marciniaka we Wrocławiu uroczyste otwarto nową salę Pracowni Elektrofizjologii. To kolejny etap budowy nowoczesnego Ośrodka Interwencji Sercowo-Naczyniowych.**

Sala została wyposażona w najnowocześniejszy sprzęt niezbędny do wykonywania zabiegów m.in. z zakresu elektrofizjologii. Nowa pracownia elektrofizjologii, zwiększy liczbę pacjentów z regionu, którym będzie można pomóc wykorzystując najnowocześniejszą aparaturę medyczną i umiejętności personelu medycznego.

Ale to nie koniec działań w szpitalu im. T. Marciniaka, w tym roku realizowana będzie kolejna inwestycja wynosząca 8 milionów zł na utworzenie kolejnej sali, by móc nieść pomoc jeszcze większej liczbie pacjentów z Dolnego Śląska. To sprawi, że ten szpital stanie się ważnym Ośrodkiem Interwencji Ser-

cowo-Naczyniowej. Sercem nowej pracowni jest najnowocześniejszy aparat do zabiegów z zakresu kardiologii interwencyjnej – elektrofizjologii.

Nowy aparat zapewnia skrócenie czasu badań do minimum – a co najważniejsze – zmniejszenie dawki promieniowania absorbowanej przez pacjenta i operatorów nawet o połowę.

Samorząd Województwa Dolnośląskiego przeznaczył na nową salę ponad 8 mln zł. Koszty własne szpitala to 370 tys. zł.

**Adamfi**

# Okiem radnego – CZY WARTO DEBATOWAĆ?

Gdy trzy kadencje temu pierwszy raz zostałem radnym nie bardzo wiedziałem, jak wygląda świat „dojrzałej polityki”. Pełen zapału i gorliwości w zmienianiu świata na lepszy, słowo „kompromis” znałem tylko ze słownika. Gardziłem politycznymi targami i układami. Przysporzyło mi to już na początku politycznej kariery wielu wrogów. I w gronie własnej partii, i w gronie adwersarzy. Bo dobry radny siedzi cicho i głosuje tak, jak mu każą. Ale nie po to szedłem do polityki...

I takiego „młodego-gniewnego” wypatrył prezes Karkonoskiego Sejmiku Osób Niepełnosprawnych Stanisław Schubert, i zaprosił do siebie. Podobnie kilku innych politycznych outsiderów, którzy chcieli coś zrobić dla Miasta, a nie jedynie „piastować i zasiadać”. Rychło okazało się, że ludzie z którymi dzieli nas przepaść politycznych zapatrywań, prywatnie są fajni, rzeczowi, a o wielu ważnych dla Jeleniej Góry sprawach myślimy podobnie. Tak rozpoczęła się moja współpraca z KSON, która trwa do dziś.

Stanisław Schubert znalazł płaszczyznę, na której mogą sobie podać rękę ludzie o różnych poglądach – niepełnosprawność. Wiadomo bowiem, jak trudne jest życie niepełnosprawnych w naszym kraju i próbują coś z tym zrobić. Bo przecież problem niepełnosprawności może dotknąć w przyszłości i nas. Stanisław Schubert pokazał mi, że niepełnosprawni nie potrzebują złotych



klatek, w których się ich zamknie. Wręcz przeciwnie – chodzi właśnie u umożliwienie im normalnego życia: pracy, wypoczynku, turystyki, relaksu, możliwości wyjścia do kina, sklepu czy urzędu.

Dyskusja o problemach niepełnosprawnych z czasem przeszła na inne tematy: jaka powinna być Jelenia Góra, jak powinny zachowywać się władze, co możemy i powinniśmy zmienić? Może warto porozmawiać o tym nie za drzwiami gabinetu, ale w publicznej dyskusji? Tak rozpoczął się cykl debat zorganizowanych przez Karkonoską Koalicję Organizacji Pozarządowych w ramach akcji „Masz Głos, Masz Wybór”. Brał w nich udział Marcin Zawila, Miłosz Sajnog, Leszek Wrotniewski i ja.

Czy w Polsce rozdartej pomiędzy PiS i PO nadal warto debatować? Myślę, że tak, bo problemy, z którymi boryka się przeciętny człowiek nie wymagają interwencji i błogosławieństwa Jarosława Kaczyńskiego czy Donalda Tu-

ska. Wymagają rozwiązania. Nie będzie to łatwe, bo od 2014 roku, kiedy zaczęły się jeleniogórskie spotkania wiele się zmieniło. Politycy PiS i PO nie spotykają się już na debatach, ale w sądach i w prokuraturze. Poziom agresji i wzajemnej nienawiści osiągnął poziom niespotykany dotąd w Polsce. I nic nie wskazuje, by w najbliższych latach mogło się to zmienić. Niestety na poziomie samorządu nie wygląda to lepiej niż w Sejmie. Radni dzisiejszej opozycji zerwali z tradycją wspólnych spotkań rajców, na których dotąd można było w nieco mniej formalnej atmosferze rozmawiać o sprawach ważnych dla Miasta. Do Ośrodka Edukacji Ekologicznej „Jeleniówka” w Chromcu przyjeżdżają tylko radni Koalicji Obywatelskiej, by rozmawiać z prezydentem i jego sztabem.

Warto jednak podjąć próbę zorganizowania debaty. Problemy Jeleniej Góry dotyczą nas wszystkich: dostępność dla niepełnosprawnych, dziurawe drogi, odcięcie komunikacyjne, wyludnianie się miasta. O tym można i trzeba rozmawiać. I to są realne zagadnienia, których rozwiązanie skutkuje dla mieszkańców poprawą jakości życia. Tym bardziej, że za chwilę wybory samorządowe i warto, byśmy zagłosowali na osoby zainteresowane lokalnymi sprawami, a nie tematami, z których dla zwykłego człowieka nic poza biciem piany nie wynika.

**Rafał Piotr Szymański,  
wiceprzewodniczący Rady  
Miejskiej Jeleniej Góry**



# Nowy punkt krwiodawstwa w Jeleniej Górze

Od 3 stycznia 2024 punkt krwiodawstwa w Jeleniej Górze działa w nowej lokalizacji przy ul. Krótkiej 1.

Krwiodawcy w Jeleniej Górze przez wiele lat byli przyjmowani w punkcie mieszczącym się w Wojewódzkim Centrum Szpitalnym Kotliny Jeleniogórskim. Po wypowiedzeniu umowy przez dyrekcję lecznicy, krew początkowo można było oddawać w punkcie mobilnym w krwiobusie, a następnie w gościnnych progach Karkonoskiej Akademii Nauk Stosowanych.

Nowy punkt krwiodawstwa to przede wszystkim wygoda i bezpieczeństwo dawców krwi. Został zaprojektowany z myślą o ich komforcie, znajdują się tu m.in. rejestracja, pomieszczenie do poboru krwi z trzema stanowiskami, gabinet lekarski, poczekalnia, sanitariaty. Przyjemnie zaaranżowana przestrzeń ma stwarzać atmosferę sprzyjającą procesowi oddawania krwi. Punkt został także doposażony w nowy sprzęt oraz meble.

– Otwarcie nowego punktu pobrań jest ukłonem w kierunku naszych dawców, bez których nie ma krwiodawstwa – informuje dyrektor Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Wałbrzychu Elżbieta Kierzek. – W Jeleniej Górze brakowało stałego punktu poboru. Bardzo długo pobieraliśmy krew na terenie szpitala, potem dzięki uprzejmości władz uczelni na terenie Karkonoskiej Akademii Nauk Stosowanych. W ciągu roku w Jeleniej Górze oddaje krew około 3000 dawców. Zawsze jest ich za mało. Potrzebne są wszystkie grupy krwi, ale najbardziej deficytowe są grupy O Rh+ i 0 Rh-.

Adaptacja pomieszczeń na nowy punkt krwiodawstwa zrealizowana została dzięki programowi

„Wsparcie infrastruktury technicznej celem przeciwdziałania negatywnym skutkom występowania pandemii COVID-19 oraz przygotowania systemu na przyszłe zagrożenia epidemiologiczne” w ramach działania 11.3 Wspieranie naprawy i odporności systemu ochrony zdrowia osób priorytetowa XI REACT-EU Programu Operacyjnego Infrastruktura i Środowisko 2014 – 2020.

Wartość inwestycji to prawie 2 mln złotych, w tym dofinansowanie z programu REACT-EU w wysokości 1 579 770,00 zł.



Przypominamy, że dawcą krwi może zostać każda zdrowa osoba, która ukończyła 18. rok życia. By oddać krew należy zarejestrować się bezpośrednio w punkcie. Przed oddaniem krwi należy jednak zadbać o odpoczynek, niskotłuszczową zdrową dietę i nawodnienie organizmu. Następnym krokiem jest już wizyta w punkcie krwiodawstwa, podczas której dawca powinien mieć przy sobie ważny dowód tożsamości.

Adamfi  
fot. Adamfi

**16 kobiet dziennie umiera w Polsce na raka piersi!**

**A Ty, kiedy ostatnio badałaś swoje piersi?**

**PILNIE skontaktuj się ze specjalistą gdy:**

- ✓ wyczujesz guzek
- ✓ pojawi się dziwny wyciek z piersi
- ✓ zmieni się kształt lub wielkość Twoich piersi

**Choroba wcześniej wykryta jest ULECZALNA!**

# Jak powstali Żelazni Ludzie

Rozmowa ze Zbigniewem Frączkiewiczem, wybitnym artystą-rzeźbiarzem ze Szklarskiej Poręby.

– **Jak się tu znalazłeś?**

– Czuję się łodzianinem. Po skończeniu studiów w Warszawie postanowiłem pożegnać się z dużymi miastami i poszukać miejsca w naturze. Początkowo myślałem o miejscu nad morzem, ale życie ułożyło inny scenariusz. Zaproszono mnie na plener w Legnicy. Gdy tam przyjechałem i wyszedłem z dworca na miasto, trafiłem do przepięknego parku w Legnicy. Spodobało mi się. Potem były zmagania rzeźbiarskie w Legmecie z udziałem kilkunastu rzeźbiarzy. Moja praca „Nastroje” uhonorowana została główną nagrodą. Przede mną był jeszcze rok studów, ale po jego zakończeniu przyjechalismy do Legnicy z żoną, na motocyklu wsk. Pracowałem w Legmecie, który miał swój ośrodek w Szklarskiej Porębie przy Kamieńczyku. Przyjeżdżałem tu jako plastyk zakładowy, by projektować kolory ścian, plac zabaw dla dzieci. Miałem tu też wystawę rysunków w lesie: wielkie rysunki powiewały pomiędzy drzewami na wielkich płachtach. Był akurat lekki halny. Bardzo mi się to spodobało. To były lata 1972-73 – moje zakochanie w Szklarskiej Porębie.

– **Potem jednak trafiłeś na stałe do Świeradowa?**

– Moja wędrowka po Dolnym Śląsku miała wiele przystanków: Wrocław, Lubin, wieś Czerniec i Chocianów. Niestety moje małżeństwo się rozłożyło. Mielismy chałupę w Świeradowie, na zboczu góry. Była żona i dzieci zostali w Chocianowie, z pracownią w oranżerii pałacowej.

– **Gdzie mieszkałeś w Świeradowie?**

– Nad „Malachitem”, w typowej chałupie, z kawalkiem powierzchni mieszkalnej i resztą gospodarczą. Uwielbiałem to miejsce, miałem

przepiękny widok na Sępią Górę. Było cudownie, ale opowiadam o czasach bez telefonów, nie tylko komórkowych, bez komputerów, internetu. Najmniejsza sprawa wymagała biegu do miasta, bo samochodem nie sposób było się do niego dostać. Każde wyjście oznaczało blisko kilometr górskiej wędrówki, zimą w śniegu po pas. Byłem młody, dawałem radę, ale po pewnym czasie uznałem, że pora na koniec tej mordęgi. Zacząłem szukać domu w przystępnym miejscu. Wybór padł na Szklarską Porębę – tu mieszkali zaprzyjaźnieni ze mną państwo Puchałowie, tu znalazłem dom, w którym do dziś wieszam obrazy na gwoździach, na których dawniej wisały obrazy Hofmana. Zamieszkałem tu z moją partnerką Anną.

– **To była inna Szklarska Poręba niż teraz.**

– Z kozami tu przyjechałem. Miałem je już w Świeradowie. Tam była obórka, w której mieszkaly, a w pobliżu łąki, na którą wychodziły. W Szklarskiej Porębie mam budynek gospodarczy „Kozie Domek”, to w nim trzymałem kozy. Dzięki nim syn, gdy się urodził, pił kozie mleko. Robiłem kozie sery. Nawet dziś są miejsca w Szklarskiej Porębie, gdzie można tak żyć – blisko natury. Moje marzenia o życiu w tym stylu spełniły się.

– **To było w końcówce lat 80. Jak wyglądała Twoja praca artystyczna w tym okresie?**

– Pracując wcześniej w odlewni, tworzyłem i wysyłałem w świat różne rzeczy, w tym rzeźbę „LGOM”. Nazwę zaczerpnąłem ze skrótu od: legnicko-głogowski okręg miedziowy. „LGOM” miał podstawę z dębowego pnia, z którego wyrastał, przekształcając się w surowe formy z żeliwa, po głowę z czystej miedzi.

Ta rzeźba trafiła do Krakowa na konkurs, gdzie zdobyła Grand Prix. Lubin ją kupił i przez wiele lat stała na środku rynku w tym mieście, aż przestała, bo nie okazała się dość trwała dla silnych facetów, którzy po meczu ją pchnęli. Poleciała w całości.

– **To była zapowiedź słynnych Żelaznych Ludzi.**

– Od dziecka jestem zafascynowany przemysłem i ludźmi, którzy w nim pracują. Pracując w Legnicy i Lubinie to zainteresowanie nasiliło się poprzez obserwację kopalń, hut, odlewni. Miałem okazję zjechać niemal kilometr na dół kopalni, zobaczyć górników, ich wysiłek w trudnych warunkach pracy. Chciałem ich pokazać, jakoś zarejestrować. Stąd wziął się pomysł, który kształtował się przez lata. Pomysł człowieka z części, z żelaza... Najpierw wykonałem stopy, tors. To były przymiarki. Zaprezentowane na wystawie małych form w Felbach w Niemczech spodobały się, wszystkie zostały kupione, a ja otrzymałem propozycję wystawy. Wymyśliłem, że zrobię człowieka z żelaza.

– **Skąd wzięło ich tak wielu?**

– Gdy już odlano pierwszego, siedziałem z formierzami, palącymi pety. Głośno myśląc powiedziałem: gdyby były 2-3, to będzie moc! Formierze na to – jak pan skrzynkę wódki postawi, to zrobimy 5!

Żelazni pojechali mocno przeciążoną ciężarówką do Felbach. Ja dotarłem maluchem. Tam... Wielka niespodzianka! Oberburgemeister Kilta – zapamiętałem go na zawsze – pyta, jaka cena. Podałem jakąś kwotę, a on na to, że bierze wszystkich. Nie ukrywam: stałem się bogaczem. W tym okresie rządziły jeszcze marki niemieckie, a relacje cenowe wyglądały zupełnie inaczej, niż dziś. Stąd wziął się ten

domek w górach... I starczyło mi na powielanie Żelaznych Ludzi. To była zaleta idei wynikającej z nauk mojego profesora Oskara Hansena – formy otwartej, czyli dzieła oparte na zestawie części składowych, z których można było je ułożyć. Taka forma sprawdzała się w różnych przestrzeniach, aranżowałem nią zarówno niewielkie, zamknięte, jak i góry. Ekspozycja Żelaznych Ludzi w Karkonoszach poświęcona była umarłym lasom. Odegrali swoje role także w różnych miejscach w niemal całej Polsce, na przykład na zamku w Malborku, w Niemczech, Austrii czy na Placu Wacława w czeskiej Pradze.

– W Szklarskiej Porębie też.

– Tu był ich dom, tu była moja galeria, pokazane zostały też przez jeleniogórskie BWA. Niestety, losy tak się ułożyły, że nie zostały tu. Jeden duży zbiór trafił do Kielc, gdzie kupili go przesympatyczni i odda- ni sztuce państwo Tworkowie. Za- interesowanie resztą wyraziło się niemieckie miasto hut i kopalni – Hattingen w Zagłębiu Ruhry. Gdy były tam kiedyś eksponowane, pokochali je. 20 lat temu kupili trzy figury, a teraz to, co miałem jeszcze na stanie.

– Dlaczego nie będzie ich tutaj? Brak woli czy pieniędzy ze strony lokalnej społeczności?

– Gdybym był na tyle zamożny, by je sprezentować... Ale tak się moje życie nie ułożyło.

– Żelazni Ludzie budzili kontrowersje, byli uszkadzani

– Byli wielbieni, ale i nienawidzeni. Gdy wędrowali po Polsce, kradziono niektóre ich części, najczęściej tak zwane przyrodzenie. Musiałem dorabiać. Ale idea na szczęście opierała się na budowie dzieła z części, więc zapasowe były produkowane.

– Skoro jesteśmy przy kontrowersjach. Twój “Chrystus Bolesławiecki” też je wzbudził, bo model był czarnoskóry – Twój zięć.

– W sprawie “Chrystusa” trafił do mnie książę Bober z Bolesławca.



Ustaliliśmy, że zrobię Chrystusa na krzyż milenijny. Okazał się jednym z największych w Polsce. W Szklarskiej Porębie wykonałem model w skali, która była wzorem dla 7-metrowej figury. Poszukiwałem modelu, który by miał świetne ciało: szczupłe i smukłe, nawet sprawiające wrażenie nieco udręczonego. I byłem szczęśliwy, że miałem właśnie takiego zięcia z Burkina Faso. Wydawało mi się, że książę będzie zadowolony z tak wspaniałego modelu, a książę na to: co? Czarny? Nie ma mowy. No to wziąłem na modela Krzyśka, miłośnika trunków, też ze świetnym ciałem. I to on był modelem rzeźby “Chrystusa Bolesławieckiego”.

– 100 ton, przy pięknym szlaku w Szklarskiej Porębie z Huty do Jakuszyca. To Twoje najnowsze dzieło.

– Dojrzało dziesiątki lat. Gdy trafiłem na Dolny Śląsk, marzyłem, by zamieszkać w kamieniołomie. Uwielbiam klimat, otoczenie i materiał takich miejsc. Chciałem zamieszkać w kamieniołomie i znajomi powiedzieli mi o nim. Poszliśmy tam kiedyś na wycieczkę: miejsce wspaniałe, ale za daleko od sklepów i innych podobnych miejsc, niezbędnych do życia. Odkryłem jednak wtedy coś niezwykłego: gład mozołnie wydobyty i odcięty od

złoża granitowego. Na szybko wliczyłem, że waży 100 ton. Jaki był powód wydobywania go? Poczta pantoflowa mówi, że był planowany jako tworzywo jednej z figur przy pałacu kultury w Warszawie, ale nie został ostatecznie z jakiegoś względu zakwalifikowany. Fascynacja nim trwała dziesiątki lat. W międzyczasie robiłem przymiarki, jak ten gład przekształcić w rzeźbę. Jakies 8-10 lat temu, przy okazji pleneru w Strzegomiu, wpadłem na pomysł zrobienia miniatury kilkutonowej, na czterech stopach. Pokazują, że człowiek był tu obecny.

– To była namiastka. Ale marzenie udało się jednak spełnić.

– Okazało się, że Anita Kaczmarek z Miejskiego Ośrodka Kultury, Sportu i Aktywności Lokalnej w Szklarskiej Porębie zorganizowała akcję, by można było ten gład podnieść i podłożyć cztery stopy. Tempo wydarzeń było tak wysokie, że nie byłem w stanie sam ich zrobić, ale pięknie się złożyło, że każdą wykonał inny rzeźbiarz. Dwie stopy wykonali Polacy, a dwie Czesi. Czuję zadowolenie, że moja idea ogólna została wykorzystana, a każdy z detali wykonany jest nieco inaczej, jednak każdy był przeze mnie akceptowany.

**Rozmawiał: Leszek Kosiorowski**

# Zwolnienie z wf-u? Nie ma mowy



**Stefan Kwiatkowski – nauczyciel wychowania fizycznego, profesor Liceum Ogólnokształcącego przy ul. Przemysłowej, które nosiło nazwę LO nr 19 a następnie II LO im. Marii Skłodowskiej Curie, spotkał się z absolwentami byłej „Dziewniętnastki” z okazji 89. urodzin.**

Życząc profesorowi zdrowia, szczęścia i pomyślności, każdy chyba życzył także sobie przy tej okazji, takich kondycji duchowej i fizycznej jakie ma profesor w tym wieku. W szkole pracował

od 1956 do 1991 roku. Nauczyciel wspominał nie tylko swoich uczniów ale również niektórych pedagogów. Przypominał między innymi o profesorze Antonim Moździerz, dziadku znanego muzyka Leszka Możdżera. Powiedział, że wielokrotnie prof. Możdżer nie chciał go wpuścić do szkoły bez tarczy na rękawie, bo myślał, że Kwiatkowski jest uczniem, a on już był licealnym nauczycielem.

Dla niewtajemniczonych wyjaśniam, że kiedyś profesorowie witali uczniów w drzwiach szkoły, sprawdzając, czy mają przyszyte

do rękawa tarcze, czyli logo szkoły. Bez tarczy żaden uczeń się nie prześliznął.

Na spotkanie z prof. Kwiatkowskim przybyli: Krystyna Górską, Ryszard Bronisz, Andrzej Żądło, Andrzej Jakubaszek, Jacek Krzyżowski, Roman Buszkiewicz, Aleksander Grabowski oraz ja – Wanda Milewska, która profesora na korytarzach liceum widywała, ale zajęć z nim nie miała.

Zadziwiająco były opowieści profesora, tym bardziej, że takie



spotkania są rzadkością więc rozmowy przeskakiwały z tematu na temat.

W każdym razie Profesor powiedział, że swoją kondycję raczej zawdzięcza genom, owszem trochę ćwiczy, chodzi na spacer, czyta książki i prasę. Natomiast najbardziej ujmujące jest to, że ma ciągły kontakt ze swoimi absolwentami. Aż nieprawdopodobne było to, że posiada o nich olbrzymią wiedzę, co jest również konsekwencją tego, że będąc czynnym zawodowo nauczycielem miał doskonały kontakt z młodzieżą. Opowiadał nie tylko o młodych ludziach ale także o ich wspaniałych rodzicach.

Przyznał, że nigdy nie uwzględnił żadnych zwolnień lekarskich z WF-u. Prosił choćby o kilkuminutowe ćwiczenia, a potem szło już jak z płatka, no chyba, że to była dziewczynka, będąca akurat w niedyspozycji. Innych przypadków raczej nie przyjmował.



Podczas dzisiejszego spotkania okazało się, że profesor i absolwenci to już koledzy, choć niektórzy twierdzili, że nie było łatwo mentalnie przejść ze swoim nauczycielem per TY.

Odnosząc się do dzisiejszych czasów ubolewał, że jego dzieło – zaplecze do treningów i lekcji wychowania fizycznego, które

powstało tuż przy szkole, dziś jest ruiną. Ma jednak nadzieję, że to wszystko się odrodzi.

Przypomniał, że posadził tam drzewo kasztanowca, które do rodnie się rozwija, a kilka dni temu oznaczono je tablicą z napisem, że posadził je prof. Stefan Kwiatkowski.

*Wanda Milewska*

**SŁUCHAJ NAS NA:**

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



tel.: 75 64 512 42  
e-mail: [radio@kson.pl](mailto:radio@kson.pl)  
[facebook.com/radiokson](https://facebook.com/radiokson)



**RADIO  
PEŁNE  
PASJI**



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



## Gorzowscy żużlowcy modlili się w 32. rocznicę śmierci Edwarda Jancarza

**W 32. rocznicę tragicznej śmierci Edwarda Jancarza – żużlowca, wicemistrza świata i trenera, odprowadzona została 11 stycznia wieczorem Msza św. w katedrze Wniebowzięcia Najświętszej Maryi Panny w Gorzowie Wielkopolskim, którą sprawował proboszcz ks. Mariusz Kołodziej. Kapłan niedawno został kapelanem żużlowców, funkcję tę przejął po zmarłym ks. Andrzej Szukdlarku.**

Intencję mszalną wniosła grupa byłych zawodników Stali Gorzów z legendarnymi żużlowcami, Bogusławem Nowakiem, Jerzym Rembasem, Ryszardem Działkowiakiem, Markiem Towalskim.

Ks. Kołodziej w kazaniu odnosząc się do proroka Samuela i przytaczając słowa św. Jana Pawła II, podkreślał, że dziś jesz-

cze bardziej, niż nauczycieli, potrzeba świadków. – Wszyscy do tego jesteśmy wciąż zapraszani – mówił kapłan, dziękując przedstawicielom żużlowego sportu za postawę świadectwa i obecności na wspólnej modlitwie.

Edward Jancarz – indywidualny wicemistrz świata, wielokrotny medalista mistrzostw świata i mistrzostw Polski, uro-

dził się w Gorzowie Wielkopolskim w 1946 roku. Zmarł tragicznie 11 stycznia 1992 roku. Pochowany został w Alei Zasłużonych na cmentarzu komunalnym w Gorzowie Wlkp. W 2017 roku został uhonorowany tytułem Wybitny Reprezentant Stali Gorzów. Od 1992 roku w Gorzowie rozgrywany jest Memoriał im. Edwarda Jancarza. W 2005 roku postawiono mu pomnik w centrum miasta. Jego imię nosi stadion żużlowy, jest także ulica Edwarda Jancarza.

Bogusław Nowak, były zawodnik żużlowy, obecnie prezes Fundacji jego imienia, wiele lat

temu uległ wypadkowi na torze, który okazał się na tyle niebezpieczny, że do tej pory porusza się na wózku inwalidzkim. W rozmowie z „Tu i Teraz” przypominał, że modlitwy za zmarłych żużlowców prowadzili także ze śp. ks. Szkudlarkiem. – Ważne jest kultywowanie pamięci, przekazywanie historii młodym a wspólne modlitwy są właśnie dobrym momentem aby o nich przypomnieć – powiedział legendarny żużlowiec.

Wspomniał również, że w Rokitnie w kruchcie sanktuarium Matki Bożej Cierpliwie Słuchającej umieszczona jest tablica, ufundowana przez żużlowców Stali Gorzów. Natomiast na Rokitniańskiej Drodze Krzyżowej wśród krzyży jest 5-cio metrowy krucyfiks żużlowców. Poświęcenie tego krzyża odbyło się 2 kwietnia 1995 r. o godz. 15, w dniu w którym umarł JP II. Mottem na krzyżu są słowa: „Kto Krzyż odgadnie ten nie upadnie”.

Nowak powiedział, że żużlowcy są grupą ludzi, którzy się wspierają. W ub. roku rozpoczęto zbiórkę pieniędzy na zakup dla niego nowego wózka inwalidzkiego. Zbiórka bardzo szybko została przerwana, ponieważ Bartosz Zmarzlik wpłacił niezbędną kwotę. Obecny mistrz świata był kiedyś wychowankiem Nowaka.

Bogusław Nowak, były zawodnik żużlowy, obecnie jest prezesem Fundacji jego imienia, której pełna nazwa brzmi: Fundacja Bogusława Nowaka na rzecz zasłużonych zawodników sportowych.

Od dwóch lat minizużlowy stadion w Wawrowie w gminie grodu Santok nosi imię legendarnego żużlowca Bogusława Nowaka. Nazwę nadano w święto św. Józefa z okazji 25-lecia szkoły żużlowej, a pamiątkową tablicę poświęcił były kapelan gorzowskich żużlowców śp. ks. Andrzej Szkudlarek.

*Wanda Milewska*



# Człowiek jako element natury cz. 2

**W ułożeniu gwiazd w listopadzie weszliśmy w czas rozpoznania i uruchamiania istniejących potencjałów, pracy z talentami, kreacji. Co z tego wynika? Temat szczegółowo opisaliśmy w grudniu. W tym numerze druga część artykułu.**

Według Aborygenów, zwierzęta wcale nie żyją po to, by być pożywieniem dla ludzi. Jednak jak zachodzi taka potrzeba, godzą się na tę rolę. One mają towarzyszyć człowiekowi. On ma się od nich uczyć, biorąc z nich przykład. Ich zadaniem jest też czasem pomagać nam w pracy. (...)

Wąż zrzuca z siebie skórę. Aborygeni twierdzą, że „trzeba pozbywać się starych idei, przyzwyczajęń, opinii, a czasem nawet bliskich osób, choć niełatwo jest pozwolić komuś odejść.” Czy tak właśnie nie jest? Ile osiągnęlibyśmy w życiu, gdyby to, w co wierzyliśmy będąc jeszcze dziećmi, pozostało naszym ideałem w wieku dojrzałym? Zaś, jak mówią Aborygeni: „pozbycie się starego bagażu sprawia, że od razu czuje się i wygląda się młodziej.”

Delfin zaś jest bardzo drogi sercu Ludzi Prawdziwych. W dzisiejszych czasach mają oni niestety ograniczony bardzo dostęp do morza, ale dawniej było to pierwsze zwierzę, istota z jaką mogli porozumiewać się telepatycznie. Brzmi to niewiarygodnie, a jednak nie jest niemożliwe. Delfin wg nich uosabia szczęście i swobodne życie. Nauczyli się od niego, że współzawodnictwo jest bezsensowne, gdyż niepotrzebni wcale są wygrani czy przegrani. Wspólna zabawa to ma być przyjemność dla wszystkich uczestników.

Natomiast pająk ostrzega, że nie należy być chciwym, i że rzecz użyteczna może być i piękna, jak i być zarazem dziełem sztuki. On upomina, żeby zbyt łatwo nie popadać w zachwyty nad samym sobą.

Aborygeni dzisiejszych ludzi nazywają odmieńcami i dziwią się, że nie rozumiemy kryjącego się niebezpieczeństwa w tym, że pewne gatunki zwierząt i roślin giną bezpowrotnie, a to powoduje, że „zbliżamy się do wyginięcia rodzaju ludzkiego”.

Według Plemienia Prawdziwych Ludzi przyroda zawsze odpowiada na ich wygłoszony w myśli apel, a świat jest pełen wszelakich dóbr. Oni nigdy nie cierpią na brak jedzenia. Aborygeni zabijają zwierzę tylko wtedy, gdy tego potrzebują, ale ono samo musi stanąć na ich drodze, nie tropią i nie weszają za nim. Jeśli zabijają to tak, aby ono nie cierpiało, np. ptaki trafiają za pomocą bumeranga i giną one w jednej sekundzie. Zabijają ptaki tylko, gdy one lecą nad ich głowami tak gęstą masą, że trzepoczącymi skrzydłami zasłaniają błękit nieba. Mają wspaniałe posiłki, a z pstrokatych piór robią sobie ozdoby. Zaś z puchu powstają poduszeczki, które kobiety używają w okresie menstruacji. Jedzą tylko mięso, a usunięte mózdzki suszą i jedne łączą z ziołowymi lekami, a inne łączą z wodą i olejami używając do garbowania. Resztki oddają dzikim psom dingo. „Nic się też nie marnuje. Wszystko wraca do natury, do gleby”. Jak pisze Marlo Morgan „Aborygeni umieją po mistrzowsku włączać się w przy-





rodę, korzystać z jej zasobów, a gdy odchodzą – pozostawiać nietkniętą i nieuszkodzoną.”

Dla Aborygenów drugi człowiek na twojej drodze to cenna informacja. Obserwując chociażby osobę siedzącą naprzeciw można poznać samego siebie. Taka osoba jest naszym duchowym odbiciem. Cechy, jakie w niej dostrzegamy, to coś, co sami posiadamy lub chcielibyśmy posiadać, aby dominowały w naszym charakterze. Patrząc na zachowanie czy wygląd, jakie nam się u niej nie podobają, to przeważnie cechy, których także u siebie nie lubimy. Tak naprawdę nie potrafilibyśmy ocenić, co jest dla nas dobre, a co złe, gdybyśmy w swoim życiu danych wad czy zalet nie stwierdzili u siebie, choć mogły pojawić się z innym natężeniem. Jednak aborygeni wierzą, że „Każdy z nas może zmienić w sobie absolutnie wszystko, co tylko zechce. Możesz pozbyć się każdej wady i zyskać każdą zaletę.” A jak tego dokonać? Wystarczy chcieć!

Warto też wspomnieć, że dla Ludzi Prawdziwych ważny jest związek między ciałem i duszą. Oni wierzą, że „najważniejsze jest to, co człowiek czuje, jaki jest jego emocjonalny stosunek do rzeczy, ludzi, zdarzeń. Ich zdaniem tylko to się liczy. Nasze stany emocjonalne rejestruje każda komórka. Pozostawiają one trwałe ślady w naszej osobowości, w naszym umyśle i duszy.” Czyż właśnie tak nie jest, że nasze uczucia, emocje mają ogromny wpływ na nasze samopoczucie i zdrowie? Aborygeni wierzą również, że jak będziemy opuszczać ziemski padół, to „te niewidzialne uczucia, kryjące się w głębi naszej duszy, świadczą będą o tym, kto z nas był dobry,

a kto zły. Czyny zaś to jedynie tuba, przez którą uzewnętrzniamy nasze uczucia i intencje.”

Czyż nie powinniśmy się nad tym zastanowić? Jak często w dzisiejszym świecie cierpimy, chorujemy, niektórzy padają ofiarą przemocy? Czy to nie wynika z naszych uwarunkowań, programów, według których czujemy, odczuwamy? A tak naprawdę nie zdajemy sobie z tego sprawy, bo to wszystko odbywa się poza naszą świadomością.

Pamiętajmy, że organizm będzie zdrowy, gdy wszystkie jego komórki będą działały właściwie. Zaś choroba zaczyna się wówczas, gdy jedną z nich lub jakąś jej część dotyka anomalia. Natomiast zdrowie to proces w odwrotnym kierunku. Tracimy siły, podupadamy na zdrowiu, chorujemy i w zależności od społeczeństwa, w jakim żyjemy, otrzymujemy pomoc. Zatrzymuje się spadek sił życiowych, a my robimy pierwszy krok ku poprawie zdrowia. Choroba nie jest przypadkiem. To, co spotyka nasze ciało, to sygnał od naszej świadomości przekazany przez Opatrzność. Pozwala nam bowiem na zatrzymanie się i rozejrzenie dookoła oraz na przemyślenie, gdzie leży przyczyna i jak możemy to naprawić. „Mamy czas przyjrzeć się niezdrowym stosunkom społecznym, jakie u nas panują i zobaczyć wzajemne urazy, brak zaufania, niepewność i strach, ale i zatwardziałość naszych serc i niezdolność do przebaczenia...”

Czyż tak nie jest, że my, tzw. cywilizowani ludzie, wiemy dużo o pozytywnym myśleniu, tyle o nim mówimy, ale go nie stosujemy? Czemu? Może boimy się ośmieszyć, bo co, jeśli nam nie

wyjdzie? A może wolimy poczekać, czy komuś się sprawdzi?

Czemu Aborygeni w ułamku sekundy potrafią zaleczyć złamanie otwarte, a my nie? A może za bardzo wierzymy, że potrzebna do tego jest znajomość wyższej techniki? Plemię Ludzi Rdzennych jest tego zaprzeczeniem! W samej Australii są dwa wzorce podejścia: 1 – najbardziej, nowoczesna i wymyślna technika medycyny i 2 – pradawne praktyki, za pomocą których od niepamiętnych czasów ratowano życie i zdrowie człowieka.

Jako ludzkość ciągle błądzimy. Jednak warto się zastanowić, czy nie byłoby prościej połączyć chociażby te dwa wzorce i jak pisze Marlo Morgan: „a gdy ten krąg wiedzy się zamknie, jakaż to będzie wspaniała okazja do świętowania na całym świecie.”

Gorąco zachęcam do przeczytania powieści Marlo Morgan „Wołanie z końca świata”, powieści – przesłania. I życzę, aby dla każdego stała się indywidualną podróżą w głąb siebie, do zrobienia takiego rachunku sumienia, zastanowienia się czym jest prawdziwe człowieczeństwo i cywilizacja. Czy ja uczestniczę w prawdzie, czy wspieram w swoim życiu sztukę opartą na fałszu? A jeśli tak, to może nadszedł czas, aby to zmienić i obrać właściwą drogę, jedyną prawdę – miłość i pokojowość?

Jeśli sięgniecie Państwo po te przesłania, życzę miłej refleksji na ten dla wielu święteczny czas.

***Ze Światłem i Miłością  
Małgorzata Mazurek  
Bajkopisarka FLORA***

*Fot. Wikipedia  
Uluru, święta góra Aborygenów.*

# Odpowiedni czas na miłość

Tytuł tego artykułu przyszedł mi na myśl kiedy przypominałam sobie różne osoby w wieku senioralnym, które dane mi było spotkać. A konkretnie: dwie moje ciocie-babcie, Józję i Marysię, przeżywające miłość swojego życia po 80-ce w sposób młodzieńczy. Obie były wdowami, ale ich małżeństwa nie należały do udanych. I dopiero po latach spotkały uroczych, starszych panów, dzięki, którym ich życie nabrało nowych kolorów.

Nie mam na myśli tylko miłości w formie damsko-męskiej. Właśnie ten czas dojrzałości może obfitować w różne formy tej postawy. Obserwowałam, jak moje babcie i dziadek otaczali nas, wnuków wyjątkowym ciepłem i troską. Także w stosunku do innych wykazywali wielką życzliwość i otwartość. Podziwiałam ich gościnność. Pamiętam, że niezależnie od tego, ile osób przyprowadziłam (niespodziewanie) do babci Andzi, wszyscy zostali ugostzeni i przyjęci serdecznie. Babcia Milka, kiedy poznała mojego męża, powiedziała: „dziółcha, gdyby jo była młodsza, to by z tobą rywalizowała”. Mam w pamięci wiele pięknych spotkań z nimi.

W tej chwili sama należę do grupy seniorów i doświadczam wszystkich blasków i cieni tego przedziału wiekowego. Myślę, że ważne jest zaakceptowanie dotychczasowego życia. Potraktowanie swojej podróży jako continuum, gdzie obecnie zbieramy owoce doświadczeń z przeszłości. Możemy wypracować dystans do tego, co było negatywne czy bolesne, a nawet dostrzec pozytywne perspektywy wynikające z tych faktów.

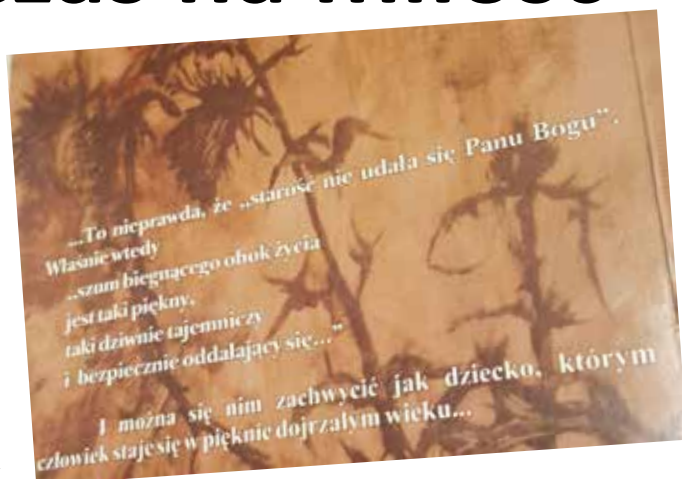
Zauważyłam, że relacje nie zależą od wieku. Mam bardzo

dobry kontakt z dużo młodszymi osobami, a także z 90-latkami. Zależy to od charakteru i otwartości. Jestem przeciwnikiem teorii o konflikcie pokoleń.

Od kilku lat prowadzę zajęcia z języka angielskiego w klubie seniora. Cieszy mnie zaangażowanie moich studentek, ich otwartość na zdobywanie nowych umiejętności. Niesamowite jest to, ile mają pasji i zamiłowań. Uczestniczą w wielu klubowych aktywnościach i mają radość ze wspólnie spędzanego czasu.

W sąsiedztwie mieszkają dwie urocze starsze panie, które wkroczyły w 90. rok życia. Uwielbiam kontakt z nimi. Z jedną z nich, Renią, gram w scrabble. Jest to dla nas świetna gimnastyka umysłu. Renia twierdzi, że to świetne spotkanie towarzyskie przy kawie, a także skuteczna broń na Alzheimera. Zastanawiamy się czasem, czy w przyszłym życiu będziemy mogły praktykować nasze spotkania scrablbowe.

Poważnym ograniczeniem wieku sędziwego są dolegliwości psychiczne i fizyczne. Widzę jak moja mama zapomina o wielu sprawach, jak czuje się zagubiona. Opiekując się nią uru-



chamiam całą moją cierpliwość i empatię, a ona odpowiada na to wdzięcznością.

Problemy zdrowotne, osłabienie sił utrudniają codzienne życie, ale najbardziej bolesną sprawą, na którą się skarżą seniorzy jest samotność. W jednym z krajów azjatyckich próbowano ten problem rozwiązać przy pomocy robotów. Miały one dotrzymywać towarzystwa, potrafiły podać kawę czy herbatę, a nawet zagrać w gry planszowe. Okazało się to porażką. Nic nie zastąpi życzliwej obecności drugiego człowieka.

Pamiętam jak mój tato pod koniec życia nie mógł się samodzielnie poruszać, bardzo cierpiał z tego powodu, że nie jest nam już pomocny. Zapewniałam go żarliwie, że jego obecność, miłość i modlitwa są dla nas bezcenne.

Jesień życia może być piękna. Jest szansą na dojrzałe smakowanie życia. Jest wyzwaniem nie tylko dla tych, którzy ją przeżywają, ale też dla ich bliskich.

*Aleksandra Kożuszek*

*Fot. Słowa Doroty Wypich*

## 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 rzecznictwa konsumentów
- porady mediatora sądowego
- porady asystenta rodziny
- porady dietetyka
- porady i wsparcie uchodźców z Ukrainy w zakresie niepełnosprawności

**CENTRUM CZYNNE JEST:**

**PONIEDZIAŁEK – PIĄTEK 10.00-16.00**

tel. 75 752 42 54 • infolinia 800 700 025

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

Mediator ds. Karnych i Cywilnych

**Dorota Gniewosz**

Psycholog

**Inga SZAWŁOWSKA,  
Maria PIĘTKA**

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

Adwokat

**Jerzy DWORAK**

Adwokat

**Aleksandra KOWALSKA**

Diabetyk

**Dorota Górka**

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

**INFORMACJE I ZAPISY  
w biurze KSON**

ul. Osiedle Robotnicze 47A,  
tel. 75 752 42 54

## **Redaguj BIULETYN razem z nami!**

Zapraszamy do współredagowania biuletynu  
**Niepełnosprawni Tu i Teraz**

### **Czytelniku!**

Coś Cię denerwuje, chcesz zabrać głos w ważnej sprawie, opisać własne przeżycia, podzielić się doświadczeniami? Czekamy na listy, spostrzeżenia, artykuły dotyczące problematyki osób niepełnosprawnych 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](mailto: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.  
CV proszę wysyłać na [biuro@kson.pl](mailto:biuro@kson.pl)

Zapraszamy do nowego Klubu Seniora i Wolontariusza, który pod nowym zarządem zapewni radość, atrakcyjność form i nie pozwoli się Wam zestarzeć oraz Klubu Pacjenta w ramach Sudeckiego Centrum Zdrowia Psychicznego (wtorki, czwartki, piątki)

# **SPOŁECZNA WYPOŻYCZALNIA**

## **SPRZĘTU TURYSTYCZNEGO DLA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI**

Współdzielenie jest bardzo ważne w dzisiejszych czasach.  
Nie myślmY wyłącznie o sobie, ale też  
o innych, dzieląc się nie tylko umiejętnościami  
i przestrzenią, ale także zasobami.



**WYPOŻYCZANIE ZAMIAST KUPOWANIA,  
KIEDY TYLKO JEST TO MOŻLIWE!!!**

**MASZ SPRZĘT  
ZGŁOŚ SIĘ DO NAS!**



**Karkonoski Sejmik Osób  
Niepełnosprawnych**  
Osiedle Robotnicze 47A, Jelenia Góra

**E-mail: [biuro@kson.pl](mailto:biuro@kson.pl)**

**Tel. 75 75 242 54**

„Bezpieczni w górach” projekt realizowany przez  
Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych,  
współfinansowany ze środków  
Ministerstwa Sportu i Turystyki



**Ministerstwo  
Sportu i Turystyki**