



NIEPEŁNOSPRAWNI

TU *i* TERAZ

BIULETYN INFORMACYJNY

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

PAŹDZIERNIK

5/38/2010

W NUMERZE:

O nas w kraju i na świecie

strona **2**

Towarzystwo Karkonoskie

– korzystamy z doświadczeń

strona **4**

Okiem aptekarza

strona **7**

Katalog działań

strona **8**

Pomagam, bo lubię

strona **12**

Ratować wzrok

strona **13**

Nowinki medyczne

strona **14**

W świecie paragrafów

strona **16**

Cukrzyca wśród dzieci

strona **18**

Z redakcyjnej poczty

strona **19**



Fot. Danuta Mysiek

Szlakiem Seniora

strona **5**



Fot. Agnieszka Galczyńska

Wywiad z Mietkiem Jureckim

strona **10**

Przeczytaj i przekazaj innym

O NAS W KRAJU I NA ŚWIECIE

CHOPIN DLA NIEDOSŁYSZĄCYCH

Podczas październikowego XVI Konkursu Chopinowskiego osoby niedosłyszące mogły posłuchać utworów kompozytora bezpośrednio na widowni. Umożliwił im to system komunikacji bezprzewodowej FM. Nadajnik wysyłał głos bezpośrednio do małego odbiornika połączonego z aparatem słuchowym. Niedosłyszący mogli również otrzymać darmowe wejściówki na przesłuchania.

Akcja ta przeprowadzona została w ramach międzynarodowego projektu „Hear the Word”. Ma on na celu zwrócenie uwagi na społeczne i emocjonalne konsekwencje utraty słuchu, profilaktykę i wskazywanie rozwiązań problemu.

WSPINACZKA W EGZOSZKIELECIE

Seiji Uchida, 48-letni Japończyk, 27 lat temu uległ wypadkowi samochodowemu i od tego momentu nie może chodzić. Pomimo tego zamierza wstać z wózka inwalidzkiego i na własnych nogach wejść na francuskie Wzgórze Świętego Michała. Ma mu to umożliwić egzoskielet.

Urządzenie to odczytuje słabe ruchy mięśni i wzmacnia je wytwarzając dużą siłę. Wspiera tylko nogi. Zaprojektowane zostało z myślą o pomaganiu starszym osobom w chodzeniu. Trwają prace nad wersją wspomagającą także ramiona, co umożliwi podniesienie 70 kg jedną ręką.

W 2006 roku Uchida próbował dostać się na szwajcarski szczyt Breithorn o wysokości 4 164 metrów. Próba zakończyła się niepowodzeniem. Kolejna ma się odbyć latem.

LEKI W AUTOMACIE

W Wielkiej Brytanii zostaną wprowadzone dwa typy automatów sprzedających leki na receptę. Pierwszy ma skrócić kolejki w aptekach. Autorzy tego pomysłu zaobserwowali, że około 80% leków na receptę przepisywanych jest po raz kolejny. Pacjenci dobrze je znają i wiedzą jak przyjmować. Dla identyfikacji pacjent podaje swój PIN lub przykładą palec do czujnika, a następnie wrzuca receptę w kopercie do urządzenia i udaje się na dalsze zakupy. W tym czasie farmaceuta sprawdza receptę. Jeśli wszystko się zgadza, wprowadza leki do maszyny i pacjent może je później odebrać.

Drugi typ automatu ma być instalowany w szpitalach i pozwoli na nabywanie leków przez pacjentów poza godzinami pracy apteki. Wyposażony w ekran, kamerę i słuchawkę telefoniczną automat pozwala porozmawiać zdalnie z farmaceutą, sprawdza zeskanowany obraz recepty i wydaje odpowiednie medykamenty.

Z KOSMOSU JĘZYKIEM MIGOWYM

Amerykańska astronautka Tracy Caldwell Dyson nagrała sześciominutowy film wideo w języku migowym i nadała go wprost z Międzynarodowej Stacji Kosmicznej. Na ekranie opowiadała o swojej pracy.

Tracy jest osobą słyszącą. Zainteresowała się językiem migowym w szkole średniej, do której uczęszczały również osoby niesłyszące.

Opracował gel



**NIEPEŁNOSPRAWNI
TU i TERAZ**

BIULETYN INFORMACYJNY



**TRIANON
POLSKA**

DOFINANSOWANY ZE ŚRODKÓW PFRON

Wydawca: Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych

Koordinator Projektu: Krystyna Ogrodnik-Turakiewicz

Partner: Stowarzyszenie „Działajmy Razem” – TRIANON PL

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

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

• www.kson.pl

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

Nakład 2500 egz.

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

Niepełnosprawny przy urnie

Zgodnie z ubiegłoroczną nowelizacją Ordynacji wyborczej do rad gmin, rad powiatów i sejmików województw, osoby niepełnosprawne i starsze mogą oddać swój głos w listopadowych wyborach samorządowych za pośrednictwem pełnomocnika.

Do ustanowienia pełnomocnictwa uprawnione są osoby posiadające orzeczenie o znacznym lub umiarkowanym stopniu niepełnosprawności albo orzeczenie organu rentowego (bez względu na datę jego wydania), równoznaczne na mocy przepisów ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz o zatrudnianiu osób niepełnosprawnych. Prawo to przysługuje również osobom, które najpóźniej w dniu wyborów (a więc 21 listopada br.) kończą 75 lat.

Pełnomocnictwa do głosowania nie mogą jednak udzielić osoby głosujące w obwodach utworzonych w szpitalach, zakładach pomocy społecznej, zakładach karnych i aresztach śledczych, jak również w przypadku głosowania w obwodach tworzonych poza granicami kraju czy na statkach morskich.

Co do zasady, pełnomocnik może reprezentować tylko jedną osobę niepełnosprawną czy starszą. Wyjątkowo może zagłosować w imieniu dwóch osób, jeśli

przynajmniej jedna z nich należy do jego najbliższej rodziny lub pozostaje z nim w stosunku przysposobienia, opieki lub kurateli. Pełnomocnik powinien być zarejestrowany w tym samym co osoba reprezentowana rejestrze wyborców, bądź przedstawić obwodowej komisji wyborczej zaświadczenie o uprawnieniu do głosowania.

Pełnomocnictwa do głosowania udziela się przed wójtem (burmistrzem, prezydentem miasta) lub przed innym pracownikiem urzędu gminy, którego wójt (burmistrz, prezydent miasta) upoważni do sporządzania aktów pełnomocnictwa. Do wniosku należy dołączyć kopię aktualnego orzeczenia o ustaleniu stopnia niepełnosprawności, pisemną zgodę osoby mającej być pełnomocnikiem oraz – w przypadku, gdy pełnomocnik zarejestrowany jest w innym rejestrze wyborców – kopię zaświadczenia o jej prawie do głosowania. **Wniosek**, zawierający dokładne dane osoby reprezentowanej i pełnomocnika (imiona, nazwisko, imię ojca, data urodzenia,

nr PESEL, adres zamieszkania) oraz dokładne oznaczenie wyborów, których pełnomocnictwo dotyczy, **musi zostać złożony najpóźniej na 10 dni przed wyborami** (w przypadku zbliżających się wyborów lokalnych do 11 listopada).

Udzielone pełnomocnictwo może zostać odwołane najpóźniej na 2 dni przed wyborami poprzez złożenie stosownego oświadczenia wójtowi gminy (burmistrzowi, prezydentowi miasta), w której sporządzono akt pełnomocnictwa, bądź poprzez dostarczenie takiego oświadczenia obwodowej komisji wyborczej w dniu wyborów. Pełnomocnictwo wygasa z mocy prawa, jeśli osoba uprawniona do głosowania zagłosuje osobiście przed osobą upoważnioną do jej reprezentowania.

Agnieszka Turakiewicz

Podstawa prawna: art. 40a, 40b, 40c i 40e ustawy z 16 lipca 1998 r. Ordynacja wyborcza do rad gmin, rad powiatów i sejmików województw (Dz. U. Nr 176, poz. 1190 z 2010 r.).

Spółeczny Rzecznik ds. Osób Niepełnosprawnych Ziemi Jeleniogórskiej wystąpił w dniu 19 lipca br. do Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych w sprawie zastosowania na kartach wyborczych pisma brajlowskiego.

Towarzystwo Karkonoskie (Riesengebirgsverein) w Jeleniej Górze w latach 1880-1945



Fot. Monika Żak

Powstałe w 1880 r. w Jeleniej Górze Towarzystwo Karkonoskie (oryginalnie Riesengebirgsverein, w skrócie RGV) nie było pierwszą organizacją społeczną w mieście, ale za sprawą energii i olbrzymiego zaangażowania członków oraz dzięki atrakcyjnym dla wielu grup społecznych i zawodowych zagadnieniom, którymi się zajmowało, bardzo szybko stało się jedną z największych i najważniejszych. Przedmiotem działalności RGV stała się szeroko rozumiana działalność na rzecz rozwoju i upiększania regionu oraz dokumentowanie jego dziejów.

Pomysłodawcą i założycielem Towarzystwa był Theodor Dohnat, księgowy z zakładów lniarskich w Mysłakowicach. Wzorował się na podobnych organizacjach, zakładanych w tamtym okresie w Alpach oraz po południowej stronie Karkonoszy. Pierwsze spotkania grupy założycielskiej odbywały się w restauracji Zehrmanna, mieszczącej się przy ówczesnej Promenadzie (dziś ul. Bankowa).

Ciekawostką jest, że zakładający w 1958 r. Towarzystwo Klubów Robotniczych i Chłopskich gromadzili się dokładnie w tym samym lokalu, znanym już jednak jako kawiarnia „Kwadrat” Miejskiego Domu Kultury.

Dzięki zakrojonej na szeroką skalę akcji informacyjnej (artykuły w lokalnej prasie, specjalne ulotki, liczne rozmowy z wpływowymi osobistościami miasta i powiatu), już 1 sierpnia 1880 r. udało się przyjąć statut i zarejestrować Towarzystwo. Do członków założycieli Towarzystwa należeli burmistrz Jeleniej Góry, przedstawiciele starostwa oraz przedsiębiorcy, kupcy, aptekarze i nauczyciele.

Działalność Towarzystwa opierała się na sekcjach skupiających członków zamieszkujących poszczególne miejscowości, w których działało RGV. Na czele każdej sekcji, do której należeć musiało co najmniej 12 członków, stał przewodniczący. Pod koniec 1880 r. istniało już 14 sekcji Towarzystwa, zlokalizowanych w miejscowościach

Kotliny Jeleniogórskiej. Z kolejnymi latami zaczęły powstawać sekcje w ośrodkach znacznie oddalonych od Karkonoszy – niemal na całym Śląsku, w Dreźnie, Berlinie, Królewcu, a od 1893 r. nawet w Nowym Jorku (istniała do 1912 r.).

Organem najwyższej władzy w Towarzystwie było walne zebranie, zwoływane raz do roku. Na co dzień działaniami RGV kierował dziewięcioosobowy Zarząd, wybierany na trzyletnią kadencję. Pierwszym przewodniczącym zarządu był w latach 1880-1888 burmistrz Jeleniej Góry Georg Bassenge. Stanowisko cieszyło się dużą popularnością, a stojące na czele Towarzystwa osobistości zapewniały mu prestiż.

Członkami Towarzystwa zostawali przeważnie przedstawiciele miejscowej inteligencji, a więc wspomniani burmistrzowie, wójtowie, pastory, nauczyciele, urzędnicy, mistrzowie rzemieślniczy, przedsiębiorcy, handlowcy, właściciele hoteli i schronisk, którzy niejednokrotnie odnosili z tego tytułu wymierne korzyści, mogąc chociażby zareklamować swoje usługi w trakcie zebrań czy imprez oraz w wydawanych przez RGV publikacjach.

Wśród wydawnictw, które ukazały się nakładem Towarzystwa odnaleźć można pozycje związane z Karkonoszami – mapy, przewodniki, foldery, rozkłady jazdy środków komunikacji publicznej oraz własne czasopismo. Miesięcznik „Der Wanderer im Riesengebirge” (Wędrowiec w Karkonoszach; początkowy nakład 1500 egzem-

plarzy) ukazywał się w latach 1881-1943. Zawierał informacje o bieżącej działalności RGV, jego sprawozdania finansowe, wiadomości o najważniejszych wydarzeniach w Karkonoszach, ich dziejach oraz wszystkich związanych z regionem sprawach. Członkowie Towarzystwa mogli nabywać czasopismo po preferencyjnej cenie. Przysługiwały im również zniżki na noclegi w wielu obiektach turystycznych Karkonoszy.

Od początku swego istnienia Towarzystwo gromadziło pamiątki związane z przeszłością regionu – dzieła sztuki, wyroby rzemieślnicze czy przedmioty codziennego użytku. Kilka tysięcy woluminów znalazło swe miejsce w bibliotece RGV. Pozostałe zbiory udostępniono publiczności po raz pierwszy w 1889 r. w wynajętych pomieszczeniach gimnazjum (dziś Szkoła Handlowa). W 1914 r. przeniesiono je do nowo wybudowanej siedziby Muzeum Karkonoskiego w Jeleniej Górze, która do dziś służy swemu pierwotnemu przeznaczeniu.

Główne działania Towarzystwa koncentrowały się jednak na wytyczaniu i budowie dróg, ścieżek i szlaków turystycznych, punktów widokowych oraz schronisk górskich. Przez 50 lat udało się wybudować ok. 300 km szlaków turystycznych, które na bieżąco konserwowano i remontowano. Wyznaczono i zagospodarowano kilkanaście punktów widokowych. RGV stawiało w górach wiele drogowskazów, często posiadających oryginalną formę, które zama-

wiane były w słynnej cieplickiej Szkole Snyckarskiej.

W swojej działalności Towarzystwo Karkonoskie propagowało turystykę i umiłowanie regionu wśród młodzieży. W tym celu uruchamiano schroniska młodzieżowe, które posiadały najczęściej dość prymitywne warunki bytowe, ale dawały możliwość spędzenia wolnego czasu w górach nawet niezbyt zamożnym przedstawicielom młodego pokolenia. Z myślą o dorosłych z inicjatywy RGV powołano w 1902 r. do życia Hauptverkehrsstelle für das Riesengebirge GmbH (Główne Biuro Podróży dla Karkonoszy i Gór Izerskich Spółka z o.o.), które zajmowało się informacją turystyczną, organizacją wycieczek, noclegów i przewozów. Za pomocą usytuowanych w Jeleniej Górze i Cieplicach specjalnych budek meteorologicznych, w których znajdował się termometr, barometr, a także tablica, na której podawano bieżące informacje pogodowe oraz prognozy (temperatura, ciśnienie, kierunek i siła wiatru, opady itd.), informowała też turystów o aktualnej i przewidywanej pogodzie w górach. Z inicjatywy RGV wzniesiono w 1900 r. na Śnieżce budynek obserwatorium meteorologicznego.

Towarzystwo dbało o ochronę karkonoskiej przyrody, przyczyniając się do wytyczenia w górach pierwszych obszarów chronionych czy poprzez sporządzanie spisów godnych ochrony obiektów przyrodniczych. W 1927 r. powołano do życia Bergwacht (Straż Górską), której zadaniem była przede wszystkim ochrona zwierząt i roślin w Karkonoszach.

Przez długi czas Towarzystwo utrzymywało się głównie ze składek członkowskich. Dopiero w latach trzydziestych XX w. obfitszym strumieniem zaczęły do niego napływać dotacje władz samorządowych. Jego działalność opierała się jednak w dużej mierze także na wsparciu materialnym swoich członków i sympatyków, którzy dostarczali np. narzędzi i materiałów do budowy dróg, a także na pracy społecznej swoich członków.

Pozostałością ponad 60-letniej działalności Towarzystwa Karkonoskiego są do dziś szlaki turystyczne, gmach Muzeum Karkonoskiego wraz z dużą częścią zbiorów, a także liczne wydawnictwa, będące dziś materiałami źródłowymi do poznania przeszłości regionu.

Ivo Łaborewicz

Członkowie Jeleniogórskiego Towarzystwa Społeczno-Kulturalnego, spotkali się w połowie lipca bieżącego roku z kierownikiem Archiwum Jeleniogórskiego i prezesem Towarzystwa Przyjaciół Jeleniej Góry Ivo Łaborewiczem, który omówił w bardzo interesujący sposób historię Riesengebirgsverein do 1945 roku. Prezentacja spotkała się z żywym zainteresowaniem, a wielu zebranych przekazywało informacje uzupełniające tę część historii regionu.

Może warto zastanowić się, czy w poszukiwaniu nowych form działalności JTSK, nie należałoby nawiązać kontaktu z funkcjonującym nadal na terenie Niemiec i Czech Towarzystwem Karkonoskim.

Szlakiem Seniora

W kalendarzu przybywa stale dni, które mają stać się okazją do celebrowania wieku dojrzałego, starszego. 1 października zyskuje popularność jako Międzynarodowy Dzień Osób Starszych (International Day of Older Persons), 14 listopada przypada Światowy Dzień Seniora (World day of Senior), natomiast 15 czerwca ustanowiono Światowy Dzień Praw Osób Starszych (World Elder Abuse Awareness Day). Dają możliwość uwrażliwienia na problemy ludzi dojrzałych – dyskryminację, niepełnosprawność, ograniczoną dostępność odpowiedniej opieki zdrowotnej oraz propagowanie ich czynnego udziału w rozwoju kulturalnym i ekonomicznym społeczeństw.

Starzenie to naturalny i nieodwracalny proces, który jako element fizjologii wpisany jest w życie każdego człowieka. Problemem jest jednak częsta marginalizacja życia osób starszych. Polscy seniorzy borykają się na co dzień nie tylko z problemami zdrowotnymi typowymi dla ich wieku, ale również z odrzuceniem społecznym. Tylko nieliczni starsi ludzie korzystają z dóbr kultury i utrzymują kontakty towarzyskie lub biorą czynny udział w działaniach na rzecz rozwoju kulturalnego i nie tylko. Warto kreować odmienne jak dotąd postawy wobec seniorów. Uwzględnić należy przy tym wszelkie aspekty kulturowe, ekonomiczne i współżycia społecznego. Powinniśmy zintensyfikować działania różnych grup społecznych mające na celu dobro społeczne seniorów.

Otwórzmy nowe horyzonty, wskażmy nowe możliwości aktywności i samorealizacji, a także sposobność nauczenia się jak pomóc samemu sobie i innym. Życie jest piękne w każdym wieku jeśli tylko



Ja też będę seniorem

ku temu tworzy się optymalne warunki.

Moim zdaniem należy zerwać ze stereotypem sprowadzającym do jedności wiek dojrzały z niedołążnością, niesamodzielnością czy też demencją, aby wreszcie przejść do żywych dyskusji na temat problemów ludzi dojrzałych.

Miasto Jelenia Góra na rzecz seniorów

W dniach 27-29 sierpnia dzięki pozyskanym środkom pieniężnym z Urzędu Miasta Jelenia Góra wraz ze Stowarzyszeniem Poetyckim W Cieniu Lipy Czarnoleskiej pojechałam do sąsiedniej Saksonii – do miasta Bautzen, z którym to Jelenią Górą łączy umowa partnerska. Możemy mówić tu o żywej współpracy na rzecz krzewienia i poznawania kultur obu narodów poprzez organizację wielu wspólnych imprez i działań artystycznych, młodzieżowych sparringów, a nawet czasem i biesiad, nie są to tylko papierologiczne formalności.

W stolicy Saksonii – Dreźnie podążaliśmy śladami polskości. Zwiedziliśmy katedrę zbudowaną dla Augusta II Mocnego, elekcyjnego króla Polski. Znany był on również z licznych miłostek (np. z hrabiną Cosel, K. Lubomirską, M. Denhoffow).

My podążyliśmy śladami mądrej, wykształconej i pięknej hrabiny Cosel, zwiedziliśmy warownię i przyległe tereny w Stolpen, gdzie była więziona przez 49 lat.

Wielu z nas zapewne pamięta film Antczaka z Jadwigą Barańską w roli głównej. Będąc w Dreźnie zachęcam do wstąpienia do Muzeum Kraszewskiego. Położone na skraju dzielnicy Radeberger Vorstadt, mieści się ono w budynku, w którym pisarz mieszkał w czasie swojego pobytu w stolicy Saksonii. Obecnie należy do Miejskich Muzeów Drezna.

Odwiedziliśmy również Muzeum Serbołużyczan w Bautzen. Tu warto przypomnieć, iż Serbowie Łużyccy są dziś najmniejszym narodem słowiańskim, zamieszkującym tereny między Nysą Łużycką i Łabą. Przez blisko 1000 lat Łużycanie potrafili utrzymać i rozwinąć kulturę narodową pomimo nasilonej germanizacji, głównie dzięki wielkiej religijności, pielęgnowaniu tradycji oraz silnym rodzinom (jeszcze do niedawna typowa rodzina serbołużycka liczyła 5-12 dzieci). Nadal możemy podziwiać siłę tego małego narodu, zachowanie własnego języka, umiłowanie religii i obyczajów, to godne naśladowania tradycje, o których niestety my już często zapominamy.

Te dni pozwoliły nam wrócić pamięcią do historii, przechadzać się ścieżkami naszych przodków, czerpać natchnienie twórcze i nawiązać głębsze przyjaźnie, a niejednej z nas wyrwać się z domu od codzienności.

W imieniu swoim oraz wszystkich członków Stowarzyszenia Poetyckiego W Cieniu Lipy Czarnoleskiej wszystkim seniorom na okoliczność Międzynarodowego Dnia Osób Starszych, życzę wielu miłych chwil i dużo wiary w swój potencjał nie bacząc na wiek.

Danuta Mysłek

Okiem aptekarza

Ogłoszony z końcem ubiegłego roku projekt ustawy refundacyjnej spotkał się z dużym sprzeciwem i obawami środowiska farmaceutycznego, wynikającym z szeregu drastycznych zmian w zakresie refundacji leków, zmiany zasad refundacji produktów leczniczych, środków spożywczych specjalnego przeznaczenia i wyrobów medycznych finansowanych ze środków publicznych.

Dla farmaceutów oraz pacjentów najważniejszy jest temat zmian w zakresie odpłatności za leki. Zmiany te dotyczą głównie: wprowadzenia stałych cen zbytu, ustalenia stałych marż detalicznych i hurtowych, zmiany tabeli marż detalicznych oraz sposobu ich naliczania.

Stale ceny zbytu mają zdaniem Ministerstwa Zdrowia umożliwić większą kontrolę nad rynkiem leków. Według przewidywań przyniosą wymierne oszczędności dla budżetu, ponieważ konkurencja cenowa między producentami wymusi na nich obniżkę cen, a te umożliwią spadek cen urzędowych leków, w konsekwencji mniejsze dopłaty NFZ-u do refundacji.

Wprowadzenie stałych marż detalicznych i hurtowych ma na celu zakończenie konkurencji między aptekami w postaci bonifikat i dopłat do leków, czyli tzw. „leków za grosz”, co w konsekwencji również zmniejszy dopłaty NFZ-u do refundacji.

„Leki za grosz” w zasadzie są dla wielu pacjentów bardzo korzystne, niestety nie dla ogółu społeczeństwa, a w szczególności nie dla NFZ-u. Jest to patologia

wynikająca z niespójnych i chaotycznych dotychczasowych przepisów. Opiera się na założeniu, że cena urzędowa za lek jest ceną maksymalną, i można ją obniżyć np. do 1 grosza. Leki sprzedawane w promocji „za grosz” są lekami refundowanymi i apteka rezygnując prawie całkowicie z własnej marży i zysku może je sprzedać w tej cenie, ponieważ dostanie za nie zwrot od NFZ-u. Niestety koszty dystrybucji, przechowywania i zamrożenia środków finansowych do czasu sprzedania oraz otrzymania refundacji nie są niskie, w konsekwencji czego apteka jest zmuszona dokładać do takich promocji. Na tym się nie kończy, jeśli lek kosztuje przysłowiowy grosz, pacjent chętnie prosi lekarza o kilka recept i wykupuje je na zapas. W tym momencie pojawia się kolejna patologia, jeśli lek kosztował kilka groszy, czyli nic, to nie ma problemu z wyrzuceniem takich leków kiedy się przypadkowo przeterminują lub lekarz zmieni schemat leczenia. Utylizacja też kosztuje, obciąża dodatkowo budżet gmin, a wyrzucone do śmieci medykamenty zanieczyszczają środowisko. Suma summarum, budżet państwa zapłacił za leki, pacjent wydał grosze, być może lek został wyrzucony, a zarobił na tym producent.

Żeby nie być gołosłownym, byłem osobiście świadkiem sytuacji, jak pacjentka dostarczyła do apteki worek przeterminowanych insulin z prośbą o zutilizowanie, bo były za „darmo” i kupiła na zapas. W tym jednym przypadku był to koszt około 2 tysięcy zł, które mogły przecież zostać spożytkowane rozsądniej.



NFZ wyliczył, że rocznie wydaje około 8 mld zł na dopłaty do leków refundowanych. To spora kwota, więc nic dziwnego że szukane są oszczędności. Tylko czy musi się to odbywać kosztem pacjentów i aptek?

Z jednej strony dzięki regulacjom mogą zyskać małe apteki, skończy się dominacja dużych sieci aptek, małe firmy będą mogły konkurować fachowością i jakością obsługi. Obecnie spora część aptek egzystuje na rynku tylko dzięki rabatom udzielanym przez hurtownie lub dłuższym terminom płatności. Ministerstwo Zdrowia, odbierając hurtowniom 3,91% marży może spowodować konieczność likwidacji tych upustów, a to pociągnie szybki upadek małych, rodzinnych aptek ponieważ nie będą w stanie utrzymać się na rynku. Ich miejsce zajmą coraz bardziej rozwijające się duże sieci aptek. To wywoła redukcję zatrudnienia w tej branży, a co za tym idzie gorszą jakość obsługi nie mówiąc już o wielkich planach wprowadzenia w Polsce opieki farmaceutycznej z prawdziwego zdarzenia.

Obietnice ze strony MZ odnośnie uregulowania rynku leków pojawiają się od dawna. Niewątpliwie są one konieczne i bezwzględnie należy uregulować rynek leków, aby zapanowała zdrowa konkurencja.

*mgr farmacji
Sebastian Mazur*

KATALOG DZIAŁAŃ

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

1. Zwiększenie do 5% nakładów budżetowych na wydatki dla środowiska osób niepełnosprawnych (m.in. na zadania ujęte w Programie Działań na Rzecz Osób Niepełnosprawnych na lata 2009-2012 MOST), w tym na:
 - a) kontynuację profilaktycznych badań przesiewowych dzieci i młodzieży (cukrzyca, wady wzroku, słuchu i postawy);
 - b) rozwój sportu i turystyki osób z niepełnosprawnością.
2. Utworzenie na bazie siedziby KSON Centrum Aktywizacji Osób Niepełnosprawnych i Starszych; koszty eksploatacji powinny być pokrywane przez budżet miasta.
3. Zwoływanie wspólnych sesji Rady Miejskiej i Rady Powiatu w sprawach programu działań na rzecz środowiska niepełnosprawnych.
4. Przeprowadzanie badań ankietowanych przy współudziale m.in. Narodowego Funduszu Zdrowia, na temat sytuacji osób niepełnosprawnych na terenie miasta i powiatu, a szczególnie w środowiskach wiejskich, wykorzystując również fundusze unijne.
5. Podjęcie działań na rzecz zsynchronizowania połączeń komunikacyjnych umożliwiających bezkolejnyne dojazdy do centrów leczniczych we Wrocławiu i w Warszawie.
6. Rozwijanie i doskonalenie zajęć integracyjnych w szkołach, m.in. w Szkole Podstawowej nr 11 i Gimnazjum nr 4 na Zabobrze.
7. Dążenie do sukcesywnego usuwania barier w celu uzyskania przez miasto oraz gminy powiatu statusu „miejscowości bez barier”, w tym m.in. w dostępie do placówek służby zdrowia.
8. Prowadzenie we współpracy z organizacjami pozarządowymi stałego monitoringu dostępności wszelkiego rodzaju usług i instytucji dla osób niepełnosprawnych.
9. Stosowanie zasady transparentności w ocenie składanych przez organizacje pozarządowe wniosków w ramach konkursów na sfinansowanie zadań publicznych wykonywanych przez te organizacje.
10. Uwzględnienie w większym niż dotychczas stopniu problemów osób niepełnosprawnych w finansowaniu działań promocyjnych za pośrednictwem mediów.
11. Stosowanie motywacyjnego systemu ulg w podatkach od nieruchomości dla przedsiębiorców tworzących miejsca pracy dla osób niepełnosprawnych.
12. Tworzenie miejsc pracy dla niepełnosprawnych, m.in. poprzez program „Daj sobie pomoc”.
13. Kontynuowanie idei przyjaznej komunikacji poprzez sukcesywne zwiększanie liczby autobusów niskopodłogowych, dostosowanie do nich zatoczek autobusowych, wymianę rozkładów jazdy na pisane po większym druku.

- | | | |
|---|--|---|
| <p>14. Doskonalenie, w porozumieniu ze środowiskiem niewidomych i słabowidzących, sygnalizacji ulicznej, kontynuowanie oznakowywania poziomego ciągów pieszych, oznaczanie w sposób widoczny słupów ze znakami drogowymi i tablicami informacyjnymi na chodnikach.</p> <p>15. Powszechne stosowanie powiększonego druku w materiałach informacyjnych i pismach urzędowych.</p> <p>16. Objęcie tłumaczeniem na język migowy dzienników telewizji lokalnych oraz wprowadzenie tekstu.</p> <p>17. Zapewnienie tłumaczy języka migowego w instytucjach i urzędach.</p> <p>18. Sukcesywne udostępnianie atrakcji turystycznych</p> | <p>miasta i regionu niepełnosprawnym.</p> <p>19. Wyposażenie Teatru im. Norwida w windę.</p> <p>20. Uwzględnienie potrzeb osób niepełnosprawnych przy rozbudowie Teatru Zdrojowego.</p> <p>21. Umieszczenie w kalendarzu wydarzeń społeczno-kulturowych imprez przygotowywanych przez środowiska niepełnosprawnych.</p> <p>22. Doskonalenie pracy organizacji inwalidzkich poprzez sukcesywne szkolenie ich liderów i włączanie ich w prace komisji problemowych samorządów gminnych, powiatowych i sejmiku wojewódzkiego.</p> <p>23. Podjęcie działań do stworzenia kompleksowego i efektywnego systemu</p> | <p>leczenia i rehabilitacji zdrowotnej, społecznej i zawodowej mieszkańców regionu.</p> <p>24. Stworzenie sieci lokalnych grup samopomocy w zakresie opieki i usług ułatwiających funkcjonowanie osób niepełnosprawnych i starszych.</p> <p>25. Wspieranie organizacyjne i finansowe inicjatyw organizacji pozarządowych działających na rzecz osób niepełnosprawnych i starszych.</p> <p>26. Zbudowanie uproszczonego i przejrzystego systemu finansowania ze źródeł budżetowych działalności stowarzyszeń i innych organizacji pracujących dla dobra mieszkańców.</p> |
|---|--|---|



Dom „Jesienny Liść” oferuje



- pobyt dla osób starszych i niepełnosprawnych
- usługi pomocnicze i opiekuńcze w domu klienta

SERDECZNIE ZAPRASZAMY!

Dziwiszów 39a

Tel.: 516 067 924 • 75 76 12 393



Najwięcej pomocy ofiaruję dzieciom

Wywiad z Mietkiem Jureckim

Mietek Jurecki jest multiinstrumentalistą, aranżerem i kompozytorem, zwycięzcą festiwali rockowych, popowych oraz jazzowych. Jest posiadaczem wszystkich możliwych do zdobycia polskich nagród muzycznych. Wziął udział w nagraniach ponad 200 płyt czołowych polskich wykonawców, większość z tych pozycji uzyskała status Multiplatynowej Płyty.

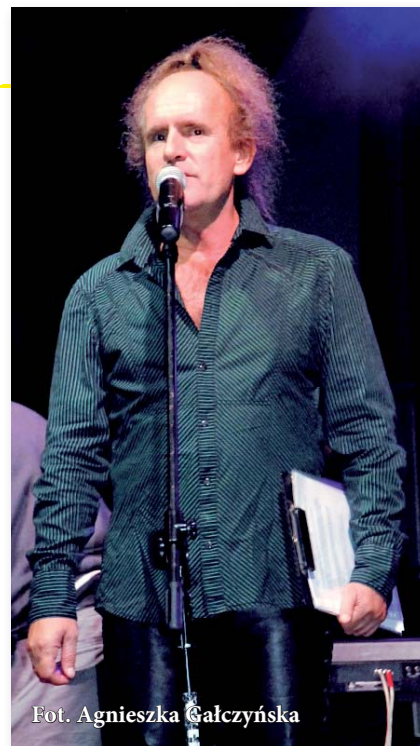
Jest współtwórcą wielu sukcesów Budki Suflera. Grał także w takich zespołach jak m.in. Perfect i Test. Jest organizatorem i pomysłodawcą festiwalu Solo Życia. Skomponował piosenki do seriali: "M jak Miłość" i "Samo Życie".

Czy często dostaje Pan propozycje udziału w koncertach charytatywnych?

Oczywiście! W wielu wypadkach odpowiadam pozytywnie. Chętnie grałbym więcej takich

koncertów, ale doba ma tylko 24 godziny, a ja jestem dość zapracowanym człowiekiem.

Czy tego typu koncerty różnią się od zwykłych imprez?



Fot. Agnieszka Gałczyńska



Fot. Agnieszka Gałczyńska

Świadomość tego, że moja praca może komuś pomóc, powoduje dodatkowe emocje podczas koncertu. W zależności od tego, na jaki cel gram, wyzwalam w sobie odpowiednio ukierunkowaną dodatkową energię.

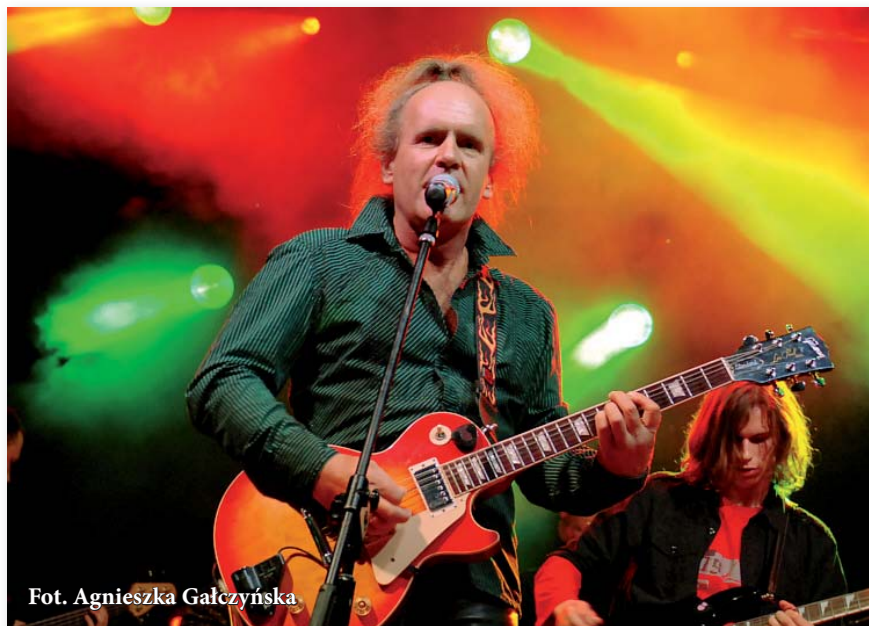
Pomaga Pan nie tylko grając na koncertach, ale również nagrywa Pan specjalne płyty oraz przekazuje Pan na aukcje różne przedmioty. Jednym z nich jest multiplatynowa płyta (wylicytowana za 5000 zł), która została Panu przyznana za sprzedaż 300.000 egzemplarzy płyty „Bal

wszystkich świętych”. Dochód z licytacji został przeznaczony na organizację tegorocznych Wierchowych Spotkań. Nie każdego stać na taki gest.

Nie mam najmniejszych problemów z przeznaczeniem na aukcję nawet teoretycznie najcenniejszych pamiątek typu „Fryderyk”, „Superjedynka” czy „Wiktor”. Przecież wystarczy, że wezmę do ręki gitarę, zagram i będzie to wystarczający dowód na to, że grać umiem. Nie potrzebuję w tym celu pokazywać olbrzymiej ilości otrzymanych statuetek czy dyplomów. Jeżeli taka rzecz może pomóc osobie, która tej pomocy potrzebuje, to zostaje ona przeznaczona na aukcję. Nie robię tego z litości lecz uważam, że ludziom poszkodowanym przez los należy się pomoc. Najwięcej pomocy staram się ofiarować dzieciom z różnymi problemami, zwłaszcza zdrowotnymi. Ich los w naszym niezbyt tolerancyjnym społeczeństwie nie jest godny pozazdroszczenia.

Czym się Pan kieruje, podejmując decyzję o wsparciu konkretnego przedsięwzięcia? Czy znaczenie ma np. organizator akcji?

Kilka lat temu dość przypadkowo rozpocząłem współpracę z fundacją „Pro Artis” Andrzeja Brandstettera, która opiekuje się niezwykle uzdolnionymi muzycznie dziećmi. Zacząłem od darmowego nagrania płyty „Moje pocieszenie” w moim studiu i potem już poszło. Dzięki Annie Dymnej, która pojawia się na corocznych aukcjach wspierających „Pro Artis” doprowadziłem do występu laureata „Zaczarowanej piosenki” Dar-



Fot. Agnieszka Gałczyńska

ka Tabisia z zespołem „Dżem” podczas organizowanego przeze mnie festiwalu „Solo Życia”. Do dzisiaj pamiętam ten koncert, a także koncerty, na których występowałem wspólnie z dziećmi śpiewającymi góralskie piosenki. Jedną z występujących wówczas dziewczynek, Kasia Wachnik jest teraz finalistką organizowanego przeze mnie konkursu „Diamenty Lublina”.

Jakie są Pana najbliższe plany koncertowe, gdzie możemy Pana usłyszeć?

Gdy zrealizuję organizowane przez siebie festiwale, rozpocznę kolejne koncerty solowe w Polsce a także polskie i zagraniczne koncerty z „Gigantami Gitary”, czyli najlepszymi polskimi gitarzystami.

Czego życzyłby Pan czytelnikom Biuletynu Niepełnosprawni TU i TERAZ?

Wiary w marzenia oraz nadziei na ich spełnienie.

*Dziękuję za rozmowę.
Justyna Bytnar*

Najbliższe koncerty:

23 październik (sobota) – Katowice – **Śląski Festiwal Gitary Elektrycznej**, Kinoteatr Rialto (ul. Kościuszki), godz. 18:00, **MIETEK JURECKI SOLO**;

25 październik (poniedziałek) – Katowice – **MIETEK JURECKI SOLO**;

19 listopad (piątek) – Jaworki – **Muzyczna Owczarnia**, **MIETEK JURECKI SOLO**.

Więcej informacji:

Organizator koncertów

Marta Szczecina, tel.: 692 636 437

lub na stronie internetowej artysty www.jurecki.art.pl

POMAGAM, bo LUBIĘ

Idąc do szkoły średniej, wydaje się nam, że jesteśmy już prawie dorośli, podejmujemy ważne życiowe decyzje, wybierając chociażby profil klasy. Wtedy też silnie kształtuje się osobowość. Staramy się zagospodarować czas. Jednym sport wypełni każdą chwilę, dla innych czymś idealnym okaże się ognisko muzyczne, a dla kogoś jeszcze innego wolontariat będzie najlepszym sposobem na wykorzystanie godzin wolnych od szkoły i nauki.

Czy w młodych ludziach, żyjących w XXI wieku, otoczonych nowinkami technologicznymi, pędzących w „wyścigu szczurów”, znajdzie się jeszcze na tyle empatii, by bezinteresownie oddać swój czas innym? Dobra informacja jest taka, że istnieje grono młodzieży, dla której praca na rzecz drugiej osoby to pomysł na młodzieńcze życie. Dowodzą tego powstające w wielu miastach Centra Wolontariatu, w których można uzyskać informację, gdzie potrzebna jest pomoc. Instytucje takie przeprowadzają szkolenia, by poznać zainteresowania i predyspozycje kandydata, co zaowocuje właściwym doбором miejsca dla przyszłego wolontariusza.

Miejsce, w których można pomagać istnieje wiele. Są to między innymi różnego rodzaju świetlice terapeutyczne: dla dzieci, osób niepełnosprawnych czy osób uzależnionych. Poza tym

wsparcie zawsze jest potrzebne w domach pogodnej starości lub domach opieki. Nawet jeśli nie ma się dużo wolnych chwil w ciągu tygodnia, można wspomagać organizację zawodów sportowych, kiermaszy świątecznych i wielu innych imprez. Piękne świadectwo wystawili sobie wolontariusze, którzy we wrześniu tego roku byli obecni w Warszawie podczas Europejskich Igrzysk Olimpiad Specjalnych. Akcja promocyjna w radiu i telewizji sprawiła, że na zawodach pojawili się wolontariusze, bez których pomocy tak wielkie przedsięwzięcie nie mogłoby się odbyć.

Ktoś może zapytać, po co pomagać skoro nikt za to nam nie zapłaci? Rzeczywiście, pieniędzy nie dostaniemy, ale każdy kto był wolontariuszem wie, że dostaje się coś więcej. Mając 16 lat postanowiłam, że zostanę wolontariuszką. Odwiedziłam Centrum Wolontariatu, gdzie powiedziano mi jakie są potrzeby w mojej okolicy i gdzie mogę się udać. Wybrałam świetlice terapeutyczną dla niepełnosprawnych. Spotkałam tam osoby z upośledzeniem umysłowym i ruchowym. Los sprawił, że ich życie nie należy do najłatwiejszych, ale mimo to zobaczyłam, że każdy z tych ludzi jest niezwykle pogodny. Pierwszego dnia byłam bardzo przestraszona, bo nie wiedziałam, co mnie czeka, jak będzie wyglądał zakres moich zadań.

Spotkałam się z życzliwością ze strony osób, którym miałam pomagać. By ułatwić mi pierwsze kroki w nowym miejscu, podali mi pomocną dłoń i traktowali jak „swoją”. Przez prawie trzy lata odwiedzałam ich. Zawsze będę pamiętać Tomka, który mimo, że był przykuty do wózka inwalidzkiego, nieustannie się uśmiechał, a na dyskotekach królował na parkiecie. Dzięki Karolowi nauczyłam się, że nie ma co narzekać na ból głowy, bo ktoś naprawdę cierpi, a mimo wszystko optymistycznie patrzy na świat. Helenka jodłowała i grała na harmonijce. Każdy z nich posiadał jakiś talent lub umiejętność, która odróżniała go od pozostałych.

Kiedy sobie przypominam tamte chwile, na twarzy pojawia się uśmiech, bo czas spędzony w świetlicy udowodnił mi, że można cieszyć się życiem niezależnie od tego, jak ciężkie ono się nam wydaje. Nie warto zaprzętać sobie głowy drobnymi zmartwieniami. Trzeba zawsze myśleć, że szklanka jest do połowy pełna. Bycie pośród osób niepełnosprawnych pozwala pozbyć się barier, uczy otwartości na odmienność drugiego człowieka. A przede wszystkim, wolontariat daje siłę do walki z różnego rodzaju przeciwnościami.

Warto spróbować swoich sił w działalności dobrotwornej, bo dzięki temu można poznać siebie, swoje słabości, ale również ukazują się nam nasze silne strony.

Marta Klepek

W ramach Stowarzyszenia Pomocy Wzajemnej „Być Razem” w Cieszynie działa Centrum Wolontariatu powstałe w 2002 r. Zajmuje się ono m.in.: udzielaniem informacji o możliwości pracy wolontaryjnej; organizowaniem i prowadzeniem szkoleń dla wolontariuszy; tworzeniem bazy informacji o wolontariacie, promowaniem wolontariatu.

Centrum Wolontariatu w Cieszynie

ul. Przykopa 4, 43-400 Cieszyn, tel.: 33 85 80 802, e-mail: homovolontarius@wp.pl

Wielu naszych czytelników – inwalidów wzroku – sygnalizuje trudności z poddaniem się kuracji naczyniowej ratującej wzrok. Kłopot w tym, że Narodowy Fundusz Zdrowia na kuracje naczyniowe przeznaczył bardzo małe limity pieniężne. Powoduje to, że szpitale nie przyjmują – tak jak w latach poprzednich – pacjentów na tego typu kuracje.

Tymczasem w charakterystykę przebiegu poszczególnych chorób okulistycznych wpisany jest zmniejszony przepływ krwi przez naczynia zaopatrujące gałki oczne oraz struktury tkankowe im towarzyszące. Przyczyny takiego stanu rzeczy są rozmaite. Są to patologie zależne od nieprawidłowych warunków anatomicznych takich jak np. krótkowzroczność degeneracyjna i inne, u których podstaw leżą różnego rodzaju zaburzenia metaboliczne, nierzadko o podłożu genetycznym np. zwyrodnienia barwnikowe siatkówki. Zarówno farmakologiczna jak i fizykoterapeutyczna (zwięk-

Ratować wzrok

szająca penetracje leków np. jonoforeza) ingerencja wpływająca na poprawę perfuzji naczyniowej okolicy oczodołowej ma za zadanie polepszenie odżywienia i dotlenienia delikatnych, zmienionych chorobowo tkanek, a także umożliwienie im pozbycia się w zwiększonym stopniu toksycznych produktów przemiany materii. Działania te mają za zadanie spowolnienie toczącego się procesu chorobowego, a tym samym możliwie długie zachowanie funkcji wzroku, co nie jest bez znaczenia w kontekście przedłużenia czasu aktywności zawodowej. Dla osób z bardziej zaawansowanymi zmianami chorobowymi jest to niekiedy jedyna szansa na zachowanie resztek widzenia, umożliwiających funkcjonowanie w zakresie niezbędnym do

realizacji swoich podstawowych potrzeb życiowych.

To, że kuracje naczyniowe przynoszą efekt potwierdzają ci, którzy się im poddali. Po takiej kuracji widzenie poprawia się o dwa rzędy – mówi jedna z osób, które wypróbowała owej kuracji. Czy rzeczywiście potrzeba procedur szpitalnych, by podjąć takie leczenie? Może warto pomyśleć o refundacji przez Narodowy Fundusz Zdrowia turnusów rehabilitacyjnych lub pobytów sanatoryjnych poza instytucją szpitalną?

Dziś alternatywą dla człowieka tracącego wzrok jest pobyt w komercyjnej placówce w Karpaczu, gdzie koszt dziesięciodniowego pobytu z zabiegami wynosi 1000 zł.

EL

Społeczny Rzecznik ds. Osób Niepełnosprawnych wystąpił do Narodowego Funduszu Zdrowia z wnioskiem o uwzględnienie kuracji naczyniowej w procedurach szpitalnych.

Za okazane serce dziękujemy!

KSON jest organizacją pożytku publicznego od dnia 01.03.2004 r. Oznacza to, że ma prawo do otrzymania odpisów podatku dochodowego od osób fizycznych. Środki te nie tylko przekazywane są na nasze cele statutowe, ale również – zgodnie z wolą darczyńców – na rehabilitację osób chorych i wymagających leczenia. Z podatku za rok 2009 na wydzielone konto Sejmiku wpłynęły środki od prawie 300 darczyńców.

Obok radujących serce drobnych kwot pieniężnych, wpłynęły również kilkutyśne sumy od właścicieli firm, które w ten sposób postanowiły wspomóc rodziny swoich niepełnosprawnych pracowników, a także społeczne akcje środowiskowe.

Dzięki pozyskanym w ten sposób środkom mogliśmy wspomóc leczenie i rehabilitację trzech osób: Marka z Siekierczyna, Marka z Bolkowa oraz Aleksandrę z Sosnowki, którym

przekazaliśmy łącznie 19 715,55 zł.

Nie zabrakło ponadto darczyńców, którzy przekazali na konto Sejmiku środki dla wskazanych pozarządowych organizacji inwalidzkich działających w KSON, które nie mają statusu organizacji pożytku publicznego. Z wpłat tych zarządy organizacji będą mogły pokrywać wydatki na cele statutowe. W imieniu własnym i beneficjentów dziękujemy wszystkim ludziom otwartego serca.

KSON

WIARA POMAGA

Powodzenie tak skomplikowanej operacji jak przeszczep zależy nie tylko od zgodności tkankowej, ale także czynników psychologicznych, społecznych i duchowych. Włoski zespół psychologów przez 4 lata śledził losy 179 pacjentów (129 mężczyzn i 50 kobiet, średnia wieku 52 lata), którym przeszczepiono wątrobę. Badani wypełniali kwestionariusz dotyczący ich religijności.

Jak się okazało wiara w Boga (niezależnie od tego czy wierzący był chrześcijaninem, muzułmaninem, czy też wyznawał inną religię) zwiększała szanse na przeżycie po przeszczepie, podczas gdy formalna przynależność do kościoła miała mniejsze znaczenie.

INACZEJ PATRZĄ NA ŚWIAT

Naukowcy z Uniwersytetu w Cambridge prowadzili badania na 24 zdrowych ochotnikach, którym podano przeciwdepresyjny lek o nazwie citalopram. Skutkiem jego działania jest wzrost w mózgu poziomu serotoniny, związku regulującego między innymi nasz nastrój i emocje. Okazało się, że w porównaniu z osobami otrzymującymi placebo ochotnicy zażywający citalopram byli mniej skłonni (o ok. 10%), by skrzywdzić kogoś, nawet dla dobra ogółu. Przykładowo nie chcieliby poświęcić życia jednej osoby po to, by uratować pięć innych.

Badani wzięli też udział w grze, w której mogli zaakceptować propozycję drugiej osoby dotyczącą podziału środków pieniężnych, bądź odrzucić ją, gdy była niezbyt korzystna. Gdy wyrazili zgodę, każdy otrzymywał swoją część pieniędzy, gdy odmówili, każdy zostawał z niczym. Osoby zażywające serotoninę wolały raczej zaakceptować niekorzystną ofertę, niż ukarać czyjąś chciwość odmową.

OLEJEK Z CZOSNKU CHRONI

Choroby układu krążenia są jednym z głównych powikłań cukrzycy i odpowiadają za 80% zgonów cierpiących na nią osób. Szacuje się, że śmiertelność z powodu chorób układu sercowo-naczyniowego jest wśród cukrzyków 2-4 razy wyższa. Zbyt wysoki poziom glukozy we krwi prowadzi do

nadprodukcji wolnych rodników, cząsteczek, które uszkadzają komórki mięśnia sercowego. Jednocześnie spada poziom enzymów neutralizujących te związki, czyli przeciwutleniaczy.

Naukowcy z Chińskiego Uniwersytetu Medycznego w Tajwanie sprawdzali czy ochronne działanie mogą mieć przeciwutleniacze zawarte w olejku czosnkowym. Już bowiem wcześniej obserwowano, że czosnek korzystnie wpływa na układ krążenia. Pojawiały się też doniesienia, że zawarte w nim związki mogą pomóc w regulacji poziomu glukozy we krwi. Doświadczenia prowadzono na szczurach, u których wywołano cukrzycę. Podzielono je na cztery grupy, z czego w trzech co drugi dzień podawano wraz ze zwykłą karmą olejek czosnkowy w różnych dawkach, zgodnie z masą ciała. Czwarta grupa dostawała olej kukurydziany.

Okazało się, że olejek czosnkowy łagodził, zależnie od dawki, niekorzystne zmiany w komórkach mięśnia sercowego związane z cukrzycą, chroniąc je zarazem przed uszkodzeniem. Naukowcy zaobserwowali też poprawę czynności skurczowej serca. W komórkach mięśnia sercowego wzrosła produkcja enzymu neutralizującego wolne rodniki.

Zdaniem lekarzy korzystny wpływ olejku czosnkowego na serce jest związany z zawartymi w nich organicznymi związkami siarki, które mają własności przeciwutleniające.

VIAGRA NIE TYLKO NA POTENCJĘ

Dużo nowotworów leczonych jest doksorubicyną – antybiotykiem zabijającym komórki. Lek ten jest jednak toksyczny. Powoduje nudności, wymioty, infekcje jamy ustnej i uszkodzenie mięśnia sercowego.

Viagra może wzmacniać lecznicze działanie chemioterapii i ograniczać jej efekty uboczne. Działa blokując enzym PDE-5, który kontroluje przepływ krwi w penisie. Rozluźnia to ścianki naczyń krwionośnych, pozwalając na lepszy dopływ krwi. W wielu nowotworach, między innymi raka piersi, jelita grubego, pęcherza i płuc, istnieje podwyższony poziom enzymu PDE-5. Naukowcy z Virginia Commonwealth University odkryli leczniczy efekt Viagry przy raku prostaty. Podczas eksperymentów

przeprowadzanych na myszach ochroniła ona nawet ich serca przed uszkodzeniem.

Wcześniej korzystne działanie Viagry wykazano między innymi przy szybkich zmianach stref czasowych, w chorobie Crohna i nadciśnieniu płucnym. Sprzyja ona też orgazmom u kobiet z depresją, a nawet zwalcza cellulitis.

RODZINA LEPSZA OD TESTÓW

Lekarze badając pacjentów pod kątem demencji przeważnie zlecają im wykonanie szeregu zadań pamięciowych, takich jak porównywanie kształtów przedmiotów. Naukowcy z St. Louis przyjęli inną metodę. Stworzyli kwestionariusz o nazwie AD8, opierający się na informacjach dostarczanych przez członka rodziny lub przyjaciela. Został on przetestowany na grupie 251 osób. Dane uzyskane w ten sposób porównano następnie z wynikami analizy płynu mózgowo-rdzeniowego i tomografii komputerowej. Okazało się, że wyniki kwestionariusza AD8 częściej pokrywały się ze stanem rzeczywistym niż tradycyjne testy.

AD8 jest szybki i oszczędny. Zebranie danych od informatora zajmuje zaledwie kilka minut. Został już przetłumaczony na kilka języków i trafił do klinik w różnych częściach świata.

DOTYK ŁAGODZI BÓL

Specjaliści z University College w Londynie wykazali, że dotykanie przez chorego bolącego miejsca pozwala mózgowi utworzyć wirtualny obraz ciała i złagodzić ból. Wykonywanie tej czynności przez kogoś innego nie usmierza go.

Naukowcy posługiwali się metodą polegającą na zanurzeniu palców wskazującego i serdecznego w gorącej, ale nie wrzącej wodzie, podczas gdy środkowy był zanurzany w zimnej. W rezultacie powstaje złudzenie, że środkowy palec trafił do wrzątku – badana osoba czuje ból, jednak jej palcom nie grozi poparzenie. Mózg nie wie, że ból jest złudzeniem, co pozwala naukowcom badać jego odczuwanie nie szkodząc nikomu.

Ból odczuwany przez środkowy palec był mniejszy aż o 64%, gdy procedurę stosowano na obu rękach, a wszystkie trzy palce jednej stykały się

z takimi samymi palcami drugiej. Gdy dotykały się tylko jeden lub dwa palce, albo gdy bolącej ręki dotykał ktoś inny, nie obserwowano tak silnego efektu przeciwbólowego.

KOŚCI Z PIANKI

Implanty zastępujące kości zwykle są wykonywane z litego metalu - najczęściej tytanu. Są dobrze tolerowane, ale znacznie sztywniejsze od kości. Zdarza się więc, że przenoszą większą część obciążenia, a kość stopniowo zanika, co może prowadzić do obłuzowania implantu.

Naukowcy z Drezna opracowali tytanowy materiał o gąbczastej strukturze, zainspirowanej przez równie gąbczastą strukturę kości. Porowaty implant jest elastyczniejszy, dzięki czemu bardziej przypomina kość. Ponadto łatwiej integruje się z tkanką kostną, która wrasta w puste przestrzenie implantu. Aby uzyskać gąbczasty tytan specjaliści nasycili poliuretanową piankę roztworem zawierającym tytanowy proszek i czynniki wiążące. Gdy proszek przylgnał do pianki, wszystko odparowano. Powstała tytanowa gąbka, utwardzona za pomocą obróbki cieplnej.

Jeśli materiał zostanie dopuszczony do stosowania u ludzi, będzie mógł służyć na przykład do wypełniania luk pomiędzy odłamkami połamanych kości.

DEPRESJA PO CZEKOLADZIE

Osoby, które regularnie zjadają tygodniowo chociażby tabliczkę gorzkiej czekolady, są bardziej skłonne do depresji niż te, które spożywają ten przysmak od przypadku do przypadku – wynika z badań naukowców z Uniwersytetu Kalifornijskiego w San Diego. W eksperymencie wzięło udział tysiąc dorosłych osób. Im więcej konsumowali czekolady tym gorszy stawał się ich nastrój. Badacze przyznają jednak, że nie są w stanie wyjaśnić tego zjawiska.

Wcześniej uważano, że czekolada przyczynia się do poprawy nastroju. Być może jedno nie przeczy drugiemu. W krótkim okresie smakołyk może poprawiać nastrój, a w dłuższym powodować depresję, podobnie jak alkohol.

Oprac. ga

POZEW ZBIOROWY

19 lipca weszła w życie ustawa z 17 grudnia 2009 r. o dochodzeniu roszczeń w postępowaniu grupowym. Konsumenci otrzymali skuteczne narzędzie do obrony przed dużymi firmami, dysponującymi dobrze opłacanymi prawnikami.

Pozew zbiorowy, od dawna stosowany w innych krajach, wyrównuje szanse obu stron. Do tej pory osoba poszkodowana musiała samodzielnie dochodzić swoich racji przed sądem, ponosząc spore koszty, a i tak jej szanse na wygraną były bardzo małe.

Z roszczeniem w trybie pozwu zbiorowego wystąpić może grupa minimum 10 poszkodowanych. Górna granica nie jest określona, mogą więc to być nawet tysiące osób. Opłaty sądowe wynoszą tylko 2% wartości pozwu i są rozłożone na wszystkich członków grupy, podobnie jak opłaty dodatkowe, przykładowo za ekspertyzy biegłych.

Jak będą rozliczane koszty adwokackie (obowiązuje przymus adwokacki) wykaże praktyka. W innych krajach adwokat otrzymuje przeważnie pewien procent od wartości zasądzonego odszkodowania, co jest korzystne i dla niego i dla występujących z roszczeniem.

W trybie pozwu zbiorowego sąd przyznaje odszkodowanie równe dla każdej z osób w grupie. Ci, którzy oczekują wyższego mają możliwość złożenia indywidualnego pozwu, to trwa jednak dłużej i jest znacznie droższe.

Grupę poszkodowanych osób lub firm musi łączyć to samo zdarzenie, przykładowo niezgodny z umową standard wypoczynku na wakacjach.

Sprawę rozpatruje sąd okręgowy orzekający w składzie trzech sędziów zawodowych. Powództwo wytacza reprezentant grupy, którym może być osoba wchodząca w jej skład albo powiatowy (miejski) rzecznik konsumentów w zakresie przysługujących uprawnień. Prowadzi on postępowanie w imieniu własnym na rzecz wszystkich. Sąd na wniosek co najmniej połowy członków grupy może zmienić reprezentanta.

Przystąpić do grupy można w terminie wyznaczonym przez sąd, jednak nie krótszym niż miesiąc i nie dłuższym niż 3 miesiące od daty obwieszcze-

nia, przez złożenie oświadczenia reprezentantowi grupy.

SEPARACJA TO JESZCZE NIE ROZWÓD

Separacja jest często rozwiązaniem dla osób, które chcą od siebie odpocząć i jednocześnie zabezpieczyć swój interes prawny. Stanowi alternatywę dla ludzi, którzy z różnych względów, w tym religijnych, nie akceptują instytucji rozwodu. Powoduje większość tych samych skutków co rozwód. **Najważniejsze różnice to:**

- małżonkowie pozostający w separacji nie mogą zawrzeć nowego związku małżeńskiego;
- do uzyskania separacji wystarcza uznanie, że między małżonkami nastąpił zupełny, a nie jak przy rozwodzie trwały i zupełny rozkład pożycia;
- separacja może nastąpić na zgodny wniosek małżonków, jeśli nie mają oni wspólnych małoletnich dzieci;
- jeżeli wymagają tego względy słuszności, małżonkowie pozostający w separacji zobowiązani są do wzajemnej pomocy;
- małżonkowie po orzeczeniu separacji mogą wystąpić wspólnie do sądu o jej zniesienie – takiej możliwości nie ma przy rozwodzie, gdyby chcieli od nowa aktywować małżeństwo, musieliby je na nowo zawrzeć.

ROZWIĄZANIA PRAWNE WSPÓLNE DLA SEPARACJI I ROZWODU TO:

- powstanie pomiędzy małżonkami rozdzielności majątkowej;
- jeżeli wskutek separacji miałyby ucierpieć dobro wspólnych małoletnich dzieci małżonków albo jeżeli z innych względów orzeczenie separacji byłoby sprzeczne z zasadami współżycia społecznego, sąd nie będzie mógł jej orzec;
- orzekanie czy i który z małżonków ponosi winę rozkładu pożycia, jednak jeśli separacja orzekana jest na zgodny wniosek małżonków, sąd nie będzie orzekał o winie;
- możliwość dochodzenia alimentów.

*

Sąd w wyroku orzekającym separację rozstrzyga obowiązkowo o władzy rodzicielskiej nad wspólnymi małoletnimi dziećmi obojga małżonków oraz orzeka, w jakiej wysokości każdy z nich obowiązany jest do ponoszenia kosztów ich utrzymania i wychowania. Może powierzyć wykonywanie władzy rodzicielskiej jednemu z rodziców, ograniczając władzę drugiego do określonych obowiązków i uprawnień.

ROZWIĄZANIA ALIMENTACYJNE PO ORZECZENIU SEPARACJI SĄ TAKIE SAME JAK PO ROZWODZIE

Wpis od separacji jest stały i kosztuje 600 zł. Zgodny wniosek małżonków o separację wynosi 100 zł. Do pozwu o separację dołącza się:

- odpis aktu małżeństwa – oryginał oraz kopię;
- kopię pozwu;
- odpisy oraz kopie aktów urodzenia niepełnoletnich dzieci małżonków;
- wszelkie istotne dokumenty w sprawie.

Do wniosku o zwolnienie od kosztów sądowych lub przyznanie adwokata z urzędu należy załączyć zaświadczenia o dochodach.

ZALICZENIE LAT DO RENTY

Osoby starające się o rentę lub emeryturę czasami nie mają możliwości udowodnienia ile zarabiali w poszczególnych latach. Powodem braku dowodów jest likwidacja firmy, zaginięcie lub zniszczenie dokumentów płacowych, gdyż kiedyś nie istniał, tak jak obecnie, długi (50 lat) obowiązek ich archiwizowania. W takich przypadkach ZUS przyjmował, że dochód za takie lata był zerowy.

Od 1 stycznia 2009 r. zamiast dochodu zerowego za podstawę wymiaru składek za dany rok przyjmuje minimalne wynagrodzenie obowiązujące w danym roku. Zasada ta dotyczy wszystkich osób, które posiadają świadectwa pracy potwierdzające fakt zatrudnienia w tym okresie.

Opracował and

Śmiech to zdrowie

Chorego prezesa dużej firmy odwiedza w szpitalu wiceprezes:

– Życzę ci szybkiego powrotu do zdrowia i sto lat życia. Takie jest oficjalne stanowisko zarządu. Za głosowało siedmiu członków, dwóch było przeciw, a jeden się wstrzymał od głosu.

*

Do dyrektora banku zgłasza się sprzątaczką:

– Panie dyrektorze, proszę mi dać klucze od sejfu.

– Pani chyba oszalała!?

– Wcale nie, ale już nie mam ochoty męczyć się pół godziny z wytrychami, aby otworzyć to cholerne pudło, w którym robię porządki w ciągu pięciu minut.

*

– Panie doktorze, każdej nocy śnią mi się nagie dziewczęta wbiegające i wybiegające z pokoju.

– I chce pan, żeby ten sen się nie pojawiał?

– Nie, tylko chciałem się spytać co zrobić, żeby tak nie trzaskały drzwiami.

*

– Od miesiący prześladowa mnie koszmar. Śni mi się, że ktoś ciągle za mną chodzi – żali się pacjent psychologowi.

– Kim pan jest z zawodu?

– Przewodnikiem.

*

– Dosyć! Więcej już nie sprzedam wina „na zeszyt”! – mówi sprzedawczyni w wiejskim sklepie do jednej z klientek.

– Jadźka, zmiłuj się, przecież inaczej tego wszystkiego nie spamiętasz!

*

Mąż przyłapał żonę z kochankiem.

– Niewierna – krzyczy i bierze z szuflady pistolet.

– Nie!!! Chyba nie zabijesz ojca własnych dzieci!

*

Mąż wchodzi na wagę łazienkową i z całej siły wciąga brzuch. Żona patrzy na to z politowaniem:

– Myślisz jęlopie, że ci to pomoże?

– Oczywiście, że pomoże. Tylko w ten sposób mogę zobaczyć ile ważę.

CUKRZYCA WŚRÓD DZIECI

W katalogu działań na lata 2006-2010 postulowaliśmy dostrzeżenie problemu cukrzycy u dzieci i młodzieży. Zgłaszaliśmy konieczność objęcia przesiewowymi badaniami uczniów pierwszych klas szkół podstawowych i gimnazjów pod tym właśnie kątem. Rodzice młodych cukrzyków nadal sygnalizują komplikacje związane z koniecznością wyjazdu na badania do Wrocławia, ponieważ żadna z czterech przychodni jeleniogórskich nie zajmuje się

dziećmi i młodzieżą do lat 18. Problem dostrzega coraz więcej placówek oświatowych. Ostatnio zwróciła się do nas Wiesława Sordel, Dyrektor Niepublicznego Przedszkola Tuptuś w Jeleniej Górze, która wyraziła chęć zorganizowania szkolenia dla kadry z zakresu opieki nad dzieckiem z cukrzycą.

Nawiązaliśmy kontakt z Ministerstwem Zdrowia i Zarządem Głównego Związku Diabetyków z Bydgoszczy, sprowadzając odpowiednie materiały

szkoleniowe, które prześlemy wszystkim placówkom oświatowym.

Jeleniogórskie Koło Stowarzyszenia Diabetyków traktuje problem cukrzycy u dzieci jako bardzo poważne zadanie, w którego rozwiązanie włączyć się muszą w równej mierze rodzice, opiekunowie oraz władze miasta.

Do sprawy będziemy wracali, a zainteresowanych prosimy o kontakt z Karkonoskim Sejmikiem Osób Niepełnosprawnych (58-500 Jelenia Góra, ul. Grabowskiego 7, tel.: 75 75 24 254, mail: biuro@kson.pl).

Legitymacja Osoby Niepełnosprawnej

We wrześniu bieżącego roku 16 pierwszych osób otrzymało Legitymację Osoby Niepełnosprawnej.

Wystawcą dokumentu przypominającego wielkością dowód osobisty jest Karkonoski Sejmik Osób Niepełnosprawnych. Na pierwszej stronie legitymacji widoczne jest zdjęcie posiadacza, podstawowe informacje osobowe (imię, nazwisko, nr PESEL) oraz informacja o stwierdzonym stopniu niepełnosprawności. Na rewersie znaleźć można wydrukowany w pięciu językach apel o udzielenie posiadaczowi wszelkiej pomocy przez osoby, urzędy i instytucje, do których zwróci się osoba niepełnosprawna. Legitymacja wydawana jest na okres pięciu lat, chyba że termin ważności orzeczenia o niepełnosprawności upływa wcześniej.

Z pomysłem wydania Legitymacji wystąpili do Sejmiku sami

niepełnosprawni, którzy zauważyli, że żaden z dokumentów – począwszy od legitymacji ZUS, poprzez kartę międzynarodowego ubezpieczenia zdrowotnego, do paszportu włącznie – nie zawiera informacji o niepełnosprawności nawet w formie piktogramu. W kilku przypadkach wyjazdy zagraniczne poza Strefę Schengen wiązały się z długotrwałymi procedurami na granicach, czego można było uniknąć, gdyby podróżni dysponowali wiarygodnym dokumentem potwierdzającym, że rzecz dotyczy osoby chorej – niepełnosprawnej.

Sprawdziliśmy, na ile pożyteczna jest ta legitymacja za granicą. Nasza poruszająca się o



kulach koleżanka posłużyła się tym dokumentem. Ku jej miłemu zaskoczeniu, potraktowano ją bardzo poważnie i udzielono wszelkiej możliwej pomocy.

Legitymacja może zostać wydana osobie niepełnosprawnej, która przedstawi aktualne zaświadczenie o niepełnosprawności i uiści opłatę w wysokości 15 zł (koszt wykonania legitymacji).

KSON

• Z redakcyjnej poczty •

W numerze 3/2010 zaprosiliśmy Państwa do dyskusji na temat **Katalogu Działań i oceny pracy rajców miejskich**. Odebraliśmy ponad 20 zapytań, uwag i opinii, których część poniżej prezentujemy:

– *Dlaczego nie objęto badaniem przesiewowym dzieci i młodzieży pod kątem zagrożenia cukrzycą?*

Iwona z Jeleniej Góry

Redakcja: Niestety mimo zgłoszenia tego problemu i licznych starań Stowarzyszenia Diabetyków badania przesiewowe, o które Pani pyta, prowadzone są tylko w zakresie badań wzroku i słuchu. Tymczasem z informacji od dyrektorów szkół i przedszkoli jeleniogórskich wiemy, że problem ten dotyczy w coraz większym stopniu dzieci i młodzieży do 18 roku życia. Utrudnieniem jest fakt, że na takie badania należy udać się do specjalistycznych placówek wrocławskich.

– *Jak został zrealizowany wniosek dotyczący utworzenia na bazie obiektu przy ulicy Grabowskiego – Środowiskowego Domu Kultury dla osób starszych i niepełnosprawnych? Większość placówek kultury z uwagi na bariery architektoniczne nie jest dostępna dla inwalidów ruchu.*

Joanna z Jeleniej Góry

Redakcja: Niestety budynek KSON przeznaczony został uchwałą Rady Miasta Jeleniej Góry do sprzedaży. Pisaliśmy o tym w artykule pt. Siedziba KSON (nr 1/2010). Na dzień dzisiejszy mglista jest perspektywa uzyskania dostępu dla Sejmiku i organizacji w nim zrzeszonych do ewentualnej nowej

siedziby po Spółdzielni "Vita". W tej sprawie interpelowali radni: J. Sarzyński, P. Miedziński, K. Mróz w czasie sesji w dniu 28 września 2010 roku.

– *W punkcie 12 Katalogu Działań napisano o konieczności tworzenia miejsc pracy dla osób niepełnosprawnych. Czy najwięksi pracodawcy w Jeleniej Górze – tj. m.in. Urząd Miasta płaci kary za niezatrudnianie niepełnosprawnych?*

Ryszard z Kowar

Redakcja: Sytuacja na chronionym rynku pracy pogarsza się. Zapowiadana nowela do ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych spowoduje – zdaniem jeleniogórskich pracodawców – że część z tych zakładów wycofa się z obecnej formuły, a tym samym wskaźnik bezrobocia wśród niepełnosprawnych pracowników wydatnie wzrośnie.

Obecnie w skali kraju na rynku chronionym zatrudnionych jest 260 tys. osób. Ilość miejsc może spaść nawet o 30%. Temu tematowi poświęcone było spotkanie zorganizowane przez poseł Elżbietę Zakrzewską w Spółdzielni "Simet" z udziałem innych zakładów pracy chronionej. Do sprawy tej będziemy wracać.

Z danych uzyskanych z Dzia-

łu Kadr z Urzędu Miasta Jelenia Góra wynika, że na 330 pracowników urząd zatrudnia tylko 10 niepełnosprawnych, co oznacza, że jednostka ta "płaci kary" za niezatrudnianie osób niepełnosprawnych.

– *Mam rodziców głuchoniemych, którzy mają wielkie kłopoty z porozumiewaniem się w różnych urzędach, instytucjach, a także placówkach służby zdrowia. Czy inwalidzi słuchu mogą liczyć na pomoc w tym zakresie?*

Jan z Sobieszowa

Redakcja: Od 2007 roku Sejmik przeszkolił ponad 300 tłumaczy języka migowego. Coraz częściej z usług tych korzystają sądy i policja. Są też "jaskółki" zapowiadające zmiany, bo niektóre z tych placówek na kursy języka migowego skierowały swoich pracowników: np. ZUS, Powiatowy Urząd Pracy, szkoły i przedszkola. Ze zgłaszanych do nas spraw okazuje się, że największy kłopot jest w urzędach. Problemem tym zajmuje się Stowarzyszenie Tłumaczy i Wykładowców języka migowego "Gest", którego prezes Olgierd Kosiba poinformował nas, że w skali byłego województwa jeleniogórskiego funkcje tłumaczy będzie mogło spełniać ponad 200 przeszkolonych osób. Czekamy także na zapowiadaną ustawę o wprowadzeniu języka migowego jako języka urzędowego.

Zapraszamy Państwa do dalszego zgłaszania pytań i problemów, na które odpowiemy w następnych numerach TiT-u.

Kandydaci

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

STANISŁAW DZIEDZIC – prezes zarządu Oddziału Rejonowego Polskiego Związku Emerytów, Rencistów i Inwalidów. Dwukrotnie był radnym Rady Miejskiej i dwukrotnie przewodniczył Komisji Finansów. Wyróżniono go między innymi Odznaką za Zasługi dla Związku Kombatantów RP i Byłych Więźniów Politycznych, Honorową Odznaką Zasłużony dla Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków, tytułem Przyjaciela Osób Niepełnosprawnych. Współtworzył KSON. Kandyduje do Rady Miejskiej.

RYSZARD GREK – przez dwie kadencje był radnym Rady Powiatu, a także etatowym członkiem Zarządu Powiatu oraz przewodniczącym Komisji Rewizyjnej Związku Powiatów Dolnośląskich. Jest prezesem Zarządu Powiatowego Szkolnego Związku Sportowego i członkiem Zarządu KSON. Odznaczony został między innymi Złotą Odznaką Polskiego Towarzystwa Walki z Kalectwem, a Biskup Legnicki przyznał mu tytuł Przyjaciela Osób Niepełnosprawnych. Kandyduje do Rady Powiatu.

MIŁOSZ KAMIŃSKI – ukończył Wydział Prawa i Administracji Uniwersytetu Wrocławskiego, a także między innymi Podyplomowe Studium Prawa i Gospodarki Unii Europejskiej i Centrum Edukacji Nauczycielskiej na tej uczelni oraz Szkołę Praw Człowieka przy Helsińskiej Fundacji Praw Człowieka. Współpracuje z KSON i innymi organizacjami pozarządowymi. Był kuratorem sądowym. Zna problemy samorządu terytorialnego, jest bowiem sekretarzem Urzędu Miasta w Piechowicach. Kandyduje do Rady Miejskiej.

MAŁGORZATA LAMCH – wolontariuszka KSON, członek Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych Intelakualnie i Ruchowo „Przyjaciele”. W 2007 roku została wybrana najlepszym niepełnosprawnym sportowcem. W latach 1995-1998 była społecznym kuratorem sądowym, dzięki czemu nauczyła się jak wspierać ludzi potrzebujących pomocy. Jej motto życiowe brzmi: „Dawać z siebie wszystko dla innych, to odnajdywać najwspanialszego siebie”. Kandyduje do Rady Miejskiej.

JERZY PRUDZIENICA – doktor nauk ekonomicznych, emerytowany nauczyciel akademicki. Jest prezesem Stowarzyszenia Niedosłyszących LIRA w Jeleniej Górze, ekspertem Ministerstwa Rozwoju Regionalnego oraz Dolnośląskiego Urzędu Marszałkowskiego do spraw oceny składanych projektów. Jako wolontariusz KSON angażuje się przede wszystkim w przygotowywanie długofalowych przedsięwzięć. Jest żonaty, ma dwoje dzieci oraz pięcioro wnuków. Kandyduje do Rady Powiatu.

MAJA PRUDZIENICA – doktor nauk ekonomicznych, adiunkt w Katedrze Nauk o Przedsiębiorstwie Uniwersytetu Ekonomicznego. Ma na swoim koncie 35 publikacji naukowych oraz 15 opracowań i ekspertyz. Prowadzi szkolenia między innymi z pracownikami jednostek samorządu terytorialnego, a także podopiecznymi Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej. Jako wolontariuszka KSON koordynuje nowe projekty. Jest mamą dwóch synów, z których jeden nie słyszy. Kandyduje do Rady Miejskiej.



Stanisław
Dziedzic



Ryszard
Grek



Miłosz
Kamiński



Małgorzata
Lamch



Jerzy
Prudzienica



Maja
Prudzienica

ONI NAS NIE ZAWIODĄ!