



Przewodnik

Miesięcznik Okręgu
Podkarpackiego PZN



Druk dofinansowano ze
środków PFRON

(39)

3/2008

ISSN 1897-841X

Tyle jesteś wart ile drugiemu pomożesz...



Wesołych Świąt Wielkanocnych

Marzec

W poszukiwaniu genezy nazwy miesiąca musimy cofnąć się do czasów starożytnych i powiązać ją z mitologicznym bogiem wojny – **Marsem**. W państwach basenu Morza Śródziemnego, sprzyjającym czasem do przemieszczania się i przeprowadzania wypraw wojennych był okres od marca do października. Dlatego też początkowo oba krańcowe miesiące wyznaczające najkorzystniejszy moment do przeprowadzania militarnych batalii były poświęcone temu bóstwu.

Ostatecznie od imienia rzymskiego boga wojny **Marsa** – czyli od staroitalskiego imienia **Mars, Mavors, Mamers**, czy etruskiego **Maris** (w końcowym efekcie od łacińskiego imienia **Matrus**) wykrystalizowała się - i przyjęła - nazwa miesiąca **marzec**.

A co ciekawego w miesiącu marcu wydarzyło się drzewiej ?

1 marca 1938r. zmarł **Władysław Grabski** – ekonomista, polityk, historyk, uczestnik paryskiej konferencji pokojowej w 1919r. Był autorem reformy ekonomicznej Polski w latach 1924 – 1925. Sprawował obowiązki ministra skarbu, premiera, był rektorem SGGW, jest założycielem Instytutu Socjologii Wsi (ur. 1874r.).

1 marca 1958r. na falach ultrakrótkich (UKF) z Warszawy rozpoczęto emisję **III Program Polskiego Radia**.

2 marca 1333r. zmarł **Władysław Łokietek** – jeden z najbardziej znanych królów Polski. Był władcą o niezłomnym duchu i charakterze, o którym mówiono: „*Król wzrostem mały, ale mąż śmiały*”. Po przeszło 200 latach rozbitcia dzielnicowego doprowadził do zjednoczenia większości ziem polskich i włożył na głowę koronę Piastów, a do koronacji został użyty miecz koronny – **Szczerbiec**.

4 marca 1678r. ur. **Antonio Vivaldi** – włoski skrzypek i kompozytor, ksiądz. Jest uważany za najwybitniejszego kompozytora epoki baroku – skomponował „*Cztery pory roku*”.

4 marca 1747r. urodził się **Kazimierz Puławski** – generał, bohater narodowy Polski i Stanów Zjednoczonych. Przed rokiem w tym dniu do Wieczności odszedł **Tadeusz Nalepa**.

W tym dniu w Wilnie w dzień **św. Kazimierza** – patrona Litwy - odbywają się słynne **Kaziuki**, czyli wielki jarmark rzemiosła ludowego i artystycznego. Jest to największe i najbarwniejsze święto miasta, a obchodzone ku czci św. Kazimierza – patrona Litwy.

5 marca 1978r. zmarł **Zbigniew Żałuski**, pisarz, historyk, pułkownik WP. Napisał m.in. „*Siedem polskich grzechów głównych*”.

8 marca – to **Międzynarodowy Dzień Kobiet**.

Czy znacie genezę tego szczególnego Święta? Niedawno dowiedziałem się, że „*Wprowadzono je jako wyraz szacunku dla ofiar walki o równouprawnienie kobiet. Ustanowiono je dla upamiętnienia strajku 15 tys. kobiet – pracownic fabryki tekstylnej -, które 8 marca 1908 roku w Nowym Jorku domagały się praw wyborczych i polepszenia*

warunków pracy. Właściciel fabryki zamknął strajkujące w halach fabrycznych z zamiarem uniknięcia rozgłosu. W fabrycznych pomieszczeniach rozprzestrzenił się ogień, w wyniku pożaru zginęło 129 kobiet.

*W Polsce **MDK** został wykreślony z oficjalnego kalendarza w 1993r. (o ironio!) przez premier Hannę Suchocką.*

Drogie Panie !

***Z okazji Międzynarodowego Dnia Kobiet** - w tym miejscu felietonu my niżej podpisani – pragniemy złożyć - każdej z Was - najserdeczniejsze życzenia zdrowia, zadowolenia z życia oraz wszelkiej pomyślności na każdy dzień. Niech zawsze świeci Wam słońce, towarzyszy wspaniały humor i dobre usposobienie. Oby omijały Was smartwienia, kłopoty i różnego rodzaju problemy.*

Tej treści życzenia składają:

prezes Zarządu Okręgu Podkarpackiego PZN Ryszard Cebula

zaś w imieniu męskiej części Redakcji Zygmunt Florczak

8 marca 1968r. w Warszawie rozpoczęły się brutalnie tłumione studenckie demonstracje, które ogarnęły cały kraj i przeszły do historii pod nazwą „**Marzec 68**”.

10 marca wspominamy **40 Męczenników**. W tym dniu starsi wróżą sobie pogodę na następne 40 dni. Namawiam do obserwacji przez ten dzień aury - a potem do jej skonfrontowania przez kolejne kilkadziesiąt dni –, aby wyrobić sobie własny osąd dotyczący wróżby.

11 marca 1938r. wojska niemieckie wkroczyły do Austrii, zaś 13. marca Hitler proklamował wcielenie tego terytorium do rzeszy. Wydarzenie przeszło do historii pod nazwą **Anschluss Austrii**.

13 marca świętujemy jedno z najpopularniejszych kobiecych imion: **Krystyny i Bożeny**. *Wszystkim Paniom noszącym te Imiona – a zrzeszonym w PZN, współpracującym z nami na zasadach wolontariatu lub tylko nam sprzyjającym – Redakcja składa najserdeczniejsze życzenia zdrowia, zadowolenia z życia oraz wszelkiej pomyślności.*

13 marca 1867r. Stany Zjednoczone kupiły od Rosji **Alaskę** za 7 milionów 200 tysięcy dolarów. Była to jedna z najbardziej niekorzystnych transakcji handlowych carskiej Rosji. Wkrótce okazało się, że jest to jeden z najbogatszych w surowce mineralne rejonów USA, a niebawem rozpoczęła się na Alasce „gorączka złota”.

13 marca 1848r. wybuchła rewolucja w Wiedniu. To zdarzenie dało początek **Wiosny Ludów**.

16 marca, to Niedziela Palmowa. W tym dniu w 1968r. oddział żołnierzy amerykańskich dokonał masakry wioski **My Lai** w Wietnamie Poł., mordując ponad 300 osób.

17 marca, to Światowy Dzień Morza.

18 marca 1822r. zmarł **Valentin Haüy** – francuski tyfłopedagog - ; wynalazca wypukłego alfabetu dla niewidomych, który udoskonalił **Louis Braille**.

19 marca 1058r. zmarł **Kazimierz I Odnowiciel** z dynastii Piastów. Od jego czasów funkcje stolicy zaczął pełnić Kraków.

20 marca - to Wielki Czwartek.

20 marca 1978r. kapitan **Krystyna Chojnowska – Liskiewicz** – jako pierwsza kobieta w historii – na jachcie „Mazurek” zakończyła samotny rejs dookoła świata. Rejs trwał prawie 2 lata.

20 marca o godz. 6⁴⁹ rozpoczyna się astronomiczna wiosna.

21 marca – to Wielki Piątek, Święto Wiosny.

*W tym roku nie będzie **Dnia Wagarowicza**, gdyż uczniowie w ten czas w szkołach na pewno będą mieli wolne ...*

21 marca 547r. zmarł **św. Benedykt** – pustelnik, założyciel klasztoru na **Monte Casino**. Jest autorem reguły benedyktyńskiej. Został uznany – jako pierwszy – za patrona Europy.

22 marzec – to Wielka Sobota.

W tym dniu – zgodnie ze starym chrześcijańskim zwyczajem - święcimy pokarmy. Na tradycyjny koszyk ze święconką składają się gotowane i ozdabiane jaja, chleb, wędliny, sól, baranek z cukru, owoce, warzywa. Jajko symbolizuje żywotne siły przyrody budzącej się na wiosnę, chleb – symbolizuje ciało Chrystusa, natomiast pozostałe dodatki – zwłaszcza mięso – mają przypominać o bożym miłosierdziu wobec ludzi zmęczonych i zgłodniałych w wyniku długiego postu.

Z okazji zbliżających się świąt Wielkanocnych wszystkim członkom naszej organizacji, ich bliskim, naszym wolontariuszom oraz ludziom sprzyjającym naszej sprawie pragniemy na ten szczególny czas złożyć najserdeczniejsze życzenia zdrowia, zadowolenia z życia oraz udanego odpoczynku świątecznego w te piękne wiosenne dni w gronie bliskich i przyjaciół. Niech wcześniej zasygnalizowane zdarzenia i rocznice uduchowią i pobudzą Was – Szanowni Czytelnicy - do odpowiedniego przeżycia tak szczególnych dni – Świąt upamiętniających Zmartwychwstanie Pańskie - czasu zwycięstwa Chrystusa nad śmiercią.

Dla całej naszej społeczności powyższe życzenia kierują:

*Prezes Okręgu Podkarpackiego PZN mgr **Ryszard Cebula***

*w imieniu Redakcji „Przewodnika” **Zygmunt Florczak***

23 marca – to Niedziela Wielkanocna.

Wielkanoc, czyli **Uroczystość Uroczystości** z łacinie zwaną: **Solemnitas Solemnitatum**. Tak w VI wieku papież Grzegorz Wielki nazwał **Wielką Niedzielę**. **Zmartwychwstanie Pańskie** jest największym świętem chrześcijan. Obchodząc je wielbimy zwycięstwo Chrystusa nad śmiercią.

23 marca 1822r. urodził się **Ignacy Łukasiewicz** – aptekarz, pionier europejskiego przemysłu naftowego, konstruktor lampy naftowej. Należy przypomnieć, że całe jego życie zawodowe związane jest z naszym regionem, bowiem tutaj pracując dokonał wiekopomnych odkryć i wynalazków.

24 marca – to Poniedziałek Wielkanocy potocznie określany mianem **Śmigus-Dyngus**. Na pojęcie **śmigus-dyngus** niewątpliwie złożyły się trzy obrzędy związane z drugim dniem Wielkanocy, tj. smaganiem różgą, oblewaniem wodą i zbieraniem podarków. Współcześnie zwyczaj jest mocno wynaturzony i czasami jest aż żal patrzeć na to, co hordy rozzuchwalonych chłopców czynią dziewczętom.

Przed rokiem – **25 marca 2007 r.** – **Adam Małysz** zdobył czwartą w karierze **Kryształową Kulę** w **Pucharze Świata**. Jakże miło jest wspomnieć te chwile z ...pozycji fotela.

27 marca 1968r. – podczas lotu treningowego zginął **Jurij Gagarin** – rosyjski kosmonauta, który w 1961r. jako pierwszy człowiek odbył pierwszy lot kosmiczny po orbicie satelitarnej Ziemi.

29 marca 1848r. z inicjatywy **Adama Mickiewicza** w Rzymie powstał **Legion Polski**.

Uwaga !!! W nocy **29/30 marca** zostaje wprowadzony czas środkowoeuropejski letni. O godz. **200** przestawiamy wskazówki zegarków na godz. **300**.

30 marca 1857 r. urodziła się **Gabriela Zapolska** – pisarka, aktorka i publicystka. Jej najsłynniejszym dziełem jest „tragikomedia kołtuńska” – „*Moralność pani Dulskiej*” – opowiadająca o mieszczańskiej hipokryzji.

Czas zakończyć dość obszerny felieton, zaś przytoczone mądre przysłowia: „**W marcu jak w garncu**” lub „**Kiedy marzec w garnku miesza zimę, szykuj bracie dobrą pierzynę**” niech uwrażliwią nas na ten przejściowy czas w przyrodzie, *bo jak stwierdził Mistrz z Czarnolasu:*

Szlachetne zdrowie,

Nikt się nie dowie,

Jako smakujesz,

Aż się zepsujesz.

Jeszcze zdążymy z siebie zrzucić kurtki i całe zimowe odzienie.

Stale – szczególnie mężczyźni – pamiętajmy o inaugurującym miesiąc Dniu Kobiet (tj. przez cały rok bądźmy dla nich dżentelmenami), bo jak informuje anonimowy aforyzm: „Kobieta, to najwspanialszy dar, który Stwórca ofiarował mężczyźnie”. W sercu rozważajmy tę maksymę mając w perspektywie wiosnę i to wszystko, co z nią – oraz Kobietami łącznie - nam się kojarzy !

Czy wiecie jak brzmi nasze związkowe **hasło** na **2008 rok** ?

Oto jego treść:

„Nic o nas bez nas – PZN rzecznikiem środowiska”

Zygflor, 2008-01-21

Czas przejść od deklaracji do czynów !

Takie mniej więcej motto mogłoby mieć szkolenie liderów Okręgowej Rady Niewidomych Diabetyków, którzy w dniach 11 – 13. XII. 2007r. w pensjonacie „Dukat” zgłębiali wiedzę diabetologiczną.

Szkolenie edukacyjne było realizowane przy współudziale lekarza diabetologa - **Mariusza Dąbrowskiego**, dietetyczki żywieniowca - mgr **Anny Grabczak - Kondraciuk**, Zarządu Rady Niewidomych Diabetyków pod nadzorem **Zuzanny Ostafin** oraz współtworzącej ten cykl - **Eugenii Jantoń** z rzeszowskiego Koła Diabetyków. Tak naprawdę nad wszystkim czuwała dyrektor biura Zarządu Okręgu Podkarpackiego PZN – **Małgorzata Musiałek**.

W trakcie realizacji szkolenia prelegenci omówili wiele tematów, a w tym m.in. podstawową wiedzę o cukrzycy, rodzaje insuliny, dietę diabetyka, istotę samokontroli, rehabilitację, potrzebę ruchu i inne ważne zagadnienia tak istotne w tym schorzeniu.



Dla reprezentantów niewidomych diabetyków było to bardzo ciekawe, ważne i potrzebne szkolenie podczas którego kolejni prelegenci pogłębili ich wiedzę i zaznajamiali z zawiłościami choroby.

Szczególne słowa wdzięczności w tym miejscu należą się nowatorskiemu wystąpieniu mgr diabetolog **Annie Grabczak – Kondraciuk**, która w ciekawej prelekcji

odstłoniła niuanse, tajniki oraz możliwości tkwiące w mądrze dobranej i rygorystycznie przestrzeganej diecie. W rozmowie z przedstawicielem pisma powiedziała: *„Celem mojej prelekcji jest uświadomienie znaczenia prawidłowego żywienia w tym schorzeniu, roli samokontroli oraz mądrego układania jadłospisu, bo cukrzyca jest podstępą chorobą, która - gdy się ją zaniedba - niszczy oczy, nerki i układ nerwowy”*.

Prawdopodobnie nasi „cukrzycowi” liderzy mieli po raz pierwszy okazję obcować i wysłuchiwać rad tej klasy specjalistki diabetolog, która ma ukończone specjalistyczne studia, a od 6 lat współpracuje ze środowiskiem osób niewidomych (*rozpoczęła je stykając się z ociemniałymi z Mazowieckiego Okręgu PZN*).

Naszym „cukrzycowym liderom” przekazała rzetelną wiedzę diabetologa-żywniowca oraz swoje doświadczenie i wiarę w to, co tak trudno każdego dnia jest przeliczyć, rozważyć i zrealizować, a co niewątpliwie jest warto czynić, aby zapobiec dalszemu rujnowaniu już nadwątlonego zdrowia.

Pani Anna podkreśliła bardzo ważną rolę w życiu cukrzyka tzw. **zespołu terapeutycznego**, który tworzą: aktywność fizyczna, psychiczne nastawienie do choroby, rehabilitacja, baza żywieniowa i dietetyczny styl życia.

Pani diabetolog bardzo ważną rolę w tym schorzeniu przypisuje edukacji, bo to ona stanowi podstawę w życiu cukrzyka, bowiem osoba cierpiąca na tę chorobę musi „żyć z nią” i zacząć egzystować z nią wedle wskazań, o których tyle mówiła. Ostatnie zdanie Anny Grabczak – Kondraciuk, to apel do szkolących się w Horyńcu – Zdroju niewidomych diabetyków (tzw. liderów), *„aby w swoim środowisku byli przykładami tzw. żywej edukacji, by swoim osobistym życiem świadczyli o celowości tego, do czego ich przez te trzy dni szkolenia nakłaniano”*.

Szefowie Sekcji Niewidomych Diabetyków – **Zuzanna Ostafin i Grzegorz Graboń** – liczą na to, że po zakończeniu tego zjazdu rozpocznie się realizacja tego typu szkoleń w Kołach Terenowych PZN. Grzegorz oświadczył, że liczy na to, że w ten sposób kaganek podstawowej diabetologicznej wiedzy trafi „pod strzechy” – pojedynczo do każdego zainteresowanego niewidomego diabetyka - i w ten sposób szczytny zamiar przemieni się w czyn.

Ciekawe informacje szkolącemu się aktywowi przekazała kol. **Małgorzata Szarleja**, która w dniach 25 – 30 września 2007r. uczestniczyła w Ogólnopolskim Szkoleniu Niewidomych Diabetyków w Olsztynie, a oto jej refleksje:

„Uczestniczyłam w bardzo profesjonalnym i bogatym tematycznie szkoleniu, które bardzo poszerzyło moją wiedzę oraz uświadomiło mi wszelkie błędy, które dotychczas sama popełniałam w swoim żywieniu i trybie życia. Wysłuchałam kilku - przystępnym językiem opowiedzianych – wykładów, w których kolejni prelegenci uzmysławiali nam, jak zaniedbana cukrzyca oddziałuje na poszczególne organy, zmysły i narządy naszego organizmu”.



Oprócz plusów wypunktowała minusy ogólnopolskiego szkolenia, którymi – wedle Naszej Koleżanki – były: nietrafione umiejscowienie obiektu szkoleniowego oraz jego oddalenie od handlowych ośrodków.

Małgosia Szarleja wnioskuje, aby wprowadzić w Karcie Osobowej Członka PZN rubrykę, w której będzie można stawić adnotację odnośną tego, czy nowo-przyjmowany jest chory na cukrzycę – czy też nie -, abyśmy mogli w Kołach PZN z łatwością „wyłapać i zorganizować” ludzi ze sprzężoną niepełnosprawnością – chociażby w celu zrealizowania zakładanych szkoleń dla ociemniałych diabetyków w terenie.

Z ubolewaniem zauważyła, że nic „*nie drgnęło*” w kwestii doposażenia w

mówiący sprzęt rehabilitacyjny dla niewidomych cukrzyków. Podkreśliła bardzo ważną potrzebę częstych badań morfologicznych w życiu diabetyka oraz prawidłowe przygotowanie – i przeszkolenie – niewidomych w przechowywaniu i samodzielnym wykonywaniu sobie iniekcji insuliny oraz obsłudze tego sprzętu.

Wśród liderów naszych niewidomych diabetyków - na ich pierwszym szkoleniu – przebywałam tylko kilka godzin. Wydaje mi się, że udało mi się oddać ducha i cel tego przedsięwzięcia, na którego przeprowadzenie środki u końca 2007 r. roku zdobyły dziewczyny z biura Zarząd Okręgu PZN (*chwała Im za to*). Cel szczytny, potrzebny i wart rozpropagowania w terenie, bo utracić wzrok i dodatkowo borykać się z cukrzycą, to straszliwe wyzwanie.

Dobrze, że reaktywowała się Sekcja Niewidomych Diabetyków w Podkarpackim Okręgu PZN, dobrze, że na edukację zdobywa się środki, bo już jest najwyższy czas, aby z tą wiedzą dotrzeć do człowieka borykającego się ze swoimi problemami gdzieś w terenie i czas zacząć wygłaszane od półrocza deklaracje zamieniać w czyn.

Zygflor, 2007-12-13



Informujemy, podpowiadamy, radzimy ...

- czyli niezbędne dla Was informacje, pomocne przy realizacji PFRON-owskiego programu „Komputer dla Homera”.

Zarząd Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych ustalił termin od **17 marca** do dnia **30 kwietnia 2008 r.** na przyjmowanie przez **Oddziały PFRON** wniosków o dofinansowanie w ramach realizacji programu pn. „**Komputer dla Homera**”, czyli tegorocznej edycji pomocy w zakupie sprzętu elektronicznego oraz oprogramowania umożliwiającego rehabilitację zawodowa i społeczną osób niewidomych i słabowidzących.

Zarząd Okręgu Podkarpackiego Polskiego Związku Niewidomych w Rzeszowie - już tradycyjnie będzie organizatorem pokazu sprzętu komputerowego oraz specjalistycznego oprogramowania dla osób niewidomych i słabowidzących, które w tym roku zdecydują się ubiegać o dofinansowanie w nabywaniu w/w sprzętu.

W pokazie wezmą udział - wraz ze sprzętem – przedstawiciele renomowanych firm krajowych oraz nasz podkarpacki potentat – firma **Quatro Computers**, których przedstawiciele w tym dniu będą służyć wszystkim zainteresowanym swoją wiedzą i doświadczeniem. W/w odpowiedzą na wszelkie Państwa pytania i wątpliwości, zaś dziewczyny z biura Okręgu PZN wraz z przedstawicielami PFRON będą służyć swoją wiedzą i doświadczeniem w wypełnianiu Wniosków o wzmiankowane urządzenia. Zapraszamy.

O termin i miejsce przeprowadzenia w/w pokazu uprzejmie prosimy pytać i kontaktować się z Biurem Zarządu Okręgu PZN lub z Kołami Terenowymi.

Jak dotrzeć do biura Oddziału Podkarpackiego PFRON ?

Siedziba **Oddziału Podkarpackiego PFRON w Rzeszowie** znajduje się przy ulicy **Rejtana 10**.

Wprawdzie **Wnioski** o sprzęt komputerowy będziecie mogli w wyżej podanym terminie wysłać listem poleconym Poczta, ale fakt podpisania końcem lata umowy z PFRON zmusi zainteresowanych do przybycia do biura Funduszu w Rzeszowie. Dlatego też namawiamy o zachowanie poniższych informacji, bo prędzej, czy później przydadzą się.

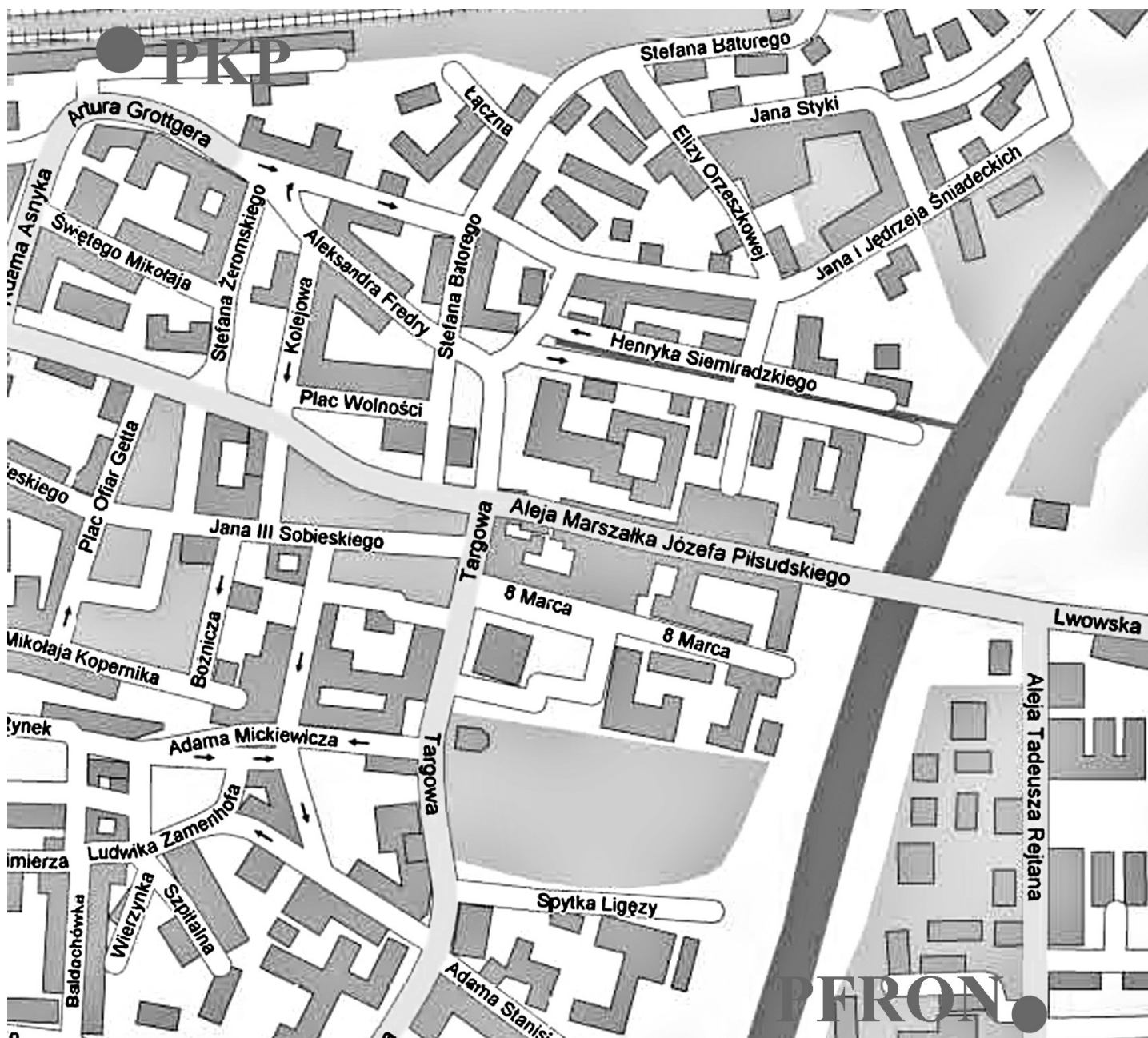
A jak tam najprościej jest dotrzeć ?

- Orientujemy się na niewątpliwie charakterystyczny obiekt w podkarpackiej metropolii - **Dworzec PKP w Rzeszowie**.
- Wychodząc z poczekalni w kierunku **Placu Dworcowego** obierzmy kierunek **marszu w lewo** – tuż obok figury **św. Katarzyny**. Przejdźmy ruchliwą jezdnię i kontynuujemy marszrutę w kierunku **Placu Kilińskiego** – do umiejscowionego tam **przystanku MPK**.
- Wsiądźmy do *autobusu MPK*, który obsługuje tzw. linię „**O**”- inaczej zwaną „**Kołem**”.
- Przejedźmy tą trasą przez następny przystanek (*będziemy jechać obok **ZUS**, ul. **Piłsudskiego**, przeprawimy się przez **most na Wisłoku***), by „*na światłach*” - na skrzyżowaniu ulic Piłsudskiego i Rejtana skręciwszy w prawo - wjechać na **ul. Rejtana**. Autobus opuszczamy na pierwszym przystanku.
- Wsiadamy i kontynuujemy kierunek marszu zgodny z *kierunkiem jazdy autobusu MPK*. Po przejściu 250 – 300 m dojdziemy do *biurowca PFRON* i innych instytucji w nim współistniejących.
- Po stromych schodach wchodzimy do środka - do hollu. Z pomocą windy lub po schodach przemieścimy się na **II piętro**.
- Wychodząc z niej lub klatki schodowej skręćmy w prawo. Zobaczymy długi korytarz, przemieszczając się nim - po przejściu około 15 m - znajdziemy się w okolicach biura, na którego drzwiach będzie umieszczona tabliczka z informacją: *Przyjmowanie Wniosków na „**Komputer dla Homera**”*.

*Prawdopodobnie zostaniecie obsłużeni w pokoju nr 219 przez np. **Barbarę Maciołek** lub innych pracowników Oddziału.*

Mamy nadzieję, że powyższe wskazówki oraz schemat sytuacyjny interesującego nas fragmentu Miasta Rzeszowa będą przydatne, o czym kiedyś zaświadczycie, gdy będzie nam dane spotkać się.

Zygflor, 2008-02-13



Podsumowanie sezonu 2007
przez działaczy, zawodników i osoby wspierające
PKSiRNiS „PODKARPACIE”.

31 stycznia 2008r. w czwartek – do tego: w **Tłusty Czwartek** – w **MDK** w Rzeszowie przy ul. Piłsudskiego odbyło się podsumowanie występów, osiągnięć i poinformowanie o zdobytych laurach i tytułach przez sportowców z PKSiRNiS „PODKARPACIE” w sezonie 2007.

Inaugurujący to szczególne spotkanie przewodniczący w/w Klubu – **Stanisław Sęk** - przywitał zaproszonych gości w osobach: dyrektora **Oddziału Podkarpackiego PFRON** – **Macieja Szymańskiego**; przedstawiciela **Urzędu Marszałkowskiego** – **Andrzeja Klimczaka**; przewodniczącego **Zarządu Okręgu Podkarpackiego PZN** – **Ryszarda Cebulę**; dyrektora biura **ZO PZN** – **Małgorzatę Musiałek**; media – w tym **TV Rzeszów** oraz przedstawiciela **prasy środowiskowej**; dyrektora **MDK** w Rzeszowie – **Bogusława Tomczaka**; prezesa **Podkarpackiego Związku Warcabowego** – **Jana Artymowicza**; prezesa **Zarządu Grodzko – Ziemskiego Polskiego Związku Szachowego** w Przemyślu – **Wilhelma Dańczaka** oraz **22 zawodników** i ich bliskich, z którymi przybyli na to spotkanie.

Było to szczególne spotkanie, na które przybyli członkowie Klubu, którzy w ubiegłym roku odnieśli szczególne osiągnięcia sportowe, zajęli wysokie miejsca w rozgrywkach sportowych różnych szczebli, przysporzyli chwały i rozgłosu sportowcom z dysfunkcją wzroku wywodzącym się z naszego regionu.

Personalnie – osoby wymienione kilka zdań wcześniej -, to ludzie, bez których decyzji i wsparcia nie udałooby się pozyskać na działalność Klubu środków; dobrej rady i wsparcia motywującego Zarząd Klubu do kontynuowania szczytnej sportowej działalności w naszym środowisku.

W 2007 roku w PKSiRNiS „Podkarpacie” uprawiano: warcaby 100-polowe, szachy, kręgle (w tym *bowling i kręgle klasyczne*), strzelectwo laserowe, lekkoatletykę, pływanie, kolarstwo tandemowe, zainicjowano uprawianie piłki halowej.

Poza tym Klub prowadził działalność kulturalną – *poprzez prowadzenie biblioteki książki mówionej na różnych nośnikach informacji* – edukacyjną – *organizował szkolenia komputerowe z wykorzystaniem specjalistycznego oprogramowania*. Wszelakiego rodzaju zajęcia prowadziło **11** instruktorów z długim stażem pracy.

Przewodniczący klubu - **Stanisław Sęk** – przypomniał, że *„Rozwój sportu w naszym środowisku realizujemy już 14 lat. Kontynuowanie tej szczególnej działalności jest możliwe dzięki wsparciu finansowemu Oddziału Podkarpackiego PFRON,*

Stowarzyszenia Sportu Niewidomych i Słabowidzących CROSS, Ministerstwa Zdrowia, Urzędu Marszałkowskiego, PCPR oraz nielicznych indywidualnych sponsorów.

Sport dla ludzi niewidomych i słabowidzących, to rehabilitacja, możliwość pokonania własnych kompleksów, rywalizacja w niektórych dyscyplinach z pełnosprawnymi, to przywracanie wiary we własne siły i możliwości”.

Obok prezydialnego stolika stał zestaw statuetek. Na piedestale każdej z nich przepięknie prezentowała się miniaturka uskrzydłonej Kobiety z rozpostartymi skrzydłami uosabiająca rzymską boginię Zwycięstwa - Viktorię (w mitologii greckiej zwanej Nike). W uniesionych w górę ramionach – tuż nad głową – każda z nich trzyma w dłoniach laur (wawrzyn) - wieniec Zwycięstwa. U nasady



przepięknego trofeum wygrawerowano napis: „Serdeczne podziękowanie za osiągnięte wyniki sportowe w 2007 r.”.

Victorię – czyli statuetkę Zwycięzców oraz pamiątkowe Dyplomy wedle uprawianych dyscyplin otrzymali:

Wśród **warcabistów**: Stanisław Mazur, Tadeusz Niemczak, Andrzej Jagieła, Iwona Flak, Maria Gawaluch, Zenon Sitarz.

Wyróżnieni **szachiści**, to: Mariusz Król, Antoni Szczurek, Antoni Ptasznik (*ukończył 80 lat !!!*), Leszek Kocot, Stanisław Wójcikowski, Józef Cebula, Marian Ingot i instruktor **Wilhelm Dańczak**.

Z grona uprawiających **strzelectwo laserowe**: Elżbieta Jagieła, Jerzy Sypień, Barbara Łuczyszyn, Leszek Domin.

Kręglarstwo: *bowling* – Anna Nowak; *kręgle klasyczne* – Jolanta Sabaj, Mieczysław Sabaj.

Lekkoatletykę: Karolina Słona (*sprint, skok w dal*), Kamil Długosz (*pływanie*).

Stanisław Sęk snując plany na rok bieżący zapowiedział kontynuację i dalszy rozwój dotychczasowych dyscyplin sportu, przyrzekł skoncentrować się nad rozwojem kajakarstwa, piłki halowej oraz kolarstwie tandemowym.

Przy okazji – niby mimochodem – prezesowi Klubu udało się wynegocjować z dyrektorem **MDK** w Rzeszowie - **Bogusławem Tomczakiem** - zarezerwowanie jednej z sal w administrowanym przez niego obiekcie w celu przeprowadzenia w każdy wtorek i czwartek zajęć z warcabistami i szachistami, którzy mieszkają w Rzeszowie oraz okolicznych gminach.

Z przybyłych gości dyrektor Oddziału Podkarpackiego PFRON – **Maciej Szymański** – m.in. powiedział: *„Jestem pod wrażeniem państwa pracy. Przez całe swoje życie mam kontakt ze sportem, dlatego też z tej przyczyny mam dla was wielkie uznanie za to, co sobą reprezentujecie”*. Kończąc życzył *„celowego wydawania pozyskanych środków oraz zachęcał, by po nie sięgać”*. Jeszcze raz pogratulował osiągnięć i *„dał słowo”*, że na pewno wesprze niektóre projekty Klubu”. **Andrzej Klimczak** – dyrektor Departamentu Sportu Urzędu Marszałkowskiego – wypowiadając się w podobnym tonie złożył krótką deklarację: *„Urząd Marszałkowski będzie wspierał działania niewidomych sportowców i przeznaczy na ten cel pewne fundusze”*. Zachęcał do składania wniosków w konkursach ogłaszanych przez Urząd Marszałkowski. Również przyznał się, *„że jest pod wrażeniem osiągnięć naszych sportowców, ich zaangażowania i rangi jaką przykładają do tego, co robią”*.

Ryszard Cebula – przewodniczący **Okręgu Podkarpackiego PZN** – życzył sobie – a tym samym i naszym sportowcom – *„aby na sportowym forum osób niepełnosprawnych w Polsce było jak najwięcej reprezentantów z Podkarpacia”*. Wyraził swoje uznanie, oraz pogratulował osiągniętych sukcesów, satysfakcji i tegoż samego życzył Im na rok bieżący.

Relacjonowałem spotkanie, podczas którego podsumowywano bogaty w wydarzenia sportowe rok 2007, a które zorganizowano 31 stycznia br. -w czwartek, do tego *Tłusty Czwartek* .

Oby ten – chyba przypadkowy – i nie zamierzony zbieg okoliczności był dobrym znakiem - „omenem” - następnych sukcesów w rozpoczynającym się sezonie zmagania „Naszycy” sportowców w 2008r.

Obym za rok mógł relacjonować jeszcze bardziej budujące oraz wzbudzające naszą dumę fakty, których autorami będą Koleżanki i Koledzy reprezentujący barwy PKSiRNiS „Podkarpacie”!

Głodni sukcesów !

Tuż przed powyżej relacjonowanym okolicznościowym spotkaniem przeprowadziłem kilka rozmów, których głównym wydźwiękiem jest głód sportowych sukcesów, świadomość potrzeby trudu i znoju żmudnego treningu oraz gotowość do podjęcia natychmiastowego współzawodnictwa. Są świadomi dużego potencjału tkwiącego w Ich możliwościach i stąd tak mocno tkwiąca w Ich psychice potrzeba (*głód*) sukcesu!

Elżbieta Jagieła, to chyba najwszechstronniejsza zawodniczka Klubu. Uprawia szachy, warcaby 100-polowe, a ostatnio „rozstrzelała się” – uprawia z powodzeniem strzelectwo laserowe, w którym dla „Podkarpacia” zgarnęła najcenniejszy laur – została Mistrzynią Polski w strzelaniu z broni długiej. Jest zadowolona z sezonu 2007.

Andrzej Jagieła, to „równy gość”. Bez względu na to do jakiej planszowej gry zasiada, to zawsze do domu przywiezie jakiś puchar, nagrodę, dyplom, czy wyróżnienie. W 2007 r. zdobył licencję instruktora gry w warcaby. Uważa, że sezon miał udany.

Jerzy Sypień, to „strzelec nad strzelce”. Jest talentem na miarę kraju. Jak na razie zdobywa wszystko „co Mu wejdzie pod lufę”. W Dubaju k/Olsztyna zdobył Puchar Polski, a z Mistrzostw Polski w Szczawnicy przywiózł „złoto” w strzelaniu z broni krótkiej.

Anna Nowak uprawia bowling. Sezon ocenia jako „troszkę gorszy”, bo kilka razy „otarła się o pudło”, czyli zajmowała IV miejsca. „Pozytywnie naładowana” jest żądna rewanżu oraz sukcesów. Na współzawodniczkę pragnie patrzeć z najwyższego stopnia podium.

Maria Gawaluch – to chyba najbardziej utytułowany sportowiec Klubu. Jest Drużynową Mistrzynią Polski, wśród kobiet zdobywczynią Pucharu Polski. Nie chcę więcej wyliczać, bo się pogubię w zdobywanych przez Nią laurach i tytułach, które zgarnęła od marca po listopad w 2007r. Mam nadzieję, że w tym roku uda się Jej i koronę Mistrzyni Polski w grze w warcaby założyć w rodzinnym Łańcucie, bo jakże mogłoby być inaczej !
(bardzo liczymy na to !)

Wilhelm Dańczyk – jest instruktorem szachowym. Sezon 2007 uważa za udany tak w kontekście oceny drużyny jak i występów indywidualnych. Reprezentant Klubu – **Mariusz Król** – w międzynarodowym **Turnieju o Puchar Grunwaldu** zdobył bardzo dobre VI miejsce i jest rezerwowym reprezentacji Polski na międzynarodowe występy. Pan Wilhelm ubolewa nad tym, że sekcja jest „lekkopodstarzała”, gdyż najstarszy zawodnik – **Antoni Ptasznik** – ukończył w styczniu 80 lat!, zaś wiek pozostałych zawodników ewaluuje w przedziale 50 – 60 lat. Sekcja poszukuje nowego narybku, na gwałt potrzebują dobrze zapowiadających się juniorów! Trenują w siedzibie przy ul. Mickiewicza w Przemyślu oraz w Ośrodku w Wybrzeżu Dubieckim. Zawodnicy sekcji liczą na to, że 2008 r. przyniesie im wiele satysfakcji i wzruszeń.

Stanisław Mazur – jest licencjonowanym instruktorem gry w warcaby – 100-polowe. Warcabiści, to najliczniejsza sekcja w Klubie, a zasady gry zgłębia ponad 25 zawodników. W ubiegłym roku zdobyli Drużynowe Mistrzostwo Polski, zaś w rozgrywkach indywidualnych **Iwona Flak** zdobyła srebro.

W przeprowadzonych w dniach 2 – 7 grudnia 2007r. w miejscowości Ignaki k/Białegostoku rozgrywkach o **Puchar Polski niewidomych i słabowidzących w warcabach 100-polowych** (impresję zorganizował i zrealizował istniejący od dwóch lat **Związek Kultury Fizycznej „OLIMP” z Warszawy**) z grona zawodników reprezentujących PKSiRNiS „**Podkarpacie**” najwyższą lokatę zdobył **Józef Cebula**, który uplasował się na **5 pozycji** w generalnej klasyfikacji tych rozgrywek. W rywalizacji kobiet najwyższe osiągnięcie uzyskała **Maria Gawaluch**, która w swojej kategorii zajęła **I miejsce** równocześnie plasując się na **6 miejscu** w ogólnym zestawieniu rozgrywek. Satysfakcji dodaje fakt, że w pierwszej dziesiątce rozegranego Pucharu Polski znalazło się 4 warcabistów reprezentujących PKSiRNiS „**Podkarpacie**”, ponieważ **7 miejsce** w zawodach wywalczył **Tadeusz Niemczak**, zaś na **9 miejscu** uplasował się **Zenon Sitarz**. Reprezentanci sekcji występowali w turniejach krajowych oraz w obsadzie międzynarodowej zdobywając czołowe miejsca.

*Kończąc to szczególne sprawozdanie naszym sportowcom zrzeszonym w **PKSiRNiS „Podkarpacie”** należy życzyć – co najmniej – powtórzenia ubiegłorocznych sukcesów, a tak naprawdę przekroczenia kolejnych barier, zdobycia kolejnych tytułów i laurów, o których marzą każdego dnia poświęcając swoim pasjom ogrom trudu, czasu i potu w cichości serca marząc o najwyższym podium, o honorowych tytułach osładzających to, o czym mówiłem powyżej.*

P.s.

*Serdecznie przepraszam Pana **Józefa Cebulę** za nieściste podanie Jego danych w lutowym „Serwisie sportowym”. W korespondencji omawiającej rozgrywkę o Puchar Polski omyłkowo podałem imię Jan – zamiast – **Józef**.*

Proszę o wybaczenie. Zygfior 2008-02-05



Warto

wiedzieć

**Dofinansowanie likwidacji
barier**

**w komunikowaniu się oraz
barier technicznych.**

O dofinansowanie likwidacji barier w komunikowaniu się i barier technicznych przez Powiatowe Centra Pomocy Rodzinie mogą ubiegać się osoby niepełnosprawne, jeżeli jest to uzasadnione potrzebami wynikającymi z niepełnosprawności.

Należy podkreślić, że nie ustalono katalogu sprzętu, na który przyznawane jest dofinansowanie w ramach likwidacji barier w komunikowaniu się i technicznych. Wszystko zależy od uzasadnienia wniosku i od indywidualnych potrzeb wnioskodawcy.

Dofinansowanie nie może obejmować kosztów poniesionych przed przyznaniem środków i zawarciem odpowiedniej umowy o dofinansowanie. Ponadto dofinansowanie nie przysługuje osobom, które w ciągu trzech lat przed złożeniem wniosku uzyskały na ten cel dofinansowanie ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Wysokość dofinansowania likwidacji barier w komunikowaniu się oraz technicznych wynosi do 80% ceny brutto zakupu urządzeń wraz z montażem lub wykonania usług. Łączna kwota dofinansowania nie może jednak przekraczać piętnastokrotności przeciętnego wynagrodzenia*.

Dofinansowanie przyznawane jest przez Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie (*odpowiednie dla miejsca zamieszkania*) na pisemny wniosek osoby zainteresowanej (*wzory takich wniosków można pobrać w PCPR-ach*).

Wniosek powinien zawierać w szczególności:

- imię i nazwisko, adres zamieszkania,
- numer identyfikacji podatkowej NIP,
- cel dofinansowania,
- oświadczenie o wysokości dochodów i liczbie członków rodziny pozostających we wspólnym gospodarstwie domowym,
- nazwę banku i numer rachunku bankowego,
- miejsce realizacji zadania i cel dofinansowania,
- przewidywany koszt realizacji zadania,
- termin rozpoczęcia i przewidywany czas realizacji zadania,
- informację o kwotach przyznanych wcześniej środków z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych z określeniem numeru zawartej umowy, celu i daty przyznania dofinansowania oraz stanu rozliczenia,
- wysokość kwoty wnioskowanego dofinansowania.

Ponadto do wniosku należy dołączyć:

- kopię orzeczenia o stopniu niepełnosprawności lub orzeczenie równorzędne,
- niekiedy należy dołączyć fakturę *pro forma* określającą kwotę zakupu.

Wnioski przyjmowane są przez cały rok, a decyzje o przyznaniu lub odmowie przyznania dofinansowania podejmowane są w kolejności napływania kompletnych wniosków, do momentu wyczerpania puli środków zarezerwowanych na dany rok kalendarzowy.

Podstawę dofinansowania stanowi umowa zawarta przez starostę (prezydenta miasta na prawach powiatu) z osobą niepełnosprawną lub jej przedstawicielem ustawowym.

Podstawa prawna:

1. Ustawa za dnia 27 sierpnia 1997r. o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnieniu osób niepełnosprawnych (Dz.U. nr 123, poz. 776, z późn. zm.): art. 2 pkt 4 art. 35 a;

2. Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 25 czerwca 2002r. w sprawie określenia rodzajów zadań powiatu, które mogą być dofinansowywane ze środków PFRON (Dz.U. nr 96, poz 861, z późn. zm.).

** **Przeciętne wynagrodzenie** – oznacza przeciętne miesięczne wynagrodzenie w gospodarce narodowej w poprzednim kwartale od pierwszego dnia następnego miesiąca po zgłoszeniu przez prezesa Głównego Urzędu Statystycznego w formie komunikatu w Dzienniku Urzędowym Rzeczypospolitej Polskiej „Monitor Polski” na podstawie ustawy z dnia 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (Dz.U. z 2004 r. nr 39, poz. 353, z póź. zm.).*

Zygflor, 2007-12-30

Witryna poetycka

23 marca w tym roku wypada Dzień Zmartwychwstania Pańskiego, czyli **Wielkanoc**.
Dostrajając się do najważniejszego święta naszego kręgu kulturowego zapoznajmy się z wierszami Naszych Seniorek – Poetek, które przygotowują nas do przeżywania tego szczególnego czasu i uzmysłwią nam co zawdzięczamy Chrystusowi.

Alleluja Jezus żyje !

Dnia trzeciego posady drgnęły globu
Chrystus, co tak srodze cierpiał dla nas,
Co na krzyżu umarł za nas
Oto powstał z grobu.



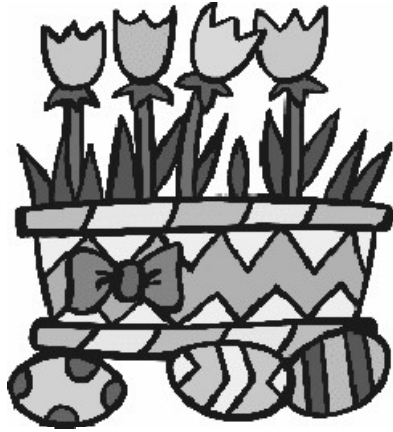
Wielkanocny poranek

Zmartwychwstał uroczyście, aby nad
Światem rządzić wieczyście.
Niech Chrystus zmartwychwstały pełen
Potęgi i chwały Błogosławi i strzeże
Od przemocy świat cały.
Radość niech panuje i pokój upragniony
Alleluja, Alleluja - niech brzmi
Na wszystkie świata strony !

Potężny grzmot uderzył w ciszę
Zadrgały śpiewnie szyby w oknach.
Długie echo utonęło w mrokach,
Biały świt znów przeświecił snów kliszę.
Łańcuch wystrzałów skruszył spanie,
Obudził miasto, wieś i błonie.
To mali chłopcy i „stare konie”
Strzałami czcili Zmartwychwstanie.

Pojawiły się światła w oknach,
Jak magiczną różdżką rozsiane.
Prostokątne gwiazdy na ścianach,
Zaroilo się w domach i blokach.

autor: Izabela Kustron



Niebo Ziemi nisko się kłania,

Sine horyzonty obejmuje.

Ją jedyną najgodniej traktuje,

Bo na niej stał się Cud
Zmartwychwstania.

autor: Janina Baran



Sportowe podsumowanie roku PKSiRNiS "Podkarpacie" w fotoreportażu



Jerzy
Sypień -
strzelanie

Wilhelm
Dańczyk -
instruktor
szachowy



Stanisław
Mazur -
instruktor
warcabowy

