

aktywator Bielsko-Biała
Pszczyna
Żywiec

REGIONALNE ORGANIZACJE POZARZĄDOWE

ISSN 2082-4262

numer 9 grudzień 2010 • wydawnictwo bezpłatne

www.slaskiengo.pl

10 LAT

Bielskiego Stowarzyszenia Artystycznego

„Teatr Grodzki”

KONCERT – s. 8–9



Półtorej roku minęło jak jeden dzień. To już ostatni numer „Aktywatora” w takiej formie. Wiele organizacji można by jeszcze zaprezentować, zwłaszcza z Bielska-Białej. Tak wiele dobra dzieje się wokół nas. Jeśli chociaż przez chwilę poczuliście Państwo, że jest ktoś, kto może Wam pomóc, to nasz cel został osiągnięty. Korzystając z okazji że nadchodzi kolejny rok życzymy Wam, Szanowni Czytelnicy wielu niezapomnianych spotkań, samych życzliwych ludzi, satysfakcji z podjętych decyzji osobistych i zawodowych. Pamiętajcie także o potrzebujących i tych, którzy im pomagają. Dziękujemy za to, że byliście razem z nami.



Agnieszka Maj – redaktor naczelna

o projekcie

„Aktywator” to jedna z form działania w ramach projektu „Twoje miejsce – twoje organizacje”. Głównym celem projektu jest promocja aktywności obywatelskiej oraz propagowanie zaangażowanie społecznego i obywatelskiego wśród mieszkańców powiatów bielskiego, pszczyńskiego i żywieckiego. Pozostałe działania w ramach projektu to: kampania medialna (plakaty, reportaże radiowe i telewizyjne, promocja internetowa), debaty publiczne poświęcone aktywności społecznej i działaniom organizacji pozarządowych (ekologicznych, kulturalnych, czy wspierających osoby niepełnosprawne). Uzupełnieniem tych działań są warsztaty szkoleniowe dla organizacji lokalnych. Projekt realizowany od lipca 2009 r. do grudnia 2010 r. jest finansowany ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej w ramach Rządowego Programu: Fundusz Inicjatyw Obywatelskich – 2009. Strona ekologiczna jest finansowana przez Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach.



o wydawcy

Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki powstało w 1999 r. dzięki pasji grupy artystów i pedagogów. W ciągu 10 lat zrealizowało wiele projektów na skalę regionu, kraju i Europy. Teatr Grodzki jest jedną z największych organizacji pozarządowych na Śląsku, realizujących misję wsparcia osób najbardziej potrzebujących – osób z niepełnosprawnościami, zagrożonych wykluczeniem społecznym – pomagającą bez względu na wiek, wyznanie i poglądy.

Pełna informacja o działalności Teatru Grodzkiego znajduje się na stronach internetowych: www.teatrgrodzki.pl, www.teatramatorski.pl, www.cve.com.pl

W tym numerze

Reportaż

8 — 10 lat Teatru Grodzkiego.

Prezentacje

3 — Fundacja Zapobiegania i Resocjalizacji Uzależnień „NADZIEJA”.

6 — Żabi Kraj.

7 — Segregacja odpadów.

10 — W świecie ciszy.

11 — Warsztaty Terapii Zajęciowej „Port”.

12 — Fundacja „Klamra”.

13 — Mariusz Kupczak.

15 — Wyobraźnia – Twój wybór i szansa.

Wywiad

14 — Czujemy się członkiem lokalnej społeczności.

Informacje

4 — Aktywność obywatelska to fakt.



WYDAWCA

Bielskie Stowarzyszenie Artystyczne Teatr Grodzki
ul. S. Sempotowskiej 13, 43-300 Bielsko-Biała
tel./fax 334965219
e-mail: marketing@teatrgrodzki.pl
www.teatrgrodzki.pl; www.slaskiengo.pl

REDAKTOR NACZELNA: Agnieszka Maj

PROMOCJA: Jan Chmiel

ZESPÓŁ: Jan Chmiel, Władysław Gólski,
Katarzyna Szymik, Dawid Zieliński, Sylwia Marek

KOREKTA: Studio I

GRAFIKA I SKŁAD: Władysław Gólski

DRUK: Zakład Aktywności Zawodowej
Zakład Introligatorsko-Drukarski BSA Teatr Grodzki
e-mail: dtp@poligrafia.bielsko.pl

Zapraszamy do kontaktu z nami:
marketing@teatrgrodzki.pl, www.slaskiengo.pl.
Czekamy na Państwa opinie i komentarze.

Fundacja Zapobiegania i Resocjalizacji Uzależnień „NADZIEJA” w Bielsku-Białej



Fundacja Zapobiegania i Resocjalizacji Uzależnień działa od 1990 r. i prowadzi:

- 1) Katolicki Ośrodek Wychowania i Resocjalizacji Młodzieży w Bielsku-Białej przy ul. Barkowskiej 167 c – oddział terapii i rehabilitacji dzieci i młodzieży uzależnionych od środków psychoaktywnych,
- 2) Hostel Postterapeutyczny im. „Królowej Pokoju” w Bielsku-Białej przy ul. Kolonia 17,
- 3) Hostel Postterapeutyczny „Klimczokówka” z siedzibą w Bielsku-Białej przy ul. Zapora 100, który pełni funkcję mieszkań readaptacyjnych.
- 4) Telefon Zaufania,
- 5) Szkolenia dla szerokiego grona osób mających kontakt z osobami uzależnionymi, a także zagrożonymi uzależnieniem m.in. do pedagogów, lekarzy, pielęgniarek, policjantów, kurortów, uczniów, studentów.

Katolicki Ośrodek Wychowania i Resocjalizacji Młodzieży blisko od 20 lat realizuje program skierowany jest do dzieci i młodzieży w wieku 13–18 lat uzależnionych od środków psychoaktywnych, m.in. od narkotyków, dopalaczy, alkoholu.

Leczenie odbywa się w systemie stacjonarnym i trwa ok. 1 roku. Ośrodek dysponuje obecnie 28 miejscami, przy czym zapotrzebowanie na ten rodzaj pomocy jest znacznie wyższe, o czym świadczy kolejka oczekujących na przyjęcie do Ośrodka.

Stąd też Fundacja podjęła starania mające na celu doprowadzenie do rozbudowy i modernizacji Katolickiego Ośrodka Wychowania i Resocjalizacji Młodzieży.

Rozbudowa Katolickiego Ośrodka Wychowania i Resocjalizacji Młodzieży spowoduje:

- 1) zwiększenie liczby miejsc w Ośrodku do 36,
- 2) dostosowanie obiektu do potrzeb osób niepełnosprawnych,
- 3) rozszerzenie programu terapii o zajęcia psychodramy – nowoczesna metoda, która jest najbardziej obiecującym kierunkiem w psychoterapii w zakresie pracy z młodzieżą uzależnioną,
- 4) uruchomienie przy Ośrodku poradni dla dzieci i młodzieży uzależnionej,
- 5) dostosowanie w pełni obiektu do obowiązujących w Polsce przepisów prawnych, m.in. przeciwpożarowych, dotyczących zbiorowego żywienia, zakładów opieki zdrowotnej.

„My chcielibyśmy podziękować za ostatnie 15 miesięcy lekcji życia. Czas tutaj spędzony, dla nas wszystkich jest niezapomnianym doświadczeniem. Okazało się, że wychowanie dziecka, jest wyzwaniem, tak trudnym, że czasami gubimy się w gąszczu codziennych zajęć. Ktoś musiał nam pomóc odnaleźć właściwą drogę. Rola terapeutów, księdza i Pauliny. Każdemu należy się medal. Wszyscy wiemy jak ciężką pracę włożyli, abyśmy teraz mogli tutaj stać i cieszyć się z zakończonej terapii. Wdzięczności nie da się wyrazić słowami. Z głębi serca dziękujemy:

Księdzu – za wsparcie duchowe, piękne msze i przemawiające kazania,
Panu Adamowi i Pani Asi – za spotkania grupowe,
Wychowankom – za wsparcie i obiektywne opinie,
Rodzicom – za doświadczenia, którymi się z nami dzieliłi,
Pani Ani – za serce, które włożyła w pracę nad Pauliną;
pokazała jej Pani inny świat wartości
Paulinie – za wytrwałość, konsekwentne dążenie do celu.
Jesteśmy z Ciebie dumni.”

Rodzice Pauliny – pacjentki
Katolickiego Ośrodka Wychowania i Resocjalizacji Młodzieży

Jak wspomóc rozbudowę Ośrodka i leczenie dzieci i młodzieży uzależnionej od środków psychoaktywnych?

Przełącz



podatku



Wystarczy wypełnić odpowiednią rubrykę w rocznym zeznaniu podatkowym.

WYBÓR O PRZEKAZANIE 1% PODATKU NALEŻNEGO NA RZECZ ORGANIZACJI POŻYTKU PUBLICZNEGO (OPP)	
FUNDACJA ZAPOBIEGANIA I RESOCJALIZACJI UZALEŻNIEŃ „NADZIEJA”	
NIK Numer KRS 0000145482	Wskazana kwota 0,00 zł
INFORMACJE UZUPEŁNIJĄCE	
Darowizna na rozbudowę Katolickiego Ośrodka Wychowania i Resocjalizacji Młodzieży	
Wzrostam zgodę	

Pieniądze - 1% podatku należnego - na konto Fundacji prześle urząd skarbowy. Podatnicy nie ponoszą żadnych dodatkowych kosztów.

www.nadzieja.bielsko.pl

Fundacja Zapobiegania i Resocjalizacji Uzależnień
 „Nadzieja” ul. Barkowska 167c
 43-346 Bielsko-Biała tel. 33 8160767
 Nr konta 03 1050 1070 1000 0001 0027 3226
 Katolicki Ośrodek Wychowania i Resocjalizacji
 Młodzieży ul. Barkowska 167c
 43-346 Bielsko-Biała tel. 33 8160767
 Nr konta 77 1050 1070 1000 0023 1947 0486

■ **Podsumowanie projektu „Twoje miejsce – Twoje organizacje”**

Projekt „Twoje miejsce – Twoje organizacje” realizowany był od lipca 2009 r. do grudnia 2010 r. Cel nadrzędny jaki przyświecał jego twórcom i realizatorom to promocja zaangażowania społecznego wśród mieszkańców trzech sąsiadujących powiatów: bielskiego, pszczyńskiego i żywieckiego. Chcieliśmy przybliżyć mieszkańcom idee trzeciego sektora: kim są ludzie tam pracujący, co robią organizacje

i przedstawicielami organizacji pozarządowych.

Najważniejszym narzędziem okazał się „Aktywator. Regionalne Organizacje Pozarządowe” dwumiesięcznik w wersji drukowanej nakład 10 tys. egz. oraz wersji elektronicznej umieszczony na stronie internetowej www.slaskien-go.pl.

■ **Dwumiesięcznik „Aktywator”**

Wydaliśmy 9 numerów – ten, który teraz Państwo czytacie jest ostatni. Przez

le rzeczy ale najbardziej interesujące było dla nas : jak postrzegają istnienie organizacji pozarządowych i aktywności obywatelskiej w naszym regionie, kraju. Ponad to opisywaliśmy funkcjonowanie organizacji pozarządowych. W ten sposób pojawili się na łamach „Aktywatora”:

- Fundacja ekologiczna „Arka” Bielsko-Biała • ZAZ Zakład Introligatorско-Drukarski przy BSA Teatr Grodzki – Bielsko-Biała • Fundacja Braci Golec – Żywiec • Żywiecka Fundacja Rozwoju • Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Upośledzonych Umysłowo, Koto w Pszczynie • Fundacja Aktywności Społecznej „Złote Łany” – Bielsko-Biała • Warsztat Terapii Zajęciowej „Jesteś potrzebny” – Bielsko-Biała • Stowarzyszenie na Rzecz Wspierania Edukacji Dzieci i Młodzieży „Omni-bus” – Pszczyna • Fundacja Pomocy Dzieciom – Żywiec • Partnerstwo dla Środowiska – Bielsko-Biała • Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym RAZEM – Bielsko-Biała • Stowarzyszenie Pracownia na rzecz Wszystkich Istot – Bystra • Lokalna Grupa Działania Ziemia Pszczyńska • Fundacja „Dziecięce Marzenia” – Bielsko-Biała • Klub „Śrubka” – Żywiec • Spółdzielnia Socjalna „Impuls” – Bielsko-Biała • Fundacja Śląskie Hospicjum dla Dzieci – Pszczyna • Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom Specjalnej Trocki ADA – Bielsko-Biała • Spółdzielnia Uczniowska „Jutrzenka” – Kobiór • Śląska Fundacja ETOH – Błękitny Krzyż – Bielsko-Biała • Towarzystwo Naukowe Żywieckie – Żywiec • Bielskie Towarzystwo Trzeźwości – Bielsko-Biała • Stowarzyszenie „Olszówka” – Bielsko-Biała • Stowarzyszenie Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Arkada” – Kozy • Specjalny Ośrodek Edukacyjno-Leczniczko-Rehabilitacyjnego Polskiego Związku Niewidomych – Rudolówce • Stowarzyszenie dla Natury „Wilk” – Twardorzeczka • Stowarzyszenie Sportu, Turystyki i Rekreacji Osób z Dysfunkcją Wzroku „Smrek” Bielsko-Biała • Stowarzyszenie Polaris –Sopotnia Wielka • OSP Jaworze • Sto-

Aktywność obywatelska to fakt



pozarządowe, jak mogą nam pomóc w codziennych problemach zarówno zdrowotnych, funkcjonalnych jak i administracyjnych.

Ludzie trzeciego sektora to tzw. społecznicy, którzy widzą przede wszystkim wspólne dobro, chcą by wszystkim, nawet tym najstarszym i z tzw. kręgu wykluczenia społecznego żyło się lepiej, godniej.

By szerzyć tę słuszną postawę – prospołeczną wykorzystaliśmy środki masowego przekazu: gazeta, radio, telewizja, reklama wizualna, strona internetowa oraz bezpośrednie spotkania zarówno z mieszkańcami jak

18 miesięcy „Aktywator” wpisał się na dobre w naszą rzeczywistość, mamy dużo informacji zwrotnych i są tacy co czekają na kolejny numer. Mimo, że redakcją nie zajmowali się profesjonalni dziennikarze to gazeta cieszyła się dużym powodzeniem. Sądzę, że ważnym elementem była strona tytułowa i goście jakich zapraszaliśmy: osoby znane z pierwszych stron gazet i ekranu telewizji. Rozmawialiśmy z Pawłem Golcem, Grażyną Staniszewską, Małgorzatą Handzlik, Stanisławem Janickim, Janem i Romanem Nehrebeckimi, Lucyną Kozień, Renatą Przemek, zespołem Dzień Dobry. Pytaliśmy o wie-

warzyszenie Ekologiczno-Kulturalne Klub Gaja – Wilkowice • Towarzystwo Muzyki Dawnej im. G.Ph. Telemanna – Bielsko-Biała • Stowarzyszenie Rodzin i Przyjaciół Osób z Zespołem Downa „Wielkie Serce” – Bielsko-Biała • Stowarzyszenie Artystyczne PLES-SART – Pszczyna • Bestwińskie Koło Socjologów – Bestwina • Fundacja Zapobiegania i Resocjalizacji Uzależnień „Nadzieja” – Bielsko-Biała • Polski Związek Głuchych, koło w Bielsku-Białej • Warsztaty Terapii Zajęciowej „Port” – Bielsko-Biała • Stowarzyszenie Lokalna Grupa Rybacka „Żabi Kraj” • Fundacja KLAMRA, Żywiec

■ Wywiady radiowe

Zrealizowaliśmy łącznie 18 wywiadów radiowych w Radiu Bielsko, średnio raz w miesiącu, w poniedziałkowe poranki słuchacze mieli możliwość posłuchać rozmów z liderami organizacji pozarządowych.

■ Reportaże telewizyjne

Wszystkie organizacje pozarządowe zasługują na promocję. Każda inicjatywa jest cenna i trudno wyróżnić tych, którzy osiągają spektakularne sukcesy. Postanowiliśmy jednak szczególnie wyróżnić 9 instytucji i przedstawić działalność reprezentantów z 3 powiatów objętych projektem. Reportaże były emitowane w Telewizji Polskiej, Oddział Katowice. Reportaże będą dostępne na płytach DVD.

■ Plakaty

3 emisje plakatów, które miały służyć temu samemu celowi co projekt. Dotrzeć do jak największej ilości osób z informacją o istnieniu i działaniu organizacji na rzecz dobra wspólnego. Podpowiadaliśmy także jak można wspomóc działanie organizacji pożytku publicznego – zachęcaliśmy podatników do przekazywania 1%.

■ Debaty publiczne i szkolenia

Przeprowadziliśmy 12 debat, spotkań z lokalnymi społecznościami na terenie powiatów pszczyńskiego, bielskiego i żywieckiego, które miały na celu przybliżyć środowisko NGO mieszkańcom. Wskazaliśmy uczestnikom, że to właśnie organizacje są najbliższe ludzkim problemom i mogą być skuteczną formą pomocy najbardziej potrzebującym.

Co zrobiła Fundacja „Dziecięce Marzenia” z Bielska-Białej dla mieszkańców naszego miasta w mijającym roku?

W 2010 r. oprócz bieżącej działalności statutowej (wyjścia do kina, teatru, kręgle, pomoc rzeczowa, wyprawki szkolne itp.), Fundacja „Dziecięce Marzenia” zorganizowała dla swoich podopiecznych:

1. Turnus rehabilitacyjno-usprawniający w Jastrzębiej Górze, w dniach 01–14.08.2010 r. W turnusie udział wzięło 44 podopiecznych
2. Wycieczkę do Budapesztu i Egeru, w dniach 29.09–01.10.2010 r. W wycieczce udział wzięło 49 podopiecznych.
3. W dniu 20.11.2010 r. integracyjno-charytatywny bal „Andrzejkowy”, w którym uczestniczyły 84 osoby.
4. Wycieczkę do Zakopanego i Bukowiny Tatrzańskiej w dniach 11–12.12.2010 r. W wycieczce uczestniczyło 48 podopiecznych.

Ponadto, w 2010 r. Fundacja „Dziecięce Marzenia” wsparła finansowo zabiegi i operacje medyczne oraz rehabilitację dzieci i młodzieży niepełnosprawnej na kwotę 90.038,00 zł.

Fundacja wspierała aktywnie zakup niezbędnych materiałów do zajęć w bielskich Przedszkolach: Integracyjnym Nr 1 i Przedszkolu Nr 14.

Wspólnie z Radą Osiedla „Grunwaldzkie”, na wielofunkcyjnym boisku przed siedzibą fundacji organizowaliśmy imprezy sportowe dla najmłodszych mieszkańców naszego miasta (piłkarskie turnieje drużyn osiedlowych).

We współpracy z bielskimi klubami sportowymi, fundacja organizowała wyjścia na zawody sportowe BKS Stal oraz TS Podbeskidzie.

Kazimierz Bieniecki

Fundacja Ekologiczna „Arka” jest jedną z organizacji promowanych w „Aktywatorze”. Jak minął Wam rok 2010?

Rok 2010 z całą pewnością musimy uznać za udany. Fundacja Ekologiczna ARKA zaczyna być utożsamiana z nietypową i nowatorską edukacją ekologiczną. Taki był jeden z naszych celów i zaczyna nasza praca być dostrzegana w całej Polsce. Tylko w tym roku organizowaliśmy autorską ekspozycję ARKA, w której prawie 4000 młodych ludzi mogło uczestniczyć w warsztatach i prezentacjach dotyczących zmian klimatycznych. Ekspozycja działa na „prąd ze słońca”. Przygotowaliśmy pokazy ogromnych ekologicznych puzzli w kilkunastu polskich miastach, a cały czas otrzymujemy nowe zaproszenia. W kampanii „To nie krasnoludki palą śmieci” wykorzystujemy postacie sympatycznych krasnoludków właśnie do edukacji ekologicznej. Krasnoludki ruszyły w ogólnopolską trasę, podczas której odwiedzą 20 miast. W naszych wydawnictwach i wystawach współpracujemy z licznymi artystami. Staramy się mówić do młodych ludzi ich językiem wykorzystując Internet, ich muzykę, graffiti. O ekologii uczymy w sposób nieszablonowy i ciekawy tworząc całe programy edukacyjne na gminne festyny, współpracując z centrami handlowymi, domami kultury, organizacjami ekologicznymi, firmami.

Przyszły rok także zapowiada się interesująco. Oczywiście będziemy kontynuować nasze dotychczasowe działania. Ekspozycja ARKA „dopłyne” do Katowic i Warszawy, a zgłaszają się kolejne zainteresowane miasta. Będzie trasa nowych gigantycznych puzzli. Ale przygotowujemy także pokazy „Zielonego Kontenera”, w którym ogromny kontener służący do wywozu śmieci zamienimy w miejsce edukacji ekologiczno-artystycznej. Przygotowujemy nowe happeningi, akcje edukacyjne i artystyczne. Kolejnymi pomysłami, które chcemy zrealizować to ekspozycja „Choinki z klimatem”, w której energooszczędne oświetlenie świątecznej choinki będzie napędzane systemem prądnic i rowerów. Każdy kto przez kilka minut „popedałuje” na tych rowerach będzie generował prąd oświetlający naszą choinkę.

Przygotowujemy także projekt mobilnego centrum edukacji. Ma to być samochód wyposażony w pomoce dydaktyczne, którym będziemy odwiedzać szkoły. W wyposażeniu ma znaleźć się wiatrak, system fotowoltaiczny, różnorodne gry, nasze puzzle i mnóstwo ciekawostek ekologicznych, które sprawią, że edukacja ekologiczna dla młodych ludzi ma być fascynującym spotkaniem.

Wojciech Owczarz



Fot. Jan Chmiel

Z Panią Gabrielą Placha, zastępcą wójta gminy Goczałkowice-Zdrój rozmawia Jan Chmiel

Lokalna Grupa Rybacka „Żabi Kraj” – co się pod tą nazwą kryje?

LGR „Żabi Kraj” jest to stowarzyszenie gmin z powiatu cieszyńskiego, pszczyń-

koleniowymi, zamieszkujących i działających na terenach „Żabiego Kraju”. Odpowiednie narzędzia do uruchomienia tych działań pojawiły się w Polsce wraz z otwarciem Programu Operacyjnego „Zrównoważony rozwój sektora rybołówstwa i nadbrzeżnych obszarów rybackich”.

Żabi Kraj – nazwa jest niezwykle intrygująca a przede wszystkim piękna, co się pod tą nazwą kryje?

Jak podają niektóre źródła historyczne „Żabi Kraj” rozprzestrzenił się od Zatora aż poza Strumień i Skoczów. Były to tereny wylewowe, błotne i podmokłe – idealne miejsce na żabie siedliska i stąd pewnie wzięła się ta nazwa. Pierwsze wzmianki związane z rekultywacją tych terenów pod próby związane z hodowlą ryb, datowane są na VIII wiek, a więc to dość odległy czas. Kolejne wieki to dalsze prace nad unowocześnianiem hodowli ryb i wprowadzanie wielu nowatorskich, jak na tamte czasy rozwiązań, które z powodzeniem funkcjonują do dnia dzisiejszego.

o te środki starać było m.in. stowarzyszenie. Dlatego nasze, powstało z potrzeby i konieczności. Mamy bardzo dużo do zrobienia na terenie naszych gmin, więc jak pojawiła się możliwość, żeby pozyskać fundusze na konkretne przedsięwzięcia, to dlaczego jej nie wykorzystać. To są duże środki nie tylko dla gmin, ale też dla zaangażowanych w przedsięwzięcie przedsiębiorców i reprezentantów sektora społecznego.

1% Podatku dochodowego od osób fizycznych na rzecz Organizacji Pożytku Publicznego, czy Pani przekazuje?

Oczywiście. W tym roku przekazałam mój 1% podatku na rzecz organizacji pozarządowej, która wspiera naszą szkołę podstawową, a jest to Stowarzyszenie „Omnibus” z Pszczyny.

Cieszę się, że pani wójt preferuje wsparcie małych organizacji pozarządowych a nie tylko tych, znanych z radia i telewizji, dużych organizacji, które mając łatwy dostęp do mediów reklamują swoją działalność, a potem

Żabi Kraj

skiego, bielskiego i należą do niego gminy: Skoczów, Zebrzydowice, Pawłowice, Strumień, Dębowiec, Chybie, Goczałkowice. Członkami Stowarzyszenia oprócz osób prawnych są także osoby fizyczne reprezentujących partnerów społecznych, gospodarczych i publicznych. Od zebrania założycielskiego tj. 29 października 2009 roku siedzibą Stowarzyszenia jest Skoczów.

W jakim celu zjednoczyło się tych kilkanaście podmiotów?

Podstawowym naszym celem jest wzmocnienie aktywności środowisk lokalnych, a przede wszystkim tych ludzi którzy od wielu lat są związani tradycjami rybackimi, zwłaszcza tymi wielopo-

W listopadzie br. Stowarzyszenie wygrało konkurs z programu operacyjnego „Ryby”. Ponad 43 miliony złotych na niezmiernie skomasowane działania wielu sektorów dla dobra i wsparcia społeczności lokalnej.

Tak, to prawda. Jest to duży krok w stronę współpracy publiczno-prywatnej, której w Polsce niektórzy się boją. Ta współpraca w ramach Stowarzyszenia daje nam ogromną siłę. W tak licznej grupie możemy liczyć na większe efekty naszych działań.

Generalnie chodziło nam o to, by pozyskać środki z programu operacyjnego „Ryby”, na realizację budowy dodatkowej infrastruktury na naszych terenach rybackich. Podmiotem, który mógł się

niekoniecznie idzie to w parze z ich rzeczywistymi osiągnięciami. Czasem nasze lokalne organizacje robią dużo, dużo więcej niż te znane.

Wiem że nasze dzieci korzystają z pomocy Stowarzyszenia „Omnibus”, więc dlaczego nie przekazać 1% właśnie im? Znam ich działalność.

Pani wójt Gabriela Placha preferuje lokalne organizacje, Państwo także wpłacacie na lokalne Organizacje, bo one działają na naszym terenie, dla naszych dzieci, dla naszej młodzieży i dla naszych osób niepełnosprawnych, potrzebujących. Daj 1% na miejscu.

Dziękuję za rozmowę.

Od kilku lat w Polsce wiele mówi się o segregowaniu, przetwarzaniu i ponownym wykorzystaniu odpadów. Właśnie, wiele się mówi, ale niestety wciąż niewiele robi... Owszem są różnorodne programy realizowane na poziomie lokalnym i ogólnopolskim zachęcające obywateli do segregowania odpadów, ale póki co ich efekt jest raczej znikomy.

Dowód? Póki co na nasze składowiska trafia około 93 – 95% wszystkich produkowanych przez nas odpadów, co oznacza, że segregujemy zaledwie od 5 do 7% odpadów. Niestety jest to bardzo mało, przez co Polska już nie-

np. tworzyw), które mogą rozkładać się nawet przez setki i tysiące lat.

Należy przyzwyczać się do tego, że segregowanie odpadów jest nie tyle potrzebne, co konieczne. Dzięki segregowaniu i ponownemu wykorzystaniu przetworzonych odpadów, po pierwsze nie rosną góry śmieci na wysypiskach, które zostaną tam na niechlubną „pamiątkę” dla przyszłych pokoleń, a po drugie zmniejsza się „koszt” korzystania z zasobów naszej planety – wszystkie zasoby mimo wszystko są ograniczone, zarówno węgiel, gaz, jak i ropa kiedyś mogą się skończyć.

Dzięki segregacji i ponownemu wykorzystaniu odpadów, zmniejsza się

EKON działa na zasadzie non profit to znaczy, że jeżeli wypracują zysk to jest on przeznaczany na działalność statutową, co w tym przypadku oznacza rozwiązywanie problemów osób niepełnosprawnych ze szczególnym uwzględnieniem osób psychicznie chorych.

Co i jak segregujemy

Segregować należy: papier, szkło, tworzywa sztuczne, metal – o zasadach odbioru sortowanych odpadów możemy dowiedzieć się zarówno w urzędzie gminy/miasta jak i od firmy odbierającej od nas odpady.

W żadnym wypadku nie wolno palić odpadów w domowych piecach! Grozi

Segregacja odpadów

długo, o ile sytuacja się nie zmieni, będzie zobowiązania do ponoszenia wysokich kar finansowych. Co to oznacza w praktyce? Oznacza tylko tyle, że za kary te zapłacimy my sami, jako obywatele. Dlatego zainteresowanie się segregacją odpadów leży w naszym bezpośrednim interesie, gdyż niedługo może się okazać, że wyrzucając śmieci, wyrzucamy jednocześnie pieniądze z własnego portfela.

Coś dla przyszłości

Odpady towarzyszą ludzkości od zawsze i nie da się w żaden sposób uniknąć. Warto jednak zwrócić uwagę na to, jakie odpady powstają dzięki naszej działalności. W przeszłości były to głównie odpady organiczne (naturalne) ulegające samodzielnemu rozkładowi, przez co nie stanowiły one wielkiego kłopotu. Obecnie szybko rośnie ilość odpadów syntetycznych (sztucznych,

ilość produkowanych gazów cieplarnianych oraz innych zanieczyszczeń będących skutkiem produkcji przemysłowej, gdyż powtarzane wykorzystanie przetworzonych odpadów, jest często o wiele mniej energochłonne.

Pomysł na dobry interes

Czystsza ziemia, woda i powietrze. Czystsze środowisko i zdrowsi ludzie. To nie jedyne korzyści jakie mogą przynieść nasze działania związane z segregacją odpadów. Segregacja to także pomysł na dobry interes. Przykładem może być warszawskie przedsiębiorstwo społeczne EKON, założone przez Stowarzyszenie „Niepełnosprawni dla Środowiska EKON”, zajmujące się tworzeniem miejsc pracy dla osób niepełnosprawnych ze szczególnym uwzględnieniem najbardziej „niechcianej” grupy osób wykluczonych społecznie czyli osób psychicznie chorych.

to zarówno zniszczeniem przewodów kominowych, jak i zatruciem niebezpiecznymi gazami powstającymi w wyniku spalania.

Wszystkie przeterminowane leki należy zanieść do apteki lub innego punktu posiadającego pojemnik do zbierania przeterminowanych leków. Odbiór jest bezpłatny.

Zużyte baterie i sprzęt elektroniczny można bezpłatnie przekazać sprzedawcy detalicznemu i hurtowemu według określonych przepisów, lub punktom i firmom zajmującym się zbiórką takich odpadów.

Gdzie można dowiedzieć się więcej o segregacji odpadów?

www.recykling.pl; www.fundacjaarka.pl

Bielsko-Biała i powiat bielski

www.powiat.bielsko.pl

www.um.bielsko.pl

www.akcjasegregacja.pl

Pszczyna i powiat pszczyński

www.powiat.pszczyna.pl

www.pszczyna.pl

Żywiec i powiat żywiecki

www.starostwo.zywiec.pl

www.zywiec.pl

Kolumna dofinansowana przez

Wojewódzki Fundusz Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Katowicach





W oczekiwaniu na gości.



Obsypaliśmy Ich kwiatami.



A Oni kupili cegiełki.

10 lat Teatru Grodzkiego

Czy zna Pan Stowarzyszenie „Teatr Grodzki? Pytamy spotkanego przechodnia, który właśnie przechodzi koło naszego budynku przy ul. Sempołowskiej 13.

Coś słyszałem, ale nie wiem co robią. To jest teatr?

Takich spotkań i rozmów każdy z pracowników Bielskiego Stowarzyszenia Artystycznego „Teatr Grodzki” przeprowadza kilka w miesiącu. Zdajemy sobie sprawę że mieszkańcy naszego miasta nie do końca wiedzą: co robimy, jak wygląda nasze finansowanie itp. Czy można komuś zaufać jeśli go nie znamy? To chyba mało prawdopodobne. Zapraszam więc Ciebie, Drogi Czytelniku, do wizyty w naszym Stowarzyszeniu.



Najpierw założyli Stowarzyszenie, a teraz poprowadzili koncert z okazji 10-lecia Stowarzyszenia, Tomasz Zieliński i Jan Chmiel.

Rok 1999 – od tego wszystko się zaczęło

Kilka osób wpada na pomysł powołania do życia organizacji w której osoby doświadczone przez los, którym jest trudniej żyć mogą korzystać z takich dóbr kultury jak teatr. Dlaczego teatr, grę aktorską nie uczynić narzędziem rehabilitacji? Okazało się to strzałem w 10-tkę! Powstają pierwsze grupy teatralne.

Rok 2000 – pierwsze dotacje

Stowarzyszenie otrzymuje pierwsze dotacje z Fundacji im. S. Batorego „Teatr integracyjny – Współ w Zespół” i „Artyści w akcji – Sztuka dla Społecznej Harmonii” (Europejska Fundacja Kultury z Amsterdamu).

Rok 2001 – pierwsza dotacja europejska

Projekt pod nazwą „Warsztaty teatralne dla grup dysfunkcyjnych na rzecz ich Integracji ze Społeczeństwem”, zgłoszony do konkursu w programie Phare Access 1999 Macroprojects, zostaje nagrodzony dotacją Przedstawicielstwa Komisji Europejskiej w Warszawie. Pierwsze Święto Małych i Dużych jako podsumowanie sezonu, czas podziękowań i pokazania mieszkańcom, iż mimo niepełnosprawności można być aktorem.

Rok 2002 – pierwsze publikacje

Ukazuje się pierwsza książka: „Pokażę ci świat. Ćwiczenia, zabawy, etudy teatralne”. Wydajemy także pierwszy numer pisma „Jesteśmy” adresowanego do młodzieży gimnazjalnej, licealistów i studentów, a także osób i środowisk dotkniętych i zagrożonych społeczną marginalizacją.

Rok 2004 – nowe miejsca pracy i rehabilitacji dla naszych podopiecznych

Jesteśmy OPP Otrzymujemy od Skarbu Państwa reprezentowanego przez Prezydenta Miasta Bielska-Białej budynek przy ul. Sempołowskiej 13. Ogromny ale mocno zniszczony. Już pod koniec roku udaje nam się dzięki dotacjom oddać do użytku 3 kondygnacje gdzie rozpoczyna swą działalność Warsztat Terapii Zajęciowej – uczestniczy w nim 30 osób niepełnosprawnych oraz Zakład Aktywności Zawodowej – Zakład Introligatorsko-Drukarski, w którym znalazło zatrudnienie 40 osób niepełnosprawnych oraz 16 pracowników kadry obsługowo-rehabilitacyjnej. Ten rok daje nam możliwość pozyskiwania finansowania działalności z tzw. 1%. Stajemy się Organizacją Pożytku Publicznego (OPP) nr KRS: 0000051764

Rok 2007 – czas nagród

Otrzymaliśmy prestiżową nagrodę przyznaną w konkursie „LODOŁAMACZE” organizowanym przez Polską Organizację Pracodawców Osób Niepełnosprawnych. Teatr Grodzki zdobył statuetkę Lodołamacza i pierwsze miejsce w kategorii „Pracodawca Nie przedsiębiorca”. Kapituła Fundacji Polcul wyróżniła ówczesnego Przewodniczącego Zarządu Jana Chmiela nagrodą za działalność na rzecz osób niepełnosprawnych.

Rok 2008 – inkubator 3 sektora, otwarcie ośrodka w Lalikach

Stowarzyszenie działa nie tylko na rzecz potrzebujących ale także wspiera instytucje, które takim osobom pomagają: fundacje, stowarzyszenia. Taką możliwość daje Inkubator, który rozpoczął

swoją działalność. Kończąc rok dokonaliśmy otwarcia Ośrodka Rehabilitacyjno-Szkoleniowo-Wypoczynkowego w Lalikach zatrudniającego 22 osoby niepełnosprawne, które po półrocznych szkoleniach objęły stanowiska recepcjonistów, pokojowych, kucharzy.

Rok 2009 – międzynarodowo

Teatr Grodzki był jedyną polską organizacją zaproszoną do prezentacji działań twórczych prowadzonych na rzecz społecznej integracji w naszym kraju podczas odbywającym się w Dreźnie seminarium pt. „Sztuka a społeczne transformacje - dialog Europy z Ameryką Łacińską”. Przedstawiciel Teatru Grodzkiego wziął udział w Dniach Informacyjnych europejskiego Programu „Uczenie się przez całe życie” w Brukseli. Spośród kilkuset inicjatyw wdrażanych w całej Europie wybrano 4 organizacje, w tym Teatr Grodzki, do zaprezentowania przedsięwzięć ocenionych jako przykłady dobrych praktyk.

Zaczynamy realizację projektu „Twoje miejsce – Twoje organizacje” w ramach którego m.in. ukazuje się „Aktywator”.

Rok 2010 – pod znakiem wolontariatu

Kolejne działanie na stałe, mam nadzieję, wpisze się w naszą działalność. To Centrum Wolontariatu, które należy do krajowej Sieci Centrów Wolontariatu. Każdy kto pragnie zostać wolontariuszem może to zrobić za naszym pośrednictwem. Od października ruszyły 3 projekty międzynarodowe i kontynuowane są kolejne. Zorganizowaliśmy także koncert urodzinowy z okazji 10-lecia działalności BSA Teatr Grodzki.

Wiele się wydarzyło, wiele jeszcze przed nami. Wciąż trafiają do nas kolejne osoby z różnymi problemami. Na wszystkie staramy się odpowiedzieć ale to nie jest takie proste. Część rozpoczętych działań jest kontynuowanych ale niektóre stoją pod znakiem zapytania. Wiele zależy od finansowania. Nie zrażamy się jednak i z wielką nadzieją patrzymy w przyszłość.

Dobry Dom

Do tej pory wyremontowaliśmy połowę budynków, które otrzymaliśmy w użyczenie. Pozostałe czekają na remont. Już wiemy jak tchnąć życie w wałęsę się poprzemysłowe fabryki. Na przekór wszystkiemu chcemy tam stworzyć DOM, Dobry Dom czyli pracownię, miejsca rehabilitacji i edukacji dla wszystkich mieszkańców naszego miasta i regionu. Złożyliśmy już wniosek o dofinansowanie inwestycji i wszyscy mocno wierzymy, że się uda. Jeśli tak to możemy liczyć na 80% dofinansowania, pozostałą część musimy zdobyć z innych źródeł np. z 1% jaki otrzymujemy od życzliwych nam ludzi. Jesteśmy organizacją, której jedynym źródłem finansowania są dotacje, projekty.

Czy możemy liczyć także na Twój 1% Drogi Czytelniku?

Jak możesz pomóc w inny sposób?

- przekazując darowiznę finansową i/lub rzeczową,
- kupując cegielkę w ramach zbiórki publicznej, którą prowadzimy na terenie województwa śląskiego,
- sponsorując imprezy plenerowe, które organizujemy,
- kupując powierzchnie reklamowe.



Wręczyliśmy Złote Cegły.



Wylicytowaliśmy kilka prac naszych podopiecznych.



Koncert uświetniły występy zespołu „Fundacji Braci Golec”



oraz „Dzień Dobry” i Krystyny Prońko

Koło Terenowe Polskiego Związku Głuchych w Bielsku-Białej jest jedną z najstarszych organizacji pozarządowych w naszym mieście. Koło powstało w 1951 roku, jest placówką terenową Oddziału Śląskiego Polskiego Związku Głuchych w Katowicach. Obecnie bielska placówka zrzesza ponad 200 członków i około 900 podopiecznych z terenu Bielska-Białej i okolic. Z pomocy Polskiego Związku Głuchych mogą korzystać osoby z uszkodzonym słuchem, czyli osoby głuche, głuchonieme, słabo słyszące a także ich rodziny i inne osoby, które chcą wspierać niesłyszących.



riuszka. Grupa ma na swoim koncie kilkanaście występów przed szeroką publicznością, a także uczestniczyła w przeglądach teatralnych oraz festiwalu międzynarodowym w Bratysławie gdzie była bardzo ciepło przyjęta.

Realizując zadania statutowe. Związek współpracuje z organami administracji państwowej i samorządowej oraz ze stowarzyszeniami, fundacjami i instytucjami wspomagającymi działalność Polskiego Związku Głuchych. Prowadzimy również kursy języka migowego dla osób słyszących.

Krzysztof Kotyniewicz

Polski Związek Głuchych
Koło Terenowe w Bielsku-Białej
ul. Karpacka 48, Bielsko-Biała

W świecie ciszy



Naszym celem jest utrzymanie tożsamości środowiska osób niesłyszących oraz pomoc w zakresie rozwiązywania ich problemów życiowych. Świadczymy usługi w zakresie rehabilitacji indywidualnej, udzielając niesłyszącym porad i pomocy w załatwianiu spraw socjalnych, rodzinnych, zawodowych, wychowawczych i urzędowych. Zapewniamy usługi tłumaczy języka migowego w urzędach, sądach, na policji, placówkach służby zdrowia i innych.

W ramach działań rehabilitacyjnych prowadzimy działania kulturalno-oświatowe, w których realizowana jest reha-

bilitacja społeczna członków Związku. Placówka nasza jest „drugim domem” dla członków Związku, gdzie mogą oni uczestniczyć w różnych zajęciach kulturalnych, edukacyjnych i integracyjnych.

Organizujemy spotkania integracyjne, rajdy turystyczne, wycieczki krajoznawcze, wystawy, imprezy rozrywkowe i wiele innych, w czasie których swoją pomoc świadczą tłumacze języka migowego. Przy Kole Terenowym PZG w Bielsku, działa również „Grupa Teatralna Bielsko”, którą tworzy 10 osób niesłyszących oraz słysząca wolonta-



Warsztaty Terapii Zajęciowej „Port” powstały 1 grudnia 2003 r. z inicjatywy Stowarzyszenia Pomocy Rodzinie „PORT” w Bielsku-Białej.

W jakim celu zostaliśmy powołani?

Istniejemy po to by nasi podopieczni – osoby niepełnosprawne mogli się rozwijać, poprawiać swoją sprawność i prowadzić samodzielne i aktywne życie. Niezmiernie ważna jest zaradność osobista i sprawności psychofizyczna. W miarę możliwości staramy się, by, przynajmniej niektórzy mieli szansę podjąć aktywność zawodową.

1. *ergoterapię*, polegającą na leczeniu przez pracę. Pomaga ona przywrócić sprawność ruchową, a także pokonać trudności związane z wykonywaniem codziennych czynności takich jak ubieranie się i rozbieranie, przygotowanie i spożywanie posiłków, higiena osobista i wielu innych czynności, które osobom z niepełnosprawnością mogą przysparzać trudności.
2. *socjoterapię* polegającą na wykorzystaniu kontaktów międzyludzkich i funkcjonowaniu w grupie społecznej – rodzinie, grupie zajęciowej lub



dzień, uczestnicy warsztatów uczą się komunikować ze swoim otoczeniem. Mają również możliwość wyrażania swoich uczuć, emocji.

4. *Indywidualna i grupowa terapia* odbywa się w pracowniach: gospodarstwa domowego, arteterapii, plastycznej, manualnej, krawiectwa, sztuki użytkowej, komputerowej, dziennikarstwa, manualnej oraz technicznej.

Warsztaty Terapii Zajęciowej „PORT”, w ramach integracji społecznej, od 2005 r. organizują także coroczny Festiwal Twórczości Warsztatowej „Warsztatową Zadymkę”. Konkurs ma charakter przeglądu artystycznego.

Gdzie jesteśmy?

WTZ Port
ul. Michałowicza 12, Bielsko-Biała
tel. 33 496 06 30

Warsztaty Terapii Zajęciowej „PORT”

Jak pracujemy?

Każdy z uczestników ma Indywidualny Program Rehabilitacji i Terapii opracowanych przez Radę Programową Warsztatu. Taki program jest budowany w oparciu o potrzeby i możliwości osoby niepełnosprawnej. W ciągu roku, w 9 pracowniach, w zajęciach terapeutycznych udział bierze 45 podopiecznych WTZ.

Jakie metody wykorzystujemy w codziennej pracy?

w lokalnej społeczności. Pozwala także na rozszerzenie kręgów tych społeczności, a co za tym idzie przybliżanie do normalnego funkcjonowania. Uczestnicy warsztatów mają również możliwość wyrażania swoich uczuć,

3. *arteterapii, muzykoterapii, poezjoterapii, biblioterapii i teatroterapii*. Poprzez taniec, śpiew artykułowanie dźwięków, określony sposób poruszania, odwzorowywania różnych postaci lub tworzenia własnych



Warsztaty Graffiti po góralsku w Żywcu. Fot. L. Cykański



Spektrum działań naszej KLAMRY jest bardzo szerokie i to z pełną świadomością podjęliśmy tę decyzję. Zarówno zainteresowania grupy założycielskiej jak i kręgu współpracowników

zacji pozarządowych i nie możemy pogodzić się ze zjawiskiem przeistaczania się ngo'sów w korporacje konkurujące ze sobą, gdzie bardziej od współpracy i idei, liczy się logo i marka. Może nie-

Fundacja „KLAMRA”

są bardzo rozległe. Do zrobienia jest naprawdę wiele i to na wielu płaszczyznach, dlatego nie chcemy nakładać na siebie autocenzury. W świecie wąskich specjalizacji, w którym udzie się alienują uznaliśmy że przynajmniej w warstwie społecznego aktywności potrzebne jest holistyczne podejście. Łączenie ludzi we wspólnym działaniu i rozwiązywaniu problemów.

Jesteśmy od ponad 20 lat związani ze środowiskiem ogólnopolskich organi-

poprawni idealisci z nas ale środowiska walczące ze sobą o dotacje, wpływy z 1% i stawę zapominają o ideach dla których często zostały powołane. Stawiamy na współpracę, łączenie różnych środowisk i spraw. Robimy swoje w zgodzie z sercem, a życie i ludzie każdego dnia mogą nas zweryfikować. Wspieramy liczne organizacje naszymi pomysłami i potencjałem by budować inną jakość. Przecież to naturalne że niczym klamra łączyć nas może obrona praw wszelakich, a kwestią wspólnot-

czuwania i edukacji jest to jak szeroko o prawa te będziemy się upominać. Wspieramy działania na rzecz praw człowieka, zwierząt, środowiska.

Karina Paczkowska
współprezes Fundacji Klamra

www.klamra.org
biuro@klamra.org



Warsztaty w Gimnazjum im. ks. Twardowskiego w Bielsku-Białej. Fot. D. Paczkowski

Foto: Ewa Szymczyk



WITAJ ŻYCIE

Wystawa WITAJ ŻYCIE, która trwała od 10.05 do 02.06.2010 r. w Muzeum Miejskim w Żywcu – Stary Zamek, pod honorowym patronatem Burmistrza Miasta Żywca. Wystawa opowiadała historię narodzin i rodzicielstwa wielu osób. Opowiadała także o potrzebie intymności i samodzielności, o radościach, pragnieniach i trudach.

Wystawa powstała z inicjatywy obywatelskiej grupy „Beskidy”, Fundacji KLAMRA oraz formacji artystycznej 3Fala.art.pl. Oprawa graficzna wystawy: Wiesław Łyskowski i Dariusz Paczkowski.

Urodziłem się z porażeniem mózgowym, z niedowładem kończyn dolnych i prawej strony ciała, w 1980 roku. Ponad to, chorobie tej towarzyszyła dystrofia mięśniowa. Poruszanie się o kulach lub jazda na wózkach wymagały siły i wytrzymałości, której mi brakowało. Dlatego od najwcześniejszych lat byłem intensywnie rehabilitowany. Zainspirowany filmem „Connan Barbarzyńca” gdzie tytułową rolę zagrał kulturysta, Arnold Schwarzenegger, postanowiłem podjąć walkę.

Z pisma kulturystycznego dowiedziałem się o corocznych Zawodach Kulturystycznych o nazwie „Debiuty” w Bydgoszczy, w których każdy ćwiczący może się zaprezentować. Mimo

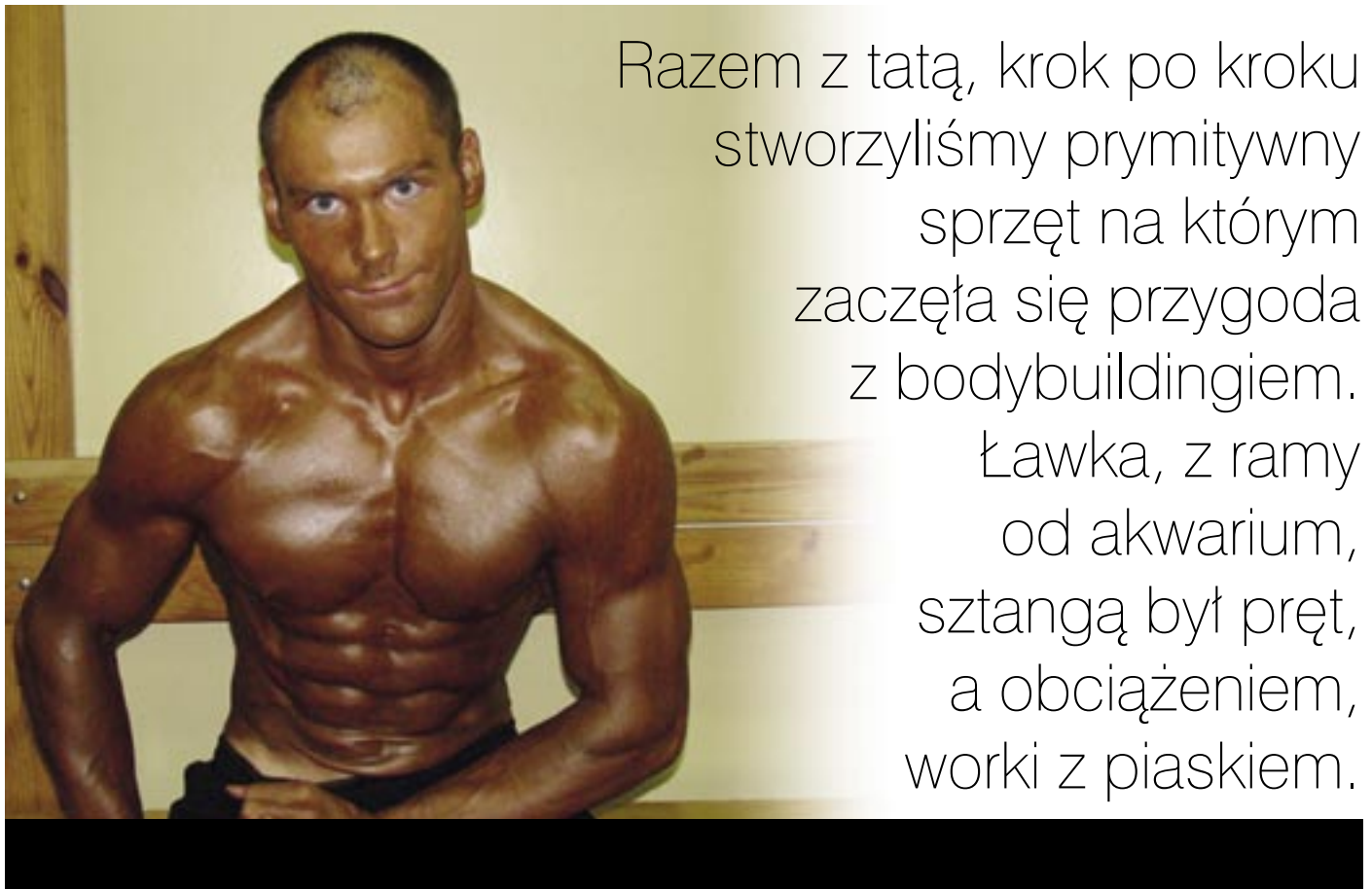
wszystkim którzy chcą uprawiać tę dyscyplinę zarówno rekreacyjnie jak i profesjonalnie.

Dzięki pomocy Prezydenta Światowej Federacji Kulturystycznej i staraniom Prezesa Polskiego Związku Kulturystyki doprowadziłem do pierwszych w historii, amatorskich mistrzostw Świata kulturystów na wózkach inwalidzkich. Od listopada 2009 roku jestem jednym z trzech Kulturystów Pro na Świecie.

W tym roku miały się odbyć zawody kulturystyczne (USA Dallas, Texas) mające na celu wyłonić 6-ciu zawodników, najlepszych kulturystów z całego świata, zawodników, którzy mogą startować w Stanach Zjednoczonych. Miałbym realną szansę zostać indywi-

Mimo wielu tytułów sportowych, to ile zarabiam, nie pozwala mi się realizować. Ledwie starcza na bieżące wydatki, choć i z tym czasem jest trudno. Kulturystyka to sport wymagający wielu wyrzeczeń i sporych nakładów pieniężnych. Bez pomocy finansowej lub sponsora, moje marzenie o startach w USA, dalszy rozwój kariery sportowej, osiąganie nowych celów oraz rehabilitacja nie będzie możliwa. Cele, do których zawsze dążyłem, pozostaną poza zasięgiem. Nigdy się nie spełnią.

Prawidłowa dieta kulturysty jest bardzo kosztowna, a utrzymanie jej ciągłości jest podstawą rozwoju. Ponadto suplementacja, na którą zapotrzebowanie wzrasta wraz z osiągnięciami. Koszty



Razem z tatą, krok po kroku stworzyliśmy prymitywny sprzęt na którym zaczęła się przygoda z bodybuildingiem. Ławka, z ramy od akwarium, sztangą był pręt, a obciążeniem, worki z piaskiem.

niepełnosprawności (i niepełnej sylwetki – bez rozbudowanych nóg) zapragnąłem wziąć w nich udział. Paweł Filleborn, Prezes Polskiego Związku Kulturystyki, umożliwił mi to – odwdzięczyłem się zdobyciem III miejsca.

Na co dzień jestem trenerem personalnym z doświadczeniem, sędzię oraz pionierem kulturystyki osób niepełnosprawnych, posiadam niezbędną wiedzę jak przygotować się do każdego sezonu. Każdego dnia pomagam

dualnym reprezentantem Europy. Jednakże, zawody nie odbędą się teraz. Może to lepiej, gdyż w przyszłym roku, dzięki determinacji oraz szansie zabrania odpowiedniej kwoty na wyjazd, będę mógł wspiąć się na najwyższy stopień. Niemniej jednak polskie realia nie stwarzają odpowiednich warunków dla rozwoju kulturystyki, fitness, czy innych dyscyplin sportowych. Szkoda, bo trzeba przyznać, że Polacy wypadają dobrze na tle innych państw.

miesięczne samej tylko diety i suplementacji to 1300–1500 zł.

Proszę więc, nie pozwólcie umrzeć moim marzeniom. Każda pomoc będzie dla mnie znacząca, a każda złotówka przybliży mnie do spełnienia, o dalszej karierze sportowej. Uwiercie w mój potencjał, wesprzycie mnie a odwdzięczę się kolejnymi tytułami.

Mariusz Kupczak; tel. 505 12 00 66
www.mariuszkupczak.com

Panie Prezesie – jak Pan ocenia aktywność obywatelską Polaków?

Jest na pewno wyższa niż dawniej. W latach powojennych walczono o przeżycie – wtedy złość wobec siebie była duża, nie bez znaczenia były tu zaszłości okupacyjne. W latach 60–70 rozwarstwienie społeczeństwa było nieduże, tym samym życzliwość wobec siebie większa. Obecnie coraz

Problemów jest bardzo dużo. Wciąż szukamy takich form działania z uwzględnieniem potrzeb społecznych. Organizacje pozarządowe są potrzebne ponieważ państwo nie może zająć się każdym potrzebującym. NGO-sy są szybsze i bardziej elastyczne. Idealnie byłoby gdyby to właśnie instytucje państwowe podjęły trud skutecznego rozwiązywania problemów społecznych

Czujemy się członkiem lokalnej społeczności

bardziej dzieli ludzi status społeczny, rodziny spotykają się tylko w weekendy. Z drugiej zaś strony wzrasta świadomość wpływu na otoczenie: coraz odważniej upominamy się o swoje prawa, zabieramy głos w dyskusjach, dbamy o porządek otoczenia nie tylko swego podwórka, reagujemy kiedy komuś dzieje się krzywda. Dbamy także o naszą tożsamość narodową, cechuje nas patriotyzm lokalny, pielęgnujemy historię.

Obserwuję także jedną cechę, nas Polaków – jesteśmy bardzo skromni, zbyt skromni. Nie potrafimy pewnie mówić o swoich sukcesach i dostrzegam to na każdym kroku. Przykładem jest ruch honorowego krwiodawstwa. To niezwykle, że są takie osoby, które oddają coś bezcenniego – częśc siebie.

Jaka jest rola organizacji pozarządowych w naszym społeczeństwie?

ale tak nie jest. Ważna jest tu kwestia zachowania równowagi pomiędzy zapewnieniem każdemu obywatelowi praw wynikających z konstytucji a zakresem działań organizacji pozarządowych. Żle dzieje się kiedy organizacje przedsiębiorcze zastępują Państwo w jego obowiązkach i to uważa się za normę.

W jaki sposób firma, której Pan przewodzi, podchodzi do kwestii społecznej odpowiedzialności biznesu. Jakie działania podejmuje AQUA S.A.?

Od 7 lat Aqua pracuje nad zmianą wizerunku. Byliśmy postrzegani jako firma skonfliktowana z otoczeniem. Postanowiliśmy to zmienić, stać się przyjaznymi dla naszych klientów. Ceny wody i usług świadczonych przez AQUĘ są mniejsze niż w większości miast województwa śląskiego. Przez 7 lat zainwestowaliśmy 340 mln. zł, nie stosując skokowych zwwyżek cen, dotarliśmy do

wielu nowych klientów, wpłynęliśmy na poprawę stanu środowiska. Regularne badania satysfakcji klientów potwierdzają, że jesteśmy rozpoznawalni jako aktywny uczestnik życia społecznego. Czujemy się członkiem lokalnej społeczności. Działalność charytatywna, wspieranie kultury, sportu stały się nierozłącznym elementem naszych działań, powinniśmy to robić.

Co robimy dla Bielska-Białej i jej mieszkańców? Oto niektóre z naszych inicjatyw: kryta pływalnia czynna od 6.00 do 24.00, z której korzysta ok. 500 os. dziennie, publikacja z okazji 110 rocznicy uruchomienia wodociągów w Bielsku-Białej „Wodociągi i kanalizacja w Bielsku-Białej (1895–2005)”, odtworzenie zabytkowej fontanny przed Teatrem Polskim i 2 studni przy ul. Sobieskiego, sponsorujemy ważne wydarzenia kulturalne: Jazzową Jesień, Sacrum in Musica, Dni Bielska-Białej a także codzienną działalność lokalnych domów kultury. Wspieramy działania sportowe (TS Podbeskidzie), wierząc że cechy charakteru jakie kształtuje sport a więc obowiązkowość, ambicję wytrzymałość, hart ducha kształcą przyszłych rzetelnych pracowników także naszej firmy. Chętnie pomagamy organizacjom pozarządowym m.in. Towarzystwo Św. Brata Alberta, dofinansowujemy zielone szkoły, konkursy szkolne i przedszkolne. Regularnie wspieramy: Teatr Polski, Teatr Białalukę, Książnicę Beskidzką i wiele innych.

Jakich rad udzieliłby Pan firmom, które zastanawiają się nad wdrożeniem u siebie działań społecznie zaangażowanych?

Ja sam nie raz występuję w imieniu organizacji i proszę kolegów przedsiębiorców by wsparli daną organizację czy inicjatywę. Prawda jest taka, że efekt wspierania działalności charytatywnej czy np. klubów sportowych trudno przeliczyć na wzrost słupków sprzedaży w firmie już dziś. Pomagać trzeba chcieć, trzeba widzieć sens, poszukać argumentów, odwoływać się do celów długofalowych. Inwestuję dziś a za parę lat otrzymam ją i inni zwrot mojej inwestycji np. w postaci rzetelnego pracownika.. Musi być dobra wola – nie można zmuszać do pomagania.





Wyobraźnia – Twój wybór i szansa

Stowarzyszenie Promocji Zdrowia Psychicznego „Od Nowa” powstało w styczniu 2009 roku z inicjatywy pracowników dwóch ośrodków rehabilitacyjnych dla osób uzależnionych od substancji psychoaktywnych znajdujących się w Bielsku-Białej i Czechowicach-Dziedzicach. Stowarzyszenie ma na celu wspieranie działalności tych placówek oraz promocję zdrowego stylu życia, przeciwdziałanie patologiom społecznym i wspieranie działań prozdrowotnych w obszarach edukacji, profilaktyki, rehabilitacji i readaptacji.

W ubiegłym roku zrealizowaliśmy projekt pt. Akcja Profilaktyczna „Tolerancja jest zdrowa” – w ramach zadania publicznego Województwa Śląskiego w dziedzinie „Krajowego Programu Zwalczenia AIDS i Zapobiegania Zakażeniom HIV”. Projekt miał na celu poprawę funkcjonowania psychospołecznego osób żyjących z HIV/AIDS oraz ich rodzin i bliskich. Akcją zapoczątkowała otwarta impreza – piknik „Sobota ze zdrowiem i tolerancją” na terenie Domu Kultury w Kamienicy i hali sportowej. W programie były m.in. cztery punkty konsultacyjne – profilaktyki hiv/aids, uzależnień, doradztwa zawodowego i doradztwa socjalnego, zabawy integracyjno-edukacyjne, prezentacja grupy harley’owców oraz występ grupy Gang Marcela. W drugim etapie zadania dystrybuowano w różnych miejscach na terenie województwa śląskiego materiały informacyjno-edukacyjne wpierające profilaktykę zakażeń HIV.

Również w tym roku Stowarzyszenie podjęło działania w tym obszarze realizując projekt pod nazwą WYOBRAŹNIA – TWÓJ WYBÓR I SZANSA, skierowany do mieszkańców Bielska-Białej. Głównym celem tej akcji jest zapobieganie zakażeniom wirusem HIV i kształtowanie postaw prozdrowotnych wśród mieszkańców regionu poprzez propagowanie informacji medycznych dotyczących zapobiegania HIV/AIDS, dróg rozprzestrzeniania się wirusa HIV oraz możliwości uniknięcia lub zminimalizowania prawdopodobieństwa zakażenia. Dodatkowym celem jest przybliżenie tego problemu w oparciu o rzetelny przekaz oraz wzrost wrażliwości społecznej wobec osób zakażonych i kształtowanie postaw wolnych od uprzedzeń. Podstawową grupą docelową projektu jest młodzież ze szkół ponadpodstawowych.

Projekt profilaktyczny WYOBRAŹNIA – TWÓJ WYBÓR I SZANSA promowany był również wśród społeczności lokalnej przez udział w organizowanym cyklicznie w czerwcu festynie rodzinnym Dzień Wapienicy, podczas którego udostępnione zostały ulotki Stowarzyszenia oraz zaprezentowane prace pacjentów ośrodka terapii uzależnień.

W planach Stowarzyszenia „Od Nowa” na rok 2011 jest między innymi uruchomienie działalności własnego ośrodka rehabilitacyjnego dla osób uzależnionych od substancji psychoaktywnych.

PUNKTY KONSULTACYJNO-DIAGNOSTYCZNE W WOJ. ŚLĄSKIM ANONIMOWO I BEZPŁATNIE WYKONUJĄCE BADANIA W KIERUNKU HIV:

CHORZÓW

Punkt Konsultacyjno-Diagnostyczny
przy Gónośląskim Stowarzyszeniu "Wspólnota"
ul. Zjednoczenia 10, tel. 032 241 32 55

CZĘSTOCHOWA

Punkt Konsultacyjno-Diagnostyczny
przy Poradni Profilaktyki Uzależnień MONAR
ul. Wolności 44/19, tel. 034 365 48 99

WYBRANE LABORATORIA MEDYCZNE I PUNKTY POBRAŃ NA TERENIE BIELSKA-BIAŁEJ, GDZIE WYKONASZ

ODPŁATNE BADANIA W KIERUNKU HIV:

BIELSKO-BIAŁA

ul. Kresowa 3, tel. 033 812 47 72
ul. Broniewskiego 5, tel. 033 810 68 82
ul. Sempołowskiej 8, tel. 033 497 10 00
ul. Broniewskiego 48, tel. 033 816 62 22
ul. Cyniarska 24, tel. 033 815 03 58
ul. Daszyńskiego 126, tel. 033 816 28 23
ul. Jutrzenki 24, tel. 033 816 15 03

PRZEKAŻ LOKALNIE

1%

swojego podatku

