



SAS Obiektywnie-IV

# Ambasador

Opolskich O. Niepełnosprawnych

wrzesień 2023

Redakcja 45 - 011 Opole, ul. Bronisława Koraszewskiego 23 [ambasadoron@gmail.com](mailto:ambasadoron@gmail.com)

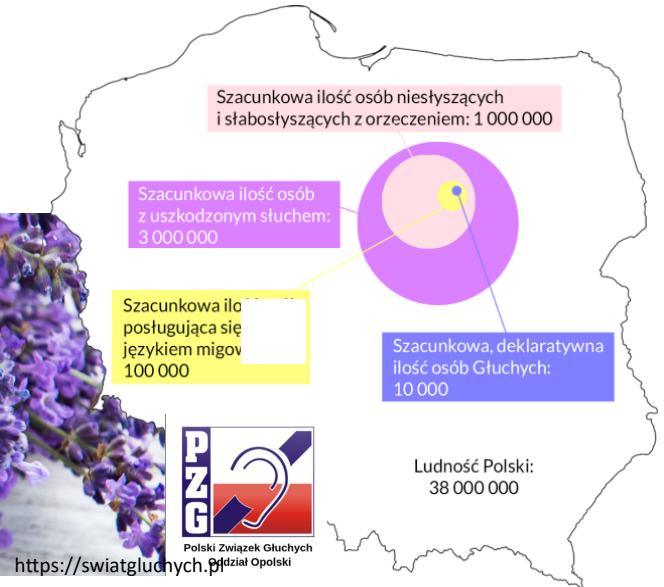
21 września - Światowy Dzień Choroby Alzheimera

**strona 10**

25 września - Międzynarodowy Dzień Niestęszących

29 września - Międzynarodowy Dzień Głuchego

**Alfabet Palcowy - str. 12**



Orzechy nerkowca są jednymi z najpopularniejszych i najcenniejszych orzechów na świecie. Przemysł związany z ich pozyskiwaniem wart jest obecnie ponad 22,8 mld zł. Wiąże się to z dość skomplikowaną i żmudną obróbką, jakiej muszą być poddane orzechy, by stały się w ogóle jadalne. To jednak nie wszystko. Czytaj str. 4

**O chorobach rzadkich u dzieci** można przeczytać po prostu wstukując w Google to hasło. I dowiemy się ile jest różnych chorób rzadkich, że jest ich coraz więcej, kiedy mówimy o chorobie rzadkiej, jak medycyna wspiera proces leczenia u dzieci ... i wiele innych informacji się doszukać. Są organizacje zrzeszające dzieci z konkretnym schorzeniem, a przecież każda diagnoza, gdzie rokowania dla dzieci są ostrożne, a ich przyszłość, literalnie, nie jest dalsza niż na kilka lat życia, są okresem w którym to właśnie oni, rodzice, potrzebują wsparcia. To już wiemy, ale czy zdajemy sobie sprawę jaki to cios dla rodziców? I kto im pomaga?

Sybilla Fusiarz

**ul. Armii Krajowej 11-13 A**  
**45-071 Opole,**  
**Tel./fax: 77 442 51 08**  
**+48 695 741 148**  
**Pielęgniarka dyżurna: 501 414 055**  
**Lekarz hospicjum: 605 652 172**  
**www: hospicjum.opole.pl**  
**e-mail: hospicjum\_dom@wp.pl**



**Domowe Hospicjum dla Dzieci w Opolu** zajmuje się domową opieką paliatywną nad nieuleczalnie chorymi dziećmi. Chore dziecko przebywa z rodzicami we własnym domu, a pracownicy hospicjum przyjeżdżają na wizyty. Lista nieuleczalnych chorób, które występują u dzieci jest bardzo długa. Nie wszystkie z nich stanowią wskazanie do opieki paliatywnej. Dlatego decyzję o objęciu dziecka opieką przez hospicjum rodzice podejmują wspólnie z lekarzami.

Są choroby, o których wiemy, że będą stopniowo powodowały pogorszenie stanu dziecka i w końcu doprowadzą do jego śmierci. Nazywamy je chorobami postępującymi. Jedne z nich przebiegają szybko, inne znacznie dłużej. Dlatego tylko z dużym przybliżeniem możemy przewidywać jak długo dziecko będzie żyło.

Są też inne nieuleczalne choroby, które nie mają charakteru postępującego, a mimo to mogą powodować, że pomoc hospicjum w pewnym okresie będzie potrzebna. Dlatego lekarz hospicjum może zaproponować objęcie dziecka domową opieką paliatywną tylko przez pewien okres czasu, np. 3 miesiące. Potem, jeżeli stan dziecka ulegnie stabilizacji lub poprawie, hospicjum może zakończyć opiekę i przekazać dziecko do lekarza pierwszego kontaktu lub zespołu opieki długoterminowej.

Pracownicy hospicjum kierują się zasadami opieki paliatywnej. Są one następujące: **S ł u ż e n i e n a j l e p s z y m i n t e r e s o m d z i e c k a .** Określenie na czym polega najlepszy interes nieuleczalnie chorego dziecka należy do rodziców, którzy korzystają z opinii lekarzy. Lekarze mogą przedstawić różne sposoby postępowania. Domowa opieka paliatywna jest tylko jednym z nich.

#### **Szacunek dla życia, godności i autonomii dziecka.**

O autonomii dziecka możemy mówić, gdy jest ono w stanie samodzielnie wyrażać życzenia i opinie. W takiej sytuacji zawsze należy wziąć pod uwagę udział dziecka w podejmowaniu decyzji, jeśli jest możliwy, i tylko wtedy, gdy rodzice i lekarze chcą i potrafią się z nim komunikować. Na lekarzu spoczywa ustawowy obowiązek informowania każdego pacjenta, który jest w stanie zrozumieć co dzieje się z jego osobą, niezależnie od jego zdolności do wyrażania zgody.

#### **Niestosowanie upornej terapii w celu przedłużania życia.**

#### **Niestosowanie eutanazji w celu skrócenia życia.**

Podczas pierwszego spotkania właśnie te problemy powinny zostać omówione. Z naszego doświadczenia wynika, że pominięcie szczerzej rozmowy na ten temat oraz uzgodnienia wspólnych zasad postępowania, wcześniej czy później doprowadzi do kryzysu zaufania. Chcielibyśmy, aby oczekiwania rodziców wobec hospicjum były zgodne z tym co faktycznie hospicjum im oferuje.

#### **Na co Państwo mogą liczyć z naszej strony?**

Oferowana przez nas domowa opieka paliatywna jest dla Państwa bezpłatna. Finansuje ją Fundacja Domowe Hospicjum dla Dzieci oraz kontrakt z Narodowym Funduszem Zdrowia. Rejon Domowego Hospicjum dla Dzieci obejmuje całe województwo opolskie.



## **PFRON oddział OPOLE , CIDON**

Sekretariat: (77) 88 72 000

Dofinansowanie wynagrodzeń/refundacja składek ZUS (SODiR):

(077) 887 20 20, (077) 887 20 24, (077) 887 20 31

Pomoc i wsparcie osób niepełnosprawnych: (077) 887 20 26

Adres: 45-061 Opole, ul. Katowicka 55

E-mail: opole@pfron.org.pl

Dyrektor Oddziału: Łukasz Żmuda

## **Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Opolu**

ul. Głogowska 25c (1 piętro)

45-315 Opole

NIP:754-26-17-249, Regon: 531584375

e-mail: rops@rops-opole.pl

Adres skrytki ePUAP: /o7wj260kg5/SkrytkaESP

<https://epuap.gov.pl/wps/portal/strefa-klienta/katalog-spraw/profil-urzedu/o7wj260kg5>

Dyrektor Agnieszka Gabruk

## **Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Województwie Opolskim**

sekretariat@pcprbrzeg.pl

sekretariat@pcprglubczyce.pl

sekretariat@pcprkkozle.pl

kluczbork@pcpr-kluczbork.pl

pcpr@powiatkrapkowicki.pl

pcpr@namyslow.pl

pcprnysa@poczta.onet.pl

sekretariat@pcprnysa.pl

pcprol@interka.pl

pcprol@interia.pl

sekretariat@mopr.opole.pl

pcpropole@pcpropole.pl

biuropodawcze@pcpr-prudnik.pl

sekretariat@pcpr.strzelceop.pl

opole@pfron.org.pl

Zadanie pn. „SAS Obiektywnie edycja 3” finansowane przez Samorząd Województwa Opolskiego ze środków PFRON realizowane przez Stowarzyszenie Ambasada Sukcesu.

„Ambasador Opolskich O. Niepełnosprawnych” redaguje zespół

Redaktor naczelny Sybilla Fusiarz

### **Druk i skład Lanko Opole**

Wydawca : OSTRL adres redakcji 45 - 011 Opole, ul Koraszewskiego 23, na zlecenie SAS, tel. 509255440, mail [ambasadasukcesu@gmail.com](mailto:ambasadasukcesu@gmail.com)





## Orzechy nerkowca

są jednymi z najpopularniejszych i najcenniejszych orzechów na świecie. Przemysł związany z ich pozyskiwaniem wart jest obecnie ponad 22,8 mld zł. Wiąże się to z dość skomplikowaną i żmudną obróbką, jakiej muszą być poddane orzechy, by stały się w ogóle jadalne. To jednak nie wszystko. Orzechy nerkowca uprawiane są w krajach klimatu tropikalnego. Zwisają one z takiego owocu. Są drogie. Każdy nerkowiec musi być ostrożnie wydobyty z zawierającej toksyczną substancję skorupki, a potem poddany trwającej kilka dni obróbce. Bez obróbki orzechy nerkowca nie nadają się do spożycia

Orzechy nerkowca uprawiane są w krajach klimatu tropikalnego. Zwisają one z takiego owocu. Kilogram nerkowców może kosztować w hurcie 38 zł. To ponad siedem razy więcej od orzeszków ziemnych. W USA ceny detaliczne nerkowców sięgają nawet 114 zł za kilogram. Bez intensywnej i precyzyjnej obróbki orzechy te nie byłyby w ogóle jadalne.

Nerkowce rosną w tropikalnych krajach, takich jak Indie, Wietnam, Wybrzeże Kości Słoniowej i Sri Lanka. Nerkowiec zachodni to drzewo należące do tej samej rodziny co sumak jadowity, i podobnie jak u sumaków, rośliny nerkowca zawierają toksynę zwaną urushiol. Znajduje się ona w samej roślinie oraz w brązowym oleju wewnątrz skorupy orzecha. Może powodować oparzenia, swędzenie i pęcherze, dlatego nieprzetworzone nerkowce są uważane za niebezpieczne i nie należy ich ani jeść, ani dotykać. Owoce nerkowca wymagają bardziej rygorystycznej obróbki niż inne orzechy.

Orzechy nerkowca to w istocie nasiona drzewa o nazwie nanercz zachodni. Słyną one nie tylko z unikatowego smaku i konsystencji, ale także ze swoich wartości odżywczych i właściwości zdrowotnych. Stanowią nasiona drzewa pochodzącego z tropików – nanercza zachodniego. Z uprawy tych nasion słynie przede wszystkim Brazylia, jednak rosną one także w innych państwach Ameryki Południowej, a także w Indiach, Wietnamie, czy na Wybrzeżu Kości Słoniowej.

### Jednak to te brazylijskie orzechy są największe i najłodsze

Dziś wiadomo sporo na temat zdrowotnych właściwości nerkowców, jednak dawniej hodowano drzewa dające te nasiona wyłącznie na drewno. Specyficzny jest także sposób wzrastania orzechów, które są przyczepione do owoców nanercza zachodniego przypominając wyglądem pazur. Ów pazur to jednak jedynie łupina, z której trzeba wydobyć nasiono. Należy to robić ręcznie, w rękawiczkach, ponieważ z łupiny wycieka olej, który może podrażnić skórę. Następnie orzech trzeba uprzyć i ugotować, dopiero wówczas nadaje się do spożycia. W małym orzeszku kryje się bogactwo witaminowe i mineralne. Wśród cennych składników należy wymienić m.in. witaminę B6, cynk, potas, magnez, fosfor, zdrowe kwasy tłuszczowe oraz błonnik.

Właściwości zdrowotne i odżywcze tych nasion to jedno, jednak nerkowce są uwielbiane także za niesamowity słodki smak oraz chrupkość i miękkość.

Wracając do właściwości orzechów nerkowca nie można nie wymienić cechy, która została udowodniona naukowo – zapobiegają one cukrzycy typu 2.

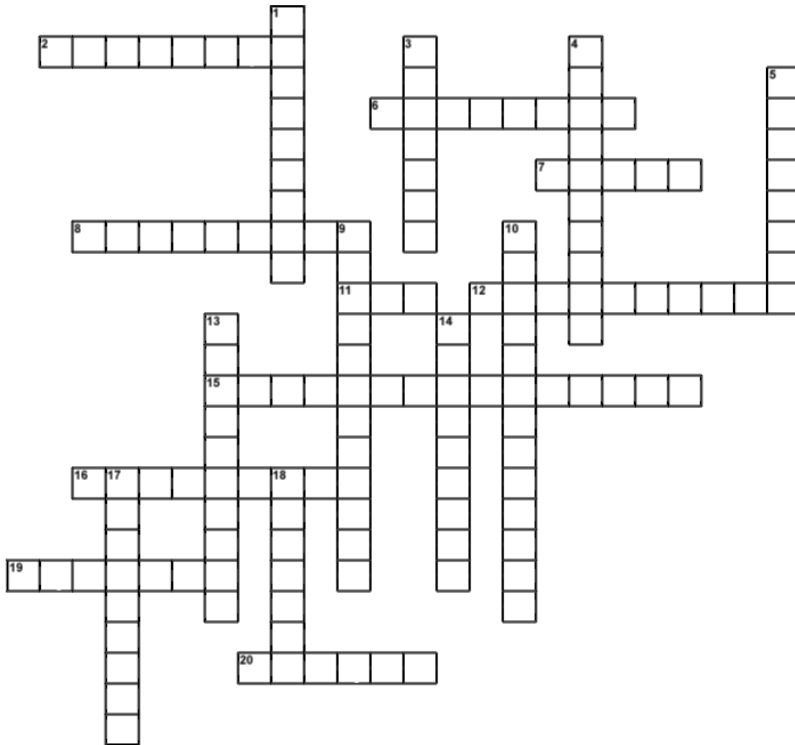
Wyniki badań naukowców z Uniwersytetu w Montrealu oraz Uniwersytetu z Jaunde są jednoznaczne – wyciąg z orzechów nerkowca wspiera wchłanianie glukozy. Spożycia tych nasion nie powinni się także bać diabetycy, ponieważ indeks glikemiczny tego produktu nie jest wysoki. Orzechy nerkowca zdrowe są również na układ sercowo-naczyniowy zapobiegając schorzeniom tego systemu. Obniżają one bowiem stężenie trójglicerydów i cholesterolu we krwi, a także wskaźniki ciśnienia tętniczego krwi.

Ponadto te pyszne bakalie poprawiają funkcjonowanie układu odpornościowego, nerwowego, a także stan kości i zębów. Co więcej już mała porcja orzeszków nerkowca likwiduje uczucie zmęczenia. (zaj i info internet. Zebratq JM)





Rozwiązania należy do 10 października na adres [ambasadasukcesu@gmail.com](mailto:ambasadasukcesu@gmail.com)



**Poziomo:**

2. Sformalizowana sprzedaż.
6. Podwójne wrota.
7. Gęba, zwykle gdy okrągła, uśmiechnięta.
8. Miara wartości, znaczenia czegoś.
11. Miejsce zbiegu dwóch ulic.
12. Kandydat; osoba pretendująca do czegoś.
15. Mieszkaniec Zielonej Góry.
16. Cwaniarka, spryciula.
19. Pasożytniczy nicień.
20. Luźna rozmowa.

**Pionowo:**

1. Utwór muzyczny o śpiewnej melodyce.
3. Okrągły narząd gębowy minoga.
4. Kupiec, który handluje wyrobami z płótna.
5. Urządzenie do wiercenia.
9. Angiografia tętnic wieńcowych.
10. Zabieg chirurgicznego usunięcia macicy.
13. Przygrywka, wstęp do utworu muzycznego.
14. Właściciel zakładu wytwarzającego cegły.
17. O człowieku, który jest fałszywy, obłudny.
18. Klacz o maści pstrej.

K	C	D	A	W	B	A	H	K	O	H	W	B	D	C	W	W	K	U	B	S	Y	N	M
T	S	U	B	M	I	S	J	A	T	Z	C	S	E	U	A	W	P	I	W	P	D	W	S
D	P	T	B	M	J	L	A	N	C	W	T	M	O	T	G	W	Ł	F	N	M	B	B	B
P	N	F	N	M	A	S	G	T	I	A	K	O	Ł	O	W	R	Ó	T	J	N	S	U	O
M	I	L	R	R	Y	U	M	Y	R	R	S	C	F	E	E	O	C	P	G	B	F	L	R
J	S	T	R	O	R	Z	I	L	Z	D	H	Z	M	G	A	M	I	C	H	A	C	F	O
I	M	T	E	G	J	H	M	E	Y	J	K	E	A	I	T	N	E	S	A	P	I	N	W
W	M	W	Y	M	I	E	R	N	I	K	C	K	R	W	H	N	N	D	B	J	A	T	N
P	P	O	W	G	D	D	P	A	Z	O	G	K	E	N	I	W	N	E	U	U	U	J	I
R	N	H	C	S	M	P	Z	J	B	R	Ó	G	G	A	S	P	I	R	A	N	T	K	A
G	G	S	U	L	J	P	B	J	A	O	O	O	C	M	T	O	K	K	O	K	N	C	M
H	B	H	N	T	D	R	T	B	S	N	Z	D	E	E	E	R	K	Y	Y	T	O	R	P
J	N	A	J	L	C	Z	I	E	L	O	N	O	G	Ó	R	Z	A	N	I	N	U	K	L
E	F	F	D	Z	N	E	Y	D	L	G	K	T	I	B	E	A	Z	K	E	F	R	C	H
N	C	J	B	J	A	G	S	P	S	R	T	S	E	O	K	T	G	M	O	T	G	A	J
B	H	C	H	Y	T	R	U	S	K	A	G	T	L	N	T	H	H	L	C	J	I	L	H
K	D	B	I	Y	O	Y	U	R	B	F	W	C	N	P	O	P	C	K	I	Z	H	F	R
A	Y	G	P	L	L	W	F	O	E	I	Y	W	I	J	M	U	S	U	U	H	A	D	Y
W	Ę	G	O	R	E	K	G	K	C	A	K	E	K	K	I	E	C	I	M	M	B	Z	U
S	O	J	K	M	C	A	O	A	L	P	L	E	P	Z	A	P	R	Z	H	H	D	D	Z
K	W	F	R	L	M	N	E	T	R	C	M	B	L	L	P	C	B	N	R	L	J	W	L
N	B	U	Y	G	J	F	G	A	W	Ę	D	A	Y	Z	K	D	H	U	D	D	Y	O	R
T	Y	B	T	W	P	K	G	R	G	B	F	K	A	K	U	P	P	I	E	M	G	E	S
L	S	F	A	Z	J	H	K	Z	U	Z	H	C	U	H	R	K	A	F	I	I	S	B	D

- PRZEGRYWKA  
ASPIRANTKA  
GAWĘDA  
RÓG  
CHYTRUSKA  
WYMIERNIK  
BOROWNIA  
SROKATA  
WĘGOREK  
PŁÓCIENNIK  
MICHA  
SMOCZEK  
KANTYLENA  
KORONOGRAMIA  
ZIELONOGÓRZANIN  
CEGIELNIK  
HISTEREKTOMIA  
SUBMISJA  
HIPOKRYTA  
KOŁOWRÓT

Wrzesień w ogrodzie to czas, w którym lato jest już mniej upalne, a jesień zbliża się wielkimi krokami. Drzewa i krzewy zmieniają swoje barwy. W ogrodzie zaczynają dominować odcienie żółci, brązu i czerwieni, a sezon zbliża się do końca okresu wegetacyjnego. Prace w ogrodzie we wrześniu polegają głównie na przygotowaniu go do zimy.

Ogólne prace we wrześniu w ogrodzie

Wrzesień to najlepszy moment na nawożenie obornikiem. Obornik należy od razu przyorać lub przekopać. Do wiosny nawóz ulegnie przemianom, dzięki którym składniki pokarmowe staną się dostępne dla roślin.

Pamiętaj o przerabianiu kompostu. Ziemia kompostowa to niezastąpiony nawóz w każdym przydomowym ogrodzie!

Zastosuj jesienny nawóz z wyższą dawką potasu, nie zawierający azotu. To poprawi zimowanie roślin.

Nie zapominaj o regularnym zgrabianiu liści i pozostałości owoców z trawnika. To ważne czynności.

Regularnie podlewaj i zastosuj nawóz do trawników, żeby w dobrej kondycji przetrwały okres zimowy.

Z oczka wodnego pozbądź się opadłych liści i martwych kwiatów. Jeżeli rośliny zbyt mocno się rozrosły to dobrze będzie je przyciąć i podzielić.

Rośliny wodne wymagające ochrony przed zimą zabierz w bezpieczne miejsce, żeby spokojnie przezimowały chłodny okres.

W drugiej połowie września możesz zająć się sadzeniem krokusów na trawniku.

Wrzesień to dobry czas na sadzenie roślin zimozielonych do tarasowych i balkonowych donic.

Do domu przenosimy donice z egzemplarzami egzotycznych roślin, które potrzebują ciepła i zima jest dla nich zagrożeniem.

Przesadź lilie, a rośliny cebulowe posadź w nowych miejscach.

Czystość oczka wodnego jest bardzo ważna. Pozbądź się opadłych liści.

Prace we wrześniu w ogrodzie ozdobnym

Pomimo nadchodzenia jesieni temperatury nadal są dość wysokie i rośliny mają duże potrzeby wodne - nie zapomnij o podlewaniu! Dobrze nawodnione rośliny lepiej zimują. U większości bylin i krzewów należy ścinać przekwitłe kwiatostany, ponieważ są nieestetyczne. Ale u traw i hortensji bukietowych możesz je pozostawić na zimę, ponieważ nawet po zaschnięciu będą wyglądać bardzo ładnie, zwłaszcza jeśli przykryje je śnieg.

Usuń przekwitłe kwiatostany róż i bylin.

Rośliny posadzone we wrześniu obficie podlewaj.

We wrześniu możesz zająć się przesadzaniem krzewów iglastych.

Zetnij kwiatostany krzewów, traw, bylin takich jak miskanty, czy hortensje. Możesz wykorzystać je na piękne suche bukiety, które z pewnością ozdobią wnętrze domu lub mieszkanie.

Opróżnione ze starych roślin pojemniki i donice wyczyść dokładnie, nie używając silnej chemii. Dobrym wyborem będzie zastosowanie szarego mydła lub przy mniejszych zabrudzeniach samą ciepłą wodą.

Uzupełnij warstwę ściółki pod krzewami.

We wrześniu nie przycinaj już krzewów. Rób to tylko w razie konieczności, aby usunąć chore lub potamane gałęzie.

Uzupełnij ściółkę pod krzewami

Prace we wrześniu w sadzie

Zaplanuj nasadzenia drzewek i krzewów owocowych, które już od początku października będą dostępne na rynku. Wybierz gatunki i odmiany według swoich preferencji.



Weź pod uwagę różne wymagania różnych gatunków.

Sadząc drzewka owocowe zwróć uwagę, na jakiej podkładce zostały zaszczerpione. Podkładka wpływa przede wszystkim na siłę wzrostu, ale także na zdrowotność drzewa.


Jeśli istnieje konieczność przesadzania starszego drzewka, warto zrobić to teraz. Usuń liście, które jeszcze pozostały na drzewie i skróć gałęzie, aby zachować równowagę między uszkodzonym systemem korzeniowym i częścią nadziemną.

Po pierwszych przymrozkach możesz zebrać owoce aronii, nieszputek i jarzębów przeznaczonych na przetwory (więcej informacji: Czy jarzębina jest jadalna?)

Wrzesień w sadzie to czas obfity w owoce. Możesz rozpocząć zbiory jesiennych gruszek i jabłek. Obserwuj dokładnie swój sad, żeby w dobrym momencie zająć się zbiorami. We wrześniu owoce wydają także orzech włoski i leszczyna pospolita. Ważna jest to, żeby orzechy włoskie zbierać dopiero po opadnięciu z drzewa, a orzechy laskowe gdy są w pełni dojrzałe. Orzechy laskowe należy suszyć w jakimś chłodnym, zaciemnionym miejscu przez okres od 2-3 tygodni.

Pomieszczenia, w których przechowywane będą wrześniowe zbiory powinno być czyste i odpowiednio przygotowane. Najlepiej będzie takie pomieszczenie wybielić i zastosować zapobiegawczy środek grzybobójczy, który w przyszłości zablokuje rozwój grzybów i bakterii.

W odpowiednim momencie we wrześniu możesz zająć się zbiorem jarzębiny na przetwory

Wrzesień to miesiąc zwiastujący jesień. Prace w ogrodzie we wrześniu polegają głównie na przygotowaniu się do sezonu zimowego. Słońce jest o wiele mniej doskwierające, co ułatwia pracę i zbiory pysznych owoców, z których można robić znakomite soki, nalewki, dżemy, konfitury i wiele innych smakotyków. Dzięki nim podczas zimy będzie się można cieszyć ogrodem nie tylko wzrokiem, ale przede wszystkim kubkami smakowymi. Źródło  Szótki Konieczko







# CIDON przy Oddziale Opolskim PFRON

## 77 887 20 26

### Główny zakres działania CIDON

Udzielanie .między innymi, informacji o:

- programach realizowanych przez PFRON,
- projektach realizowanych przez organizacje pozarządowe,
- obowiązujących systemach orzecznictwa zarówno dla celów rentowych i poza rentowych,
- możliwościach uzyskania wsparcia finansowego i rzeczowego,
- zaopatrzeniu w sprzęt ortopedyczny, w sprzęt rehabilitacyjny oraz w środki pomocnicze,
- sprawach dotyczących sanatoriów, turnusów rehabilitacyjnych i organizatorów tych turnusów,
- likwidacji barier funkcjonalnych - architektonicznych, technicznych oraz w komunikowaniu się,
- możliwym wsparciu działalności gospodarczej podejmowanej lub prowadzonej przez osoby z niepełnosprawnością,
- rehabilitacji leczniczej, społecznej, zawodowej oraz zatrudniania osób z niepełnosprawnością,
- ulgach i uprawnieniach wynikających z obowiązujących przepisów,
- ustawowym wsparciu pracodawców osób z niepełnosprawnością,
- instytucjach działających na rzecz osób z niepełnosprawnością.

Podejmowanie działań związanych z pomocą osobie z niepełnosprawnością, poprzez kontakt z właściwą instytucją według kompetencji, w tym między innymi:

- wsparcie w wypełnianiu odpowiednich dokumentów,
- Informowanie pracodawców o możliwości skorzystania ze wsparcia zespołu Informacyjno-Doradczego przy Centralnym Instytucie Ochrony Pracy, skupiającym ekspertów z medycyny, psychologii, biomechaniki, akustyki, oświetlenia, architektury i innych w dostosowaniu środowiska pracy do potrzeb ON.

Organizator Stowarzyszenie Ambasada Sukcesu

Festiwal Polskiej Piosenki i Twórczości Osób Niepełnosprawnych  
Narodowe Centrum Polskiej Piosenki w Opolu  
**1 grudnia 2023**  
Regulamin i więcej info już wkrótce

Ambasador Festiwalu

Narodowe Centrum Polskiej Piosenki

Stowarzyszenie Ambasada Sukcesu

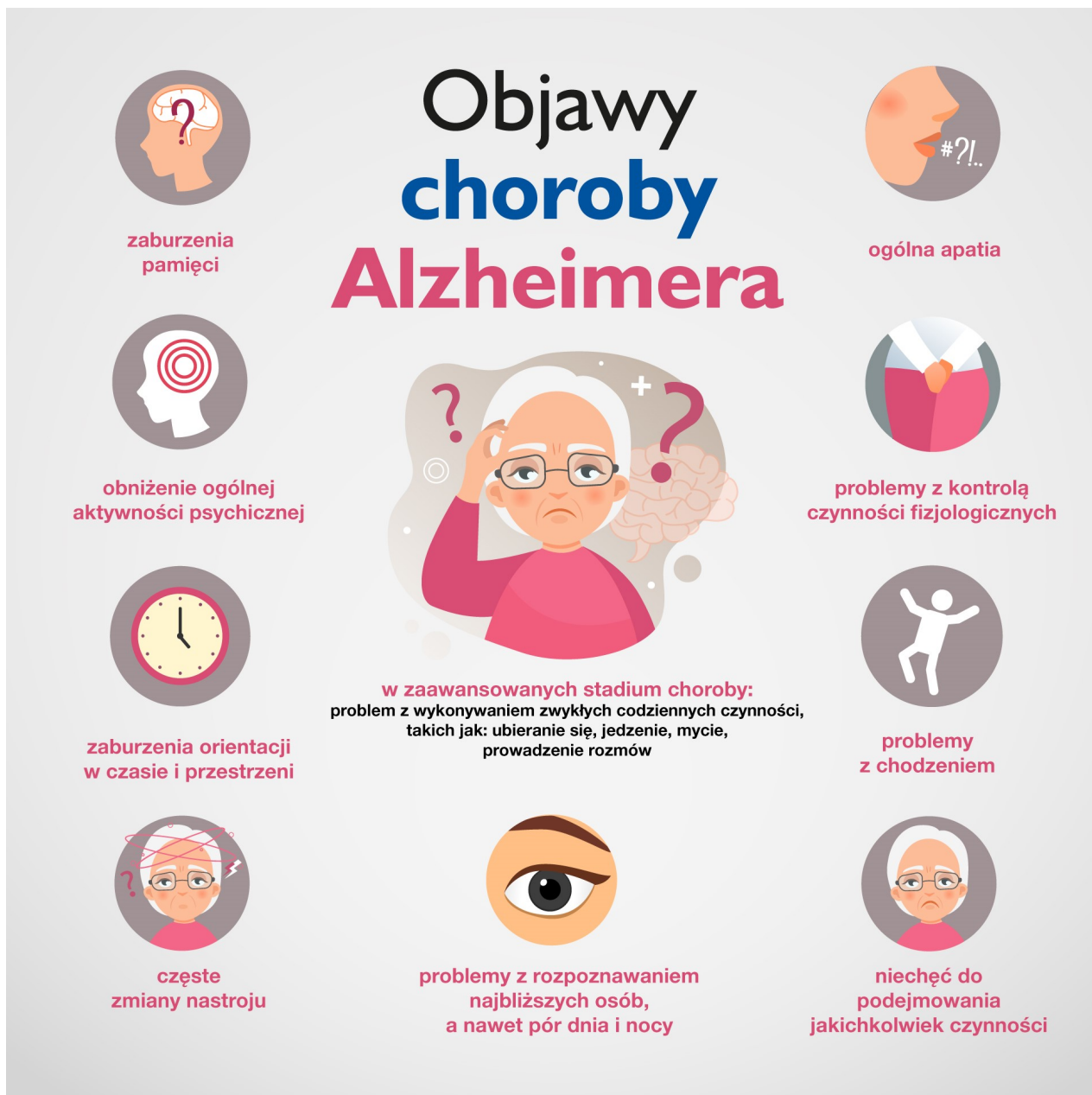
## 21 września Dzień Świadomości o Chorobie Alzheimerera

Choroba Alzheimerera jest przewlekłą, postępującą chorobą zwyrodnieniową ośrodkowego układu nerwowego. Szacuje się, że choruje na nią w Polsce od 370 do 460 tysięcy osób, a na świecie ok. 50–52 mln osób. Cierpią na nią głównie osoby po 65. roku życia. Objawy choroby często są kojarzone z obniżoną sprawnością umysłową związaną z wiekiem. 21 września obchodzimy Światowy Dzień Walki z Chorobą Alzheimerera. Demencja, w tym choroba Alzheimerera, jest obecnie powszechnie uznawana za jeden z najpoważniejszych kryzysów zdrowotnych XXI wieku.

### Objawy choroby Alzheimerera

Do najbardziej charakterystycznych objawów choroby Alzheimerera należą: zaburzenia pamięci i obniżenie ogólnej aktywności psychicznej, które ulegają nasileniu, co prowadzi do coraz większych problemów. Pojawiają się zaburzenia orientacji w czasie i przestrzeni, chorzy np. wielokrotnie dopytują o dzień i godzinę. Do pozostałych objawów należą: częstsze zmiany nastroju, niechęć do podejmowania jakichkolwiek czynności oraz ogólna apatia. Osoby z niezdiagnozowaną chorobą Alzheimerera są postrzegane jako osoby cierpiące na depresję. W zaawansowanym stadium choroby pacjent nie jest w stanie wykonywać zwykłych codziennych czynności: nie potrafi samodzielnie się ubrać czy umyć, jeść ani prowadzić rozmów. Pojawiają się problemy z rozpoznawaniem najbliższych osób, a nawet pór dnia i nocy. U chorych pojawiają się również kłopoty z chodzeniem i kontrolą czynności fizjologicznych.

Źródło <https://www.medistore.com.pl/a/zdrowie/choroba-alzheimerera/> przyg. Red.







## Od 6 sierpnia 2023 zmiany w orzeczeniach o stopniu niepełnosprawności

1 lipca 2023 r. Minister Zdrowia odwołał stan zagrożenia epidemicznego w Polsce. W związku z tym 6 sierpnia 2023 r. zaczną obowiązywać nowe przepisy odnośnie przedłużania orzeczeń o stopniu niepełnosprawności. Warto się z nimi zapoznać.

Przepisy, które wejdą w życie 6 sierpnia 2023 r., wprowadzają dwie ważne zmiany:

- uchylają art. 15h ustawy z dnia 2 marca 2020 r. – tzw. Tarczy antykryzysowej;
- określają w zamian końcowe daty przedłużania orzeczeń o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności.

Jeszcze do 5 sierpnia 2023 r. orzeczenia wydane przez zespoły ds. orzekania o niepełnosprawności, będą przedłużane na podstawie art. 15h ustawy z dnia 2 marca 2020 r. – tzw. Tarczy antykryzysowej. Lecz już od 6 sierpnia 2023 r. obowiązywać będą określone graniczne daty ważności tych orzeczeń.

### **SPRAWDŹ, CZY TWOJE ORZECZENIE TRACI WAŻNOŚĆ**

Poniżej zamieszczamy listę dat dotyczących orzeczeń o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności, które tracą ważność do 5 sierpnia 2023 r.

Orzeczenie o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności, którego okres ważności upłynął:

do 31 grudnia 2020 r. – zachowuje ważność do 31 grudnia 2023 r.,

w okresie od 1 stycznia 2021 r. do 31 grudnia 2021 r. – zachowuje ważność do 31 marca 2024 r.,

w okresie od 1 stycznia 2022 r. do 5 sierpnia 2023 r. – zachowuje ważność do 30 września 2024 r.

Orzeczenia te będą jednak ważne nie dłużej niż do dnia wydania nowego ostatecznego orzeczenia o niepełnosprawności lub stopniu niepełnosprawności.

### **ORZECZENIA, KTÓRE TRACĄ WAŻNOŚĆ PO 5 SIERPNIA 2023 R.**

Orzeczenie o niepełnosprawności lub orzeczenie o stopniu niepełnosprawności, którego okres ważności upłynie 6 sierpnia 2023 r. lub później, nie będzie podlegać przedłużeniu. Okres ważności takiego orzeczenia kończy się w terminie, który jest na nim określony.

### **NOWE PRZEPISY NIE DOTYCZĄ ORZECZEŃ ZUS**

Nowe przepisy, które będą obowiązywać od 6 sierpnia 2023 r., nie dotyczą orzeczeń lekarzy orzeczników ZUS. Zatem te orzeczenia mogą być one przedłużane tylko w oparciu o art. 15zc ust. 1 ustawy z dnia 2 marca 2020 r. – tzw. Tarczy antykryzysowej.

Oznacza to, że orzeczenie ZUS o:

niezdolności do pracy,

niezdolności do samodzielnej egzystencji,

które traci ważność w okresie stanu zagrożenia epidemicznego albo stanu epidemii, albo w okresie 30 dni następujących po ich odwołaniu, zachowuje ważność przez kolejne 3 miesiące od dnia upływu terminu jego ważności.

Wniosek o wydanie nowego orzeczenia ZUS musi być złożony przed upływem terminu ważności wcześniejszego orzeczenia.

## Drzewko szczęścia – grubosz



Drzewko szczęście pochodzi z suchych i gorących obszarów Afryki Południowej. Sukulent zaliczany jest do grona rodziny gruboszowatych. Łacińska nazwa to *crassula ovata*. Drzewko ma silne rozgałęzienia, osiąga wysokość 2 m, ale tylko w naturalnym środowisku. W warunkach domowych dorasta do 1 m i umożliwia swobodne formowanie. Rośnie bardzo wolno, posiada płaskie, mięsiste i błyszczące liście. Gruby drewniany pień oraz liście służą do magazynowania wody. Roślina potrafi zebrać jej duże ilości, a to pozwala jej przetrwać nawet bardzo długie okresy suszy.

Drzewko szczęścia jest doceniane przede wszystkim za to, że ma bardzo małe wymagania. To idealna roślina do mieszkania!

### Drzewko szczęścia – odmiany

**Grubosz jajowaty** jest ulubionym sukulentem w doniczce, na który decyduje się wiele osób. Jest to wymarzone drzewko do domu, z uwagi na małe wymagania, jak i bardzo atrakcyjne odmiany. Wśród zadziwiających odmian drzewka szczęścia, w handlowej sprzedaży największą popularnością cieszą się:

**Gollum** – ma mięsiste, zielone pędy z wklęsnięciami na szczycie. Odmiana jest prosta w uprawie i pielęgnacji. Roślinę należy podlewać oszczędnie, wystawiać na słońce i zasadzić w przepuszczającym podłożu.

**Minima** – jest to odmiana miniaturowa osiągająca do 60 cm wysokości.

**Undulatifolia** – cechą charakterystyczną tej odmiany są falowane liście.

Sprawdź też: Niewymagające kwiaty doniczkowe: 15 niezniszczalnych roślin dla zapracowanych, początkujących i nie tylko!

### Jak dbać o drzewko szczęścia? Pielęgnacja drzewka do domu

Grubosz – drzewko szczęścia nie wymaga dużej ilości wody, tak jak pozostałe sukulenty. Na pewno nie zmarnieje, jeżeli masz problem z regularnym podlewaniem. Warto poznać kilka podstawowych zasad pielęgnacji, dzięki którym uzyskasz przepiękną roślinę w swoim domu.

#### Podlewanie

Zasada jest taka: grubosz wymaga podlewania w zależności od panującej w domu temperatury. Nie lubi przelewania. Jeżeli utrzymujesz w pomieszczeniach temperaturę do 20 stopni Celsjusza, wystarczy podlewanie co dwa tygodnie. Jeżeli temperatura jest niższa, częstotliwość powinna być jeszcze mniejsza.

#### Przycinanie

W związku z tym, że drzewko szczęścia Bonsai rośnie bardzo wolno, nie trzeba go przycinać. W naturalnej formie ma przypominający małe drzewko pokrój. Jeżeli jednak chcesz uzyskać konkretny kształt, wtedy należy stosować się do zasad formowania, jak w przypadku innych roślin.

Są różne sposoby rozmnażania drzewka szczęścia. Albo przez podcinanie albo wystarczy listek do ziemi. I już. Petnia szczęścia gotowa.

# SAS Obiektywnie edycja IV

Realizacja od 2019



Inauguracja zadania. Wręczenie Statuetki EMIL i przyznania tytułu „Ogrodnik Drzewa Życia”, 28 czerwca 2022, Pałac Izbicko, godz. 15.00

„Dla ziemi”, dedykowane ON i ich opiekunom  
Sadzenie miododajnych drzew i krzewów  
Spotkanie organizacyjne do ustalenia

„Ambasador Opolskich Niepełnosprawnych”,  
Wydania elektroniczne VI/VII- XI/XII. 2023  
Do pobrania [www.ambasadasukcesu.pl](http://www.ambasadasukcesu.pl)  
Redakcja Opole, Koraszewskiego 23  
materiały: [ambasadasukcesu@gmail.com](mailto:ambasadasukcesu@gmail.com)

Festiwal Polskiej Piosenki i Twórczości ON  
1 grudnia 2023 NCPP, godz.11.00  
zgłoszenia: [ambasadasukcesu@gmail.com](mailto:ambasadasukcesu@gmail.com)

Szczegóły na profilu [f](#) stowarzyszenie [ambasada sukcesu](#)

Patronat Honorowy



MARSZAŁEK  
Województwa Opolskiego  
Andrzej Buła

Realizacja zadania pod nazwą „SAS Obiektywnie - edycja IV” finansowane jest przez  
Samorząd Województwa Opolskiego ze środków PFRON



Finansowane  
przez Samorząd  
Województwa  
Opolskiego



Państwowy Fundusz  
Rehabilitacji Osób  
Niepełnosprawnych



2019 Kampania „WIDZIEĆ NIEWIDZIALNE”. Lalki z niepełnosprawnością, Misie z symbolami orzecznictwa



## Alfabet palcowy, jako uzupełnienie języka migowego

Wbrew popularnym poglądom, nie istnieje jeden ogólnosiwiatowy język migowy, którym posługują się wszyscy ludzie na Ziemi. Każdy naród wykształcił własny język, choć nie zawsze pokrywa się on z zasięgiem języka mówionego, i tak na przykład, osoba posługująca się amerykańskim językiem migowym nie zrozumie człowieka migającego w brytyjskim języku migowym, chociaż oba narody posługują się przecież tym samym, angielskim językiem mówionym, ale świetnie dogada się w Kanadzie i Meksyku, gdzie stosowany jest ten sam język migowy. Pomysłodawcą zastosowania alfabetu palcowego na szeroką skalę w edukacji osób niesłyszących był Benedyktyn Pedro Ponce de Leon,

Poniżej alfabet palcowy, przyda się, bo warto znać sposób komunikacji z osobami z potrzebami szczególnymi. Opracował Tadeusz Jaszczur źródło

# Polski Alfabet Palcowy

