



Niewidomy
autor pobudza
wyobraźnię

Jak niemożliwe
staje się możliwe

Co chcemy
powiedzieć nowemu
prezydentowi?

help

jesteśmy razem

nr 57 czerwiec 2020 ISSN 2083-2788

**KSIĄŻKI – ANTIDOTUM NA AGRESJĘ
SZALEJĄCEJ PANDEMII**

„Jako że nie widzę,
obrazy mam chyba przed czymś
w rodzaju trzeciego oka.”

Marek Kalbarczyk

help

jesteśmy razem

MIESIĘCZNIK O ŚWIECIE DOTYKU I DŹWIĘKU

Fundacja Szansa dla Niewidomych

Chlubna 88

03-051 Warszawa

Tel/fax: +48 22 827 16 18, +48 22 510 10 99

E-mail: szansa@szansadlaniewidomych.org

www.szansadlaniewidomych.org

Daj szansę niewidomym! Twój 1% pozwoli pokazać im to, czego nie mogą zobaczyć



Pekao SA VI O/ W-wa nr konta:

22124010821111000005141795

KRS: 0000260011

Projekt „HELP – wiedzieć więcej – miesięcznik, wiedza o świecie dotyku i dźwięku dla osób niewidomych, słabowidzących oraz ich otoczenia” jest dofinansowany ze środków PFRON i z innych środków będących w dyspozycji Fundacji Szansa dla Niewidomych.



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

Dofinansowano ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących z Funduszu Promocji Kultury.

**Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego.**

WYDAWCA

SZANSA CHANCE
Fundacja Szansa dla Niewidomych
Chance for the Blind Foundation


**WYDAWNICTWO
TRZECIE OKO**

[https://www.facebook.com/
WydawnictwoTrzecieOko/](https://www.facebook.com/WydawnictwoTrzecieOko/)

[https://www.facebook.com/
help.jestesmyrazem/](https://www.facebook.com/help.jestesmyrazem/)

REDAKTOR NACZELNY

Marek Kalbarczyk

OPRACOWANIE GRAFICZNE

I SKŁAD

Anna Michnicka

KONTAKT Z REDAKCJĄ

help@szansadlaniewidomych.org

Czytelników zapraszamy do współtworzenia naszego miesięcznika. Propozycje tematów lub gotowe artykuły należy wysłać na powyższy adres email.

Redakcja zastrzega sobie prawo do skracania, zmian stylistycznych i opatrywania nowymi tytułami artykułów nadesłanych przez autorów.

Wszelkie prawa zastrzeżone! Kopiowanie, powielanie i wykorzystywanie zdjęć bez zgody autorów jest zabronione.

Na okładce znajduje się obraz pt.: „TRAWA 17” autorstwa Ireneusza Kojło, który został wykorzystany do stworzenia okładki książki Marka Kalbarczyka "Ich trzecie oko". Obraz przedstawia wschód słońca i fascynującą grę migocących wśród traw światła.



Niewidomy autor pobudza wyobraźnię
s. 36



Jak niemożliwe staje się możliwe
s. 41



Co chcemy powiedzieć nowemu prezydentowi?
s. 25



Historia kominka
s. 39

Spis treści

OD REDAKCJI

Helpowe refleksje _____ 4

AKTUALNOŚCI I WYDARZENIA

Z nadzieją na lepsze widoki _____ 8

CO WIECIE O ŚWIECIE?

Organizacje pozarządowe: reprezentacja osób niewidomych _____ 11

TYFLOSFERA

Paczkomaty InPostu coraz bardziej rozwinięte i dostępne dla osób niewidomych _____ 14

Pies przewodnik i biała laska – czy to się nie gryzie? _____ 16

Nauka zdalna – szanse, możliwości i wyzwania _ 19

NAMOJE OKO

Migawki z epidemii _____ 23

Co chcemy powiedzieć nowemu prezydentowi? 25

Żeglowanie po Bałtyku to najlepsza forma rehabilitacji _____ 28

Wakacyjny pobyt w Miskolcu, czyli korzystając z dobrodziejstwa wód termalnych _____ 31

PRAWO DLA NAS

Renta rodzinna – z czym to się je? _____ 33

KULTURA DLA WSZYSTKICH

Niewidomy autor pobudza wyobraźnię _____ 36

Historia kominka _____ 39

Jak niemożliwe staje się możliwe _____ 41

Medytacja Ignacjańska _____ 44

Kulturalnie z Helpem _____ 48



Helpowe refleksje

Tyle światów, ilu ludzi

Marek Kalbarczyk

W czasie epidemii, kiedy musieliśmy się zamknąć w swoich domach, a każde wyjście na zewnątrz stało się niebezpieczne i okraszone mniejszym czy większym ryzykiem, nasz miesięcznik nie może być taki, jaki wcześniej wymyśliliśmy. Staramy się zrobić co najlepsze, by zachować tamte plany, ale też nie może się to udać w stu procentach. Jak znaleźć autora, który właśnie gdzieś się schował, albo jak ożywić innego, gdy nie ma odpowiedniego nastroju i brakuje mu twórczej weny, przez co nie napisze umówionego artykułu? Powoli wracamy do życia, ale nie zmienia to faktu, iż przez kilka poprzednich tygodni również biuro Fundacji Szansa dla Niewidomych działało w trybie dziwnym. Czasem nie było tam nikogo, kiedy indziej jedna osoba, której zadaniem było czuwać i pracować za całą resztę zespołu. Włączamy radio czy telewizję i słyszymy w programach publicystycznych rozmowy przeprowadzane zdalnie, telefonicznie. Tak niedawno było to nie do pomyślenia – przecież nie gwarantuje to właściwej akustycznej jakości! O ile do marca telewywiady były wręcz zakazywane, w czasie epidemii są rekomendowane. Ba, mamy do czynienia z koncertami, gdzie muzycy pozostają w domach i dogrywają swoje dźwięki do tego, co dostają od

współpracowników. Mamy więc już telezespoły i te-leorkiestry. Chyba mamy więc także zdalnych dziennikarzy, naukowców, a nawet zdalnych kandydatów na prezydenta! Uf, to przecież zupełnie nowy świat. I nie przeszkadza fakt, iż technicznie nie ma tu nic nowego. Zmiana dotyczy sposobu wykorzystywania techniki, naszych przyzwyczajęń, powszechnie rozumianych i stosowanych norm. A więc w dobie wirusa Covid 19 jesteśmy inni niż kiedyś. Ciekawe, kiedy i przy jakiej kolejnej okazji znowu się zmienimy!

Wiele spraw spośród tych, które miały mieć miejsce w ostatnich miesiącach, musiało poczekać. Odłożono koncerty, zawody sportowe, narady i konferencje. Trudno się dziwić narzekaniom, że coś zostało bezpowrotnie utracone. Dobrym na to przykładem jest plan uroczystych obchodów setnej rocznicy urodzin Jana Pawła II. Trzeba było wielkiej pracy, by w ogóle coś się odbyło, jednak nawet ten sukces nie zmienia faktu, że to nie to, co miało się wydarzyć. Mieliśmy się radować, wspominać, czytać i analizować. Dzięki ambitnej pracy wielu ludzi udało się zrealizować pewną część wcześniejszych planów, ale zabrakło atmosfery, na której nam zależało. Nie chodziło przecież jedynie

o papieskie piosenki i telewywiady związane z Jego pontyfikatem, lecz o narodowe rekolekcje i święto – jeden z nas Polaków został Wielkim Papieżem, a następnie świętym. Nie tylko to, że Jego pontyfikat był jednym z najdłuższym w historii, ale także wywarł na współczesną rzeczywistość ogromny wpływ. To Jego słowa wypowiedziane w roku 1979 na dzisiejszym Placu Piłsudskiego spowodowały ogromne zmiany w najważniejszej części świata. Jest więc o czym mówić, wspominać i z czego się cieszyć.

To kolejny dowód na istnienie różnych światów. Porównajcie sobie naszą rzeczywistość sprzed roku 78., kiedy Karol Wojtyła był wybierany na papieża, a dzisiaj!

Świat przed epidemią i w jej trakcie oraz przed pontyfikatem Jana Pawła II i teraz to coś zupełnie innego.

Ostatnim przykładem różnorodnych światów, w których żyjemy, jest świat dźwięku i dotyku w konfrontacji do świata, w którym żyją ludzie pełnosprawni. Nie widzieć to nie tylko nie mieć wizualnej relacji o otoczeniu, lecz również inaczej sobie radzić, uczyć, rozwijać, pracować, bawić, wreszcie także zupełnie inaczej myśleć. Gdy mówi się o niewidomych, najczęściej sprawa i nasze bycie tutaj się upraszcza. Proces usprawniania, rehabilitacji planuje się jako listę działań uważanych za niezbędne do wykonania. Mało kto myśli o wszystkim, co umyka uwadze i chowa się pomiędzy punktami tej listy. Oczywiście nie można krytykować takich planów i list, bo nie zasługują na to, a jednak należy pomyśleć szerzej i zauważyć głębię problemu niepełnosprawności wzrokowej. Czy brak wzroku to tylko niemożność wyjścia z domu, kiedy nie potrafi się jeszcze operować białą laską, albo konieczność jej wzięcia ze sobą, gdy już to potrafimy, czy także konieczność zbudowania wystarczająco dużej odwagi by wyjść, konieczność przeanalizowania różnorodnych zagrożeń i wymyślenia sposobu na każde z nich? Czy niepełnosprawność wzroku to tylko niemożność czytania zwykłego druku, czy także świadomość, że kiedy dojdzie do propozycji małżeństwa niewidomej osoby z osobą widzącą, rodzice tej drugiej sprzeciwią się i złamią serca obojgu narzeczonych? Czy to tylko kwestia do zwyczajnego załatwienia, przeszkolenia, zorganizowania, czy także

Ostatnim przykładem różnorodnych światów, w których żyjemy, jest świat dźwięku i dotyku w konfrontacji do świata, w którym żyją ludzie pełnosprawni.

potrzeba codziennego wyjaśniania, że przyjdzie nam żyć na zupełnie odmiennych zasadach, również psychologicznych!

Powyższe stało się powodem mojego pisarstwa. Najpierw były to artykuły, zaraz potem poradniki, by udało mi się dobrać do umiejętności pisania książek. Najnowsze z nich: „Obrazy, które gdzieś hen uciekły” i „Ich trzecie oko” to próby przedstawienia światów ludzi, którzy nie widzą, względnie widzą bardzo słabo. Czy mi się udało? Trudno powiedzieć. Oceniają to czytelnicy, ale jako autor jestem zadowolony – z czego? Że udało mi się stworzyć pierwszą z tych książek jako dzieło publicystyczne w formie zbioru felietonów wyjaśniających jak to jest nie widzieć, a drugą jako autentyczną relację życia czterech niewidomych. To nie są co prawda biografie konkretnych ludzi, a jednak przedstawione historie są oparte na losach konkretnych osób. Miałem możliwość przyglądania się życiu moich przyjaciół i stworzyć narrację zgodną z tym, co oni przeżywali. Z całą odpowiedzialnością mogę stwierdzić, że ich świat to zupełnie coś innego niż każdego z Was! I tak światy różnych ludzi przeplatają się ze sobą tworząc coś ponad każdy z nich – świat, w którym jesteśmy wszyscy razem.

help
jesteśmy razem



Osoby niewidome odzyskają wzrok?

Naukowcy pracują nad techniką umożliwiającą osobom niewidomym rozpoznawanie kształtów i przedmiotów – podaje portal whatnext.pl za czasopismem *Cell*, na łamach którego ukazał się artykuł poświęcony tej kwestii.

Technika bazuje na badaniach, które pokazały w jaki sposób impulsy elektryczne płynące do kory mózgowej powodują wizualizację określonych obrazów. Odkrycie to oznaczało dla naukowców, że osoby niewidome mogą widzieć w pewien ściśle określony sposób, mianowicie widzieć mózgiem, bez udziału oczu. Początkowo wydawało się, że w wyniku

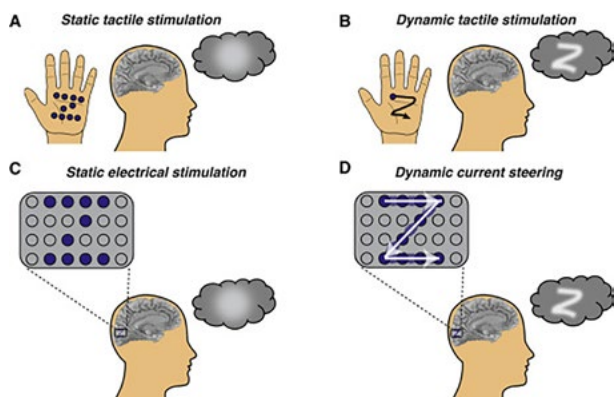
stymulacji kory mózgowej będą widzieć jedynie błyski, bez możliwości zobaczenia rzeczywistego obrazu. Dalsze badania pokazują jednak, iż elektrody wszczepione w korę mózgową sześciu niewidomych ochotników są w stanie generować w ich mózgach wizualizację kształtów. Efektywność tej techniki sprawiła, że rozpoznawali oni blisko 90 kształtów na minutę. Na razie wizualizowane są nieskomplikowane obiekty, np. litery, ale badacze już myślą o bardziej złożonych obrazach i o zastosowaniu w eksperymencie widzenia maszynowego. Już na obecnym etapie badania te są bardzo obiecujące.

Z wózka inwalidzkiego na żaglówkę

W Kołobrzegu powstała sekcja żeglarska dla osób niepełnosprawnych – donosi portal radioszczecin.pl. Sekcja działa w ramach Uczniowskiego Klubu Żeglarskiego "Błękitni". Jej instruktorzy otrzymali już cztery łodzie Hansa 303 dostosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych. Łodzie są dwuosobowe, mają odpowiednie certyfikaty i mogą startować w regatach.

„Cafe Równik” w przededniu otwarcia

Większość restauracji otwiera podwoje po blisko dwumiesięcznym przestoju spowodowanym



epidemią SARS-COV-2. Przygotowania do otwarcia wrocławskiej klubokawiarni Cafe Równik wymagają nieco więcej czasu, bowiem placówkę obsługują osoby z autyzmem i zespołem Downa – czytamy na portalu *wiadomości.onet.pl*. Osoby z tymi rodzajami niepełnosprawności, zanim zaczną znów przyjmować klientów, muszą przypomnieć sobie wszystkie procedury, przeciwyczyć je, a przede wszystkim zapoznać się z regułami pracy w rygorze sanitarnym wymuszonym epidemią koronawirusa i przyswoić je.

Komputerowa gra dostępna dla osób niewidomych

Portal *eska.pl* informuje o nowej, polskiej grze komputerowej, która będzie dostępna dla osób niewidomych, a której projekt jest konsultowany z podopiecznymi Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych w Owińskach pod Poznaniem. Niewidomi gracze będą korzystali głównie ze zmysłu słuchu, bowiem bardzo istotnym elementem tej gry są odgłosy wszechświata udostępnione przez NASA i skompilowane w taki sposób, że stworzony został utwór złożony w całości z odgłosów gwiazd, pulsarów czy dźwięków powstałych w wyniku zderzeń czarnych dziur. Fabuła gry przeniesie jej

uczestnika ze współczesnego Nowego Jorku właśnie do Owińsk. Czas gry to II wojna światowa, teren – ośrodek w Owińskach, gdzie wówczas znajdował się szpital psychiatryczny. Gra jest przeznaczona zarówno dla osób widzących, jak i niewidomych. Trafi do sprzedaży pod koniec tego roku.

Wszystkiego najlepszego Mistrzu!

13 maja Stevie Wonder, niewidomy tytan muzyczny, nazywany geniuszem soulu, kompozytor i multiinstrumentalista, skończył 70 lat. Jest jedną z czołowych postaci w historii światowej muzyki, jego płyty rozeszły się w nakładzie ponad 150 mln egzemplarzy, a pierwszą nagrał jako dwunastolatek, ma na koncie 22 statuetki Grammy i Oscara – informuje portal *kultura.onet.pl*. Na skutek błędu lekarskiego stracił wzrok jako noworodek. Życie prywatne i zawodowe Wondera to gotowy scenariusz na pasjonujący film. Jego właściwe nazwisko brzmi Stevland Hardaway Morris, był związany z pięcioma kobietami, ma dziewięć dzieci. Jego kariera zawodowa to pasmo wielkich sukcesów. Z powodów zdrowotnych Stevie Wonder ogłosił przerwę w działalności muzycznej.



źródło: <https://www.facebook.com/pg/UKZblekitni>



Z nadzieją na lepsze widoki

©pracowała Ewa Peryt

Postęp w nauce i technologii dostarcza nam wielu pozytywnych zaskoczeń w różnych dziedzinach życia. Tak też jest w obszarze okulistyki.

Naukowcy odkryli białko powiązane z rozwojem zwyrodnienia plamki żółtej

Badacze z University of Manchester oraz innych uczelni z Wielkiej Brytanii i Holandii donoszą na łamach "Nature Communications" o przełomowym odkryciu na temat powstawania zwyrodnienia plamki żółtej – częstej przyczyny utraty wzroku w krajach rozwiniętych. W samej Wielkiej Brytanii schorzenie to dotyka 1,5 mln ludzi – podają naukowcy. Tymczasem obecne terapie AMD działają w bardzo ograniczonym zakresie. Okazuje się, że chorobie towarzyszy podniesione stężenie białka o nazwie FHR4. Badania próbek krwi pacjentów i zdrowych osób oraz analiza oczu osób zmarłych pokazała, że białko jest więcej zarówno we krwi, jak i w częściach oczu uszkodzonych przez AMD (ang. age-related Macular Degeneration – zwyrodnienie plamki żółtej). Białko aktywuje układ odpornościowy, a konkretnie tzw. układ dopełniacza. Jego zbyt intensywne działanie to natomiast główna przyczyna AMD.

Badając ludzki genom naukowcy odkryli również, że geny decydujące o poziomie białka FHR4 wiążą się także z rozwojem choroby.

– Jednoczesne odkrycia dotyczące białek i genów dostarczają przekonujących dowodów na to, że FHR4 jest jednym z głównych elementów kontrolujących część układu odpornościowego wpływającą na oczy – podkreśla prof. Paul Bishop z University of Manchester. – Wykazaliśmy, że uwarunkowane genetycznie podwyższone stężenie FHR4 we krwi prowadzi do



Badacze z University of Manchester oraz innych uczelni z Wielkiej Brytanii i Holandii donoszą na łamach "Nature Communications" o przełomowym odkryciu na temat powstawania zwyrodnienia plamki żółtej.

zwiększenia jego ilości w oczach. To z kolei podnosi ryzyko niekontrolowanej odpowiedzi układu odpornościowego napędzającej chorobę.

Odkrycie może więc oznaczać nowe metody pomocy osobom zagrożonym AMD.

– Zatem oprócz zrozumienia genezy AMD, praca ta dostarcza nowego sposobu na określenie ryzyka rozwoju choroby, wykonywane poprzez proste mierzenie stężenia FHR4 we krwi. Wskazuje także nowe ścieżki terapii oparte na zmniejszeniu ilości FHR4 we krwi i przywróceniu normalnego działania układu odpornościowego w oczach – mówi prof. Bishop.

Źródło: PAP/Rynek Zdrowia 08 lutego 2020

USA: start-up stworzył szkła kontaktowe z dostępem do sieci

Amerykański start-up Mojo Visions zaprezentował prototyp szkła kontaktowych z dostępem do rozszerzonej rzeczywistości. Przypominają one tradycyjne szkła kontaktowe, ale są naszpikowane technologią – mają m.in. zainstalowany ekran mikro-ledowy, mikroprocesory, urządzenia do komunikacji bezprzewodowej i rozmaite rodzaje sensorów. Urządzenie sterowane jest za pomocą wzroku. Wystarczy, że użytkownik spojrzy na określone funkcje na ekranie startowym, by zostały one uruchomione.

Według firmy szkła kontaktowe można skalibrować w taki sposób, żeby np. ekran startowy (wygląda jak zielony okrąg z zaznaczonymi różnymi funkcjami), był aktywowany przez spojrzenie w kąt oka. Przytrzymanie wzroku przez kilka milisekund byłoby równoznaczne z podwójnym kliknięciem, spojrzenie w drugi kąt oka oznaczałoby chęć zamknięcia strony. Szkła nie są wyposażone w kamery, nie dają też

możliwości nagrywania. Są natomiast wyposażone w czujnik obrazu, który w przyszłości ma np. pomóc użytkownikowi w rozpoznawaniu twarzy.

Jak zapewnia zarząd firmy, ze szkła będzie można korzystać przez cały dzień, od rana do wieczora. Urządzenie będzie zapewne przez większość dnia wyłączone, ale jeśli tylko użytkownik będzie potrzebował dostępu do informacji, będzie mógł je natychmiast uruchomić. Na razie funkcje zaprezentowanego przez firmę prototypu ograniczone są głównie do informacji o warunkach pogodowych albo rozkładach jazdy



źródło: <https://vrscout.com>

transportu publicznego, ale Mojo zapewnia, że szkła już niebawem zapewnią olbrzymie możliwości, jak choćby wyświetlanie napisów do obcojęzycznych filmów czy statystyk sportowych dla biegaczy.

– Dzięki nim w sekundę możesz stać się mądrzejszy. To rozszerza twoją pamięć. Wyobraź sobie, że musisz wygłosić przemówienie – dzięki szklom jego tekst masz wyświetlony tuż przed sobą. Ciągły dostęp do Internetu oznacza dostęp do wszelkiego rodzaju

usług, np. możesz wydawać polecenia głosowe Aleksee" – mówił w rozmowie z FT Steve Sinclair, szef marketingu i produktów w Mojo.

Nie wiadomo jeszcze, kiedy szkła kontaktowe Mojo trafią na rynek. Wcześniej, w 2012 r. Google ogłosił, że stworzył inteligentne okulary. Szybko okazało się jednak, że są one zbyt kosztowne, pojawiły się też wątpliwości, czy dostatecznie chronią dane użytkownika.

Źródło: PAP/Rynek Zdrowia 19 stycznia 2020

Eksperci: badanie dna oka może uchronić diabetyków przed utratą wzroku

Wielu chorych na cukrzycę można byłoby uchronić przed ślepotą i niepełnosprawnością dzięki wczesnemu wykryciu tzw. cukrzycowego obrzęku plamki. Wystarczy użyć kamery do badania dna oka – podkreślali okuliści podczas konferencji prasowej w Warszawie.

Prezes Polskiego Stowarzyszenia Diabetyków Anna Śliwińska powiedziała, że retinopatia cukrzycowa jest jednym z najczęściej występujących powikłań cukrzycy, jednak wielu chorych w naszym kraju wciąż nie zdaje sobie z tego sprawy i bagatelizuje to schorzenie oczu. Tymczasem u niektórych pacjentów może dojść do utraty wzroku, szczególnie u tych z cukrzycowym obrzękiem plamki (DME).

Do retinopatii cukrzycowej doprowadza wysoki poziom glukozy we krwi uszkadzający drobne naczynia krwionośne w znajdującej się z tyłu oka siatkówce. Mogą być one już tak osłabione, że dochodzi w nich do wycieku przezroczystego płynu, grożącego obrzękiem siatkówki i jej uszkodzeniem. Początkowo zmiany te nie powodują poważniejszych objawów, a kiedy się ujawniają, siatkówka może być już poważnie uszkodzona.

– Wielu chorych z cukrzycą trafia zbyt późno do okulisty – podkreślił kierownik Katedry Okulistyki Uniwersytetu Medycznego w Lublinie prof. Robert Rejdak. Dotyczy to głównie tych, u których obrzęk nastąpił w obszarze plamki żółtej, co może doprowadzić do utraty widzenia centralnego, a następnie do ślepoty.

Choroba ta, będąca najczęstszą przyczyną utraty wzroku u chorych z retinopatią cukrzycową, może pojawić się na każdym etapie jej rozwoju. Najczęściej objawia się zniekształceniem i zamazaniem obrazu

oraz nieostrym postrzeganiem szczegółów, falowaniem linii prostych (wyglądające na wygięte), pogorszeniem widzenia barw oraz ubytkami w widzeniu środkowym.

Prof. Rejdak zapewnił, że przed tego rodzaju utratą wzroku może uchronić chorego leczenie polegające na wstrzyknięciu do oka leku blokującego VEGF (antyVEGF), zmniejszający przepuszczalność naczyń (podobna metoda stosowana jest w leczeniu związanego z wiekiem). Preparat zmniejsza obrzęk i u wielu pacjentów może nastąpić poprawa ostrości widzenia. Czasami potrzebny jest dodatkowy zabieg laserowy (fotokoagulacja siatkówki).

– Warunkiem takiej terapii, finansowanej przez Narodowy Fundusz Zdrowia, jest odpowiednio wczesne wykrycie cukrzycowego obrzęku plamki, co jest szczególnie ważne u osób czynnych zawodowo. U niektórych chorych wystarczy nawet miesiąc opóźnienia w diagnostyce, by powstałe w siatkówce zmiany były już nieodwracalne – podkreślił prof. Rejdak. Z danych przedstawionych podczas spotkania wynika, że 40 proc. osób z DME nie ma jeszcze 45 lat.

Konsultant krajowy w dziedzinie okulistyki prof. Marek Rękas powiedział, że badanie pozwalające wykryć cukrzycowy obrzęk plamki można wykonać poza szpitalem, w warunkach ambulatoryjnych, a nawet poza ośrodkami zdrowia. Wystarczy użyć kamery wykonującej zdjęcia dna oka.

– Zbyt późne leczenie DME prowadzi do wykluczenia pacjenta z życia zawodowego i społecznego – podkreśliła prezes Stowarzyszenia Retina AMD Polska Małgorzata Pacholec. Dodała, że wydatki pośrednie są 12 razy wyższe niż koszty leczenia tego schorzenia. W 2030 r. może być w naszym kraju 200 tys. osób z DME, gdyż stale zwiększa się zachorowalność na cukrzycę. Ocenia się, że obecnie cierpi na nią około 3 mln Polaków.

Źródło: PAP/Rynek Zdrowia

Miejmy nadzieję, że droga kiedyś określana powiedzeniem „Od pomysłu do przemysłu”, okaże się krótka, a wyniki odkryć i wynalazków będą łatwo osiągalne dla osób ich potrzebujących.



Organizacje pozarządowe: reprezentacja osób niewidomych

Andrey Tikhonov

W drugiej połowie ubiegłego wieku zaistniało zjawisko, które wybitny polski psycholog Kazimierz Obuchowski określił mianem „Rewolucji podmiotów”. Pomijając skomplikowaną dyskusję na temat definicji i natury podmiotu, a także podmiotowości, można stwierdzić, że w przekonaniu powszechnym podmiot kojarzy się z jednostką, która świadomie, racjonalnie, intencjonalnie i niezależnie podejmuje różnorodne działania w celu zaspokajania własnych potrzeb albo potrzeb osób, których podmiot reprezentuje. Przyczyną „rewolucji podmiotów” jest naturalne dążenie człowieka do posiadania większej kontroli nad własnym życiem, do samodzielnego określania własnej tożsamości, do wyznaczania celów swej egzystencji. Przybrała na znaczeniu teza, że jednostka ludzka jest wartością autoteliczną, innymi słowy człowiek jest wartością samą w sobie. Każde zjawisko społeczno-polityczne może zaistnieć w odpowiednich, sprzyjających warunkach. Zmianom, o których się marzyło, sprzyjały: rozwój ekonomiczny w państwach z efektywną demokracją, rozpowszechnienie koncepcji praw człowieka, przeżywanie wielkich traum, którymi są II wojna światowa, holocaust, polityka higieny społecznej i inne społeczne eksperymenty antyhumanitarne, exempli gratia Związek Radziecki. Czy

udało się ludzkości uzyskać więcej wolności? Na to pytanie każdy odpowiada opierając się na własnych zapatrywaniach o podłożu filozoficznym.

Badacze zajmujący się studiami nad niepełnosprawnością (Disability studies) wskazują, iż w latach 70. XX wieku środowisko osób z niepełnosprawnościami (ON) doszło do takiego stopnia organizowania się, że ponadnarodowy ruch tych osób przyczynił się do znacznej poprawy jakości ich życia. Zamknięte instytucje, w których umieszczano takich ludzi, stały się miejscem kształtowania wspólnej tożsamości i wspólnej świadomości. Powszechna praktyka opresji została ostro skrytykowana przez aktywistów takich jak Paul Hunt czy Vic Finkelstein. Tak powstawał i rozwijał się socjopolityczny model niepełnosprawności, w ramach którego niepełnosprawność rozpatruje się nie tylko jako problem medyczny, ale jako zjawisko pojawiające się wskutek oddziaływania na osobę barier i niemożności społeczeństwa biorąc pod uwagę potrzeby ON. Profesor Mike Oliver wprowadził model socjopolityczny do obiegu akademickiego, a jego kluczowe założenia zostały odzwierciedlone w Międzynarodowej Klasyfikacji Funkcjonowania, Niepełnosprawności i Zdrowia (1980), a później w Konwencji

Przyczyną „rewolucji podmiotów” jest naturalne dążenie człowieka do posiadania większej kontroli nad własnym życiem, do samodzielnego określania własnej tożsamości, do wyznaczania celów swej egzystencji.

o prawach osób z niepełnosprawnościami (13 grudnia 2006). Na podstawie tego modelu buduje się politykę społeczną wobec ON w przeważającej większości krajów. Dzięki temu wynalazkowi intelektualno-kulturowemu ON mają obecnie możliwość korzystania z różnych rozwiązań prawnych, ekonomicznych, społecznych, medycznych i technicznych, których głównym celem jest przywracanie sprawności i wykształcenie mechanizmów kompensacyjnych, by mogły co najmniej w części zastąpić utraconą funkcję organizmu. Amerykańska niewidoma profesor kalifornijskiego uniwersytetu pracująca na wydziale anglistyki Georgina Kleege w swej książce „Sight Unseen” żartuje, że jeżeli ktoś zechciał stracić wzrok w obecnych czasach, to wybrał bardzo dobry moment.

Jaką rolę odegrały w tym procesie organizacje pozarządowe? Trudno przecenić tę rolę. Jakie znaczenie obecnie mają organizacje pozarządowe ON w skali światowej i w poszczególnych krajach? Wielkie.

Osoba z niepełnosprawnością wzrokową mająca charakter i wolę, cechująca się wyższym stopniem podmiotowości, mająca zapewnioną rehabilitację, jest w stanie sporo osiągnąć w sensie intelektualnym i materialnym. To dostrzegali niewidomi już 100 lat temu. Na przykład nisko płatna praca i złe warunki przyczyniły się do zmobilizowania niewidomych robotników z Wielkiej Brytanii do marszu w 1920 roku na Londyn. Za inny przykład może posłużyć strajk niewidomych pracowników 28 lutego 1939 roku, który odbył się w Derry, w Irlandii Północnej, pod hasłem „Nie widzimy, ale widzimy istotne fakty”.

Organizacje pozarządowe od dawna reprezentują osoby niewidome. Exempli gratia amerykańska NGO Chicago LightHouse została założona w 1906 roku przez grupę osób niewidomych i widzących. Ta organizacja aktywnie działa do dzisiaj, lobbując na

rzecz niewidomych na poziomie regionalnym w stanie Illinois i federalnym, zapewniając nowoczesną rehabilitację i prowadząc wielki zakład produkujący zegary. Zwrotem, który nastąpił w latach 70., było to, że oto niewidomi zaczęli zakładać stowarzyszenia, podważając ukształtowany dyskurs, zgodnie z którym to osoby zdrowe mogą zarządzać takimi instytucjami. Tradycyjnie takie organizacje miały charakter charytatywny. Natomiast nowe instytucje miały coraz ambitniejsze cele, a mianowicie wywierania wpływu na proces podejmowania decyzji politycznych, na alokację środków publicznych, na kreowanie pozytywnego wizerunku ON w przestrzeni medialnej i w sztuce.

Organizacje pozarządowe zarządzane przez ON mają tendencję do zrzeszania się w większe instytucje o charakterze parasolowym. Naukowcy prowadzący badania w zakresie niepełnosprawności zwracają uwagę, że takie większe instytucje w krajach zachodnich pełnią funkcje pseudorządowych ciał. To oznacza z jednej strony, że mają wpływ na decyzje i działania rządu w zakresie regulowania życia ON, ale z drugiej strony tracą własną podmiotowość, niezależność i charakter protestacyjny, jako że ich działalność jest mocno uzależniona od środków finansowych, dystrybucją których zajmuje się państwo. Państwo tworzy fundusze, z których mogą korzystać organizacje pozarządowe, składając wnioski i uzasadniając swe projekty. Jeżeli komisja uzna, że proponowana działalność jest pożyteczna, wnioskodawca dostaje dofinansowanie. Co się dzieje w sytuacji, gdy organizacja chce podjąć działania, które są bardzo potrzebne ON, ale nie są zgodne z wizją instytucji państwowych, można się domyślić. Wnioski lądują w koszach na śmieci i w biurowych niszczarkach do papieru. Pod dyktando władzy politycznej organizacje pozarządowe realizują zadania publiczne, które wykonywać mają instytucje państwowe posiadające stałe finansowanie ze środków publicznych.

Każdy kraj ma autentyczne i unikatowe warunki, w których się rozwija. W USA trzeci sektor ma długą historię. Podróżując po Stanach Zjednoczonych w XIX wieku francuski filozof polityczny Alexis de Tocqueville dostrzegał przedsiębiorczość i aktywność obywatelską mieszkańców. Dlatego niektóre organizacje obywatelskie działają na rzecz osób niewidomych od początku XX wieku. Rozwój społeczeństwa obywatelskiego w Polsce w XX wieku zderzył się z wielkim zagrożeniem w postaci imperialnych zapędów

Związku Radzieckiego. Oczywiście w ciągu ostatnich trzech dekad powstało sporo organizacji pozarządowych. Jednak ich wpływ na gospodarkę, na proces decyzyjny i na społeczeństwo jest znacznie mniejszy niż w innych państwach zachodnich.

Organizacje pozarządowe powstają i mają szansę na rozwój, gdy zostają spełnione określone warunki. Primo, pełna część społeczeństwa (grupa społeczna) nie jest zadowolona z jakości życia. Secundo, na aktywność obywatelską pozwalają odpowiednie warunki prawne, techniczne i ekonomiczne. Tertio, ludzie wierzą, że mają możliwość zmiany własnej sytuacji życiowej. To jest klasyfikacja zaczerpnięta z podręcznika. Moim zdaniem należy jeszcze dorzucić odpowiedni poziom kultury samoorganizowania się i samodyscypliny społeczeństwa.

Grupa społeczna osób z niepełnosprawnością wzrokową potrzebuje własnej reprezentacji na scenie politycznej, a także w kulisach ekonomicznych i społecznych. Reprezentacja polega na przeniesieniu (delegowaniu) prawa do określonych działań (zabierania głosu, decydowania, symbolicznej obecności w organach władzy politycznej) przynależnego danemu podmiotowi (reprezentowany) na inny podmiot (reprezentujący). Aby instytucja reprezentacji funkcjonowała sprawnie i efektywnie, organizacje reprezentujące powinny posiadać wiedzę o potrzebach grupy reprezentowanej. Są głosy płynące ze środowiska osób niewidomych, że organizacje pozarządowe w rzeczywistości nie wspierają ich, a projekty przez nich realizowane są skierowane tylko do niektórych grup niewidomych (tak zwana segmentacja grup odbiorców usług), albo wręcz NGO-sy mają na celu poprawę warunków materialnych zarządu. Takie stanowisko podważa legitymizację organizacji i nie służy nawiązaniu współpracy z innymi podmiotami.

Jak pisał Adam Michnik, demokracji trzeba się uczyć. Jako że Polska wybrała dla siebie wyboistą drogę demokracji, obywatele muszą mieć świadomość, że w swoich sprawach muszą zabierać głos, że w neoliberalnym modelu państwo nie będzie kierowało społeczeństwem i narzucało rozwiązania wszystkich problemów. Osoby niewidome – mimo całego szeregu trudności wynikających z niepełnosprawności – muszą wspierać organizacje trzeciego sektora. Można zgodnie z tradycją narzekać na sytuację siedząc na ławce albo w kuchni. Jednak to nie usprawni reprezentacji, która jest powodem

niezadowolenia. Niezadowolenie powinno przekładać się na konkretne działania. Państwo nie będzie rozwiązywało naszych problemów, albowiem istnieją coraz mocniejsze grupy interesu, które mają wielkie zasoby finansowe i wiedzę ekspercką w zakresie lobbowania własnych interesów. Naszym zasobem jest tylko nasza własna aktywność i umiejętności.

Ewa Grodecka w opracowaniu pod tytułem „Historia niewidomych polskich w zarysie” opisuje jak w XIX wieku na terytorium Polski podzielonej przez zaborców tworzone szkoły dla niewidomych i uczono ich szyci, koszykarstwa, torebkarstwa, dziergania, koronkarstwa, muzyki, strojenia fortepianów. Pojawiły się także zakłady, w których niewidomi pracowali. Jednak ich wydajność była znikoma. W XXI wieku mamy zupełnie inną rzeczywistość. Niewidomy może podejmować świadome, suwerenne i racjonalne decyzje co do ścieżki edukacyjnej, zawodu, pracy, relacji, etc. Jednak, aby stworzone takie warunki w krajach rozwiniętych, sporo ON musiało przedłożyć dobro wspólne nad własne i poświęcić się aktywizacji na rzecz całego środowiska. Nie ma gwarancji, że za dziesięć lat owe warunki będą takie same. Różne sytuacje kryzysowe mogą znacznie obniżyć jakość naszego życia. Aby zapobiec rozwojowi przyszłych czarnych scenariuszy, konieczna jest aktywność obywatelska na rzecz całego środowiska osób z niepełnosprawnością wzrokową.

Obecna sytuacja, związana z rozprzestrzenianiem się SARS-CoV-2, tylko w małym stopniu pokazała skalę sytuacji kryzysowych, z którymi ludzkość może mieć do czynienia w przyszłości. Zgodnie z różnymi źródłami informacji takie kraje jak Włochy czy Hiszpania wprowadziły pewne ograniczenia co do pacjentów z chorobą COVID-19. Lekarze muszą podejmować decyzje o tym, czy kierować chorego na oddział intensywnej terapii. Głównymi kryteriami są szanse na przeżycie, wiek i wartość społeczna. Jest prawdą, że zgodnie z opinią publiczną wartość społeczna ON jest niższa niż osoby zdrowej.

Nasz głos w dyskusji publicznej musi być słyszalny i stanowczy. Nikt za nas nic nie powie, nie ochroni naszych praw, nie będzie budował lepszych warunków. To jest nasza odpowiedzialność i obowiązek, a organizacje pozarządowe, do rozwoju których my możemy się przyczynić, tylko w wypadku naszej aktywności mogą nas godnie i efektywnie reprezentować zarówno na poziomie krajowym, jak i międzynarodowym.

Paczkomaty InPostu coraz bardziej rozwinięte i dostępne dla osób niewidomych

Piotr Malicki

Zamawianie zakupów przez Internet w dzisiejszych czasach odgrywa bardzo dużą rolę w handlu. W związku z tym coraz więcej sklepów decyduje się wprowadzać do swoich ofert możliwość kupienia wybranych produktów przez Internet i przesłania ich do nas za pomocą kuriera. Niestety problem z kurierami mam często taki, że nie ma mnie w domu gdy chcą mi dostarczyć zamówioną paczkę. W takim przypadku świetnym rozwiązaniem okazują się coraz bardziej popularne paczkomaty InPost.

Paczkomat, jak sama nazwa wskazuje, jest to urządzenie służące do przechowywania zamawianych paczek. W Polsce na ulicach stoi coraz więcej tego typu urządzeń i wszystkie działają w taki sam sposób. Każdy paczkomat ma dotykowy ekran, w którym osoby widzące mogą po wpisaniu numeru telefonu oraz kodu odbioru otworzyć skrytkę i odebrać swoje zamówienie z drzwiczek, w których ukryte są paczki.

Jeszcze kilka miesięcy temu osoby niewidome lub słabowidzące nie mogły same otworzyć naszej skrytki i wyjąć zamówienia, ponieważ ekran dotykowy nie był udźwiękowiony ani powiększony. Na szczęście firma InPost pomyślała o nas i w swojej aplikacji na

systemach iOS oraz Android dodała bardzo ważną funkcję: otwieranie zdalne skrytki. Za nim zaczniemy zamawiać produkty do paczkomatów, warto pobrać aplikację przy pomocy linków:

- Android – <https://play.google.com/store/apps/details?id=pl.inpost.inmobile>
- iOS – <https://apps.apple.com/pl/app/inpost-mobile/id1437787639?l=pl>

Podczas pierwszego uruchomienia aplikacji należy podać numer telefonu, który będziemy zawsze podawać przy zamówieniach w sklepach Internetowych. Dzięki temu, jeśli podczas wyboru sposobu transportu zamówionych produktów postawimy na dostawę z paczkomatów, to wszystkie zmiany w statusie zamówienia będą od razu widoczne w naszej aplikacji InPost. Po otrzymaniu na naszym smartfonie powiadomienia, że paczka została włożona do wybranego przez nas paczkomatu i jest gotowa do odbioru, należy udać się z telefonem do tego urządzenia. Po dotarciu trzeba ustawić się przed ekranem dotykowym, a następnie otworzyć aplikację InPost, wejść w numer naszego zamówienia dostępny na głównym ekranie aplikacji i kliknąć na opcję Otwórz skrytkę

zdalnie. Pojawi się pytanie, czy na pewno jesteśmy gotowi aby otworzyć naszą skrytkę? Jeśli wybierzemy, że jesteśmy gotowi, to po chwili usłyszymy dźwięk otwieranych drzwiczek z lewej lub prawej strony. W aplikacji InPost dostaniemy komunikat, że np. nasza paczka znajduje się w drugim rzędzie i drugiej kolumnie po prawej stronie od ekranu. Dzięki temu możemy dotykając przód urządzenia obliczyć to miejsce i znaleźć bez problemu lekko otwarte drzwiczki naszej skrytki. Jeśli przypadkowo zdarzy nam się, że zamkniemy je uderzając mocniej ręką, to nie ma się co martwić, ponieważ na ekranie naszego smartfona będziemy mieli opcję „Otwórz skrytkę ponownie”. Po wyjęciu paczki należy zamknąć drzwiczki i w aplikacji kliknąć opcję „Kończymy na dzisiaj”. W taki sposób możemy samodzielnie jako osoby niewidome lub słabowidzące odebrać każdą zamówioną paczkę.

Pewnie czytając wstęp do tego artykułu zastanawialiście się jaki ma ze sobą związek paczkomat i Allegro Smart. Otóż funkcja Smart w największym portalu zakupowym służy do oszczędności przy dostawie wybranych przez nas produktów. Aby aktywować tę funkcję w naszym koncie Allegro, musimy zapłacić określoną kwotę za wybrany czas darmowych dostaw. Do wyboru mamy subskrypcję miesięczną za 8,99 zł lub roczną za 49 zł. Jak widać, najbardziej opłaca się wykupić roczny abonament i cieszyć się bez obaw darmowymi dostawami. Oczywiście nie jest aż tak kolorowo, że od teraz wszystkie dostawy będziemy mieli darmowe. Aby tak było, musimy w naszych zamówieniach przekroczyć jeden z dwóch progów cenowych. Jeśli kupione produkty będą kosztowały ponad 40 zł, to należy nam się darmowa dostawa do paczkomatów i punktów odbioru Poczta, Żabka, Orlen, Ruch. W takim przypadku, gdy wybierzemy dostawę do paczkomatu, będziemy mogli ją bez problemu odebrać. Druga opcja to zamówić produkty za ponad 100 zł i wtedy możemy liczyć na darmową dostawę kurierem pod drzwi naszego mieszkania. W obu powyższych przypadkach jest to naprawdę dobra opcja, a posiadanie Allegro Smart pozwala zaoszczędzić nasze wydatki. Ja w ciągu dwóch miesięcy dzięki temu oszczędziłem 110 zł.

Jednak InPost w obecnym czasie wcale nie ma zamiaru trwać w bezruchu i zarabiać jedynie na swoich paczkomatach. Przez panującą pandemię właściciel firmy, Pan Rafał Brzoska, postanowił rozszerzać swoją ofertę. Dzięki temu, po pierwsze, w momencie kiedy zamówimy kilka produktów oddzielnie,

pakowanych u jednego sprzedającego, jeśli w wybranym paczkomacie będzie wolna odpowiednio duża skrytka, wszystkie paczki zostaną wrzucone do jednego schowka, tak zwanej Multiskrytki. Do tej pory każdy oddzielnie zapakowany produkt był wrzucany za oddzielne drzwiczki, co znacznie zwiększało czas ich odbierania. Po drugie, na ulice w Warszawie oraz Krakowie trafiły pierwsze Lodówkomaty. Jest to rozwiązanie bardzo podobne do paczkomatów, z tą różnicą, że posiada ono trzy zakresy temperatur: 18 stopni, od +4 do 0 stopni oraz -18 stopni. To wspierające urządzenie pozwoli na zamawianie zakupów spożywczych typu mrożonki, nabiał, mięso, wędliny, owoce czy warzywa i odebranie ich z Lodówkomatu w dowolnym, wygodnym dla nas momencie. Według mnie ten wynalazek będzie naprawdę innowacyjny i przełomowy. Po trzecie InPost wprowadził do swojej oferty tzw. Paczkoporty, które po zakupie będziemy mogli zamontować np. przy naszym domu na trawie. Dzięki temu, kiedy kurier nie zastanie nas w domu, wrzuci przesyłkę do skrzynki. Po czwarte firma InPost nawiązuje coraz więcej umów partnerskich i dzięki temu można między innymi zamawiać zakupy z hipermarketu Auchan Direct z dostawą, albo do Lodówkomatu, albo kurierem InPostu pod nasze drzwi.

Niestety brakuje jeszcze dostępności nadawania przesyłek i wrzucania ich do otwartej przez urządzenie skrytki, które osoby niewidome oraz słabowidzące mogą samodzielnie obsłużyć. Na szczęście z tego, co wiem, firma InPost pracuje nad tym rozwiązaniem i kto wie czy już niedługo nie będziemy mogli wysłać do kogoś przesyłki przy pomocy paczkomatu i wykorzystaniu aplikacji na naszym smartfonie.

Bardzo się cieszę, że polska firma zaczęła w końcu dbać o wszystkich użytkowników swoich rozwiązań. To bardzo ważne, aby wszystkie urządzenia, które nas otaczają, były dla osób z niepełnosprawnościami całkowicie dostępne.





Pies przewodnik i biała laska – czy to się nie gryzie?

Monika Łojba

Jakiś czas temu natrafiłam na jednej z grup Facebookowych na post pewnej kobiety, która opisała wydarzenie, z jakim miała styczność. Kobieta napisała, że z córką widziały osobę niewidomą idącą z psem przewodnikiem, ale bez białej laski. Kobieta wspomniała – „Córka myślała, że to pijany facet idzie z pięknym labradorem, ale jak się później okazało, była w błędzie”. Podsumowując swoją wypowiedź śmiało stwierdziła, iż osoby poruszające się same lub z psem przewodnikiem powinny zawsze używać białej laski lub mieć ją przy sobie, jako wyraźny znak i zarazem informację, że się nie widzi. Autorka posta zapytała użytkowników grupy o ich zdanie. Rozpętała się burza komentarzy trwająca co najmniej kilka dni.

Sprostowując kwestię poruszania się tylko i wyłącznie z białą laską – z tą umiejętnością i potrzebą nikt się nie rodzi. I mimo, że pewnie większość będzie twierdziła, że to nieodłączny element tego, aby osoba niewidoma czy bardzo słabo widząca była samodzielna i niezależna, to stanę w obronie tych, którzy w wyniku różnych indywidualnych sytuacji, albo przez utratę lub pogorszenie wzroku z jakiegoś powodu nie chcą lub wstydzą się z niej korzystać. Psycholodzy, rehabilitanci wzroku, nauczyciele orientacji

przestrzennej czy inni profesjonaliści w dziedzinie tyflopedagogiki mogą sobie mówić, jakie to ważne, że bezpieczne, że potrzebne... – ale nikt nikogo do niczego nie zmusi! Zakładam, że każdy z dysfunkcją wzroku doskwierającą mu na tyle, że porusza się samodzielnie z niepewnością, jest świadomy tego, jak bardzo biała laska mogłaby mu pomóc w radzeniu sobie z utrzymywaniem kierunku, wynajdywaniem czy omijaniem przeszkód i że sama w sobie byłaby znakiem, dzięki któremu ktoś inny mógłby mu pomóc, albo po prostu na niego uważać. Jednak sami muszą potrzebować czasu, a niektórzy może i nawet sytuacji lub bodźca, który nauczy ich, że korzystanie z laski jest dobre.

Mimo, iż spotkałam się z wieloma opiniami i ostrzeżeniami, to znam zaledwie jeden artykuł mówiący cokolwiek na temat poruszania się osoby z dysfunkcją wzroku z białą laską, a konkretniej o tym, że biała laska musi być widocznym znakiem. A brzmi on następująco:

„Art. 42. o ruchu drog.

Samodzielne poruszanie się po drodze niewidomego

Niewidomy podczas samodzielnego poruszania się po drodze jest obowiązany nieść białą laskę w sposób widoczny dla innych uczestników ruchu”.

Tak więc z nieprawnego punktu widzenia – biała laska ma być po prostu widoczna, ale nie ma mowy o jej używaniu w celu ułatwienia poruszania się. Mowa jest za to o samodzielnym poruszaniu się, a nie o poruszaniu się z przewodnikiem jako osobą, albo jako psem asystującym. Przewodnik (w rozumieniu – człowiek) jest „dodatkowymi” oczami prowadzonej osoby i to on odpowiada za jej bezpieczeństwo podczas poruszania się oraz pełni rolę ostrzegawczą i informacyjną odnośnie przeszkód czy otoczenia. Pies przewodnik natomiast nie opisze otoczenia, ale jest szkolony tak, aby omijać lub wskazywać przeszkody znajdujące się pod nogami i te, które znajdują się nad nim, na przykład znaki drogowe, skrzynki czy gałęzie. Także zatrzyma się przed przejściem dla pieszych, wskaże drzwi czy miejsce do siedzenia. Nigdzie w prawie nie istnieje jednak żadna informacja odnośnie poruszania się z psem przewodnikiem zamiennie z białą laską. Jest, owszem, osobny artykuł mówiący o prawach przysługujących psom asystującym z wyszczególnieniem psów przewodników pomagających osobom niewidomym oraz o obowiązujących dokumentach czy uprząży, jednak nigdzie nie można znaleźć informacji o równoznaczności tejże uprząży, czyli tak zwanych szerek, z białą laską.

Napisałam w tej sprawie z zapytaniem do dwóch fundacji zajmujących się szkoleniem psów przewodników: „Vis Maior” we współpracy z fundacją „Pies przewodnik” z Warszawy (która wyszkoliła także mojego psa) oraz „Labrador” z Poznania. Nikt z fundacji „Labrador” nie odezwał się z odpowiedzią, jednak wystarczającą otrzymałam z „Vis Maiora”. Moje pytanie dotyczyło wizji i założeń trenerów i pracowników fundacji na temat poruszania się z psem przewodnikiem z wykluczeniem białej laski, albo wciąż przy jej użyciu oraz o takim samym znaczeniu prawnym informacji o psich szorkach, jak widocznej laski. Otrzymałam odpowiedź, że celem trenerów jest wyszkolenie psów w taki sposób, a następnie praca z ich potencjalnymi posiadaczami, aby mogli ze swoimi czworonogami poruszać się bez białej laski, polegając jedynie na umiejętnościach psów, swoim zaufaniu, a za punkt do wyczuwania i odbierania informacji mieć przeznaczone i odpowiednio zaprojektowane szorki zastępujące funkcje laski. Poza tym pies może zajmować jedną lub dwie ręce, gdyż w lewej na pewno trzyma się uprząż,

a smycz, w zależności od wyszkolenia czy poczucia bezpieczeństwa przez jego posiadacza, może pozostać w tej samej ręce lub w drugiej. W założeniu jednak druga ręka pozostaje wolna, aby móc złapać się poręczy, wyczuć otoczenie, podtrzymać się lub po prostu nieść zakupy. W kwestii prawnej natomiast dowiedziałam się, że faktycznie szorki lub sama informacja na nich nie jest uwzględniona ani na równi z laską, ani w ogóle. Fundacja Vis Maior walczy o zmianę ustawy tak, aby uwzględnić element uprząży również jako znak widoczny i informacyjny, mówiący o przeznaczeniu psa i o tym, że porusza się z nim osoba z dysfunkcją wzroku.

Wracając jednak do komentarzy członków grupy, zdania odnośnie poruszania się jednocześnie z psem i laską były podzielone. Znaleźli się zwolennicy poruszania się z jednym i z drugim, jednak nikt jasno nie napisał, że sam porusza się właśnie w ten sposób.

Niektórzy opowiadali się za tym, aby laska była niekoniecznie używana, za to przynajmniej widoczna. Chyba najwięcej komentarzy pojawiło się w formie krytycznej: idąc z psem trzymany w jednej ręce i laską w drugiej, nie miałoby jak chwycić się poręczy,





nieść torebki, zakupów czy telefonu, np. podczas korzystania z GPS. Oczywiście pojawiła się propozycja „przerzucenia się” na plecak, jednak natychmiast została zanegowana. Posiadacze, a szczególnie posiadaczki psów przewodników, nie będą zmieniać swojego stylu bądź komfortu, dostosowując się pod czyjś wymóg na rzecz pokazania symboli swojej niepełnosprawności.

Jest jeszcze inny aspekt. Długi, stukający kij, ruszający się przed pyskiem psa byłby czynnikiem rozpraszającym i stresującym. Owszem, pies może się przyzwyczaić i ten kij stanie się dla niego obiektem tak nieistotnym, jak przesuwające się przed oczami kierowcy wycieraczki na przedniej szybie samochodu. Z tym, że jednak wycieraczki nie zmienia nagle biegu czy nie robią nam krzywdy, a laską można niechcący uderzyć psa, a tym samym go rozproszyć i zdekoncentrować. Należy jeszcze pamiętać, że psa za wykonywaną pracę trzeba nagradzać, a trzymanie w ręku laska może utrudnić lub spowolnić tę czynność. Wszystko składa się więc na to, że to tylko zbędny element i lepiej byłoby zdecydować się na używanie jednego bądź drugiego.

W komentarzach doszukałam się także kilku wzmianek odnośnie prawa, w którym jest jaśniej opisana rola psa przewodnika i jego oznaczenia – niestety taki artykuł nie istnieje. Paradoksalnie dziwi mnie fakt, że funkcjonowanie w świecie psów asystujących, w tym też przewodników, nie jest niczym nowym, a prawo wciąż nie uwzględnia oznaczeń na uprząży jako wystarczająco widocznych znaków zastępujących białą laskę.

Zastanawiająca jest jeszcze część analizowanego przeze mnie posta, w której kobieta pisze, że jej córka uznała pana z psem za pijanego. W tej kwestii również pojawił się dość srogi komentarz, że nie powinno się obserwować osób z niepełnosprawnością jakby były „cyrkowymi małpami”. Czy też inny, że „najlepiej byłoby oczekiwać od osób z niepełnosprawnościami, aby wykrzykiwały swoje niepełnosprawności ostrzegając przed nimi wszystkich w pobliżu”. Niestety nie ma reguły, że osoby niewidome czy słabowidzące mają bardziej ograniczone i powtarzalne ścieżki, które znają i poruszają się po nich pewnie i swobodnie, a tym bardziej, że wszystkie drogi są proste i równe. Raczej dzisiejsze spojrzenie na osoby z niepełnosprawnością polega na tym, aby dawać im więcej perspektyw i aby one mogły poczuć się bardziej komfortowo, korzystać ze wszystkich miejsc w równym stopniu i brać udział w coraz większej liczbie wydarzeń. Padła też dobra sugestia, żeby zamiast komentować czy oceniać, po prostu podejść do człowieka i zapytać czy nie potrzebuje pomocy, ponieważ może jego niepewny czy kręty chód faktycznie wskazywać na jakieś jego zagubienie czy inny problem.

Uważam, że czas najwyższy w końcu zrozumieć znaczenie psów przewodników i umieć uznać je za należące do tej samej, ważnej kategorii psów asystujących, a tym samym pracujących dla ludzi i postawienie ich oznaczeń jako symboli równych znaczeniu białej laski oraz nienarzucaniu obowiązku posiadania laski jako pierwszorzędного i transparentnego oznaczenia osoby niewidomej. Nie każdy posiadacz orzeczenia o znacznym stopniu wymaga poruszania się z białą laską, a więc nie powinna być ona obowiązkiem, albo przynajmniej osoba ta powinna być świadoma ponoszonej za jej brak odpowiedzialności w razie jakiegoś, ewentualnego incydentu. Tym samym popieram działania przedstawicieli fundacji Vis Maior i mocno trzymam kciuki za powodzenie i dobry rezultat sprawy w kwestii starania się o prawne uznanie oznaczeń na uprząży psa przewodnika.



Nauka zdalna – szanse, możliwości i wyzwania

Karolina Anna Kasprzak

Do napisania tego artykułu zainspirowała mnie publikacja pod redakcją prof. dr hab. Jacka Pyżalskiego z Wydziału Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Pozycja wydawnicza nosi tytuł: „Edukacja w czasach pandemii wirusa COVID-19”. Jest dostępna w formie e-booka, do pobrania na urządzenia mobilne. Autorzy wyjaśniają jak mądrze prowadzić edukację zdalną i jakich narzędzi używać, aby przyniosła oczekiwany rezultat.

Zdobywanie wiedzy na odległość

Kilkadziesiąt, a nawet kilkanaście lat temu słowo „edukacja” kojarzyło się wyłącznie ze szkolną ławką, w której uczeń siedział wraz z koleżanką lub kolegą albo samotnie. Nauczyciel przekazywał wiedzę w sali lekcyjnej, a dzieci uczyły się w domu z podręczników. Dzisiaj mamy do dyspozycji cały wachlarz narzędzi i pomocy dydaktycznych, w tym do nauczania na odległość. Parę miesięcy temu nauczyciele i rodzice nie wyobrażali sobie nauki własnych dzieci bez chodzenia do szkoły. Niestety, pandemia koronawirusa

zmusiła społeczeństwo nie tylko do rezygnacji z rozmaitych rozrywek, ale również do edukacji domowej. Jak w nowej rzeczywistości odnajdują się osoby z niepełnosprawnościami, szczególnie z dysfunkcjami narządu wzroku?

Nie jest łatwo – przyznaje matka niewidomej uczennicy liceum, która prosi o anonimowość. Bez mojej pomocy, bez fizycznej obecności nauczyciela, córka nie dałaby sobie rady. Nie wszystkie platformy edukacyjne są dostosowane do potrzeb uczniów słabowidzących i niewidomych. Poświęcam jej wiele czasu. Razem rozwiązujemy zadania, powtarzamy przerobiony wcześniej materiał, przygotowujemy się do wirtualnych sprawdzianów. Niedługo wakacje, więc nareszcie będziemy mogli odpocząć.

W murach Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych im. Synów Pułku w Owińskach w województwie wielkopolskim do niedawna trwał gwar. Internat pełen był dzieci i młodzieży. Każdego roku pod koniec marca odbywały się w tej placówce „Drzwi Otwarte”, czyli wydarzenie mające na celu zapoznanie kandydatów do kształcenia oraz ich rodziców z ofertą edukacyjną Ośrodka.



W tym roku – z wiadomego powodu – gmach Ośrodka, a także funkcjonujący na jego terenie Park Orientacji Przestrzennej, zamknęły się dla odwiedzających. Uczniowie wyjechali do domów, do rodzinnych miejscowości, często znacznie oddalonych od siedziby Ośrodka. Podobnie sprawa wygląda w pozostałych placówkach edukacyjnych zajmujących się kształceniem osób z dysfunkcjami narządu wzroku. Nietrudno zauważyć, że uczniowie z niepełnosprawnościami ponoszą dotkliwe konsekwencje pandemii. Ale nie tylko oni.

Stan epidemii postawił przed nauczycielami wyzwanie. Jak organizować edukację na odległość i jak oceniać postępy uczniów w nauce bez spotkań „twarzą w twarz”? Czy da się prowadzić wirtualne lekcje z uczniami posiadającymi orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu znacznym? Okazało się, że niezależnie, czy uczeń jest w pełni sprawny czy nie, w proces edukacji zdalnej zaangażowani być muszą rodzice bądź opiekunowie. Trzeba mieć na uwadze, że w odniesieniu do nauki na odległość uczniów z niepełnosprawnością intelektualną i/lub niepełnosprawnościami sprzężonymi zajęcia lekcyjne sprowadzają się do przekazywania rodzicom materiałów

dydaktycznych i informacji, w jaki sposób mogą być one realizowane przez ucznia w domu. Trudno wymagać od ucznia z niepełnosprawnością intelektualną sprawnej obsługi komputera. Według mojej wiedzy nie stworzono dotąd platform e-learningowych, które mogłyby zastąpić nauczyciela w pracy z dziećmi ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.

Jeden komputer na całą rodzinę

Cyfryzacja postępuje. Nasza wiedza z zakresu nowinek technologicznych rośnie w zaskakującym tempie. Niemal wszyscy Polacy posiadają dostęp do Internetu. Piszę „niemal”, bo są w naszym kraju ludzie, którzy z niego korzystać nie mogą. Osoby wykluczone cyfrowo z powodu ubóstwa, bo o takich mowa, w dobie pandemii skazane są na brak dostępu do edukacji i pracy na odległość, możliwości zdalnego załatwiania spraw urzędowych, komunikowania się on-line z bliskimi i przyjaciółmi, robienia zakupów. Nie każdy uczeń posiada własny komputer z wbudowaną kamerą i dostępem do Internetu. Są rodziny, w których jest tylko jedno urządzenie do dyspozycji kilku osób. Edukację zdalną uczniów utrudniają też niekorzystne warunki domowe, spowodowane nadużywaniem alkoholu przez rodzica lub rodziców. Z domu pełnego negatywnych, bolesnych emocji, nie sposób uciec. Było to niemożliwe w czasie obowiązującej restrykcji dotyczącej samodzielnego poruszania się osób poniżej 18 roku życia. Choć zakaz został zniesiony, wielu nastolatków – także z niepełnosprawnościami – zмага się z poczuciem izolacji, osamotnienia oraz braku odpowiedniego wsparcia w edukacji ze strony najbliższych.

A dzieci z domów dziecka? Placówki opiekuńczo-wychowawcze i rodziny zastępcze na początku kwietnia tego roku zasygnalizowały brak sprzętu komputerowego do edukacji zdalnej: jeden komputer przypadał na kilkunastu wychowanków domów dziecka. Sytuacja nieco poprawiła się dzięki zbiórce przeprowadzonej przez portal domydziecka.org, jednak wciąż sprzętu brakuje. Czasem jakiś wychowanek otrzyma od darczyńcy używany laptop lub komputer stacjonarny, ale to „kropla w morzu potrzeb”. O dośkwierającym braku bliskości rodziców nie wspomnę.

Problemy edukacji zdalnej nie sprowadzają się wyłącznie do deficytu narzędzia jej służącego. W małych miasteczkach i na wsiach jakość połączenia internetowego często pozostawia wiele do życzenia. Aplikacje i platformy służące zdalnemu nauczaniu

nie zawsze funkcjonują prawidłowo lub ich użytkowanie generuje koszty. 4 maja bieżącego roku na stronie dobreprogramy.pl opublikowana została informacja dotycząca zdalnego nauczania w jednym z liceów ogólnokształcących w Piasecznie. Aplikacja Google Classroom, z której korzystali uczniowie tej placówki edukacyjnej, nakładała konieczność kliknięcia w link przed dołączeniem do spotkania video lub wykonania połączenia telefonicznego na podany w wiadomości numer. Niestety, nauczyciele nie poinformowali uczniów, że wykonanie takiego połączenia (dodajmy zagranicznego) oznacza niemałe koszty połączenia. W opłacie mieściło się bowiem nie tylko samo logowanie, ale też czas trwania owej video-rozmowy. Koszty musieli ponieść rzecz jasna rodzice – w większości przypadków było to kilkaset złotych miesięcznie.

Nie każdy uczeń jest w stanie samodzielnie opłacać wiedzę bez rzeczywistego kontaktu z nauczycielem. Są osoby wymagające indywidualnego, dostosowanego do potrzeb, stylu uczenia się i poszerzania kompetencji cyfrowych. Trudności w edukacji zdalnej dotyczą również studentów na uczelniach wyższych. Przed epidemią nie mieli oni styczności z kształceniem na odległość, więc wszelkie zdalne konsultacje, e-laboratoria, wykłady w formie video, a także mnóstwo materiałów elektronicznych do samodzielnej nauki wywołują chaos, którego nie sposób ogarnąć, a który utrudnia koncentrację na tym, co najważniejsze, czyli na nauce.

Problemy osób z autyzmem w dobie pandemii

W chwili pisania tego artykułu nagłośniono również problemy osób ze spektrum autyzmu w dobie pandemii. Czytelnikom nieznanym tego zagadnienia wyjaśnię, że autyzm jest zaburzeniem okresu rozwojowego. Nie jest chorobą, ale zaburzeniem funkcjonowania mózgu przejawiającym się zakłóceniami zdolności komunikowania uczuć i budowania relacji interpersonalnych, zubożeniem i stereotypowością zachowań oraz trudnościami z integracją wrażeń zmysłowych. Autyzm nazywany jest także zespołem Kanner'a, od nazwiska lekarza Leo Kanner'a, który w 1943 roku opisał po raz pierwszy grupę dzieci, u których – jak podaje Wikipedia – po krótkim okresie prawidłowego rozwoju nastąpiło zerwanie komunikacji z otoczeniem oraz wycofanie się ich ku

Edukacja zdalna nie powinna się sprowadzać wyłącznie do sztywnego, schematycznego przekazywania wiedzy założonej w programie, ale winna obejmować także działania o charakterze wspierającym, ukierunkowanym na wzmacnianie i ulepszanie relacji międzyludzkich, zwłaszcza relacji nauczyciel – uczeń oraz nauczyciel – rodzina ucznia.

świata wewnętrznych przeżyć przy towarzyszącej potrzebie niezmienności otoczenia oraz ograniczeniu i wybiórczości zainteresowań.

Stan epidemii w Polsce spowodował nie tylko zamknięcie szkół i uczelni wyższych, ale także placówek rehabilitacyjno-terapeutycznych, między innymi dla osób z autyzmem i współwystępującą niepełnosprawnością intelektualną. Pobyt w tego typu placówkach daje możliwość edukacji, terapii i społecznej rehabilitacji. Rodziny osób ze spektrum autyzmu znalazły się w trudnej, żeby nie powiedzieć dramatycznej sytuacji, spowodowanej nakazaną izolacją. Siedzenie w domu powoduje u osób z autyzmem regres rozwojowy. Przyzwyczajone do rutyny niekorzystnie reagują na wszelkie zmiany w codziennym funkcjonowaniu. Jeśli osoba z autyzmem trafi do szpitala bez opiekuna, który na co dzień się nią zajmuje, narażona będzie na cierpienie, bo personel medyczny na ogół nie zna zagadnienia autyzmu i nie wie jak docierać do osób ze spektrum oraz jak się nimi zajmować. Od 4 maja wznowione zostały zabiegi rehabilitacyjne, co jest ogromnie istotne dla osób z różnego rodzaju schorzeniami wymagającymi systematycznej i ciągłej rehabilitacji.

Wyzwania i rozwiązania dla edukacji zdalnej

Być może doczekamy kiedyś czasów, kiedy system zdalnego nauczania usprawniony zostanie w takim stopniu, że dostęp do tej formy nauki będzie mógł mieć każdy – bez względu na rodzaj i stopień niepełnosprawności, wiek, sytuację ekonomiczną czy położenie geograficzne. Może uda się stworzyć unikatowy program poszerzania kompetencji informatycznych osób zagrożonych ubóstwem i z tego powodu narażonych na wykluczenie cyfrowe przez dostarczenie im (na stałe, bez obowiązku zwrotu) bezpłatnych narzędzi jak laptop, tablet czy smartfon. Nie każdy, kto musi lub zamierza kształcić się zdalnie

posiada słuchawki z mikrofonem, łączy o odpowiedniej szybkości (światłowod) czy kamerę do rozmów video. Edukacja zdalna w Polsce dopiero raczkuje – wiedzę uzupełnianą o praktyczne doświadczenia w tym temacie zdobywają uczniowie, nauczyciele i rodzice. Także studenci uczelni wyższych, czyli osoby dorosłe, które są już aktywne zawodowo, wychowują dzieci i wygospodarowanie czasu na naukę w domu w ich przypadku jest o wiele trudniejsze.

W publikacji pod redakcją prof. Jacka Pyżalskiego znajdują się przydatne dla nauczycieli i rodziców wskazówki na temat realizacji edukacji zdalnej jako jedynego dostępnego sposobu prowadzenia działań edukacyjnych w sytuacji epidemii. Wcześniej była ona wyborem – w dobie pandemii stała się koniecznością. Zdobywanie wiedzy, co podkreśla Marek Kaczmarzyk w swoim artykule pt. „Neurobiologiczny kontekst edukacji zdalnej”, utrudnia, a czasem wręcz uniemożliwia narastające poczucie zagrożenia będące silnym stresorem. Owe poczucie zagrożenia wywołuje stany układu nerwowego przeciwne do stanów sprzyjających aktywności poznawczej, motywacji oraz rozwijaniu indywidualnych zainteresowań i pasji.

Edukacja zdalna nie powinna się sprowadzać wyłącznie do sztywnego, schematycznego przekazywania wiedzy założonej w programie, ale winna obejmować także działania o charakterze wspierającym, ukierunkowanym na wzmacnianie i ulepszanie relacji międzyludzkich, zwłaszcza relacji nauczyciel – uczeń oraz nauczyciel – rodzina ucznia. W sytuacji braku kontaktu „twarz w twarz” łatwo o utratę tychże relacji. Realizacja programu dydaktycznego w formie nauki na odległość nie może też sprowadzać się wyłącznie do przekazywania najważniejszych informacji dotyczących obsługi platformy czy aplikacji mobilnej. Musi iść w parze z kompleksowym wsparciem, ukierunkowanym na indywidualne potrzeby ucznia i rodziny wspierającej jego proces edukacji. Nauczanie to również wychowywanie. Pozytywnym wdrożenia edukacji zdalnej do polskiego systemu oświaty jest fakt, że zaczęliśmy przecierać szlaki w temacie wiedzy co do wykorzystywania technologii w komunikowaniu się, pracy i nauce, a także w innych sferach naszego życia. Po kilku miesiącach uczestnictwa w życiu on-line, bez wątpienia jesteśmy bogatsi o nowe doświadczenia, refleksje, także o świadomość możliwości jakie daje technologia i w jak znaczącym stopniu ułatwia życie.





Felieton skrajnie subiektywny

Migawki z epidemii

Elżbieta Gutowska-Skowron

Czas epidemii SARS-CoV-2 bardzo zmienił nasze życie. Przy tej dolegliwej sposobności okazało się, jak duże są zdolności przystosowawcze gatunku ludzkiego. Od dawna, na szczęście, nie mieliśmy okazji, by to sprawdzić w skali globalnej. Minęło kilkadziesiąt lat bez wojen światowych, plag i pandemii. Wszystko zmieniło się za sprawą COVID-19. Przyjrzę się dziś jednej tylko rodzinie. Na jej przykładzie widać całe spektrum problemów w dobie izolacji spowodowanej przez koronawirusa.

27-letnia Paulina kilka dni temu wróciła z zagranicy po zakończeniu pracy na kontrakcie. Nie zabrała do Belgii prywatnego samochodu, więc czekała ją niełatwa operacja załatwienia sobie powrotnego transportu. Przelot samolotem – nierealny, transport lotniczy zawieszony, najbliższy lot w lipcu. BlaBlaCar odpadł w przedbiegach – wszystkie przejazdy na najbliższe dni zajęte, pozostała firma transportowa i przejazd dość niewygodnym bussem za 350 zł. Na granicy Paulina wypełniła deklarację, w której między innymi

podała miejsce czternastodniowej, obowiązkowej kwarantanny. Wybrała domek letniskowy rodziców, by w miarę możliwości nie kontaktować się z nikim.

Została poinformowana SMS-em, że powinna bezwzględnie zainstalować aplikację Kwarantanna domowa. Problem w tym, że kilka dni przed wyjazdem z Belgii zgubiła smartfona. Pozostał jej starożytny telefon bez obsługi Internetu. Wpadła w panikę, że przyjdzie jej zapłacić grzywnę za niespełnienie wymogu, ale po sprawdzeniu okazało się, że ten, kto nie ma możliwości zainstalowania aplikacji powinien zgłosić ten fakt pod specjalny numer telefonu lub wypełnić deklarację i przekazać ją policjantom, którzy odwiedzą osobę poddaną kwarantannie.

Kompetentny i sympatyczny urzędnik Sanepidu przyjął telefonicznie zgłoszenie Pauliny, iż nie może zainstalować aplikacji i zapytał czy życzy sobie porozmawiać z psychologiem. Odpowiedziała przecząco. Urzędnik poinformował, że w każdej chwili może skorzystać z pomocy psychologicznej, dzwoniąc pod ten sam numer telefonu.

Następnego dnia rano odwiedzili Paulinę dwaj policjanci, deklarując daleko idącą pomoc, włącznie z zakupami, jeśli miałyby z tym jakieś problemy. Podziękowała i poinformowała, że żywność dostarczy jej ojciec. Odtąd policjanci odwiedzali Paulinę raz, dwa razy dziennie. Za każdym razem pytali jak się czuje i czy potrzebuje jakiejś pomocy lub wsparcia. Paulina przez cały okres kwarantanny wykonywała pracę zdalną. Bardzo doskwierała jej samotność.

32-letni Rafał, brat Pauliny, informatyk pracujący na umowie o dzieło, został oddelegowany przez swoją firmę do zdalnej pracy w domu. W miarę upływu czasu obowiązków było coraz mniej, Rafał trochę się niepokoił i coraz bardziej się nudził. Pewnego dnia otrzymał informację, że firma z powodu długiego przestoju ma problemy i jest zmuszona zakończyć z nim współpracę.

Na rodziców Rafała padł blady strach, bo przecież utrata pracy w takim czasie to katastrofa, zważywszy na rosnące bezrobocie. Rafał podszedł do sprawy spokojnie – kilka dni wertował ogłoszenia i spośród dość licznych ofert wybrał trzy. Jedna z nich w państwowej instytucji, dwie w korporacjach. Wysłał swoje oferty i czekał. Czas oczekiwania umilał sobie szlifowaniem kompetencji informatycznych podczas wykonywania zlecenia z zaprzyjaźnionej firmy. Któregoś wieczoru Rafał zasiadł z żoną na kanapie, by oglądać internetową transmisję premierowej opery. Oboje ubrani w stroje wieczorowe – żona w zjawiskowej, czarnej sukni do kostek, on w smokingu. Selfie rozesłali rodzinie i przyjaciółom. Ot, specyficzny czas pandemii.

Po kilku dniach Rafał otrzymał informację zwrotną od jednej z firm. Rozmowa kwalifikacyjna odbyła się za pośrednictwem komunikatora. Wynegocjował doskonałą płacę, lepszą niż ta, którą osiągnął w poprzedniej firmie i oczekiwał na rozpoczęcie pracy.

57-letnia Maria, matka Pauliny i Rafała, trafiła do jednego z warszawskich szpitali tuż przed ogłoszeniem przez Radę Ministrów zasad izolacji. Mąż zdążył ją odwiedzić i dostarczyć niezbędne rzeczy tuż przed wprowadzeniem obostrzeń związanych z pandemią. W dniu wejścia w życie restrykcji odwiedziny pacjentów w szpitalu nie były już możliwe. Paczki były przekazywane przez drzwi i odbierane na dole przez niższy personel medyczny, następnie przekazywane pacjentom na oddziałach. W czasie długiego pobytu Marii w szpitalu zmieniały się zasady bezpieczeństwa

sanitarnego. Początkowo personel medyczny obsługiwał pacjentów w maseczkach i jednorazowych rękawiczkach. Na tym etapie można było opuszczać sale chorych i spacerować po korytarzu.

Warunki zmieniły się diametralnie wskutek rosnącej liczby zachorowań na COVID-19, jeszcze przed wprowadzeniem rozporządzenia Rady Ministrów z 26 kwietnia 2020, zmieniającego rozporządzenie w sprawie ustanowienia określonych ograniczeń, nakazów i zakazów w związku z wystąpieniem stanu epidemii. Personel medyczny został wyposażony w kombinezony ochronne i przyłbice, nadal obowiązkowe były ponadto maseczki jednorazowe i rękawice. Pacjenci otrzymali zakaz opuszczania sal chorych, co oznaczało koniec spacerów po korytarzu. Jedyny wyjątek stanowiło opuszczanie sal w asyście średniego personelu medycznego, w celu udania się na badania diagnostyczne czy opatrunki. W trakcie pobytu w szpitalu dwukrotnie wykonano Marii test na obecność COVID-19. Raz w środku miesięcznego pobytu w szpitalu, drugi raz pod koniec. Oba testy dały wynik negatywny.

To był dla Marii trudny czas uwięzienia w pokoju i dojmującej monotonii. Kilka kroków wykonanych na niewielkiej przestrzeni, oglądanie telewizji i rozmowy telefoniczne stanowiły jedyną rozrywkę.

58-letni Jan, mąż Marii, ojciec Pauliny i Rafała, w trakcie epidemii pracował w systemie przemienym – tydzień pracy zdalnej i tydzień pracy w firmie. I to on najmniej narzekał na restrykcje, pomimo dodatkowych obciążeń w postaci wizyt pod szpitalem i zapewniania aprowizacji Paulinie, odciętej od świata podczas kwarantanny.

Czas obostrzeń powoli dobiega końca. Odmrażane są kolejne działy gospodarki. Kiedy piszę te słowa pojawiają się właśnie informacje o wznowieniu od początku czerwca przelotów na trasach krajowych i o wznowieniu od 14 czerwca lotów międzynarodowych. Świat powoli budzi się do życia. Czy znów będzie musiał zasnąć jesienią, podczas zapowiadanej, nowej fali zachorowań na COVID-19? Czas pokaże.



Połową oka

Co chcemy powiedzieć nowemu prezydentowi?

Agata Sierota

Przyznam, że dawniej nie interesowałam się polityką. Każdy ma prawo do swoich przekonań i zniechęcało mnie, że zwolennicy konkretnych poglądów politycznych byli zazwyczaj skrajnie negatywnie nastawieni do strony przeciwnej. Kiedy na zajęcia ze studentami politologii analizowałam debaty i wywiady z politykami, patrzyłam jak książkowe zasady opartej na wzajemnym szacunku komunikacji nie mają tu zastosowania.

Sytuacja niewidomych w Polsce – refleksje Krystyny

Przed wyborami rozmawiałam któregoś słonecznego popołudnia z 46-letnią niewidomą Krystyną. Zapadło mi w pamięć wiele jej słów, które i mnie były bliskie. Postanowiłam więc, za jej zgodą, zapisać fragmenty naszej rozmowy:

„Nie jestem za żadną partią. Śledzę, co się dzieje z sytuacją osób niewidomych. Prezydenci się zmieniają, a dopiero od 2009 roku zaczęło się mówić, że nie jesteśmy jednak obywatelami drugiej kategorii, którym nie przysługuje poufność wyborów. Jaki to problem, że przyjdę z kimś zaufanym. A jeśli nie mam takiej osoby? A jeśli po prostu chcę, by dołożono

starań, bym poczuła się jak obywatel Polski o takich samych prawach? W wielu krajach już dawno temu pomyślano i zadbano, by niepełnosprawni nie czuli się marginalną grupą wyborców. Oczywiście są minusy również i zagranicznych rozwiązań, ale tam większej ilości tych rozwiązań się próbuje.

Perturbacje z udziałem w wyborach osób niewidomych

W 2009 dokonano więc zapisu w polskich dokumentach, że prawo do bezpośredniego głosowania mamy. Co dalej? Za duże koszty druku kart dla nas i już zapis wycofany. Potem wybory z nakładkami brajlowskimi, a w 2015 problem od nowa: za duży wydatek, problem, że karty w formie książeczek, że faworyzacja partii umieszczonej na pierwszej stronie... itd. Ciśnie mi się do głowy takie dziwne retoryczne pytanie: A gdyby prezydent był osobą niewidomą, jak wyglądałaby sprawa głosowania? Każdy prezydent: bezpartyjny, partyjny, podświadomie zwraca szczególną uwagę na interesy, które jego dotyczą bezpośrednio. To naturalne. Czy niewidomy dbałby szczególnie o swoich wyborców? Na pewno. Czy nie dbałby o widzących wyborców? Kto wie? Gdyby była ich zdecydowana mniejszość...

Pomimo perturbacji jednak dalej po 2015 były finansowane nakładki, umożliwiające głosowanie osobom niewidomym, ale nie raz trzeba było czekać, by „poszli i ją znaleźli”. A jak będzie teraz?

Skończmy z działaniami „na pokaz”

Przykre to, ale nasuwa mi się nieodparte wrażenie, że wiele rzeczy robi się w stosunku do osób grupy niewidomych „na pokaz”: że coś już jest, że się o nas przecież myśli. Ale jakie są efekty tego myślenia? Projekty realizujące nieprzydatne dla niewidomych efekty, dofinansowania nie do końca dostosowane do potrzeb. Widzę i zmiany w dobrym kierunku. Powstało wiele wspaniałych inicjatyw dla niepełnosprawnych. Staram się być sprawiedliwa, choć prawda jest taka, że żale zawsze wypływają na wierzch. Pewnie z perspektywy fotela pewne rzeczy wydają mi się proste i oczywiste. Czy jednak przed podejmowaniem inicjatyw w stosunku do niewidomych nie należałoby w większym stopniu brać pod uwagę realnych potrzeb środowiska? Zbyt dużo zachodu dla tak małej grupy? Pewnie tak...

Krystyna do prezydenta...

Co bym chciała powiedzieć prezydentowi nowej kadencji? Wyobrażam sobie, że nie jest łatwo pełnić taką funkcję. Jednak ubieganie się o tę pozycję do czegoś zobowiązuje. To trudne „znaleźć się w cudzych butach”, umieć patrzeć na sytuację niepełnosprawnych, wielodzietnych rodzin, przedsiębiorców małych firm czy osób zamieszkujących obszary wiejskie. Potrzebne są, moim zdaniem, nieustanne konsultacje społeczne ze środowiskami, nie na pokaz, nie – bo tak trzeba. Brakuje realnego wsłuchania się w potrzeby grup społecznych i dopiero po tym podejmowanie decyzji, które i w jakiej kolejności można zrealizować. Piękne są i potrzebne spektakularne próby wczuwania się w świat osób niewidomych, jak wizyta Pierwszej Damy w restauracji prowadzonej przez osoby niewidome, ale ważniejsze jest, co to za sobą pociąga. Takie gesty są bardzo ważne, bo podkreślają wagę empatii, ale za tym muszą iść konkrety”.

Jak budować empatię w sejmie?

Zgadzam się z Krystyną, że konkrety są bardzo ważne, a konkretów nie ma bez zrozumienia sytuacji. Osobiście poruszyła mnie rozmowa z panem Markiem Kalbarczykiem, który opowiadał mi o swoim



wystąpieniu w sejmie. Na początku bardzo prosto starał się wprowadzić słuchaczy w swój świat: jak to jest, gdy jesteś w nowym miejscu, nie wiesz dokładnie co masz przed sobą, za sobą, gdzie są drzwi wyjściowe z tej wielkiej sali... Poruszający obraz, który mam nadzieję, choć niektórym do tej pory pozostał w pamięci.

Czy empatia jest trudna?

Pisałam o empatii w swojej pracy magisterskiej. Chyba od zawsze fascynowało mnie, jak różnie osoby postrzegają świat w zależności od płci, wieku, sytuacji życiowej i zdrowotnej. Dla mnie empatia jest podstawą tolerancji. Jeśli potrafimy wczuć się w sytuację i poglądy osoby bardzo różniącej się od nas, mamy szansę zaakceptować tę odmiennność. Daje to też możliwość realnej oceny, bez negatywnych nastawień do odmiennych stanowisk czy poglądów. Czy nie jest tak, że osoby o skrajnych poglądach politycznych czy religijnych nie potrafią często dostrzec niczego dobrego po tzw. „drugiej stronie”?

„Czarno-białe” postrzeganie świata

Prawda jest taka, że większość naszych zachowań, opinii, decyzji jest powiązanych z poczuciem naszej wartości. Robimy wszystko, by wartość tę zachować i odczuwamy niepokój, gdy jest ona zagrożona. Dla psychologów jest oczywiste, że postrzeganie „czarno-białe” świata wynika zazwyczaj (pomijając psychiczne stany chorobowe, np. choroby afektywne) z chęci utrzymania niepewnego lub niskiego poczucia wartości oraz sztywności myślenia. Wiele osób głoszących swoje poglądy w kategoriach: „my wszystko dobrze, oni wszystko źle” tak naprawdę pokazuje swoją słabość. Taka postawa doprowadza do tego, że nie jesteśmy w stanie współpracować, ani korzystać z doświadczeń osób o odmiennych poglądach.

Tolerancja to nie przyzwolenie

Empatii i tolerancji nie należy mylić z potocznie rozumianą akceptacją, czyli przyzwoleniem. Tolerancja też często błędnie rozumiana jest jako obojętność wg negatywnych zachowań. Chodzi tu raczej o przyzwolenie na inność, zaakceptowanie możliwości jej istnienia, bez natychmiastowej potrzeby „zniszczenia wroga”. To nie oznacza, że my tych „innych” zachowań nie mamy prawa oceniać negatywnie. Mamy, ale będąc tolerancyjnymi jesteśmy w stanie dostrzec motywy takich zachowań, a czasem dostrzec w nich także element pozytywny, jeśli on występuje.

Czy chciałabym być prezydentem?

Nie, nie mam takich kompetencji ani predyspozycji, choć potrafię kontakt z osobami o przeciwnych poglądach traktować jako ciekawe i nie zagrażające mi doświadczenie. Nie mam też potrzeby przekonywać nikogo do swoich poglądów. Każdy ma prawo do swojej opinii. Tak żyje się łatwiej i spokojniej. Niestety prezydent podejmując różne decyzje nie ma tak komfortowej sytuacji.

Do mojego prezydenta

Gdybym miała zwrócić się od siebie, życzyłabym mu bezstronności, uczciwości, realnej oceny ludzi i zdarzeń. Oceny nie skażonej własnym interesem, powiązaniami ze znaczącymi osobami, uprzedzeniami: politycznymi, religijnymi czy rasowymi.

Bajka o królu

Na koniec bajka o królu, którą w dzieciństwie opowiadała mi powoli tracąca już wzrok, babcia Julia:

Był sobie król, który nie mógł usiedzieć w swoim pięknym pałacu. Wszyscy się dziwili, bo miał tam piękne komnaty, służbę, wykwinne potrawy i wszelkie rozrywki. Każdej wiosny żegnał się ze swoją piękną żoną oraz córeczką i wyruszał na gniadym koniu odwiedzać poddanych. Zatrzymywał się w każdym domku i w każdej chatce. Jadł – często skromny posiłek – i rozmawiał. Kiedy wracał pod koniec lata, przywoził żonie i córce drobne dary od mieszkańców okolicy: od bogatszych droższe, od biednych – skromniejsze. Było to podziękowanie za to, że nie sprzeciwiają się wyprawom króla. Jesienią król analizował wszystkie rozmowy i już wiedział, jakie decyzje w tym roku podjąć, co zmienić, co ulepszyć w państwie. Pracował ciężko wraz z doradcami, by te decyzje wprowadzić w życie. Gdy na kolejną wiosnę pojawiał się ponownie, znajdował przybrane na jego powitanie drogi i domy. Nie ze strachu, tylko z wdzięczności i radości.



Żeglowanie po Bałtyku to najlepsza forma rehabilitacji

Katarzyna Piekarczyk

Tomasz Olszyński stracił wzrok w wieku 16 lat. Przez kilka lat nie mógł się pozbierać. Na szczęście wrócił „do żywych”. Obecnie ma 42 lata i mieszka w powiecie włodawskim w województwie lubelskim. Skończył studium strojenia instrumentów muzycznych. Od trzech lat jest podopiecznym lubelskiego oddziału Fundacji Szansa dla Niewidomych. Niedawno dzięki jej wsparciu odbył staż z zakresu strojenia pianin i fortepianów. Oprócz muzyki jego wielką pasją jest żeglowanie po morzu. Jak mówi, pięć rejsów po Bałtyku, które odbył w ramach projektu „Zobaczyć Morze”, zmieniły go i wiele nauczyły. Były też niezapomnianą przygodą i czasem budowania przyjaźni z innymi.

Jak zaczęła się Twoja przygoda z żeglowaniem?

Słyszałem, że niewidomi pływają, biorą udział w rejsach, ale była to dla mnie zupełna fantastyka. Sam nigdy bym się nie zdecydował, ale pomogła mi moja kuzynka. Razem ze swoim mężem postawili mnie przed faktem dokonanym, wpłacili pieniądze za rejs i powiedzieli, że mam płynąć. Odbyłem cztery rejsy na „Zawiszy Czarnym”, a ostatni na statku „Kapitan Borchardt”. Pomysłodawcą wypraw jest niewidomy szantyman Romuald Roczeń. On poznał kpt. Janusza Zbierajewskiego. Razem byli na jednym rejsie.

Romuald pomyślał, że skoro jemu udało się przeżyć taką przygodę, to czemu innych ślepaków nie można wysłać na morze. I tak razem zaczęli organizować rejsy, w których w połowie załogę tworzą osoby niewidome lub słabowidzące.

Które rejsy najbardziej zapadły Ci w pamięć? Na pewno nie obyło się bez przygód...

Rejs w 2015 roku miał być docelowo ze Szczecina do Bergen, ale przeszkodził nam sztorm, 8 w skali Beauforta i częściowa awaria jachtu. Nieźle nami bujało, zalewało pokład falami, nic nie można było zjeść. Fale były tak wysokie, że jak stawało się przy burcie statku, to były one mojej wysokości i wpadały na pokład. Jeden z rejsów, na którym byłem, odbył się z Gdyni do Sztokholmu i przez archipelag Wysp Alandzkich. Wracaliśmy wtedy przez Hel do Gdyni. Kolejny był z Gdyni przez port Runny oraz Kopenhagę, przez Oslo i Sandefjord, a stamtąd wracaliśmy samolotem do Gdańska. Ostatni rejs płynęliśmy z Gdańska do Gdańska przez Morze Bałtyckie i Morze Północne. Na Bałtyku jest tzw. płytka fala, statek wchodzi na falę i załamuje się, a na Morzu Północnym wchodzi na

falę i od razu spada. Bałtyk jest trudniejszy dla osób, które borykają się z chorobą morską. Ja na szczęście nie mam z tym problemu.

Jak wygląda przygotowanie do wyprawy rejsowej?

Zawsze jest to wyzwanie logistyczne. Trzeba się spakować w wielki plecak, ktoś musi z tobą pojechać. Na pierwsze dwa rejsy odwoziła mnie mama, ponieważ bała się puszczać mnie samego, ale na kolejne wyprawy umawiałem się z ludźmi w Polsce. Spotykaliśmy się na dworcu w Puławach lub Warszawie i razem jechaliśmy pociągiem. Zawsze mamy wydrukowaną mapę brajlową. Zanim wypływamy w rejs dostajemy informator co ze sobą zabrać i jak się spakować. Na miejscu najpierw trzeba się nauczyć żaglowca, tzn. gdzie się wchodzi, co w jakim miejscu się znajduje. Zajmuje to nam, osobom niewidomym, od 20 minut do godziny.

Jakie czynności na statku lubisz wykonywać, w których najlepiej się odnajdujesz?

Największą frajdę sprawia mi stawianie żagli, sterowanie i wspólna praca z innymi. Pracujemy razem i uczymy się wszystkiego, łącznie z wiązaniem węzłów marynarskich. Na przykład na „Zawiszy Czarnym” wszystkie kubki i salaterki trzeba było znieść na dół po schodach. Mieliśmy plastikowe skrzynki powykładane talerzami i nigdy nie udało się niczego stłuc. Na pierwszym rejsie nauczyłem się porządnie zmywać naczynia, obierać ziemniaki i jarzyny. Na drugim wycierałem wszystkie naczynia szmatkami do sucha, na trzecim zajmowałem się sprzętem kucharza i myłem wielkie gary i ostre noże, na czwartym rozkładałem naczynia i sztucze na stole, a na piątym pracowałem w jadalni przygotowując posiłki. Okazało się,



że takie rzeczy robię, jakich w życiu jeszcze się nie podejmowałem. Na pewno udało mi się podszkolić różne umiejętności.

Jak wygląda codzienność na statku?

Załoga podzielona jest pół na pół. Na „Zawiszy Czarnym” jest 16 widzących i 16 niewidomych. Wszyscy podzieleni są na 4 wachty – grupy osób, które mają określone obowiązki. Oprócz stania na oku, robimy wszystko. Pracy jest sporo w ciągu dnia, nie tylko na żaglach, ale też w kuchni. Sterujemy również nawigacją, korzystamy z tzw. kompasu elektronicznego, który jest podpięty pod komputer w kajucie. Niewidomy zakłada słuchawki i co dwie sekundy odczytywany jest poziom wychYLENIA wskazówki. Kapitan śmieje się, że niewidomi sterują lepiej niż widzący, ponieważ nie rozpraszają ich osoby ani krajobrazy, mają tylko jedyny cel, aby sterować. Wachty nawigacyjne są 4-godzinne, każdy ma mniej więcej pół godziny sterowania, a nad wszystkim czuwa oficer wachtowy. Dodatkowo wachty mają klar, czyli sprzątanie, do którego zaliczamy mycie korytarzy, podłóg, czyszczenie mosiężnych elementów. Wszystko trzeba wyszorować, odkurzyć np. wykładziny. W ciągu dnia mamy sporo wolnego czasu, tak że można się opalać,



spać w kajucie, bardziej zapoznać się z uczestnikami rejsu i porozmawiać.

Czy jest też czas na zwiedzanie różnych miast i zawijanie do portów?

Zawsze zawijamy do portu. Są takie momenty, że płyniemy 3-4 dni pod rząd, ale przeważnie codziennie odwiedzamy jakieś miasto. Zwiedzaliśmy już Skandynawię, w zeszłym roku byliśmy na Łotwie. Zawsze ustalamy co robimy, czy zwiedzamy czy idziemy się kąpać. Za każdym razem idziemy gdzieś na lody, na

przykład w Szwecji są bardzo dobre. Zwiedziliśmy Sztokholm, Göteborg, Oslo, w sumie 14 portów i różnych miast.

A przyjaźnie? Udało się nawiązać bliższe znajomości z uczestnikami rejsów?

Najważniejsi w rejsie są ludzie, wspólne żeglowanie uczy pracy w zespole, wzajemnej pomocy, wyzwala w każdym z nas dużo pozytywnego nastawienia, pokłady dobra, cierpliwości, wyrozumiałości, wzniesienia ponad własne słabości.

Jak wsiadłem na „Zawiszę Czarnego”, to jedna z dziewczyn mi powiedziała, że wyglądam tak jakby mi ktoś dodał 200 procent siły. Zaprzyjaźniłem się z osobami z całej Polski. Z wieloma utrzymuję kontakt, z jednym z kolegów spotykamy się co roku na jachcie. Poznałem sporo sympatycznych ludzi, np. kolegę Mieczysława, Huberta, osoby z Kielc i Krakowa. Czasem taka przyjaźń zostaje na całe życie, ponieważ podczas morskiej wyprawy zżywamy się, razem pracujemy, pomagamy sobie nawzajem, jesteśmy razem i stanowimy zgraną paczkę.

Co Ci daje bycie na morzu? Dlaczego ciągle podejmujesz to wyzwanie?

Piękne podczas rejsu jest to, że udaje mi się coś wykonać, postawić żagle, zawiązać węzły, zbuchtować liny i trzymać kurs. Morze jest nieprzewidywalne. To, że teraz nie ma wiatru i nie buja, to wcale nie odznacza, że za chwilę nie zacznie. To jest takie miejsce, gdzie dokonuje się wielotorowa rehabilitacja i leczenie z barier oraz ograniczeń, które stawiamy sobie w głowie. Rejs to wydarzenie, w którym można pójść na 100 procent, poczuć prawdziwą przyjaźń i naprawdę żyć. Nasz kpt. Janusz Zbierajewski czasem żartuje, że niekiedy to bliscy pomagają budować nasze ograniczenia w domu, wyręczając nas w różnych czynnościach i mówiąc, że zrobią coś za nas. Wtedy przypominam sobie, że przecież ja prowadziłem żaglowiec, który waży 300 ton i mówię wtedy sobie: ja nie dam rady? Bycie za sterem to wzięcie pełnej odpowiedzialności i taka frajda, że trudno ją porównać z czymś innym na świecie.

Warto dodać, że trwają już zapisy na tegoroczną edycję projektu "Zobaczyć Morze". Szczegóły można znaleźć na stronie internetowej wyżej wymienionej fundacji.



Wakacyjny pobyt w Miskolcu, czyli korzystając z dobrodziejstwa wód termalnych

Ewa Michałowska-Walkiewicz

Osoby niewidome i niedowidzące to wyjątkowa grupa ludzi, która ma w sposób szczególny rozwinięty zmysł dotyku i słuchu. Gdy słuchają prelekcji oraz wszelkich dobrze udźwiękowionych słuchowisk, w szczególności sposób pracuje u nich wyobraźnia, która doskonale wpływa na ich rozwój duchowy.

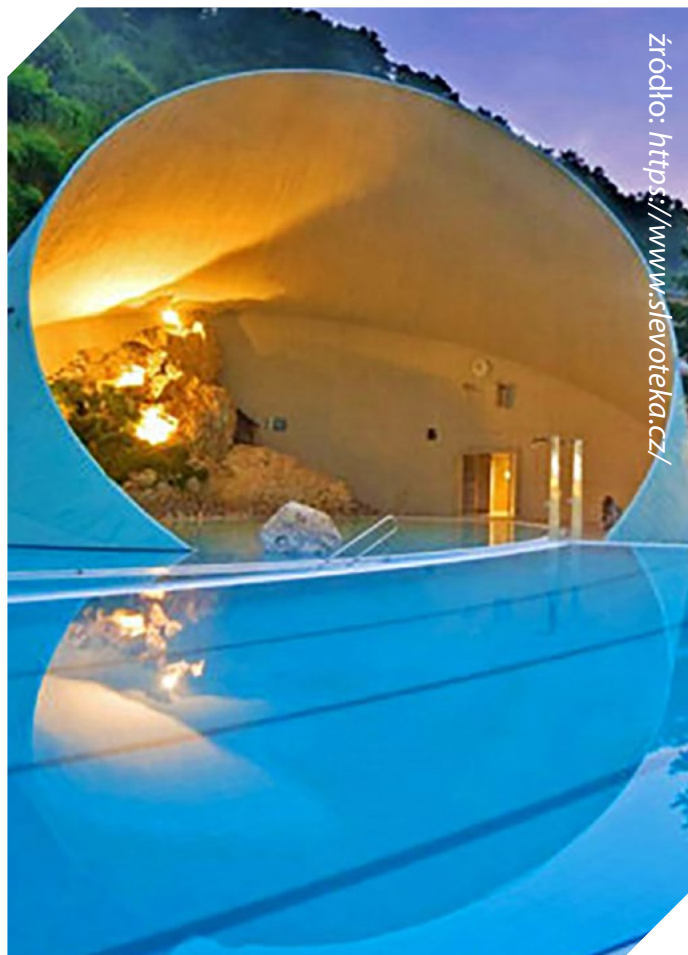
Grupa takich osób z województwa świętokrzyskiego, którą zebrała pani Janina Olszewska, emerytowana nauczycielka z Suchedniowa, rokrocznie wybiera się w różne ciekawe miejsca na świecie, aby móc dotykiem i słuchem zgłębić tajniki natury i posłuchać wielu interesujących historii. Miejsce, które najczęściej wspomniana grupa odwiedza, są termy w węgierskim mieście Miskolc.

Pomysł zrodził się w sercu pani Janiny, gdy ona sama zaczęła mieć kłopoty ze wzrokiem po przejściu udaru mózgowego. Reszta grupy ma niedowidzenie ze względu na wysokie ciśnienie oczne i przebyte operacje. Pierwszy ich wyjazd miał miejsce w roku 2016, a przewodniczką byłam ja, autorka tekstu, Ewa Walkiewicz.

Termy

Jadwiga Wolny – Jestem osobą niedowidzącą. Uwielbiam wszelkie wyprawy z naszą grupą, dla której organizowane są prelekcje, które pobudzają naszą wyobraźnię. Kąpiąc się w wodach termalnych Miskolca zażywałam ich dobrodziejstwa, a jednocześnie słuchałam historii powstania term i zażywania wszelkiej terapii wypływającej z wodolecznictwa.

Po raz pierwszy słowo termy pojawiło się w starożytnym Rzymie. *Thermae*, znaczy po prostu „ciepło”. W starożytnym Rzymie łaźnie publiczne, czyli inaczej mówiąc termy, to cały kompleks obiektów ulokowanych na rozległym terenie, które były dostępne dla wszystkich wolnych mieszkańców miasta – relacjonuje pani Aniela, uczestniczka wspomnianej wyprawy. Wejście do term było bezpłatne. Wszystkie pomieszczenia z basenami i salą do wypoczynku były ogrzewane gorącym powietrzem, rozprowadzanym w przestrzeniach pod podłogą. W skład term wchodziły także takie pomieszczenia, jak boiska, sale gimnastyczne, biblioteki i pomieszczenia muzyczne oraz bufety.



Oczywiście w Pompejach

Jacek, uczestnik wyprawy. Najstarsze termy pochodzące z II w. p.n.e., zostały odkopane w Pompejach – usłyszałem na prelekcjach w Miskolcu. – Budowanie ich rozpowszechniło się w I w. p.n.e. W tym okresie przeobraziły się one w ogromne kompleksy. Do najslawniejszych należały termy zbudowane przez cesarzy: Tytusa, Domicjana oraz Karakallę, Dioklecjana i Konstantyna. Budowane były nie tylko w Rzymie, ale i na terenie całego podbitego przez Rzymian Imperium. Z biegiem lat pojawiły się też w Paryżu, Trewirze i Aleksandrii.

Oprócz historii term

Nasi niepełnosprawni podczas kąpieli w Miskolcu mogli także posłuchać o historii tego miejsca. Miskolc położony jest w odległości 185 km od Budapesztu. Z miasta tego do stolicy kraju prowadzi autostrada M3. W starożytności tereny obecnego Miskolca zamieszkiwały różne plemiona, w tym m.in. germańskie, a w wieku dziesiątym zostały one zasiedlone przez Węgrów. W 1241 roku Miskolc, podobnie jak Kraków, został zniszczony przez najazdy mongolskie Batu-Chana. Od piętnastego stulecia było to miasto królewskie. W latach 1596-1686 Miskolc znajdował

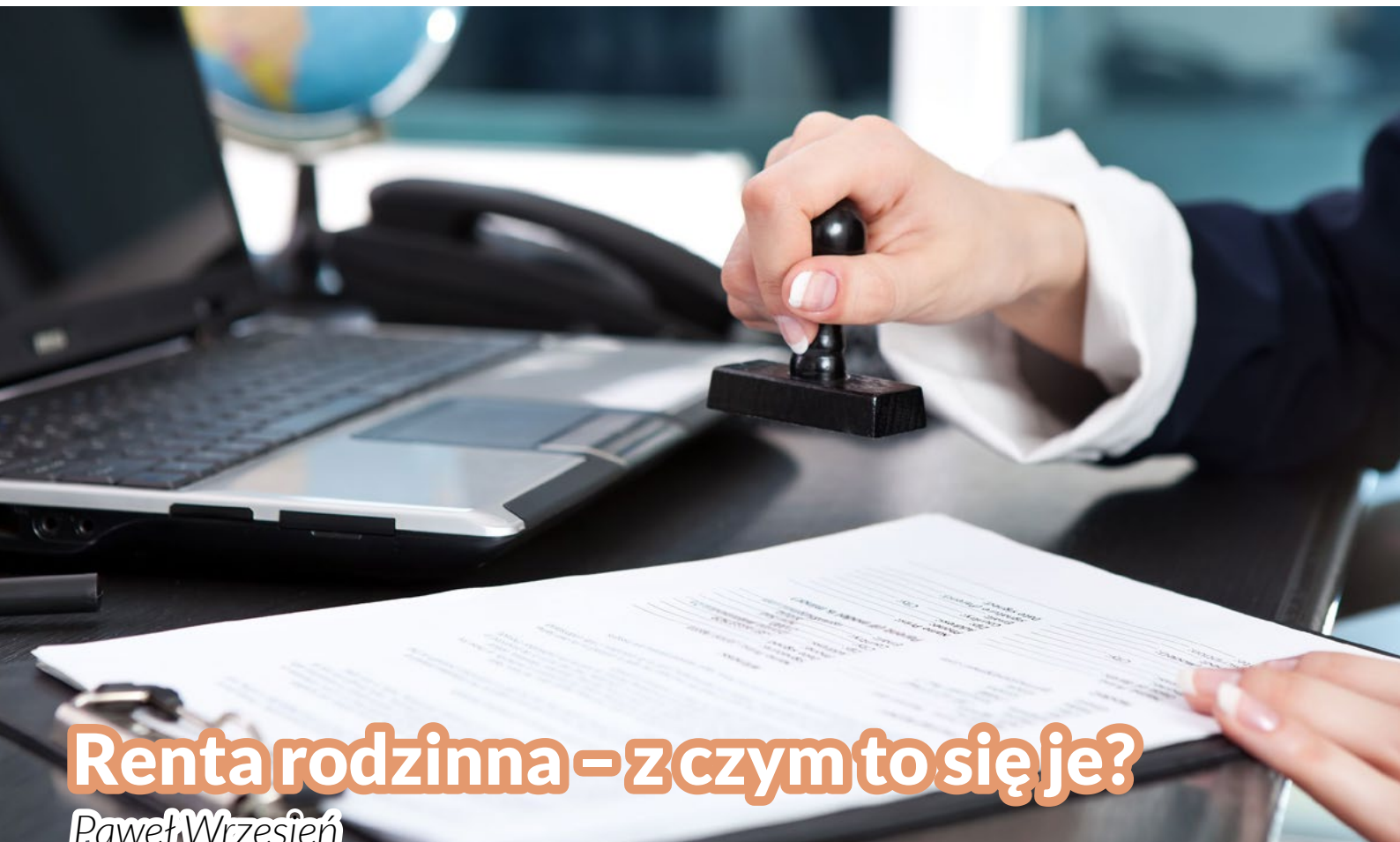
się pod panowaniem tureckim. Według badań archeologicznych obszar Miskolca był zamieszkały od najwcześniejszych epok kamiennych. Paleolityczne znaleziska, mające ponad 70 000 lat udowadniają, że jest to jeden z najwcześniej zamieszkałych terenów Europy – opowiada pani Ula, uczestniczka wyprawy. – Pierwsi znani mieszkańcy należeli do celtyckiego plemienia Kotynów, uprawiających pola i składających dary bogowi wiatrów i płodności. Kotynowie zamieszkiwali zarówno dzisiejszy Miskolc, jak też okolicę Sötétkapu, Na miejscu dzisiejszego zamku Diósgyőr, przed przybyciem Węgrów stał tutaj wzniesiony gród ziemny, który najprawdopodobniej pobudowali celtyccy murarze. Podobno zamieszkiwał w tym grodzie Hanys Celt, trudniący się kowalstwem. Miał on nieposłuszną córkę Werthę, którą zakuł we własnoręcznie ukute kajdany.

Balneologia

Gdy wycieczka wakacyjna dobiegała już końca, przewodniczka przybliżyła wszystkim uczestnikom wiadomości dotyczące wodolecznictwa, czyli balneologii. To jedna z najstarszych dziedzin medycyny uzdrowiskowej zajmująca się badaniem właściwości leczniczych wód podziemnych oraz zastosowaniem ich w terapii chorób przewlekłych. Balneologia rozwijana była już w starożytności. Wówczas to stosowano kąpiele wodolecznicze i podawano do picia wody zmineralizowane. Prekursorem polskiej balneologii był Wojciech Oczko. W swoim dziele z 1578 roku zatytułowanym *Cieplíce*, sklasyfikował on wody mineralne i lecznicze występujące w Polsce, jednocześnie opisał ich działanie oraz podał metody leczenia nimi.

Jak zatem widać, wyprawa do Miskolca należała do wielce udanych. Oprócz zażywania kąpeli zdrowotnych jej uczestnicy wynieśli garść cennych informacji.





Renta rodzinna – z czym to się je?

Paweł Wrzesień

Mama i tata to jedne z najbliższych nam osób w życiu. Można uznać powyższe zdanie za banał, ale faktem jest, iż łączy nas z rodzicami unikalna i bliska więź, która utrzymuje się niezależnie od stopnia dojrzałości i samodzielności dorosłego już dziecka. W przypadku osób niepełnosprawnych stanowią oni często także wsparcie w wielu życiowych problemach, jako osoby, które darzymy pełnym zaufaniem i w trudnej sytuacji możemy powierzyć im nasz los. Niestety większość z nas w pewnym momencie musi się pogodzić z odejściem najbliższych.

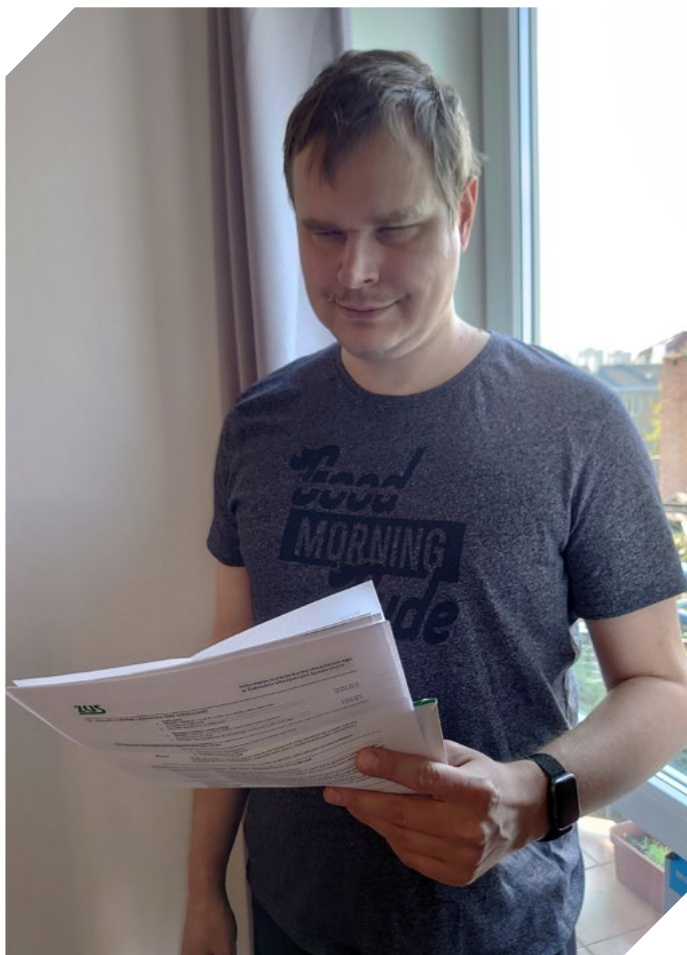
Nie chciałbym tu omawiać bardzo delikatnej i indywidualnej kwestii osobistego przeżywania takiej straty, ale wskazać jak można w tej trudnej sytuacji starać się o zewnętrzne wsparcie. Nie wszyscy wiedzą, że jako osoby niepełnosprawne jesteśmy uprawnieni, podobnie jak współmałżonkowie oraz uczące się i małoletnie dzieci, do uzyskania prawa do renty rodzinnej po zmarłym członku rodziny, wypłacanej przez ZUS, pod warunkiem, że nasza niepełnosprawność została nabyta przed 16 rokiem życia.

Kiedy osoba niepełnosprawna może wystąpić o przyznanie renty rodzinnej?

Warunkiem wstępnym jest to, aby nasz rodzic w chwili śmierci był uznany za osobę całkowicie niezdolną do pracy, a więc posiadał ustalone prawo do emerytury lub miał uprawnienia do jej uzyskania, pobierał emeryturę pomostową, zasiłek albo świadczenie przedemerytalne, miał ustalone prawo do renty z tytułu całkowitej niezdolności do pracy lub spełniał warunki do jej uzyskania, czy też pobierał nauczycielskie świadczenie kompensacyjne.

Ile wynosi renta rodzinna?

Jeśli jako niepełnosprawna córka lub syn osoby zmarłej jako jedyni ubiegamy się o prawo do renty, będzie nam przysługiwać 85% pobieranego przez nią świadczenia. Gdy wraz z nami wystąpi np. drugi żyjący rodzic, będzie to 90%, podzielone następnie na dwie równe części. W przypadku trojga lub większej ilości uprawnionych, kwota wyniesie 95% i każdemu z nich ZUS wypłaci równą jej część. Trzeba jednak pamiętać, że niezależnie od liczby świadczeniobiorców, przypadająca na jedną osobę kwota renty nie może być mniejsza niż najniższa renta z tytułu niezdolności do pracy, wynosząca 1100 zł brutto od dnia 1 marca



2019 r. Z uwagi na to, że osoby niepełnosprawne często są wcześniej odbiorcami renty socjalnej, mogą nadal otrzymywać jej część w sytuacji gdy ich renta rodzinna nie przekracza 200% najniższej renty z tytułu niezdolności do pracy. Przykładowo, jeśli nasz rodzic ostatnio otrzymywał emeryturę w kwocie 2000 zł brutto, jako jedyna osoba uprawniona otrzymamy rentę rodzinną w wysokości 1700 zł. Do progu 200% najniższej renty z tytułu niezdolności do pracy, czyli 2200 zł zabraknie nam wówczas 500 zł i w takiej właśnie części będzie nam nadal wypłacana renta socjalna, tak abyśmy z obu świadczeń występujących w zbiegu otrzymywali nie więcej niż 2200 zł brutto. Ponadto może nam zostać przyznane świadczenie w postaci dodatku pielęgnacyjnego. Zastępuje on wypłacany zazwyczaj obok renty socjalnej zasiłek pielęgnacyjny. Warto jednak być czujnym, ponieważ zdarzają się liczne przypadki, gdy ZUS rozpoczyna wypłatę dodatku, nie informując jednocześnie organu wypłacającego zasiłek o utracie prawa do niego. W przyszłości możemy wówczas być niemiłe zaskoczeni, gdy zostaniemy wezwani do zwrotu zasiłku za okres, gdy pobieraliśmy oba świadczenia pielęgnacyjne równolegle. Dlatego polecam osobiste zajęcie się tą kwestią i samodzielną rezygnację z zasiłku.

Jakie jeszcze korzyści przynosi renta rodzinna?

Powszechnie wiadomo, że pracującym beneficjentom renty socjalnej grozi tzw. „pułapka rentowa”. Jest to limit dochodu za pracę, którego nie możemy przekroczyć, aby nie zawieszono nam renty. Wynosi on 70% średniego wynagrodzenia za ostatni kwartał kalendarzowy, obliczanego przez GUS i ulega zmianie co 3 miesiące. Jeżeli więc zarabiamy niewiele poniżej tego limitu, to możliwa jest sytuacja, w której nawet kilkudziesięciozłotowa podwyżka pensji pozbawi nas w praktyce świadczenia wynoszącego obecnie 943 zł netto. W przypadku renty rodzinnej sytuacja wygląda o wiele korzystniej. Po przekroczeniu 70% średniego wynagrodzenia nasze świadczenie ulegnie zmniejszeniu, nie więcej jednak niż o tzw. maksymalną kwotę zmniejszenia, wynoszącą 509 zł od dnia 1 marca 2019 r. Dopiero gdy nasze zarobki przekroczą 130% średniego wynagrodzenia, prawo do pobierania renty rodzinnej ulegnie zawieszeniu.

W jaki sposób ubiegać się o rentę rodzinną?

W pierwszej kolejności należy wypełnić wniosek, który otrzymamy w dowolnej placówce ZUS lub pobierzemy ze strony internetowej zakładu. Do wniosku należy dołączyć druk OL-9 wypełniony przez lekarza pierwszego kontaktu, jeśli dotąd nie dysponowaliśmy orzeczeniem lekarza orzecznika ZUS w przedmiocie niezdolności do pracy, a także nasz akt urodzenia i akt zgonu rodzica. Oczywiście warto również pamiętać o załącznikach w postaci dokumentacji medycznej, zaświadczającej, że nasza niepełnosprawność została nabyta przed 16 rokiem życia.

Jak wygląda dalsza procedura?

W ciągu 30 dni od złożenia wniosku powinniśmy otrzymać wezwanie na termin badania przez lekarza orzecznika lub lekarza konsultanta ZUS, o ile we wniosku wskazaliśmy, że jesteśmy w stanie stawić się na badanie. Istnieje też możliwość jego przeprowadzenia w miejscu zamieszkania wnioskodawcy. Tak zwana „komisja” polega na wywiadzie ustnym, analizie dostarczonych dokumentów oraz badaniu medycznym w celu ustalenia stopnia i zakresu czasowego naszej niezdolności do pracy oraz niezdolności do samodzielnej egzystencji. Pierwszy z tych czynników jest warunkiem niezbędnym przyznania prawa do renty rodzinnej, drugi otwiera nam też furtkę do ubiegania się o świadczenie uzupełniające, a więc tzw. „500+”. Lekarz orzecznik ma kolejne

30 dni aby wystawić orzeczenie, które otrzymujemy drogą pocztową. Po 14 dniach od doręczenia staje się ono prawomocne i wówczas zostaje podjęta decyzja o przyznaniu świadczenia. Warto pamiętać, że w każdym przypadku badanie może wyglądać nieco inaczej. Niekiedy spotykamy się z samym orzecznikiem, czasem jest to konsultant, a bywa i tak, że decyzja jest podejmowana zaocznie, gdy przedstawione przez nas dokumenty zostaną uznane za wystarczające. Gdy decyzja rentowa jest pozytywna, świadczenie możemy otrzymać na czas określony, równy okresowi, w którym stwierdzono naszą niezdolność do pracy lub na stałe.

Co zrobić gdy treść orzeczenia lub decyzji rentowej uznamy za niesłuszną?

Po otrzymaniu orzeczenia mamy 14 dni aby złożyć w oddziale ZUS sprzeciw na osobnym druku. Wymieniamy w nim zakres merytoryczny lub czasowy, z którym się nie zgadzamy. Następnie w ciągu 14 dni powinniśmy otrzymać wezwanie na komisję lekarską, która rozpozna nasze odwołanie. W praktyce może jednak nie dojść do tego spotkania, a komisja ma prawo wydać decyzję zaocznie, uznając treść naszego sprzeciwu za zasadną w całości, części lub

go oddalając. Trzeba pamiętać, że w przypadku gdy nie skorzystamy z prawa do wniesienia sprzeciwu na treść orzeczenia lub zakres jego obowiązywania, nie będziemy potem mieć prawa do zaskarżenia wydanej na jego podstawie decyzji rentowej. Jeśli zatem dokument wystawiony przez lekarza orzecznika choć w części budzi naszą niezgodę i obawiamy się czy będzie stanowił dostateczną podstawę do przyznania nam świadczenia, warto skorzystać z przysługującego nam środka odwoławczego aby nie zamykać sobie drogi do skarżenia decyzji rentowej. Po sprzeciwie w ciągu 30 dni zostanie wydane kolejne orzeczenie, które będzie prawomocne z datą wystawienia. Na jego podstawie sporządzona będzie decyzja rentowa, a oba te dokumenty możemy otrzymać łącznie. Jeżeli decyzja wydana na podstawie zaskarżonego wcześniej orzeczenia nie będzie naszym zdaniem słuszną, w ciągu 30 dni od jej otrzymania mamy prawo za pośrednictwem ZUS wnieść odwołanie do Sądu Okręgowego. Po wpłynięciu sprawy do Wydziału Pracy i Ubezpieczeń Społecznych to Sąd będzie się nią dalej zajmował, prowadząc postępowanie, którego stajemy się uczestnikiem. Musimy w nim wykazać, że otrzymana decyzja narusza nasze prawa i wnosić o jej zmianę. Pamiętajmy jednak, że Sąd może nie tylko uwzględnić nasze odwołanie lub je oddalić, może także uchylić całkowicie przyznane nam prawo do renty, jeśli przykładowo otrzymaliśmy je na czas określony, a wnosiliśmy aby było udzielone na stałe.

Jak zatem widać, droga do wywalczenia sobie prawa do renty socjalnej bywa kręta i kamienista. W praktyce słychać o wielu przypadkach gdy ZUS przekracza obowiązujące go terminy odpowiedzi na nasze pisma lub wydania decyzji w sprawie. Zdarza się także, że treść orzeczeń jest dla nas niezrozumiała lub uznajemy ją za niezgodną ze stanem faktycznym. Warto wówczas uzbroić się w cierpliwość i walczyć dalej, korzystając ze środków odwoławczych i przedstawiając stosowne argumenty. Musimy mieć świadomość, że nikt lepiej od nas nie zabezpieczy naszego bytu materialnego na przyszłość, zwłaszcza gdy zabraknie nam już rodziców jako osób najbliższych, a renta rodzinna jest gwarantem takiego bezpieczeństwa, zwłaszcza gdy poza nią możemy dysponować także dochodami z tytułu pracy. Jest to także jeden ze środków wspomagających nas w uzyskaniu życiowej samodzielności, na której przecież tak bardzo zależy osobom niepełnosprawnym.





Niewidomy autor pobudza wyobraźnię

Karolina Anna Kasprzak

Drogi Czytelniku, jeśli masz wątpliwości, czy nie widząc całkowicie można coś ważnego zrobić w życiu, zachęcam do lektury książki Marka Kalbarczyka pod tytułem: „Ich trzecie oko”. Być może stwierdzisz, że jest zbyt obszerna, aby zagłębić się w lekturę. Zapewniam, iż czas przeznaczony na przeczytanie tej książki nie będzie czasem straconym. Poznasz historie ludzi podobnych do Ciebie i zrozumiesz, że są to postacie na swój sposób wyjątkowe.

„Ich trzecie oko” zaciekawia treścią

Lekturę ułatwiają krótkie rozdziały „Ich trzecie oko” to powieść, a może raczej opowieść, o świecie dotyku i dźwięku. O losach czterech rodzin, zróżnicowanych w systemach wartości, stylach życia i poglądach religijnych, przed którymi los postawił konieczność podejmowania trudnych decyzji. O ludziach, którzy urodzili się z niepełnosprawnością narządu wzroku bądź tracili wzrok stopniowo. Czym jest owo „trzecie oko” i dlaczego zostało przez autora książki tak właśnie zdefiniowane?

„Jako że nie widzę, obrazy mam chyba przed czymś w rodzaju trzeciego oka. Co to jest i czy w ogóle istnieje? Otóż istnieje, skoro mam z niego wielki pożytek. Czy to jednak tylko wyobraźnia, czy także intuicja, a może jasnowidzenie – każdy musi sam się przekonać. Gdy zapytać o to niewidomych, każdy odpowie co innego. Dla jednych to tylko umiejętność przekształcania bodźców docierających do innych zmysłów na wyobraźniowy obraz. Dla innych – intuicja, czyli zgadywanie co gdzie jest i jak wygląda to, czego nie widzimy. (...) Są też tacy, którzy nie mają przed oczami nic, żadnego obrazu. Chyba nigdy nie uwierzą, że patrzymy trzecim okiem, dzięki czemu widzimy nawet więcej od patrzących zwyczajnie, chociaż niekoniecznie to rozumiemy” – czytamy we wstępie książki.

Trzecie oko jest zatem swego rodzaju zagadką – intryguje, zaciekawia, skłania do myślenia. Jak odbierają świat osoby całkowicie pozbawione wzroku, zwłaszcza te, które nie widzą od urodzenia? Skąd wiedzą, że stół jest okrągły, a szafa kwadratowa bądź prostokątna? W jaki sposób niewidome dzieci uczą się matematyki i ortografii? Jak wyglądał ich świat

kiedyś, a jak wygląda dzisiaj? Czy rodzicom udało się osiągnąć najważniejszy cel i wychować je na porządných ludzi?

Skorzystajmy więc z zaproszenia Marka Kalbarczyka i wejdźmy do świata osób z dysfunkcjami wzroku. Akcja książki toczy się w latach pięćdziesiątych i późniejszych ubiegłego wieku, a więc w czasach znienawidzonej przez wielu Polaków komuny, czasach socjalistycznych, w których brakowało pieniędzy, towarów na sklepowych półkach, a mimo tego ludzie realizowali swoje marzenia, osiągalni sukcesy, doświadczali również porażek i klęsk. Jacy byli niewidomi dwudziestego wieku i ich bliscy? Czy różnili się czymkolwiek od współczesnych niewidomych? Aby się tego dowiedzieć, należy przeczytać „Ich trzecie oko”. To książka dla każdego i mam wrażenie, że w mniejszym albo większym stopniu również o każdym z nas.

Jak i po co niewidomi piszą książki

Miałam okazję poznać kilku twórców z niepełnosprawnością narządu wzroku piszących książki. Jednym z nich jest właśnie Marek Kalbarczyk – autor licznych publikacji i artykułów przybliżających codzienne życie i problemy osób z dysfunkcjami wzroku. W każdym swoim dziele ukazuje świat nieznaną człowiekowi w pełni sprawnemu, możliwości w znacznym stopniu wykraczające poza ograniczenia, ponad wszystko, co dla ludzi widzących jest zwyczajne i nie wymaga szczególnego wysiłku.

Każda z takich osób niesamowicie inspiruje, choć z drugiej strony nie należy traktować niewidomych jak herosów, którzy znoszą cierpliwie każdą przeciwność losu i nie mają w swoje życie wpisanych żadnych porażek. Jak wszyscy potykają się, podejmują nietrafione decyzje i upadają. W twórczości wyrażają swoje emocje, doświadczenia, prezentują poglądy przypominając społeczeństwu o swoim istnieniu. Gdyby nie niewidomi twórcy, być może nigdy nie mielibyśmy okazji przekonać się, że wartościowe dzieła mogą zostać napisane nie tylko piórem czy przy pomocy klawiatury komputera, ale również niestandardowymi metodami – na przykład na maszynie brajlowskiej. Brak wzroku nie jest przeszkodą w tworzeniu, wyrażaniu myśli i przez to budowaniu pozytywnego wizerunku osób z niepełnosprawnościami – jako zmotywowanych, aktywnych i zdolnych do podejmowania działań sprzyjających integracji tego środowiska z całym społeczeństwem. Dla widzących

brajl jest tylko chropowatą powierzchnią kartki, ale osobom pozbawionym wzroku daje możliwość czytania i pisanja, czyli dwie najważniejsze umiejętności życia codziennego.

Kiedy piszę to zdanie, przychodzi zaraz na myśl historia niewidomego poety Krzysztofa Galasa, zdobywcy tytułu „Idol środowiska” na etapie wojewódzkim, w konkursie „IDOL” Fundacji „Szansa dla Niewidomych” w 2018 roku. Otóż człowiek ten przyznaje, że los obszedł się z nim łaskawie, bo nie stracił wzroku nagle, tylko powoli, dzięki czemu mógł stopniowo oswajać się z życiem w ciemności. Pamięta jak wygląda drzewo, samochód, poszczególne kolory. Twórczość Galasa emanuje barwami życia, pogodą ducha, radością. Kiedy się czyta teksty tego poety, absolutnie nie ma się wrażenia, że napisał je człowiek niewidomy. W twórczości wielu innych autorów – także Marka Kalbarczyka – również nie znajdziemy żadnej cechy, która by na to wskazywała.

Nie widzieć obrazów, ale dostrzegać nadzieję

Karty książki M. Kalbarczyka wypełniają też dramatyczne wydarzenia – wspomnienia losów bohaterów z czasów drugiej wojny światowej. Ucieczki z domu przed Niemcami, potem dramatyczne powroty do leżących pod gruzami najcenniejszych pamiątek rodzinnych. Powieść – jak zapewnia Kalbarczyk – nie jest niczyją biografią. Przybliży zróżnicowaną codzienność kilku niewidzących mężczyzn – Adama, Eryka, Janusza i Andrzeja. Choć utracili wzrok, udało się im osiągnąć znaczące sukcesy życiowe. „Wzrok to tylko jedna z wielu przyczyn, które powodują, że życie staje się trudniejsze niż by się chciało” – podsumowuje autor w tekście zatytułowanym: „O ludziach, którzy odkryli swoje trzecie oko”, który ukazał się w numerze kwietniowym miesięcznika „Filantrop Naszych Czasów”.

Książka Kalbarczyka otwiera widzącym oczy na świat, którego dotąd nie znali, nie mieli okazji poznać albo świadomie unikali go. Pozwala uświadomić i zrozumieć, że dzięki „trzeciemu oku” osoby z niepełnosprawnościami narządu wzroku widzą więcej – obrazów, ale też nadziei oraz wiary w pomyślność jutra. Adam jest wybitnym matematykiem i fizykiem, fascynuje go metafizyka i parapsychologia. Zadziwiająco, z jak wielkim zaangażowaniem, uporem i konsekwencją osoby niewidome potrafią pasjonować się konkretną dziedziną. Niejeden pełnosprawny



człowiek nie ma takiej siły woli i motywacji. Skąd te cechy się w nich biorą? Być może odpowiada za nie właśnie „trzecie oko”, czyli coś w rodzaju dodatkowego zmysłu rekompensującego brak wzroku.

Zwyczajny świat zwykłych ludzi

Odkąd interesuję się problematyką rehabilitacji zawodowej i społecznej osób z niepełnosprawnościami narządu wzroku, na swojej drodze spotkałam wiele osób całkowicie niewidomych albo słabowidzących, niewidzących od urodzenia lub takich, którzy utracili wzrok w wyniku wypadku, wykształconych i mniej wykształconych, aktywnych zawodowo i biernych – bynajmniej nie z wyboru, lecz z konieczności.

W dawnych czasach wady wzroku, a nawet noszenie okularów, były powodem wstydu. Wówczas o niewidomych nie pisano książek (a przynajmniej nie w takim zakresie, w jakim ma to miejsce obecnie), nie opowiadano o ich dokonaniach na sympozjach i konferencjach naukowych, a przede wszystkim mieli oni w znacznym stopniu ograniczone prawo do publicznego wypowiedziania się na temat swoich potrzeb, oczekiwań i możliwości. Obecnie jest inaczej, co rzecz jasna wcale nie oznacza, że niewidomym oraz słabowidzącym żyje się bez przeszkód. Żeby przekonać się, że jest im trudno, wystarczy sięgnąć do aktualnych danych na temat liczby osób niewidzących posiadających stałe zatrudnienie. Tak naprawdę niewielu z nich ma szanse na godne, niezależne i satysfakcjonujące życie. Zaletą tamtych, komunistycznych czasów, były miejsca pracy dla osób z niepełnosprawnościami tworzone przez spółdzielnie inwalidów i zakłady pracy chronionej. Dziś tego praktycznie nie ma. Jest za to pogłębiające się bezrobocie, które spycha utalentowane osoby z niepełnosprawnościami w nurt społecznego nieistnienia. Tymczasem postacie opisane w książce M. Kalbarczyka są znakomitym przykładem, że niewidomi mogą osiągać sukcesy, prowadzić szczęśliwe życie i nieść pomoc słabszym.

„Ich trzecie oko” nie jest jednak utyskiwaniem na minione lata i smutny los osób z dysfunkcjami wzroku. Wprost przeciwnie – tchnie optymizmem pokazując prosty zwyczajny świat zwykłych ludzi. To właśnie najbardziej ujęło mnie w tej książce. Publikacja uświadamia, co w życiu jest najważniejsze. Bez patosu, bez ogólników i bełkotliwego języka. Gdybym nie zaryzykowała, nie otwierała jej, nie przewróciła pierwszej kartki, a potem kolejnych – straciłabym wiele. Tyle o książce, której fabuła mieści się w 520 stronicach.



„Ich Trzecie Oko” Marka Kalbarczyka
Można widzieć inaczej. Dowiedz się jak...

Książka dostępna w sprzedaży na stronie
<http://wydawnictwotrzecieoko.pl/>

WYDAWNICTWO
TRZECIE OKO



Historia kominka

Przy nim powstawały najpiękniejsze dzieła

Ewa Michałowska-Walkiewicz

*...więc nie jedźmy w obce kraje
gdzie obce ich obyczaje
siądźmy razem przy kominie
i niech piękna bajka płynie*

*niechaj wszyscy ją słuchają
i się lepsi w życiu stają
bo tu stara brzmi legenda
co dawne dzieje pamięta...*

*przy kominka ciepło miłym
stare dzieje się stawiały
i mawiają o tym czasie
kiedy Polska była w krasie...*

Ewa Michałowska-Walkiewicz

Kominek, nazywany przez Włochów *camino*, symbolizuje ciepło domowego ogniska. Ten sposób ogrzewania mieszkań ludzkich ma swoje długie tradycje. Gdy rodzina zasiadała przy takim źródle ciepła, mogła dzielić się ze sobą niesamowitymi opowieściami. Pani Janina Kupiszowa ze Stawu Kunowskiego w województwie świętokrzyskim zaprosiła naszą redakcję, aby przypomnieć historię kominków w Polsce i na świecie. Grupa osób z niepełnosprawnością oczną i nie tylko, już po raz trzeci spotyka się na Wieczorku

Kominkowym u pani Janiny, aby w blasku palących się kawałków drewna powspominać jakie to zabawne historie działały się właśnie przy kominku. Grupa takowa zbiera się z inicjatywy Ewy Michałowskiej-Walkiewicz, która przygotowała najwięcej takich śmiesznych historii w opracowaniu o pamiętnik organisty kościelnego Jana Dubikowskiego z Końskich. Pamiętnik ten udostępniła grupie Jadwiga Majsakowa, siostrzenica pana Jana.

Czym jest kominek

– Kominek – relacjonuje pani Jolanta, uczestniczka spotkania – to po prostu palenisko, które zostało umieszczone w ścianie, na poziomie podłogi. Pierwotnie służyło do ogrzewania przestrzeni mieszkalnej. Dość szybko kominki zaczęły pełnić też funkcje dekoracyjne. Niekiedy posiadały zdobione kunsztownie okapy. Miały również ściany tylne i specjalne nadstawy zawierające kanał dymowy. W początkach istnienia kominków były one ogromnych rozmiarów, tak więc gdy nie palił się w nich ogień, mogły służyć do różnych rzeczy. Podobno do pewnej pięknej mężatki spod Paryża smalił cholewki niejaki Jack, a wspomniana młoda para dawała upust swym namiętnościom i żądom właśnie w środku wygaszonego kominka.

Mąż kobiety myśląc, że tam myszy harczą, których panicznie się bał, ani myślał zejść zobaczyć co się dzieje.

Krótką historia kominka

– Kominki znano już w starożytnym Rzymie. Jednak rozpowszechnienie tego nieocenionego elementu wyposażenia wnętrz miało miejsce w XII wieku, głównie na terenie Europy zachodniej i południowej – dopowiada pani Elżbieta na wieczorku.

– W Europie środkowej od XV wieku przeważał piec kaflowy. Obecnie kominek jest standardem w europejskich domach, zaś szczególną popularność zyskał on na terenie Anglii. W Londynie znany był fakt, gdy radca miejski John Smith napalił sobie ogień w domowym kominku i zaczął pisać wiersze do ukochanej Gryzeldy. A mniej więcej wyglądało to tak: Droga Gryziu, piękna, miła... krwi miłosnej moja żyła..., moja żyła..., coś mnie gdzieś tam oparzyła..., moja żyła... O matko... boli...

Ta bzdurna wierszowana opowieść miłosna zakończona była w tak niebywały sposób, ponieważ strzelające iskry z kominka zapaliły dywan i podłogę. Potem wszystkim kolegom John opowiadał, jak to z miłości wzniecił się u niego w domu pożar z kominka.

Jak zmieniały się kominki na przestrzeni wieków

Każdy z kominków zdobiony był za pomocą ornamentów charakterystycznych dla danej epoki. W średniowieczu kominki posiadały wyraźnie wysunięty okap, który zwężał się ku górze. Gotyk przyniósł

bogate zdobienia ornamentalne i rozbudowę architektoniczną. W dobie renesansu zrezygnowano z okapów, zaś kanały dymowe biegły w ścianach lub w płaskich występach z lica ściany. Renesansowe i manierystyczne portale kominkowe wyróżniały się bogatymi zdobieniami, podobnie jak barokowe i rokokowe, które dodatkowo symbolizowały przepych. Kominki zdobiono dekoracyjnym paneau, zaś od XVII wieku także lustrami. Kominki przypominały swą konstrukcją prawdziwe łuki triumfalne. Obok ozdób klasycznych, stosowano takie dekoracje kominkowe jak kariatydy czy hermy. Przed wojną w świętokrzyskim Suchedniowie, u pani Jolanty Gałkowej odbywała się zabawa majowa, podczas której wystraszony kot schował się do kominka. Gdy zebrani goście zaczęli śpiewać i tańczyć, zwierzę zaczęło strasznie mrużyć i wydawać dziwne dźwięki. Słyszczący to goście myśleli, że tam starszy duch Zbigniewa Wąskonosego, budowniczego wspomnianego kominka. On to dźwigając ciężkie cegły i zaprawy murarskie nabawił się przepukliny i w niedługim czasie zmarł. Dwie panusie, dla tak zwanej etykiety, zemdlały aby pokazać jak delikatna płęć żeńska reaguje na duchy i wszelkie zjawiska paranormalne. Nawet powstał taki oto wiersz związany z duchem w kominku: Mówi mama drogi synku... jakiś duch siedzi w kominku... Porykuje, popiskuje... wszystkich nas on denerwuje.

Miejsce przy kominku zajmował... bazar

Najpiękniejsze bajki dzieci słyszały właśnie przy kominku, tuląc się do babci, zacnej, mądrej matrony, szafującej bajaniami i starymi legendarnymi opowieściami, aby zająć swoich milusińskich w najlepszy sposób.

Cale naręcze bajek i dziwnych opowieści znał Emanuel Olcha-Olszewski ze świętokrzyskich Krynek. Brał on udział w wielu wojnach i potyczkach bitewnych, mających miejsce podczas powstania styczniowego. Po wielkiej bitwie pod Kunowem, cały polski regiment chciał się ogrzać i wysuszyć swe ubrania przy palącym się ogniu kominka. Nagle polskie wojsko usłyszało głos, który wydobywał się z kominka, a brzmiał on następująco: Weź swą szablę chłopcze drogi, a nie żałuj siły męskiej. Wejdź do stajni w skraju drogi, szablą przetnij sznury giętne. A posypią się monety, posrebrzane całe garnce. Weź je proszę, zakup broni, może właśnie to wystarczy... Podobno w ten sposób polskie wojsko znalazło wieki skarb, za który zakupiło dużą ilość sprzętu zbrojnego potrzebnego do prowadzenia dalszej walki.



Jak niemożliwe staje się możliwe

Rozmowa z Jankiem

Agata Sierota

Myślę, że każdemu zdarza się czasem zetknąć z sytuacją, w której doświadczą, że w wielu sferach nie ma rzeczy niemożliwych. Spotkałam się z niesamowitym projektem zrealizowanym w moim rodzinnym mieście Lublinie, który zrobił na mnie ogromne wrażenie.

„Co? Niewidomi uczyli się fotografowania?” – z niedowierzaniem zapytał znajomy, któremu w emocjach opowiadałam o tym pomysle.

Janek, tak jak ja, jest osobą słabowidzącą, a dodatkowo porusza się na wózku. Są dni, gdy ma spadek energii i ja go motywuję, a czasem on tryska entuzjazmem, a ja marudzę znad monitora. Rzadko się widzimy, ale zawsze nasze spotkania przynoszą wiele nowego. Tym razem zaproponowałam mu, by został współtwórcą treści mojego artykułu w miesięczniku Help. Chętnie się zgodził, bo miał gorszy nastrój, a wtedy trudno jest mu pisać. Janek jest copywriterem, czyli pisze teksty i slogany reklamowe. Podobnie jak mnie, praca przy komputerze sprawia mu pewne trudności, ale na razie daje radę. Często żartuje, że dla niego copywriting to „praca marzeń”, bo nie musi

wyjeżdżać z domu, a podróży nie lubi. Zaczęłam opowiadać Jankowi o projekcie „Dotknij tego, co widzę”. Nieformalna grupa „The Ignorant Schoolmaster”: Agata Sztorc i dwie partnerki z Ukrainy – Marina Khrypun i Valerie Karpan postanowiły pokazać, że wiele można, gdy się tego naprawdę chce. W lutym 2018 roku w Galerii Labirynt w Lublinie była wystawa prezentująca różne dzieła sztuki wykonane przez osoby niewidome: rzeźby, rysunki oraz książka sensoryczna. Oprócz materiałów, których można było dotknąć, była tam też wystawa zdjęć analogowych, również autorstwa osób z utratą wzroku. Zdjęcia były wydrukowane i wiele osób zwiedzających oglądało je z podziwem i niedowierzaniem. Niestety dla osób niewidomych nie przygotowano żadnych tyflomateriałów, więc nie mogły one zapoznać się ze zdjęciami. Świadomość, że osoby niewidome zrobiły wspaniałe zdjęcia, których nigdy nie zobaczą, zainspirowała autorki projektu „Dotknij tego, co widzę” do działania. Ideą było, by poczuć nie tylko zainteresowanie procesem robienia fotografii czy pracy z aparatem, ale także zrozumieć jaki wpływ na finalny efekt ma perspektywa. Przede wszystkim jednak chodziło o to, aby później autorzy mogli cieszyć się tym, co w fotografii najpiękniejsze, czyli właśnie gotowym zdjęciem. „Dotknij tego, co

widzę” to półroczny projekt dotyczący fotografii sensorycznej, czyli takiej, która może być wykonywana i czytana przez osoby niewidome.

Janek, początkowo sceptycznie nastawiony do mojej opowieści, ożywił się trochę i zapytał: „Ale jak oni to w ogóle robili? Chyba niełatwo było im znaleźć chętnych?”

Uśmiechnęłam się i szkicowałam dalej zarys tego przedsięwzięcia. Zaproszono osoby z niepełnosprawnościami wzroku i fotografów, którzy mogliby z nimi współpracować w parach oraz przekazywać im wiedzę związaną z fotografią. Podobno z fotografami nie było problemu. Jeśli chodzi o osoby niewidome, było już trochę trudniej. Było to dla nich wielkie wyzwanie wymagające otwartości na nowe doświadczenia. Na początku projektu nawiązano współpracę ze szkołą z ulicy Hirszfelda. Młodzi ludzie z ciekawością wzięli udział w warsztatach, ale znalazły się także osoby w różnym wieku, pozyskane metodą „znajomi znajomych”. Zaproszono dojrzałych uczestników, ponieważ fotografia jako praca ze światłem, obrazem czy perspektywą jest dla osób niewidomych czymś w dużej mierze abstrakcyjnym. Wymagała zatem dużej dozy opanowania i właśnie dojrzałości w mierzeniu się z wyzwaniami.

„No, ale jak to dokładnie robili?” – zapytał już trochę zniecierpliwiony Janek.

Każdej osobie początkującej towarzyszył doświadczony fotograf. Tandemy: osoba niepełnosprawna – trener w sporcie są dowodem na to, że wspólna pasja jednoczy ponad różnicami. Fotografowie byli po to, aby się podzielić wiedzą i doświadczeniem. Uczestnicy projektu twierdzili, że nie zawsze łatwo było o więź w parach, opartą na zaufaniu i zrozumieniu. Jednak to normalne kiedy do tego samego zadania biorą się osoby żyjące w zupełnie różnych rzeczywistościach. Elementem wspólnym była sztuka. Sam proces fotografowania nie jest wymagający. W czasach aparatów cyfrowych wystarczy wcisnąć przycisk i mamy zdjęcie. „Ale jak ocenić, czy zdjęcie jest dobre?” – zapytał Janek. Tu przydał się transfograf, który na szczęście jest dostępny na Katolickim Uniwersytecie w Lublinie. Fotografowi wystarczy rzut oka na wyświetlacz w aparacie lub komputer i wie czy zdjęcie jest OK i co na nim jest. Ale jak to samo ma zrobić osoba niewidoma?

Transfograf to urządzenie, które wygląda jak niebieskie klocki przedstawiające meble, a do niego jest dołączona książka. „To jest takie pudełko z wymiennymi przykrywkami, a każda z przykrywek ma kształt mebla. Osoba niewidoma najpierw bierze mebel do rąk i poznaje za pomocą dotyku. Zaczyna rozumieć co to za przedmioty. To też przedmioty codziennego użytku, które każdy zna, np.: łóżko, krzesło, stół. Później zadanie jest takie, żeby włożyć do otworów w wieczku dany mebel. To jest tak zrobione, że zawsze mebel wystaje jednym konturem ponad przykrywką pudełka. Dzięki temu osoba niewidoma może zrozumieć jak działa rysunek, czyli że kontur jest jedynie sugestią trójwymiarowego przedmiotu, który się kryje za nim”¹. To był początek, żeby zrobić wprowadzenie o rysunku 2D. Są specjalne folie do tyflografii, czyli do rysunków dotykowych i podkładki gumowe. Na podkładkę gumową kładzie się folię. Następnie ostrym narzędziem, np. długopisem czy ołówkiem zaczynamy rysować. Folia pod wpływem nacisku wypiętrzy się pozostawiając odcisnięty wzór. Dzięki temu rysunek będzie dotykowy. Pod koniec projektu odkryto, że jeśli chodzi o adaptowanie materiałów na tyflografiki, to sprawdza się klej CR, którym można malować ręcznie. Klej pozostawia wyraźne zgrubienia, które są „widoczne” pod dotykiem palców. Książka, która została wydana na koniec tego projektu jest ilustrowana za pomocą tego kleju.

„No dobrze” – powiedział Janek – „Ale jak określić odległość obiektu, który chcemy sfotografować kiedy go nie widzimy?”

Są różne metody. Zależy od tego co chcemy sfotografować. Jeśli robi się zdjęcie martwej naturze, czyli przedmiotowi, który jest dosyć mały, można porównywać wielkość obiektu do swoich palców. Jeśli są to przedmioty leżące na stole, to osoba robiąca zdjęcie siedzi przy stole i wyciąga rękę dotykając fotografowany przedmiot. Dzięki temu można za pomocą własnego ciała zrozumieć jaka jest odległość. Można również użyć sznurka: przyczepić go przy aparacie, a drugi koniec do przedmiotu, któremu będzie wykonywane zdjęcie. W przestrzeni publicznej można to zrobić „na ucho” – za pomocą dźwięków takich jak szum drzew i liści, śpiew ptaków. Jest też sposób na to jak wyczuć cień rzucany przez cokolwiek. W tym przypadku pomocna okazuje się laska, którą każda

¹ <http://odjechanestudia.pl/uncategorized/okiem-obiektywu-fotografia-dla-osob-niewidomych-i-slabowidzacych/>

osoba niewidoma ma. Wygląda to w ten sposób, że podchodzimy do cienia i osoba niewidoma ma swoją łaskę. Fotograf wraz z niewidomą osobą uczącą się łapią łaskę i trzymając ją razem, podążają śladem konturu cienia. Dzięki temu osoba niewidoma jest w stanie mniej więcej oszacować wielkość danego przedmiotu. Wystawa „Miasto, którego nie widać” trwała od 23 listopada do 14 grudnia 2018 w Galerii Labirynt.

„Zgłosiłbyś się do takiego projektu?” – zapytałam Janka. „Jakby był jeszcze kiedyś taki w Lublinie, to może i tak” – odpowiedział.

Janek zrobił drugą herbatę i przypomniał sobie, że kiedyś wspominałam mu o moim dziadku – fotografie. Dziadek miał świetny wzrok i jego znajomość z babcią zaczęła się właśnie od zdjęcia babci, które z kliszy wywoływał w swoim zakładzie. 30-letnia wówczas Julia, ułożona kokieteryjnie na boku w skromnym i eleganckim kostiumie kąpielowym zrobiła na nim ogromne wrażenie – i tak to się zaczęło. Niestety wzrok odziedziczyłam po babci. Pamiętam czasy, gdy właściwie już nie widziała, a ja przynosiłam jej wielkie albumy ze zdjęciami w sepii i opowiadałam co widzę na zdjęciach. Często po jednym moim zdaniu babcia już snuła swoją opowieść. „Jakaś starsza pani w pięknej sukni, babciu i biały piesek na jej kolanach...”. Babcia przerywała w pół słowa i mówiła: „To ciocia Marychna, chorowała na gruźlicę, była wielką damą i dobrym człowiekiem. Wszyscy traktowali ją z ogromnym szacunkiem...”. Byłam wtedy głupią nastolatką i często udawałam, że słucham jej historii. Dziś żałuję, że wielu z nich nie pamiętam. Janek potakiwał ze zrozumieniem i uśmiechnął się na określenie „głupia nastolatka”. Opowiedział mi, jak jego babcia, będąc właśnie nastolatką założyła się z koleżankami, która dłużej będzie patrzeć w słońce. Babcia wygrała i na wiele lat całkowicie utraciła wzrok. Potem wracał on powoli, ale było to bardzo słabe widzenie.

„Moich problemów ze wzrokiem nie odziedziczyłem po babci” – powiedział Janek – „I mam wielką nadzieję, że nie odziedziczyłem też głupoty”.

Atmosfera naszej rozmowy stała się dużo weselsza. Zaczęliśmy rozmawiać o naszym noworocznych postanowieniach: schudnąć, mniej palić, nie złościć się o drobiazgi... „Chciałbym chyba dodać jeszcze jedno postanowienie.” „Jakie?” – zapytałam zaciekawiona.

„Będę się starał być bardziej otwarty na nowe rzeczy, nie bać się, nie wycofywać, nie zakładać, że i tak się nie uda.” Rozumiałam Janka bardzo dobrze. Ile razy ja rezygnowałam z różnego rodzaju możliwości właśnie ze strachu, że nie podołam, że to za trudne. Wcale nie zawsze związane było to z moim słabym widzeniem, ale ono na pewno utrudnia wchodzenie w nowe zadania, nowe sytuacje. W styczniu kończę kolejny rok. Połowa wieku już za mną. Czasem czuję się młodo, czasem staro, ale na pewno jestem trochę odważniejsza i wiem, że drobiazgami naprawdę nie warto się przejmować. Wiem, że w życiu ważne jest, by mieć swoje pasje. Kiedy byłam nastolatką nie rozumiałam mojego kolegi z klasy, który mówił: „Zapisz się gdzieś, rób coś swojego”. Wydawało mi się, że szkoła, znajomości z koleżankami i randki z chłopakami całkowicie mi wystarczają. Janek też ma swoją pasję – historię. Przepytuje mnie często ze znajomości historycznych wydarzeń i przyznam, że wypadam dość blado. Dziś też mnie pytał czy wiem jakie historyczne rocznice obchodzimy w styczniu. Wydukałam, że chyba Traktat Wersalski i koniec bitwy pod Moskwą. Zrewanżowałam się pytaniem z tzw. „mojej działki” – psychologii.

„To jak się już tak przepytujemy, to może ty pamiętasz co to jest dysonans poznawczy?” – zapytałam. Janek ripostuje: „To taka sprzeczność na przykład, że masz 50 lat, a zachowujesz się jak trzydziestka. Możesz tłumaczyć sobie, że wiek nie ma znaczenia, tylko to, na ile lat się czujesz, albo zacząć zachowywać się poważniej, bo sprzeczności, zgodnie z teorią Festingera, twórcy Teorii dysonansu poznawczego, zawsze usiłujemy jakoś likwidować. Szkoda, że nie masz urodzin 6 stycznia” – śmieje się Janek. – „Przyjechałbym do Ciebie z trzema królami”.

Janek ma dwóch kolegów o podobnych zainteresowaniach, obaj na wózkach. Poznali się przez Internet na forum na temat II wojny światowej. Nigdy się jeszcze nie spotkali, choć mieszkają w jednym mieście. Bariery architektoniczne. „Ale nie ma rzeczy niemożliwych. Trzej Królowie uwierzyli w przepowiednię i znaleźli Dzieciątko w żłobie, owinięte w pieluszki, to i my we trzech cel swój osiągniemy i wreszcie się spotkamy. Mamy już plan, dopracowujemy szczegóły”. Teraz wiem, że mogę już wrócić do siebie. Ze mną Paweł może pozwolić sobie na chwile słabości, z kolegami to on jest siłą dodającą energii tej męskiej paczce, a często także i mnie, gdy tracę nadzieję.



Medytacja Ignacjańska

Czyli po co szukać w Tybecie tego, co mamy za oknem? CZĘŚĆ I

Agnieszka Gawrych

I.

Z pojęciem medytacji spotykamy się bardzo często, zwłaszcza od czasu kiedy drzwi globalizacji otworzył nam Internet, zasobność portfeli zaczęła pozwalać na dalekie podróże, a literatura poczęła opływać w zachwyty nad mądrością Wschodu. Nie deprecjonując jej, ani niczego jej nie ujmując, da się jednak zauważyć, że jako Europejczycy wyrastamy korzeniami z tradycji Zachodniej. Do znudzenia przytaczane słowa Ojca Świętego – Jana Pawła II o niepodcinaniu korzeni, z których sami wyrastamy, możemy – jeśli zechcemy – odebrać nie w tonie surowego przypomnienia, ale pozytywnego przypomnienia o tym, że Zachód również obfituje w głębokie zasoby. Z ich skarbca możemy czerpać pełnymi garściami.

Zatem z myślą nie o rozwoju ego skoncentrowanego na samym sobie, ale o rozwoju ku pełni życia i wolności, ten artykuł poświęcony jest Medytacji Ignacjańskiej. Modlitwa ta wyrasta z tradycji jezuickiej. Jej twórcą jest założyciel zakonu i jego późniejszy generał – św. Ignacy Loyola. Proponowana przez niego metoda kontaktu z Bogiem łączy uważne i przenikliwe zgłębianie Pisma Świętego i pozwala temu Słowu niejako przeskanować nasze życie w poszukiwaniu

punktów styczności i rozłączności. Jej istotą nie jest jednak samodoskonalenie ani sztuka dla sztuki, ale spotkanie z Żywą, Przemieniającą Miłością – Bogiem. „Panie, przenikasz i znasz mnie, Ty wiesz, kiedy siadam i wstaję. Z daleka przenikasz moje zamysły, widzisz moje działanie i mój spoczynek, i wszystkie moje drogi są Ci znane” – napisze autor Psalmu 139, ale my sami nie znamy siebie tak dobrze jak nam się wydaje, za to chętnie łudzimy się co do tego, kim jesteśmy. Dobrze praktykowana Medytacja Ignacjańska jest cudownym lekiem choćby na pobożne bujanie w obłokach i brak kontaktu z rzeczywistością. Konfrontuje nas z tym, jacy jesteśmy wobec Boga, innych, siebie. Zapraszam zatem w podróż po jednej z twierdz w bogactwie kultury Zachodu. Szerokiej drogi!

II. Krótki przewodnik – autorstwo, kontekst, budowa, cechy charakterystyczne

Metodę Medytacji Ignacjańskiej – o czym już wiemy – sformułował jej imiennik – nawrócony hulaka i żołnierz – św. Ignacy z Loyoli. W książce autorstwa pierwszego jezuitę – „Ćwiczeniach duchownych” modlitwa ta zajęła miejsce u boku dwóch innych, tzn. Ignacjańskiego Rachunku Sumienia i Kontemplacji Ignacjańskiej. Być może zamiłowanie autora do sztuki

wojennej sprawiło, że schemat i opracowanie medytacji są pod względem metodologicznym i metodycznym niemalże doskonałe, a jej zastosowanie – bardzo praktyczne.

Kościół od stuleci propaguje Medytację Ignacjańską jako jeden z najskuteczniejszych sposobów na drodze rozwoju dojrzałości chrześcijańskiej. Co ciekawe, „ponad trzydziestu papieży zabierało głos w [jej] sprawie, a Pius XI poświęcił [jej] całą encyklikę *Mens nos tra*. O coraz usilniejszym rozpowszechnianiu praktyki «Ćwiczeń duchownych». Chwalił je, pisząc między innymi: „Dowiedzione jest, że pośród wszystkich metod w odprawianiu ćwiczeń duchownych [...] jedna przed innymi zawsze pierwsze zajmowała miejsce. [...] Mówimy o metodzie wprowadzonej przez św. Ignacego Loyoli. [...] Jego to «przedziwna książeczka Ćwiczeń», mała objętością, lecz pełna niebieskiej mądrości, odkąd została uroczystie zatwierdzona, [...] «zajaśniała jako najmądrzejszy i jedynie powszechny kodeks praw potrzebnych do kierowania duszy na drodze zbawienia»”.

Na samą metodę składa się kilka elementów głównych i szereg pomniejszych. Do głównych zaliczyć trzeba: Przygotowanie dalsze – Przygotowanie bliższe – Medytację – Refleksję.

Definicje i streszczenia esencji modlitwy można by mnożyć. Ojciec Rafał Huzarski opisuje ją krótko jako „poświęcenie kilkudziesięciu minut wyłącznie na trwanie w świadomości, że Bóg jest ze mną”. Według o. Dariusza Michalskiego SJ: „Modlitwa Ignacjańska wpisuje się nie tylko w tradycję nawiązywania kontaktu z Bogiem, ale również w tradycję świadomego codziennego życia, którego podstawowym elementem jest odkrywanie wartości własnej osoby jako ukochanego dziecka Bożego: ukochanej córki, ukochanego syna. Taki jest właśnie jeden z owoców właściwie praktykowanej Medytacji Ignacjańskiej. [...] Jest nim doświadczenie bycia kochanym przez Boga w sposób bezwarunkowy oraz szacunek do samego siebie. To z tego doświadczenia ma wypływać nasza służba Bogu i bliźnim”. Píše on także wcześniej, że „by móc zacząć praktykować [tę modlitwę], trzeba spotkać się ze sobą – ze swoim pogubieniem czy po prostu ogromnym głodem duchowym. Św. Ignacy píše, że człowiek jest stworzony dla Boga. Jest w nas ogromny głód Boga.” Z kolei o. Józef Augustyn SJ zaznacza, że „Książeczka ćwiczeń duchownych [w tym także Medytacja Ignacjańska – przyp. autora] nie jest

do czytania, ale do praktykowania – i tu leży zasadnicza trudność w jej zrozumieniu. Bez osobistego odprawienia Ćwiczeń są one dla czytelnika zupełnie niezrozumiałe i tracą siłę oddziaływania. [...] Przy zachowaniu wszystkich należnych proporcji Ćwiczenia podobne są w pewnym sensie do Biblii: tak jak samo czytanie Pisma Świętego nie porusza i nie zmienia człowieka, tak również jest w przypadku Ćwiczeń duchownych. Skuteczności tych ostatnich może doświadczyć tylko ten, kto zaangażuje się w ich odprawienie pod kierunkiem doświadczonego duchowego kierownika.”

Pora przejść do schematu medytacji, a następnie pochylić się nad poszczególnymi jej elementami. Narrację kolejnego rozdziału przekazuję w ręce specjalistów w dziedzinie duchowości ignacjańskiej, czyli (wyszczególnionym w bibliografii) ojcom jezuitom.

III. Schemat i funkcje elementów medytacji

A. PRZYGOTOWANIE DALSZE

Rozpoczyna się je albo dzień przed medytacją właściwą – jeśli medytujemy rano, albo na kilka godzin przed.

Jak notuje o. Biel SJ za swoim starszym współzakonnikiem o. Augustynem SJ: „św. Ignacy kładzie duży nacisk na samo przygotowanie medytacji. Brak większych owoców modlitwy może wynikać z braku przygotowania. [...]”

Zaczynamy [więc] od kilkakrotnego przeczytania tekstu. Następnie możemy czytać tekst wolniej, smakując go, tj. zatrzymując się na poszczególnych zdaniach, wyrażeniach, słowach. Czytamy tekst po raz ostatni i próbujemy wychwycić z niego to, co najistotniejsze dla nas. [...] Warto zatrzymać się dłużej na [...]: treściach, które dają radość, pokój, entuzjazm, które wewnętrznie nasycają, ubogacają i umacniają, a z drugiej strony na [tych], które rodzą przeciwne uczucia, a więc niepokój, drażnią, budzą niechęć, opór, irytację, złość, gniew itd. [...] Nie należy się spieszyć.

Kiedy korzystamy z gotowych [opracowań], ważny jest wybór tych treści, które są nam bliższe i bardziej nas dotyczą itd. [...] Literatura i Internet dostarczają mnóstwo opracowań fragmentów Pisma Świętego w formie tzw. punktów, czyli rozważań na podstawie tekstu Biblii.”

B. MEDYTACJA (ok. 45 min)

W tym miejscu rozpoczyna się rozważanie lub kontemplowanie Słowa Bożego w oparciu o przygotowany wcześniej fragment Pisma Świętego i punkta. Tzn. rozpoczyna się je na modlitwie. Tutaj jedynie zwiędzamy zakamarki twierdzy.

1. Przygotowanie bliższe

Szkołę duchowości Jezuićkiej cechuje elastyczność skrojona na miarę jej użytkownika, jednak dla ułatwienia można przyjąć, że przygotowanie trwa ok. 5, 10 lub 15 min. Składa się ono z trzech zasadniczych punktów i dwóch ułatwiających wejście w medytację, stąd numeracja 0.1, 0.2, a następnie 1.0, 2.0 i 3.0.

0.1 Wyciszenie

„Zanim rozpoczniemy medytację, warto poświęcić chwilę na wewnętrzne wyciszenie, skupienie. Zazwyczaj rozpoczynając modlitwę jesteśmy rozproszeni. Pojawiają się natrętne myśli, strzępy snów, ślady lęków, cienie przyszłych wydarzeń itd. Czas wyciszenia powinien trwać tak długo, aż będziemy świadomie obecni przed Bogiem, gotowi otworzyć się na to, co nowe; aż pocujemy się wewnątrz siebie, obecni tu i teraz. [...] Pomocą w wyciszeniu mogą być proste ćwiczenia, np. świadomość własnego ciała i koncentracja na impulsach wewnętrznych, obserwacja własnych oddechów, koncentracja na wdechu i wydechu powietrza, rytmiczne powtarzanie pewnych zdań, np. Ojcze nasz albo Jezu Chryste zmiłuj się nade mną lub słów, np. Jezus.”

0.2 Stanięcie w obecności Boga

„Najpierw uświadamiamy sobie, że stoimy w obecności Boga [...]. To uświadczenie jest bardzo istotne, [ponieważ] często wchodzimy na modlitwę bez wejścia w relację z Bogiem. Rezultat jest wtedy taki, że zamiast modlitwy koncentrujemy się na sobie. Albo myślimy o Bogu, a nie jesteśmy z Nim. Możemy prosić Ducha Świętego o moc i Światło do dobrego odprawienia medytacji, o głębokie zrozumienie słowa Bożego i poznanie, w jaki sposób oświećta ono nasze życie. [...] W tym pierwszym akcie ważne jest również, by być przed Bogiem ze wszystkim, czym jestem (mogą to być [moje] zalety, ograniczenia, troski...) i jaki jestem (zmęczony, szczęśliwy, z ciężkim sercem, niechęcią do modlitwy...). Stawienie się w obecności Boga jest już modlitwą i należy w nim trwać tak długo, jak długo znajduje się wewnętrzny smak i zadowolenie [...]. Kiedy już się wyciszymy [i uświadcimy Bożą

obecność przy nas], Ignacy proponuje nam modlitwę przygotowawczą, którą można by określić jako trzy akty strzeliste.”

1.0 Prośba o czystość intencji

W dalszym ciągu „prosimy [...] o czystość intencji, o wewnętrzną uczciwość na modlitwie, o to, by nasze zamiary, decyzje i czyny były zgodne z wolą Boga (por. ĆD 46).” „To w pewnym sensie skrócony fundament Ćwiczeń duchownych, który określa zasadniczy sens i cel ludzkiego życia: Człowiek po to jest stworzony, aby Boga, Pana naszego, chwalił, czcił i Jemu służył, a przez to zbawił duszę swoją. Inne zaś rzeczy na obliczu ziemi są stworzone dla człowieka i aby mu pomagały do osiągnięcia celu, dla którego jest on stworzony (ĆD 23). [...] Ten pierwszy akt Ignacjańskiej medytacji nie powinien być [...] formalnością, ale pokornym błaganie o światło Ducha Świętego, deklaracją wierności Panu i ofiarowania się Mu na służbę.”

2.0 Zaangażowanie wyobraźni

„Kolejnym wstępnym krokiem jest wyobrażenie sobie miejsca, obrazu. [...] W wyobrażeniu miejsca można się posłużyć np. rzeczywistymi obrazami znanych krajobrazów (z Ziemi Świętej lub innymi), by wyobrazić sobie synagogi, miasteczka i wioski, gdzie Chrystus, Pan nasz, głosił (Dobrą Nowinę), lub Jezioro Tyberiadzkie, bądź Górę Błogosławieństw. Można wykorzystać znane obrazy artystów czy rzeźby. Można też posłużyć się obrazami symbolicznymi. [...] Każda scena biblijna otwiera nas na Boga, który jest pośród nas; Bóg objawiał się przecież w konkretnie naszego człowieczeństwa, w miejscach dobrze nam znanych. Ziemia, którą zamieszkujemy, nabiera wówczas wymiarów biblijnych, boskich. Ustalenie miejsca pomaga nam odkryć Boga – nie w przestworzach – lecz w naszej rzeczywistości (w domach, miastach, na drogach i pustyni...). [...]”

Obraz pozwoli nam również włączyć w naszą modlitwę wyobraźnię. Ponadto ma nam służyć jako punkt orientacyjny, który w razie zagubienia się, rozproszenia, oddalenia myśli czy serca od przedmiotu medytacji, pozwoli nam w umiejscowieniu na nowo treści modlitwy.”

3.0 Prośba o owoc modlitwy

„Trzeci krótki akt strzelisty dotyczy prośby o owoc i cel konkretnej medytacji: Prosić Boga, Pana naszego, o to, czego chcę i pragnę (ĆD 48). Rozpoczynając

modlitwę, powinniśmy [...] wniknąć w nasze pragnienia, uświadomić sobie nasze życzenia i prawdziwe potrzeby, a następnie wypowiedzieć je przed Bogiem. [...] Treść prośby może rodzić się w nas zależnie od medytowanego tekstu czy kontemplowanej tajemnicy ewangelicznej, z drugiej strony zależy od naszych aktualnych potrzeb, stanów duszy, etapów w życiu duchowym. [...]

Prośba o to czego chcę i pragnę jest bardzo istotna w każdej medytacji. Wielkie pragnienia z naszej strony są źródłem wielkich darów Bożych. Im więcej prosimy, tym więcej otrzymujemy."

Zakończenie w pół drogi...

W tym kulminacyjnym punkcie opowieści zostawiam czytelnika (mam nadzieję) z uczuciem niedosytu i apetytu na więcej. W drugiej części publikacji, w kolejnym numerze magazynu HELP nastąpi kontynuacja wędrówki po metodzie spotkania z Bogiem, która prowadzi w głąb poznania Jego, nas samych, otaczających nas ludzi i świata prostując przy tym ścieżki tych, którzy zdecydują się na nią wkroczyć. Dalszy ciąg rozpocznie się od opisu głównej części modlitwy, czyli samej medytacji Słowa Bożego.

Budowa Medytacji Ignacjańskiej

A. PRZYGOTOWANIE DALSZE (ok. 15 min.)

dzień lub kilka godzin przed Medytacją (B)

B. MEDYTACJA (ok. 45 min.)

1. Przygotowanie bliższe

0.1 Wyciszenie

0.2 Stanięcie w obecności Boga

1.0 Prośba o czystość intencji

2.0 Zaangażowanie wyobraźni

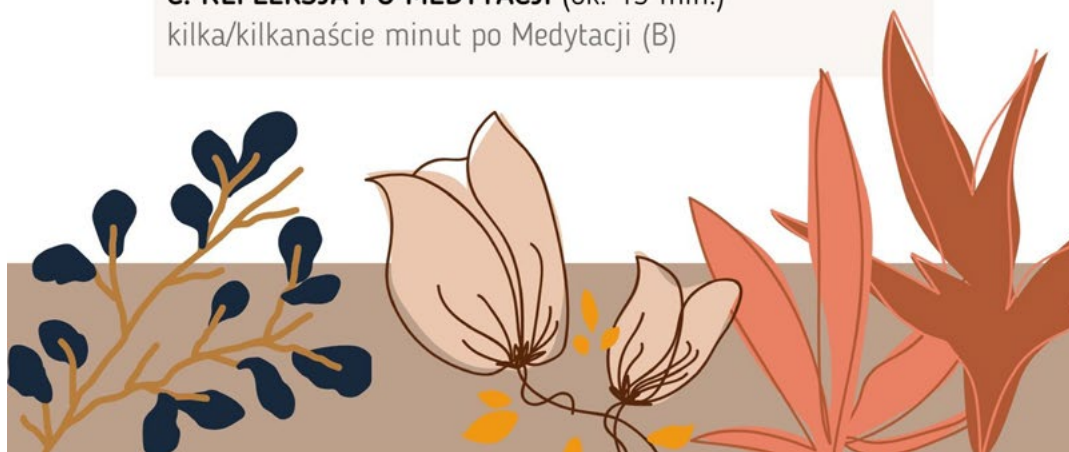
3.0 Prośba o owoc modlitwy

2. Medytacja – Rozważanie/Kontemplacja Słowa Bożego

3. Rozmowa końcowa

C. REFLEKSJA PO MEDYTACJI (ok. 15 min.)

kilka/kilkanaście minut po Medytacji (B)





Kulturalnie z Helpem

Tradycja judeochrześcijańska dostępna dla wszystkich

Sapho

Drodzy Czytelnicy!

Dzięki pewnym udogodnieniom, których doświadczyliśmy ostatnio, możemy rozszerzyć w HELP-ie naszą działalność związaną z kulturą. Niniejszym zatem przedstawiamy Wam nowy cykl dotyczący kultury dostępnej, dzięki któremu dowiecie się, jakie dzieła literackie oraz kinematograficzne warto znać, a jednocześnie gdzie i w jakiej formie można się z nimi zapoznać. Tematem przewodnim dzisiejszego spisu jest natomiast – Tradycja judeochrześcijańska dostępna dla wszystkich!

Powroty do źródeł

Cykl, jak i jego pierwszy artykuł zaczniemy od najpopularniejszego dzieła na świecie – pierwszej książki, która doczekała się swojej drukowanej wersji oraz najczęściej przedrukowywanej do dnia dzisiejszego. Jednakże słowem wstępu zahaczmy delikatnie o... moje dzieciństwo.

Byłam dosyć specyficznym dzieckiem. Stroniłam raczej od towarzystwa ludzi, a często zajmowałam się rzeczami, które w oczach mojej rodziny nie znajdowały aprobaty – pewnie dlatego, że zawsze miałam skłonność do przesady we wszystkim, co robiłam, również w czytaniu. Potrafiłam zamknąć się w pokoju z książką i zapomnieć o całym świecie, również o jedzeniu, na kilkanaście godzin. Wiele było lektur, które potrafiły oderwać mnie od rzeczywistości. Jedną z nich był Stary, a potem Nowy Testament. Jesteście w szoku? Ja też w dalszym ciągu nie mogę uwierzyć, kiedy o tym mówię, ale tak! Pismo Święte czytałam z całkowitym brakiem poszanowania dla świętości owych ksiąg i traktowałam je jak najzwyklejszy w świecie kryminał, przynajmniej w odniesieniu do Starego Testamentu – napisany zresztą językiem tak prostym, że dobrze zrozumiałam dla dziesięciolatki, którą byłam.

Uczymy się już w podstawówce na temat mitologii greckiej i rzymskiej, i traktujemy ją jak baśnię, czytamy z przyjemnością, uczymy się o kulturze, która do dzisiaj ma wpływ na nasz sposób myślenia o sztuce, literaturze, prawie i innych ważnych dziedzinach życia. Zapominamy jednak, że tradycja judeochrześcijańska

jest nieodłączną częścią tych wpływów i być może nawet większych w kontekście Polski niż w innych krajach europejskich. Samo Pismo Święte traktujemy natomiast jako niedostępne, zbyt odległe, zbyt ważne, aby je czytać i traktować jak każdą inną lekturę pod względem literackim. Z wielką szkodą dla nas samych!

Przypomnijcie sobie z jaką czystą fascynacją traktowaliście pierwsze poznane przypowieści, pierwsze historie z Księgi Rodzaju czy Księgi Wyjścia. Stary Testament czyta się jak najlepszą książkę podróżniczą czy przygodową! Historia Mojżesza to jak historia hrabiego Monte Christo, a Noe jest jak Robinson Crusoe. Czytając o Hiobie znajdujemy pociechę w codziennych trudnościach, a zapoznając się z dosyć oryginalnym sposobem króla Salomona na rozwiązanie problemu dwóch matek jednego dziecka, uczymy się czym jest miłość.

Pismo Święte to nie tylko antyczna, zakurzona kulturowo księga, to także przyczynek rozrywki, ale i refleksji, wiedzy, ale również wskazówek, jak żyć. Zatem nawet jeżeli nie jesteście wierzący, warto znać je chociażby jako jedno z najważniejszych dzieł literatury światowej. Powiecie teraz, że całkiem oszalałam i przecież żaden niewidomy nie będzie dźwigał do domu Nowego Testamentu w brajlu, a co dopiero Starego Testamentu, który jest kilkukrotnie obszerniejszy. Co do tego ostatniego, macie rację. Objętość Pisma Świętego w brajlu jest zatrważająca. Są jednak znacznie przystępniejsze metody zapoznawania się z Biblią. Generalnie zresztą chciałabym patrzeć przez wasze okno na możliwości osób niewidomych. Kiedy możecie, czytajcie brajlem, ale jeżeli z powodu braku dostępu do książek wydanych tym zapisem mielibyście przestać zapoznawać się z literaturą, to zdecydowanie korzystajcie z audiobooków oraz waszych czytaczy ile się da!

Coraz popularniejsze stają się ostatnio aplikacje zawierające całość Pisma Świętego w konkretnym przekładzie. Można je pobrać za darmo i na co dzień korzystać z wszelkich dobrodziejstw Biblii na prywatnym telefonie. Nie musicie jednak sprawdzać wymagań Waszych komórkowych czy komputerowych „czytaczy” i tego czy poradzą sobie z aplikacjami dla widzających. Istnieją również aplikacje dostępne dla osób niewidomych, zawierające profesjonalne nagrania audio. Jedną z popularniejszych jest *Agape Provider*. Aplikacja ta zawiera nagrania Pisma Świętego

wykonane w 1982 roku z inicjatywy Biblioteki Centralnej Polskiego Związku Niewidomych. Nagranie wykonano w oparciu o obowiązującą w Polsce obecnie Biblię Tysiąclecia, a sama aplikacja pobiera pliki ze strony biblioteki, gdzie również można z nich korzystać już bez pomocy programów.

Lektura uzupełniająca

Jeżeli Pismo Święte macie już w jednym palcu, sięgnijcie do innych lektur wyrosłych w tradycji judeo-chrześcijańskiej. Do jednej z nich należy *Boska Komedია* Dantego. Ten wierszowany utwór nieodmiennie zaskakuje kunsztem i jednocześnie makabrycznością przedstawianych obrazów. Daje również jednak nadzieję, bo mimo sławy, którą zdobył, Dante nie tylko *Piekłem* stoi...

Tutaj nie jestem w stanie zaproponować żadnej aplikacji, która udostępni Wam to dzieło za darmo, jednakże jeżeli dysponujecie „czytaczami” zapraszam na wspaniałą stronę wolnelektury.pl. Znajdziecie tam już ponad 1800 utworów literatury polskiej i światowej w formatach mobilnych, ale również niektóre z nich w formie audiobooków. Dzięki tej stronie możecie zatem zapoznać się właśnie między innymi z Dantem, który stał się i jest nieprzerwanie od prawie siedmiuset lat inspiracją licznych dzieł sztuki na całym świecie. Łączy w sobie tradycję nie tylko chrześcijańską, ale również grecko-rzymską i jest dziełem, które stanowi filar kultury europejskiej w tym samym niemalże stopniu co Pismo Święte czy też utwory homeryckie, o których będziemy pewnie jeszcze pisać. Miłego czytania!

Z punktu widzenia audiodeskrypcji

Sytuacja filmów z audiodeskrypcją w Polsce wciąż jest marna w porównaniu do krajów tzw. „zachodnich”, do których podobno już należymy, ale różnice w myśleniu i nastawieniu do mniejszości w społeczeństwie wciąż dają do zrozumienia, że nasza kultura, a przynajmniej jej dostępność, pod wieloma względami kuleje. W lepszej sytuacji są osoby niewidome, znające język angielski, bowiem filmów z audiodeskrypcją w tym języku jest bardzo dużo. Można je znaleźć zarówno na Netflixie jak i na innych platformach – od TVP VOD, przez HBO, aż do serwisu player.pl lub po prostu wybrać się do wypożyczalni (tak, jeszcze nieliczne istnieją!) lub zakupić własną płytę DVD z filmem. W tej kwestii, mimo iż wiadomo, że po cichu wielu z nas korzysta z nielegalnej dystrybucji filmów w Internecie, namawiam mimo wszystko do

korzystania z kultury legalnie. Jeżeli kwestie prawne Was nie przekonują, weźcie pod uwagę, że w ten sposób budujecie popyt na kinematografię opatrzoną audiodeskrypcją, czyli macie realny wpływ na to, żeby Polska stawiała się z roku na rok bardziej dostępna dla osób niewidomych!

Wśród filmów, które warto znać w kontekście tradycji judeochrześcijańskiej znajdują się na pewno produkcje takie jak *Pasja* Mela Gibsona z 2004 roku. Do tej pory niestety film ten nie jest dostępny z audiodeskrypcją w języku polskim. Mimo iż jest to produkcja makabryczna, to uważam, że do pewnego stopnia obowiązkowa. Pokazuje, że męka Chrystusa to nie tylko sterylnie przedstawiane na obrazach i rzeźbach wydarzenia o zabarwieniu oraz wymowie jedynie duchowej, ale także ogromne fizyczne cierpienie, które przypomina wiernym kościoła katolickiego o ogromie poświęcenia Jezusa. Miejmy zatem nadzieję, że doczeka się własnej audiodeskrypcji.

Filmem bardziej współczesnym i polskim wartym uwagi, który w wersji dla niewidomych pojawiał się do tej pory jedynie podczas pokazów specjalnych, jest *Boże ciało* w reżyserii Jana Komasy, nominowane w zeszłym roku do Oscara. Niestety na rynku nie ma – miejmy nadzieję, że póki co – wersji na płytach DVD dostępnych dla niewidomych.

Podobnie rzecz się ma z dwiema produkcjami animowanymi Disneya. Zarówno *Józef, władca snów*, jak i *Książe z Egiptu* czerpią intensywnie z przekazów Pisma Świętego, a niestety nie doczekały się audiodeskrypcji w języku polskim. Tą cieszyć się mogą jedynie niewidome dzieci pochodzące między innymi ze stanów Zjednoczonych i Wielkiej Brytanii. Były oczywiście podejmowane próby dostosowania bajek wytwórni takich jak Disney czy Pixar dla polskich dzieci. Uznano jednak niestety, że rynek jest zbyt mały. Mamy mimo to nadzieję na stopniowe poprawianie się sytuacji między innymi ze względu na program *Dostępność plus* i dzięki inicjatywom prywatnych stacji takich jak *Minimini*, które stopniowo wprowadzają kulturę dostępną również dla dzieci niewidomych na łamach swoich stacji.

Na chwilę obecną wybór zatem jest niewielki. W kontekście filmów dostępnych z audiodeskrypcją oraz nawiązującym do tematyki chrześcijańskiej

polecić mogę między innymi trzy następujące, traktujące każdy ową tematykę w całkowicie odmienny sposób: *Krew Boga*, *Zupełnie Nowy Testament* oraz *W Imię...*

Akcja filmu *Krew Boga* rozgrywa się we wczesnym średniowieczu, a jej tematem jest chrystianizacja terenów pogańskich. Ta produkcja polsko-belgijska otrzymała nominację do Złotych Lwów na 43. Festiwalu Filmów Fabularnych w Gdyni.

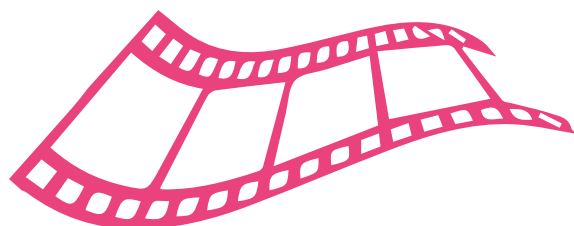
W imię... w reżyserii kontrowersyjnej Małgorzaty Szumowskiej to film o tym, że kapłani również, tak samo jak my, są tylko ludźmi. Film niezwykle poruszający i jednocześnie nieco obrazoburczy, ale bardzo wartościowy pod względem wszczynania dyskursu społecznego.

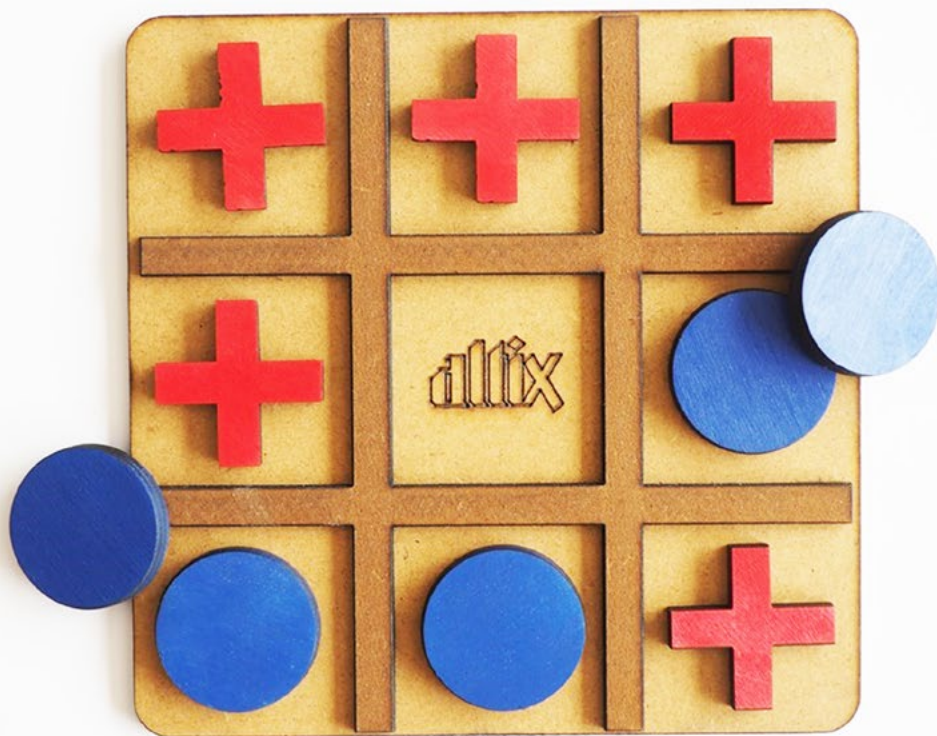
Na koniec pozostał nam *Zupełnie Nowy Testament*. Zdecydowanie film skierowany do osób niebędących konserwatystami. Głównym bohaterem jest Bóg, który – jak się okazuje – ma problemy z ogarnięciem własnego życia, a na co dzień mieszka w Brukseli. Jego ulubionym zajęciem jest natomiast doprowadzanie ludzi do szaleństwa. Całość jest luźno traktującą tradycyjne pojmowanie Boga, dosyć ambitną zarówno w wymowie, jak i pod względem artystycznym komedią, która swego czasu zdobyła nominacje do wielu prestiżowych nagród takich jak Złote Globy czy te przyznawane na Festiwalu w Cannes.

Każdy z tych trzech filmów w jakiś sposób odznaczył się w historii kina światowego lub polskiego i każdy z nich zasługuje na uwagę, chociaż z całkiem innych powodów. Wszystkie trzy natomiast obejrzeć można na platformie vod.pl – oczywiście odpłatnie.

Milego oglądania!

Od redakcji: Jeżeli jakkolwiek z podanych wyżej informacji w kwestii dostępności jest Państwa zdaniem myląca lub niepełna, lub jeżeli posiadają Państwo informację na temat dostępności wymienionych dzieł, prosimy o wysyłanie wiadomości e-mail na adres: help@szansadlaniewidomych.org





ALTIX – INNOWACJE I TRADYCJE

Od 30 lat Altix produkuje i dostarcza rozwiązania wspierające osoby niewidome i słabowidzące w edukacji, pracy, czynnościach dnia codziennego, a nawet w rozrywce. Nasi informatycy (również niewidomi) stworzyli wiele wyspecjalizowanych programów, takich jak pierwszy na świecie syntezator polskiej mowy Readboard, program do konwersji, składu i edycji tekstu brajlowskiego Euler (wraz z modułem matematycznym) czy YourWay – mobilną aplikację prezentującą obiekty dostępne dla niewidomych, rejestrującą sygnały nadajników z technologią Beacon.

Nasi eksperci od projektowania uniwersalnego opracowali teoretyczne i praktyczne standardy dostępności stosowane w wielu miejscach i instytucjach. Wraz z naszymi technologiami wyspecjalizowanymi w dziedzinie tyflografiki opracowaliśmy urządzenia wspierające orientację w przestrzeni: mówiące i dotykowe plany tyflograficzne, m.in. globus, oraz absolutnie unikatowe w skali całego świata udźwiękowione szachy (IDOL 2019).

Tworzymy także rzeczy „małe”, ale również wyjątkowe. Projektujemy i samodzielnie wykonujemy pomoce edukacyjne m.in. do nauki brajla, gry, np. dotykowe Memo, czy specjalne oznaczenia niezbędne w otoczeniu ludzi niewidomych.

Wykorzystanie najnowszej technologii w połączeniu z wieloletnią wiedzą, praktyką i tradycjami zaowocowały wyrobami, które świetnie wpisują się w aktualne potrzeby klientów, zarówno indywidualnych, jak i instytucjonalnych.



Marek Kalbarczyk
Janusz Mitowski

Świat opisywany dźwiękiem



AD

Publikacja jest owocem pracy zespołu Fundacji Szansa dla Niewidomych wykonanej w ramach projektu pt.: *Audio deskrypcja drzewiami do kultury i sztuki.*

Marek Kalbarczyk

Epilogi przywracające nadzieję



Wspomnienie o Profesorze Witoldzie Kondrackim
i Jego świecie

Marek Kalbarczyk



Dotyk Solidarności



Smak na koniuszkach palców



Marek Kalbarczyk
Piotr Adamczewski

Wydanie II, rozszerzone

PIOTR WITT

CHOPIN À PARIS UNE AFFAIRE NON CLASSÉE

PRÉFACE DE RAFAŁ BLECHACZ



SZANSA i CHANCE
Fundacja Szansa dla Niewidomych
Chance for the Blind Foundation

Marek Kalbarczyk

Perły Mazowsza dla Ciebie



Czytaj (z) Trzecim Okiem!



WYDAWNICTWO
TRZECIE OKO