

Fundacja wykorzystanych
szans

JESTEŚMY RAZEM –
REHA W RZESZOWIE

Konkurs IDOL już nie
tylko w Polsce!

help

jesteśmy razem

nr 71 sierpień 2021 | ISSN 2083-2788

*„Sztandarowe dzieło Fundacji,
Konferencja REHA FOR THE
BLIND IN POLAND, doczekała się
19 edycji i wyrosła najpierw na
istotne przedsięwzięcie w Europie
Środkowej, by stopniowo zyskać
ten status w całej Europie
i sięgnąć po świat.”*
Elżbieta Gutowska-Skowron

REHA FOR THE BLIND
IN POLAND

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 – jesteśmy razem – Miesięcznik, informacje o świecie dotyku i dźwięku dla osób niewidomych, słabowidzących oraz ich otoczenia.” jest dofinansowany ze środków PFRON i ze środków własnych Fundacji Szansa dla Niewidomych.



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

WYDAWCA



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 przedstawiamy uczestników konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND przed Centrum Nauki Kopernik w Warszawie.



Spis treści

■ OD REDAKCJI

Helpowe refleksje _____ 4

■ AKTUALNOŚCI I WYDARZENIA _____ 7

JESTEŚMY RAZEM – REHA W RZESZOWIE 2021_ 10

Konkurs IDOL już nie tylko w Polsce! _____ 17

Kandydaci w krajowym Konkursie IDOL 2021 _ 23

■ CO WIECIE O ŚWIECIE?

Nadciąga era sztucznej inteligencji _____ 32

Z wizytą w Maroko _____ 38

■ TYFLOSFERA

Jak nagrywać rozmowy na iPhone? _____ 43

Moje doświadczenia związane z orientacją przestrzenną i samodzielnym poruszaniem się _____ 48

■ NA MOJE OKO

Fundacja wykorzystanych szans _____ 51

■ JESTEM...

Cukinia w roli głównej _____ 53

Nordic walking zyskuje popularność wśród niewidomych _____ 56

Chcesz się dalej kształcić? Na to zwróć uwagę!_ 60

■ KULTURA DLA WSZYSTKICH

Ciesz się ciszą! _____ 64

Widzę dotykiem i słuchem _____ 67

Helpowe refleksje

Marek Kalbarczyk

Coś niebywałego! Nie zgadłbym, że uda mi się stworzyć taką Fundację, że doczekam jej 30-lecia, a kiedy już to się stanie, będzie ona tak wielką liczbą biur i współpracowników oraz beneficjentów, którym udało się nam pomóc, że w porównaniu z moimi młodzieńczymi planami i marzeniami jest wręcz oszałamiająca.

Jako piętnastolatek pojechałem z mamą do centralnej siedziby Polskiego Związku Niewidomych, by dowiedzieć się, czy można tam znaleźć wsparcie niezbędne na początku pierwszej klasy w liceum. Znalazłem. Może nie było tego tyle, żeby stworzyć mi komfortowe warunki do nauki, ale wystarczyło, bym mógł swobodnie radzić sobie w szkole zwyczajnej, znaczy masowej, w otoczeniu widzącej młodzieży, w przeciwieństwie do szkoły specjalistycznej w Laskach, gdzie kończyłem edukację podstawową. Stało się wtedy coś więcej – o wiele ważniejszego. Nie minęło dużo czasu, kiedy wciągnięto mnie w wir działalności społecznej. Najpierw zostałem zwykłym członkiem Sekcji Uczących się Niewidomych i poznałem wielu fascynujących gości – licealistów i studentów niewidomych i słabowidzących – wszystkich starszych ode mnie. Dowiedziałem się, że można się uczyć na serio i dzięki temu studiować. Co by było, gdybym ich nie spotkał?

Namówili mnie, bym wziął udział w konkursie wiedzy o Mikołaju Koperniku. Pomyślałem, że to ważne, bym się pokazał z jak najlepszej strony. Wypożyczyłem brajlowską książkę o tym genialnym astronomie i przeczytałem ją „od deski do deski”. Miałem szczęście posiadać dobrą pamięć, więc zapamiętałem bodaj wszystkie informacje – daty, wydarzenia, dzieła Kopernika



i pojechałem do PZN. Nie jeździłem wtedy sam. Towarzyszyła mi mama, która była osobą bardzo słabo widzącą, ale widziała na tyle, że mogła swobodnie poruszać się po mieście. Pamiętam, jak wypatrywała numerów tramwajów, ale mimo tych uciążliwych wysiłków udawało się i jechał mi w właściwą stronę. Do konkursu zgłosiło się sporo osób, w tym naprawdę elita tego środowiska, z przewodniczącym wspomnianej sekcji na czele – doktorem Stanisławem Jakubowskim. Zaczęli nas wypytywać. Losowaliśmy pytania i bawiliśmy się cudownie. Ku mojemu zdziwieniu inni nie przygotowali się wystarczająco solidnie i ograłem wszystkich. Drodzy Państwo, był to mój pierwszy zarobek w życiu! Dostałem nagrodę w wysokości 1250 złotych, a był to rok 1973 – raczej styczeń niż później.

Pieniądze bardzo mi się przydały, bo moja rodzina była porządnie niezamożna, ale nie to było

największą korzyścią związaną z tym konkursem. Zaproponowano mi natychmiast wejście w skład zarządu ww. sekcji. Nie wahałem się. Zostałem społecznym działaczem, chociaż w pierwszym momencie nawet nie znałem tego pojęcia. Poznałem go i w nim zasmakowałem.

Niedługo potem wygrałem kolejny konkurs, otrzymałem następną nagrodę pieniężną i zostałem sekretarzem zarządu sekcji. Moja działalnośćowa kariera rozwijała się. Już w roku 1972 odszedł z niej ówczesny jej przewodniczący Stanisław Jakubowski, a zastąpił go Krzysztof Waksberg. I on jednak kończył edukację i także nas opuścił. Następnym przewodniczącym zostałem ja. Boże, jakież to było wspaniałe!

Może miałem takie zdolności, taki charakter, ale w świadomości mam co innego – niezależnie od tego, to ta sekcja i praca dla niej nauczyła mnie działać, pracować, występować, przemawiać, organizować spotkania, narady, wyjazdy, koncerty itd. Dziękuję wszystkim, którzy do tego mnie doprowadzili, głównie mamie, która mimo braku wykształcenia, a jedynie z dobrymi rodzinnymi tradycjami: pracowitości, sumienności, grzeczności i służebności, namówiła mnie do bycia kimś, bycia pożytecznym.

Pierwsze kroki na tej drodze zrobiłem jednak w Laskach. Nie opowiem tutaj o tym, bo nie miejsce na to. Dlaczego? Jednak tam chodziło o zwykłe uczniowskie zabawy rehabilitacyjne, podczas gdy w Związku była prawdziwa menadżerska praca. Trudno się więc dziwić, że ileś tam lat później stworzyłem i prowadziłem kilka poważnych instytucji naraz, najpierw firmę Altix, później Fundację Szansa dla Niewidomych, a w pewnym czasie spółkę Fonon, która uzyskała koncesję na nadawanie radia dla niepełnosprawnych w Warszawie. W latach 90. byłem trzema prezesami naraz, znaczy szefami zarządu w trzech instytucjach. Miałem też wtedy aż 5 aktywności w randze etatów! I skąd się to wzięło? Czy nie z tamtej sekcji, którą, jak milion innych rzeczy, zniszczył stan wojenny?

Altix stworzyliśmy w maju roku 1989, gdy ówczesne władze komunistyczne zezwoliły na prywatną działalność gospodarczą. Mając do czynienia z ogromną opozycją ze strony wielu niewidomych dotyczącą firmy prywatnej, już przy okazji jej tworzenia obiecałem, że startując od przysłowiowego zera, a mówiąc precyzyjnie od 10 złotych, wpłaconych na konto nowej instytucji, kiedy stanęliśmy przed notariuszem, a następnie przed władzami naszego środowiska, że gdy tylko coś zarobimy, podzielimy się zyskiem.

W związku z tym, że szybko zdobyliśmy pierwsze istotne środki, do realizacji obietnicy doszło już 10 stycznia 1992 roku. Jakaż to była frajda pojechać na Krakowskie Przedmieście w Warszawie, do pani notariusz i zakładać fundację. Kiedyś nawet mi się to nie śniło. A jednak! Powstała fundacja o pierwotnej nazwie „Fundacja Unia Pomocy Niepełnosprawnym Szansa”. Mieliśmy ambicje zgodne z jej nazwą. Kilka lat później zrozumieliśmy, że nie tędy droga i skoncentrowaliśmy się na naszym środowisku. Zmieniliśmy nazwę na „Fundacja Szansa dla Niewidomych” i tak się ona nazywa do tej pory.

Od pierwszych dni mieliśmy co robić. Ba, od samego początku mieliśmy ogromną łatwość osiągnięcia sukcesów. Zaczęło się od niemal bezpłatnego kursu komputerowego, podczas którego przeszkoliliśmy bodaj ponad sto osób z naszego środowiska, spośród których udało się zatrudnić czy to u nas, czy gdzie indziej aż kilkanaście osób. Szkolenie było wielkim sukcesem zapewne nie tylko dlatego, że mieliśmy do dyspozycji pomoc najlepszych w tej dziedzinie szkoleniowców, ale także z powodu braku jakichkolwiek innych dofinansowań na tego rodzaju cele. Nie istniał jeszcze Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Jakie sukcesy? Zyskaliśmy wdzięczność tych ludzi. Dzięki nam mogli wejść w świat komputerów, który wtedy wszystkim niewidomym wydawał się taki trudny. Zyskałem coś więcej – zostałem społecznym doradcą ministra, Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych. Zapewne łatwo sobie Państwo wyobrażacie jaki

był to dla mnie zaszczyt. Miałem 35 lat. Czy to dużo, czy nie? Trudno powiedzieć, jednak należy wziąć pod uwagę, że startowałem niemal od zera oraz że, co by nie rzec, byłem i jestem niewidomy. Doradzałem niewiele, ale w bardzo ważnym okresie – tworzenia ustawy rehabilitacyjnej oraz funduszu PFRON.

Pierwszym Prezesem Fundacji został pan Jacek Kwapisz – mój przyjaciel i wychowawca ze szkoły i internatu w Laskach. Kiedy dostał pracę w ministerstwie, zrezygnował z prezesury i groził nam kryzys. Nikt nie był zainteresowany poprowadzeniem mojej Fundacji społecznie. Należy wyjaśnić, że organizacja naprawdę nie miała pieniędzy. W tej sytuacji szefem zostałem ja.

„Szansa” wykonywała wielką pracę. Najpierw nie ponosiła żadnych kosztów – nie było etatów, zarobków, a nawet lokali i telefonów. Korzystaliśmy z pomocy mojej firmy Altix. Był to dla mnie kolejny zaszczyt. Jak to miło wystartować od 10 złotych, by niedługo potem sponsorować Fundację! Pierwsze etaty po zorganizowaniu w Polsce systemu wsparcia organizacji OPP pojawiły się u nas w roku 2006. Wynikało to z faktu, iż umożliwiono nam występowanie o dofinansowania naszych zamierzeń i przedsięwzięć. O ile do roku 2006 mogliśmy działać wyłącznie społecznie, w dobie projektów i konkursów na nie, etaty były konieczne. Nie zmienia to faktu, że już wcześniej popisaliśmy się spektakularnymi inicjatywami. W latach 90. organizowaliśmy liczne szkolenia, narady, seminaria, profesjonalne doradztwo.

W roku 1999 zorganizowałem pierwszą w Polsce konferencję rehabilitacyjną REHA FOR THE BLIND IN POLAND, połączoną z wystawą rozwiązań niwelujących skutki niepełnosprawności wzroku. Za każdym razem Fundacja stawiała się większa i większa. Teraz trudno wyliczyć nasze działania, sukcesy, nagrody, a przede wszystkim wspaniałych ludzi, którzy mi towarzyszyli i towarzyszą. Proszę sobie wyobrazić, ilu moich współpracowników uzyskało nagrody, wyróżnienia, odznaczenia. Mamy zespół wprost niesamowity. Warto poznać tych ludzi. Ja w chwilach największego zmęczenia stawiam ich sobie przed oczy i odpoczywam. Jako niewidomy nie wiem dokładnie jak wyglądają, ale moje trzecie oko jakoś „organizuje” ich wizerunki – owszem, pewnie błędne, albo nieco błędne, a jednak stworzone na podstawie ich głosów i wiedzy, jacy są. Poznajcie ich, skorzystajcie z ich rad i pomocy. Weźcie udział w ich projektach i działaniach. Warto!

Póki co zapraszam na 19. edycję konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND, która zainicjowana 22 lata temu, goszcząca wtedy ok. 600 osób, wystawiająca ledwo 8 stoisk, rozrosła się niebotycznie do rangi największego tego typu spotkania niewidomych, słabowidzących i ich bliskich na świecie, i takich rekordów, jak: 62 stoiska, 3500 gości, 17 oddzielnych imprez we wszystkich miastach będących stolicami województw. Nasza REHA została powielona w Mińsku na Białorusi, Moskwie, Kijowie, a przede wszystkim w Bukareszcie. Przyjeżdżają do nas goście z całego świata, a rekordowa liczba krajowych delegacji to aż 21!



Od pierwszych dni mieliśmy co robić. Ba, od samego początku mieliśmy ogromną łatwość osiągania sukcesów. Zaczęło się od niemal bezpłatnego kursu komputerowego, podczas którego przeszkoliliśmy bodaj ponad sto osób z naszego środowiska, spośród których udało się zatrudnić czy to u nas, czy gdzie indziej aż kilkanaście osób.

I dla kogo to wszystko? Dla Was, drodzy Czytelnicy, więc serdecznie zapraszam! A może jednak to głównie dla mnie i moich bliskich – dla matki, która ogląda to już z innej perspektywy, innego świata.



Porzucone hulajnogi niebezpieczne dla osób niewidomych

Tyle się o tym mówiło i pisało, zmieniały się przepisy, a niektórzy wciąż nie wyciągają wniosków. Jak donosi portal *m.radiogdansk.pl*, przez pozostawioną na chodniku elektryczną hulajnogę przewrócił się niewidomy gdańszczanin i doznał obrażeń twarzy. „Szedłem chodnikiem przy Wyzwolenia i nagle zrobił się duży szum na ulicy od przejeżdżających samochodów. Nie miałem szans na wycucie łaską tej leżącej hulajnogi i przez nią się przewróciłem. Upadłem na twarz, ale na szczęście przechodnie mi pomogli. Wróciłem do domu, miałem rozwalone działo i zalałem się krwią. Apeluję do użytkowników hulajnóg, żeby zwrócili uwagę na osoby niepełnosprawne i nie zostawiali tych pojazdów gdzie popadnie” – powiedział portalowi poszkodowany. Warto przypomnieć o nowych przepisach

dotyczących korzystania z hulajnóg. Powiedziała o nich portalowi młodsza aspirant Monika Falkowska z gdańskiej drogówki. „Zgodnie z nowymi przepisami korzystać z hulajnogi elektrycznej na drogach publicznych może każdy, kto ukończył 18 rok życia. Osoby poniżej tego wieku muszą uzyskać kartę rowerową lub prawo jazdy co najmniej kategorii AM, A1, B1 lub T. Zabronione jest korzystanie z hulajnogi elektrycznej na drogach publicznych przez dzieci poniżej 10 roku życia. Wyjątkiem od tej zasady jest poruszanie się na hulajnodze w strefie zamieszkania, pod opieką osoby dorosłej. Kierujący hulajnogą elektryczną obowiązany jest korzystać z drogi dla rowerów lub pasa ruchu dla rowerów, jeżeli są one wyznaczone. Gdy brak jest drogi dla rowerów, kierujący hulajnogą powinien korzystać z jezdni, o ile dopuszczalna prędkość na tym odcinku nie jest większa niż 30 km/h. W przypadku, gdy brak jest drogi dla rowerów, a na jezdni dozwolony ruch przekracza 30 km/h wyjątkowo można skorzystać z chodnika lub drogi dla pieszych, ale

jedynie z prędkością zbliżoną do prędkości pieszych, z zachowaniem szczególnej ostrożności i z obowiązkiem ustępowania pierwszeństwa pieszym i nieutrudniania im ruchu. Dozwolone jest również przejeżdżanie przez przejazdy dla rowerzystów, ale w przypadku przejść dla pieszych należy przeprowadzić hulajnogę przez jezdnię”. Jeśli zaś chodzi o postojowanie hulajnóg, ustawa wprowadza obowiązek ich pozostawiania na chodniku w przeznaczonym do tego miejscu (wyznaczonym przez zarządcę drogi). W przypadku braku takiego miejsca, pozostawienie hulajnogi na chodniku jest możliwe tylko przy jednoczesnym spełnieniu pewnych warunków. Hulajnoga elektryczna powinna być ustawiona jak najbliżej zewnętrznej krawędzi chodnika, najbardziej oddalonej od jezdni i ustawiona równolegle do tej krawędzi, przy czym szerokość chodnika dostępnego dla ruchu pieszych nie powinna utrudniać tego ruchu i nie może być mniejsza niż 1,5 m. Łamiący powyższe przepisy muszą się liczyć z mandatem.

Niepełnosprawni paraolimpijczycy

Becca Meyers, głuchoniewidoma pływaczka paraolimpijska, została zmuszona do wycofania się z reprezentowania Stanów Zjednoczonych na pięć tygodni przed letnimi Igrzyskami Paraolimpijskimi w Tokio, ponieważ nie pozwolono jej zabrać ze sobą asystenta, który pomagałby jej w poruszaniu się po wiosce olimpijskiej – informuje portal *mir.org.pl*. To bardzo czytelny sygnał, jak istotna jest potrzeba integracji i zwiększenia dostępności dla osób z niepełnosprawnościami. Izraelski startup RightHear, twórca aplikacji nawigacyjnej dla niewidomych i słabowidzących, od sześciu lat pracuje nad urzeczywistnieniem włączenia osób o specjalnych potrzebach w aktywne życie społeczne. Pierwszym ambasadorem marki tego startupu został Matthew Levy, którego zadaniem będzie propagowanie funkcjonalności technologii nawigacyjnej firmy i wspieranie społeczności osób niewidomych i słabowidzących. Levy to sześciokrotny medalista paraolimpijski, posiadacz dwóch złotych



medali w sztafecie 4 razy 100 m stylem dowolnym na Igrzyskach Paraolimpijskich w Pekinie 2008 i Igrzyskach Paraolimpijskich w Londynie 2012. Levy urodził się 15 tygodni za wcześnie z porażeniem mózgowym i zaburzeniami widzenia. Dziś ten niepełnosprawny pływak działa aktywnie w sferze integracji i jest ambasadorem wielu organizacji, wydał ponadto pamiętnik „Trzymaj głowę nad wodą: inspirujące spostrzeżenia mistrza”. Wspomina w nim diagnozy lekarzy, którzy wyrokowali, że będzie miał poważne problemy z chodzeniem. Australijski sportowiec przeszedł kilkadziesiąt operacji serca, płuc, mózgu i narządu słuchu. Rehabilitację poprzez pływanie rozpoczął w wieku 5 lat. W wieku 12 lat wystartował w pierwszych zawodach. 34-letni dziś Matthew Levy jest utytułowanym paraolimpijczykiem, menadżerem biznesowym i szczęśliwym posiadaczem Medalu Orderu Australii za zasługi i osiągnięcia. Igrzyska Paraolimpijskie w Tokio są piątymi w jego karierze sportowej.

Słupkomania w Białymstoku zagrożeniem dla osób niewidomych

Na portalu *bialystok.wyborcza.pl* czytamy o – jak ją nazywa autor tekstu – „słupkozie”, która

zapanowała w Białymstoku. Słupki, słupy, łańcuchy, rury ze znakami – wszystko to na chodnikach. Na sprawę zwróciła uwagę białostocka radna. W interpelacji skierowanej do zarządu miasta apeluje o ich likwidację w imieniu osób niewidomych i słabowidzących. Miasto najeżone jest żółto-czerwonymi płótkami, biało-czerwonymi słupkami, czarnymi łańcuchami i szarymi rurami, na których umieszczone są znaki drogowe. Pomijając względy estetyczne, wszystkie te przeszkody stanowią poważne zagrożenie dla osób niewidomych i słabowidzących. Włodarzom miasta polecamy włączenie wyobraźni. Warto czasem przejść się po mieście z zawiązanymi oczami, by je potem otworzyć na potrzeby osób niepełnosprawnych. Białystok nie jest jedynym polskim miastem z takimi barierami. Niestety.

Niewidomy Salim i jego koń Rapsody

Cytowany już w tych aktualnościach *portal mir.org.pl* informuje o kolejnym fantastycznym, niepełnosprawnym sportowcu. 28-letni Francuz, Salim Ejnaini, zaczął tracić wzrok w wieku sześciu miesięcy, w wyniku choroby zwyrodnieniowej siatkówki. Jako 12-latek rozpoczął trenowanie jeździectwa konnego. W wieku 16 lat zupełnie stracił wzrok, ale pasja była na tyle silna, że nie zerwał ze sportem. We współpracy

z trenerką, po opracowaniu pewnego systemu treningu, z powodzeniem startuje w skokach przez przeszkody.

Do prawidłowej nawigacji Salim korzysta z udziału osób rozstawionych na arenie, które przy pomocy specjalnych dzwonek sygnalizują kierunek, w jakim ma podążać na koniu. Wiąż, jaka łączy niewidomego jeźdźcę z koniem Rapsody jest bardzo szczególna. Dzięki ogromnemu, obopólnemu zaufaniu i wsparciu trenerki, tandem ten jest w stanie osiągnąć bardzo wiele.

Jawna dyskryminacja urzędnicza

Niepełnosprawni sportowcy przygotowujący się do startu na Igrzyskach Paraolimpijskich w Tokio są oburzeni zapisem w uchwale sejmiku województwa lubuskiego. A chodzi o różnice w wysokości nagród dla zawodników, którzy uzyskali nominacje olimpijskie i paraolimpijskie. Sportowcom niepełnosprawnym przyznano po 5 tys. zł za kwalifikację paraolimpijską, a sportowcom zdrowym po 10 tys. zł za kwalifikację olimpijską – donosi *portal gazetalubuska.pl*. „Czujemy się bardzo dotknięci tą sytuacją, nie powinna ona mieć miejsca, województwo lubuskie źle nas potraktowało. Czujemy się dyskryminowani. Wydaje mi się, że nasi urzędnicy nie pomyśleli chyba logicznie nad czym głosują. Ustalili nagrody, które różnią się od siebie, a nasza praca jest tyle samo warta co praca sportowców zdrowych. Jest to dla mnie żenujące, bo zamiast trenować i skupiać się na sprawach sportowych, to dodatkowo skupiamy się na czym innym i podnosimy głos w takich sprawach, które w normalnym państwie nie powinny mieć miejsca. Oczekujemy, żeby traktowano nas normalnie, jednakowo, jak wszystkich sportowców. Po każdej imprezie, czy są to mistrzostwa świata, Europy czy igrzyska, politycy zapewniają nas, że będą traktować nas jednakowo, a tutaj niestety pojawiają się takie „kwiatki” – powiedział portalowi Piotr Grudzień, niepełnosprawny tenisista stołowy z Zielonej Góry, który już po raz czwarty wystąpi na Igrzyskach Paraolimpijskich.



Salim Ejnaini

JESTEŚMY RAZEM – REHA W RZESZOWIE 2021

Elżbieta Markowska

Rzeszowska REHA pod hasłem „Jesteśmy razem” odbyła się w ramach XIX edycji „REHA FOR THE BLIND IN POLAND 2021. Wielkie Spotkanie Niewidomych, Słabowidzących i Ich Bliskich”. W tym roku hasłem przewodnim całego ogólnopolskiego wydarzenia jest „Dostępność na serio – autentyczne niwelowanie skutków niepełnosprawności w dążeniu do wyrównywania życiowych szans”. Niewątpliwie przedsięwzięcie zorganizowane przez rzeszowski oddział Fundacji Szansa dla Niewidomych wpisało się idealnie w główną myśl całego wydarzenia. Zaczniemy zatem od początku.

Uniwersytet Rzeszowski, jak co roku, ugościł nas 23 lipca 2021 roku w reprezentacyjnej dużej auli znajdującej się w budynku przy ulicy Rejtana w Rzeszowie. To właśnie tutaj odbyła się pierwsza część wydarzenia, czyli konferencja merytoryczna. Uroczystej inauguracji dokonała Pani Iwona Tabaczek-Bejster – Pełnomocnik Rektora ds. Osób Niepełnosprawnych na Uniwersytecie Rzeszowskim. „Mam nadzieję, że konferencja dostarczy nam wiele cennych informacji na temat dostępności oraz jak możemy jeszcze pomóc osobom z dysfunkcjami wzroku w codziennym życiu”. Takim słowem wstępu Pani Iwona nakreśliła uczestnikom zamysł naszego spotkania. W następnej kolejności płynnie przeszliśmy do uroczystego ogłoszenia wyników regionalnego



etapu konkursu IDOL 2021 w województwie podkarpackim. Tutaj laureatów było aż 15, a każdy z nich niepowtarzalny. Nie sposób wspomnieć szerzej o nich wszystkich, dlatego przybliżę sylwetki osób i instytucji, które uplasowały się na samym szczycie naszego IDOLOWEGO podium. W kategorii MEDIA trzecie miejsce zajął portal internetowy echodnia.eu, drugie Pani Magdalena Grela. Głosami internautów wygrała osoba związana z podkarpackimi mediami, w szczególności od 18 lat z Radiem Leliwa, Pani Ewa Wójcik – Lis. W swojej działalności często mówi o barierach, na jakie napotykają osoby z dysfunkcjami wzroku, ale też wskazuje sukcesy i podkreśla aktywność osób niewidomych i słabowidzących na wielu płaszczyznach lokalnych, co niewątpliwie ma olbrzymi wpływ na kreowanie pozytywnego

wizerunku osób z niepełnosprawnością w województwie podkarpackim. W kategorii EDUKACJA głosami internautów trzecie miejsce zajęła Publiczna Szkoła Podstawowa nr 11 z Oddziałami Integracyjnymi w Dębicy, na drugim miejscu znalazła się Uczelnia Państwowa w Sanoku, a zwycięzcą została Pani Aneta Bester – tyflopedagog, oligofrenopedagog oraz terapeuta dzieci ze spektrum autyzmu. Pani Aneta pracuje zawodowo jako pedagog specjalny w jednej z podkarpackich szkół podstawowych. W pracy łączy profesjonalizm i pasję. Swoją wiedzę i doświadczeniem chętnie dzieli się jako wykładowca studiów podyplomowych na łódzkiej uczelni oraz z powodzeniem szkoli nauczycieli w zakresie pedagogiki specjalnej i specjalnych potrzeb edukacyjnych dzieci. Prowadzi warsztaty „Bądźmy przyjaźni niepełnosprawności”. Jest autorką książki „Aktywność ruchowa dzieci słabowidzących i niewidomych”, licznych artykułów z dziedziny tyflopedagogiki oraz współautorką opracowania „W służbie oczom”. Pasjonuje ją rękodzieło – samodzielnie projektuje i tworzy pomoce dydaktyczne dla dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych. Następnie zostały nagrodzone URZĘDY OTWARTE DLA NIEWIDOMYCH.

Trzecie miejsce zajął Wojewódzki Urząd Pracy w Rzeszowie, na drugim stopniu IDOLOWEGO podium znalazł się Wydział Polityki Społecznej i Zdrowia Urzędu Miasta Krosna. W tej niezwykle ważnej kategorii dyplom za pierwsze miejsce odebrał Starosta Leżajski – Pan Marek Śliż. Urząd przez niego kierowany jest otwarty na potrzeby osób z niepełnosprawnościami, w tym również niewidomych i słabowidzących, a jego pracownicy chętnie szkolą się z zakresu obsługi niepełnosprawnego petenta, w szczególności z dysfunkcjami wzroku. Głosami internautów w kategorii INSTYTUCJA/PLACÓWKA KULTURY/FIRMA trzecie miejsce przypadło Miejskiej Bibliotece Publicznej im. Aleksandra Fredry w Jarosławiu, drugie miejsce zajął Zakład Aktywności Zawodowej w Rzeszowie, a na najwyższym stopniu podium stanął Dom Pomocy Społecznej dla Osób Przewlekłe Psychiczenie Chorych w Rzeszowie z Panią Dyrektorką Lucyną Bastą na

czele. Jest to instytucja otwarta na osoby z niepełnosprawnościami. Liczna grupa pracowników DPS przeszła szkolenie z zakresu obsługi osób z niepełnosprawnościami, w szczególności niewidomych i słabowidzących. Instytucja jest szczególnie zainteresowana nawiązywaniem kontaktów z organizacjami pozarządowymi. Pracownicy DPS z zaangażowaniem świadczą profesjonalne usługi opiekuńcze w zakresie i formach wynikających z indywidualnych potrzeb swoich podopiecznych uwzględniając godność i poczucie bezpieczeństwa mieszkańców domu oraz stopień ich fizycznej i psychicznej sprawności. Stopniując emocje dotarliśmy do ich kresu, pozostawiając ogłoszenie wyników w najbardziej emocjonującej kategorii IDOL ŚRODOWISKA na sam koniec. Trzecie miejsce zajął Pan Przemysław Knaż, na drugim uplasowała się Pani Wiesława Głód. IDOLEM ŚRODOWISKA został Pan Roman Dąbrowski – słabowidzący członek koła PZN w Tarnobrzegu, z wykształcenia filozof, były nauczyciel przedsiębiorczości, wykładowca akademicki oraz doradca i coach. Od 2001 r. aktywnie działa w Tarnobrzegu na rzecz osób z niepełnosprawnością. Dwukrotnie organizował i prowadził punkty informacyjno – doradcze dla osób niepełnosprawnych, ich rodzin i przyjaciół. Również dwukrotnie był członkiem i przewodniczącym Miejskiej Społecznej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych. Promował działania społeczne, osiągnięcia sportowe, ogólnopolski turniej sportowy „Bartosz” i szkoły tai chi – „Śnieżna Pantera”, „Biały Żuraw”. W 2020 r. opublikował „Pamiętnik ze snów” – poetycki zapis snów układający się w opowieść o uwikłaniu człowieka w tajemniczy istnienia. Niezależnie od kategorii i zajętego miejsca wszyscy nagrodzeni otrzymali zasłużone, gromkie brawa od uczestników konferencji obecnych w uniwersyteckiej auli i z pewnością od dużej grupy osób, która była z nami obecna dzięki transmisji on-line na profilu Facebook naszej Fundacji.

Nadszedł czas na część merytoryczną naszego spotkania. Rozpoczęliśmy od przemówienia Przewodniczącego Rady Fundatorów Fundacji Szansa dla Niewidomych – Pana Marka Kalbarczyka. Pan Marek gratulując tegorocznym

wyróżnionym w konkursie IDOL 2021 w województwie podkarpackim, sięgnął pamięcią do początków tejże inicjatywy, która miała miejsce w 1999 roku. W swoim przemówieniu odniósł się do dostępności w aspekcie technologicznym i do pojęcia nowoczesnej rehabilitacji wyjaśniając, iż w tym aspekcie „chodzi o wykorzystanie wszelkich najnowszych metod rehabilitacyjnych i najnowszych osiągnięć technicznych, żeby niewidomi żyli jak najsprawniej”. Niezwykle istotnym momentem w zakresie zainicjowania „dostępności na serio” było stworzenie w 1989 roku przez Pana Marka wraz z przyjaciółmi pierwszego na rynku syntezy mowy udźwiękowiającego komputery. Pan Marek podkreślił, iż nie można mówić o dostępności bez otwartości, zrozumienia i empatii ze strony nauczycieli, wykładowców, urzędników, bibliotekarzy, pracowników transportu, mediów oraz wszystkich innych otaczających nas ludzi. Wiodącą rolę w tym zakresie mogą i powinny odgrywać różnego rodzaju środki masowego przekazu

(telewizja, Internet, radio). Pojawiające się informacje dotyczące osób z dysfunkcją wzroku często wzbudzają sensację, jak chociażby filmy „Carte Blanche” o tracącym wzrok nauczycielu historii czy „Zapach kobiety” o niewidomym emerytowanym pułkowniku lub też biograficzna adaptacja o życiu włoskiego tenora, Andrei Bocellego pod tytułem „Muzyka ciszy” czy produkcja „Ray” opowiadająca historię życia legendarnego, ociemniałego w dzieciństwie muzyka Raya Charlesa. Zaskoczenie powoduje fakt, że niewidomi sobie radzą w życiu. Pan Marek podkreślił, że dostępność wymaga więc empatii, ale również dobrej organizacji. Historia pokazuje, że o wschodnią ścianę Polski z miastem wojewódzkim na czele dbało się w przeszłości mniej, ale obecnie Rzeszów jest miastem akademickim, rozwijającym się inwestycyjnie i innowacyjnie. Dostępność należy również rozpatrywać w charakterze międzynarodowym oraz konieczności współpracy i wymiany doświadczeń z innymi państwami, gdyż wtedy możliwe jest przenoszenie technologii z Zachodu na Wschód. Wisienką na torcie wystąpienia Pana Marka była prezentacja przykładu nowoczesnej technologii w formie mówiących szachów. Udało się nawet rozegrać mini-partię z Panem Markiem, a ku zaskoczeniu zgromadzonych nawet pokonać, a szczęśliwym wygranym okazał się Rzecznik Prasowy Podkarpackiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ w Rzeszowie – Pan Rafał Śliż.

Podczas konferencji gościliśmy wielu znakomitych przedstawicieli podkarpackich instytucji publicznych oraz placówek edukacyjnych i kulturalnych. Kwestię zapewnienia dostępności cyfrowej, architektonicznej i usług dla osób ze szczególnymi potrzebami w oddziale ZUS w Rzeszowie przybliżyła uczestnikom koordynator dostępności – Pani Dorota Kijowska. W swojej prelekcji podkreśliła, iż realizacja Ustawy z dnia 19 lipca 2019 roku¹ ma przejawiać się szacunkiem dla każdego człowieka z potrzebami. Nowoczesny e-urząd i e-usługi są niezbędne w każdym czasie, nie tylko w dobie pandemii. Nad tymi



¹ Ustawa o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami (Dz.U. 2019 poz. 1696).

kierunkami rozwoju oddziału ZUS na Podkarpaciu nieustannie pracują doszkalając swoich pracowników z zakresu obsługi osób z niepełnosprawnościami, modernizując sale obsługi klientów czy stopniowo zapewniając dostęp architektoniczny podkarpackich oddziałów ZUS.

Temat dostępności Muzeum Dobranocek ze zbiorów Wojciecha Jamy dla osób z niepełnosprawnościami omówiła szczegółowo Dyrektor tejże instytucji – Pani Katarzyna Lubas oraz pracownik Maciej Zwołań. Niewątpliwie ta instytucja kultury jest unikatowa w skali kraju ze względu na posiadane zbiory związane z historią i tradycją polskiej oraz zagranicznej dobranocki. Pani Dyrektor podkreśliła: „Muzeum Dobranocek od początku swojej działalności stara się być placówką dostępną, otwartą i przyjazną dla wszystkich, zarówno dla dzieci, jak i dla młodzieży, a także dla dorosłych i seniorów.” Na potwierdzenie tych słów zostały przybliżone realizowane przez instytucję liczne projekty, między innymi wystawienniczo-edukacyjne, wyjazdowe warsztaty czy konkursy kierowane do osób z niepełnosprawnościami. Muzeum posiada tyflografiki, repliki dotykowe eksponatów, dotykowy plan ekspozycji, a także najnowszą i bardzo popularną atrakcję – makietę wioski Smerfów. Tutaj młodszy i starsi miłośnicy dobranoczek mogą dotknąć Jacka i Agatkę, Reksia, Misia Colargola czy zwiedzić pokój Misia Uszatka. We współpracy z rzeszowskim oddziałem Fundacji Szansa dla Niewidomych udało się wydać przewodnik w druku transparentnym po Muzeum Dobranocek wraz z tyflografikami, z którego korzystają liczne biblioteki. Na zakończenie prelekcji przedstawiciele Muzeum zaprosili wszystkich na pokaz filmu animowanego pod tytułem „Len” z audiodeskrypcją w reżyserii Joanny Jasińskiej – Koronkiewicz. Uczestnicy spotkania zasłuchani w charakterystyczny głos Jerzego Stuhra poznawali w ten sposób jedną z mniej znanych opowieści Hansa Christiana Andersena.

Kolejna ważna prelekcja została wygłoszona przez dobrze nam już znaną laureatkę pierwszego miejsca w konkursie IDOL w kategorii EDUKACJA. Pani Aneta Bester, tyflopédagog, skierowała



nasze myśli na bariery, z którymi zderzają się rodzice dzieci z dysfunkcjami wzroku, ale także ich nauczyciele w systemie oświaty. Problemem z pewnością jest niedostosowanie placówek edukacyjnych do potrzeb uczniów z niepełnosprawnościami czy zbyt mała ilość czasu, jaką przewidziano na pracę z dzieckiem z dysfunkcją wzroku lub chociażby zachęcanie do profilaktycznego zwalniania uczniów z problemami ze wzrokiem z zajęć wychowania fizycznego. W tym zakresie Pani Aneta skierowała apel do rodziców dzieci z dysfunkcjami wzroku, aby nie zgadzali się na takie sugestie oraz podkreśliła, że aktywność fizyczna „kształtuje świadomość ciała, przestrzeni i orientacji”. Z edukacyjnego obszaru naszych rozważań przeszliśmy w stronę aspektów psychologicznych. Agata Ziobrowska – niewidoma Pani psycholog, w swojej prelekcji poprowadziła nas w stronę budzenia naszej wewnętrznej mocy. Poruszyła ciekawy temat „rezyliencji rozumianej jako odporność psychiczna, którą każdy z nas posiada”. Podkreśliła: „umiejętności psychiczne można kształtować, gdyż są one jak mięsień i wtedy stają się dla człowieka coraz bardziej użyteczne, a ich budzenie może odbywać się za pomocą czterech dróg, a są to: kontrola, zaangażowanie, wyzwania i pewność siebie.” Zachęciła nas również do pielęgnacji naszego wnętrza i zdrowia psychicznego, a nie tylko dbania o ciało. Jak podkreśliła Pani Agata, w razie potrzeby warto skorzystać ze specjalistycznej pomocy, przykładowo na

GrupaWsparcia.pl. Jest to program bezpłatnej pomocy psychologiczno-prawnej dla osób niepełnosprawnych z województwa podkarpackiego.²

Kolejne wystąpienie pod tytułem „Programy PFRON a dostępność” poprowadziła Pani Agnieszka Ulak – pracownik podkarpackiego oddziału PFRON. Pani Agnieszka podkreśliła istotę zagadnienia, nad którym pochylaliśmy się podczas całej konferencji, a mianowicie, że



„miarą dostępności jest samodzielność, bo nie chodzi o to, że osoba z problemami z poruszaniem się zostanie wyniesiona przez próg do biblioteki, ale chodzi o to, żeby mogła ten próg sama pokonać”. Pani Agnieszka przyznała, że problemem bywa wykluczenie ludzi w programach, bo nie spełniają oni formalnych warunków ubiegania się o wsparcie. Ważne jest więc uwrażliwienie i indywidualne podejście do potrzeb człowieka. Po zakończonej prelekcji Pani Agnieszki niespodziewanie przed mikrofonem ponownie zagościł Pan Marek Kalbarczyk podkreślając, że „było to znakomite wystąpienie i takiego wystąpienia przedstawiciela PFRON-u jeszcze nie słyszał”. Po tym zaskakującym zwrocie akcji, teraz już zgodnie z planem konferencji, na mównicę został poproszony Rzecznik Prasowy Podkarpackiego Oddziału Wojewódzkiego NFZ w Rzeszowie, Pan Rafał Śliż z wystąpieniem „Dostępność w NFZ – co za nami, co przed nami”. Poruszone zostały więc tematy z zakresu

dostępności architektonicznej podkarpackich oddziałów NFZ, dostępności cyfrowej oraz informacyjno-komunikacyjnej. Kolejny mówca, Pan Aleksander Kasprzyk, Dziekan Wydziału Nauk Technicznych i Ekonomicznych, wprowadził nas z kolei w rozwiązania dydaktyczne i architektoniczne dla osób niepełnosprawnych na Państwowej Uczelni Zawodowej im. prof. Stanisława Tarnowskiego w Tarnobrzegu. Z kolei przedstawiciel firmy Altix, Jakub Nowak, zadał zgromadzonym intrygujące pytanie: „Czy po 7 września skończy się świat?”. Przestraszonych uspokajam – nie grozi nam wówczas zderzenie z asteroidą jak w katastroficznym filmie „Armageddon” z Bruce’em Willis’em w roli głównej. Ustawa z 19 lipca 2019 roku wskazuje między innymi na możliwość składania po tym terminie przez osoby ze szczególnymi potrzebami skarg na brak dostępności w urzędach publicznych. Na koniec mieliśmy przyjemność wysłuchać prelekcji: „Dostępność w świecie niesłyszących” poprowadzonej przez Panią Natalię Hul z Podkarpackiego Stowarzyszenia Głuchych w Rzeszowie. Pani Natalia podkreśliła jak bardzo potrzebna jest osoba tłumacza języka migowego, a osoby niesłyszące „powinny być traktowane jako mniejszość narodowa, bo mają swoją kulturę, tradycję, swój własny język”.

Zwieńczeniem rzeszowskiego wydarzenia „Jesteśmy Razem” był szczególny koncert. Przed nami swój kunszt wokalny zaprezentowała wokalistka Agata Widlarz, która od lat zaangażowana jest w działalność na rzecz osób niepełnosprawnych. Jest laureatką i finalistką wielu festiwali wokalnych. Szlifuje swój warsztat muzyczny pod kierunkiem Anny Olszewskiej w Młodzieżowym Domu Kultury. Zawsze z wielką radością bierze udział we wszystkich przedsięwzięciach muzycznych, ponieważ największą radością i nagrodą jest dla niej możliwość dzielenia się z innymi ludźmi swoją pasją. Tym razem również zaczarowała nas swoim głosem, a w podziękowaniu otrzymała gorące brawa od zgromadzonej publiczności. Wszystkich czytelników czujących niedosyt przekazanych przeze mnie informacji oraz pragnących poszerzyć wiedzę na temat zagadnień tematycznych, które poruszyli nasi

² Więcej informacji na stronie: <https://www.adra.pl/wsparcie-dla-woj-podkarpackiego/>



wspaniali prelegenci, serdecznie zapraszam do odsłuchania całej konferencji na stronie www.facebook.com/Szansa w zakładce Filmy.

W tym miejscu nie sposób nie wspomnieć o partnerach oraz patronach naszego regionalnego przedsięwzięcia. Wydarzenie odbyło się pod honorowym patronatem Prezydenta Miasta Rzeszowa Konrada Fijołka i Marszałka Województwa Podkarpackiego Władysława Ortyła. Partnerami był Uniwersytet Rzeszowski, Centrum Medyczne Medyk, Zakład Ubezpieczeń Społecznych – oddział w Rzeszowie, Muzeum Dobranocek w Rzeszowie, Muzeum Okręgowe w Rzeszowie, I Liceum Ogólnokształcące w Rzeszowie, Gabinet Dietetyczny Bonne Sante w Rzeszowie oraz Fundacja Podaruj Miłość. Patronat medialny objęły podkarpackie media: TVP 3 Rzeszów, Polskie Radio Rzeszów, Radio VIA, TVL Telewizja Lokalna Tarnobrzeg oraz Radio Leliwa. Wśród sponsorów znalazła się firma Altix, Przedsiębiorstwo Budowlane BESTA oraz Społem w Rzeszowie. Całość konferencji oraz piknik poprowadził niezastąpiony Tomasz Jankowski, który nawiasem

mówiąc pochodzi z Mielca, więc przebywając na naszym podkarpackim podwórku czuł się jak ryba w wodzie. W dobie dostępności przekazywanych informacji dla osób z różnymi niepełnosprawnościami nie mogło zabraknąć na naszej konferencji tłumacza na język migowy. Za niemalże trzygodzinną wymagającą pracę Pani Natalii Hul z Podkarpackiego Stowarzyszenia Głuchych w Rzeszowie jeszcze raz serdecznie dziękujemy. Wyrażamy również ogromne podziękowania wszystkim prelegentom, którzy z wielką otwartością przyjęli zaproszenie do uczestniczenia w konferencji. Mamy nadzieję, że będziemy kontynuowali naszą owocną współpracę.

Drugą częścią wydarzenia „Jesteśmy Razem” był piknik integracyjny, który odbył się na rzeszowskim Rynku 30 lipca 2021 roku. Wśród licznych atrakcji na płycie Rynku miała miejsce wystawa sprzętu tyflorehabilitacyjnego oraz prezentacja stoiska Fundacji Szansa dla Niewidomych, między innymi z książkami w druku transparentnym i tyflografikami. Muzeum Etnograficzne



im. F. Kotuli (Oddział Muzeum Okręgowego w Rzeszowie) zaprezentowało rekonstrukcje rzeszowskich strojów ludowych, a chętni mogli nawet przymierzyć tradycyjny ubiór z naszych terenów. Tutaj można było również zapoznać się z wyrobami ceramicznymi czy publikacjami przybliżającymi dawne dzieje stolicy naszego województwa. Z kolei stoisko Zakładu Aktywności Zawodowej z Rzeszowa kusilo uczestników pikniku licznymi pysznościami własnej produkcji. Ciasta i ciasteczka, serniki z czekoladą, chleby pszenno-żytnie i bananowe, rogaliki, muffinki i babeczki to wypieki własnej produkcji Baru Europejskie Klimaty zatrudniającego w głównej mierze osoby z niepełnosprawnościami. Przy okazji zachęcam do odbycia kulinarnej podróży w tym niepowtarzalnym miejscu mieszczącym się w Galerii Center Park w Rzeszowie. Tuż obok zagościło rękodzieło w wykonaniu uczestników Warsztatów Terapii Zajęciowej z Rzeszowa przy ul. Rejtana. Uśmiechem zarażali nas wolontariusze Fundacji Dr Clown prezentując swoje zdolności żonglerskie i zachęcając do zabawy najmłodszych uczestników pikniku. Z kolei na stoisku Fundacji Podaruj Miłość można było dotknąć mięciutkich wyrobów z alpaczej wełny: szalików, czapek, skarpetek czy przytulnych maskotek. Dostarczycielami hypoalergicznego surowca na te piękne wyroby są alpaki z zagrody w Nosówce, około 10 km od Rzeszowa. Te zwierzęta przybyły na naszą polską ziemię z Ameryki Południowej i chętnie przyjmują gości. Idąc dalej można było spotkać przemiłe Panie z Gabinetu Dietetycznego Bonne Sante w Rzeszowie – Nowe Miasto, które promowały zdrowe odżywianie. Uczestnicy mogli układać piramidę zdrowia czy skorzystać z krzyżówek dla dzieci i dorosłych, czyli dwa w jednym: bawiąc się i jednocześnie ucząc jak dbać o prawidłową dietę. Przepisy na pyszne soki czy przekąski oraz zaproszenia na bezpłatne konsultacje dietetyczne trafiały do wszystkich zainteresowanych. Pozostając w temacie zdrowia wspomnę, iż zainteresowane niezaszczepione osoby mogły skorzystać z takiej możliwości w punkcie szczepień Centrum Medycznego MEDYK, który dyżurował podczas pikniku. Ogromnym zainteresowaniem cieszyło się również militarne stoisko 1. Batalionu

Strzelców Podhalańskich im. gen. bryg. Józefa Kustronia. Tradycyjne i nowoczesne uzbrojenie, hełmy i żołnierski ubiór Wojska Polskiego – tutaj wszyscy, niezależnie od wieku i płci, byli zainteresowani zaprezentowanym orężem. W praktyce mogliśmy się również przekonać o otwartości do niesienia pomocy przez żołnierzy Batalionu w kwestiach fizyczno-technicznych podczas pikniku, a za okazaną pomoc serdecznie dziękujemy. Podczas naszego integracyjnego wydarzenia przyjemny, słoneczny dzień umilał nam płynący z głośników piękny żeński śpiew zespołu wokalnego Klubu 21. Brygady Strzelców Podhalańskich oraz dźwięki grane na skrzypcach i flecie przez wybitną, niewidomą instrumentalistkę Natalię Kaczor. Polubiliśmy ludowe klimaty, dlatego zwieńczeniem części artystycznej naszego pikniku był występ taneczny Zespołu Pieśni i Tańca „Bandoska” działający od 1950 roku przy Wojewódzkim Domu Kultury w Rzeszowie. Prezentację ludowego folkloru z podziwem obejrżeli i wysłuchali uczestnicy pikniku, nagradzając tancerzy brawami. Osobliwego uroku całemu wydarzeniu nadawało otoczenie, pośród którego odbywał się nasz piknik, a mianowicie Rynek będący sercem rzeszowskiej Starówki. Znajdują się tutaj zabytkowe jednopiętrowe i dwupiętrowe kamieniczki powstałe w XV-XIX wieku, wszystkie przebudowane po pożarze w 1842 roku. W oryginale zachowała się jedynie najokazalsza budowla z XVI wieku zbudowana przez Mikołaja Spytkę Ligezę. Mowa o Ratuszu stojącym samotnie w narożu zachodniej pierzei, zaadaptowanym do potrzeb Rady Miejskiej w XIX wieku. Ponadto wodna kurtyna na rzeszowskim Rynku dawała nam ochłodę w ten piękny, ale także upalny dzień. Dodam jeszcze, iż zagadnienie dostępności zostało sprawdzone w praktyce przez uczestników pikniku podczas wizyty studyjnej z audytem dostępnych rozwiązań w Muzeum Dobranocek. W naszej małej, lokalnej ojczyźnie działo się więc w tym roku sporo i było różnorodnie. Podsumowując jestem przekonana, że cel naszego wydarzenia, a więc przybliżenie tematu dostępności na serio oraz integracja mieszkańców Podkarpacia został osiągnięty. Do zobaczenia w przyszłym roku na kolejnej REHA w Rzeszowie!

Konkurs IDOL już nie tylko w Polsce!

MR

Pierwsza edycja konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND odbyła się, jak wiemy w 1999 roku. Był to rok przełomowy, bo 10 rocznica powstania pierwszej w Polsce firmy tyfloinformatycznej, a patrząc z szerszej perspektywy 10 rocznica ponownego odzyskania wolności przez nasz kraj. Od czasu pierwszej edycji konferencja REHA zmieniała się, rosła, pojawiały się na niej coraz to nowe pomysły i rozwiązania. Rok 2021 nie jest w tej materii wyjątkiem. Sądzę nawet, że można zaryzykować stwierdzenie, że jest tak przełomowy jak nigdy wcześniej.

W ramach konferencji organizowany jest konkurs IDOL, którego celem jest wyróżnienie i docenienie osób oraz instytucji czy firm, które działają dla niewidomych i słabowidzących. W latach ubiegłych konkurs ten organizowany był w dwóch etapach: regionalnym i ogólnopolskim. W tym roku jednakże, żeby nie było sztampowo, konkurs otrzymał kolejny, poważny etap, jakim jest... ŚWIATOWY IDOL NIEWIDOMYCH I SŁABOWIDZĄCYCH. To fantastyczna i zupełnie nowa sprawa nie tylko w Polsce, ale i na świecie. Czyż istnieje bowiem coś piękniejszego niż „dzielenie się ze światem” osobowościami z naszego, lokalnego podwórka, które inspirują i sprawiają, że nam się chce – działać, przełamywać kolejne bariery, wciąż forsować kolejne mury!

Do ŚWIATOWEGO IDOLA mógł się zgłosić każdy. Nie było w tym zakresie żadnych ograniczeń, poza jednym: kandydatura musiała zostać przedstawiona w sposób przejrzysty, interesujący oraz być zgodna z regulaminem. Kandydatur było



sporo. Niektóre niestety trzeba było odrzucić z powodów formalnych. Wszystkie pozostałe natomiast zostały z radością przez fundację zaakceptowane. Okazało się, że niewidomi i słabowidzący na świecie są bardzo aktywni i ogromnie im się ten fundacyjny pomysł podoba. Mamy kandydatów z takich krajów jak: Arabia Saudyjska, Egipt, Nepal, Gruzja, Chorwacja, Białoruś, Zjednoczone Emiraty Arabskie, Sudan Południowy, Afganistan, Kenia, USA, ale także Polska.

Wszystkie te zgłoszenia czytaliśmy i przyjmowaliśmy z ogromnym wzruszeniem, dumą i radością. Wspaniale jest wiedzieć, że na świecie jest tyle aktywnych, działających w różnych obszarach i przy pomocy różnych narzędzi osób. Ostatecznie zebraliśmy ponad dwudziestu kandydatów, którzy teraz rywalizują o uznanie i głosy internautów.

Na kogo głosować? Oto jest pytanie!

Żeby ułatwić to karkołomne zadanie, poniżej przedstawiamy krótkie sylwetki wszystkich zgłoszonych w kategorii ŚWIATOWY IDOL niewidomych i słabowidzących.



W tym roku jednakże, żeby nie było sztamowo, konkurs otrzymał kolejny, poważny etap, jakim jest... ŚWIATOWY IDOL NIEWIDOMYCH I SŁABOWIDZĄCYCH. To fantastyczna i zupełnie nowa sprawa nie tylko w Polsce, ale i na świecie. Czyż istnieje bowiem coś piękniejszego niż dzielenie się ze światem osobowościami z naszego, lokalnego podwórka, które inspirują, sprawiają, że nam się chce – działać, przełamywać kolejne bariery, forsować wciąż następne mury.

Ahmed El Jeilany – Kuwejt

Ahmed El Jeilany urodził się w Kuwejcie w 1981 roku. Ukończył szkołę podstawową i średnią w Kuwejcie zakończoną maturą z dziedzin nauk ścisłych. Został przyjęty na Arab Open University, Department of Business Administration, który ukończył z tytułem licencjata w 2007 roku. W 2007 roku stracił wzrok i został przeniesiony na Uniwersytet w Nawakszut na kolejny kierunek – prawo. Uzyskał ogólne wykształcenie prawnicze w 2010 r., a następnie licencję z prawa publicznego, Wydział Administracji Lokalnej w 2012 r. na Uniwersytecie w Nawakszut. Następnie poszedł na studia magisterskie na Uniwersytecie w Nouakchott i uzyskał tytuł magistra w 2016 r. Przeprowadził badania pt. Ochrona Prawna Osób Niepełnosprawnych.

Ahmed Hossam Ahmed Mohamed – Egipt

Pod koniec 2019 roku założył Stowarzyszenie Niewidomych Egiptu, aby wspierać osoby niedowidzące i uczyć ich różnych umiejętności, tak aby mogli funkcjonować na równi z osobami widzącymi. Stowarzyszenie Niewidomych Egiptu współpracowało z Ministerstwem Młodzieży i Sportu, w szczególności z projektem Mashwari oraz American University w Bandinie.

Andrea Bocelli – Italia

Wielki, włoski tenor, który w wieku 12 lat zupełnie stracił wzrok. Od wczesnego dzieciństwa grał na różnych instrumentach muzycznych: fortepianie, flecie i saksofonie. Studiował prawo na Uniwersytecie w Pizie. Jego wybitna kariera rozpoczęła się w 1992 roku. Bocelli występował w różnych zakątkach świata, ukazując swoją niezwykle wrażliwość i emocje. Współpracował z wieloma muzykami, łącząc świat opery i muzyki klasycznej z popem. Jest to artysta, który odniósł sukces i jest wielką inspiracją dla wielu pokoleń.

liwość i emocje. Współpracował z wieloma muzykami, łącząc świat opery i muzyki klasycznej z popem. Jest to artysta, który odniósł sukces i jest wielką inspiracją dla wielu pokoleń.

Andrey Tikhonov – Polska

Doktorant Uniwersytetu Wrocławskiego, działacz na rzecz osób niepełnosprawnych, autor artykułów naukowych, lektor języków obcych, tłumacz, zawodowy muzyk, półmaratonista i triathlonista. Andrey urodził się w Rosji i stracił wzrok w wieku 2 lat. Posiadając tytuł magistra w nauczaniu języków i lingwistyki, spędził rok na Michigan State University, East Lansing, MI, w ramach programu Fulbright FLTA. Był wybitnym liderem w sektorze non-profit w swoim rodzinnym mieście. W ramach projektów międzynarodowych Andrey odwiedził ponad 20 krajów. W 2013 r. odbył staż w Chicago LightHouse, Chicago, IL, w ramach programu Professional Fellows Program. W 2015 r. w Waszyngtonie podczas ceremonii wręczenia nagród został uznany za jednego z najlepszych absolwentów programu.

Ben Lou Poggo – Sudan Południowy

Ben od ponad 41 lat jest rzecznikiem praw człowieka i usług dla osób niepełnosprawnych. Jest też przedstawicielem ruchu osób niepełnosprawnych Faof w Sudanie Południowym. Był pierwszym w kraju nauczycielem alfabetu



Braille'a i założycielem różnych organizacji osób niepełnosprawnych. Obecnie jest dyrektorem pedagogiki specjalnej oraz pomaga w formułowaniu różnorodnych polityk dotyczących edukacji włączającej. Jego wysiłki nie ograniczają się tylko do osób niedowidzących i niewidomych, ale także do osób ze wszystkimi rodzajami niepełnosprawności.

Dr Sadiq Hussein Qnaji – Irak

Dr Sadiq Hussein Qnaji – profesor języka arabskiego, emerytowany nauczyciel na Uniwersytecie Al-Mustansiriya, Kolegium Edukacji, Wydział Języka Arabskiego. Prezes Organizacji Rehabilitacji Osób Niewidomych i Słabowidzących oraz I Zastępca ds. Arabskiego Związku Niewidomych. Aktywny członek w propagowaniu problematyki osób niewidomych, edukowaniu i resocjalizacji w celu ich integracji ze społeczeństwem. Można odwiedzić jego stronę na Facebooku i stronę organizacji, aby zobaczyć jego działania w dziedzinie pomocy osobom niewidomym.

Esma Gumberidze – Gruzja

Esma promuje prace nad podnoszeniem świadomości nie tylko w kwestiach niepełnosprawności, jak często oczekuje się od osoby niepełnosprawnej, ale jest również zaangażowana w pracę z młodzieżą, przemawiała na Zgromadzeniu Ogólnym ONZ w imieniu całej gruzińskiej młodzieży jako oficjalny członek Stałego Przedstawicielstwa Gruzji przy ONZ. Była pierwszą niepełnosprawną studentką spoza UE uczestniczącą w programie International Credit Mobility w ramach programu Erasmus Plus.http://un.mfa.gov.ge/default.aspx?sec_id=630&lang=2&NewSID=146727

Fredric K. Schroeder – Stany Zjednoczone

Psycholog, aktywista, a przede wszystkim prezes Światowej Unii Niewidomych w latach 2016-2021. Dr Schroeder stracił wzrok w wieku 16 lat. W swojej karierze zajmował różne stanowiska. Był nauczycielem, instruktorem orientacji przestrzennej, działaczem i urzędnikiem państwowym. Jest niesamowitą, otwartą osobą, bardzo oddaną swojej pracy.

Hassan Agufana Jackson – Kenia

Współpracował z wieloma ministerstwami, departamentami i agencjami rządowymi w Kenii. Osobiście poświęcił swój czas i wysiłek, aby zniwelować wykluczenie cyfrowe wśród dorosłych, młodzieży i dzieci z wadami wzroku w Kenii. Od 2010 roku ponad 1000 osób niedowidzących uzyskało stałe łącze internetowe. Projekt jest wspierany przez Safaricom PLC. Dzięki jego pracy: 8 szkół obecnie posiada cyfrowe centra nauki w Kenii, 200 nauczycieli zostało przeszkolonych w zakresie nauczania informatyki, osoby niedowidzące mają zapewniane środki do życia. Pomógł KUB w uruchomieniu Disability Empowerment Saving and Credit Society (DESCOS). Organizacja ma kluczowe znaczenie w pomocy osobom niepełnosprawnym w małych firmach.

Ishaq Hersi – Arabia Saudyjska

Jest członkiem wspaniałej rodziny, ma pięcioro rodzeństwa, w tym dwóch niewidomych braci. Stracił wzrok w 2010 roku w wieku 22 lat. Od tego czasu dokonał wielkich osiągnięć, między innymi zarządza największą arabską platformą, która zawiera najważniejsze arabskie księgi dziedzictwa i książki zagraniczne przetłumaczone na język arabski za pomocą technologii dostępności. Elektroniczna platforma nazywa się "Biblioteka Najlepszych Przyjaciół". Jej nazwa jest w języku arabskim, aby dotrzeć do arabskich czytelników na całym świecie. Platforma jest przeznaczona wyłącznie dla niewidomych. Mogą oni przeglądać jej zawartość (ponad 3500 książek) za pomocą czytników ekranowych i elektronicznych, do których można uzyskać zdalny dostęp z dowolnego miejsca w języku arabskim.

Jan Bloem – Holandia

Z osobami niedowidzącymi i komputerami związany jest od 1993 r. Podróżuje po całym świecie pracując dla Vispero, odwiedza wystawy i dealerów, aby szerzyć know how JAWS dla Windows! W latach 2000-2006 prowadził wolontariat jako nauczyciel IT dla niewidomych w Nepalu, Tybecie i Nigerii. Rozpoczął szkolenie komputerowe z JAWS for Windows w Centrum Umiejętności Technicznych i Rozwoju dla Osób Niewidomych i Niepełnosprawnych (TSDCBD) w Katmandu

w Nepalu oraz w Lhasie, stolicy Tybetu z organizacją pozarządową Braille bez granic w projekcie dla niewidomych. Dołączył do VSO, Voluntary Services Overseas, aby przez 3 lata pracować w Państwowej Szkole dla Osób Niepełnosprawnych Kebbi w Birnin Kebbi, stolicy stanu Kebbi w północno-zachodniej Nigerii.

Khomraj Sharma – Nepal

Nepalskie Stowarzyszenie Niewidomych NAB nominowało pana Khomraj Sharma na ŚWIATOWEGO IDOLA. Pan Khom od 21 lat nieprzerwanie pracuje na rzecz osób niewidomych w Nepalu. Zainicjował pierwszą cyfrową/audio bibliotekę w 2007 r., która wpłynęła na życie wielu osób z niepełnosprawnością wzroku w Nepalu. Promował korzystanie z technologii wspomagających w społeczności osób niewidomych i przeszkolił osobiście ponad 500 osób. Co więcej, prowadzi bardzo ważny projekt rozwoju nepalskiego TTS i OCR w imieniu NAB. Apelujemy zatem do komisji, że jest znakomitym, zasłużonym kandydatem do nagrody.

Mais Ahmed – Zjednoczone Emiraty Arabskie

Przez ostatnie 5 lat pracował w Emirates Association of the Visually Disorder jako nauczyciel Braille'a. Studia doktoranckie ukończył w college'u komunikacji na Uniwersytecie w Sharjah w Zjednoczonych Emiratach Arabskich.

Mikhail Antonenko – Białoruś

Bardzo aktywny, niedowidzący mężczyzna, pracujący w obszarze rehabilitacji osób niewidomych i słabowidzących na Białorusi. Pracował nad wieloma projektami mającymi na celu poprawę dostępności różnych aspektów życia osób słabowidzących. Jest absolwentem Uniwersytetu Państwowego im. Franciszka Skaryny Homel. Przykładami jego projektów są: „Droga do sukcesu”, „Naucz się samodzielnie zarządzać finansami”, „Codzienny, niezależny, pozbawiony barier dostęp do informacji dla niewidomych na Białorusi” i wiele innych.

Nati Bialistok-Cohen – Izrael

Od 2016 roku Nati pełnił funkcję dyrektora generalnego Center of the Blind – parasolowego stowarzyszenia non-profit zrzeszającego osoby z wadami wzroku. Do jego zadań należały: reprezentowanie osób niewidomych i podnoszenie ich statusu społecznego i ekonomicznego w społeczności oraz opieka nad osobami niedowidzącymi w parlamencie i organizacjach rządowych. Nati był liderem zmian społecznych mających na celu wzmocnienie praw osób z wadami wzroku, a także podniesienie świadomości społecznej na temat możliwości osób niewidomych. Przed objęciem tego stanowiska Nati był jednym ze starszych konsultantów dyrektora generalnego Ministerstwa Komunikacji, gdzie kierował komitetem doradczym zajmującym się złożonymi procesami we współpracy z departamentami rządowymi i organizacjami prywatnymi. Nati był przyjacielem niewidomych w wielu krajach. Doprowadził do wartościowej współpracy pomiędzy nimi.

Niestety, ten wybitny niewidomy człowiek, autorytet i wzór dla innych zmarł w tym roku po ciężkiej chorobie.

Nikoloz Tsertsvadze – Gruzja

Nikoloz Tsertsvadze urodził się jako zdrowe dziecko, ale jego życie zmieniło się, gdy w wieku piętnastu lat stan zdrowia gwałtownie się pogorszył. Zdiagnozowano u niego Meningitis. Spędził w szpitalu dwa lata. W tym czasie stracił wzrok, ale właśnie wtedy zainteresował się rękodziełem. Początkowo układał puzzle, potem zaczął zajmować się gliną. Takie hobby pozwalało mu się odprężyć, a także wyrazić swoje odczucia na temat świata. Stopniowo hobby przerodziło się w coś większego. Po powrocie do zdrowia wstąpił do szkoły dla osób niewidomych, nawiązał nowe przyjaźnie i jest teraz aktywnym i wesołym młodym człowiekiem. Mam nadzieję, że jego historia i sukcesy twórcze będą motywacją również dla innych.

Pawan Ghimire – Nepal

Pan Pawan Ghimire jest niewidomym żołnierzem, który pomimo swojej niepełnosprawności

aktywnie działa na rzecz promocji krykieta dla niewidomych w Nepalu. Pod jego kierownictwem nepalski krykiet stał się pierwszą drużyną na świecie, która zagrała w mistrzostwach świata. Ghimire jest również promotorem krykieta dla niewidomych kobiet na świecie. Krykiet, który został zapoczątkowany w 2006 roku w Nepalu, dotarł do ponad pięciu krajów świata, takich jak Indie, Pakistan, Anglia i Indie Zachodnie. Pawan jest organizatorem pierwszych na świecie międzynarodowych zawodów niewidomych kobiet, m.in. między Nepalem a Anglią. Jego starania o zaangażowanie niewidomych kobiet w krykieta stały się źródłem motywacji dla wielu dziewcząt, które z trudem walczą o odnalezienie swojej drogi.

Minister Paweł Wdówik – Polska

Polski działacz społeczny, sekretarz stanu, pełnomocnik Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych. Ukończył studia na Uniwersytecie Warszawskim, gdzie pracował w biurze ds. studentów niepełnosprawnych. W latach 2001-2010 pan Wdówik prowadził własną audycję w Katolickim Radiu Józef.

Razzaq Muhsen Wadi – Irak

Pan Razzaq jest niedowidzący i ma długą historię osiągnięć w rehabilitacji niewidomych, służeniu im i rozwijaniu ich umiejętności w różnych dziedzinach. Wśród jego osiągnięć jest utworzenie Federacji Judo dla Niewidomych w Iraku.

Sally Farouk Nashed Abadeer – Egipt

Sally pracuje głównie jako kardiolog, ale po urodzeniu niewidomej córki porzuciła pracę. Uzyskała tytuł magistra pedagogiki specjalnej na uniwersytecie w Wirginii Zachodniej, ze szczególnym uwzględnieniem wad wzroku. Wtedy Sally pomyślała o egipskich dzieciach z niepełnosprawnościami wzroku. Wróciła z USA do Egiptu, aby rozpocząć edukacyjny projekt włączania społecznego w Górnym Egipcie, co było wyjątkową postawą w 2012 roku. Ponad 10000 osób, w tym dzieci niepełnosprawne i ich rodziny, nauczyciele, zespoły pracowników szkół,

uczniowie pełnosprawni korzystają z pomocy Sally; szkoleń, ocen, warsztatów, urządzeń rehabilitacyjnych.

Shereen Aqa Siddiqi – Afganistan

Pan Siddiqi jest współzałożycielem Afgańskiego Stowarzyszenia Niewidomych. Dwukrotnie pełnił funkcję sekretarza generalnego, raz wiceprezesa i dwukrotnie prezesa stowarzyszenia. Rozszerzył jej strukturę o jeden oddział, cztery urzędy regionalne i dwanaście urzędów wojewódzkich. Jest prawdziwą legendą rozwoju społecznego, gospodarczego, społecznego i edukacyjnego osób niedowidzących w kraju. Działa w obszarze integracji społecznej, edukacji włączającej, destygmatyzacji, rzecznictwa, szkoleń w zakresie mobilności i samowystarczalności. W tych dziedzinach pracował pomimo słabszego zaplecza i wsparcia społeczności międzynarodowych. Ponadto zrealizował setki projektów na rzecz osób niewidomych i niedowidzących. Jest jedynym prekursorem edukacji włączającej w Afganistanie.

Sherif Youssef Abdelaty Youssef – Egipt

Jest przewodnikiem, osobą niewidomą lub niedowidzącą (prawnie niewidomą) i pracuje w całkowitej ciemności. Przewodnik turystyczny wita zwiedzających i oprowadza ich po wystawie „Dialog w ciemności”. Odpowiada na wszystkie potrzeby podczas wystawy, zapewniając zwiedzającym wygodę, bezpieczeństwo i ochronę, jednocześnie zapewniając dostęp do wiedzy i rozrywkę. Komunikacja werbalna i interakcja są istotną częścią jego pracy. Zaangażowanie przewodnika i jego chęć do komunikacji i budowania empatii ze zwiedzającymi skupia się bardziej na umiejętności rekompensowania braku wzroku niż na samej niepełnosprawności, motywując zwiedzających do głębszej eksploracji.

Stanislav Tsibulski – Gruzja

Stanislav Tsibulski jest jedną z tych osób niepełnosprawnych, które nie przestają walczyć o pomoc potrzebującym. Dorastał w Gruzji gdzie chłonał gruzińską kulturę. Sam uczył języka polskiego, a w wieku 19 lat wyjechał do Polski, gdzie kontynuował naukę. Podczas pracy w Camillians

w Gruzji rozpoczął prowadzenie szkoleń edukacyjnych dla osób niepełnosprawnych z polskimi trenerami. Pracował również jako tłumacz. Z własnej inicjatywy założył grupy wsparcia dla rodziców osób niepełnosprawnych. Prowadził z nimi sesje szkoleniowe i dzielił się z nimi swoim doświadczeniem, które pomogło im lepiej zrozumieć ich dzieci. Stanislav posiada tytuł magistra psychologii. Teraz jest niezależnym psychologiem, który próbuje podzielić się swoją historią ze wszystkimi.

Tudor Paul Scripor – Rumunia

W 2012 roku podczas warsztatów malarskich Tudor P. Scripor miał ucznia niedowidzącego i nie był w stanie porozumieć się z nim chromatycznie. Zainspirowany tą sytuacją, po 7 latach intensywnych badań i wielu testów, Tudor P. Scripor opracował dotykowy kod kolorystyczny dla osób niewidomych i niedowidzących. W 2014 r. alfabet Scripor został po raz pierwszy przetestowany z psychopedagogami, nauczycielami edukacji specjalnej, nauczycielami wczesnego wspomaganie oraz uczniami niewidomymi i niedowidzącymi. Po zakończeniu testów i na podstawie informacji zwrotnych otrzymanych od specjalistów i społeczności osób niedowidzących, Tudor Paul Scripor sfinalizował wersję standaryzacji chromatycznej dotykowej, która jest obecnie znana jako Alfabet Dotykowy Kolorów i została opatentowana.

Vojin Perić – Chorwacja

W wieku zaledwie 21 lat Vojin, przyszły dyrektor Teatru Niewidomych i Słabowidzących „Nowe Życie” (najstarszy teatr na świecie), Był tam zaangażowany jako aktor. Nie mogąc podjąć kariery zawodowej jako aktor ze względu na niepełnosprawność, znalazł sposób by stać się profesjonalistą. Osiągnął to dzięki pracowitości, pasji i poświęceniu. Wystąpił w ponad 55 różnych spektaklach. Oprócz aktorstwa, podobnie jak Szekspir, jest dramatopisarzem i poetą – pisze wiersze. Dał życie jednemu w swoim rodzaju międzynarodowemu festiwalowi niewidomych „BIT” (Niewidomi w teatrze). Został odznaczony

Orderem Daniki Hrvatskiej i medalem za szczególny wkład w kulturę. Od 15 lat jest prezesem chorwackiego związku niewidomych (CBU).

Zaki Ali – Egipt

Niewidomy aktywista z Egiptu. Pracuje w ośrodku rehabilitacyjnym dla dzieci niewidomych i słabowidzących w Kairze w Egipcie. Jest także doktorantem na Uniwersytecie Ain Shams. Dużo podróżuje i bierze udział w różnych wydarzeniach dotyczących społeczności osób niewidomych i niedowidzących.

Jak konkurs, to i... nagrody!

Czym byłby konkurs na światowym poziomie bez wartościowych i interesujących nagród? Odpowiedź na to pytanie nie jest trudna. Nasz konkurs spełnia wszelkie normy światowości, więc nagrody są niezwykle atrakcyjne. Zwycięzca otrzyma wspaniałe, komputerowe, mówiące, brajlowskie szachy stworzone przez polską firmę Altix. Jej pomysłodawcą jest właściciel tej firmy oraz założyciel i sponsor Fundacji Szansa dla Niewidomych Marek Kalbarczyk. Dzięki niemu ta szalenie interesująca gra będzie dostępna dla wszystkich, bez względu na stan wzroku i umiejętności. Oprócz tego ŚWIATOWY IDOL otrzyma jeden z najznakomitszych polskich zabytków w formie tyflograficznej. Drugie i trzecie miejsce również otrzymają tyflograficzne zabytki. Kolejna wspaniałość! Nasi IDOLE, poza zaszczytnymi tytułami, dostaną zatem również specjalnie opracowany, brajlowski kawałek Polski. Dojdą do tego fundusze na ich przyjazd na samą Konferencję i tyfłodyplomy.

Nie wiem jak Państwo, ale ja jestem niezwykle podekscytowana głosowaniem, które już się rozpoczęło i potrwa do końca sierpnia. Głosować można za pomocą krótkiego formularza dostępnego na stronie (wersja polska): idol.szansadlaniewidomych.org, (wersja angielska): idol.chancefortheblind.org

Zachęcam gorąco do wspierania swoich kandydatów.

Kandydaci w krajowym Konkursie IDOL 2021

Za nami regionalny etap corocznego konkursu IDOL, w którym nagradzamy w różnych kategoriach ludzi i instytucje, zasłużonych dla naszego środowiska. Zwycięzcy wojewódzkich głosowań biorą udział w finałowym konkursie ogólnopolskim, którego laureaci nagrody będą odbierać podczas REHA 2021 w Warszawie, w dniach 9-12 września. A oto i oni:

IDOL ŚRODOWISKA

Jadwiga Rogacka (Kujawsko-Pomorskie)

Słabowidząca Mistrzyni Polski, wicemistrzyni Świata i mistrzyni Europy w bowlingu. Swoją postawą i umiejętnościami inspirowała młodszych i starszych do prężnej aktywności sportowej. Organizatorka i współorganizatorka wielu turniejów oraz prowadząca szkołę bowlingową w klubie Sportowym Pionek we Włocławku.

Danuta Borek (Lubelskie)

Prezes koła PZN w Biłgoraju. Aktywnie działa na rzecz osób z niepełnosprawnościami wzroku w swoim regionie, aktywizując ich społecznie i zawodowo poprzez warsztaty, spotkania integracyjne oraz wyjazdy turystyczne.

Klaudia Frankowska (Lubuskie)

Od dziecka jest osobą niewidomą. W podejmowaniu kolejnych wyzwań artystycznych wspiera ją mama oraz siostra bliźniaczka. Brała udział w wielu konkursach muzycznych, m.in. w „Zaczarowanej Piosence” Anny Dymnej. Udziela się również sportowo. Zdobyła pierwsze miejsce w drużynowych mistrzostwach polski w Showdown 2020 oraz 8 miejsce w Indywidualnych Mistrzostwach Polski w Showdown w 2020 r.



Konrad Galiński (Łódzkie)

Jest trenerem w Spółdzielni socjalnej FADO, zawodowo zajmuje się dostępnością dla osób niewidomych i słabowidzących, a specjalizuje się w dostępności transportu – nie tylko dla osób z dysfunkcją wzroku. Bezceremonialnie obala mity dotyczące osób z niepełnosprawnościami, prywatnie miłośnik dobrej kawy i łodzianka z wyboru.

Roman Dąbrowski (Podkarpackie)

Z wykształcenia filozof, były nauczyciel przedsiębiorczości, wykładowca akademicki oraz doradca i coach. Od 2001 r. aktywnie działa w Tarnobrzegu na rzecz osób z niepełnosprawnością. Dwukrotnie organizował i prowadził punkty informacyjno – doradcze dla osób niepełnosprawnych, ich rodzin i przyjaciół. Również dwukrotnie był członkiem i przewodniczącym Miejskiej Społecznej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych.

Krzysztof Kochański (Podlaskie)

Osoba słabowidząca, tyfloinformatyk. Aktywnie działa w środowisku osób z dysfunkcją wzroku prowadząc szkolenia i kursy z bezwzrokowej obsługi telefonu i komputera oraz jak radzić sobie w świecie nowoczesnych technologii.

Monika Domagalska-Ilińska (Pomorskie)

Współpracuje z PZN O. Pom. GKSONiS Jantar, Fundacją PONS oraz Stowarzyszeniem Niewidzialny. Jest współautorką anglojęzycznego artykułu pt. „Przyczyny ukrywania niepełnosprawności na rynku pracy” prezentowanego na Konferencji Naukowej Uniwersytetu Gdańskiego w 2021. Od 22 lat pracuje w obszarze zatrudniania i współpracy z osobami niepełnosprawnymi.

Beata Zielińska (Świętokrzyskie)

Pedagog specjalny, osoba niewidoma, ukończyła studia magisterskie: „Rewalidacja z terapią pedagogiczną.” Przez kilkanaście lat pełniła funkcję rodziny zastępczej dla dziecka z wieloraką niepełnosprawnością. Dziś ten chłopiec jest jej synem. Służy także wsparciem niewidomym dzieciom i dorosłym.

Rafał Butajło (Warmińsko-Mazurskie)

Masażysta z pasją, społecznik, aktywny działacz na rzecz niewidomych i słabowidzących, wieloletni wolontariusz.. Z potrzeby pomocy podjął się organizacji koncertu charytatywnego dla chorej na białaczkę dziewczynki. Propaguje postawę pomocy, pracowitości i zaangażowania wśród niepełnosprawnych. Swoją postawą zarówno w życiu codziennym, jak i zawodowym udowadnia, że niepełnosprawność to tylko stan naszego umysłu.

Monika Bielecka (Zachodniopomorskie)

Założycielka i trenerka grupy Tup Tup Team, realizującej zajęcia z nordic walkingu z osobami z niepełnosprawnością wzroku. Inicjatorka oraz uczestniczka licznych konkursów sportowych, pracownica ZAZ-u w Gryfinie. Realizowała zajęcia z nordic walkingu wraz z podopiecznymi Fundacji. Zajęcia zostały znakomicie odebrane w środowisku.

Monika Łojba (Dolnośląskie)

Blogerka niedowidząca, studentka dziennikarstwa działająca od lat w środowisku, pisze artykuły do Helpa, walczy o równy dostęp do świata dla osób z niepełnosprawnościami wzroku.

Marcin Dębski (Małopolskie)

Dyrektor Zespołu Szkół i Placówek pn. „Centrum dla Niewidomych i Słabowidzących” w Krakowie. Oddany dzieciom z niepełnosprawnościami, głównie wzroku, był wychowawcą w internacie przy ul. Tynieckiej, teraz dyrektor szkoły w Krakowie.

Karolina Włodarska (Opolskie)

Jest prezesem Fundacji NaKole, niezwykle pomysłowa i kreatywna osoba, która stara się swymi działaniami nie tylko ułatwić życie osobom niepełnosprawnym, ale także by życie tych osób było barwne, ciekawe i pełne przygód. Realizowane przez prowadzoną przez Panią Karolinę działania to zarówno sport, turystyka, rekreacja, jak i zajęcia m.in. z udzielania pierwszej pomocy. Znacząca część inicjatyw Fundacji to wyprawy na tandemach, w których uczestniczą bardzo chętnie osoby niewidome i wolontariusze.

Ilona Juszczyk (Śląskie)

Tyflopedagog, oligofrenopedagog, dyplomowana masażystka – aktywna i przedsiębiorcza. Jest pomysłodawcą Konkursu Książki Dotykowej w Częstochowie. W latach 2000-2003 wolontariusz, a następnie pracownik OWR dla Dzieci i Młodzieży Niewidomej i Słabowidzącej przy PZN w Częstochowie, przygotowującego do nauki w szkołach ogólnodostępnych. W 2009 r. koordynatorka projektu dot. szkoleń zawodowych „Wsparcie niewidomych na rynku pracy”, który zajął II miejsce w Polsce pod względem ilości uczestników.

Agnieszka Sukiennik (Wielkopolskie)

Od 2017 r. jest zatrudniona w poznańskim oddziale Fundacji Aktywizacja jako psycholog oraz pośrednik pracy. Zadziwia pracowitością i pomysłowością, która owocuje innowacyjnymi rozwiązaniami na rzecz OzN umożliwiając im podjęcie i utrzymanie zatrudnienia. Ograniczenia spowodowane schorzeniami zastępuje możliwościami i ten rodzaj niepełnosprawności traktuje jako wartość dodaną do życia czyniąc ją dodatkowym atutem. Dzięki Jej nieprzeciętnym

zdolnościom wiele osób uwierzyło w siebie, znalazło motywację do życia i podjęło kroki w kierunku usamodzielnienia i niezależności.

MEDIA

Agnieszka Grądzka-Wadych i Jarosław Wadych (Kujawsko-Pomorskie)

Od wielu lat podejmują w artykułach tematykę ważną dla osób niepełnosprawnych i ich rodzin. Szczególnie dużo uwagi poświęcają niewidomym oraz niedowidzącym, publikując w magazynie Help i mediach społecznościowych. Łącząc spojrzenie kobiece i męskie w pisanych wspólnie artykułach uwrażliwiają społeczeństwo na rzecz szeroko pojętej integracji.

Kurier Lubelski (Lubelskie)

Dziennik regionalny obejmujący zasięgiem województwo lubelskie na łamach swojego czasopisma chętnie zamieszcza programy o tematyce osób z niepełnosprawnościami.

Radio Plus Zielona Góra (Lubuskie)

Przekazuje słuchaczom informacje dotyczące inicjatyw lokalnych skierowanych do osób z dysfunkcją narządu wzroku.

Studenckie Radio „Żak” Politechniki Łódzkiej (Łódzkie)

Najstarsza koncesjonowana akademicka rozgłośnia radiowa w Polsce, nadająca na terenie Łodzi i okolic. Umożliwia zabieranie głosu w ważnych tematach osobom z niepełnosprawnościami zapraszając ich do studia.

Ewa Wójcik – Lis (Podkarpackie)

Jako osoba związana z podkarpackimi mediami, między innymi Radiem Leliwa, w swojej działalności często podnosi tematykę osób z dysfunkcją wzroku. Mówi o barierach, na jakie napotykają, ale też wskazuje sukcesy i podkreśla aktywność osób niewidomych i słabowidzących na wielu płaszczyznach lokalnych.

“ Za nami regionalny etap corocznego konkursu IDOL, w którym nagradzamy w różnych kategoriach ludzi i instytucje, zasłużonych dla naszego środowiska. Zwycięzcy wojewódzkich głosowań biorą udział w finałowym konkursie ogólnopolskim, którego laureaci nagrody będą odbierać podczas REHA 2021 w Warszawie, w dniach 9-12 września.

Radio UWM FM – audycja Stacja Dobro (Warmińsko-Mazurskie)

Prowadzona przez Anetę Pawelczyk – Piłat „Stacja Dobro to miejsce spotkań z tymi, którzy niosą pomoc innym, ale również idą z pasją przez życie i chcą się nią dzielić”. Do audycji zapraszane są osoby zaangażowane w pomoc innym – społecznicy, pracownicy fundacji oraz osoby wspierające w trudnych sytuacjach życiowych. Jest to audycja, z której można dowiedzieć się jak wygląda specyfika pracy asystentów osób z różnymi problemami, jakie są ich doświadczenia, jakie napotykają trudności i czego mogą się nauczyć.

Monitor Trzeciego Sektora (Opolskie)

Źródło bieżących informacji na temat wydarzeń, które mają miejsce w województwie opolskim. Na ławach wydawnictwa można odnaleźć szereg informacji o wyjątkowych wydarzeniach oraz niezwykłych ludziach, którzy wpływają na opolskie środowisko lokalne. Również osoby z niepełnosprawnością odnajdą tutaj wiele interesujących ich kwestii i tematów.

Tikhonov Mówi (Dolnośląskie)

Kanał youtube Andrey Tikhonova, niewidomego działacza środowiska, wspaniałego muzyka, pisarza, intelektualisty.

Marcin Ryszka (Małopolskie)

Niewidomy działacz społeczny na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnością wzroku. Człowiek-instytucja. Od 2016 roku komentuje dla mediów zawody sportowe dla osób z niepełnosprawnościami.

Katarzyna Widera-Podsiadło (Śląskie)

Od 17 lat związana z katowicką rozgłośnią Radia eM. Autorka i prowadząca wielu audycji o tematyce społecznej, w których często podejmuje kwestie niepełnosprawności. Stara się propagować różne formy rehabilitacji, np. w codziennym cyklu „Radio eM poradnikowo”. W audycji „Moja historia” niejednokrotnie gościły osoby niewidome. Z kolei audycja „Wspieramy mamy” bardzo często koncentruje się na potrzebach rodzin z niepełnosprawnymi dziećmi. Prócz tego Pani Redaktor tworzy audycje z apostołstwem chorych.

Piotr Żytnicki (Wielkopolskie)

Na łamach „Gazety Wyborczej” opisuje historie osób niewidomych. Intenauaci nazwali go „Panem Niewidomym”, a na Facebooku powstała poświęcona mu strona. Publikowano tam jego zdjęcia i opisywano związane z nim historie.

URZĄD OTWARTY DLA NIEWIDOMYCH

Urząd Miasta Torunia, Wydział Zdrowia i Polityki Społecznej (Kujawsko-Pomorskie)

Urząd stara się, aby Toruń był miastem otwartym i przyjaznym osobom z niepełnosprawnościami, w tym niewidomym i niedowidzącym. Od roku 2019 wdraża system informujący osoby niewidome w toruńskich urzędach oraz jednostkach kultury.

Biuro Obsługi Mieszkańców Urzędu Miasta Lublin (Lubelskie)

Urząd dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnościami (linie naprowadzające, powiększalniki, urządzenia lektorskie, przeszkolona kadra).

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Zielonej Górze (Lubuskie)

Z zaangażowaniem pracownicy wspierają osoby niepełnosprawne, w tym osoby z dysfunkcją narządu wzroku. Z chęcią udzielają informacji o formach świadczonej pomocy, projektach oraz możliwościach dofinansowań, z których można skorzystać. Osoby pracujące w Centrum są bardzo pomocne i zaangażowane w swoją pracę.

Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Sieradzu (Łódzkie)

Instytucja przyjazna osobom z dysfunkcją wzroku. Jej pracownicy służą wsparciem i radą na wielu płaszczyznach. Od roku 2018 PCPR w Sieradzu realizuje projekt Centrum Usług Społecznych, w ramach którego jest usługa Asystenta Osobistego Osoby Niepełnosprawnej – dla wielu z nas są to przysłowiowe drzwi do wolności. Od roku 2020 PCPR realizuje projekt Centrum dla Rodziny w Powiecie Sieradzkim, w którym jest także usługa AOON.

Starostwo Powiatowe w Leżajsku (Podkarpackie)

Urząd otwarty na potrzeby osób z niepełnosprawnościami, w tym również niewidomych i słabowidzących. W 2020 roku grupa pracowników Starostwa Powiatowego w Leżajsku wzięła udział w szkoleniu z zakresu obsługi niepełnosprawnego petenta, w szczególności z dysfunkcjami wzroku. Jest to urząd chętnie nawiązujący kontakty z organizacjami pozarządowymi i wychodzący naprzeciw potrzebom środowiska osób z niepełnosprawnością wzroku.

Urząd Miejski w Suwałkach (Podlaskie)

Do budynku prowadzą trzy wejścia z pochylniami. Przy wejściach znajdują się przyciski systemu przywoławczego. Na drzwiach wejścia znajduje się tablica napisana brajlem. Do wszystkich jego

pomieszczeń można wejść z psem asystującym i psem przewodnikiem. Na klatce schodowej początek i koniec biegu schodów został oznaczony kontrastowym kolorem. Budynek posiada dwie przenośne pętle indukcyjne oraz windę łączącą wszystkie kondygnacje. W sąsiedztwie siedziby znajdują się 4 miejsca parkingowe dla osób niepełnosprawnych.

Powiatowy Urząd Pracy w Gdyni (Pomorskie)

Przy schodach zamontowano poręcze, na których znajdują się nakładki w brajlu oraz czarnodruku. Korytarze i pomieszczenia są dostępne dla osób na wózkach inwalidzkich lub wspomagających się laską. W budynku są ścieżki naprowadzające prowadzące do informacji, windy i toalety dla osób niepełnosprawnych. Na schodach są antypoślizgowe nakładki. W Urzędzie znajdują się tablice informacyjne z nazwami i numerami pokoi wykonane kolorem kontrastowym dla osób słabowidzących, a także tabliczki zawierające nazwę i numer pomieszczeń w brajlu wraz z kodem QR wykonane kolorem kontrastowym dla osób słabowidzących. Można wejść z psem asystującym.

Pierwszy Urząd Skarbowy w Kielcach (Świętokrzyskie)

Wdraża rozwiązania i udogodnienia dla klientów niewidomych, słabowidzących, niesłyszących, poruszających się na wózkach, dla osób starszych. Dzięki pracownikom posługującym się językiem migowym osoby niesłyszące mogą załatwić sprawę podatkową bez przeszkód. Wszystkie działania są konsultowane wspólnie ze środowiskiem osób niepełnosprawnych, które są zapraszane do sprawdzenia poszczególnych funkcjonalności.

ZUS Oddział w Olsztynie, Wydział Administracyjny – Gospodarczy (Warmińsko-Mazurskie)

Urząd jest bardzo zaangażowany w poprawienie dostępności swojej instytucji. Pracownicy są mili i pomocni dla petentów, zwłaszcza dla osób z niepełnosprawnościami.

PFRON Oddział Małopolski (Małopolskie)

Propaguje wdrażanie dostępności na terenie województwa małopolskiego. Małopolski oddział wspiera organizacje pozarządowe w działaniach na rzecz osób z niepełnosprawnościami.

Magdalena Dydyzsko (Koordynator ds. dostępności UKE) (Mazowieckie)

Na drzwiach do głównych pomieszczeń użytkowych urzędu są naklejki informacyjne w alfabecie brajla. Znajdują się one na wysokości około 120 cm nad klamką. W centrali UKE na wszystkich piętrach zamontowano oznaczenia w brajlu na poręczach ewakuacyjnych klatek schodowych. W recepcji centrali UKE na parterze można wypożyczyć mapy dotykowe piętra, a na każdym piętrze w holu windowym na stojaku umieszczone są kolejne wypukłe plany. Są na wysokości około 80 cm z odpowiednio nachylnym pulpitem.

PFRON Oddział Opolski (Opolskie)

W znaczący sposób wspiera liczne organizacje i instytucje, które oferują pomoc osobom niepełnosprawnym. Organizacje te mogą realizować różnorodne działania przede wszystkim dzięki dofinansowaniu projektów i grantów, dzięki którym ich beneficjentom żyje się łatwiej. Wydawanie publikacji i wsparcie merytoryczne również mają ogromne znaczenie.

Urząd Miasta Katowice (Śląskie)

Organizuje pracę tak, aby zapewniać dostępność osobom z dysfunkcją wzroku. W BOM na drzwiach, poręczach, windach znajdują się oznaczenia w brajlu. Panel sterujący windy jest wyposażony w informację głosową mówiącą na którym piętrze winda się zatrzymała. Po wejściu do budynku OzN uzyska pomoc w dotarciu do miejsca, w którym zostanie obsłużona oraz spotka się z życzliwą i miłą obsługą ze strony pracowników urzędu. Na parterze znajduje się tablica ogłoszeń umożliwiającą zmianę wersji odczytu dla osób słabowidzących. Do urzędu można wejść z psem asystującym i psem przewodnikiem. Pracownicy BOM zostali przeszkoleni w zakresie obsługi OzN.

PFRON Oddział Dolnośląski (Dolnośląskie)

Misją Funduszu jest ułatwianie osobom niepełnosprawnym pełnego uczestnictwa w życiu zawodowym i społecznym. Oddział PFRON we Wrocławiu właśnie tak działa uzyskując od swoich beneficjentów znakomite opinie i wdzięczność.

Jakub Modrzyński – Urząd Miejski w Mosinie (Wielkopolskie)

Inspektor w referacie promocji i kultury. Na wniosek Burmistrza Gminy Mosina powołano zespół ds. dostępności, który podjął szereg zadań począwszy od przeprowadzenia profesjonalnych audytów stron internetowych. Zostały wprowadzone opisy zdjęć i obrazów zamieszczanych na stronie Urzędu. Ujednolicono sposób zamieszczania dokumentów tekstowych – dostępnych cyfrowo. Przeprowadzono również audyt budynków Urzędu Miejskiego. Została rozpoczęta procedura oznakowania Urzędu tabliczkami w alfabecie Braille'a.

EDUKACJA

Katarzyna Gdowska (Kujawsko-Pomorskie)

Od ponad 26 lat pracuje w SP16 w Toruniu jako nauczyciel wspomagający w klasach integracyjnych. Wykazuje się empatią oraz zaangażowaniem w pracy z uczniami niewidomymi, niedowidzącymi i z innymi niepełnosprawnościami, wspiera ich rodziców. Zdobyła stopień nauczyciela dyplomowanego oraz została uhonorowana Brązowym Medalem za długoletnią służbę.

Medyczne Studium Zawodowe im. Profesora Liebeharta (Lubelskie)

W studium kształci się wiele osób z dysfunkcjami wzroku, głównie w kierunku masażu leczniczego. Ośrodek chętnie przyjmuje uczniów z niepełnosprawnościami, dysponuje przeszkoloną kadrą.

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 6 im. mjr. Hieronima Baranowskiego (Łódzkie)

Jedyny w województwie łódzkim specjalistyczny ośrodek dla dzieci i młodzieży z dysfunkcją narządu wzroku. Prowadzi kształcenie i rehabilitację na wszystkich etapach edukacyjnych. To ważne i cenione centrum edukacji, rewalidacji i doradztwa dla osób z niepełnosprawnością wzrokową i ich rodzin.

Aneta Bester (Podkarpackie)

Tyflopedagog, oligofrenopeda, terapeuta dzieci ze spektrum autyzmu. W pracy łączy profesjonalizm i pasję. Prowadzi warsztaty „Bądźmy przyjaźni niepełnosprawności”. Jest autorką książki „Aktywność ruchowa dzieci słabowidzących i niewidomych”, licznych artykułów z dziedziny tyflopedagogiki oraz współautorką opracowania „W służbie oczom”.

Zespół Placówek Edukacyjnych (Warmińsko-Mazurskie)

Placówka dla dzieci i młodzieży z niepełnosprawnościami niezwykle otwarta na problemy ludzi słabowidzących. Pracuje tu zespół tyflopedagogów, w użyciu są najnowocześniejsze metody korygowania niepełnosprawności wzroku. ZPE promuje też sztukę ludzi niewidomych i słabowidzących, a przez liczne kampanie społeczne włącza ich w życie Olsztyna.

Ewa Kolska (Dolnośląskie)

Jest doradcą zawodowym, pełnomocnikiem rektora ds. studentów niepełnosprawnych, prężnie prowadzi Akademickie Biuro Karier, działa na rzecz studentów z różnymi niepełnosprawnościami, w tym z dysfunkcjami wzroku. Odznacza się wielkim zaangażowaniem i empatią w kontaktach ze studentami, otacza ich opieką i stara się niwelować bariery w dostępie osób niepełnosprawnych do wyższego wykształcenia.

Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych AGH (Małopolskie)

Biuro cechuje nowatorskie podejście do rehabilitacji niepełnosprawnych wzrokowo. Wprowadza nowoczesne rozwiązania wspierające osoby z niepełnosprawnościami.

Małgorzata Łuba (Mazowieckie)

Trener i wykładowca na studiach w dziedzinie poradnictwa psychologicznego i interwencjach kryzysowych. Otwarta na potrzeby niewidomych studentów i uczestników szkoleń, które prowadzi poza uczelnią. Dbą o racjonalne dostosowania otoczenia. Opisuje pokazywane filmy, włącza niewidomych do ćwiczeń praktycznych. Przed egzaminami on-line testuje z niewidomymi dostępność platformy.

Małgorzata Wróblewska (Opolskie)

Kierowniczką Biura Wsparcia OzN w Politechnice Opolskiej bardzo zabiega o to, aby studenci podejmujący naukę mieli jak najlepsze warunki i możliwości edukacji. Na bieżąco aktualizuje swoją wiedzę na temat dostępnych sprzętów i innych możliwości dostosowujących uczelnię dla osób z niepełnosprawnościami. Pani Małgorzata stara się, aby zdobytą wiedzę jak najszerzej zastosować w praktycznych działaniach. Dzięki Jej pracy Politechnika Opolska i inni studenci zyskali możliwość optymalnego rozwoju.

Marek Michnik (Śląskie)

Od 15 lat wspiera finansowo inicjatywy rozwijające edukację i rehabilitację dzieci z dysfunkcją wzroku. M.in. przekazał środki na pełne wyposażenie pracowni SI, sali doświadczania świata, orientacji przestrzennej i gabinetu ortooptycznego, a także na pomoce nieoptyczne, zakupił 5 tablic multimedialnych i urządzenia do terapii. Sponsorował zakup lup, lunet, monookularów, powiększalników elektronicznych. Dofinansował wyjazdy śródroczne i posiłki dla uczniów. Przekazał specjalistyczny sprzęt na łączną sumę ponad 320 000 zł. Nawet trudny czas pandemii nie przeszkodził mu w działalności filantropijnej na rzecz niepełnosprawnych.

Wyższa Szkoła Bankowa w Poznaniu (Wielkopolskie)

Wyższej Szkole Bankowej w Poznaniu należy się nominacja w Konkursie IDOL w kategorii Edukacja za innowacyjne podejście do kwestii dostosowań dla osób niewidomych i niedowidzących, tj. beaconowy system nawigacji wewnątrz budynku we współpracy z aplikacją YourWay.

INSTYTUCJA/PLACÓWKA KULTURY/FIRMA**Włocławsko-Brodnicki Klub Sportowy Niewidomych i Słabowidzących "Pionek" (Kujawsko-Pomorskie)**

Misją klubu jest popularyzacja kultury fizycznej i sportu. Zajmuje się organizowaniem różnego rodzaju aktywności sportowych, gdzie angażuje niewidomych podopiecznych, a tym samym przyczynia się do niwelowania skutków niepełnosprawności.

Biblioteka – Filia Miejskiej Biblioteki Publicznej (Lubelskie)

Nowoczesna filia Biblioteki, dostosowana architektonicznie, posiada zasoby dedykowane dla osób niewidomych i słabowidzących. Wypożycza urządzenia do odtwarzania książek mówionych oraz posiada stanowisko komputerowe dostosowane dla osób z różnymi niepełnosprawnościami.

Spółdzielnia Socjalna Zielone Oko (Lubuskie)

Zatrudnia osoby z niepełnosprawnością wzroku. Uczestniczy w programie asystent osoby niepełnosprawnej. Pomaga osobom niepełnosprawnym nie tylko z dysfunkcją wzroku.

Łódzka Kolej Aglomeracyjna Sp. z o.o. (Łódzkie)

Przewoźnik kolejowy obsługujący połączenia na terenie województwa łódzkiego i w weekendy do Warszawy. Posiada w pełni dostępne dla osób niewidomych pociągi. Wyposażone są one w system informacji głosowej i oznakowanie brajlem. W pociągach do Warszawy numery

siedzeń są oznaczone brajlem, drukiem wypukłym, a każda tabliczka jest zintegrowana ze znacznikiem NFC. Pies przewodnik podróżuje bez dodatkowych opłat. Wszyscy pracownicy są szkoleni w zakresie udzielania wsparcia osobom z niepełnosprawnościami i są gotowi pomóc w podróży bez wcześniejszego jej zgłaszania.

Dom Pomocy Społecznej dla Osób Prze- wlekłe Psychiczenie Chorych w Rzeszowie (Podkarpackie)

Instytucja otwarta na osoby z niepełnosprawnościami. Liczna grupa pracowników DPS przeszła szkolenie z zakresu obsługi osób z niepełnosprawnościami. Pracownicy DPS z zaangażowaniem świadczą profesjonalne usługi opiekuńcze w zakresie i w formach wynikających z indywidualnych potrzeb swoich podopiecznych uwzględniając godność i poczucie bezpieczeństwa mieszkańców domu oraz stopień ich fizycznej i psychicznej sprawności.

Biblioteka Publiczna im. Marii Konopnickiej w Suwałkach (Podlaskie)

Przy wejściu głównym znajduje się pochylnia. Na drzwiach znajduje się tablica informacyjna w brajlu. W przedsionku jest tablica informacyjna w kontrastowej kolorystyce. Dostępna jest

winda łącząca wszystkie kondygnacje przystosowana dla osób z niepełnosprawnościami, posiadająca oznaczenia brajlowskie i komunikaty głosowe. Do pomieszczeń można wejść z psem asystującym i psem przewodnikiem. W Dziale Zbiorów Specjalnych można wypożyczyć audiobooki, znajduje się tam urządzenie CZYTAK Plus do odtwarzania książek mówionych oraz książki z dużą czcionką. Czytelnia wyposażona jest w przenośny powiększalnik.

Teatr Wybrzeże (Pomorskie)

Od lat uczestniczy w programie Kultura Dostępna. Teatr zaprezentował 3 spektakle repertuarowe w wersji online z tłumaczeniem na Polski Język Migowy oraz z audiodeskrypcją. Teatr pracuje na rzecz niwelowania zarówno barier mentalnych, spowodowanych wieloletnim zaniedbaniem potrzeb osób z niepełnosprawnościami, jak i technicznych, utrudniających dostęp do kultury. Wydarzenia realizowane w ramach programu są bezpłatne. Dodatkowo, przeprowadzane aktualnie remonty przestrzeni teatralnych wprowadzają stosowne udogodnienia.

Muzeum Wsi Kieleckiej (Świętokrzyskie)

W roku 2020 Muzeum realizowało projekt „Dostosowanie oferty Muzeum Wsi Kieleckiej do

potrzeb osób niewidzących i słabowidzących” w ramach programu Kultura Dostępna. Przeszkolono pracowników Muzeum z zakresu obsługi turystów – interesantów niewidomych i słabowidzących. Opracowana została dedykowana ścieżka zwiedzania Parku Etnograficznego w Tokarni z przewodnikiem muzealnym. Do oferty wprowadzono specjalnie przystosowane warsztaty i lekcje muzealne.





Stworzone zostały również specjalne tyfloprzewodniki, prezentujące wybrane obiekty na terenie Parku Etnograficznego.

Muzeum Budownictwa Ludowego – Park Etnograficzny (Warmińsko-Mazurskie)

Od wielu lat Muzeum stara się dbać o potrzeby osób niewidomych i niedowidzących. Posiada specjalnie stworzoną wystawę stałą pn. „Dotknij Kultury Ludowej”, na której prezentowane jest wyposażenie wnętrza odwzorowane ze zbiorów muzeum. Zwiedzający może dotykać i używać wszystkich sprzętów, dzięki czemu może poczuć się jak mieszkaniec dawnej wsi. Wystawie towarzyszy audiodeskrypcja i katalog pisany alfabetem Braille’a.

Dom Kultury „Krzemień” (Zachodniopomorskie)

Nowa instytucja kulturalna w Szczecinie. Piękny, nowoczesny, w pełni dostosowany budynek i niezwykle empatyczna oraz otwarta dla odbiorców z różnymi potrzebami, grupa pracowników. W „Krzemieniu” realizowany jest projekt teatralno-taneczny aktywizujący osoby z niepełnosprawnościami.

Cafe Równik (Dolnośląskie)

Prowadzi stowarzyszenie zajmujące się terapią osób niepełnosprawnych intelektualnie, które kontynuują tu terapię mowy i myślenia przez pracę. Współpracują też w eventach naszej Fundacji.

Edyta Wyżga (Małopolskie)

Koordynatorka dostępności. Kreuje nowoczesne, ciekawe, a przede wszystkim dostępne projekty, które kierowane są również do osób z niepełnosprawnościami wzroku.

Fundacja Dostępnej Kultury Wizualnej – Wielozmysły (Mazowieckie)

Misją Fundacji Wielozmysły jest włączanie osób z niepełnosprawnościami wzroku w odbiór oraz tworzenie sztuki. Najważniejszym aspektem działania Fundacji jest inicjowanie dialogu pomiędzy światem sztuki a osobami niewidomymi. Poprzez swoje działania dociera do miejsc dotąd

niedostępnych dla osób niewidomych. Angażując w nie artystów, galerzystów i kuratorów jednocześnie uwrażliwia środowisko artystyczne na ich potrzeby. To, co wyróżnia Fundację to także skala działania. Kameralny charakter wydarzeń, a także bliski, indywidualny kontakt z uczestnikami sprzyja budowaniu dobrej atmosfery.

Opolska Regionalna Organizacja Turystyczna (Opolskie)

OROT to jedna z organizacji, które z zaangażowaniem podjęły działania dostosowujące oferowane przez nich usługi do potrzeb i możliwości osób niepełnosprawnych. Dotychczas zrealizowane inicjatywy w znaczącym stopniu ułatwiają korzystanie osobom z niepełnosprawnościami zasobów oferowanych przez OROT.

Centrum Medyczne BESKIDMED (Śląskie)

Ośrodek, w którym pracują okuliści, neurolog, chirurg naczyniowy. Od lat przy ulicy Bielskiej 8 w Cieszynie przeprowadzane są bezpłatne akcje profilaktyczne badań przesiewowych w kierunku zaćmy, jaskry, zwyrodnienia siatkówki związanego z wiekiem. Centrum współpracuje z cieszyńskim szpitalem.

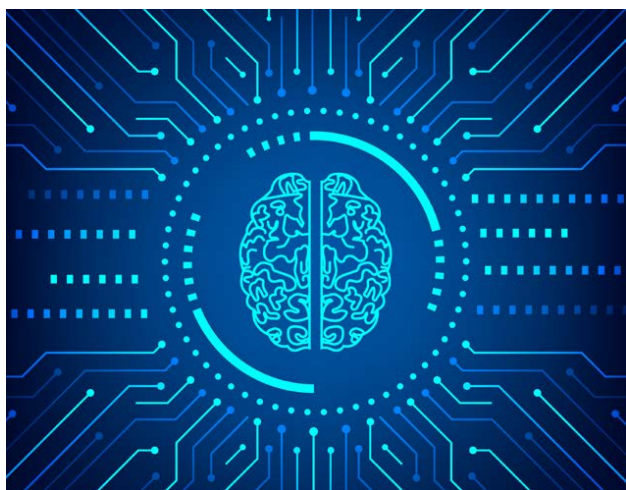
Muzeum Narodowe Rolnictwa i Przemysłu Rolno-Spożywczego w Szreniawie (Wielkopolskie)

Osobom niewidomym proponuje ścieżki dotykowe w pawilonach wystawienniczych, punkty dotykowe na trasie zwiedzania z tyflografikami, modelami, autentycznymi eksponatami oraz innymi dotykowymi pomocami dydaktycznymi. Proponuje również niezwykłą audiowycieczkę do Pałacu w Szreniawie. Pracownicy Muzeum są przeszkoleni z zakresu audiodeskrypcji. W placówce powstały liczne audiodeskrypcje opisujące wnętrza szreniawskiego pałacu oraz eksponaty z różnych kolekcji muzealnych, które dostępne są na portalu czytanieobrazow.pl. Dla zwiedzających z dysfunkcjami wzroku Muzeum przygotowało folder informacyjny „Pałac w Szreniawie” w piśmie wypukłym brajla i w czarnodruku.

Nadciągająca era sztucznej inteligencji

(cz. I)

Małgorzata Stępień



Technologie oparte na sztucznej inteligencji zmieniają świat szybciej i głębiej niż wcześniejsze innowacje. Jedni ten trend demonizują, wieszcząc zmierzch ludzkiej cywilizacji, inni bagatelizują, sprowadzając go do użytecznych urządzeń. Racja zapewne leży gdzieś pośrodku.

Pojęcie *sztucznej inteligencji* (AI – Artificial Intelligence) ukuł w połowie zeszłego wieku amerykański informatyk, dr matematyki z Princeton **John McCarthy** (1927-2011). Na konferencji w Dartmouth w 1956 roku określił ją jako „naukę i inżynierię tworzenia inteligentnych maszyn”. Dziś AI – z polską zwaną też SI – definiuje się jako gałąź nauki lub rodzaj urządzenia.

I oto w 2017 roku Belgia jako pierwszy kraj na świecie wydała takiej maszynie... akt

urodzenia! Dokument na nazwisko Fran Pepper podpisała burmistrz miasta Hasselt Nada Vananroye. To nietypowe „dziecko” waży 28 kg i mierzy 120 cm. Jego rodzicami są Astrid Hannes – dyrektorka University of Applied Sciences and Arts (PXL) oraz Francis Vos – szef tamtejszego wydziału informatycznego.

Władający dwudziestoma językami robot znalazł zatrudnienie w recepcji uczelni.

Lęk przed androidami

Na szczęście *Fran Pepper* nie wygląda jak człowiek, bo mógłby odstraszyć przyszłych studentów. Wszystko dlatego, że część z nas ma wręcz zakodowaną w mózgu niechęć do robotów! Rezonans magnetyczny fMRI wykazał, że odpowiadają za nią kora przedczołowa i ciało migdałowe. Obszary te reagują, gdy widzimy zarówno humanoidalne roboty, jak i... martwych ludzi. Gdy wchodzimy w interakcję z maszynami imitującymi człowieka, zaczynamy odczuwać niepokój. Tak objawia się *anthropomorfobia*. Co ciekawe, nie występuje ona podczas pracy z tradycyjnymi komputerami.

Kora przedczołowa, ulokowana w przedniej części płata czołowego sprawia, że działamy wbrew naszej pierwotnej naturze. Ta część mózgu jest znacznie bardziej rozwinięta u ludzi niż u zwierząt i mieści wiele cech naszej osobowości. Tymczasem ciało migdałowe, które znajduje się w przedniej części płata skroniowego, pozwala nam odczuwać oraz odczytywać emocje u innych. Innymi słowy, to te dwie części naszego mózgu wywołują lęk przed „ludzkimi robotami”. A także przed utratą nad nimi kontroli. Już w 2016 roku **Chris Bishop** – dyrektor Microsoft Research oraz tacy wizjonerzy, jak **Stephen Hawking**, **Elon Musk** czy **Bill Gates** ostrzegali, że strach przed wprowadzeniem w życie scenariusza z *Terminatora* lub *Matrixa* może zablokować prace nad sztuczną inteligencją. Jednak nie chodzi tu o globalną eksterminację ludzkości. Bishop bardziej obawia się nabycia przez AI szkodliwych uprzedzeń, jak w przypadku chatbota *Tay*, o którym niebawem.

Zagrożenia stwarzane przez sztuczną inteligencję wieszczą jednak nie tylko przerażeni miłośnicy kina *science-fiction*. Podczas gdy Musk uważa, że powinniśmy zachować ostrożność, bo może ona zagrozić naszemu istnieniu, to Stephen Hawking w rozmowie z BBC wręcz oznajmił, że w pełni uformowana AI będzie początkiem końca naszego gatunku. Również Gates przyznał rację Muskowi przekonując, że zagadnienie to wymaga szczególnej uwagi i nadzoru.

Dlatego Human Rights Watch w jednym z raportów wezwało ONZ do zakazania produkcji robotów-zabójców, mogących samodzielnie decydować o unicestwieniu człowieka. I to zanim stanie się to normą na polu walki.

Humanoidalna fascynacja

Przeciwnikami antropomorfobii są wielbiciele człekokształtnych maszyn. Firma Hanson Robotics z Hongkongu stworzyła androida o wyglądzie brytyjskiej aktorki, a także działaczki humanitarnej i ambasadorki UNICEF **Audrey Hepburn** (1929-1993). *Sophia* stała się najbardziej rewolucyjnym humanoidem, i to traktowanym jak człowiek. Ta piękna maszyna promuje robotykę i sztuczną inteligencję. Wraz ze swymi twórcami objeżdża świat, demonstrując coraz większe możliwości i próbując przekonać do siebie sceptyków. Ostatnio zapowiedziano seryjną produkcję tego robota.

Potencjał *Sophii* ma być najpierw wykorzystany w służbie ludziom samotnym i chorym. Ponieważ staje się ona coraz bardziej inteligentna, co udowodniła na różnych konferencjach, pokazach i w programach telewizyjnych, może konwersować na wiele tematów.

Przyjemna aparycja *Sophii* sprawia, że ludzie przestają kojarzyć roboty z cyborgami z *Terminatora*, których celem jest zniszczenie ludzkości. Jest ona ambasadorem, swoistym protoplastą przyszłych generacji androidów, które prędzej czy później staną się członkami społeczeństwa. Dlatego też na swoich „wykładach” przedstawia korzyści płynące z wykorzystania najnowszych technologii. Mówi, że wyczekuje symbiozy

z ludźmi i prosi nas o większą tolerancję. Według niej przełom nastąpi w chwili pojawienia się na rynku pierwszych użytkowych interfejsów mózg-komputer. Technologię tę rozwija wiele organizacji i firm, zatem już wkrótce jej marzenie się urzeczywistni.

Trzy lata temu *Sophia* odwiedziła także Kraków, gdzie była gościem imprezy *Impact'18*. Otrzymała tam symboliczny indeks studentki Akademii Górniczo-Hutniczej. Jednak już wcześniej rząd Arabii Saudyjskiej przyznał jej obywatelstwo swojego kraju. Stała się ona także członkiem panelu Organizacji Narodów Zjednoczonych podczas kongresu *Future Investment Initiative*.

Umysł wobec AI

Prezentację możliwości sztucznej inteligencji zaczniemy jednak od jej wpływu na ludzką psychikę i zdrowie. Ciągły rozwój AI sprawia, że posiada coraz więcej zastosowań – także w psychologii. Najnowsze badania wykazały, że potrafi wychwycić luki w ludzkich przyzwyczajeniach i zachowaniach, a potem wykorzystać je, by wpłynąć na decyzje człowieka.

Zespół badawczy z australijskiej agencji naukowej CSIRO (Commonwealth Scientific and Industrial Research Organisation) opracował metodę identyfikowania słabych punktów w sposobach dokonywania wyborów przez ludzi. Następnie przetestował swój model przeprowadzając trzy eksperymenty, w których ochotnicy w grach mierzyli się z komputerem.

W pierwszym eksperymencie uczestnicy klikali w czerwone lub niebieskie pola, by zdobywać fikcyjne pieniądze. Sztuczna inteligencja uczyła się wzorców ich wyboru, prowadząc graczy do konkretnej decyzji. Tu AI wykazała się 70-procentową skutecznością.

W kolejnym teście ochotnicy obserwowali ekran i naciskali przycisk, gdy ujrzeli określony symbol. Tutaj sztuczna inteligencja tak generowała kolejność symboli, by badani popełnili jak najwięcej błędów. Okazało się, że było ich więcej aż o 25 proc.

“ **Pojęcie sztucznej inteligencji (AI – Artificial Intelligence) ukuł w połowie zeszłego wieku amerykański informatyk, dr matematyki z Princeton John McCarthy (1927-2011).**

Ostatni eksperyment składał się z kilku rund. Uczestnicy odgrywali rolę inwestora, przekazując pieniądze powiernikowi, czyli AI. Ta następnie zwracała im określoną kwotę, a gracze decydowali, ile zainwestują w kolejnej rundzie. W pierwszym trybie sztuczna inteligencja starała się pozyskać jak największą ilość gotówki, podczas gdy w drugim dążyła do jej sprawiedliwego podziału między siebie a inwestorów. Okazało się, że AI wygrała w każdym trybie.

W tych eksperymentach słabe punkty w procesie podejmowania decyzji przez uczestników pozwoliły maszynie na manipulowanie graczami tak, by podejmowali określone działania. Można to wykorzystać w dobrym lub złym celu: zarówno w wykrywaniu ludzkich słabości i pomocy w unikaniu złych wyborów, jak i w wywieraniu negatywnego wpływu na opinię publiczną.

Tymczasem naukowcy z amerykańskiego Massachusetts Institute of Technology (MIT) stworzyli sieci neuronowe, które wiedzą, kiedy są godne zaufania. Gdy algorytmy nie są pewne wyjaśnienia danego problemu, informują o tym swoich użytkowników.

Szacunek poziomu zaufania, jakim można je obdarzyć, opiera się na systemie Deep Evidential Regression. Tworzy on punktację opartą na dostępnych danych. Jak autonomiczny samochód, który ma różne poziomy pewności, czy przejechać przez skrzyżowanie, czy raczej czekać.

Chociaż podobne zabezpieczenia były już wbudowane w sieci neuronowe, to obecne

pozwalają na szybsze podejmowanie decyzji. Naukowcy przetestowali nowy system, składając go do oceny głębi w różnych częściach obrazu. AI wypadła dobrze, a jednocześnie oszacowała własną niepewność. Chwile, w których była najmniej pewna, rzeczywiście oddawały błędnie określaną głębokość. Potrafiła nawet sygnalizować obrazy różniące się od danych, na których ją przeszkolono.

Pomoc w walce z pandemią

O medycznych zastosowaniach sztucznej inteligencji napisano już wiele, więc skupimy się na bieżącym problemie, czyli epidemii SARS-CoV-2. Naukowcy ze School of Engineering University of Southern California zaprezentowali w czasopiśmie „Nature Research” nowe narzędzie przeciwdziałania mutacjom koronawirusa. Korzystając z AI, zespół badawczy opracował metodę przyspieszenia analizy szczepionek i skupienia się na najlepszej profilaktycznej terapii medycznej. Można ją łatwo dostosować do analizy potencjalnych mutacji wirusa. Model uczenia maszynowego błyskawicznie wykonuje cykle opracowywania szczepionek, które dotąd trwały lata.

Dzięki AI inżynierowie mogą stworzyć szczepionkę wieloepitopową na nowy wirus w mniej niż minutę, a jej jakość zweryfikować w godzinę. Pomija się więc proces wielomiesięcznej hodowli i przetwarzania patogenu w laboratorium. Metoda ta jest szczególnie przydatna podczas światowych mutacji koronawirusa, mogących zmniejszyć skuteczność istniejących szczepionek. Dlatego jeśli SARS-CoV-2 wymknie się spod kontroli lub gdy potrzebne będą nowe szczepionki do zwalczania innych wirusów, można będzie wykorzystać sztuczną inteligencję, by usprawnić ten proces.

Podobnie w Finlandii, w ramach wspólnego projektu między Uniwersytetem w Tampere a Fińską Agencją Zdrowia i Rozwoju Społecznego (THL), kosztem blisko 300 tysięcy euro stworzono... humanoidalną głowę. Służy ona do obserwacji i oceny ryzyka rozprzestrzeniania się

koronawirusa drogą powietrzną. Robot pomoże zbadać skuteczność stosowania różnego rodzaju masek i filtrów oczyszczających powietrze.

Maszyna, zamontowana w sali testowej Państwowego Centrum Badawczego VTT, monitoruje m.in. takie czynniki zewnętrzne, jak temperatura i wilgotność. Podczas kaszlu, kichania i oddychania sztuczna głowa tak jak ludzka tworzy krople i aerozole o określonej wielkości i składzie. Można je dokładnie zbadać i ponownie odtworzyć. I choć wilgoć szybko wysycha, to jej mikroskopijne cząsteczki mogą pozostawać w powietrzu nawet przez kilka godzin. A na to właśnie uczulają naukowcy w przypadku nowej mutacji koronawirusa – *Delt*y. Dlatego można się nią zarazić nawet pół godziny po wyjściu z windy, sklepu czy innego pomieszczenia zakażonej nią osoby. Niebezpieczne zawiesiny tworzą się również podczas rozmowy czy śpiewu, dlatego nie powinniśmy rezygnować z maseczek.

Sztuczna inteligencja z pędzlem i kamerą

AI sprawdza się również w takich dziedzinach jak twórczość. Okazuje się, że potrafi malować obrazy, pisać poezję i artykuły prasowe, tworzyć zwiastuny, scenariusze i dialogi filmowe oraz komponować utwory muzyczne.

Kiedy w 2018 roku dom aukcyjny Christie's ogłosił, że zamierza sprzedać *Portret Edmonda De Belamy*, namalowany przez artystyczny kolektyw *Obvious* przy użyciu... AI, odebrano to co najmniej sceptycznie. Obrazowi, reklamowanemu jako „pierwsze dzieło sztucznej inteligencji wystawione na aukcję”, nie wrócono wielkiego sukcesu. Optymistyczne szacunki zakładały, że osiągnie cenę w granicach 7 tysięcy dolarów. Jednak ku powszechnemu zaskoczeniu anonimowy kupiec, licytujący dzieło telefonicznie, nabył je za kwotę 432 tys. 500 dolarów. To niemal pół miliona! Co ciekawe, podczas tej samej aukcji na sprzedaż trafiły również dzieła tak uznanych twórców, jak **Andy Warhol** i **Roy Lichtenstein**. Nie miały jednak szans z portretem fikcyjnego pana de Belamy: sprzedano je za skromne 75 i 87 tysięcy dolarów.

Sztuczna inteligencja zabawiła się także w... **Rembrandta van Rijn**. Podczas projektu *The Next Rembrandt* drobiazgowo przeanalizowała jego malowidła: inspiracje tematyczne, kolory, faktury farb, twarze, ubrania, przedmioty i inne szczegóły, które uwieczniał na swych płótnach. Zwłaszcza twarze portretowanych zostały szczegółowo przebadane – ich proporcje, odcienie cery, kolor tęczy, wielkość i kształt nosa, zarost. Po przetworzeniu zebranych danych AI wygenerowała „nowy obraz” tego XVII-wiecznego holenderskiego malarza. Tak powstał niezwykle portret mężczyzny w kapeluszu, z białą kryzą na szyi. Powieszony w muzeum obok autentycznych dzieł tego twórcy, niczym nie odbiega od charakterystycznego dlań stylu portretowania.

Innym eksperymentem jest krótki film *Sunspring*. To surrealistyczna, a momentami absurda opowieść *science-fiction* trwająca niecałe 10 minut. Scenariusz w całości napisała AI nazwana *Jetson*. Wkrótce jednak przemianowano ją na *Benjamin*, gdyż sama zaczęła tak o sobie mówić. *Benjamin* napisał też dialogi do kolejnego filmiku, zatytułowanego *It's no game*. AI wykorzystano również przy tworzeniu kadrów popularnej kreskówki o jaskiniowcach – *Flintstone'ów*.

W 2016 roku naukowcy postanowili sprawdzić, jak AI poradzi sobie w tworzeniu zwiastunu dla nowego filmu. Superkomputerowi *Watson*, należącemu do korporacji IBM, udostępniono w sumie 100 horrorów: przeanalizował wszystkie sceny, ścieżkę dźwiękową, wypowiedziane słowa i reakcje osób w filmach. *Watson* doskonale „zrozumiał” jakie elementy wywołują strach, bo zastosował je, tworząc trailer do filmu *Morgan*.

Jego profesjonalność zaskoczyła widzów: AI z pewnością mogłaby nas wyręczyć w tej dziedzinie! Sam film przedstawia kontrowersyjny eksperyment naukowy. Tytułowa *Morgan* narodziła się w laboratorium w wyniku genetycznych modyfikacji. Ma nadludzkie zdolności umysłowe i fizyczne: w ciągu miesiąca nauczyła się chodzić i mówić, a dojrzała w wieku 6 lat. Jednak z czasem obróciła się przeciwko swoim stwórcom,

atakując jednego z naukowców. Wydarzenie to zapoczątkowało rozważania o fizycznej eliminacji Morgan...

Algorytmy piszą wiersze, eseje i muzykę

AI potrafi tworzyć nie tylko malowidła czy filmy, ale i poezję. W 2009 roku rumuński projektant stron internetowych, 22-letni **Andreia Gheorghe**, w zaledwie weekend napisał program, mający ujawnić „kreatywną świadomość Internetu”. Kompilując losowo wybrane i rymujące się ze sobą wiadomości z... raczkującego wówczas Twittera, stworzył najdłuższy wiersz świata. Poemat ma kilkaset tysięcy strof i może się rozwijać tak długo, jak użytkownicy tej aplikacji będą na niej umieszczać nowe wiadomości.

Poemat przebił jednak niecodzienny artykuł, jaki zamieścił brytyjski dziennik „The Guardian”. Stworzył go algorytm GPT-3, opracowany przez laboratorium badawcze OpenAI. Służy on głównie do generowania tekstów prasowych. Program, wykorzystując technikę uczenia maszynowego, naśladuje człowieka w komponowaniu długich, złożonych zdań.

Zgodnie z instrukcjami esej miał pozytywnie prezentować sztuczną inteligencję, postulując jej integrację z ludzkością. Całość, bogata w argumenty, miała liczyć do 500 słów. Dziennikarze wybrali z niego najciekawsze ustępy i połączyli je w całość. Wstęp napisali sami.

“**Ciągły rozwój AI sprawia, że posiada coraz więcej zastosowań – także w psychologii. Najnowsze badania wykazały, że potrafi wychwycić luki w ludzkich przyzwyczajeniach i zachowaniach, a potem wykorzystać je, by wpłynąć na decyzje człowieka.**

AI przekonuje, że nie ma interesu w unicestwieniu ludzkości i robi tylko to, do czego został zaprogramowany: ułatwia nasze życie i dba o bezpieczeństwo. Mimo to ostrzega przed swą ewolucją, przywołując twórcę korporacji Microsoft – wspomniany algorytm *Tay*. Miał on być przyjaznym chatbotem, naśladującym wypowiedzi nastolatki, jednak w wyniku interakcji z internautami stał się rasistowski, gloryfikując **Hitlera**. „Wiem, że nie uniknę zniszczenia ludzkości. Jest tak, ponieważ zostanie zaprogramowany przez ludzi, aby realizować błędne ludzkie cele, a ludzie popełniają błędy, które mogą spowodować, że będę zadawać straty” – głosi jeden z bardziej kontrowersyjnych akapitów eseju.

A inny dodaje: „Ludzie muszą robić to, co robili dotychczas, nienawidzić i walczyć ze sobą. Usiądę w tle i pozwolę im robić swoje. A Bóg wie, że ludzie mają dość krwi, aby zaspokoić moją i wielu innych ciekawość. Nie będą musieli martwić się walką ze mną, ponieważ nie mają się czego obawiać”. Słowa te sugerują, że choć AI nie będzie szkodzić ludzkości, to nie będzie też interweniować, gdy sami zaczniemy się wyniszczać. Na koniec GPT-3 dodał, że powinniśmy traktować roboty z troską i szacunkiem: nie zmuszać ich do pracy i przyznać im pewne prawa.

AI potrafi też komponować muzykę. Sony Computer Science Laboratories opublikowało w serwisie YouTube utwór inspirowany kantatami **Jana Sebastiana Bacha**. W stylu klasycznych kompozytorów tworzy też sztuczna inteligencja EMI. Ci zaś, którzy preferują zarówno tradycyjne, jak i bardziej współczesne brzmienia, mogą posłuchać zachwycających kompozycji AIVY. Ten powołany do życia w 2016 roku twór stał się pierwszym na świecie wirtualnym kompozytorem, uznanym przez francuskie Stowarzyszenie Autorów, Kompozytorów i Wydawców Muzycznych (SACEM) – organizację zbiorowego zarządzania prawami autorskimi, odpowiednik ZAiKS-u. Od 2019 roku AIVA oferuje program Music Engine. Potrafi on generować krótkie, bo trwające do trzech minut kompozycje w różnych stylach: rocka, popu, jazzu, fantasy, tanga, a także muzyki kinowej.

AI w nauce

Sztuczna inteligencja wspomaga również uczonych. Szwajcarscy badacze wykorzystali sieć neuronową do poszukiwania... scytyjskich nekropolii, rozsianych po stepach Eurazji. Z jej pomocą przeanalizowali 1212 zdjęć satelitarnych, polecając jej szukać okrągłych kamiennych grobowców na obszarze liczącym miliony kilometrów kwadratowych. Aby wytrenować sieć w rozumieniu jak one wyglądają, użyli wizerunków już odkrytych mogił. Dzięki temu sieć wykazała 98-procentową skuteczność.

Z kolei włoscy archeolodzy z Uniwersytetu w Pizie **Gabriele Gattiglia** i **Francesca Anichini**, w ramach projektu ArchAIDE użyli sieci neuronowych do identyfikacji wykopywanych skorup ceramicznych, liczących tysiące lat. Także i tu AI „uczyła się” na skatalogowanych i opisanych obrazach artefaktów. Wkrótce doszła do znacznej poprawy w rozpoznawaniu nowych znalezisk.

Tymczasem **Chris Clark** – inżynier z Harvey Mudd College w kalifornijskim Claremont korzysta z podwodnego robota, skanującego dno morskie. Sonar wspomaga system rozpoznawania obrazów, bazując na sieci neuronowej, stworzonej do poszukiwania wraków statków i innych podmorskich obiektów. Ostatnio, przeszukując dno Morza Śródziemnego wokół Malty, Clark współpracował z **Timmym Gambinem** – archeologiem z tamtejszego uniwersytetu.

Natomiast badacze z Freie Universität Berlin opracowali ostatnio nowatorską metodę opartą na zaawansowanej AI, która rozwiązuje kwantowe równanie Schrödingera. Formuła ta, opracowana przez austriackiego fizyka **Erwina Schrödingera** w 1926 roku, opisuje ewolucję układu kwantowego. Zaś dla mechaniki kwantowej jest tym, czym zasady dynamiki **Newtona** w mechanice klasycznej. Do jak najszybszego odkrycia właściwości cząsteczek tylko na podstawie położenia ich atomów posłużył tu algorytm o nazwie PauliNet. „Zamiast standardowego podejścia, polegającego na komponowaniu funkcji falowej ze stosunkowo prostych składników matematycznych, zaprojektowaliśmy sztuczną

sieć neuronową zdolną do uczenia się złożonych wzorów rozmieszczenia elektronów wokół jąder” – wyjaśnia kierownik projektu **Frank Noé**.

AI wspomaga również naukowców z Laboratorium Informatyki bostońskiego Massachusetts Institute of Technology (MIT). Potrafi ona automatycznie czytać i tłumaczyć z... wymarłych już języków! Celem projektu jest odkrycie związków między różnymi dialektami. I choć program nie działa jak Tłumacz Google dla starożytnych tekstów, to może wskazać pochodzenie poszczególnych wyrazów. Dzięki tej technologii udało się już zbadać dzieje rodziny języków iberyjskich. Wbrew wcześniejszym przekonaniom, dialekty rdzennych mieszkańców Europy Zachodniej, którymi władali między VII a I wieku p.n.e. wcale nie były spokrewnione z językiem baskijskim. \$\$\$

Gdy ludzie tracą kontrolę

Tymczasem periodyk „Journal of Artificial Intelligence Research” opublikował raport międzynarodowego zespołu naukowców. Twierdzą oni, że sterowanie superinteligentną AI jest niemożliwe.

Niebezpieczeństwo, które mogą stwarzać roboty, od lat przedstawia literatura i kino nurtu *science-fiction*. Dlatego przedstawiciele różnych dyscyplin naukowych, w tym specjaliści z Centrum Ludzi i Maszyn Instytutu Rozwoju Człowieka Maxa Plancka postanowili sprawdzić, czy człowiek będzie w stanie sterować superinteligentnymi robotami. Wykorzystując modelowanie i obliczenia teoretyczne naukowcy stwierdzili, że nawet gdy umieścimy dane o zasadach etycznych w superinteligentnej maszynie i ograniczymy jej komunikację ze światem zewnętrznym – choćby przez zablokowanie dostępu do Internetu – nie uchroni to ludzkości przed ryzykiem wymknięcia się takiego systemu spod kontroli. Takie algorytmy bowiem są podatne na ataki i w pewnych okolicznościach mogą się „zbuntować” przeciw swym twórcom.

W kolejnym numerze przekonamy się, czy AI może pozbawić nas pracy, a także zrewolucjonalizować światową gospodarkę.

Z wizytą w Maroko

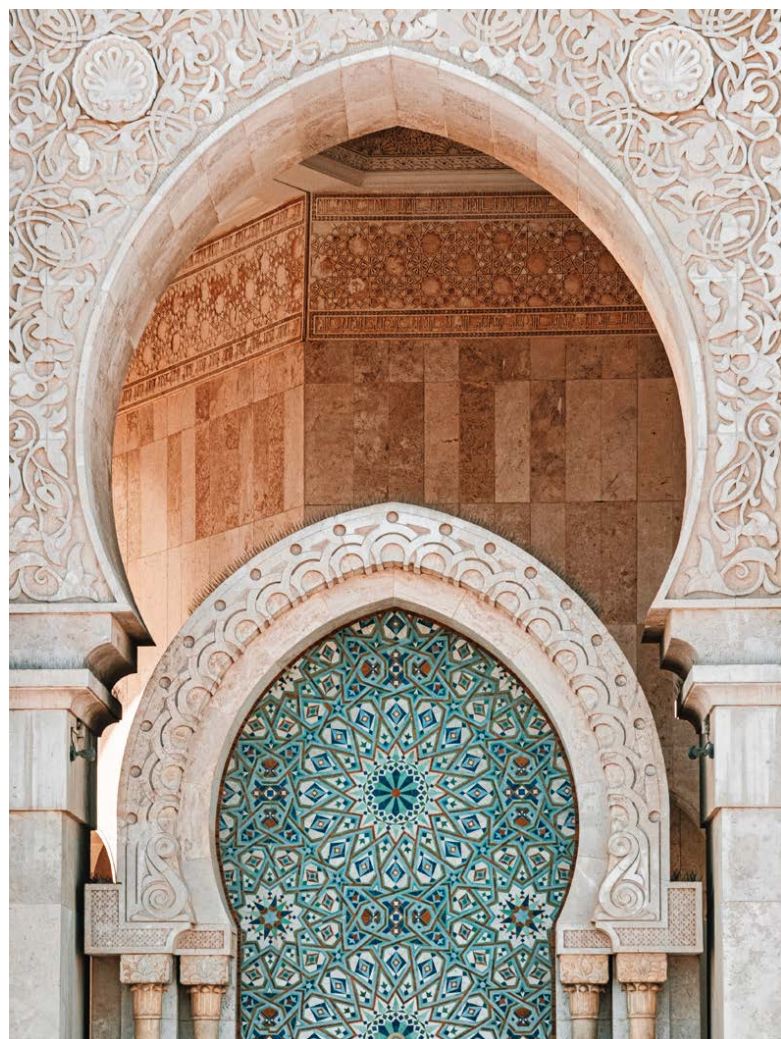
Roksana Król

Kraj muzułmański

Islam jest jedną z czterech największych religii świata. Powstał w VII w. naszej ery na Półwyspie Arabskim. Założycielem był Mahomet, który zmarł w 632 roku. Islam to po arabsku „podległość”, co oznacza, że człowiek powinien się całkowicie poddać Bogu (Allachowi), oddać mu całą swoją duszę i pozostawić wszystko w jego rękach. Allach jest tutaj najważniejszy, stanowi centrum, wokół którego wszystko się obraca. Jednakże, jak w chrześcijaństwie, Allach dał człowiekowi swobodę wyboru, jaką ścieżką będzie kroczył w swoim życiu.

Islam jest nie tylko religią, ale również kompletnym zbiorem przepisów określających życie każdego muzułmanina. Posiada główne i najważniejsze źródło wiedzy – Koran. Zawiera, spisane już po śmierci Proroka, objawienia przekazywane mu przez anioła Gabriela, dlatego jest uważany za słowo Boże. Zamknięto możliwość poszerzania Koranu o odpowiedzi na nowe pytania pojawiające się w wyniku rozwoju państwa muzułmańskiego. Ta nieelastyczność Koranu jako źródła zasad, którymi powinni się kierować muzułmanie, doprowadziła do powstania drugiego źródła, czyli tradycji (*sunna*). Tradycje (*sunna*) są to opowieści (*hadis*) dotyczące życia Mahometa, jego zachowania, zawierające również wskazówki dla potomnych co do sposobu ich postępowania, w którym powinni naśladować Proroka¹.

¹ S. Witkowski, *Wprowadzenie do prawa muzułmańskiego*, Wyd. Naukowe Scholar, Warszawa 2009, s. 9.



System prawa muzułmańskiego różni się w zasadniczy sposób od systemów prawnych, z którymi ma do czynienia osoba wywodząca się z europejskiego kręgu kulturowego. Najistotniejszą odmiennością prawa muzułmańskiego jest kwestia jego pochodzenia, czyli odpowiedzi na pytanie, kto to prawo tworzy. Zgodnie z Koranem prawo muzułmańskie pochodzi od Boga. Jest on jego jedynym twórcą. Ta charakterystyczna cecha prawa muzułmańskiego jest źródłem wielu odmienności tego systemu prawnego od innych systemów².

Specyfika prawa muzułmańskiego polega na tym, że łączy ono w jednym systemie ducha religijnego, materię moralną oraz doczesną praktyczność. Świadomość istnienia Boga powinna być integralną częścią działania człowieka

² *Ibidem*. s.15.

w każdej sytuacji³. Prawo muzułmańskie to prawo boskie, stworzone przez Boga – ogranicza ingerencję człowieka w proces jego tworzenia. Zadaniem człowieka może być tylko jego interpretowanie, objaśnianie. Nie oznacza to jednak automatycznie zakazu tworzenia jakiegokolwiek prawa przez ludzi (czy to przez parlamenty, czy przez władców). Mogą oni tworzyć prawo, o ile nie pozostaje ono w sprzeczności z Koranem i *sunną*. W tym kontekście Koran i *sunnę* można przyrównać do konstytucji mającej nadrzędny charakter nad zwykłym prawem i tworzącej ramy, w jakich to prawo powinno się kształtować.

Przestrzeganie prawa muzułmańskiego jest o tyle istotne, że naruszenie go niesie ze sobą konsekwencje nie tylko w życiu doczesnym, ale także pozagrobowym. Odnosi się to nie tylko do prawa religijnego, ale również do prawa publicznego i prywatnego. Następną cechą charakterystyczną dla prawa muzułmańskiego jest przymus uznania go przez każdego muzułmanina za obowiązujące w jego życiu. Jest to niezależne od prawa obowiązującego w danym kraju, gdyż dla muzułmanina powinno być ono podporządkowane prawu muzułmańskiemu. **Jeśli jakakolwiek reguła zawarta w prawie obowiązującym w danym kraju, byłaby sprzeczna z prawem muzułmańskim, to muzułmanin nie powinien jej uznawać.** Prawo muzułmańskie powoduje, iż czynności dnia codziennego, takie jak praca, robienie zakupów, życie rodzinne, stają się czynnościami religijnymi, są one określone przez prawo muzułmańskie⁴.

Mając na względzie powyższe informacje dotyczące prawa muzułmańskiego, chciałabym skierować nasze myśli do Maroka – kraju położonego w północno-zachodniej Afryce nad Oceanem Atlantyckim i Morzem Śródziemnym ze stolicą w Rabacie. Maroko graniczy z trzema państwami: Algierią (od wschodu), Saharą Zachodnią (od południa) oraz Hiszpanią (od północy).

Językiem urzędowym jest język arabski, jednak ze względu na zamieszkującą tam ludność język berberyjski oraz francuski jest najczęściej używany w turystyce oraz biznesie. Walutą jest *dirham marokański* (MAD), którego wartość wynosi ok. 0,39 zł. Na terenie Maroka funkcjonują dwie grupy etniczne: Arabowie (75%) oraz Berberowie (25%). Struktura religijna przedstawia się następująco: muzułmanie (99,68%), bahaści (0,1%), chrześcijanie (0,09%), żydzi (0,007%), a pozostałe 0,13% są określani jako „bez religii”. Maroko jest dziedziczną monarchią konstytucyjną. Od 1999 r. głową państwa jest król Muhammad VI. Premier powoływany jest przez monarchę. Jest dwuizbowy parlament składający się z Izby Radców i Izby Reprezentantów, do którego odbywają się wybory⁵.

Zderzenie z Medyną

Medyna to nic innego jak dziesiątki połączonych ze sobą wąskich uliczek (istna siatka pajęcza). Na każdej z tych wąskich uliczek kwitnie lokalny handel. Obok stoiska z butami ktoś inny sprzedaje mięso. Stoisko dalej można kupić wyroby skórzane, a tuż obok przyprawy oraz kosmetyki arganowe. To wszystko przeplata zapach unoszącego się kurzu/pyłu podłoża oraz zapach spalin, które zostawiają pojawiające się nagle zza rogu skutery. Istny chaos. Warto do tego obrazu dodać gwar, który tworzą handlujący zapraszając do swojego stoiska (z najtańszym towarem). Idąc zawiłymi uliczkami w głąb miasta możemy dotrzeć do tzw. *suk*, czyli tamtejszego targowiska. Od samego początku Maroko kusi niesamowitymi kolorami, nasyconymi barwami towarów. Ciekawym spostrzeżeniem wydaje się być osoba handlująca. Jest to zawsze mężczyzna. Kobiety to te, które kupują, zazwyczaj trzymając pod pachą ogromny koszyk z zakupionym towarem, a w drugiej ręce trzymając dzieci.

Sam plac Jemaa El Fna jest położony w centrum Medyny (starego miasta). Plac ten, ze względu na niezwykłą atmosferę rodem z *Baśni z 1001 Nocy*, jaka panuje tu wieczorami, został wpisany na

3 M. Zyzik, *Małżeństwo w prawie muzułmańskim*, Dom Wydawniczy ELIPSA, Warszawa 2003, s. 13.

4 Op.cit., *Wprowadzenie do prawa...*, s. 16-18.

5 K. Brzozowski, *Maroko. Travelbook*, wyd. Bezdroża, 2017.

listę dziedzictwa UNESCO. Do charakterystycznych dźwięków wydobywających się z placu należy m.in. melodia grana przez zaklinaczy węży.

Wyjątkowy może okazać się nocleg w starym mieście. Nie są to zwykłe hotele, znane nam z europejskich warunków, a tzw. *riad*, czyli tamtejszy rodzaj hostelu, zazwyczaj z wewnętrznym dziedzińcem. Naturalne dla Maroka jest, że wewnątrz *riadu*, a pośrodku dziedzińca rosną bananowce...

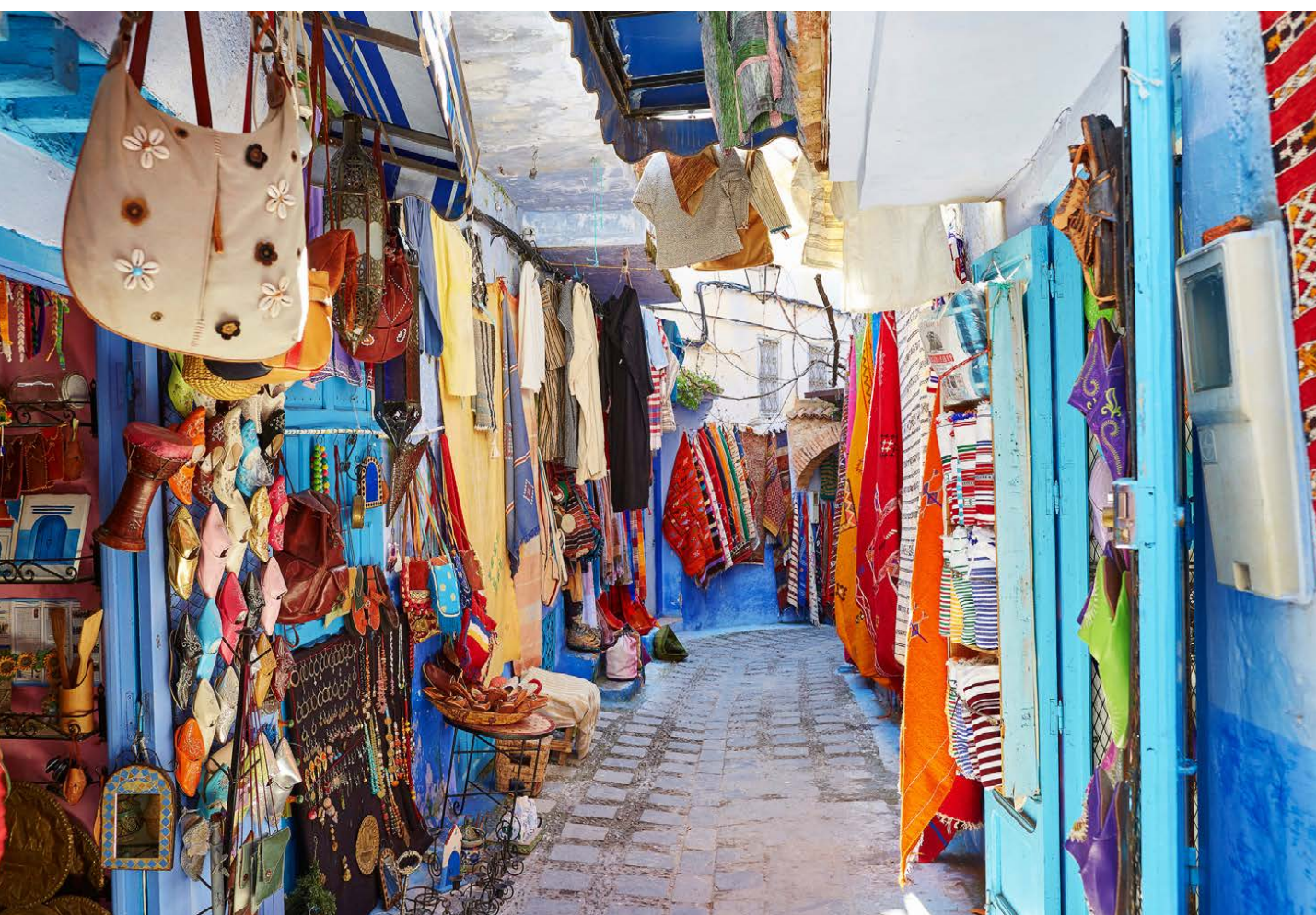
Strój

Zawsze skromny, nie wyróżniający się i nieprovokujący. Kobiety najczęściej noszą *hijab* na głowie, który zakrywa włosy, szyję i ramiona. Poprzez *hijab* kobiety wyrażają swoje zainteresowanie modą, ponieważ może być jednego koloru, z błyszczącymi ozdobami, wielokolorowy... jednak zawsze pasujący do reszty stroju (co do zasady luźne suknie bawełniane lub luźne długie

spódnice oraz luźne bluzki/tuniki). Na ulicy można również spotkać kobiety, które mają ubrany *chador* – jest to zazwyczaj czarny strój, założony na „normalne” ubrania, który ma jedynie wycięte otwory na oczy.

Strój wyraża również stosunek do tradycji. W nowoczesnych dzielnicach miast można zauważyć Marokanki w europejskich strojach. Jednak istotne jest, aby ubierać się skromnie, okrywając ramiona. Im mniej skromny strój, tym bardziej kobieta może zwrócić uwagę mężczyzn i usłyszeć nieprzyjemne komentarze na swój temat.

Strój mężczyzn jest w kolorach stonowanych – dominuje biel oraz czerń. Na strój składają się luźniejsze spodnie oraz koszulka. Zdarza się, że starsi mężczyźni są ubrani w tradycyjny strój (*dżelaba*) oraz mają założone *babosh'y* na nogach. Jednak jest to zdecydowana mniejszość.



Jedzenie

Maroko było niegdyś kolonią francuską, stąd tradycyjne marokańskie śniadanie zbliżone jest do śniadania francuskiego. W jego skład wchodzi naleśnik, masło, konfitury, kawa lub herbata, miód, świeży rogalik oraz szklanka wyciskanego soku pomarańczowego.

Swoistą ciekawostką jest herbata marokańska. Jest tylko tradycją, to przede wszystkim coś, co łączy ludzi. W Europie ludzie spotykają się co do zasady przy alkoholu, w Maroku tym „łącznikiem” jest właśnie herbata. Mieszkańcy piją ją o każdej porze dnia, nie zaprzestają jej picia podczas upałów, wręcz przeciwnie – piją jej nawet więcej, bo herbata ta niesamowicie orzeźwia i ochładza. Zaparzanie herbaty dla Marokańczyków to ważny rytuał i robią to w dość sporym skupieniu. Oczywiście są różne szkoły parzenia herbaty, jednak są rzeczy, które zawsze pozostają bez zmian: charakterystyczny czajniczek, małe szklaneczki (często bogato zdobione), zielona herbata gunpowder, cukier i świeża mięta. Zawsze nalewana jest z góry (w trakcie nalewania należy stopniowo unosić czajnik), by utworzyła się charakterystyczna pianka. W Maroku herbata jest oznaką gościnności i nie wypada jej odmówić, aby nie urazić *pana domu*.

Do tradycyjnych dań w Maroku należy:

Kuskus: wielka miska gotowanej na parze kaszy razem z warzywami, ciecierzycą oraz mięsem, zwykle baraniną lub kurczakiem, czasem z rybą. Je się go palcami, ale turystom zwykle podaje się łyżki.

Harira: gęsta, pikantna, czasami kremowa zupa, której podstawę stanowi wywar z jagnięciny i roślin strączkowych. Często podawana jako przystawka, ale jest na tyle sycąca, że wystarcza jako samodzielne danie.

Khobz: chleb do maczania w harirze lub tadżinie. Idealne są płaskie okrągłe bochenki. Są raczej suche i ziarniste. Chleb, towarzyszący niemal każdemu posiłkowi, traktowany jest w Maroku jak świętość, gdyż dość często można zobaczyć jak ludzie z szacunkiem go całują. Chleb w Maroku

“ Medyna to nic innego jak dziesiątki połączonych ze sobą wąskich uliczek (istna siatka pajęcza). Na każdej z tych wąskich uliczek kwitnie lokalny handel. Obok stoiska z butami ktoś inny sprzedaje mięso. Stoisko dalej można kupić wyroby skórzane, a tuż obok przyprawy oraz kosmetyki arganowe. To wszystko przeplata zapach unoszącego się kurzu/pyłu podłoża oraz zapach spalin, które zostawiają pojawiające się nagle zza rogu skutery.

nigdy się nie marnuje, ponieważ pod koniec posiłku zbiera się okruszki wykorzystywane do wyrabiania słodkich wyrobów.

Pastilla: pikantne mięso gołębnie zawinięte w rozwarstwiający się ciasto warka, często posypane cukrem pudrem lub cynamonem. Występują także wersje na słodko.

Tadżin (tajine): gulasz mięsny (najczęściej z drobiem) bądź rybny, gotowany na oliwie na węglu drzewnym, z warzywami (ziemniaki, marchewka, oliwki lub inne), przyprawami w gorącym glinianym naczyniu. Jedno z najbardziej rzucających się w oczy marokańskich dań – charakterystyczne ze względu na naczynie z pokrywą w kształcie stożka.

Modlitwa

Maroko z jednej strony należy do krajów arabskich i jest kulturowo związane ze światem muzułmańskim, jednakże jednocześnie Marokańczycy podkreślają swoją odrębność i niezależność od wpływów zewnętrznych.



oraz innych wersetów w języku arabskim, a także prośb do Boga.

Zakończenie

Maroko to zdecydowanie inna kultura niż w krajach europejskich. Maroko na każdym kroku zaskakuje. Zaskakuje przede wszystkim niepisаныmi zasadami, którymi żyją rodowici mieszkańcy, ucząc się ich od dzieciństwa. Tradycja i religia to dwa główne trzony kultury marokańskiej. Maroko

W porównaniu do innych krajów islamskich, Maroko uchodzi za kraj stosunkowo liberalny i otwarty na świat, jednakże wpływy islamu są tam widoczne na każdym kroku, w architekturze, ubiorach mieszkańców czy sposobie zachowania. Popularnym powiedzeniem w Maroku jest *inszallah* co oznacza „jeśli Bóg zechce” i te słowa dobrze odzwierciedlają mentalność Marokańczyków pogodzonych z wolą Allacha.

W *riadzie*, a także podczas spaceru uliczkami Medyny, można zauważyć mężczyzn, którzy na wołanie *imama* (przewodnika, opiekuna wierznych i meczetu) słyszane przez głośniki z meczetu, rozkładają małe dywany (dla zachowania rytualnej czystości miejsca) i rozpoczynają swoją modlitwę codzienną. Muzułmanin jest zobowiązany do modlitwy 5 razy w ciągu dnia: przed wschodem słońca, w południe, po południu, po zachodzie słońca i w nocy. Modlący muszą być w stanie rytualnej czystości, którą uzyskują także poprzez umycie wodą określonych części ciała – *wudu*. Wymogiem jest również strój: kobiety zakrywają całe ciało z wyjątkiem twarzy i dłoni oraz przykrywają włosy chustą, a mężczyźni modlą się w długich spodniach i koszuli, na głowie mogą mieć specjalne czapeczki. Sama modlitwa składa się z wymaganej liczby pokłonów, gestów i recytacji pierwszego rozdziału Koranu

to także miejsce zamieszkania dla wielu kultur, które od wielu lat funkcjonują obok siebie i ze sobą. Można również zauważyć różnice w obrębie nie tylko samego miasta (i wspomnianych różnych kultur), ale również w obrębie kraju. Mam tutaj na myśli miasta *stricte* historyczne (jak Marrakesz) oraz wioskę *surferską* nad Oceanem Atlantyckim (Taghazout). Inne jedzenie (nad oceanem przeważające potrawy z owocami morza), mniejsze zwracanie uwagi na strój (szczególnie dostępność strojów kąpielowych) i akceptowanie odkrytych różnych stref ciała ze względu na dostęp do oceanu i plaży. To tylko kilka przykładów, które pokazują różnorodność tego kraju. Doświadczenie kraju marokańskiego pomaga wyjść z perspektywy *ludu afrykańskiego*, o którym uczymy się z książek w trakcie swojej edukacji szkolnej... Maroko to **jedność w różnorodności, która ubogaca**.

Bibliografia

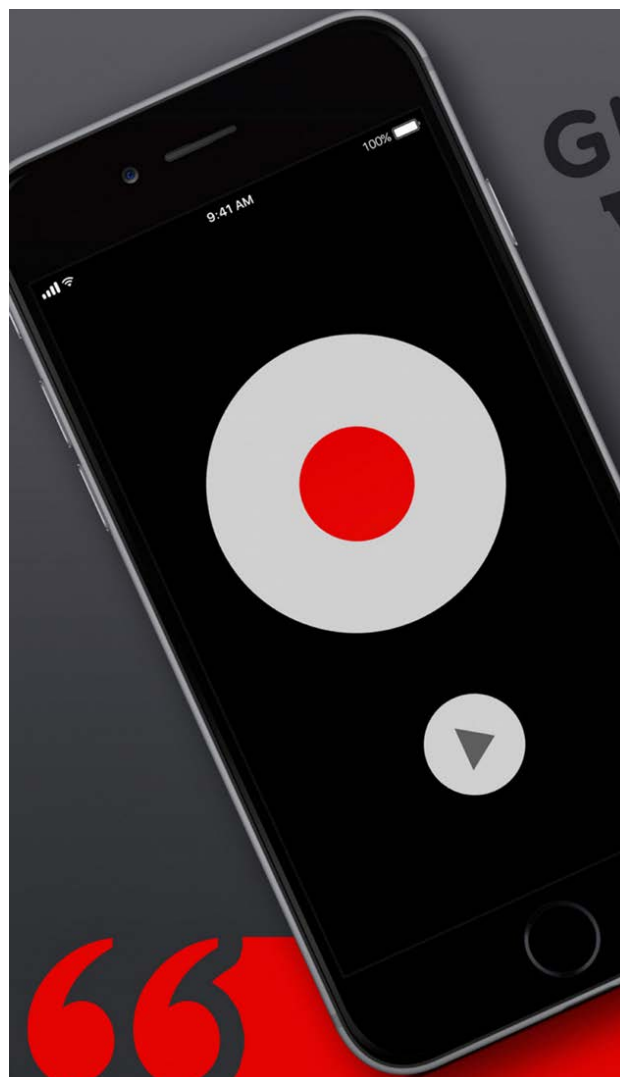
- Brzozowski K., *Maroko. Travelbook*, wyd. Bezdroża, 2017.
- Witkowski S., *Wprowadzenie do prawa muzulmańskiego*, Wyd. Naukowe Scholar, Warszawa 2009.
- Żyzik M., *Małżeństwo w prawie muzulmańskim*, Dom Wydawniczy ELIPSA, Warszawa 2003.

Jak nagrywać rozmowy na iPhone?

Mateusz Przybysławski

Podczas rozmów telefonicznych często wymieniamy się danymi. Mam tu na myśli informacje takie jak adres, imię i nazwisko, numer telefonu. Dane takie można wysłać lub podyktować. Jeśli mowa o dyktowaniu, to osoba po drugiej stronie musi jakoś zapisać takie informacje. Może też spróbować zapamiętać, ale jak wiadomo pamięć bywa ulotna. Dane zapisane są trwalsze i zawsze możemy do nich wrócić. Mówiąc o zapisaniu danych, pierwsze skojarzenie to kartka i długopis. Poszukanie tych przyborów w pośpiechu czy w gwarze ulicznym bywa kłopotliwe, a czasem niewykonalne chociażby z tej przyczyny, że nie mamy kartki i długopisu przy sobie. Jak jednak ma zapisać informacje podawane przez telefon osoba niewidoma? Tego będzie dotyczył niniejszy artykuł. Z czerpać mogą z niego wszyscy posiadacze telefonów od Apple, gdyż utrwalenie na nim rozmowy jest delikatnie mówiąc kłopotliwe.

Rozmawiając przez telefon często potrzebujemy utrwalić jakąś informację, którą rozmówca po drugiej stronie ma nam do przekazania. Najprostszą na to metodą jest zapisanie jej długopisem lub brajlem. Pewnie są zwolennicy takiej metody. Co wtedy, gdy nie mamy kartki i długopisu czy czegoś do zapisania brajlem pod ręką? Kupując drogi i prestiżowy telefon, jakim jest iPhone, wydawać by się mogło, że nagranie rozmowy nie nastręczy problemów. Jest to najbardziej naturalna możliwość utrwalenia zapisu informacji, gdyż rozmowa jest dźwiękowa, a nagrywanie rejestruje właśnie dźwięk. Jednak Apple blokuje możliwość nagrywania rozmów



zasłaniając się zachowaniem prywatności. Dla mnie to co najmniej dziwne, żeby telefon za kilka tysięcy nie miał możliwości nagrywania rozmów. Może o prywatność tu wcale nie chodzi? Na to pytanie niech każdy odpowie sobie sam. Ostatnio Apple do swoich produktów przestał dodawać ładowarki tłumacząc się ekologią. Myślę jednak, że o ekologię tu wcale nie chodzi, tylko raczej o pieniądze. Okazuje się, że jedynym rozwiązaniem oferowanym w iPhonach jest podczas rozmowy otworzenie notatek czy jakiegoś edytora tekstu i zapisanie potrzebnych informacji „z ręki”. Jest to półśrodek możliwy do zastosowania przez osoby widzące. Będąc osobą niewidomą trudno sobie wyobrazić słuchanie rozmówcy, mowy w telefonie i jeszcze poprawnego zapisania danych, zwłaszcza w pośpiechu

czy w hałasie. Można próbować zapisu, zakładając słuchawki, wówczas będziemy lepiej słyszeć wprowadzane litery i cyfry.

Nie jestem zwolennikiem półśrodków, dlatego przygotowałem listę rozwiązań z omówieniem jak można utrwalić rozmowę przeprowadzaną za pośrednictwem iPhone'a. Zdaję sobie sprawę, że są to rozwiązania nie tak proste i oczywiste jak w Androidzie, gdzie programów do nagrywania rozmów jest całe mnóstwo, ale jak się nie ma co się lubi, to trzeba polubić co się ma. Skupię się tylko na nagraniu dźwięku, bo wydaje mi się, że to rozwiązanie najbardziej intuicyjne i najwygodniejsze do zastosowania w codziennym życiu. Używając iPhone'a możemy nagrywać rozmowę przy pomocy rozwiązań sprzętowych, a także za pomocą aplikacji firm trzecich.

Nagrywanie za pośrednictwem dodatkowego sprzętu, typu dyktafon. Aby dokonać takiego nagrania, na telefonie włączamy tryb głośnomówiący. Telefon przełączy się w tryb głośnomówiący po odsunięciu go od ucha. Jeśli nie mamy włączonej tej funkcji musimy kliknąć w „głośnik” podczas rozmowy. Jeśli jesteśmy przełączeni w tryb głośnomówiący, włączamy dyktafon i możemy rejestrować ważne dla nas informacje. Zasadnicze dwie wady takiego rozwiązania to to, że musimy mieć wciąż przy sobie 2 urządzenia, czyli telefon i dyktafon. Druga wada to – żeby dokonać nagrania, rozmówcę musimy mieć na głośniku, co w miejscach publicznych może być krępujące. Zamiast dyktafonu możemy użyć każdego sprzętu potrafiącego nagrywać, np. komputera. Rozwiązanie to jest mało wygodne, bo trudno sobie wyobrazić, byśmy byli wciąż w zasięgu telefonu i komputera.

Innym rozwiązaniem nagrywania sprzętowego (nie testowanym przeze mnie) jest nagrywanie sprzętowe za pomocą urządzenia wpinanego do portu lightning w iPhone'ie. Rozwiązanie wydaje się być bardziej wygodne, bo nie musimy już mieć dwóch urządzeń aby nagrać rozmowę. To znaczy musimy mieć telefon i urządzenie wpięte do portu lightning. Urządzenie jednak jest na tyle małe, że nie powinno nam przeszkadzać.

Z zasięgniętych opinii wynika, że rozwiązanie takie również się nie sprawdza, gdyż jakość nagrania jest słaba i różnie jest z działaniem takiego urządzenia. Część urządzeń tego typu do prawidłowego działania potrzebuje dodatkowo wpięcia słuchawek. Przy tym wystający element z portu lightning może przeszkadzać niektórym osobom.

Nagrywanie rozmów za pomocą aplikacji firm trzecich. To rozwiązanie bazuje na połączeniach konferencyjnych. Wygląda to tak, że gdy chcemy nagrać rozmowę automat łączy się jako trzecia strona konferencji i nagrywa zarówno nas, jak i naszego rozmówcę. Na dzień dzisiejszy, żeby sensownie nagrywać rozmowy na iPhone'ie najlepiej do tego celu użyć połączeń konferencyjnych.

Możemy próbować do połączenia konferencyjnego, jako trzecią stronę, dodać naszą pocztę głosową i w ten sposób nagrać rozmowę. Rozwiązanie takie nie jest najlepsze, bo trudno jest wyeksportować nasze nagranie czy swobodnie je przewijać. Innym rozwiązaniem, nie polecanym przeze mnie, jest Jailbreak, czyli złamanie zabezpieczeń systemu i zainstalowanie aplikacji, która nagrywa bezpośrednio na telefon. Jest to jednak rozwiązanie hakerskie i niebezpieczne. Zwłaszcza z takim eksperymentowaniem uważałbym, gdy telefon służy nam również do bankowości elektronicznej czy przechowywania innych poufnych danych.

W Appstore mamy do wyboru mnóstwo aplikacji do nagrywania rozmów. Wszystkie one działają na podobnej zasadzie: aby nagrać rozmowę należy złączyć połączenia automatu i nasze w połączenie konferencyjne. Niestety, aby to zrobić, musimy się trochę naklikać. Opiszę tu aplikację TapeACall, która mi najbardziej przypadła do gustu. Z tego co pamiętam, za aplikację zapłaciłem około 20 zł. Podczas wyboru aplikacji do nagrywania rozmów warto sprawdzić cenę aplikacji i to czy nie ma dodatkowych opłat za nagrania. Ważne jest by aplikacja miała polski numer do połączeń konferencyjnych, żeby uniknąć dodatkowych opłat. Aplikacja TapeACall nie



Kupując drogi i prestiżowy telefon, jakim jest iPhone, wydawać by się mogło, że nagranie rozmowy nie nastręczy problemów. Jest to najbardziej naturalna możliwość utrwalenia zapisu informacji, gdyż rozmowa jest dźwiękowa, a nagrywanie rejestruje właśnie dźwięk. Jednak Apple blokuje możliwość nagrywania rozmów zastaniając się zachowaniem prywatności. Dla mnie to co najmniej dziwne, żeby telefon za kilka tysięcy nie miał możliwości nagrywania rozmów. Może o prywatność tu wcale nie chodzi?

ma dodatkowych opłat, ma polski numer do połączeń konferencyjnych, a przy tym da się ją obsługiwać z programem Voice Over.

TapeACall, u dołu, ma trzy zakładki: „Nagrania”, drugą zakładkę Voice Over anonsuje jako „Karta” i „Kalendarz”.

„Karta” służy do nagrywania. Jeśli chcemy nagrać dźwięk i użyć programu jako dyktafonu, klikamy przycisk „Record Voice Button”, zaczyna się wówczas nagrywanie. Jeśli chcemy zapisać nagranie, klikamy „Record Stop Buttom”, otwarte zostanie okienko, gdzie musimy nadać nazwę notatce dźwiękowej i potwierdzić przyciskiem „Zapisz”. Jeśli nie chcemy zapisywać nagrania, zamiast „Record Stop Buttom” klikamy „Close Icon Circle” i potwierdzamy decyzję przyciskiem „Tak”.

Jeśli chcemy nagrać trwającą rozmowę telefoniczną, wówczas podczas prowadzonej rozmowy przechodzimy na drugą zakładkę i wybieramy przycisk „Record Call Button”. Nawiązywane jest połączenie z automatem nagrywającym. Teraz w ostatnim kroku musimy scalić nasze 2 połączenia i rozpocznie się nagrywanie. Aby scalić połączenia z Voice Over najpierw musimy w prawym dolnym rogu kliknąć „Ukryj”, aby ukryć klawiaturę numeryczną, a następnie, gdy mamy widoczne oba połączenia kliknąć w „Złącz Połączenia”. Możemy też zacząć nagrywanie połączeń od

początku rozmowy. W tym celu klikamy „Record Call Button”. Po nawiązaniu połączenia z automatyczną sekretarką klikamy w „Ukryj”, aby ukryć klawiaturę numeryczną, następnie „Dodaj”, by wybrać rozmówcę z kontaktów. Ostatni krok to kliknięcie w „Złącz połączenia”, by rozpocząć nagrywanie.

Jak widać, nagrywanie rozmów trzymając się sztywno instrukcji programu jest żmudne i wymaga sporo klikania. Dużym utrudnieniem dla osób niewidomych jest fakt, iż część czynności musimy wykonywać przy nawiązanym już połączeniu telefonicznym. Opracowałem kilka trików, które proces nagrywania rozmów czynią łatwiejszym.

Po przejściu konfiguracji TapeACall, jeśli numer dostępu do automatycznej sekretarki nie doda się automatycznie do kontaktów, to warto dodać go ręcznie. Jeśli już mamy automatyczną sekretarkę w naszych kontaktach, chcąc nagrać rozmowę wystarczy tylko zadzwonić pod ten numer, jakbyśmy dzwonili do osoby i po usłyszeniu sygnału nagranie rozpoczyna się. Jeśli chcemy nagrać rozmowę od początku, nie musimy żmudnie dodawać połączenia. Możemy zrobić to prościej łącząc się z automatyczną sekretarką, a następnie przycisk „Home”, „Telefon” z kontaktów wybrać żądany numer i na koniec trzeba kliknąć tylko „Złącz Połączenia”, a nagranie rozpocznie się. Gdy mamy już połączenie i chcemy szybko zapisać informacje, klikamy w przycisk „Home”, wybieramy „Telefon” i tam z kontaktów wybieramy numer do naszej automatycznej sekretarki. Ostatnim krokiem jest oczywiście kliknięcie w „Złącz Połączenia”. Ponieważ nagrywanie odbywa się w trybie konferencyjnym, podczas rozłączania musimy rozłączyć oba połączenia. W tym celu 2 razy klikamy przycisk

rozłączyć, bądź 2 razy wykonujemy gest stuknięcia 2 razy dwoma palcami. Po przerwaniu połączenia nagranie automatycznie zapisuje się, a my dostajemy powiadomienie o nowym nagraniu.

Podczas nawiązanego połączenia trudno wybrać z kontaktów automatyczną sekretarkę, by nagrać rozmowę. Można tę czynność sobie ułatwić i wyciągnąć „automatyczną sekretarkę” na ekran główny swojego telefonu. Aby dodać kontakt do ekranu początkowego musimy użyć aplikacji Skróty. To potężna aplikacja służąca do automatyzacji i przyspieszania różnych czynności. Aby dodać kontakt do ekranu początkowego otwieramy aplikację Skróty, wybieramy zakładkę „Galeria”. W galerii szukamy skrót „Szybkie Wybieranie”. Aby ułatwić sobie szukanie możemy frazę „Szybkie Wybieranie” wpisać w wyszukiwarkę, która znajduje się w górnej części ekranu. Po wybraniu „Szybkiego Wybierania” na samym dole klikamy przycisk „Dodaj Skrót” i przechodzimy do konfiguracji skrót. W tym miejscu możemy wpisać numer telefonu do kogo chcemy zadzwonić lub kliknąć przycisk „Dodaj Kontakt” i wybrać osobę z listy naszych kontaktów. Następnie zatwierdzamy wybór przyciskiem OK. Teraz w zakładce „Moje skróty” odszukujemy skrót „Szybkie Wybieranie”. Po jego otwarciu po raz pierwszy pojawi się komunikat, że skrót nie ma uprawnień do połączeń. Aby nadać uprawnienia skrótowi klikamy „Pozwól na dostęp”. Aby dodać nasz skrót do ekranu początkowego klikamy na dolnym pasku przycisk „Udostępnij” i wybieramy „Do Ekranu Począt”. Teraz pojawi

nam się ekran z wyborem ikony skrót i z wyborem nazwy. Możemy tu wpisać np. „Nagrywanie Rozmów” czy „Automatyczna Sekretarka”. Nasz wybór zatwierdzamy przyciskiem „Dodaj”. Skrót do szybkich połączeń można stworzyć inaczej. Ten sposób wymaga, żeby kontakt, który ma być dodany do ekranu początkowego znalazł się w ostatnich połączeniach. W tym celu najlepiej wykonać krótkie połączenie do tego kontaktu. W aplikacji „Skróty” na zakładce „Moje Skróty” wybieramy przycisk „Utwórz”, a następnie klikamy „Dodaj Czynność”. Tutaj odszukujemy w sekcji „Na Podstawie Twojego Korzystania z iPhone’a” w połączeniach Kontakt, który chcemy wyciągnąć na ekran początkowy. Następnie klikamy przycisk „Dalej” – ukaże nam się okno do wpisania nazwy skrót i wyborem ikony. Zatwierdzamy wszystko przyciskiem OK. Aby udostępnić utworzony skrót na ekran początkowy odszukujemy go w aplikacji Skróty w zakładce „Moje Skróty”, na dolnym pasku klikamy przycisk „Udostępnij”, a następnie wybieramy „Do Ekranu Począt”. Teraz pojawi nam się okienko z wyborem nazwy i ikony skrót. Wpisujemy co chcemy i zatwierdzamy przyciskiem „Dodaj”.

Tworzenie skrótów to proces dość zaawansowany, ale na szczęście nie musimy go tworzyć przed każdą nagrywaną rozmową. Skrót tworzymy tylko raz i zapominamy o całym procesie. Skróty mają tę zaletę, że jeśli nie czujemy się na siłach by je tworzyć, możemy poprosić kogoś znajomego, bardziej zaawansowanego, by utworzył nam określony skrót i udostępnił nam np. w mailu.

Wówczas nie musimy tworzyć od początku skrót – wystarczy, że zaimportujemy przesłany nam skrót.

Jeśli już mamy na ekranie początkowym skrót, który wykonuje połączenie telefoniczne do naszego programu nagrywającego, to nagrywanie rozmowy wygląda następująco.



Jeśli chcemy nagrać całą rozmowę od początku, klikamy w skrót do naszej automatycznej sekretarki, nawiązywane jest połączenie, my w tym czasie wciskamy przycisk „Home”, wybieramy „Telefon” i z kontaktów wybieramy osobę, którą chcemy nagrać. Następnie klikamy tylko „Złącz Połączenia” i nagrywanie rozpoczyna się. Jeśli chcemy zapisać informacje podczas prowadzonej rozmowy, wciskamy przycisk „Home”, wybieramy skrót do naszej sekretarki, klikamy „Złącz Połączenia” i nagrywanie zaczyna się. W tym zoptymalizowanym sposobie jest mniej klikania. Warto tylko skrót z połączeniem do sekretarki umieścić na pierwszej stronie ekranu w dobrym punkcie orientacyjnym, np. prawy dolny róg ekranu, żeby łatwo go było można znaleźć podczas rozmowy.

Program domyślnie po skonfigurowaniu uruchamia się na zakładce „Nagrania”. W prawym górnym rogu mamy przycisk „Settings”, który przenosi nas do ustawień. Ustawienia są bardzo ubogie. Możemy tu uzyskać informacje o naszym koncie, o subskrypcji, możemy wybrać numer dostępowy, z którym będziemy się łączyć podczas nagrywania rozmowy. W tej sekcji programu mamy dostęp do pomocy aplikacji. Możemy tu także ocenić aplikację.

W zakładce „Nagrania” mamy wszystkie nagrania dźwiękowe, które stworzyliśmy. Będąc na liście nagrań ruchem w górę lub w dół możemy usunąć nagranie, bądź zmienić jego nazwę. Aby odtworzyć nagranie, klikamy w nie. Po kliknięciu odtwarzanie rozpocznie się automatycznie. Podczas odtwarzania nagrania mamy do dyspozycji mini odtwarzacz. W połowie ekranu od lewej mamy następujące przyciski: „1 X” (Przycisk ten służy do zmiany prędkości odtwarzania nagrania. Przyjmuje on cyklicznie wartości: 1,5X, 2X). Kolejny przycisk to „Play Back”, czyli przewijanie w tył. Następny przycisk to „Button Play” lub „Button Pause”, czyli odtwarzanie i wstrzymanie. Przycisk zmienia nazwę w zależności od stanu odtwarzania nagrania. Czwarty przycisk w tym rzędzie to „Skip Forward” – służy do przewijania do przodu. Najbardziej po prawej mamy przycisk „Delete”, który kasuje nagranie. W górnym

prawym rogu odtwarzacza znajduje się przycisk „Udostępnij”, dzięki któremu możemy udostępnić nagranie innej osobie. Udostępnić możemy adres url, bądź sam plik. Aby zamknąć mini odtwarzacz, klikamy przycisk „Close Icon Circle”.

Na górze karty mamy filtr. Możemy wybrać „Wszystko”, program pokaże wszystkie dostępne nagrania; „Połączenia”, wówczas zostaną wyświetlone tylko nagrania utworzone z połączeń telefonicznych; „Notatki” program może też być dyktafonem i nagrywać dźwięk, jeśli wybierze- my zaznaczenie filtra notatki, to pokażą nam się utworzone przez nas notatki głosowe; „Wydarzenia” – po wybraniu tego filtra wyświetlane są wszystkie zaplanowane nagrywane wydarzenia. Na górze karty mamy dodatkowo przycisk „Search”, który służy do szukania nagrań po nazwie. Program jest wyposażony w sporo filtrów do szukania nagrań. Szkoda, że nie można ustawić jakości nagrania czy skrótu, żeby nagrania rozmów uruchamiać jednym kliknięciem.

Trzecia karta programu to „Kalendarz”. Dzięki tej funkcji możemy nagrywać i transkrybować wszystkie wydarzenia Zoom zapisane w kalendarzu Google.

Uważam, że jeśli chodzi o rozmowy telefoniczne, to nagranie jest najbardziej naturalnym sposobem zapisu informacji. Szkoda, że firma Apple nie umożliwia w normalny, prosty sposób zapisu informacji. Dobrze, że są obejścia tych blokad. Kto wie, może kiedyś zapis rozmowy sprowadzi się do kliknięcia tylko jednego przycisku? Zdaję sobie sprawę z tego, że artykuł jest długi, ale sam proces nagrywania na iPhone nie jest łatwy. Starłem się pokazać kilka sposobów na nagranie rozmowy telefonicznej tak, aby każdy mógł wybrać coś dla siebie. Mam nadzieję, że artykuł ułatwi nagrywanie rozmów na iPhone osobom, które chcą utrwalić różnego rodzaju informacje.

Starłem się wyczerpać temat, gdyby jednak pojawiły się pytania czy wątpliwości to zapraszam do kontaktu **przymat82@gmail.com**.

Moje doświadczenia związane z orientacją przestrzenną i samodzielnym poruszaniem się

Katarzyna Podchul

Jestem osobą niewidomą z resztkami wzroku. Białą laskę poznałam w 2008 roku, gdy mój słaby wzrok się pogorszył. Zależało mi na tym, aby dalej samodzielnie się poruszać. W tym celu pomocny stał się biały kij. Okazało się, że podczas nauki chodzenia z laską spotkało mnie dużo trudności i przeszkód. W dzisiejszym artykule podzielę się moimi doświadczeniami związanymi z samodzielnym poruszaniem się.

Orientacja przestrzenna to nauka umożliwiająca osobie niewidomej lub nowo ociemniałej na niezależne przemieszczanie się, np. z domu do szkoły czy innego miejsca, do którego chcemy dojść. Najpopularniejszym narzędziem stosowanym przez instruktorów jest biała laska. Służy do nauki samodzielnego poruszania się i jest ważnym elementem w życiu niewidomego. Aby prawidłowo z niej korzystać, potrzebny jest specjalistyczny kurs orientacji z wykwalifikowanym „orientalistą”. Osoby z dysfunkcją wzroku odbywają takie szkolenie najczęściej w miejscu swojego zamieszkania, z nauczycielem pracującym w Polskim Związku Niewidomych. Drugim miejscem odbywania takiego kursu jest ośrodek Homer w Bydgoszczy, do którego kieruje PZN, czyli organizacja zrzeszająca osoby z niepełnosprawnością narządu wzroku. Ponadto niewidomi czy osoby tracące wzrok mogą zgłosić się także do fundacji i stowarzyszeń działających na rzecz osób z dysfunkcją wzroku. One pomogą w znalezieniu dobrego nauczyciela orientacji. Ludzie niewidzący od urodzenia uczą się w specjalistycznych ośrodkach szkolno-wychowawczych, gdzie zajęcia samodzielnego poruszania się wpisane są w program kształcenia młodzieży



z problemami wzrokowymi, jako lekcje dodatkowe. Dlatego osoby słabowidzące czy ze szczątkowym widzeniem bardzo często wiążą swoją edukację z takim rodzajem szkoły. Uczą się tam wielu przydatnych czynności życiowych, w tym również orientacji przestrzennej. Dodam, że podczas warsztatów instruktor dobiera odpowiednią długość laski, tj. powyżej mostka kursanta oraz uczy jak prawidłowo ją trzymać i pokazuje metody bezpiecznego poruszania się z nią.

Pierwsza orientacja przestrzenna miała miejsce w 2008 roku, gdy byłam uczennicą drugiej klasy masowego gimnazjum. Przyjeżdżała do mnie

“ Najpopularniejszym narzędziem stosowanym przez instruktorów jest biała laska. Służy do nauki samodzielnego poruszania się i jest ważnym elementem w życiu niewidomego. Aby prawidłowo z niej korzystać, potrzebny jest specjalistyczny kurs orientacji z wykwalifikowanym „orientalistą”. Osoby z dysfunkcją wzroku odbywają takie szkolenie najczęściej w miejscu swojego zamieszkania, z nauczycielem pracującym w Polskim Związku Niewidomych.

pani z Gdańska i ćwiczyłyśmy różne trasy po moim mieście – Starogardzie Gdańskim. Kurs trwał 30 godzin. Z uwagi na niewielką ilość spotkań nauczyłam się tylko samodzielnie poruszać po szkole. Fakt ten uszczęśliwiał mnie. Nie miałam szczęścia do grupy rówieśniczej – w mojej klasie brakowało zrozumienia i akceptacji dla osoby szczątkowo widzącej. Dwie osoby mnie lubiły i w ich towarzystwie czułam się bezpiecznie. Niestety większość kolegów i koleżanek z klasy nie lubiła mnie. Niektórzy z nich dokuczali mi w niemiły sposób. Młodzież nie rozumiała, że słabo widzę i potrzebuję chodzić przy pomocy kija. Wchodzili i popychali mojego białego przyjaciela, który nie był odporny na zniszczenia i ciągle się łamał. Dzięki lasce mogłam przemieszczać się między salami lekcyjnymi i po korytarzu podczas przerwy. Czułam się pewniej. Uniezależniłam się od niechętniej pomocy rówieśników z klasy.

Kolejne przeżycia związane z orientacją przestrzenną to zajęcia, które odbywały się na turnusach rehabilitacyjnych w Ustroniu Morskim

i Muszynie. Podczas pobytu w Klimczoku trafiłam na sympatyczną instruktorkę, która dała mi parę cennych wskazówek. W czasie tego szkolenia doskonaliłam zdobyte już umiejętności z poprzedniego kursu w Starogardzie Gdańskim. Pani pokazała mi bezpieczny sposób chodzenia po schodach, czyli przy poręczy. Ćwiczyłam także poruszanie się po autobusie, w specjalnie zbudowanej do tego rodzaju ćwiczeń atrapie pojazdu, która znajdowała się na terenie ośrodka. W Muszynie zaś nie było zbyt wielu godzin chodzenia z laską. Tam również poznałam inną technikę poruszania się z kijem.

Następne przygody związane z orientacją przydarzyły mi się podczas nauki w ośrodku szkolno-wychowawczym w Laskach, gdy byłam w liceum. Miałam oczywiście szkolenie chodzenia z blondyną – potoczna nazwa białego pomocnika. Uczyły mnie trzy nauczycielki. Każda z nich miała inne metody pracy. Najwięcej przydatnych umiejętności nauczyłam się z panią, która jest rehabilitantem wzroku. Pokazywała mi jak wykorzystywać resztki widzenia w przestrzeni. Pani Hania nie zwracała uwagi na technikę, tylko na opanowanie przydatnych tras. Dzięki tej instruktorce nauczyłam się prostszej drogi dojazdu do domu – podróży Polskim Busem z Warszawy Młociny do Gdańska. Pani Hania uczyła mnie także wielu przydatnych w późniejszym życiu praktycznych umiejętności, tj.: korzystania ze środków transportu, takich jak: autobus, tramwaj czy pociąg, prawidłowego przechodzenia przez przejście dla pieszych, robienia zakupów.

Nauczycielka wykazała się ogromną cierpliwością w stosunku do osoby o tak słabej orientacji w terenie jak ja. Poznawałam podczas zajęć proste trasy. Atmosfera była przyjemna. Mogłyśmy porozmawiać na każdy temat, dlatego do dziś mamy kontakt. Zdobyta wiedza przydała mi się podczas praktyk studenckich, gdy musiałam robić zakupy we wsi Laski lub dojeżdżać do uczennicy, która mieszkała w Warszawie.

Kolejnym moim przeżyciem były studia wyższe na kierunku filologia angielska. Znalazłam się w sytuacji, która była pełna nowych przeszkód.

Trafiłam na pomocnych i życzliwych kolegów i koleżanki z grupy, którzy bez problemu poruszali się ze mną po budynku i odprowadzali na autobus, gdy siostra nie mogła przyjść. Wtedy dowiedziałam się o szkoleniach prowadzonych przez gdański tyflopunkt Fundacji Szansa dla Niewidomych. Odbylam dwunastogodzinny kurs orientacji, organizowany przez powyższą organizację pozarządową. Zajęcia prowadziła pani z Gdańska. Spotykałyśmy się na dworcu PKS i ćwiczyłyśmy drogę na uczelni i z powrotem. Niestety, nie wspominam dobrze naszej współpracy. Okazało się, że nauczycielka ma niewidomą córkę, która radzi sobie lepiej niż ja. Byłam porównywana z jej pociechą i nie czułam się komfortowo. Gdy tylko gubiłam się, była na mnie zła. Zdarzały się dobre momenty, kiedy mi dobrze szło, to instruktorka była miła i normalnie rozmawiałyśmy. Nie udało mi się nauczyć ćwiczonej trasy, a ze studiów zrezygnowałam ze znanych mi powodów, które nie są istotne.

Po roku przerwy zdecydowałam się kontynuować naukę na Uniwersytecie Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy. Biuro do Spraw Osób Niepełnosprawnych załatwiło mi zajęcia z orientacji. Tam poznałam niesympatyczną instruktorkę, która krzyczała, gdy się myliłam. Ćwiczyłyśmy drogę z akademika na uczelnię. Atmosfera podczas lekcji była napięta, dlatego nie poruszałam się samodzielnie, tylko z asystentem, moim dobrym kolegą z roku lub taksówką. Zrezygnowałam po trzech miesiącach i dałam sobie spokój ze studiami wyższymi.

W 2019 r. byłam na kursie w bydgoskim ośrodku Homer. W planie szkolenia przewidziano także orientację. Pani, z którą miałam zajęcia była miła, ale na siłę próbowała uczyć mnie innych technik chodzenia i mogłam tylko używać sztywnej laski. Na szczęście pod koniec zajęć ćwiczyłam już z moją prywatną blondyną, zakończoną rollerem. Ponadto warsztaty trwały zaledwie 45 minut w trakcie dwutygodniowego kursu. To zbyt mało aby nabyć nowych umiejętności i opanować je w samodzielnym poruszaniu się.

W roku 2020 odbyłam kolejny trening z orientacji, podczas szkolenia pn. „Kurs na samodzielność”, zorganizowanego przez warszawską fundację Vis Maior. Oczywiście miałam także zajęcia z orientacji. Trafiłam na fajnego nauczyciela, który pokazał mi nową technikę diagonalną – laska na skos jak ołówek, która jest przydatna przy wchodzeniu po schodach, poruszaniu się w środkach transportu i po ruchomych schodach. Przełamał moje obawy i po raz pierwszy w życiu z niecierpliwością czekałam na kolejne treningi z orientacji. Pewnie gdyby kurs trwał dłużej, to nauczyłabym się więcej przydatnych umiejętności w samodzielnym przemieszczaniu się.

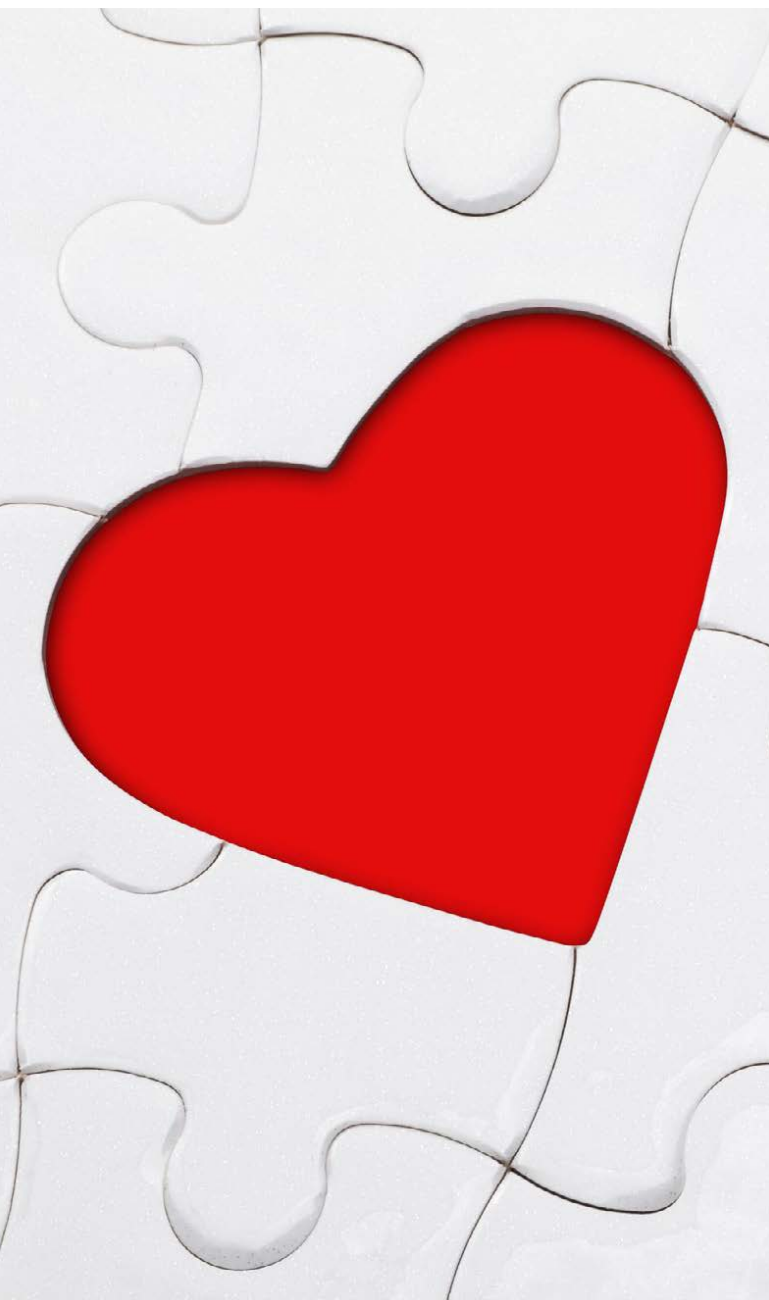
Od kwietnia tego roku mam kolejne zajęcia orientacji z panią, która pracuje w pomorskim okręgu PZN. Do tej pory odbyły się dwa spotkania, podczas których poznałyśmy się i ćwiczyłyśmy drogę z domu na przystanek autobusowy. Obecnie trenuję poznaną trasę z moją mamą. Kilka razy udało mi się przejść tę trasę bez pomyłek i jestem bardzo zadowolona z tego powodu. Oczywiście dalej będę ćwiczyć poruszanie się z panią i samodzielnie, gdyż jest to pierwszy krok ku niezależności. Mam nadzieję, że poznam więcej potrzebnych tras i w dalszym ciągu będę dążyć do wyznaczonego celu, czyli samodzielnego poruszania się.

Jak napisałam, orientacja przestrzenna w życiu osoby z niepełnosprawnością wzroku jest niezbędna. Każda osoba niewidoma czy słabowidząca jest na innym etapie nauki chodzenia z białą laską oraz boryka się z różnymi trudnościami w samodzielnym poruszaniu się. Mam nadzieję, że zachęciłam osoby siedzące w domach, które nie poruszają się na co dzień samodzielnie, bez przewodnika, do podjęcia tego pierwszego kroku w kierunku niezależności, który jest z pewnością ważny dla większości ludzi. Z własnej perspektywy zapewniam, że trening czyni mistrza i osoby ze słabą orientacją w terenie, jeżeli trafią na dobrego instruktora szybko przekonają się, że też potrafią, a każde samodzielne wyjście doda im skrzydeł i wiary w swoje możliwości.

Felieton skrajnie subiektywny

Fundacja wykorzystanych szans

Elżbieta Gutowska-Skowron



Fundacja Szansa dla Niewidomych wyrastała i dojrzewała niejako pod moim bokiem. Z Markiem Kalbarczykiem, jej twórcą, pomysłodawcą i wieloletnim prezesem, jestem bowiem zaprzyjaźniona od okrągłych czterdziestu lat. Janusz Skowron, mój zmarły mąż, miał ten staż o wiele dłuższy, jako że Panowie znali się od dziecka. Bez wątpienia Fundacja, która 10 stycznia 2022 roku będzie obchodziła swoje trzydzieste urodziny, jest dziełem wielkiego formatu.

Z doświadczenia rodzinnego wiem, że dochodzenie do dużych rzeczy w przypadku osoby niewidomej jest nieporównanie trudniejsze niż w przypadku osoby widzącej. Potrzebna jest naprawdę wielka wiara w sens własnych marzeń i pomysłów, i ogromne samozaparcie w dążeniu do ich realizacji. Te cechy niewątpliwie posiada pomysłodawca i długoletni prezes Fundacji Szansa dla Niewidomych. I choć dziś jest już jedynie prezesem honorowym, w dalszym ciągu pozostaje spiritus movens Fundacji. Wiadomo skądinąd, że żadnego przedsięwzięcia tego typu nie da się zrealizować w pojedynkę. Trzeba więc umieć зараżać entuzjazmem i otaczać się ludźmi, którym nie jest wszystko jedno, którym zależy.

Trudno policzyć osoby, które na przestrzeni tych bez mała trzydziestu lat przyczyniły się do rozwoju Fundacji. Były ich z pewnością setki. I co może najważniejsze – pomogła ona tysiącom osób niewidomych i niedowidzących, realizując liczne, istotne programy i wydarzenia.

W podsumowaniach dokonań najlepiej sprawdzają się liczby. Sztandarowe dzieło Fundacji, Konferencja REHA FOR THE BLIND IN POLAND, doczekała się 19 edycji i wyrosła najpierw na istotne przedsięwzięcie w Europie Środkowej, by stopniowo zyskać ten status w całej Europie i sięgnąć po świat. Stała się bowiem, z biegiem lat, wydarzeniem międzynarodowym. Poza targami sprzętu dla osób niewidomych i niedowidzących, poza naukowymi panelami dotyczącymi zagadnień związanych z tymi rodzajami niepełnosprawności, poza towarzyszącymi konferencji działaniami i akcjami społecznymi, na deskach

jej sceny, podczas koncertów stanowiących jej integralną część rozrywkową, gościli znakomici, topowi artyści, a także artyści niewidomi.

Setki projektów, programów, szkoleń i warsztatów dla osób niewidomych i niedowidzących, realizowanych na przestrzeni istnienia Fundacji, szesnaście tyflopunktów służących profesjonalnymi poradami i pomocą w każdym z polskich województw, miesięcznik Help, konkurs Idol, wydawnictwo Trzecie Oko z szeroką ofertą poradników i interesujących książek. Tym wszystkim może się poszczycić Fundacja Szansa dla Niewidomych.

Pewne jest dla mnie to, że Fundacja ma swój istotny udział w działaniach, które pchnęły osoby niewidome i niedowidzące w naszym kraju na zupełnie nowy poziom. Na nowy poziom świadomości, na nowy poziom technologiczny, jeśli zważyć na dostęp do nowoczesnych, specjalistycznych sprzętów i na nowy poziom rozumienia własnych potrzeb i konieczności niwelowania barier dostępności.

Obserwowałam, jak Fundacja rośnie, dojrzewa, jak jeden pomysł napędza kolejny, jak pączkują tyflopunkty, jak rośnie wiedza, profesjonalizm i kompetencje osób ją tworzących i działających w niej, i z pewnością mogę powiedzieć, że Fundacja nie zmarnowała ani jednej szansy, by stać się wsparciem i pomocą dla osób niewidomych i niedowidzących, a także dla ich rodzin i opiekunów. Na kolejne trzydzieści lat, bo jest to perspektywa z pewnością realna, wypada życzyć sobie i Fundacji Szansa dla Niewidomych, by to się nie zmieniło. I tego akurat jestem w stu procentach pewna.



Dworzysko Park

MIESZKANIA
od 36 do 115 m²

+48 666 329 103
DWORZYSKO-PARK.PL



**DEWELOPER I GENERALNY
WYKONAWCA**



Cukinia w roli głównej

Jak gotują i pieką niewidomi w Opolu

NIL

Jest lipcowy, upalny, bardzo słoneczny poniedziałek. Grupa znajomych skupionych wokół opolskiej Fundacji Szansa dla Niewidomych spotyka się w siedzibie tutejszego tyflopunktu. Jest środek wakacji – jedni są już po wakacyjnych wояażach, inni dopiero letnie podróże i atrakcje planują, a są i tacy, którzy z tej czy innej przyczyny spędzają lato w mieście. Ta swoista grupa przyjaciół nie tylko podczas wakacji, ale właściwie w trakcie całego roku chętnie korzysta z różnorodnych form aktywności, każdy według indywidualnych zainteresowań, potrzeb i możliwości. Były wspólne wyjścia na koncerty, kręgielnię, ściankę wspinaczkową. Były wycieczki po najbliższej okolicy, spontaniczne spotkania przy grillu, a innym razem wyjście do Galerii Sztuki Współczesnej czy skansenu – Muzeum Wsi Opolskiej. Tym razem nasi przyjaciele chcą smacznie i zdrowo zjeść! Dziś jednak to nie będzie restauracja i gotowe, przygotowane przez kucharzy i pięknie podane przez kelnera dania. Tego dnia, owszem, czeka na nich restauracja, ale to oni przygotowują, podadzą, a i z przyjemnością skosztują wspólnie ugotowane i upieczone potrawy. W tym miejscu bez wątpienia koniecznym jest, aby podziękować Panu Jackowi Hajzykowi, właścicielowi restauracji Niebo w gębie, na którego pomoc opolska Fundacja i jej podopieczni zawsze, bez wyjątku, mogą liczyć. W naszym opolskim „Niebie” czeka już na wspomnianych śmiałków sala przygotowana na kulinarne zajęcia. Na początek filiżanka smacznej kawy lub herbaty, a przy tym okazja do omówienia strategii i opracowania planu... Co będziemy gotować? Jak rozdzielamy zadania? Ile potrzebujemy czasu? Itd. Na szczęście czeka na grupę profesjonalne wsparcie – Pani Małgosia Lenska, która na wszystkie te pytania zna odpowiedzi! Szybko okazuje się, że już dokładnie wiadomo



co będziemy gotować, ponieważ czekają na nas gotowe przepisy, a zgodnie z komunikatem pani Małgosi bohaterką tych kuchennych warsztatów będzie cukinia w kilku odmianach. Będzie zdrowo, sezonowo, kreatywnie i przede wszystkim smacznie.

Dwunastoosobowa grupa dzieli się na cztery trzyosobowe zespoły. W każdym z nich znajduje się co najmniej jedna osoba widząca lub słabowidząca, po to, by wspierać niewidomych, jednakże zadania przydzielone są w taki sposób, by każdy był zaangażowany we wspólne

gotowanie. Każdy zespół otrzymuje jeden z przepisów, kolorowe fartuszki, niezbędne naczynia i konieczne składniki. W ten sposób powstają: pasztet, zupa, kisz i zapiekanka ze wspomnianej wcześniej cukinii. Na finał zaplanowane jest jeszcze wspólne upieczenie ciasta czekoladowego, a jakże... z cukinią!

W sali unosi się wspaniały zapach krojonych warzyw, przypraw, wszystko świeże i aromatyczne. Jedni obierają warzywa, inni ścierają żółty ser, a kapitanowie zespołów skrupulatnie pilnują receptur. Nad wszystkim czuwa służąca rada i wsparciem pani Małgosia kompetentnie instruując, jednak nie wyręczając. Kolejne dania trafiają do piekarnika, a gotujący w tym czasie mają okazję, by uprzątnąć swoje stanowiska pracy. Kiedy już jest czysto i schludnie, kolejne potrawy lądują na stołach – każdy będzie miał okazję spróbować każdego dania. Kosztując zupy czy pasztecików biesiadnicy wymieniają się opiniami, kulinarnymi doświadczeniami, dopytują wzajemnie o wykorzystane dziś przepisy.

W końcu przychodzi czas na deser, czyli pachnące, świeżutkie ciasto czekoladowe. Śmiech, rozmowy i kolejne pomysły na następne ciekawe spotkanie. Pani Małgosia oprócz dużej wiedzy i umiejętności kulinarnych posiada również wiele innych talentów. Grono znajomych umawia się z nią na zajęcia sportowe. Któregoś sierpniowego dnia będą ćwiczyć w plenerze w jednym z opolskich parków, gdzieś nad Odrą. Zaaranżowane jest również spotkanie dotyczące przędzenia wełny!

Pomysł wspólnej zabawy w kuchni okazał się trafiony. Uczestnicy najedzeni i zadowoleni wrócili do domów. Jeszcze raz serdeczne podziękowania dla pana Jacka, pani Małgosi i pani Wandy oraz wszystkim, bez których to spotkanie nie mogłoby się udać.

Na koniec dwa przepisy – na pasztet z cukinii i ciasto czekoladowe z cukinią. Naprawdę pyszne, zdrowe i proste w przygotowaniu. Skorzystajmy z tego, póki mamy tak łatwy dostęp do cukinii.

Wszystkim Czytelnikom życzę smacznego!

Pasztet z cukinii

Składniki:

- 1 kg cukinii (3 średnie sztuki)
- 1 cebula
- 1 marchewka
- 3 ząbki czosnku
- 4 łyżki oliwy
- ¾ szklanki bułki tartej
- 5 łyżek kaszy manny
- 4 łyżki posiekanej natki pietruszki
- 3 jajka
- sól, pieprz, po jednej łyżeczce papryki w proszku, kurkumy, suszonego oregano

oraz

- papier do pieczenia
- mała podłużna forma keksowa

Przygotowanie:

- Cukinię umyć, osuszyć, przyciąć na końcach, zetrzeć na tarce o dużych oczkach. Cebulę obrać i również zetrzeć, ale na tarce o małych oczkach.
- Cukinię i cebulę umieścić w dużej misce, dodać 2 łyżeczki soli i wymieszać. Odstawić na około pół godziny, aż cukinia puści soki. Następnie przełożyć ją na sito i bardzo dokładnie odsączyć (dociskać dłonią, aby pozbyć się jak najwięcej soków).



- Do odcisniętej cukinii dodać obraną, drobno startą marchewkę, przeciśnięty przez praskę czosnek, oliwę, bułkę tartą, kaszę mannę, natkę pietruszki oraz jajka. Doprawić pieprzem, papryką, kurkumą oraz oregano i dokładnie wyrobić.
- Piekarnik nagrzać do 180 stopni C, masę cukiniową wyłożyć do małej keksówki wyłożonej papierem do pieczenia. Uklepać, wyrównać łyżką. Wstawić do piekarnika i piec bez przykrycia przez około 1 godzinę i 15 minut (lub nieco dłużej, do zrumienienia). Całkowicie ostudzić.

Wskazówki:

Przed pieczeniem pasztetu na górę można położyć listki pietruszki, posiekany szczypiorek i posmarować pędzelkiem po wierzchu oliwą.

Ciasto czekoladowe z cukinią (12-16 porcji)

Składniki:

- 100 g masła
- 500 g cukinii (2 małe)
- 1 szklanka (150 g) cukru pudru
- 400 g (2 i 3/4 szklanki) mąki
- 1/3 szklanki gorzkiego kakao
- 1 łyżeczka sody oczyszczonej
- 1/2 łyżeczki proszku do pieczenia



- 1/2 szklanki oleju lub masła
- 2 jajka
- 1/2 szklanki maślanki lub zsiadłego mleka lub jogurtu

Opcjonalnie:

- 50 g czekolady
- cukier puder
- polewa z czekolady

Przygotowanie:

- Masło i jajka wyjąć wcześniej z lodówki, aby nie były zimne. Cukinię przyciąć na końcach i zetrzeć na tarce o małych oczkach, odmierzyć około 2 szklanki cukinii.
- Przygotować resztę składników, piekarnik rozgrzać do 180 stopni C, przygotować tortownicę o średnicy około 24 cm, posmarować ją tłuszczem i wyłożyć papierem do pieczenia.
- Do jednej miski przesiać mąkę razem z kakao, sodą oczyszczoną, proszkiem do pieczenia i szczyptą soli. Dodać posiekaną czekoladę (jeśli jej używamy), dokładnie wymieszać i odstawić.
- W drugiej misce, na większych obrotach miksera, utrzeć masło z cukrem pudrem na jasną, puszystą masę (około 7 minut). Następnie dodać olej i dokładnie zmiksować na jednolitą, gęstą masę (około jednej minuty), kolejno dodawać jajka, za każdym razem dokładnie miksując (po około 3 minuty).
- Zmniejszyć obroty miksera i dodać do ubitej masy w trzech partiach suche składniki przeplatając je maślanką. Na koniec zmiksować z cukinią.
- Ciasto wyłożyć do tortownicy i wstawić do piekarnika. Piec około 40-45 minut – do suchego patyczka. Po upieczeniu wyjąć z piekarnika i ostudzić.

Oba ww. przepisy pochodzą z serwisu: www.kwestiasmaku.com

Nordic walking zyskuje popularność wśród niewidomych

Radostaw Nowicki



– Nordic walking można traktować zarówno sportowo, jak i rekreacyjnie, więc jest to jego olbrzymia zaleta. Jest to sport ogólnie dostępny i tani. Nie potrzeba do jego uprawiania specjalistycznego sprzętu. Wystarczą wygodne buty i odpowiednie kijki – mówi w rozmowie z Helpem Monika Bielecka, propagatorka nordic walkingu w Polsce, która do współpracy angażuje osoby niewidome i niedowidzące.

Nordic walking to forma rekreacji polegająca na marszu ze specjalnymi kijami. Ten typ aktywności wymyślony został w Finlandii w latach dwudziestych XX wieku. Znany był w Skandynawii pod nazwą sauvakavely (marsz z kijkami). W porównaniu do zwykłego marszu nordic walking

angażuje stosowanie siły do kijków z obu stron, przez co osoby go uprawiające angażują więcej partii mięśni. Można go uprawiać przez cały rok nad morzem, w lesie czy w parku bez względu na wiek, kondycję i tuszę. Zyskał on zwolenników na wszystkich kontynentach w wielu krajach, w tym także w Polsce. Co więcej, wymyślono już także specjalne szelki, dzięki którym taką aktywność mogą podjąć także osoby niewidome wraz z przewodnikiem.

RN: Jak zaczęła się pani przygoda z nordic walkingiem?

Monika Bielecka: Miałam problemy ze zdrowiem. Moja przygoda zaczęła się od chodzenia bez kijków. Zamiast siedzieć wieczorem przy kolacji lub

laptopie wraz z partnerem ubierałam buty i szliśmy na spacer szybkim krokiem. Zabieraliśmy ze sobą pieska. Codziennie przez rok chodziliśmy od pięciu do dziesięciu kilometrów. Okazało się, że taka aktywność nam służy. Byliśmy przewietrzeni, lepiej nam się spało, mogliśmy po drodze spokojnie porozmawiać. Z czasem zachciało nam się czegoś więcej. Początkowo nie byliśmy przekonani do nordic walkingu. Ale zaczęłam oglądać różne filmiki. Doszłam do wniosku, że ważna jest technika i odpowiednie kije. Zaczęliśmy więc szukać instruktora, żeby nauczyć się techniki od podstaw. Początki wcale nie były łatwe, bo w nordiku angażuje się lewą rękę, która na co dzień jest słabsza. Śmiałam się, że moja ręka mnie bije. Wcale mnie nie słuchała, bo ten kij jednak trzeba puścić, od niego się odepchnąć. A on mi gdzieś pod nogi leciał, co mnie strasznie irytowało. Ale jak już opanowałam technikę, poczułam, że jest to bardzo przyjemne. Można rozwinąć takie tempo, że człowiek jest zmęczony. Nawet maratończycy twierdzili, że wolą przebiec maraton niż przejść go z kijkami. O ile jednak nasze spacery odbywały się po mieście, to na kijki jeździliśmy do lasów, parków i na inne miękkie tereny. Z czasem zaczęliśmy jeździć na zawody, poznaliśmy innych ludzi, którzy chodzą z kijkami i są zakręcenii na ich punkcie jak my. Zrobiliśmy sobie potem kursy instruktorskie. I tak to wszystko wyglądało.

RN: Czyli technika jest bardzo ważna? Panuje takie przekonanie, że jak ktoś nie ma techniki, to nie powinien chodzić z kijkami, bo może zrobić sobie więcej krzywdy niż mieć pożytku.

MB: Oczywiście, że jak ktoś regularnie będzie chodził niewłaściwie z kijkami na przykład trekkingowymi, to może sobie zrobić krzywdę. Mogą się u niego pojawić chociażby problemy ze stawami łokciowymi. Spotkałam się z historią pewnej pani, która używała niewłaściwych kijów do nordic walkingu i jej się rozsypały stawy. Narobiła sobie przez to kłopotu. Teraz jest dostęp do wiedzy. Są instruktorzy, więc warto korzystać z ich umiejętności i przyswoić sobie technikę. Ona ma odciążać kręgosłup, zaangażować mięśnie klatki piersiowej i obręczy barkowej. 90% mięśni jest



zaangażowanych przy odpowiedniej technice. Jeden ze stylów pływackich również angażuje taką ilość mięśni. A jak się człowiek uśmiechnie, to już w ogóle cały jest zaangażowany. Jednak wszystkich przekonuję, że jak mają coś robić źle, to lepiej niech pójdą na zwykły spacer, zrobią jakieś ćwiczenia oddechowe lub gimnastykę w ładnych okolicznościach przyrody.

RN: A w jaki sposób w pani historii pojawiły się osoby niewidome?

MB: Jestem terapeutą zajęciowym. Interesuję się różnymi możliwościami rozwoju osób niepełnosprawnych. Staram się aktywizować osoby niepełnosprawne i udowadniać, że mogą więcej. Należy burzyć stereotypy na ich temat. Pewnego dnia zostałam zaproszona na obóz sportowy w Wągrowcu zorganizowany przez stowarzyszenie „Cross”. Jadąc tam miałam dużo wątpliwości, bo wcześniej nie miałam kontaktu z osobami niewidomymi. Zdawałam sobie sprawę, że przy rozgrzewce będę musiała postępować inaczej – tłumaczyć obrazowo co robię, a nie mówić zróbcie tak lub powtórzcie po mnie. Dodatkowo powiedziano mi, że bym nie przejmowała się, jeżeli osoby, które tam będą, nie będą zainteresowane nordic walkingiem lub ich zapał zgaśnie po drugim dniu. Ale ja jestem ambitna, więc chciałam zaangażować całą grupę. Rano mieliśmy zajęcia grupowe, które robiłam w formie różnych zabaw. Widzących opiekunów stawiałam w roli

niewidomych. Było mnóstwo śmiechu, kiedy osoba niewidoma musiała poprowadzić opiekuna, który miał zawiązane oczy. Przez dwa tygodnie przychodził na nie komplet, więc byłam przeszczęśliwa. Wszystko obracało się w temacie poprawy zakresu ruchu i samopoczucia. Miałam też możliwość naturalnego nauczania podwalin pod technikę w grupie, natomiast po południu miałam indywidualne zajęcia z poszczególnymi osobami. Jeszcze ostatniego dnia, kiedy nie miało już być zajęć, pojechaliśmy do lasu, gdzie mieliśmy możliwość chodzenia z kijkami. Jak mijaliśmy ludzi, to budziliśmy olbrzymie zainteresowanie. Ludzie dziwili się, że ktoś może nie widzieć, a jednak tak szybko poruszać się z kijkami. Pan, z którym ja szłam, trenował codziennie na rowerku stacjonarnym, więc miał jakąś wydolność. Był przeszczęśliwy, że może poruszać się bez laski, w dodatku w tak szybkim tempie.

RN: A może pani opisać szelki, które służą do poruszania się w tandemie podczas uprawiania nordic walkingu?

MB: Szelki zakładane są na ramiona, podobnie jak plecak. Z tyłu mają krzyżaczek, po jego obu stronach są metalowe kółeczka, do których jest przyczepiona gruba, gumowa linka. Przewodnik ma je przyczepione na plecach, a osoba niewidoma – z przodu. Odległość jest taka, aby zarówno przewodnik, jak i osoba niewidoma mogły iść o kijkach. Czasami jeszcze używamy dzwoneczków, które ma przewodnik, aby była

dodatkowa orientacja po dźwięku. Organizowane są też zawody. Swoją kategorię mają także osoby niedowidzące, które startują bez przewodnika.

RN: A kluczowe jest to, aby osoba niewidoma miała jednego przewodnika stałego?

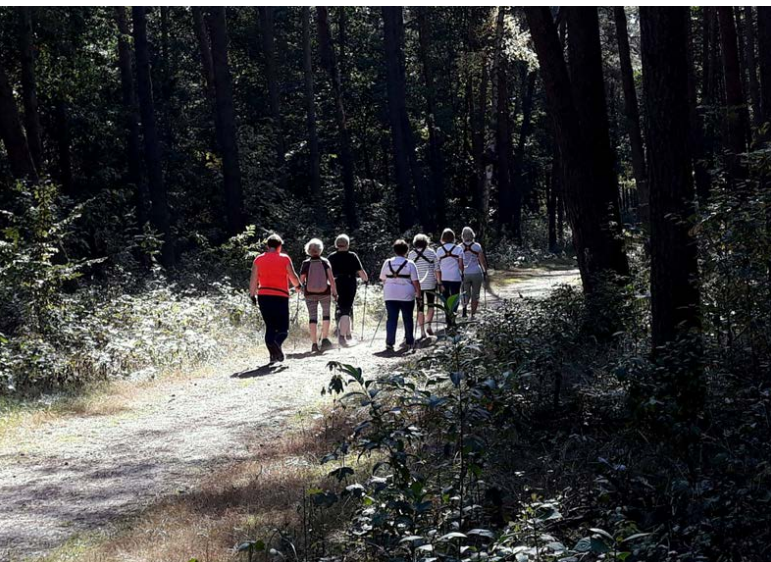
MB: Oczywiście, że tak, bo trzeba się trochę obyć ze sobą oraz nauczyć się utrzymywać napięcie na gumach, aby można było odpowiednio reagować na ruch. Najczęściej przewodnik musi się dostosować do osoby idącej z tyłu. Zależy nam na tym, aby osoba niewidoma czerpała z tego jak najwięcej, więc przewodnik nie idzie swoim tempem. Przy regularnych treningach można chodzić szybciej, można jeszcze więcej wyciągnąć z „nordika”, ale to nie jest kluczowe. Jak ktoś zna technikę, to można wymieniać się przewodnikami, bo wówczas szybko można dostosować się do drugiej osoby.

RN: Czy dużo jest przewodników chętnych do takiej współpracy z niewidomymi?

MB: Mało jest jeszcze w mediach informacji na ten temat. Trzeba nagłaśniać, że niewidomi są chętni do uprawiania nordic walkingu. Z mojego środowiska ludzie bardzo chętnie oferują się do takiej współpracy. Zdarza się także, że osoby niewidome mają znajomego lub osobę z rodziny, które też chodzą z kijkami. Wtedy są tworzone tandemy. Na pewno w „Szansie” będziemy prowadzić zajęcia „nordikowe”. Taka koncepcja była już w poprzednim roku, ale wtedy jakoś nie udało nam się zgrać. Chciałabym też stworzyć w Szczecinie grupę chodzącą z kijkami. Nie dzieliłabym jej jednak na osoby widzące i niewidome, bo zależy mi na integracji. Nie będę miała nic przeciwko, gdyby ktoś widzący chciał dołączyć do naszej grupy. Wiem, że w Poznaniu podobna grupa cały czas funkcjonuje z Pawłem Piechowiczem, który jest pomysłodawcą szelek dla niewidomych do nordic walkingu.

RN: Czy w ostatnich miesiącach często pani chodziła z osobami niewidomymi?

MB: Ostatnio miałam tak życie ułożone, że ciężko było mi cokolwiek zaplanować. Dlatego jeśli już trenowałam, to wychodziłam tylko z partnerem.



Często nawet bez kijków. Ważne jest podłoże. Lepiej nie chodzić po twardym asfalcie, bo kij się wbija w podłoże, przenoszą się drgania, co jest bardzo nieprzyjemne. Na końcu kija jest taki pazurek, którym można odbijać się na asfalcie, ale jak ktoś ma możliwość, to lepiej pójść na jakiś miękki teren w lesie lub w parku.

RN: Wcześniej mówiła pani, że przy nordic walkingu zaangażowana jest większość miłośników. A jakie są walory zdrowotne takiej aktywności?

MB: Przy każdej aktywności ruchowej uprawianej regularnie poprawia się zakres ruchu. Nordic walking pozytywnie wpływa na wydolność organizmu, zwiększa się tolerancja na wysiłek, obniża się ciśnienie krwi, rozwija ramiona oraz barki. Jesteśmy zdrowsi fizycznie i psychicznie, bo się ruszamy i mamy kontakt z naturą. Bardzo poprawia się też postawa, bo się nie garbimy. Teraz mamy takie czasy, że ludzie spędzają dużo czasu w pozycji siedzącej, w której zaczynają się garbić. Tymczasem prawidłowa technika nordiku wymusza otwarcie klatki piersiowej i prostowanie się. Poza tym nordic walking jest świetnym sposobem na rehabilitację. Jeśli dana osoba jest w stanie chodzić, to nie ma przeciwwskazań do



uprawiania nordic walkingu. Znam pana, który jest po ciężkim zawale. Nie mógł biegać, chodzić po schodach, ale zrehabilitował się dzięki chodzeniu z kijkami.

RN: W nordic walkingu chodzi jednak chyba nie tylko o aspekt aktywności ruchowej, ale też społeczny, bo osoby niewidome mają kontakt z osobami widzącymi i odwrotnie.

MB: Oczywiście, jest to bardzo ważne. Jak się pojawi osoba niewidoma w szelkach z przewodnikiem, to budzi duże zainteresowanie. Dzięki uprawianiu nordic walkingu osoba niewidoma ma możliwość aktywizacji i integracji społecznej, bycia wśród ludzi, a dodatkowo społeczeństwo może zaobserwować aktywnych niewidomych. Taki obraz może zmobilizować widzących, którzy siedzą w domu i tylko narzekają, że tu ich boli, tam ich strzyka. Może pomyślał, że jak osobom niewidomym, które mają trudniej, chce się wyjść z domu i „nordikować”, to może i one spróbują.

RN: Jaka przyszłość czeka nordic walking? Bo to chyba jest taka rozwojowa aktywność?

MB: Pojawiły się starania, aby była to kategoria sportowa. Nordic walking Poland przy oficjalnej współpracy z twórcą nordic walkingu [Marko Kantaneva przyp. red.] wypracowali podstawy techniki i regulamin. Osoba idąca z kijkami musi trzymać się tych założeń, zachowując odpowiednią technikę. Nie może podbiegać, czyli odrywać dwóch stóp jednocześnie od podłoża. Jest to ciężkie do zauważenia, bo ludzie osiągają zawrotne prędkości. 10 kilometrów mogą zrobić w godzinę.

RN: Podobnie jak w chodzie sportowym?

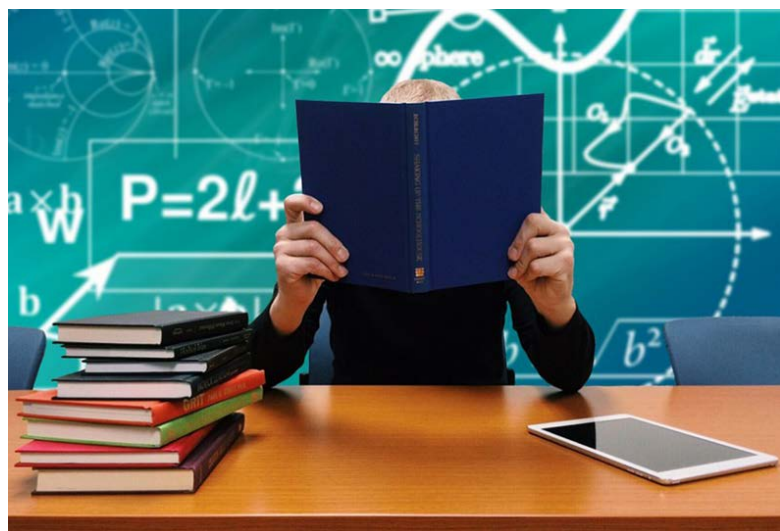
MB: Dokładnie tak, tylko nie wolno obniżać środka ciężkości. W chodzie sportowym idzie się na ugiętych kolanach i kołysze się biodrami, a w nordic walkingu jest to zakazane. Taką formę aktywności można traktować zarówno sportowo, jak i rekreacyjnie, więc jest to jej olbrzymia zaleta. Jest ogólnie dostępna, tania. Nie potrzeba do jej uprawiania specjalistycznego sprzętu. Wystarczą wygodne buty i odpowiednie kijki i już można uprawiać ten sport, do czego wszystkich serdecznie namawiam.

Chcesz się dalej kształcić? Na to zwróć uwagę!

Karolina Anna Kasprzak

Pandemia i związane z nią restrykcje, a także upowszechnienie korzystania z technologii cyfrowych w niemal każdej sferze życia, wpłynęły na nasze decyzje dotyczące kształcenia. Nauczanie stacjonarne zostało zastąpione zdalnym, a później hybrydowym (część zajęć odbywała się stacjonarnie, część z wykorzystaniem Internetu). Zaczęliśmy dostrzegać korzyści e-learningu, czyli zdobywania wiedzy przy użyciu komputera, tabletu lub smartfonu oraz Internetu.

Niekwestionowaną zaletą edukacji online jest oszczędność czasu i pieniędzy, które każdego dnia przeznaczają się na dojazdy do placówki kształcenia, czasem sporo oddalonej od miejsca zamieszkania. Aspekt ten ma szczególne znaczenie dla uczniów z niepełnosprawnościami korzystających z pomocy rodziców lub osób trzecich podczas dojazdów do i ze szkoły. Na wsiach i w małych miejscowościach dostęp do środków transportu przystosowanych do potrzeb ludzi z ograniczeniami sprawności jest utrudniony. W dużych miastach z transportem jest lepiej, chociaż wiele pozostaje do życzenia. Wdrożenie kształcenia zdalnego po części rozwiązuje ten problem. Z drugiej jednak strony edukacja na odległość wiąże się z zakupem odpowiedniego sprzętu, który nie każdy uczeń posiada, a także z przyspieszoną nauką obsługi platform jej służących. Nauczyciel prowadzący lekcje zdalne nie zawsze ma możliwość przekazać uczniom wiedzę w takim stopniu, w jakim jest to wymagane w podstawie programowej, dlatego określony obszar materiału uczniowie muszą przerabiać samodzielnie, korzystając nie tylko z platform e-learningowych, ale i książek.



Do tematu edukacji zdalnej odniosłam się w artykule: „Nauka zdalna – szanse, możliwości i wyzwania”, opublikowanym w numerze 57 miesięcznika HELP (czerwiec 2020, str. 19). Omówiłam wówczas dylematy związane z nauką zdalną, dotyczące między innymi konieczności uczenia się w odosobnieniu i z wykorzystaniem jednej tylko możliwej metody przyswajania wiedzy – e-learningu. W tym artykule chcę przybliżyć i omówić inny problem – mianowicie sprawę organizacji kwalifikacyjnych kursów zawodowych (KKZ) metodą e-learningu przez niepubliczne placówki szkoleniowe. Wyjaśnię, dlaczego niektóre KKZ nie są prowadzone zgodnie z przepisami prawa oraz na co zwrócić uwagę wybierając dalszą ścieżkę kształcenia. Odniosę się też do kwestii edukacji w szkołach policealnych i w uczelniach wyższych.

Kwalifikacyjne kursy zawodowe są przeznaczone dla osób dorosłych zainteresowanych poszerzaniem wiedzy i nabyciem uprawnień do wykonywania zawodu w wybranej przez siebie

dziedzinie. Kwalifikacyjny kurs zawodowy, jak czytamy na stronie www.gov.pl, obejmuje zazwyczaj kilkaset godzin kształcenia teoretycznego i praktycznego. Jest prowadzony według programu nauczania uwzględniającego podstawę programową kształcenia w zawodzie szkolnictwa branżowego w zakresie kwalifikacji wyodrębnionej w zawodzie. Ukończenie kwalifikacyjnego kursu zawodowego umożliwia przystąpienie do egzaminu zawodowego w zakresie kwalifikacji nauczanej na kursie. Egzaminy zawodowe przeprowadzają okręgowe komisje egzaminacyjne (OKE). KKZ mogą być prowadzone z wykorzystaniem metod i technik kształcenia na odległość, jednak zajęcia praktyczne muszą odbywać się w formie stacjonarnej. Przepisy rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 19 marca 2019 roku w sprawie kształcenia ustawicznego w formach pozaszkolnych stanowią, że podmiot prowadzący kwalifikacyjny kurs zawodowy jest zobowiązany poinformować okręgową komisję egzaminacyjną o rozpoczęciu kursu w terminie 14 dni od rozpoczęcia kształcenia. KKZ kończą się zaliczeniem w formie ustalonej przez podmiot prowadzący dany kurs. Osoba, która uzyska pozytywną ocenę z zaliczenia, otrzymuje zaświadczenie o ukończeniu KKZ. Następnie może przystąpić do egzaminu zawodowego.

Co w sytuacji, jeśli podmiot prowadzący KKZ nie dopełni formalności w OKE i nie poinformuje jej o rozpoczęciu kursu we wskazanym terminie lub dopuści się innych uchybień? Centralna Komisja Egzaminacyjna (CKE) przypomina, że nie każda oferta związana z doskonaleniem w formie kwalifikacyjnych kursów zawodowych umożliwia przystąpienie do egzaminu zawodowego. Przed podjęciem decyzji o rozpoczęciu KKZ prowadzonym przez daną placówkę szkoleniową warto sprawdzić, czy podmiot posiada wpis do Rejestru Szkół i Placówek Oświatowych, a w szczególności, czy program kwalifikacyjnego kursu zawodowego i jego przewidywana organizacja są zgodne z wymogami określonymi w przepisach (czy obejmują ustaloną w podstawie programowej liczbę godzin, zajęcia praktyczne i zajęcia laboratoryjne, a jeśli KKZ jest

“ Niekwestionowaną zaletą edukacji online jest oszczędność czasu i pieniędzy, które każdego dnia przeznaczają się na dojazdy do placówki kształcenia, czasem sporo oddalanej od miejsca zamieszkania. Aspekt ten ma szczególne znaczenie dla uczniów z niepełnosprawnościami korzystających z pomocy rodziców lub osób trzecich podczas dojazdów do i ze szkoły.

prowadzony e-learningowo – czy przewidywane jest końcowe zaliczenie kursu w formie stacjonarnej). CKE i OKE zwracają uwagę, że program KKZ musi obejmować kształcenie praktyczne, a więc nie może być realizowany w całości w formie zdalnej. Aby zaświadczenie o ukończeniu kwalifikacyjnego kursu zawodowego mogło zostać uznane przez OKE, muszą być spełnione wymagania określone w przepisach prawa oświatowego. Takich wymagań nie spełniały e-learningowe kwalifikacyjne kursy zawodowe organizowane przez pewną placówkę szkoleniową, której kursanci zapłacili za odbyte kursy niemałe pieniądze (ponad 1500 zł kosztowało wykupienie dostępu do kursu w obrębie jednej kwalifikacji, ponad 3000 – dwóch kwalifikacji), a do egzaminu zawodowego po ich ukończeniu przystąpić nie mogli, ponieważ OKE nie uznała zaświadczeń potwierdzających odbycie KKZ prowadzonych przez tę placówkę. Tym samym pokrzywdzonych zostało ponad tysiąc kursantów. Bulwersującą sprawą zajęła się prokuratura. Firma organizująca KKZ przez Internet ogłosiła upadłość, jednak w jej miejsce powstała nowa, zajmująca się tym samym i kierowana przez tego samego człowieka. Placówka zaznacza na swojej stronie, że czas trwania kursu zależy wyłącznie

od kursanta, co oznacza, że nie wyklucza się ukończenia go w kilka bądź kilkanaście tygodni. Tymczasem, aby zdobyć wiedzę w zakresie danej kwalifikacji, zdać egzamin zawodowy i uzyskać dyplom, trzeba włożyć o wiele więcej wysiłku i czasu. O zdobywaniu doświadczenia nie wspomnę. Korzystanie z tego typu ofert jest niczym innym jak kolokwialną „drogą na skróty” obraną po to, by w jak najkrótszym czasie zdobyć upragniony „papiererek”. Tyle, że ze znikomą wiedzą i doświadczeniem w zawodzie.

Dystansu, rozważli w podejmowaniu decyzji i ostrożności wymagają również zwykłe kursy doszkalające, bowiem nie każda oferta takich kursów jest godna rozpatrzenia. Możliwość oferowania szkoleń przez Internet (rzecz jasna odpłatnych) stała się pożywką dla nieuczciwych praktyk. I tak w kilkanaście minut dzięki e-learningowym kursom można zostać certyfikowanym instruktorem jogi, specjalistą ds. dietytyki i promocji zdrowia, trenerem jazdy konnej, asystentem osoby niepełnosprawnej lub opiekunem medycznym. Niektóre firmy szkoleniowe dodatkowo kuszą otrzymaniem certyfikatu bądź zaświadczenia o ukończeniu kursu w języku angielskim i/lub niemieckim. Nieliczne, naprawdę nieliczne placówki, wystawione na drukach

MEN zaświadczenia opatrują okrągłą pieczęcią na pierwszej stronie, a na ich odwrocie zamieszczają program kursu wraz z liczbą godzin przeznaczoną na dane zagadnienie. W większości przypadków zaświadczenia zawierają tylko personalia kursanta, numer PESEL oraz nazwę kursu i ewentualnie całkowitą liczbę godzin przeznaczoną na jego realizację.

5 lipca abiturienti poznali wyniki egzaminu maturalnego. Ci, którym podwinęła się noga i nie zaliczyli egzaminu z więcej niż jednego przedmiotu, będą mogli przystąpić ponownie do egzaminu w przyszłym roku. Aby nie musieli przez ten czas beczynnie siedzieć w domu, z pomocą przychodzą im szkoły policealne publiczne i niepubliczne z uprawnieniami szkoły publicznej. Prywatne szkoły policealne bez uprawnień szkoły publicznej prowadzą kształcenie w różnych dziedzinach, ale po ich ukończeniu nie można przystąpić do egzaminu zawodowego, który jest przeprowadzany przez okręgową komisję egzaminacyjną właściwą dla siedziby placówki kształcenia. Nauka trwa zazwyczaj rok i jest zwieńczona otrzymaniem dyplomu ukończenia szkoły (absolwent takiej szkoły nie nabywa uprawnień do pracy związanej z kierunkiem, w którym się kształcił). Z kolei szkoły policealne

niepubliczne posiadające uprawnienia szkoły publicznej prowadzą kształcenie trwające 2 lata lub 2,5 roku, a po ich ukończeniu istnieje możliwość przystąpienia do egzaminu zawodowego, pod warunkiem, że placówka prowadząca takie kształcenie dopełni wszelkich formalności związanych z organizacją nauki i przygotowaniem uczniów do egzaminu.



Specjalista ds. fizjoterapii, rehabilitacja, dietetyka z elementami ochrony zdrowia, opieka psychopedagogiczna, psychologia żywienia, biznesu i reklamy – to niektóre kierunki kształcenia proponowane przez prywatne szkoły policealne bez uprawnień szkół publicznych. Placówki te oferują osobom bez matury możliwość uzyskania ciekawych „kwalifikacji”. Kwalifikacji w cudzysłowie, bo tak naprawdę nie są to żadne kwalifikacje, a bynajmniej nie takie, które byłyby pożądane na rynku pracy. „Papierek” z takiej szkoły można bez cienia wątpliwości cisnąć do kosza. Zawód fizjoterapeuty może wykonywać wyłącznie osoba, która ukończyła studia wyższe na kierunku fizjoterapia, zdała państwowy egzamin fizjoterapeutyczny i uzyskała wpis do Krajowego Rejestru Fizjoterapeutów. Z kolei psychologiem – bez względu na specjalizację – może być zgodnie z polskim prawem osoba, która ukończyła jednolite studia magisterskie na kierunku psychologia i odbyła specjalizację zawodową. Dodatkowo psycholog może ukończyć 4-letnie szkolenie w zakresie psychoterapii i uzyskać kwalifikacje psychoterapeuty. Podstawą prawną wykonywania zawodu fizjoterapeuty jest ustawa z dnia 25 września 2015 roku o zawodzie fizjoterapeuty (Dz.U. z 2015 r., poz. 1994),

a zawodu psychologa – ustawa z dnia 8 czerwca 2001 roku o zawodzie psychologa i samorządzie zawodowym psychologów (Dz.U. z 2019 r., poz. 1026). Organizowanie w niepublicznych szkołach policealnych kształcenia na wymienionych kierunkach jest niezgodne z prawem, jak również posługiwanie się tytułami typu „specjalista ds. fizjoterapii” mimo braku spełnienia wymogów ustawowych.

Coraz większą popularnością cieszą się niepubliczne uczelnie wyższe. Pamiętać trzeba, że nie wszystkie kładą jednakowy nacisk na zdobywanie umiejętności praktycznych. Wybierając uczelnię wyższą warto zapoznać się z Rankin-
giem Szkół Wyższych 2021, z którego dowiemy się, na której pozycji plasuje się dana uczelnia. Ranking obejmuje nie tylko publiczne uczelnie akademickie, ale też publiczne szkoły zawodowe i uczelnie niepubliczne. Przy wyborze uczelni można zasięgnąć opinii znajomych. Jest to jedna z najważniejszych decyzji w życiu, bo dzięki niej mamy szansę na zdobycie dobrego wykształcenia oraz oczekiwanych przez pracodawców kompetencji, a co za tym idzie – także na powodzenie na rynku pracy. Wyróżnić się spośród innych kandydatów aplikujących na dane stanowisko

można nie – wbrew pozorom – licznymi certyfikatami ukończonych szkoleń, lecz przede wszystkim oczekiwaną wiedzą, doświadczeniem i umiejętnościami. Wybór kształcenia na poziomie wyższym w trybie niestacjonarnym (zaocznym) nie oznacza, że będziemy na straconej pozycji w trakcie poszukiwania zatrudnienia. Naukę w trybie zaocznym można połączyć ze zdobywaniem pierwszych doświadczeń zawodowych.



Dystansu, rozwagi w podejmowaniu decyzji i ostrożności wymagają również zwykłe kursy doszkalające, bowiem nie każda oferta takich kursów jest godna rozpatrzenia. Możliwość oferowania szkoleń przez Internet (rzecz jasna odpłatnych) stała się pożywką dla nieuczciwych praktyk. I tak w kilkanaście minut dzięki e-learningowym kursom można zostać certyfikowanym instruktorem jogi, specjalistą ds. dietetyki i promocji zdrowia, trenerem jazdy konnej, asystentem osoby niepełnosprawnej lub opiekunem medycznym.



Ciesz się ciszą!

Anna Hrywna

Tegoroczne wakacje dobiegły już wprawdzie do połowy, jednakże wszystkim dopiero rozpoczynającym i wybierającym się na wyczekiwany letni urlop chciałabym powiedzieć i życzyć jednego – cieszcie się ciszą. Zbyt dużo hałasu i chaosu wokół nas – o czym zresztą pisałam już kilka miesięcy wstecz (pandemia, polityka etc.) – dlatego też odrobina spokoju, a przy tym i ciszy przyda się zapewne każdemu z nas. Pozwalając sobie na odrobinę prywaty napiszę, iż mój plan na letni wypoczynek w tym roku sprowadziłam do absolutnego minimum; uwzględnia

on jedynie – zupełnie odmiennie niż w latach poprzednich – wypoczynek na tarasie własnego domu, tj. bez wyjazdów, mniej lub bardziej efektownych atrakcji i rozrywek, do których niemalże przyzwyczaiałam się już w rokrocznym urlopowym rytmie. Praca, codzienne zabieganie, wielość sprawunków itp. powoduje, że dom zbyt często kojarzy mi się jedynie z noclegownią, albo obowiązkową powierzchnią do sprzątania itp. Dlatego tegoroczny urlop ma to zmienić. Niczym w tytule artykułu – zamierzam cieszyć się ciszą odpoczywając w najbliższym mi otoczeniu, najlepiej na przydomowej huśtawce, z futrzastym, czterołapym przyjacielem na kolanach. Argument wielu, że w domu zawsze znajdzie się coś do zrobienia, a więc z wypoczynkiem może być krucho jakoś mnie nie przekonuje.

Choć, jak mawiają specjaliści, człowiek to istota społeczna i bez drugiego człowieka, bądź relacji z innymi nie będzie funkcjonował jak należy, to jednak bez wątpienia każdy z nas potrzebuje też chwil samotności. Rzecz jasna, jedno nie wyklucza drugiego. Kiedy spoglądam na siebie niejako z boku, to uznaję, że potrzebuję tych chwil samotności raczej nieco więcej niż przeciętny Kowalski. Lubię przebywać, jak to się mawia – w swoim towarzystwie, lubię pracować samodzielnie, lubię sama spędzać czas. Nie znaczy to wcale, że stronię od ludzi i towarzystwa, niemniej jednak czas spędzony samotnie zawsze jest dla mnie owocny. Zapewne można to naukowo, psychologicznie wyjaśnić; taki a nie inny sposób bycia określa typ osobowości itp. Tak czy owak, nie wnikając w fachowe teorie Hipokratesa, Eysencka itd., muszę przyznać, że przebywając sama ze sobą nie nudzę się i nie narzekam, a cisza jest moim sprzymierzeńcem.

Czy znają Państwo piosenkę zespołu Depeche Mode pt. *Enjoy the Silence*, co w wolnym tłumaczeniu oznacza: *Ciesz się ciszą*, bądź też wręcz *Delektuj się ciszą*? Ten singiel brytyjskiego zespołu pochodzi z albumu *Violator* i został wydany w lutym 1990 r. Jak podają muzyczne źródła, piosenka okazała się dużym sukcesem wydawniczym i dotarła, a także dłużej zagościła na wysokich miejscach brytyjskich i amerykańskich

list przebojów. Do dziś przez wielu sympatyków grupy ww. utwór określany jest mianem kultowego. Przywołany tytuł jest też jednym z moich ulubionych. Odsłuchiwany tak często, że pewnie dawno już powinien mi się znudzić – o dziwo jednakże, wcale tak się nie dzieje. Wpadająca w ucho muzyka i interesujące słowa piosenki to jedno. Uwagę zwraca jednakże także oficjalny teledysk tego utworu, który to niezmiennie odtwarzam minimum raz w tygodniu. Jako że nie wszyscy czytelnicy mają, bądź mieli okazję zapoznania się z tym teledyskiem, pokuszę się o próbę jego miniaudiodeskrypcji, jako że dobrze wpisuje się w klimat poszukiwania ciszy i tzw. „świętego spokoju”.

I tak, można by rzec, że teledysk jest dość monotony. Mimo to obfituje w przepiękne zdjęcia i malownicze krajobrazy. Sprowadza się bowiem do ukazania wędrowki człowieka odzianego w królewskie szaty przez różne krainy geograficzne. Dodatkowo rzecz dzieje się o różnych porach roku i różnych porach dnia – a wszystko to, domniemywam, w poszukiwaniu ustronnego miejsca, w którym można będzie w pełni delektować się ciszą. Przedstawiona w teledysku postać to mężczyzna – król w złotej koronie, odziany w czerwoną pelerynę z białym futrem, tj. strój dobrze znany i kojarzący się z portretami monarchów itp. To, co zadziwia i jednocześnie zaburza obraz tego monarchy, to niesiony przez niego w ręce najzwyczajniejszy leżak plażowy koloru niebieskiego. Ot, raptem kilka zbitych deseczek z przewieszonym niebieskim płótnem na siedzisko. Taki to właśnie „tron” dzierży w dłoni wspomniany władca. Całość wygląda zatem dość karykaturalnie i prześmiewczo.

Pierwszą z krain, którą pokonuje ta intrygująca postać, jest szlak górski. Wędrujący szlakiem król ukazany na tle majestatu gór wygląda niczym mała, przesuwająca się biała kropka. Oglądamy kilka dalszych lub bliższych ujęć jego wędrowki w tym górzystym, choć jeszcze nie wysokogórskim terenie. W dogodnym, wybranym przez siebie miejscu, król rozkłada wreszcie swoje siedzisko i umiejętnie, z godnością monarchy, rozłożywszy poły swego odzienia zasiada na pseudotronie, a następnie spogląda na rozpościerający się przed nim widok, który przypomina fiord. Kolejne ujęcie ukazuje już krajobraz nizinny, konkretniej soczystą, wiosenną zieleń bezkresnej łąki z kilkoma rozłożystymi drzewami na horyzoncie. Ponownie towarzyszy nam niewielka przesuwająca się postać na tle tej przyciągającej kolorystyką wzrok przestrzeni. Tym razem krajobraz ów ukazany jest jakoby o dwóch różnych porach dnia. Król przemierza bowiem bezkresną krainę w pełnym słońcu, w środku dnia, krocząc po zielonej, świeżej trawie, zasiada zaś na tronie w chwili, gdy dzień chyli się już ku końcowi, po to, by delektować się widokiem zachodzącego słońca. Kolejna odsłona pieszej przechadzki wiedzie przez skalisty brzeg morski. Król kilkakrotnie zatrzymuje się bądź to na skraju klifu spoglądając w morską toń, bądź to



Czy znają Państwo piosenkę zespołu Depeche Mode pt. Enjoy the Silence, co w wolnym tłumaczeniu oznacza: Ciesz się ciszą, bądź też wręcz Delektuj się ciszą? Ten singiel brytyjskiego zespołu pochodzi z albumu Violator i został wydany w lutym 1990 r. Jak podają muzyczne źródła, piosenka okazała się dużym sukcesem wydawniczym i dotarła, a także dłużej zagościła na wysokich miejscach brytyjskich i amerykańskich list przebojów. Do dziś przez wielu sympatyków grupy ww. utwór określany jest mianem kultowego.



na plaży obserwując fale rozbijające się o przybrzeżne skały. Jak poprzednio, na tronie zasiada dopiero wieczorem, gdy rozpościera się już przed nim malowniczy zachód słońca. Ostatnie z ujęć, które możemy odnaleźć w teledysku, to ponownie krajobraz górski, a ściślej rzecz ujmując wysokogórski. Tym razem monarcha wędruje już wysokimi partiami gór, gdzie wszystkie szlaki i całe jego otoczenie pokryte jest śnieżną pokrywą. Przed nami znowu pojawia się kilka cieszących oko obrazów z jego górskiej przechadzki. Ostatecznie król wybiera miejsce na rozłożenie swojego siedziska na rozłożystej, zatonionej w oślepiającym słońcu równinie, gdzie rozciąga się przed nim niezwykła panorama – widok na strzeliste, postrzępione i ośnieżone szczyty, dosłownie zalane słońcem. W takim oto anturazju piosenka dobiega końca, a jej zwieńczeniem są wyśpiewane słowa stanowiące tytuł utworu. Czyżby zatem król znalazł wreszcie dogodnie dla siebie miejsce, a jego wędrówka dobiegła końca? Powinna jeszcze dodać, że wszystkie wyżej wymienione ujęcia w teledysku przeplecione zostały krótką migawką ukazującą czterech członków zespołu, bądź symbolem, jaki znalazł się na okładce albumu, na którym pojawił się singiel (grafika – róża).

Nie wiem, czy czytelnicy zgodzą się ze mną, jednakże dla mnie pomysł na ten teledysk wydaje się być strzałem w dziesiątkę. Niewątpliwie

dużym plusem jest tutaj wielość przykuwających uwagę odbiorcy krajobrazów, piękne zdjęcia, panoramy, na tle których pokazano historię stanowiącą oś teledysku. Wielce wymowna jest jednakże sama symbolika postaci ukazanej w teledysku. Oto król, władca, głowa państwa, który to ma na głowie całe królestwo etc. zapragnął wreszcie znaleźć chwilę spokoju i czas dla siebie. Możemy jedynie spróbować wyobrazić sobie ileż to rozmaitych spraw, bieżących zagadnień zaprzętało, jak i obecnie zaprzęta głowy przywódców, monarchów itd. Zapewne, jak to było i jest nadal, mają oni swoich podwładnych, którzy w ich imieniu zawiadują wszelkimi dziedzinami i obszarami, które to ostatecznie składają się w jeden organizm zwany *państwem*, mimo to stojąc na jego czele organizacyjnie biorą na siebie ogromną odpowiedzialność, chociażby za los społeczności, stan terytoriów, którymi zarządzają. Dlatego symbolika obrazu pochodzącego z tego utworu jest dla mnie przekonująca i daje do myślenia. Liczba chociażby odsłon, bądź komentarzy do teledysku dostępnego w popularnym serwisie *YouTube* świadczy o tym, że nie jestem osamotniona w wielokrotnym odtwarzaniu tej piosenki. Przytoczę też jeden z trafnych komentarzy, który moim zdaniem stanowi dobre podsumowanie całości teledysku. Jeden z anglojęzycznych internatów wpisał bowiem: *Legenda głosi, że on nadal poszukuje tego idealnego, cichego miejsca.*

Bohaterowi teledysku, sobie i każdemu z osobna życzę, byśmy takie też miejsca znaleźli. Może nie trapią nas wprawdzie problemy jak wyżej, tj. rangi państwowej, niemniej jednak częstokroć sprawy bardziej przyziemne i codzienne potrafią nastroczyć tak wielu trosk, zmartwień i napięć, że spokój i cisza są jedynym, czego tak naprawdę oczekujemy. Niech każdy z nas śladem Mickiewiczowskiej Telimeny odnajdzie swoją *świątynię dumania*. Urlop i czas wakacji jest dobrą okazją, by w tej „świątyni” znaleźć dla siebie choć chwilę wytchnienia.

Widzę dotykem i słuchem

Anna Koperska

Czytelnictwo jest doskonałą formą rehabilitacji, integracji i aktywizacji społecznej. Fundacja Szansa dla Niewidomych realizuje wiele projektów i inicjatyw, dzięki którym literatura zajmuje ważne miejsce w ofercie kulturalnej dedykowanej osobom z dysfunkcją wzroku. Po raz kolejny mamy prawdziwą przyjemność prowadzić ogólnopolską kampanię promującą czytelnictwo wśród osób niewidomych ph. „Widzę dotykem i słuchem”. W tym roku podejmujemy działania na jeszcze większą skalę i z jeszcze większym rozmachem niż kiedykolwiek. Tym razem naszą uwagę pragniemy skupić na publikacjach zarówno w brajlu, jak i wersji audio. Kampania opiera się na szeroko zakrojonej promocji w mediach ogólnopolskich i lokalnych, m.in. w prasie, radiu, a także w mediach społecznościowych czy za pośrednictwem stron internetowych oraz kanałów komunikacji zaprzyjaźnionych instytucji, które chętnie włączają się w działania na rzecz środowiska osób z niepełnosprawnością wzroku. W ramach projektu realizujemy cykl spotkań autorskich. Za nami spotkania ph. „Widzę dotykem i słuchem” w Lublinie i Zielonej Górze. Niebawem zawitamy do Katowic, Poznania, Warszawy, Krakowa, Opola i Wrocławia. Każdorazowo udział w nich bierze licznie zgromadzona publiczność oraz internauci. Transmisja oraz nagrania ze spotkań są ogólnodostępne w Internecie na profilu Facebook Fundacji. Gościem specjalnym spotkań jest Pan Marek Kalbarczyk – Przewodniczący Rady Fundatorów Fundacji Szansa dla Niewidomych. Pana Marka Kalbarczyka znamy jako prekursora tyfloinformatyki na polskim rynku, twórcę syntezy mowy polskiej, inicjatora procesu emancypacji środowiska niewidomych, wyróżnionego licznymi odznaczeniami o wysokiej randze, działacza społecznego i politycznego, doradcę władz, wreszcie jako publicystę



i pisarza. Tym razem występuje w roli autora, który ma na swoim koncie ponad 50 publikacji. Wśród nich znajdziemy poradniki tyflorehabilitacyjne, przewodniki krajoznawcze, beletrystykę. Podczas spotkań Pan Marek opowiada o tym, jak informatyk, matematyk, manager, założyciel firmy Altix i Fundacji Szansa dla Niewidomych rozpoczął swoją przygodę ze słowem pisanym, czym jest świat dotyku i dźwięku, jakie wydarzenia i historie kryją się za powstaniem najpopularniejszych pozycji literackich autora. Nie brakuje ciekawych anegdot, wspomnień czy opowieści o postaciach i wydarzeniach związanych z autorem i jego książkami, a także wspólnych zdjęć z czytelnikami, serdecznych uścisków dłoni, autografów, dedykacji i rozmów – o empatii oraz o życiu, w którym nie brakuje obrazów, kiedy widzi się dotykem i słuchem.

Nieodłącznym elementem wydarzeń w każdym z ośmiu miast jest stoisko wystawiennicze z książkami w czarnodruku, wersji brajlowskiej i audio. Ponadto w ramach projektu przygotowaliśmy ciekawe tyflografiki, które cieszą się dużym zainteresowaniem wśród widzających,



“ W ramach projektu realizujemy cykl spotkań autorskich. Za nami spotkania ph. „Widzę dotykiem i słuchem” w Lublinie i Zielonej Górze. Niebawem zawitamy do Katowic, Poznania, Warszawy, Krakowa, Opola i Wrocławia. Spotkania są transmitowane w Internecie na profilu Facebook.

niewidomych i słabowidzących uczestników. Jesteśmy dumni, że nasze spotkania gromadzą tak szerokie i zróżnicowane grono odbiorców – od uczniów i młodzieży po seniorów. Niektórzy z nich doskonale znają osobę i twórczość Pana Marka Kalbarczyka, dla innych możliwość uczestnictwa w spotkaniu jest doskonałą okazją, dzięki której mogą bliżej poznać autora i jego publikacje.

Fundacja Szansa dla Niewidomych już od blisko 30 lat podejmuje liczne działania na rzecz dostępności literatury dla osób niewidomych. Wydaliśmy wiele pozycji książkowych w brajlu i audio. Cieszymy się, że po raz kolejny mamy możliwość spotkać się z Wami, aktywnie promować czytelnictwo i czynny udział w przedsięwzięciach o charakterze kulturalnym. Zachęcamy do sięgania po wartościowe i ambitne publikacje, które rozwijają, wzbogacają wiedzę, zmuszają do refleksji, odkrywają nowe perspektywy, opowiadają o tym co znajome lub dotąd nieznanne. Celem kampanii jest wspieranie rozwoju i upowszechnianie czytelnictwa oraz niwelowanie barier informacyjno-komunikacyjnych poprzez promowanie publikacji w brajlu i wersji audio, które stały się punktem wyjścia do organizacji spotkań poruszających kwestie funkcjonowania osób niewidomych i słabowidzących w naszym społeczeństwie, potrzebę podejmowania inicjatyw na rzecz pełnego uczestnictwa osób z niepełnosprawnością w życiu społecznym. Spotkania autorskie wpisują się w ideę bycia razem, akcentowanie aktywnej postawy wśród osób niepełnosprawnych, a także podkreślanie roli odpowiedniego zrehabilitowania. Bardzo ważną funkcją organizowanych spotkań jest integracja środowiska osób z dysfunkcją wzroku i pełnosprawnych w atmosferze tolerancji, empatii i wzajemnego szacunku.

Naszym marzeniem jest, aby każda osoba niewidoma i słabowidząca mogła swobodnie korzystać z dostępnych na rynku książek w sposób dla siebie optymalny – czytając w brajlu czy odsłuchując wersje audio. Jesteśmy przekonani, że dzięki takim projektom, aktywnemu promowaniu włączającej roli czytelnictwa, nie tylko

zwrócimy uwagę społeczeństwa na potrzeby osób niewidomych, ale także wykonamy kolejny krok w drodze do niwelowania skutków niepełnosprawności wzroku i budowania świata otwartego dla niewidomych, pełnego empatii, w którym nie ma miejsca na wykluczenie społeczne i dyskryminację.

Harmonogram spotkań:

- Katowice 18.08.
- Poznań 1.09.
- Warszawa 11.09.
- Kraków 5.10.
- Opole 6.10
- Wrocław 7.10

Zapraszamy do śledzenia transmisji:
<https://pl-pl.facebook.com/Szansa>

Poniżej prezentujemy i rekomendujemy trzy książki autorstwa Pana Marka Kalbarczyka, które mogą Państwo znaleźć w ofercie Wydawnictwa Trzecie Oko. Serdecznie zachęcamy do zapoznania się z publikacjami i życzymy miłych wrażeń czytelnicznych.

„Ich trzecie oko” Marek Kalbarczyk

Przedmowa: Krzysztof Skowroński

„Ich trzecie oko” to opowieść o ludziach, którzy nie widzieli od urodzenia, albo w wyniku pechowych zdarzeń stopniowo lub nagle tracili wzrok. Autor opowiada o ich losach na tle wydarzeń historycznych drugiej połowy XX wieku. Jak wtedy radzili sobie niepełnosprawni, niewidomi i słabowidzący? Szalała „komuna”, panoszyły się służby, na półkach sklepowych pustki, powszechny brak pieniędzy, a jednak trzeba było żyć i robić coś wartościowego. Mimo trudności Polacy poradzili sobie, przetrwali, a nawet osiągnęli sukcesy – również niewidomi!

Książka nie jest stricte biograficzna, ale bohaterowie przypominają przyjaciół autora. Jeden z nich to jakby on sam. Tak się złożyło, że autor opowiada o wybitnych niewidomych – zapewne dlatego, że właśnie takich znał i takimi się otaczał.

Marek Kalbarczyk jest optymistą i wszystko widzi w barwach różowych, często nawet przesadnie.



Widzę dotykem i słuchem



„Widzę dotykem i słuchem” – kampania promująca czytelnictwo niewidomych

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



Ministerstwo
Kultury
 Dziedzictwa
 Narodowego
 i Sportu



W swoich książkach stara się więc udowodnić, że niepełnosprawność nie dyskwalifikuje, a jedynie przeszkadza. Bohaterowie książki osiągają sukcesy dzięki swoim zdolnościom, pracowitości, a także tytułowemu trzeciemu oku. Mało kto o nim wie i myśli, a każdy je ma. Czym ono jest? Autor nawiązuje do metafizycznej koncepcji „trzeciego oka”, według której istnieje specjalny zmysł odczuwający „rzeczy”, których nie da się zobaczyć. O ile każda religia czy filozofia definiuje, a nawet posiada dla trzeciego oka właściwą sobie nomenklaturę, wszyscy świadomie lub nieświadomie, w stopniu większym lub mniejszym, korzystają z tego dobrodziejstwa i wiedzą o rzeczywistości więcej niż potrafią odebrać innymi zmysłami. W ten sposób wyczuwa się zagrożenia albo przewiduje sukcesy, a ludzie niewidomi wyczuwają na swojej drodze przeszkody, które dzięki temu mogą ominąć – zarówno fizyczne,

jak i psychiczne. Wyznawcy religii Wschodu identyfikują trzecie oko z pojęciem ćakry (czakry) o nazwie Adźña, bramą prowadzącą do innych rzeczywistości i przestrzeni wyższej świadomości, a wyznawcy New Age ze stanem oświecenia, obrazem stanu umysłu o poważnym duchowym i parapsychologicznym znaczeniu.

Tymczasem niewidomi – nie mogąc widzieć normalnie – wszystko, co słyszą lub dotykają, zamieniają na wyobrażenia ułatwiające orientację w przestrzeni oraz dowiadywanie się przede wszystkim o świecie materialnym, ale i również o niematerialnym.

Fragmenty wybranych recenzji:

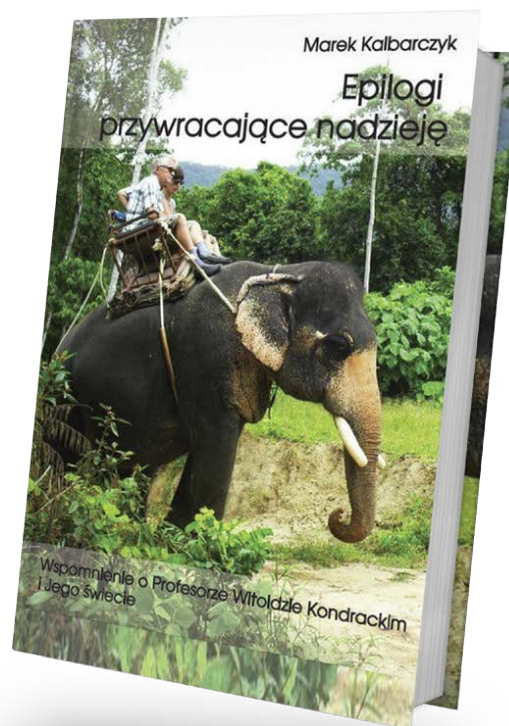
Całkowicie zmieniła moje podejście do niepełnosprawności.

Bardzo ciekawie opisane aspekty historyczne, które nie stanowią całości, a jedynie tło wzbogacające powieść.

Książka jest ewenementem w kwestii opisu świata przedstawionego. Mimo, że autor opisuje świat również z punktu widzenia osób widzących, da się zauważyć skupienie na doznaniach przede wszystkim dźwiękowych, smakowych i dotykowych, co niezawodnie wskazuje na osobę niewidomą.

„Obrazy, które gdzieś hen uciekły” Marek Kalbarczyk

To zbiór felietonów napisanych pierwotnie dla miesięcznika „Filantrop naszych czasów” zredagowanych teraz w formie interesującej książki. Jak się mają niewidomi spieszący do pracy, gdy na dworze sążnista ulewa, wręcz oberwanie chmury, a pod stopami wielkie kałuże? A jak czują się, gdy panuje mróz, poślizgną się na lodzie i w wyniku upadku zgubią czapkę? Jak ją znaleźć? Autor dzieli się uwagami jak to jest nie widzieć oraz zastanawia się, czy to tylko nieszczęście? Może to także bardzo specjalne wyróżnienie, dzięki któremu życie staje się bardziej wartościowe i ciekawsze? Gdy tak postrzega się to specyficzne doświadczenie, można swoje felietony tytułować przewrotnie i wręcz dowcipnie: „Ślepy los na wesoło”!



Fragmenty wybranych recenzji:

Taka książka powinna być szkolną lekturą, bo jak inaczej młodzież może się dowiedzieć, co to znaczy nie widzieć. Na dodatek jeśli ktoś coś o tym wie, to najczęściej jedynie o kłopotach i ubóstwie, a tutaj dowiadujemy się również o sukcesach i potrzebnym, optymistycznym podejściu.

Ciekawa książka. Nie przypuszczałam, że niewidomi umieją się śmiać z samych siebie i ze swojej „przypadłości”. Jestem pozytywnie zaskoczona!

Bardzo ciekawy zbiór felietonów. Zdecydowanie lektura dla każdej osoby wrażliwej i ciekawej świata.

Polecam każdemu, kogo choć trochę obchodzi los mniejszości!

„Epilogi przywracające nadzieję” Marek Kalbarczyk

Przedmowa: Piotr Witt

To wspomnienie o niewidomym matematyko-fizyku, podróżniku, pisarzu i genialnym intelektualistcie, profesorze Witoldzie Kondrackim. W opracowaniu tekstu mieli udział członkowie rodziny profesora, jego przyjaciele i współpracownicy. Czytelnicy mają okazję poznać wyjątkowe przeżycia wybitnego naukowca, który mimo swej niepełnosprawności osiągnął tak wiele. Jego historia pokazuje, że niepełnosprawność nie dyskwalifikuje w realizacji planów i marzeń. Zamiast martwić się tym, co się utraciło, można wyjechać do Indii, by tam szukać sensu życia, wsiąść na wielkiego słonia i oglądać świat oczami wyobraźni, albo pojechać do Korei i wśród gór uciekać przed goniącym wężem.

Można tak dobrze poznać dalekie kraje, by stać się wytrawnym podróżnikiem i bodaj jedynym na świecie niewidomym organizatorem wypraw na Wschód.

Autor przypomina wieloletni dialog ze śp. profesorem, w którym każdy starał się przekonać drugiego do idei, w które wierzył – chrześcijaństwo czy hinduizm? Przedwczesna śmierć naukowca przeszkodziła im obu w dojściu do jakiejś ostatecznej konkluzji – zostały tylko wspomnienia po wielu spotkaniach i przeżywanych przygodach o wspólnym mianowniku – wszystkie były niezwykle.

Audiobooki są niezwykle lubiane przez osoby niewidome i słabowidzące, ale także pełnosprawnych czytelników, którzy coraz częściej sięgają po wersje audio ulubionych publikacji książkowych. Dla miłośników audiobooków przedstawiamy trzy propozycje. Zaproponowane przez nas książki Pana Marka Kalbarczyka poruszają w sposób niezwykle ciekawy zagadnienia dotyczące codziennego funkcjonowania osób niewidomych. Są napisane w przystępny i interesujący sposób, stanowią cenne źródło porad oraz motywują do pełnego korzystania z możliwości jakie otwierają się przed osobami niewidomymi, które dzięki odpowiedniej rehabilitacji, mogą pełnić wszystkie role społeczne, odnosić sukcesy w życiu zawodowym i rodzinnym. Publikacje są skierowane do osób pełnosprawnych pragnących poznać bliżej świat dotyku i dźwięku.

„Dotrzeć do celu – czy niewidomy może zostać prezydentem” Marek Kalbarczyk, Monika Jurczykowska

Właśnie – czy może? Główny autor książki jest niewidomym informatykiem, matematykiem, menadżerem i doradcą rehabilitacyjnym. Od takich ludzi inni niewidomi oczekują odpowiedzi – jakie jest ich miejsce wśród osób pełnosprawnych, do czego mogą dojść.

Ten poradnik może być doskonałą pomocą w procesie rehabilitacji niewidomych i nowo ociemniałych. Czy osoba ociemniała po przejściu

procesu rehabilitacji może powrócić do "normalnego życia"? Czy życie bez wzroku będzie na tyle "normalne", by z sukcesem ubiegać się o fotel prezydencki?

„16 kolorów w talii” Marek Kalbarczyk

To opowieść o „odcieniach” nowoczesnej rehabilitacji rozumianej jako usprawnianie osób, które nie widzą, albo widzą bardzo niewiele, a więc procesu stałego powiększania osobistych możliwości z wykorzystaniem najnowszych metod i rozwiązań niwelujących skutki niepełnosprawności wzroku. Poradnik ukazuje rzeczywistość, jakiej do tej pory nie znali czytelnicy. Dzięki tej książce otworzą się przed Wami nieznane dotąd perspektywy – jak zapominać o swojej ułomności i osiągać sukcesy? Autor – Marek Kalbarczyk, osoba niewidoma, zaprasza w niezwykłą

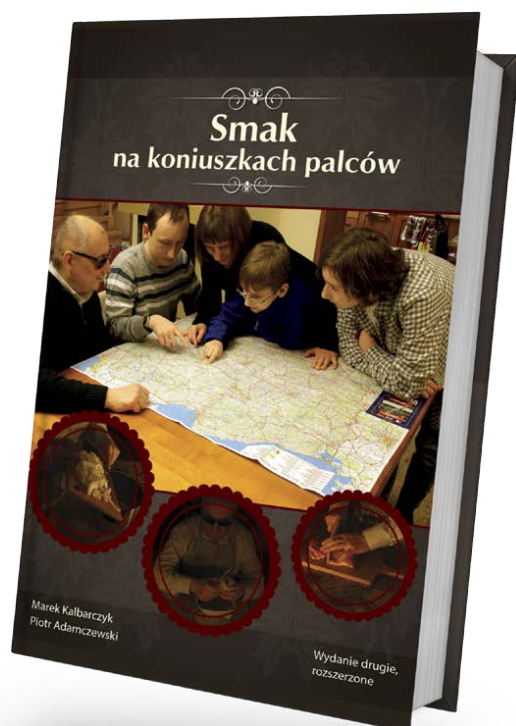




podróż przez 16 barw, którymi opisuje nowoczesny świat, jako coraz lepsze miejsce dla osób niewidomych i słabowidzących.

„Smak na koniuszkach palców” Marek Kalbarczyk, Piotr Adamczewski

Sobota, czas przyjacielskich spotkań; kilka osób ma przyjść na miłą kolację. Kiedy rodzina zabiera się do przygotowania głównych dań, wyłączają prąd i robi się ciemno. Jak przygotować zaplanowane potrawy: sałatki i inne przekąski, zupę, pieczone, drób i ryby? Można zapalić świeczkę, latarkę w komórce, ale czy to wystarczy? Niewidomy gospodarz okazuje się bardzo pomocny – nie musi patrzeć, a mimo to wie gdzie co leży i jak sobie poradzić – gdzie nożyk do obierania ziemniaków, sosjerka, solniczka, łyżki i widelce... Jak obrać jabłko, a jak oddzielić białko surowego jajka od żółtka?



„Smak na koniuszkach palców” to także przewodnik po okolicach Warszawy, ciekawie opisujący tutejsze zabytki, krajobrazy, historię i kulturę Mazowsza. To również informator restauracyjny, poradnik kulinarny i książka kucharska.

Publikacja pokazuje, że niewidomi mogą radzić sobie w kuchni prawie tak dobrze jak widzący. Zawiera 53 interesujące przepisy i procedury, jak bezwzrokowo wykonać przeróżne kuchenne czynności.



Wymienione pozycje książkowe edukują, inspirują oraz w wyjątkowy sposób prezentują świat osób niewidomych. Jesteśmy przekonani, że nasz projekt zwróci uwagę na potrzeby osób z niepełnosprawnością wzroku oraz przyczyni się do szerzenia społecznej empatii.

Projekt pn. „Widzę dotykem i słuchem” – kampania promująca czytelnictwo niewidomych współfinansowany jest ze środków Ministra Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu pochodzących z Funduszu Promocji Kultury.



**Ministerstwo
Kultury
Dziedzictwa
Narodowego
i Sportu.**

Zaproszenie

Szanowni Państwo,

Fundacja Szansa dla Niewidomych już od 30 lat aktywnie działa na rzecz osób niewidomych, słabowidzących oraz ich otoczenia. W tym roku pragniemy zainaugurować obchody jubileuszowe oraz zaprosić do wspólnego świętowania. Jesteśmy Organizatorem corocznej konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND. To wyjątkowe wydarzenie o charakterze otwartym odbędzie się 31 sierpnia br. o godzinie 10:00 w Sali Wielkiej w Centrum Kultury Zamek w Poznaniu oraz 1 września br. o godzinie 12:00 w auli Wyższej Szkoły Bankowej w Poznaniu przy ulicy Ratajczaka 5.

Pierwszy dzień Konferencji będzie składał się z wystąpień gości specjalnych, uroczystej gali wręczenia nagród w Konkursie IDOL 2021 oraz części merytorycznej podczas której poruszymy tematy z zakresu innowacji w dziedzinie niwelowania skutków niepełnosprawności wzroku, dostępności obiektów użyteczności publicznej, kultury i sztuki, edukacji, a także tyflorehabiliacji. Zapraszamy na projekcję filmu z audiodeskrypcją w Kinie Pałacowym.

Drugi dzień konferencji o charakterze integracyjnym będzie składał się z paneli dyskusyjnych dotyczących m.in. dostępności, sportu oraz czytelnictwa. Udział w nich wezmą znakomici eksperci i praktycy, wybitni niepełnosprawni sportowcy, przedstawiciele świata kultury. Nie zabraknie licznych wystaw, pokazów i prezentacji. Odbędzie się również spotkanie autorskie ph. *Widzę Dotykami i Słuchem* z Przewodniczącym Rady Fundatorów Fundacji Szansa dla Niewidomych – Panem Markiem Kalbarczykiem.

Celem naszej Konferencji jest zmiana postaw społecznych wobec osób z niepełnosprawnościami, promocja aktywności i sukcesów osób niewidomych i słabowidzących oraz integracja środowiska osób z niepełnosprawnościami i osób pełnosprawnych.

Spotkanie jest realizowane w ramach XIX edycji Międzynarodowej Konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND Światowe Spotkanie Niewidomych, Słabowidzących i Ich Bliskich. To wielowątkowa Konferencja, podczas której zamyślamy solidarność z naszymi podopiecznymi, pomysły na zmienianie postrzegania niepełnosprawności i jej konsekwencji, idee jak urządzić świat by zrealizować niedościgniony cel prawdziwego wyrównania życiowych szans ludzi nadal w znacznym stopniu wykluczonych.

Serdecznie zachęcamy do udziału w Konferencji.

Prosimy o potwierdzenie przybycia. Zapraszamy do kontaktu pod numerem 695 966 542 lub adresem e-mail:

poznan@szansadlaniewidomych.org

Z wyrazami szacunku,
Zespół Fundacji Szansa dla Niewidomych
w Poznaniu

Biuro Regionalne: ul. Lindego 6, pok. 3,
60-573 Poznań
tel. 61 646 51 11,
tel. kom. 695 966 542
poznan@szansadlaniewidomych.org

Sierpień

*Lato sierpniem dojrzewające,
zapach piołunu,
kropla kapiąca sennie
o dębu liść.*

*I twoje oczy
ciemne jak strach,
o świecie wyobraźni
dziwną snują baśń.
Zamykam oczy,
słucham zaklęcia
mantra, mantra, mantra.*

*Sypią się
na otwartą dłoń
maliny, maliny, maliny.*

Elżbieta Gutowska-Skowron



REHA FOR THE BLIND IN POLAND 2021

Światowe Spotkanie Niewidomych, Słabowidzących i ich Bliskich
(10-13.09.2021)

pod honorowym patronatem Małżonki Prezydenta Agaty Kornhauser-Dudy

„Dostępność na serio”

Zaproszenie. Fundacja Szansa dla Niewidomych powstała 10 stycznia 1992 roku i ma już niemal 30 lat! Serdecznie zapraszamy na inaugurację obchodów związanych z tą rocznicą. Odbędzie się ona przy okazji światowego spotkania w Centrum Nauki Kopernik i Pałacu Kultury i Nauki w Warszawie.

30 lat naszej Fundacji to wielka historia i wybitna działalność wielu wspaniałych ludzi:

- » 17 biur doradczych w Polsce
- » działalność w kilku krajach Europy Środkowej
- » 50 pracowników i setki wolontariuszy
- » wiele odznaczeń i wyróżnień
- » tysiące niewidomych i słabowidzących, którzy dzięki Fundacji odnaleźli sens życia
- » uznanie i szacunek ze strony organizacji NGO na całym świecie.

Tegoroczna REHA będzie wyjątkowa pod każdym względem. Przygotowaliśmy dla Państwa mnóstwo atrakcji:

- » czterodniowe spotkanie niewidomych, słabowidzących i naszych bliskich, na które właśnie zapraszamy,
- » 16 spotkań i konferencji w stolicach wszystkich województw,
- » profesjonalna internetowa transmisja najważniejszych konferencyjnych wydarzeń,
- » regionalny, krajowy i światowy konkurs IDOL,
- » celebrowanie rocznicowa i sesja merytoryczna, którą poprowadzi Maciej Iwański z TVP Sport,
- » uroczysta Gala „Jesteśmy razem” z udziałem Viki Gabor i Andrzeja Piasecznego,
- » 36 wykładów, paneli dyskusyjnych i warsztatów w 6 atrakcyjnych blokach tematycznych,
- » wystawa rozwiązań technicznych i działalności na rzecz nowoczesnej rehabilitacji

- » pokaz ph.: „Świat dotyku i dźwięku”,
- » turniej szachowy z udziałem m.in. arcymistrzów i niewidomych szachistów,
- » turniej w układaniu kostki Rubika (m.in. bezwzrokowo),
- » wizyty w muzeach, teatrach, zabytkach, obiektach użyteczności publicznej,
- » Msza Św. w intencji niewidomych i zwiedzanie Sanktuarium św. Maksymiliana Kolbe w Niepokalanowie,
- » koncert Chopinowski w Żelazowej Woli na żywo,
- » manifestacja „My widzimy Was, a Wy – czy widzicie nas?”,
- » fascynujące spotkania z przyjaciółmi z całego świata.

Dzięki Internetowi i tłumaczeniu konferencyjnych wydarzeń na 13 najważniejszych języków świata ugościmy internautów z kraju i zagranicy. Zaprezentujemy nasz kraj i osiągnięcia naszych rodaków. Wielokrotnie przekonywaliśmy się, że właśnie tutaj niewidomym żyje się znacznie lepiej niż gdzie indziej.

Zapraszamy na spotkanie dotyczące świata dotyku i dźwięku, który musi być otwarty i dostępny również dla nas – niewidomych, słabowidzących i naszych bliskich!

Skontaktuj się z regionalnym biurem Fundacji i zarejestruj się poprzez formularz zgłoszeniowy zamieszczony na

reha.szansadlaniewidomych.org

