Jak mówić do niewidomych

„Księżniczki" i „gbury"

Kultura na śmietniku

help
jesteśmy razem

nr **83** sierpień 2022 **ISSN 2083-2788**

DOSTĘPNOŚĆ
CZY TO TYLKO HASŁO?

„Świat się zmienia, a wraz z nim postrzeganie osób z niepełnosprawnościami."
Radosław Nowicki

help
jesteśmy razem

MIESIĘCZNIK O ŚWIECIE DOTYKU I DŹWIĘKU

Fundacja Szansa dla Niewidomych
Chlubna 88
03-051 Warszawa
+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

Nr konta bankowego:

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

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

Ministerstwo Kultury i Dziedzictwa Narodowego

WYDAWCA

SZANSA CHANCE
Fundacja Szansa dla Niewidomych
Chance for the Blind Foundation

WYDAWNICTWO TRZECIE OKO

https://www.facebook.com/WydawnictwoTrzecieOko/

https://www.facebook.com/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 wysyłać 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 mówiące, brajlowskie szachy e-Pawns, stworzone przez Marka Kalbarczyka i wyprodukowane przez firmę Altix sp. z o.o.

Spis treści

OD REDAKCJI

Helpowe refleksje ____ 4

AKTUALNOŚCI I WYDARZENIA ____ 8

Zaproszenie na REHA 2022 i program Konferencji ____ 10

Moje wrażenia z konferencji regionalnej REHA w Gdańsku ____ 17

CO WIECIE O ŚWIECIE?

Wyrwani z codzienności ____ 19

TYFLOSFERA

Jak mówić do niewidomych ____ 21

ŚWIAT MAGNIGRAFIKI

Pięćdziesiątka po turecku ____ 24

„Księżniczki" i „gbury" ____ 27

NA MOJE OKO

Jak rtęć zamieniła się w złoto ____ 29

Oblany egzamin z człowieczeństwa ____ 31

18 lat minęło… ____ 33

JESTEM...

Michał Lańda: Gdybym nie został przewodnikiem… ____ 36

Moje doświadczenia związane z nauczaniem projektowania uniwersalnego ____ 40

Moja przygoda ze szkoleniami i kursami zawodowymi ____ 47

KULTURA DLA WSZYSTKICH

Kultura na śmietniku ____ 50

Rzym ____ 52

Fenomen Narodowych Sił Zbrojnych ____ 57

Przed burzą ____ 59

Helpowe refleksje

Czy nasze otoczenie staje się bardziej dostępne?

Marek Kalbarczyk

Nieco ponad 40 lat temu stałem na chodniku przy ulicy Marymonckiej w Warszawie chcąc przejść na jej drugą stronę, gdzie był i zapewne jest przystanek tramwajowy numer 15 do centrum, 17 na Wolę, 6 na Bródno. Ileż czasu tam „sterczałem"? Minuta, druga, trzecia!!! Mijały mnie kolejne osoby, które spieszyły się tak jak ja. Oni przebiegali przez ulicę, ja czekałem. Wymijali mnie udając, że mnie nie widzą, albo sądząc, że nic do mnie, a ja do nich nie mamy. Wreszcie ktoś miły się trafił i przeszedłem. Zanim jednak to się wydarzyło, miałem możliwość wysłuchania odgłosów dosyć sporej ilości obuwia. Uf, jakież tam szły pantofle! Im droższe i bardziej eleganckie, tym mijały mnie szybciej. W czym rzecz – myślałem? Może to przypadek, może przeciwnie? Może panie i panowie w najładniejszych bucikach bardziej się spieszą od tych, którzy żyją i wyglądają skromniej? A może przyczyna była znacznie głębsza i ci „lepsi" mieli większe obawy przed kontaktem ze stojącym obok niewidomym? Trudno mieć pewność, ale my (niewidomi, inni ludzie z poważniejszymi niepełnosprawnościami) mamy prawo sądzić, że tak było. Czy jest tak nadal?

Doczekałem zmiany politycznej w Europie Środkowej. W Polsce skończyła się epoka bezpośredniej zależności od Związku Radzieckiego, ówczesnej wersji państwowości Rosji. Co więcej, idiotyczny system polityczny, ekonomiczny i społeczny, wymyślony m.in. przez Karola Marksa, a wypaczony przez Włodzimierza Lenina i Józefa Stalina odszedł. Już nie musieliśmy być byle jacy, lecz zaczęliśmy wracać do siebie. Już mogliśmy budować państwo oparte na bazie naszej historii i kultury, na normalnych dla nas Polaków zasadach. W tych ramach jako osoby z niepełnosprawnością zaczęliśmy być traktowani indywidualnie. Przypomniano sobie, że każdy z nas jest inny i wymaga specyficznego podejścia do nas jako osób wymagających mądrego, specjalnie zaprojektowanego wsparcia. To ważne, byśmy mieli odpowiednie dla nas oprzyrządowanie niwelujące skutki niepełnosprawności wzroku i szkolenia w ich zastosowaniu. Wcześniej koniecznie mieliśmy być tacy sami – takie same prawa, jakbyśmy mieli identyczne możliwości i trudności. Mieliśmy też mieć jeden, zbawienny plan zatrudnieniowy – wszyscy do spółdzielni inwalidów. „Nie ma jak urawniłowka" właśnie tak określano stosunki społeczne kilkadziesiąt lat temu.

Zmienił się świat, zmienił się nasz kraj. Ze zmian zainicjowanych robotniczymi protestami zainicjowanymi już w roku 1956 w Poznaniu, a skutecznymi od roku 1980, skorzystali wszyscy Polacy, a także wiele sąsiadujących z nami narodów, my

skorzystaliśmy jakby albo przy okazji solidarnościowej rewolucji w dwójnasób. Wraz z przywróceniem obywatelom politycznej i ekonomicznej wolności, niewidomi i słabowidzący zaczęli formułować swoje wymagania i decydować w jaki sposób realizować swoje ambicje i cele. Jako społeczność zaczęliśmy uczęszczać do zwykłych szkół. Jesteśmy dopuszczani do studiowania na różnych uczelniach. Potrafimy znaleźć interesującą pracę i dysponować własnymi pieniędzmi. Możemy korzystać z dóbr kultury. Wielu z nas założyło rodzinę i działa społecznie. Jesteśmy aktywni – każdy na swój sposób. Przyjrzyjmy się temu postępowi – jak go oceniamy? Co się wydarzyło, a co czeka na zmianę? Powinniśmy sprawdzić to szczegółowo, tyle że nie ja i nie tutaj. W niniejszych refleksjach przedstawię to jedynie w ogólnych zarysach. Są przecież inni, specjalnie do tego celu powołani. Niech najlepiej jak się da projektują naszą rzeczywistość – warunki życia w Polsce, niech oceniają i poprawiają sytuację osób z niepełnosprawnością wzroku.

Nie wszystkich interesują historyczne odniesienia. Rozumiem to – trudno wracać do okresu PRL, kiedy ma się 20, 30, a nawet 40 lat, jednak lepiej wiedzieć jak było, ponieważ niestety może się powtórzyć coś, czego teraz sobie nie wyobrażamy i nie życzymy. Naszą cywilizację charakteryzuje między innymi to, że po okresach spokoju i rozwoju następują nieludzkie czasy. Dzięki odwadze milionów polskich robotników i inteligencji żyjemy w wolnym kraju. Przecież nie kilkadziesiąt lat temu, lecz dokładnie teraz, na naszych oczach, różne narody nadal żyją w całkowitym lub częściowym zniewoleniu. Wystarczy wspomnieć Koreę Północną lub Kubę. Zło czai się też obok nas. Wiedzą Państwo co przeżywają najbliżsi nam sąsiedzi – Ukraińcy. W tej sytuacji wypada mi wybaczyć te historyczne i polityczne odniesienia. Tak się składa, że sytuacja osób z niepełnosprawnościami zależy od ogólnej sytuacji politycznej i społecznej znacznie bardziej niż w przypadku innych obywateli. Wymagamy wsparcia, a ono jest możliwe wtedy, kiedy dookoła jest spokój. W trudnych czasach brakuje środków na pomoc. Z pustego i Salomon nie naleje.

Czy jesteśmy lepiej niż kiedyś wykształceni?

Poziom edukacji w Polsce nie jest tak dobry jak kiedyś. Maleją wymagania nauczycieli w stosunku do uczniów, rosną natomiast postawy roszczeniowe tych drugich. W tej sytuacji trudno wymagać i od niewidomych oraz słabowidzących. Gdyby jednak pominąć kwestii osłabiania się poziomu nauczania, nasze środowisko ma większe niż wcześniej możliwości. Nadal działają ośrodki specjalne, w których o nauczaniu niewidomych wie się najwięcej. A nie jest to łatwe. Czy wiedzą Państwo, jak uczyć niewidomego ucznia matematyki? A jak chemii, fizyki, geografii? W naszych specjalistycznych ośrodkach, które z niewiadomych powodów nazywane są formalnie specjalnymi, wiedzą. Większość uczniów trafia jednak do szkół zwykłych. Nie muszą wyjeżdżać z domu i mieszkać w internatach. Uczęszczają do szkół w najbliższym sąsiedztwie. To dobrze, że rozwija się idea włączania i integracji, jednak nie bez strat. Nauczyciele w tych szkołach zazwyczaj nie mają pojęcia o kształceniu niewidomych. Nieco lepiej z wiedzą o możliwościach uczniów słabowidzących. Tak czy inaczej, ja nie oddałbym teraz syna niewidomego czy niedowidzącego do szkoły, gdzie nikt nie wie jak zapisać w brajlu ułamek, równanie, albo jak przedstawić układ współrzędnych i wykres funkcji kwadratowej. Mogę sobie narzekać, jednak sam fakt

“ Możemy korzystać z dóbr kultury. Wielu z nas założyło rodzinę i działa społecznie. Jesteśmy aktywni – każdy na swój sposób. Przyjrzyjmy się temu postępowi – jak go oceniamy? Co się wydarzyło, a co czeka na zmianę?

aktywnego włączania w życie lokalnej społeczności pomaga i sytuacja naszych podopiecznych poprawia się.

Podobnie na uczelniach. Możemy studiować, szkoda tylko, że w wielu miejscach pozwala się nam na za wiele. Możemy umieć niewiele, a egzamin i tak zdamy – dla tzw. świętego spokoju wykładowców. To zgroza, tak samo okropna, jak realna. Mimo to, i w tym przypadku, mamy o wiele więcej korzyści niż kłopotów. Konkludując szkoły i uczelnie we właściwym zakresie stały się dostępne a czasem nawet przyjazne dla niewidomych i słabowidzących.

Jaką mamy pracę i czy zarabiamy jak inni?
Mamy wolny rynek, jak są na nim traktowani niewidomi? Otóż mamy możliwość wybierania pracy zgodnie ze swoim wykształceniem i zainteresowaniami. Nikt nie kieruje nas na siłę do spółdzielni inwalidów, lecz mamy prawo zgłosić się na interesujące nas interview i walczyć o miejsce pracy. Niestety jednak, w praktyce wygląda to nieco gorzej. Wielu pracodawców unika kontaktu z osobami niepełnosprawnymi. Jak się okazuje, pracodawcom i ich przedstawicielom odpowiadającym za HR brakuje wyobraźni, wiary, empatii. Zatrudnienie niewidomego pracownika wydaje się im trudne i nie chcą poświęcać na ten cel czasu.

Fundacja Szansa dla Niewidomych przeprowadziła sondaż, w którym potwierdziła się teza, że niewidomi i słabowidzący, a nawet osoby pełnosprawne pracujące dla nas, są wynagradzani znacznie gorzej niż inni. Dlaczego? Skąd się to bierze? Nie do końca wiadomo. Uzasadnienie, że chodzi o gorsze wykształcenie lub niższą efektywność w pracy należy włożyć między bajki, ponieważ w trakcie procesu zatrudniania te różnice jeszcze nie odgrywają żadnej roli. Z jednej więc strony rynek pracy jest dla nas dostępny, z drugiej jesteśmy dyskryminowani. Zjawisko to dotyczy także osób, które naprawdę są kompetentne i mogą dać pracodawcom wiele korzyści. W tej sytuacji nie pozostaje nic, jak apelować o większą wyobraźnię, zaufanie i empatię. Póki co, dużo pracy czeka chociażby naszą organizację.

Co z naszymi rodzinami?
Poruszam trudny temat. Co więcej, nie chciałbym poświęcać mu zbyt wiele miejsca. Jest tak złożony, że zasługuje oraz domaga się głębszej analizy i bardziej dociekliwego przedstawienia. Tutaj chciałbym więc jedynie zasygnalizować: dopóki będziemy mieli tak znaczącą liczbę małżeństw obojga niepełnosprawnych małżonków, nie będziemy mogli oceniać społeczeństwa jako otwarte, wyrozumiałe i empatyczne. Kiedy spotykam niewidomego męża obok niewidomej żony, jestem pełen uznania dla ich dzielności oraz przykrych osądów dotyczących wszystkich pozostałych. Podobnie z wszelkimi przejawami izolacji. Żyjemy w czasach Dostępności Plus, a ona wymaga. Sytuacja poprawia się wyraźnie, ale i tak miliony naszych rodaków wolą żyć bez kontaktu z niepełnosprawnością. Na szczęście procent obywateli, którzy już są otwarci, względnie właśnie teraz się otwierają, wyraźnie rośnie. Oby tak dalej.

Jak jesteśmy postrzegani w naszym otoczeniu – sąsiedzi, współpracownicy, grono przyjaciół

Mimo wielkich zmian bywa różnie. Najlepszą receptą dla nas jest być kompetentnym, dobrze poinformowanym, aktywnym i pogodzonym z losem. Powinniśmy dawać innym przykład, że mimo niepełnosprawności radzimy sobie. Jeśli my, powinni również inni. Aby jednak przykład naszej dzielności działał, niezbędna jest otwartość.

Obecność w mediach

Mimo ogromnych zmian i postępu w dziedzinie otwartości dla środowisk osób z niepełnosprawnościami, w mediach brakuje naszych przedstawicieli. Nadal pokutuje przekonanie, że nasze problemy, sukcesy i trudności nie są interesujące dla widzów i słuchaczy. Kiedy jednak spotykam się z uczestnikami moich spotkań, docierają do mnie odmienne opinie. Świat, w którym żyjemy, a więc świat dotyku i dźwięku, odwołuje się do zmysłów innych niż wzrok i dotyczy wszystkich. Nie rozumiemy więc, dlaczego mówiące czy dotykowe rozwiązania miałyby być nieciekawe. Media jednak w dużym stopniu nie ustępują. Mimo znaczącej poprawy i wielu wspaniałych inicjatyw, zbyt dużo przedsięwzięć artystycznych omija niepełnosprawność. Nie wystarczy samo deskrybowanie filmów, spektakli teatralnych, częściowe udostępnianie muzeów i zabytków. Nadal nie możemy oglądać ogromnej większości eksponatów przedstawianych dobrze widzącym zwiedzającym.

Dostęp do informacji

W tej kwestii postęp jest chyba największy. Możemy korzystać z udźwiękowienia, ubrajlowienia i korekcji obrazów. To ostatnie zwykłem nazywać magnigrafiką, choć określenie to napotyka na pewien, nieuzasadniony sceptycyzm. Dzięki programowi Dostępność Plus coraz więcej informacji staje się dostępnych, ale to nie wszystko. Niewidomi chcą wiedzieć jak wygląda świat – najbliższe otoczenie, krajobraz, ludzie, z którymi się spotykamy. Mimo postępu wiele urządzeń komunikujących się z widzącymi użytkownikami za pomocą ekranów i prostych wyświetlaczy nie potrafi mówić. Nadal nie wiem jaką informację wyświetla mój telewizor albo radio.

“ Podobnie na uczelniach. Możemy studiować, szkoda tylko, że w wielu miejscach pozwala się nam na za wiele. Możemy umieć niewiele, a egzamin i tak zdamy – dla tzw. świętego spokoju wykładowców. To zgroza, tak samo okropna, jak realna. Mimo to, i w tym przypadku, mamy o wiele więcej korzyści niż kłopotów. Konkludując szkoły i uczelnie we właściwym zakresie stały się dostępne a czasem nawet przyjazne dla niewidomych i słabowidzących.

Wreszcie dostępność otoczenia – architektura

Jako działacz Fundacji Szansa dla Niewidomych wiem o rozwiązaniach niwelujących skutki braku wzroku. Są dostępne na rynku rzeczy, o których jeszcze niedawno nam się nie śniło, jednak mimo ich zaprojektowania i wyprodukowania, dookoła jest ich stosunkowo niewiele. Cieszymy się, kiedy spotykamy kolejną ścieżkę naprowadzającą, beacon, który wysyła w przestrzeń sygnał radiowy z informacją o obiekcie, na którym jest zamontowany, ale to tylko kropla w morzu potrzeb. Sądzę, że w promieniu 5 kilometrów ode mnie nie ma ani jednego rozwiązania dedykowanego ułatwieniu poruszania się osobom niewidzącym. Czekamy na kolejny etap udostępniania i proszę o aktywne domaganie się postępu w tej dziedzinie zarówno od władz państwowych i samorządowych, jak i całego społeczeństwa.

Kolagenowy implant ze skóry świni może przywrócić wzrok

Portal *lubon.tv* informuje za czasopismem Nature Biotechnology, że pionierskie operacje wszczepienia implantu rogówki wykonanego z białka kolagenowego pobranego ze skóry świni sprawiły, że osoby niewidome w wyniku uszkodzenia tej części oka odzyskały wzrok. Białko ze skóry świni przypomina ludzką rogówkę. Problem z jej przeszczepami polega na tym, że jak dotąd rogówki pobierano od zmarłych dawców. Uszkodzone lub chore powodują ślepotę u ponad 12 milionów ludzi na świecie, a tylko jedna na 70 osób potrzebujących przeszczepu może go otrzymać.

Według naukowców implanty z białka ze skóry świni mogą być produkowane na skalę masową i można je przechowywać przez dwa lata, podczas gdy rogówka od dawcy ludzkiego powinna być wszczepiona biorcy w ciągu dwóch tygodni. Implanty z białka kolagenowego świni będą bezcenne m.in. w biedniejszych krajach, gdzie przeszczepy rogówki ludzkiej są szczególnie rzadkie.

Do pionierskich operacji zespół szwedzkich naukowców i lekarzy wytypował czternaście osób niewidomych i sześć osób niedowidzących z Indii i Iranu. Uczestnicy cierpieli na chorobę stożka rogówki, w przypadku której rogówka staje się tak cienka, że w końcu prowadzi to do ślepoty. W wyniku operacji wszyscy z czternastu niewidomych pacjentów odzyskali wzrok, zaś pacjenci słabowidzący znów widzieli tak dobrze jak przed chorobą.

Dodatkowym atutem przeszczepów świńskich implantów rogówki jest mała skłonność do ich odrzucania, wystarcza 8-tygodniowy cykl przyjmowania kropli do oczu zapobiegających odrzuceniu, ponadto tkanka szybko się goi. W przypadku konwencjonalnych przeszczepów rogówki od ludzkiego dawcy lek należy przyjmować przez kilka lat.

Jak wyekstrahowano białko ze skóry świni? Zespół naukowców wyodrębnił cząsteczki kolagenu, które następnie zostały dokładnie oczyszczone i spreparowane w laboratoryjnych warunkach. Po stworzeniu implantu, luźne cząsteczki kolagenu zostały tak ustabilizowane, by powstał przezroczysty i wytrzymały materiał, który nie ulegałby uszkodzeniu podczas manipulacji i implantacji w oku.

Nowatorską metodę czekają teraz testy kliniczne na większej próbie pacjentów, by można ją było stosować w szpitalach na masową skalę. Warto wspomnieć, że zanim wszczepiono implanty ludziom, metoda była z powodzeniem testowana na świniach. Pod względem podobieństw to właśnie DNA świń, a także wielkość ich organów są najbardziej zbliżone do organizmu człowieka. DNA świni jest zgodne z ludzkim w 94 procentach. Jedynie genom szympansów jest bardziej zbliżony do ludzkiego.

Czy państwo dopłaci do zakupów samochodów dla osób z niepełnosprawnościami?

Dofinansowanie do samochodów dla osób niepełnosprawnych to temat, który ciągnie się już od lat, a nadal w tej kwestii nie wypracowano

żadnych konkretów. Jednak jest kilka znaków, które wskazują na to, że jest szansa na przełamanie tego impasu – czytamy na portalu *auto.dziennik.pl*.

Minister Paweł Wdówik, pełnomocnik rządu ds. osób niepełnosprawnych, potwierdził że trwają prace resortu z udziałem PFRON-u nad głównymi założeniami projektu o nazwie „Program samochodowy". Projekt powstał w wyniku tegorocznej, czerwcowej interpelacji grupy posłów, a jego celem jest wypracowanie rozwiązania pozwalającego na uzyskanie państwowego dofinansowania do zakupu pojazdu przez osoby z niepełnosprawnością ruchową. W interpelacji czytamy m.in. –„(…) *przyznanie bezzwrotnej dotacji na zakup własnego środka lokomocji stanowi ogromną zachętę dla osób niepełnosprawnych do podejmowania aktywności zawodowej, jak i społecznej, zamiast biernego egzystowania wyłącznie w charakterze odbiorcy świadczeń socjalnych, który to wizerunek utrwala w świadomości społeczeństwa, w tym potencjalnych pracodawców, model segregacyjny oparty na wykluczeniu osób niepełnosprawnych z codziennego, aktywnego życia".*

Praca dla osób z niepełnosprawnościami

Jednym z głównych funduszy UE jest Europejski Fundusz Społeczny (EFS). W jego ramach kraje członkowskie otrzymują wsparcie finansowe na rozwój społeczno-gospodarczy. Właśnie m.in. z EFS przeznaczono 170 mln zł na Program Operacyjny Wiedza Edukacja Rozwój. Program ma na celu aktywizację zawodową i społeczną osób z niepełnosprawnościami i osób biernych zawodowo z powodu choroby – pisze dr Kinga Piwowarska na portalu *kadry.infor.pl*. Warto zapoznać się z programem i sprawdzić, kto może skorzystać z jego rozwiązań.

W celu aktywizacji osób z niepełnosprawnościami Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej rozpisało konkurs, w którym chodziło o zwiększenie miejsc pracy dla osób z niepełnosprawnościami i o podwyższenie jakości ich pracy. O środki finansowe aplikować mogły organizacje pozarządowe, statutowo zajmujące się osobami z niepełnosprawnościami i agencje pracy pośredniczące w zatrudnianiu tych osób. Konkurs został rozstrzygnięty i w jego wyniku zawarto 54 umowy o dofinansowanie różnych projektów zakładających wsparcie osób z niepełnosprawnościami i osób biernych zawodowo z powodu choroby. W efekcie można będzie zatrudnić lub wspomóc karierę zawodową około 10 tysięcy osób. Główne cele projektów to zachęcanie do podjęcia pracy lub do utrzymania zatrudnienia, m.in. poprzez indywidualne porady eksperckie, wspierające uzupełnianie kwalifikacji i kompetencji, co ma prowadzić do awansu zawodowego lub do zmiany pracy na lepszą.

Z programu mogą skorzystać wyłącznie osoby powyżej 18 roku życia z niepełnosprawnościami, pracujące lub niepracujące, a także bierne zawodowo z powodu choroby. Obecnie prowadzony jest nabór do programu, a osoby ubiegające się o udział w nim są zobligowane do składania różnego rodzaju zaświadczeń i oświadczeń, m.in. z Powiatowego Urzędu Pracy, z ZUS o nieodprowadzaniu składek na ubezpieczenie społeczne lub zdrowotne. Osoby ubiegające się o udział w poszczególnych projektach powinny ponadto posiadać orzeczenie o stopniu niepełnosprawności, dokument poświadczający stan zdrowia wydany przez lekarza lub też dokument potwierdzający okres zwolnienia lekarskiego czy też zaświadczenie lekarskie potwierdzające okres choroby.

Program został rozpisany na różne projekty i będzie realizowany we wszystkich województwach. Warto sprawdzić w macierzystym województwie, co oferują konkretne projekty i wybrać optymalny dla siebie.

Zaproszenie na REHA 2022 i program Konferencji

Serdecznie zapraszamy na Wielkie Spotkanie Niewidomych, Słabowidzących i ich Bliskich, które odbędzie się w dniach 15-17 września 2022 r. W jego ramach, jak co roku, odbędzie się Konferencja REHA FOR THE BLIND IN POLAND i wiele wydarzeń jej towarzyszących. Poniżej zamieszczamy program tego spotkania. Pragniemy zwrócić szczególną uwagę na sesję merytoryczną i koncerty pod hasłem: „Jesteśmy razem", które będą miały miejsce 15 września w CNK, liczne panele dyskusyjne 16 września, także w CNK, mszę świętą w kościele św. Anny w intencji naszego środowiska oraz coroczną manifestację „My widzimy Was, a Wy - czy widzicie nas?", która odbędzie się 17 września na Placu Zamkowym. Wszystko to w Warszawie.

Nie koniec atrakcje: turniej szachowy z udziałem arcymistrzów, turniej w układaniu kostek Rubika z udziałem mistrzów Europy, rajd rowerowy z ośrodka dla niewidomych w Laskach do CNK, piknik rodzinny i wystawa technologiczna. One wszystkie uświetnią finał obchodów 30-lecia Fundacji Szansa dla Niewidomych.

Zapraszamy do Centrum Nauki Kopernik i Pałacu Kultury i Nauki zarówno Beneficjentów Fundacji, jak i mieszkańców Warszawy oraz wszystkich chętnych z kraju i z zagranicy. Zapraszamy do fascynującego świata dotyku i dźwięku dorosłych i dzieci (całe rodziny).

Światowe Spotkanie Niewidomych, Słabowidzących i Ich Bliskich

Świat dotyku, dźwięku i magnigrafiki

XX edycja Konferencji

pod hasłem:

Świat otwarty dla niewidomych – autentyczne niwelowanie skutków niepełnosprawności w dążeniu do wyrównywania życiowych szans

15-18.09.2022 r.

Centrum Nauki Kopernik

(Wybrzeże Kościuszkowskie 20 w Warszawie)

Pałac Kultury i Nauki (Plac Defilad 1 w Warszawie)

Patronat Honorowy Prezydenta Rzeczpospolitej Polskiej Andrzeja Dudy i Małżonki Prezydenta Agaty Kornhauser-Dudy

PREZYDENT.PL

Współorganizatorzy:
- Samorząd Województwa Mazowieckiego
- Biuro Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu m.st. Warszawy
- Towarzystwo Opieki nad Ociemniałymi w Laskach
- Polski Związek Niewidomych
- Fundacja Challenge Europe
- World Blind Union

Partnerzy:
- European Blind Union

We współpracy z:
- The Center for the Blind in Israel
- International Mobility Conference
- Sekcja Pedagogiki Specjalnej Komitetu Nauk Pedagogicznych Polskiej Akademii Nauk oraz Zespół Pedagogiki Specjalnej Wspierający Działania Sekcji Pedagogiki Specjalnej Komitetu Nauk Pedagogicznych PAN

Turniej Szachowy dla Mistrzów „Szansa Chess Open Warsaw 2022" oraz turniej speedcubingowy „Szansa Cubing Open Warsaw 2022" zostały objęte **patronatem Marszałka Województwa Mazowieckiego Adama Struzika.**

Konferencja „Dostępność na serio" została objęta **patronatem Biura Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu Miasta Stołecznego Warszawy.**

Komitet honorowy:
- Adam Struzik – Marszałek Województwa Mazowieckiego
- Joanna Fabisiak – Poseł na Sejm RP
- Paweł Wdówik – Sekretarz Stanu, Pełnomocnik ds. Osób Niepełnosprawnych
- Agnieszka Ścigaj – Minister, Członek Rady Ministrów
- Prof. dr hab. Jan Żaryn – Dyrektor Instytutu Dziedzictwa Myśli Narodowej
- Andrzej Brzeziński – Prezes Polskiego Związku Niewidomych
- Elżbieta Oleksiak - Kierownik Centrum Rehabilitacji Instytutu Tyflologicznego Polskiego Związku Niewidomych
- Paweł Kacprzyk – Prezes Towarzystwa Opieki nad Ociemniałymi w Laskach
- Martine Abel-Williamson – Prezydent World Blind Union
- Fredric Schroeder – Prezydent World Blind Union (2016-2021)
- Nurit Neustadt-Noy – Członek Komitetu International Mobility Conference
- Tomasz Pactwa – Dyrektor Biura Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu Miasta Stołecznego Warszawy
- Donata Kończyk – Pełnomocnik Prezydenta m.st. Warszawy ds. dostępności
- Dr Monika Zima-Parjaszewska – Przewodnicząca Krajowej Rady Konsultacyjnej przy Ministrze Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Prezes Stowarzyszenia na Rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną

- Ewa Pawłowska – Prezes Stowarzyszenia Integracja
- Przemysław Żydok – Prezes Fundacji Aktywizacja
- Krzysztof Kosiński - Wiceprezes Zarządu Polskiej Organizacji Pracodawców Osób Niepełnosprawnych
- Marta Zielińska – Członek Rady Patronackiej Fundacji Szansa dla Niewidomych
- Jacek Kwapisz – Członek Rady Patronackiej Fundacji Szansa dla Niewidomych
- Prof. dr hab. Alojzy Z. Nowak – Rektor Uniwersytetu Warszawskiego
- Prof. dr hab. Bogumiła Kaniewska - Rektor Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu
- Prof. dr hab. inż. Krzysztof Zaremba – Rektor Politechniki Warszawskiej
- Prof. dr hab. Barbara Marcinkowska – Rektor Akademii Pedagogiki Specjalnej
- Prof. dr hab. inż. Arkadiusz Wójs – Rektor Politechniki Wrocławskiej
- Prof. dr hab. Maciej Żukowski – Rektor Uniwersytetu Ekonomicznego w Poznaniu
- Dr hab. prof. Ryszard Sowiński – Rektor Wyższej Szkoły Bankowej w Poznaniu
- Prof. dr hab. Andrzej Sokala – Rektor Uniwersytetu Mikołaja Kopernika w Toruniu
- Prof. dr hab. Piotr Stepnowski – Rektor Uniwersytetu Gdańskiego
- Prof. dr hab. Jerzy Lis – Rektor Akademii Górniczo-Hutniczej im. Stanisława Staszica w Krakowie
- Prof. dr hab. Marzenna Zaorska – Przewodnicząca Zespołu Pedagogiki Specjalnej Polskiej Akademii Nauk
- Dr inż. arch. Maciej Kłopotowski – Członek Rady Patronackiej Fundacji Szansa dla Niewidomych, Katedra Konstrukcji Budowalnych i Architektury Politechniki Białostockiej
- Marcin Dębski – Dyrektor Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych i Słabowidzących w Krakowie
- Bartłomiej Maternicki – Dyrektor Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych w Owińskach
- Małgorzata Szczepanek – Dyrektor Kujawsko-Pomorskiego Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 dla Dzieci i Młodzieży Słabowidzącej i Niewidomej w Bydgoszczy
- Anna Tomaszewska – Dyrektor Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych i Słabowidzących w Łodzi
- Beata Kotowska – Dyrektor Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Słabowidzących nr 8 im. dr Zofii Galewskiej w Warszawie

Sponsor główny REHA FOR THE BLIND IN POLAND 2022

ORLEN

Patronaty medialne

help jesteśmy razem

pap POLSKA AGENCJA PRASOWA

TYGODNIK LISICKIEGO DO RZECZY

PROGRAM KONFERENCJI

Dzień 1 – czwartek 15.09.2022 r. (Centrum Nauki Kopernik)

15:00-16:45 30-lecie Fundacji Szansa dla Niewidomych; sesja merytoryczna (Centrum Nauki Kopernik)
(Sesję poprowadzi Maciej Iwański)

15:00 Otwarcie Konferencji; powitanie gości – Malwina Wysocka-Dziuba – Prezes Zarządu Fundacji Szansa dla Niewidomych

15:05 Wystąpienia gości specjalnych

15:30 „Daj szansę niewidomym dzieciom w Ukrainie"
(Przekazanie przyjaciołom z Ukrainy darów zebranych przez Dział Charytatywny Fundacji Szansa dla Niewidomych)

15:40 „Światowy IDOL Niewidomych", „IDOL 30-lecia" Fundacji Szansa dla Niewidomych

16:00 „Świat otwarty dla niewidomych" – Marek Kalbarczyk – Założyciel Fundacji, Przewodniczący jej Rady Fundatorów

16:10 Wystąpienie Pawła Wdówika – Sekretarza Stanu, Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych

16:25 „Tribute to Janusz Skowron" – wspomnienie wybitnego polskiego pianisty jazzowego, doradcy Fundacji Prowadzący (Goście specjalni): Marek Sierocki, Elżbieta Gutowska-Skowron

16:45 Przerwa

17:00-20:00 „Jesteśmy razem" – Gala Trzydziestolecia Fundacji – wyniki krajowej edycji konkursu „IDOL Fundacji Szansa dla Niewidomych"

17:00 Muzyka z duszą – koncert Chopinowski – Hyuk Lee, finalista XVIII Międzynarodowego Konkursu Pianistycznego im. F. Chopina 2021
Chopin Wariacje B-dur na temat „Là ci darem la mano" z opery „Don Giovanni" Mozarta op.2 (18')
Liszt Węgierska Rapsodia No.2 (9')
Stravinsky Petruszka (17')

18:00 Historia muzyki rozrywkowej - Natalia Kwiatkowska Trio

Finał konkursu muzycznego dla dzieci „Kuźnia talentów"

19:00 Rock na serio – koncert Piotra Cugowskiego (Bulwary Wiślane)

Dzień 2 – piątek 16.09.2022 r. (Centrum Nauki Kopernik)

10:00-15:00 Panele, wykłady, warsztaty i prezentacje rozwiązań niwelujących skutki niepełnosprawności wzroku.

PANEL A
Świat otwarty dla niewidomych (panel międzynarodowy – transmisja internetowa z tłumaczeniem na **siedem języków**)
(Poprowadzą: Anna Koperska, Marek Kalbarczyk)

PANEL B
Rodzina jest najważniejsza – jesteśmy razem w domu, w szkole, w pracy
(Poprowadzi: Agnieszka Niewola)

PANEL C
Technologia w służbie dostępności – obiekty, wydarzenia, usługi publiczne

PANEL D
Kultura dla wszystkich, zdrowie, sport, turystyka
(Poprowadzi: Julia Żuławińska)

Wydarzenia towarzyszące Konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND

Czwartek: 15.09.2022 r.

10:00-13:00 **Konferencja „Dostępność na serio"** pod patronatem Biura Pomocy i Projektów Społecznych Urzędu Miasta Stołecznego Warszawy **(Centrum Nauki Kopernik)**

Blok panelowy I: **Dostępność – architektura** – dr inż. arch. Maciej Kłopotowski, Sala Konferencyjna

Blok panelowy II: **Dostępność – informacje** – Janusz Mirowski, Sala Audytoryjna

13:00-18:00 Wystawy:
a. „Świat Dotyku i Dźwięku"
b. Wydawnictwo Trzecie Oko

Piątek: 16.09.2022 r.

11:00-18:30 **Wystawy:**
a. „Świat Dotyku i Dźwięku"
b. Wystawa technologiczna
c. Prezentacja działalności instytucji i organizacji OPP
d. Wydawnictwo Trzecie Oko

11:00-18:30 **Piknik rodzinny (Bulwary Wiślane przy Muzeum Sztuki Nowoczesnej w Warszawie, Wybrzeże Kościuszkowskie 22)**

- Zwiedzanie wystawy Aleksandry Waliszewskiej „Opowieści okrutne" z audiodeskrypcją
- Gabinet dotyku i dźwięku „Staropolska wieś"
- Niewidzialny escape room
- Zawody i turnieje sportowe
- Technologia marzeń dla wszystkich zmysłów (ALTIX)
- W klasie, pracy czy urzędzie mamy niewidomego kolegę i koleżankę
- Animacje dla dzieci
- Sensoryczne Targi Książki:
  - WYDAWNICTWO TRZECIE OKO
  - Wydawnictwo Almatea
  - SAMOWYDAWCY.PL
  - WYDAWNICTWO GROTEKA
- Strefa Foodtrucków (Burgery, Gofry, Pierożki, Lody)
- Warsztaty z garncarstwa
- GROTEKA - Strefa tradycyjnych gier umysłowych
- Logiczne układanki przestrzenne

16:00 **30 lat ze smakiem** (poczęstunek dla beneficjentów projektu REHA FOR THE BLIND IN POLAND 2022) (Bulwary Wiślane)

Sobota: 17.09.2022 r.

09:30 Msza Święta w intencji niewidomych, słabowidzących i ich bliskich Kościół Akademicki św. Anny (ul. Krakowskie Przedmieście 68, najstarszy ośrodek duszpasterstwa akademickiego w Polsce)

10:30 Coroczna manifestacja środowiska pt.: „My widzimy Was, a Wy – czy widzicie nas?" – Głos środowiska osób niewidomych i słabowidzących, Plac Zamkowy

11:00-18:00 Wystawy towarzyszące Konferencji (Centrum Nauki Kopernik)

a. „Świat Dotyku i Dźwięku"
b. Wystawa technologiczna
c. Wydawnictwo Trzecie Oko

11:00-18:00 Piknik rodzinny (Bulwary Wiślane przy Muzeum Sztuki Nowoczesnej w Warszawie, Wybrzeże Kościuszkowskie 22) (kontynuacja)

12:00 Finał rajdu rowerowego im. Bł. Matki Elżbiety Róży Czackiej
(Trasa tandemowego rajdu: ośrodek dla niewidomych w Laskach – Centrum Nauki Kopernik; wyścig indywidualny na czas finalizujący rajd.)

09:45-19:00 Turniej speedcubingowy (układania kostek Rubika) „Szansa Cubing Open Warsaw 2022" pod patronatem Adama Struzika, Marszałka Województwa Mazowieckiego (PKiN, Sala Kruczkowskiego) (Druga edycja turnieju z udziałem mistrzów Europy i mistrzów poszczególnych krajów)

13:40-19:30 Turniej Szachowy dla Mistrzów „Szansa Chess Open Warsaw 2022" pod patronatem Adama Struzika, Marszałka Województwa Mazowieckiego (PKiN, Sala Ratuszowa) (Druga edycja turnieju z udziałem arcymistrzów – szachiści z Polski i z zagranicy.)

16:00 30 lat ze smakiem (poczęstunek dla beneficjentów projektu REHA FOR THE BLIND IN POLAND 2022) (Bulwary Wiślane)

Niedziela: 18.09.2022 r.

Wizytacje obiektów użyteczności publicznej – warsztaty dla beneficjentów projektu REHA FOR THE BLIND® IN POLAND 2022 (dworce, lotniska, centra handlowe, uczelnie, muzea, zoo, urzędy, obiekty sportowe, domy kultury, place zabaw, hotele, restauracje).

Zajęcia rehabilitacyjne: orientacja w przestrzeni, samodzielne poruszanie się z zastosowaniem najnowszej technologii nawigacyjnej (wewnątrz obiektu oraz w jego otoczeniu).

09:30-17:00 Turniej Szachowy dla Mistrzów „Szansa Chess Open Warsaw 2022" pod patronatem Adama Struzika, Marszałka Województwa Mazowieckiego (PKiN, Sala Ratuszowa) (kontynuacja)

10:00-17:30 Turniej speedcubingowy (układania kostek Rubika) „Szansa Cubing Open Warsaw 2022" pod patronatem Adama Struzika, Marszałka Województwa Mazowieckiego (PKiN, Sala Kruczkowskiego) (kontynuacja)

Informacje uzupełniające:

a. Dopuszczamy trzy formy uczestnictwa w Spotkaniu:

- w charakterze grup beneficjentów projektu „Wielkie Spotkanie Niewidomych, Słabowidzących i Ich Bliskich - REHA FOR THE BLIND® IN POLAND 2022" (czterodniowy pobyt w Warszawie z noclegami

w mazowieckich hotelach z pełnym pakietem żywieniowym – zapisy w wojewódzkich biurach),

- w charakterze uczestników zgłoszonych indywidualnie za pośrednictwem formularza internetowego,

- za pośrednictwem Internetu (online). REHA ma charakter międzynarodowy. Wezmą w niej udział z wykorzystaniem Internetu niewidomi, słabowidzący i ich bliscy z całego świata. Zapraszamy na transmisję internetową.

b. Wymienione formy uczestnictwa dotyczą gości Konferencji, prelegentów, przedstawicieli instytucji i firm (wystawców). Prelegenci i prezenterzy mogą być obecni na salach CNK i PKiN, połączyć się z nami on-line lub nadesłać nagrania swoich wystąpień w celu ich odtworzenia.

c. **Uroczystości otwarcia i panel A będą tłumaczone na siedem języków: angielski, arabski, hebrajski, gruziński, ukraiński, hiszpański, rumuński. Pozostałe panele: B, C i D będą tłumaczone na język angielski.**

d. Osoby zainteresowane wystawą „Świat Dotyku i Dźwięku" niebędące członkami grup beneficjentów zapraszamy w dniach czwartek – sobota.

e. W razie chęci zgłoszenia uwag dotyczących Konferencji należy skontaktować się z Komitetem Organizacyjnym REHA. Zapraszamy do kontaktu: *reha_in_poland@szansadlaniewidomych.org*

Kapituła konkursu IDOL Fundacji Szansa dla Niewidomych:

1. Anna Koperska - Przewodnicząca Kapituły
2. Marek Kalbarczyk
3. Malwina Wysocka-Dziuba
4. Ilona Nawankiewicz
5. Ewa Bąk
6. Igor Busłowicz
7. Sylwester Peryt
8. Temida Markiewicz – Sekretarz Kapituły

Komitet Organizacyjny Konferencji:

1. Marek Kalbarczyk
2. Malwina Wysocka-Dziuba
3. Anna Koperska
4. Janusz Mirowski
5. Agnieszka Niewola
6. Temida Markiewicz

Projekt „Wielkie Spotkanie Niewidomych, Słabowidzących i Wszystkich Niepełnosprawnych – REHA FOR THE BLIND® IN POLAND 2022" jest współfinansowany ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Projekt jest także współfinansowany ze środków Miasta Stołecznego Warszawy, Województwa Podlaskiego i Miasta Katowice.

Zadanie publiczne pn.„Szansa Chess and Cubing Mazovia 2022" jest dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego.

Zadanie publiczne pn.„Koncert „Jesteśmy razem" na konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND 2022" jest dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego.

Fundacja Szansa dla Niewidomych finansuje Konferencję również z własnych środków.

Moje wrażenia z konferencji regionalnej REHA w Gdańsku

Katarzyna Podchul

Ogólnopolska konferencja REHA FOR THE BLIND IN POLAND to coroczne ogólnopolskie spotkanie niewidomych i słabowidzących oraz ich bliskich w Warszawie. Organizatorem tego niezwykłego wydarzenia jest Fundacja Szansa dla Niewidomych, która od 30 lat działa na rzecz poprawy warunków życia osób z niepełnosprawnością narządu wzroku. Obchody centralne poprzedzają spotkania regionalne, które odbywają się w 16 stolicach wojewódzkich Polski, organizowane przez Tyflopunkty Fundacji Szansa dla Niewidomych.

3 sierpnia br. odbyła się REHA regionalna w Gdańsku. Uczestniczyło w niej 70 osób niewidomych i słabowidzących oraz sympatyków naszego środowiska z województwa pomorskiego. W tego typu spotkaniu uczestniczyłam pierwszy raz w życiu. Odbyło się ono w Europejskim Centrum Solidarności. Początek zebrania to uroczyste przywitanie zgromadzonych uczestników i gości. Następnie trenerka personalna zachęciła nas do skorzystania z porad zdrowotnych dotyczących rozluźniania napięć mięśniowych, głównie nadgarstków, dłoni i barków. Porady okazały się bardzo cenne, lecz wymagałyby systematycznych indywidualnych treningów pod okiem specjalisty. Kolejnym etapem konferencji była krótka pogadanka pracownika straży pożarnej na temat zachowania się w razie zagrożenia pożarowego. Te cenne wskazówki z pewnością pomogą nam, niewidzącym, w bezpiecznej ewakuacji w razie pożaru. Największą atrakcją spotkania był pokaz sprzętu policyjnego i straży pożarnej. Każdy z uczestników mógł usiąść na wielkim motorze policyjnym i dotykać go pod okiem pani policjantki. Dla mnie ogromnym przeżyciem była możliwość siedzenia na takim motorze i sprawdzenie wszystkich przycisków, pedałów, świateł i kierownicy. W przyszłości chciałabym uczestniczyć w motorowej przejażdżce. Cieszę się, że mieliśmy trochę czasu, by poznać nowe osoby, a także porozmawiać ze znajomymi biorącymi udział w tej konferencji. Krótkie spotkanie z moim dobrym kolegą z Gdyni zaowocowało zdjęciem na motorze, które dołączam do artykułu.

Około godziny 12:30 rozpoczęła się oficjalna część spotkania, w sali konferencyjnej budynku Centrum Solidarności, na trzecim piętrze. Wysłuchaliśmy kilku wystąpień znakomitych gości z instytucji wspierających na co dzień osoby

niepełnosprawne wzrokowo. Jako pierwszy zabrał głos Przewodniczący Rady Fundatorów Fundacji Szansa dla Niewidomych Pan Marek Kalbarczyk, który podzielił się z nami swoimi przemyśleniami dotyczącymi sytuacji osób z niepełnosprawnością narządu wzroku. Następnie wysłuchaliśmy internetowego przemówienia Pani Prezes Malwiny Wysockiej-Dziuby. Ciekawe było wystąpienie dyrektora pomorskiego PFRON, który przedstawił dokonania tej instytucji.Z kolei przedstawicielka PCPR w Gdańsku omówiła programy pomocowe dedykowane osobom niepełnosprawnym wzrokowo. Pani policjantka podzieliła się z nami wskazówkami dotyczącymi bezpieczeństwa niewidomych w poruszaniu się po ulicach naszych miast. Z kolei trenerka personalna powiedziała kilka słów o Stowarzyszeniu INVIISIBILIA, które prowadzi Galerię zmysłów w ciemności. To niezwykłe miejsce, zlokalizowane w Gdańsku przy ul. Okopowej 7, pokazuje ludziom pełnosprawnym świat niewidomych za pomocą pozostałych zmysłów, takich jak: słuch, dotyk i węch. Pracują tam niewidomi i słabowidzący przewodnicy, którzy nie widzą przeszkód w życiu po omacku.

Na koniec części oficjalnej wysłuchaliśmy przemówienia przedstawicielki ZUS, która omówiła zagadnienia dotyczące poruszania się po stronie internetowej ZUS oraz dostępności placówek.

Pomiędzy wystąpieniami zostały wręczone dwa wyróżnienia dla IDOLI działających na rzecz środowiska niewidomych w Gdańsku. Na koniec zaserwowano nam spotkanie autorskie z Panem Kalbarczykiem na temat jego najnowszej książki. Pan Marek podzielił się z nami refleksjami dotyczącymi naszego środowiska, jak również swojej dotychczasowej twórczości. Uczestnicy spotkania autorskiego zabierali głos dzieląc się swoimi przemyśleniami na temat twórczości Pana Marka Kalbarczyka. Pan Marek wywarł na mnie duże wrażenie jako człowiek pełen pasji, poczucia humoru, ogromnego dystansu do siebie oraz innych.

Równolegle do konferencji zorganizowano wystawę sprzętu umożliwiającego niezależne funkcjonowanie osób niepełnosprawnych wzrokowo, dystrybuowanych przez firmę Altix.

Spotkanie regionalne niewidomych i słabowidzących oraz sympatyków naszego środowiska to bardzo pożytecznie spędzony czas wolny. Można było dowiedzieć się nowych informacji, poznać ciekawych ludzi oraz działaczy organizacji pozarządowych i wspierających naszą społeczność. Nowymi wiadomościami były dla mnie informacje o:

- aktualnie wdrażanym w życie programie mieszkaniowym dla osób niepełnosprawnych, finansowanym przy współudziale PFRON-u,
- możliwości wnioskowania, za pośrednictwem programu Aktywny Samorząd, o dofinansowanie naprawy sprzętu elektronicznego.

Wszystkich czytelników Helpa zachęcam do wzięcia udziału w swoich regionalnych konferencjach REHA oraz jej ogólnopolskiej odsłonie, która odbędzie się we wrześniu w Warszawie. Mam nadzieję, że uda mi się w tym roku na niej być i podzielić się z Wami moimi wrażeniami.

Wyrwani z codzienności

Szymon Kubiak

Mówi się, że strażak ochotnik jest całą dobą na służbie, trzysta sześćdziesiąt pięć dni w roku. Nie znamy godziny, kiedy nasza pomoc będzie potrzebna. Wykonując swoje obowiązki domowe bądź odpoczywając po pracy, również w nocy ze snu budzi nas dźwięk syreny alarmowej. Bez chwili namysłu udajemy się do remizy, ubieramy w mundury bojowe. Po zebraniu odpowiedniej liczby osób (pamiętajmy, że musi być wśród nich dowódca i kierowca uprawniony do prowadzenia wozu strażackiego na sygnałach świetlnych i dźwiękowych) dowódca nawiązuje łączność ze stanowiskiem kierowania, aby dowiedzieć się gdzie mamy się udać i co na nas tam czeka. Na znak dowódcy kierowca rusza alarmowo, jednak z zachowaniem szczególnej ostrożności.

Jeździmy do bardzo różnych zdarzeń, poczynając od kota na drzewie, przez różnego rodzaju pożary, na wypadkach komunikacyjnych kończąc. Akcja może trwać od kilku minut do nawet kilkunastu godzin bądź dni.

Na akcji możemy zastać wszystko. Znam przypadek, że jednostka jechała do pożaru suchej trawy, a nieopodal pożaru znalazła osobę nieprzytomną. Jedni gasili trawę, drudzy udzielali pomocy. U osoby nastąpiło nagłe zatrzymanie krążenia, co wymagało podjęcia resuscytacji. Stan ratowanego był tak ciężki, że strażacy musieli kilka razy tę osobę reanimować. Konieczne okazało się wezwanie lotniczego pogotowia ratunkowego.

Kolejna sytuacja zdarzyła się w mojej jednostce. O godzinie 6 rano, zanim jeszcze wstałem do pracy, rozbrzmiał dźwięk syreny alarmowej. Wyrwany ze snu biegiem udałem się wśród ulewnego deszczu do remizy, po drodze spotkałem innych

Mówi się, że strażak ochotnik jest całą dobą na służbie, trzysta sześćdziesiąt pięć dni w roku. Nie znamy godziny, kiedy nasza pomoc będzie potrzebna.

druhów i dowiedziałem się, co się dzieje. Ubrani i gotowi do wyjazdu, czekamy już w samochodzie. Od oficera dyżurnego słyszymy przez radio, że w naszej wsi zalało posesję. Ulewa przybiera na sile. Wspólnie z sąsiednią jednostką podejmujemy pompowanie. Wszystko idzie na marne. Ulewny deszcz i woda napływająca z pól w ciągu godziny zalewają dolną część wioski. W rezultacie zalane jest prawie trzydzieści domów. Woda sięga około metra wysokości. Przybywają kolejne jednostki, również chemiczne i powodziowe.

Była to prawdziwa klęska, która z jednego podtopienia przerodziła się w zalanie prawie siedemdziesięciu procent miejscowości. Nasza jednostka pomagała jeszcze przez ponad dwa tygodnie, była to pomoc naprawdę wszelaka.

Trudny czas nastał podczas pandemii Covid-19. Jednostki ochotniczych straży pożarnych miały wiele zadań. Na ten wyjątkowy czas druhowie zostali zabezpieczeni w skafandry oraz rękawiczki, okulary i maseczki. Trzeba działać, pomagać, być w stałej gotowości, dlatego musieliśmy się chronić.

Głównym zadaniem jednostek było głoszenie komunikatów o konieczności pozostania w domu, roznoszenie maseczek i ulotek, tworzenie punktów szczepień oraz dowożenie na nie osób potrzebujących. W niektórych przypadkach dostarczaliśmy żywość osobom przebywającym na kwarantannie.

W naszej pracy zdarzają się też alarmy fałszywe. Bywa, że zgłaszający po prostu kłamie, że widzi pożar lub wypadek, i jadące służby nie zastają na miejscu tego, o czym żartowniś zawiadamiał. Byliśmy świadkami sytuacji, że na drodze leżała malutka gałązka wielkości ręki, a zgłoszono drzewo powalone na jezdnię. Czasami otrzymujemy wezwania do pożarów, które w rzeczywistości okazują się kontrolowanym ogniskiem lub innym niestwarzającym zagrożenia źródłem dymu. Mowa wtedy o alarmie w dobrej wierze. Świadczy o czujności świadków, którzy z jakichś przyczyn nie mogli sprawdzić z bliska co tak naprawdę się wydarzyło, ale chcieli zapobiec zagrożeniu. Za takie zgłoszenie nie ponosi się konsekwencji.

Szeregi OSP zasilają również osoby niepełnosprawne. Oczywiście ze względu na swoje ograniczenia nie zawsze mogą brać udział w działaniach ratowniczych, ale za to jako członkowie mogą na przykład zasiadać w zarządach. Każda pomoc jest na wagę złota. Strażacy udzielają się również w zbiórkach charytatywnych, a nawet sami je organizują.

Bogu na chwałę, ludziom na ratunek!

Jak mówić do niewidomych

Radosław Nowicki

Świat się zmienia, a wraz z nim postrzeganie osób z niepełnosprawnościami. Wciąż jednak zdarza się, że osoby pełnosprawne nie wiedzą jak się mają do nich odnosić. Czy słowo mówione ma wpływ na relacje pomiędzy obiema tymi grupami społecznymi? Czy właściwy język może przełamać bariery i sprawić, że znikną pejoratywne określenia używane od kilkunastu lat? Odpowiedź na oba te pytania brzmi: tak, a pomóc ma w tym poradnik pod tytułem „Słowa mają moc! Jak pisać (i mówić) o osobach z niepełnosprawnościami".

Wielu Polaków na co dzień nie ma styczności z osobami z niepełnosprawnościami. W efekcie nie posiadają wiedzy związanej z tym, w jaki sposób mają się do nich zwracać oraz w jakich momentach przydałaby im się pomoc. Co gorsze, informacje na ten temat często czerpią z mediów, a w nich osoby z dysfunkcjami zazwyczaj przedstawiane są albo jako herosi i bohaterowie, którzy dokonują niesamowitych czynów, albo jako biedni i nieszczęśliwi ludzie, którym trzeba pomagać. Jest to niezwykle krzywdzący stereotyp, który może budzić fałszywe oczekiwania chociażby związane z tym, że każdy człowiek z niepełnosprawnością powinien być jakiś, stanowić inspirację dla innych. W ten sposób media ukazują dwa skrajne światy, a przecież pomiędzy nimi nie ma pustki, jest za to przestrzeń i to całkiem duża, w której znajduje się większość osób z niepełnosprawnościami. One wiodą standardowe życie – uczą się, pracują, spotykają się ze znajomymi, podróżują, mają swoje hobby i zainteresowania. Ale są najmniej zauważane przez ogół społeczeństwa, a wszystko głównie przez media, które narzucają swoją narrację widzowi. Musi ona być tkliwa, wyciskająca łzy, łapiąca za serce, wzruszająca, bo inna się nie sprzeda, nie wzbudzi zainteresowania, nie podniesie słupków oglądalności. Tymczasem materiały o ciężkich urazach, nieuleczalnych chorobach czy nietypowych dysfunkcjach, które mają na celu wzbudzenie u widza litości, mogą odnieść odwrotny skutek, bowiem utrwalają w jego głowie negatywny wizerunek osoby z niepełnosprawnością. Niestety, w wielu materiałach z osobami z niepełnosprawnością w roli głównej brakuje odniesienia do odpowiedniego zachowania się w stosunku do nich, a także języka, w którym warto się z nimi komunikować.

Przez ostatnie lata trochę w tym zakresie się zmieniło, ale nadal często można spotkać niewłaściwe określenia w stosunku do osób z niepełnosprawnościami. Przypuszczam, że nie wynika to ze złej woli rozmówców, ale bardziej z ich niewiedzy. Problem z tym mają szczególnie osoby starsze, które nie dość, że posługują się często pejoratywnymi określeniami np. inwalida, ale też kieruje nimi ciekawość, która przekształca się w wielu przypadkach w serię niewygodnych i często intymnych pytań do interlokutora z niepełnosprawnością, na które on nie ma ochoty odpowiadać. Niektórzy bowiem nie mają problemu z mówieniem o swojej dysfunkcji, ale inni nie chcą być identyfikowani

Czy słowo mówione ma wpływ na relacje pomiędzy obiema tymi grupami społecznymi? Czy właściwy język może przełamać bariery i sprawić, że znikną pejoratywne określenia używane od kilkunastu lat? Odpowiedź na oba te pytania brzmi: tak, a pomóc ma w tym poradnik pod tytułem „Słowa mają moc! Jak pisać (i mówić) o osobach z niepełnosprawnościami".

jako osoby z niepełnosprawnościami. Nie wspomnę już o niewłaściwych zachowaniach w stylu wciągania kogoś na siłę do tramwaju, łapanie go znienacka za ramię i przeciąganie przez pasy, i inne tego typu sytuacje. Na pewno wielu niewidomych na własnej skórze przekonało się, że niewłaściwa pomoc przechodniów może wyrządzić więcej szkody niż pożytku. Wprawdzie można docenić dobre chęci, ale – jak to się mówi – nimi jest piekło wybrukowane. I tu powracamy do punktu wyjścia, czyli do elementarnych podstaw zachowania się w stosunku do osób z niepełnosprawnościami.

Są one różne. Jedne mają bardzo duży dystans do własnej dysfunkcji, do samego siebie i otaczającego świata, ale inne są bardzo wrażliwe nawet na słowa, co sprawia, że niewłaściwy ich dobór może je obrazić. Osobiście nie mam nic przeciwko stosowaniu słów „popatrz", „spójrz", „do zobaczenia" w kontekście do osób niewidomych, bo one świadczą o tym, że osoba, z którą rozmawiam, traktuje mnie jakbym nie miał ograniczeń związanych ze wzrokiem. Sprawa komplikuje się jednak, kiedy słyszę słowa typu: kaleka, ślepy, inwalida, czyli nacechowane negatywnymi konotacjami, choć nie zawsze osoba je wypowiadająca zdaje sobie z tego sprawę.

Stereotyp niepełnosprawności

Mimo że świat się rozwija, to wciąż często osoby z niepełnosprawnością postrzegane są głównie przez pryzmat własnej niepełnosprawności. Mało kto patrzy na niewidomego jako świetnego masażystę, muzyka, kucharza, przykładnego rodzica czy nawet fajnego kumpla, z którym można wyjść na piwo lub dyskotekę. W codziennej rzeczywistości wciąż musimy udowadniać, że nie jesteśmy wielbłądami, że niepełnosprawność wcale nas nie definiuje. Nie jest też chorobą, a my nie jesteśmy ani pacjentami, ani osobami korzystającymi z rehabilitacji, bo często w ogóle jej nie potrzebujemy. Wreszcie niepełnosprawność nie powoduje, że w jakikolwiek sposób powinniśmy zostać zaszufladkowani. Jesteśmy osobami z niepełnosprawnością, czyli przede wszystkim ludźmi, a niepełnosprawność to tylko jedna z naszych cech, która w pewien sposób nas określa. Aspekt człowieczeństwa powinien być na pierwszym miejscu. Niepełnosprawność bowiem nie sprawia, że inni powinni nas traktować w przedmiotowy sposób, a to wciąż się zdarza chociażby u lekarza czy w sklepie. Sam w przeszłości na własnej skórze tego doświadczyłem, kiedy jakaś osoba, mówiąc o mnie zwracała się do mojego przewodnika, a nie bezpośrednio do mnie, traktując mnie jak powietrze albo jak wspomniany wcześniej przedmiot. Brak wzroku przecież nie oznacza, że osoby niewidome nie potrafią myśleć, budować złożonych zdań i komunikować się ze społeczeństwem.

Szacuje się, że na całym świecie jest już ponad miliard osób z różnego rodzaju niepełnosprawnościami, co stanowi około 15% całej populacji ludzkiej. W kolejnych latach ta liczba na pewno będzie rosła. Niepełnosprawność tak naprawdę może „dopaść" każdego. Dlatego wszystkim powinno zależeć na tym, aby burzyć stereotypy dotyczące osób z niepełnosprawnościami, niwelować bariery mentalne oraz poszerzać wiedzę społeczną dotyczącą kontaktu z osobami z różnymi dysfunkcjami. Stąd też tak istotna

jest praca u podstaw, czyli edukacja młodych pokoleń, które na szczęście nie mają tak wielkich oporów i obaw przed kontaktem z osobami z niepełnosprawnością. Łatwiej i szybciej potrafią zburzyć mur niepewności oraz rozumieją potrzebę stosowania języka wolnego od uprzedzeń. Ważne jest aby w przedszkolach, szkołach, na uczelniach odbywały się prelekcje, pogadanki z osobami o różnym stopniu niepełnosprawności. Dzięki temu młodzi ludzie będą mogli zaczerpnąć wiedzę bezpośrednio u źródła. Być może dzięki temu na dłużej zostanie ona im w głowach i będą mogli wykorzystać ją w praktyce w codziennym życiu.

Na uwagę zasługują także inicjatywy podejmowane przez różne fundacje, które starają się dotrzeć do osób pełnosprawnych z przekazem dotyczącym osób z dysfunkcjami. Niedawno dużo dobrego w tym zakresie zrobiła poznańska fundacja TAKpełnosprawni, która przygotowała bezpłatny poradnik pod tytułem „Słowa mają moc! Jak pisać (i mówić) o osobach z niepełnosprawnościami". Zawiera on szereg praktycznych wskazówek dotyczących zwracania się do osób z różnymi dysfunkcjami. Powinni zapoznać się z nim urzędnicy, przedstawiciele służb mundurowych, szefowie firm, a nawet uczniowie i studenci, bo może znacząco ułatwić ludziom kontakt z osobami z niepełnosprawnościami. Pokazuje bowiem jak za pomocą słów można docenić lub skrzywdzić rozmówcę. Pejoratywnym określeniem jest choćby słowo inwalida, które wciąż obecne jest w wielu aktach prawnych. Można się z nim spotkać także w przestrzeni publicznej. W sklepach pojawiają się informacje, że inwalidzi obsługiwani są poza kolejnością, na parkingach można znaleźć wywieszki, że są one przeznaczone dla inwalidów, a nawet można spotkać toalety z napisem „toaleta dla inwalidów". Jest to określenie, które na wiele osób z niepełnosprawnościami działa jak płachta na byka, bo przecież sugeruje bierność, bezradność, brak czegoś, a w istocie wcale tak nie jest, bo niejedna osoba z niepełnosprawnościami jest bardziej aktywna od wielu pełnosprawnych rówieśników. Zresztą słowo inwalida nie jest jedynym, które przedstawia człowieka jako biernego lub uwypukla jego braki. Do tej grupy można zaliczyć jeszcze chociażby słowa: kaleka czy osoba ułomna.

Bez wątpienia słowa mają moc. Odpowiednie ich używanie w kontakcie z osobą z niepełnosprawnością powoduje, że można z nią „złapać" lepszy kontakt. W komunikacji warto więc używać języka, który podkreśla potrzebę dostępności, a nie obecność niepełnosprawności, czyli chociażby zamienić tabliczki z napisem „parking dla inwalidów" na takie o treści „parking dostępny dla osób z niepełnosprawnościami". Nie powinno się też używać protekcjonalnych eufemizmów, do których należy chociażby zwrot sprawni inaczej lub niepełnosprytni oraz wyeliminować obraźliwy język, czyli unikać określeń typu: ślepy, kulawy, psychol, opóźniony, dziwak.

Na szczęście ludzie przestają się bać niepełnosprawności, bo coraz częściej widzą na ulicach osoby poruszające się na wózkach, niewidomych z białą laską lub psem przewodnikiem, a nawet osoby z protezami ręki czy nogi. Zdążyli się oswoić z różnymi dysfunkcjami, ale na cały proces potrzeba było trochę czasu. Było trochę tak jak z obcokrajowcami na polskich ulicach. W latach 90-tych Afroamerykanin wzbudzał zainteresowanie, ciekawość, a wręcz sensację, ale w dobie krajów bez granic niemal na nikim wrażenia nie robią już (a przynajmniej nie powinny robić) osoby o odmiennym kolorze skóry czy skośnych oczach. Podobnie jest z ludźmi z różnymi dysfunkcjami, którzy powoli wtapiają się w krajobraz lokalnych ulic. Powoli przestaje się udawać, że nie istnieją osoby z niepełnosprawnościami, ale wciąż istnieje opór społeczny związany z odpowiednim kontaktem z nimi. Trzeba to zmienić. Czas postawić na edukację, bo dzięki niej dwa na pozór odrębne światy mogą złączyć się w jeden, w którym obok siebie będą funkcjonowały i tworzyły wspólne relacje osoby pełnosprawne z tymi z różnymi niepełnosprawnościami, a on może być kolorowy, pełen wzajemnego szacunku i sympatii.

Pięćdziesiątka po turecku

Marcin Mańdziuk

„Pięćdziesiątka" to nie tylko wysokość nominału z wizerunkiem Kazimierza III Wielkiego, nie tylko pojemność trunku, nie tylko liczba atomowa cyny.

To także półwiecze życia, które mobilizuje do zdobywania świata. To wiek, w którym nie trzeba czuć się jak zabytek. To czas, kiedy właśnie te zabytki warto zwiedzić i sprawdzić ich dostępność. Jak zatem obserwować je będąc osobą słabowidzącą? Dowiemy się tego podczas rozmowy z Krystyną Grochowską, która wyprawiła swoje urodziny w Muzeum Archeologicznym w Antalyi.

MM: Co było motywacją do zwiedzenia tak ciekawego zabytku jak Antalya Muzesi?

KG: Zbliżały się moje pięćdziesiąte urodziny. Postanowiłam je uczcić razem z córką. Aby stały się wyjątkowe, zdecydowałyśmy, że wybierzemy się do Turcji. Wykonałam telefon do biura podróży. Ważne dla nas było, aby hotel znajdował się blisko wybrzeża i lotniska. Udało się dobrać satysfakcjonującą ofertę. Wybrałyśmy trasę z Wrocławia do Antalyi. Nie spodziewałyśmy się, że będą podstawione dwa samoloty. Zaskoczeniem również było, że nie ma nas na liście pasażerów. Jednak usłyszałyśmy komunikat, że z powodu dużej ilości podróżnych polecimy w drugiej turze. Można było także zweryfikować dane o odlotach na tablicach informacyjnych. Z racji tego, że jestem słabowidząca, mam problem z odczytywaniem takich treści.

Jak zatem poradzić sobie na lotnisku i w samolocie mając dysfunkcję wzroku?

Odprawa

Rola mojej córki jest nieoceniona. Dzięki temu, że widzi, łatwiej jej przychodzi zorientowanie się w przestrzeni, dotarcie do odpowiednich miejsc i zapoznawanie się z bieżącymi komunikatami. Cieszę się, że świetnie sobie poradziła z takim wyzwaniem, gdyż nie tylko wspierała mamę, ale po raz pierwszy podjęła się podróży powietrznej. Asystowała mi przy odprawie i miała na oku wszystkie dokumenty, które powinny do nas wrócić po tej procedurze. Dopilnowała, aby bagaż był skompletowany i poprawnie przeszedł kontrolę. Następnym punktem było skanowanie podróżnych i bagażów. Zalecano, aby w przestrzeni do tego przeznaczonej znajdowała się wyłącznie jedna osoba. Jednak obsługa zaakceptowała fakt, iż córka jest moim przewodnikiem. Nie utrudniano nam wspólnej realizacji wymaganych czynności. Obserwacja przez pracowników lotniska jest notoryczna. Panuje atmosfera kontroli, perfekcjonizmu i szczegółowości, co nie jest spotykane w innych środkach transportu. Komfort odczułyśmy zmierzając rękawem w kierunku samolotu. Moja przewodniczka miała więcej swobody w prowadzeniu, bo szłyśmy już bez bagażów.

Statek powietrzny

W samym samolocie stewardessa wskazała nam miejsca do siedzenia. Szybko je zlokalizowałyśmy. Zauważyłam, że można umieszczać podręczne bagaże w luku nad naszymi głowami. Córka zwróciła uwagę na informacje

umieszczone na naklejkach. Tam opisano obsługę tego luku. Aby bezpiecznie odbyć lot, należało stosować się do zaleceń obsługi pokładu.

Zakupy na pokładzie

Dla zainteresowanych były dostępne katalogi z produktami sprzedawanymi podczas podróży. Szata graficzna tych katalogów i kolorowa czcionka opisująca produkty nie była możliwa do ogarnięcia przez moją dysfunkcję wzroku. Na szczęście, jak zwykle podczas tego rejsu, mogłam liczyć na pomoc córki. Opowiadała o towarach i ich cenach. Pozwoliłam sobie na zakup praktycznego etui na karty płatnicze. Wiedziałam, że będzie to moja pamiątka z dziewiczego rejsu.

Antalya jak baśń

Po dotarciu do celu odczułyśmy zupełnie inny klimat. Mimo że Antalya jest kurortem wypoczynkowym, nie zauważyłyśmy natłoku wczasowiczów. Architektura miasta i wystrój hoteli, wyglądających jak bogate pałace, dawały wrażenie uczestnictwa w pięknej baśni.

Antalya Muzesi

Celem wycieczki było zwiedzenie Muzeum Archeologicznego w Antalyi. Jest tam wystawionych 5 tysięcy antycznych dzieł sztuki. Ten przestronny obiekt zajmuje powierzchnię 7 km2 i znajduje się w centrum miasta. Placówka została odznaczona tytułem Muzeum Roku przez Radę Europy w 1988 r. Mieści się na zachodzie Antalyi i jest jednym z największych tureckich muzeów. Na jego zwiedzanie przeznaczyliśmy 3 godziny. Nie wiem jak wygląda sytuacja z ulgowymi wejściówkami dla osób z niepełnosprawnością, gdyż kupowany był bilet zbiorowy. Byłam w grupie jedyną osobą z dysfunkcją wzroku, więc reszta uczestników nie zwracała uwagi na moje potrzeby związane z dostępnością. Muzeum oferowało klientom dwie opcje pomocne w zwiedzaniu. Jedną z nich był wykwalifikowany pracownik, który oprowadzał i opowiadał o artefaktach. Drugą zaś było elektroniczne urządzenie z wgranym lektorem odczytującym informacje o ekspozycji. Nasza

grupa zdecydowała się na samodzielne zwiedzanie bez pomocy muzealnego przewodnika i bez urządzenia lektorskiego.

Muzeum wewnątrz

Podziwialiśmy różne działy. Sale są nowoczesne, prestiżowe, przestrzenne, bardzo dobrze oświetlone:

- sala teatru, w której zawarto sceny z mitologii,
- sala bogów antycznych z marmurowymi posągami wydobytymi w drugim wieku przed naszą erą,
- sala cesarzy i bogów z dobrze zachowanymi posągami,
- sala głów i portretów, zawierająca podobizny znanych postaci i portrety anonimowych kobiet ze świata antycznego.

Turyści mogli przemieszczać się między piętrami windą wyposażoną w system mówiący.

Muzeum na zewnątrz

Wspaniałą atrakcją było zwiedzanie zbiorów w ogrodzie muzealnym. Właśnie tam, w przeciwieństwie do wewnętrznej części budynku, mogłam wreszcie zobaczyć coś z bliska. Miałam

„Pięćdziesiątka" to nie tylko wysokość nominału z wizerunkiem Kazimierza III Wielkiego, nie tylko pojemność trunku, nie tylko liczba atomowa cyny. To także półwiecze życia, które mobilizuje do zdobywania świata. To wiek, w którym nie trzeba czuć się jak zabytek. To czas, kiedy właśnie te zabytki warto zwiedzić i sprawdzić ich dostępność.

możliwość podejść, dotknąć i cieszyć się bezpośredniością sztuki. Zrobiło to na mnie wielkie wrażenie, bo gdyby nie te zewnętrzne eksponaty moja wizyta byłaby uboższa o doznania.

MM: Czy warto polecić wizytę w tym muzeum osobom niewidomym?
KG: W tym zabytku niezmiennie czerpałam z genialnej pomocy mojej córki. Oprowadzała mnie po salach, czytała opisy wystaw, audiodeskrybowała na bieżąco obiekty umieszczone w gablotach, witrynach i za barierkami. Miejsce jest bardzo interesujące i warte uwagi. Z chęcią odwiedziłabym je ponownie. Osobom z dysfunkcją wzroku, wybierającym się do Muzeum Archeologicznego w Antalyi polecam skorzystać z przewodnika osobistego, muzealnego, bądź sprzętu lektorskiego. W związku z niemożnością zapoznania się z obiektami dotykowo, ułatwi to odbiór sztuki proponowanej przez ten zabytek. Figury, rzeźby i inne zbiory z powodu wiekowości dziś potrafią być niekompletne, co również ubarwia ekspozycję. Opisywanie ich przez naszych przewodników pobudza wyobraźnię i kreuje obraz wagi tego miejsca. Właśnie dzięki tak pobudzonej wyobraźni, nie dysponując zmysłem wzroku możemy doświadczyć innego wymiaru sztuki, być może nawet bogatszego.

MM: Dokąd jeszcze warto pójść w Antalyi?
KG: Można się wybrać do Muzeum Zabawek, Muzeum Pieców, Muzeum Kina.

MM: Jaka jest wartość obchodzenia urodzin w takim towarzystwie i w takim regionie?
KG: Antalya to miasto otoczone przez góry Taurus. Zwiedziłam piękne regiony i wróciłam do Polski spełniona i bardzo zadowolona. Nabrałam większej pewności siebie. To był dobrze spędzony czas. Utwierdziłam się, że moja córka jest nie tylko kochaną osobą, ale także świetnym przewodnikiem.

„Księżniczki” i „gbury”

Urszula Napierała

Społeczeństwo w różny sposób odbiera osoby z niepełnosprawnością. Zazwyczaj gdy ktoś widzi osobę z białą laską, myśli: „o biała laska, czyli nic nie widzi”. Gdy widzą towarzyszącego komuś psa przewodnika i wiedzą, do czego taki pies służy, ich reakcja jest podobna. Ale co w takim razie, gdy spotykają osoby, które posiadają resztki wzroku? Przecież nie każda osoba słabowidząca z orzeczeniem o niepełnosprawności używa białej laski. Powodów, dlaczego tak się dzieje, może być mnóstwo, ale jaka jest zazwyczaj reakcja otoczenia?

Często ludzie wstydzą się swych dysfunkcji i ukrywają je jak tylko mogą przed resztą świata. Chcą być postrzegani przez innych „normalnie”. Zazwyczaj zjawisko to ma miejsce przy posiadaniu postępującej wady wzroku. Niekiedy osoby te same są przerażone tym, co się z nimi dzieje, a strach przed odbiorem ich problemów przez społeczeństwo to dodatkowy stres. Aby uniknąć niepożądanych, przykrych reakcji, opracowują strategię zachowania się w niekomfortowych sytuacjach. Obserwując takie zachowania „obronne” zauważyłam, że osoby niedowidzące można z lekko humorystycznym akcentem podzielić na kilka typów.

Księżniczka: osoba z problemami wzroku, która zdaje sobie sprawę ze swoich problemów i nie boi się prosić o pomoc. Osobiście zostałam określona mianem „księżniczki” przez własną rodzinę, więc wydaje mi się, że obcy też mogą czasem tak mnie odbierać. Dlaczego otrzymałam takie miano? W znanych mi miejscach oraz podczas wyjazdów z rodzicami nie używam białej laski, ponieważ dużo łatwiej i szybciej poruszam się, gdy chwycę kogoś za ramię. Posiadam dystrofię czopkowo-pręcikową i jest to wada postępująca. Większość rodziny pamięta mnie jako dziecko, kiedy miałam dużo lepszy wzrok niż teraz. Dlatego dla mnie najgorsze, co może być, to imprezy rodzinne. Przy stole zawsze proszę osobę siedzącą obok o podanie jedzenia, wlanie napoju do szklanki, przyniesienie czegoś – co często innych może irytować. Każdy w rodzinie wie jakie mam problemy, ale i tak często słyszę teksty typu: „dała bozia rączki…”, „sama nie możesz tego zrobić?”, „i co jeszcze?”, „księżniczka, którą musi każdy obskakiwać…”. Takie słowa bolą, szczególnie gdy słyszy się je od najbliższych. W końcu gdybym była w stanie zrobić wszystko sama (co dużo bardziej bym wolała), to bym nikogo nie prosiła o pomoc. Zawsze starałam radzić sobie ze wszystkim sama, ale czasami niestety jest się zależnym od innych.

Często ludzie wstydzą się swych dysfunkcji i ukrywają je jak tylko mogą przed resztą świata. Chcą być postrzegani przez innych „normalnie". Zazwyczaj zjawisko to ma miejsce przy posiadaniu postępującej wady wzroku. Niekiedy osoby te same są przerażone tym, co się z nimi dzieje, a strach przed odbiorem ich problemów przez społeczeństwo to dodatkowy stres. Aby uniknąć niepożądanych, przykrych reakcji, opracowują strategię zachowania się w niekomfortowych sytuacjach.

Gbur: często odbierane są w ten sposób osoby, które nie chcą prosić o pomoc i mogą odpowiadać na różne pytania dość opryskliwie, na przykład przy stole, gdy słyszą: „możesz podać…?", mają dość i odpowiadają: „sam sobie weź". Przez to uważane są za gburów czy arogantów, a w rzeczywistości ukrywają to, że nie widzą gdzie to coś się znajduje.

Cały czas w telefonie. Gdy ma się telefon komórkowy, to zawsze jest na co zwalić. Podczas spaceru czy drogi w konkretne miejsce można napotkać wiele przeszkód, takich jak: krawężniki, schody, różnego rodzaju nierówności czy gałęzie. Gdy osoba trzyma telefon w ręku i wejdzie w kogoś czy w przeszkodę, zazwyczaj słyszy: „Co za…, nie patrzy, tylko w tym telefonie siedzi!". Niektórzy wolą, żeby ludzie uważali ich za uzależnionych od smartfonu niż żeby mieli mówić: „Ślepy jesteś?". Całkiem inne jest wtedy odczucie, ponieważ ludzie nie denerwują się wprost na osobę, tylko na urządzenie.

Głupi: często mówi się tak na osoby, które na wszystko odpowiadają, że nie wiedzą. Jest to po prostu wymówka, aby nie wysilać wzroku lub też uniknąć kolejnych tłumaczeń, dlaczego czegoś się nie widzi.

Można też wymienić kolejny rodzaj osób, które na wszystko mówią „tak", nazwijmy ich **Potakiwaczami**. Często gdy znajomi pytają Potakiwaczy czy zdjęcie jest ładne, czy dobrze wyglądają w jakimś stroju, czy coś do nich pasuje, otrzymują zawsze tą samą odpowiedź: „tak". Taki ktoś często nie widzi tego, o co jest pytany, ale woli odpowiedzieć twierdząco, by zatuszować swoją wadę, ale w taki sposób, by drugiej osobie nie było przykro. Niestety zdarzają się potem zgrzyty z powodu złego doradzenia.

Wymówkarz: osoba, która zawsze ma na wszystko gotową wymówkę. Nie pojedzie na wyjazd ze znajomymi, bo akurat wtedy ma zjazd rodzinny. Nie pójdzie na imprezę, bo pies musi pójść do weterynarza. Oczywiście takie wymówki mogą być prawdziwe, jednakże zdarza się, że po prostu są wypowiedziane ze strachu, np. przed tym, że podczas wycieczki znajomi będą mogli zauważyć jak poważne są problemy ze wzrokiem, że nie wsiądzie się do odpowiedniego autobusu, że wysiądzie się na złym przystanku itp. Można mówić też o **Marudzie**, czyli osobie, która oprócz standardowej wymówki doda jeszcze, że nie warto jechać, że nie ma to sensu, itp.

To zaledwie kilka typów, a właściwie określeń osób z niepełnosprawnością wzroku. Odmienność, niestety, niektórych ludzi przeraża i dlatego wiele osób jest niezrozumiana przez społeczeństwo. Czasami jednak zdarza się, że my sami to powodujemy, często nawet nieświadomie. Co zatem zrobić? Jak postępować, aby żyło się lepiej?

Warto być sobą, nikogo nie udawać i całkowicie akceptować siebie z wszystkimi zaletami i wadami. W końcu nie ma ludzi idealnych, prawda?

Felieton skrajnie subiektywny

Jak rtęć zamieniła się w złoto

Elżbieta Gutowska-Skowron

Sezon ogórkowy już niemal za nami, a w moim domu wciąż trwa. Uwielbiam ogórki małosolne i zapewne nie jestem w tym uwielbieniu ani oryginalna, ani odosobniona. W związku z tym, co dziesięć dni, nastawiam do kiszenia kolejną ich partię. Podczas tej czynności bardzo dobrze mi się myśli. Wydarzenia płyną w mojej głowie strumieniem świadomości, układając się w nieuporządkowaną mozaikę, niekoniecznie chronologiczną.

Nie mogą narzekać na tegoroczny sezon ogórkowy ci, którzy wybrali na urlop polski Bałtyk. Wielu moich przyjaciół spędzało tam wakacje i urzekła ich pogoda, rewelacyjna przez bez mała dwa miesiące. Nieco mniej zachwycały ceny, zawsze wyższe na Wybrzeżu, tego lata bardzo wysokie. Przyjaciele jednak orzekli, że w końcu wakacje są raz w roku i nie ma sensu wszystkiego sobie odmawiać. Każdy medal ma dwie strony. Długotrwałe upały doskwierają tym wszystkim, którzy nie mieli szansy wypoczywać w czasie tegorocznej kanikuły. Upał w mieście jest męczący, poza wszelką dyskusją.

Wysoka inflacja, jak dotąd, na szczęście, nie przekłada się na drastyczne obniżenie innych wskaźników gospodarczych. Niskie bezrobocie, wiele nowych inwestycji infrastrukturalnych, finalizowanie dużych inwestycji typu przekop Mierzei Wiślanej czy budowa gazociągu Baltic Pipe.

Oficjalne otwarcie kanału żeglugowego przez Mierzeję Wiślaną nastąpi 17 września. Data tyleż symboliczna dla naszego kraju, ile znacząca, zwłaszcza wobec wciąż trwającej agresji Rosji na Ukrainę. I wiążący się z tą agresją, dość przypadkowo, ale szczęśliwie dla Polski, termin oddania gazociągu Baltic Pipe. 1 października tego roku gazociągiem popłynie do Polski błękitne paliwo. Za dużą część inwestycji odpowiada polska firma GAZ-SYSTEM, operator gazociągów przesyłowych. To ona nadzorowała budowę gazociągu na dnie Morza Bałtyckiego, rozbudowę polskiego systemu przesyłowego, budowę gazociągu łączącego polski system przesyłowy z gazociągiem podmorskim, budowę gazociągu Goleniów-Lwówek, rozbudowę tłoczni gazu w Goleniowie, budowę tłoczni w Gustorzynie i rozbudowę tłoczni Odolanów.

18 sierpnia na Plac Piłsudskiego weszła ekipa, której zadaniem jest ogrodzenie placu budowy Pałacu Saskiego. Tak, Pałac Saski zostanie odbudowany, zgodnie z obietnicą złożoną przez obecnie rządzących.

W Fundacji Szansa dla Niewidomych sezon ogórkowy przebiegał pod znakiem regionalnych konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND, a więc bardzo pracowicie. Przed nami REHA centralna, w Warszawie, już 15 września. Program imponujący, bogaty, spektakularne wydarzenie, europejskie i światowe, nie tylko dla osób niewidomych i słabowidzących. Trudno przecenić jego ogromną wartość.

A teraz tytuł felietonu, z którego jak dotąd się nie wytłumaczyłam. Masowe śnięcie ryb w Odrze stało się tematem sierpnia. Katastrofa ekologiczna i związane z nią wielkie, zrozumiałe emocje, powinny nas zjednoczyć. Nie zjednoczyły. Podzieliły jeszcze bardziej. Jest faktem, że coś zawiodło w komunikacji między różnymi szczeblami samorządów a rządem. Zbyt późno odpowiednie ministerstwa i agendy rządowe zwarły szeregi i ruszyły na odsiecz Odrze. Ale to, co w tej kwestii robiła i robi opozycja jest niedopuszczalne.

Zaczęło się od informacji od naszych sąsiadów zza Odry. Axel Vogel, minister rolnictwa, klimatu i środowiska Brandenburgii, w rozmowie z Elżbietą Polak, marszałek województwa lubuskiego, powiedział, że w próbce wody z Odry odkryto rtęć. Tyle. Pani marszałek dopisała do tego całą resztę, która być może wynikała z niezrozumienia czy złego tłumaczenia, a być może ze złej woli, twierdząc, że w odrzańskiej wodzie jest tyle rtęci, że jej poziom jest niemierzalny. Axel Vogel zapytany o rozmowę z panią marszałek i o próbkę, powiedział, że ilości rtęci były śladowe i że to nie ona jest odpowiedzialna za masowe śnięcie ryb, poza tym nic nie mówił o rzekomej niemierzalności jej poziomu. Wyjaśnienie nie pomogło. Rzekoma rtęć, bowiem wyników badań wody na jej obecność z polskich laboratoriów jeszcze nie było, zaczęła być odmieniana przez naszą opozycję przez wszystkie przypadki. Pojawiły się sformułowania, że Prawo i Sprawiedliwość jest jak rtęć (w domyśle wysoce toksyczne), że państwo PiS jest śnięte jak ryby w Odrze itp.

Spekulacje nie ustały nawet wówczas, gdy po zbadaniu licznych próbek zarówno po stronie polskiej, jak i po stronie niemieckiej, ale także w laboratoriach w Wielkiej Brytanii i w Holandii, okazało się, że w wodzie nie występują metale ciężkie, w tym rtęć. Można było odnieść wrażenie, że opozycja marzy o tym, by w Odrze znajdowały się niemierzalne ilości rtęci, by ryby wymierały nie setkami ton, jak ma to miejsce, a tysiącami, by okazało się, że za obecność tego metalu w rzece odpowiada jakieś przedsiębiorstwo stanowiące własność skarbu państwa, by to państwo można było oskarżyć o zatrucie rzeki.

Odławianie martwych ryb, zakładanie zapór na Odrze, sztuczne napowietrzanie wody, udział ministerstw i agend rządowych w stałym monitoringu stanu rzeki, kolejne badania w licznych laboratoriach na obecność dioksyn, pestycydów, herbicydów, drobnoustrojów, wszystko to nie powstrzymało opozycji przed twierdzeniem, że rządzący nic nie robią w kwestii katastrofy ekologicznej. Nie zmieniło tego nawet odkrycie sprawcy śnięcia ryb, którym nie jest rtęć, a splot pewnych naturalnych zjawisk. Po pierwsze jest to rzadko występujący w Polsce glon – złota alga, po drugie warunki pogodowe – upały, brak opadów, bardzo niski stan wód Odry i jej skrajne niedotlenienie, co wstępnie dowodzi, że katastrofa ma charakter naturalny. Nawet wówczas pojawiły się fałszywe doniesienia z kręgów opozycyjnych i z mediów tzw. mainstreamu, że próbki są fałszowane, że jakieś laboratorium zniszczyło część próbek, zaś inne odmówiło wykonywania analiz, czytaj – odmówiło, bowiem było zmuszane przez rządzących do fałszowania wyników. Większe absurdy trudno sobie wyobrazić.

Złote algi w procesie kwitnienia produkują ichtiotoksyny. Ich obecność w wodzie jest zabójcza dla ryb i skorupiaków. W Odrze na jeden litr wody alg było nawet kilkadziesiąt miligramów. Obecność alg wpływa ponadto na wiele parametrów wody. W sytuacji, gdy mamy do czynienia z ekstremalnymi upałami i z bardzo niskimi stanami wód – katastrofa ekologiczna gotowa.

W ten oto sposób rtęć zamieniła się w złoto alg. Kiepskiej to próby złoto, a raczej fałszywa i niebezpieczna błyskotka, na której dość niezręcznie jest zbijać kapitał polityczny. Trudno bowiem wyobrazić sobie, by to rząd osobiście wrzucał złote algi do Odry i stwarzał im korzystne warunki do nadmiernego rozrostu. Opozycja wciąż jednak nie ustaje w wysiłkach przypominających wysiłki średniowiecznych alchemików, próbujących wyprodukować złoto z różnych amalgamatów z udziałem rtęci. Wiemy, że to się nie udało.

Oblany egzamin z człowieczeństwa

Karolina Anna Kasprzak

Środek dnia, centrum miasta. Nie jakiejś prawie że odludnej wsi, do której drogę gubi w którymś momencie nawigacja, ale urokliwej, około 20-tysięcznej miejscowości, gdzie wciąż coś się dzieje. Pewnego lipcowego dnia tego roku też coś się zdarzyło w tym mieście. Coś, o czym mieszkańcy nigdy nie zapomną. W tym właśnie miasteczku brutalnie pobito człowieka – 43-letniego Sebastiana, fizjoterapeutę, współzałożyciela i wieloletniego pomocnika Stowarzyszenia Osób po Endoprotezoplastyce Biodra „Bioderko".

Zaatakowało go trzech mężczyzn, bo poprosił, aby nie puszczali swojego psa bez smyczy wokół blokowiska. Sebastian pobity został dotkliwie – ma liczne złamania twarzoczaszki. Policjanci, którzy zostali wezwani na miejsce, zobaczyli mężczyznę leżącego we krwi. Sprawcy w chwili zatrzymania byli pod wpływem alkoholu. Dwójka z nich była wcześniej karana. Chodzieżanie wstrząśnięci brutalnym pobiciem zorganizowali w parku ks. Ostrowskiego happening pod nazwą „Stop przemocy w Chodzieży". Mimo upału przybyło sporo ludzi w różnym wieku. Był instruktaż

udzielania pierwszej pomocy, była policyjna pogadanka, szereg informacji co robić, gdy jest się świadkiem bójki. Historia Sebastiana wycisnęła łzy z niejednych oczu.

Kilkanaście dni później w jeszcze większym mieście, w Poznaniu, grupa nastolatków w wieku 13 – 17 lat, w obecności 39-letniej kobiety porwała swoją 14-letnią koleżankę, a następnie wywiozła na drogę gruntową w miejscowości Złotniki, gdzie dziewczynkę pobito, zgwałcono, ogolono jej brwi i częściowo włosy. Całe szczęście, że matka dziewczyny szybko zawiadomiła policję o porwaniu, a dwie godziny później 14-latka została odnaleziona. Niestety, ani nie cała, ani zdrowa.

“ Jak pojąć fakt, że w niemal każdej sferze życia chcemy być przed innymi – pierwsi, lepsi, szybsi, bardziej widoczni – choćby w kolejce po chleb. Czy za to też odpowiada wyłącznie patologiczne środowisko, w którym dorastaliśmy bądź przebywaliśmy?

Ktoś powie: „to patologia”. Bo przecież i oprawcy Sebastiana, i oprawcy Kasi nie mają przeszłości pozbawionej uzależnień czy konfliktów z prawem. Czy jednak ową „patologią” można zachowania tak silnie naznaczone agresją wytłumaczyć? Pójście tą drogą nie przyniesie żadnego konstruktywnego wniosku, a jeśli już, to taki iście stereotypowy – że wszystkie dzieci z rodzin alkoholowych w dorosłym życiu prowadzą się nagannie i każdy recydywista prędzej czy później wróci do swojego przestępczego półświatka.

Zatem jak wytłumaczyć narastającą każdego dnia agresję (werbalną i nie tylko) kierowców na polskich drogach lub uczenie dzieci wypisywania przekleństw na transparentach podczas publicznych manifestacji? Jak pojąć fakt, że w niemal każdej sferze życia chcemy być przed innymi – pierwsi, lepsi, szybsi, bardziej widoczni – choćby w kolejce po chleb. Czy za to też odpowiada wyłącznie patologiczne środowisko, w którym dorastaliśmy bądź przebywaliśmy? Niektórzy krocząc dumnie w eleganckich ubraniach przez miasto nie mają odwagi się pochylić nad ubogim proszącym o parę groszy na coś do zjedzenia albo co gorsze – nad człowiekiem chorym lub pobitym, który potrzebuje natychmiastowej pomocy medycznej. „Nic to”, biegniemy dalej, bo przecież tuż za rogiem czeka ważne spotkanie biznesowe, być może otwierające drzwi do dalszej kariery. I choć zaliczyliśmy niejeden trudny egzamin w szkole i na studiach, to ten najważniejszy w życiu właśnie oblaliśmy – z człowieczeństwa.

Każdego roku w statystykach policyjnych odnotowywanych jest co najmniej kilkanaście tysięcy przypadków przestępstw o charakterze znęcania. Artykuł 207 §1 kodeksu karnego stanowi, iż „kto znęca się fizycznie lub psychicznie nad osobą najbliższą bądź nad inną osobą pozostającą w stałym lub przemijającym stosunku zależności od sprawcy, podlega karze pozbawienia wolności od 3 miesięcy do lat 5”. Z kolei §2 tegoż artykułu brzmi: „Jeżeli czyn określony w §1 lub 1a połączony jest ze stosowaniem szczególnego okrucieństwa, sprawca podlega karze pozbawienia wolności od roku do lat 10”. Nie ulega wątpliwości, że i Sebastiana, i Kasię takie okrucieństwo ze strony oprawców spotkało. A jaka kara spotka sprawców? Miejmy nadzieję, że adekwatna do wyrządzonej krzywdy.

Reagujmy zawsze ilekroć jesteśmy świadkami przemocowych zachowań bądź podejrzewamy, że ktoś z naszego otoczenia mógł paść ofiarą przemocy. W danych formalnych (przestępstwa zgłoszone), jak wspomniałam, każdego roku odnotowywanych jest co najmniej kilkanaście tysięcy przypadków przestępstw o charakterze znęcania, jednak o wiele więcej nigdy nie zostało ujawnionych.

18 lat minęło...

Opolski Tyflopunkt osiągnął pełnoletność!

NIL

13 sierpnia br. minęło dokładnie 18 lat działalności tyflopunktu Fundacji Szansa dla Niewidomych w Opolu. Właśnie w połowie sierpnia 2004 r. po kilku miesiącach przygotowań zaczął funkcjonować pierwszy zlokalizowany poza centralą w Warszawie punkt konsultacyjny Fundacji, a na miejsce tego swoistego eksperymentu wybrano Opole. Pomysł pojawił się wcześniej, ale po jego akceptacji należało ustalić, zaprojektować i zorganizować mnóstwo ważnych tematów z tym związanych. Jedną z najbardziej istotnych trudności był fakt, że było to coś całkowicie nowego i podczas tworzenia filii Fundacji nie było wzorców, na których moglibyśmy się opierać. Takich i innych barier było sporo, ale szczęśliwie wszystkie udało się zniwelować lub znaleźć kompromisowe rozwiązania.

O historii opolskiego Tyflopunktu, jego rozległej działalności, realizowanych projektach, nagrodach, itd. na łamach Helpa ukazało się już wiele artykułów i do każdego z nich można powrócić sięgając po wcześniejsze numery naszego wydawnictwa – do czego Czytelników serdecznie zachęcam. W niniejszym tekście chciałabym skupić się na czymś innym. Chcę spojrzeć na te minione 18 lat koncentrując się na tych, dla których tak naprawdę jesteśmy i dla kogo pracujemy – przede wszystkim naszych niewidomych i niedowidzących przyjaciołach. Nie muszę tu chyba dodawać, że aby efektywnie wspierać niewidomych, współpracujemy z ich rodzinami, nauczycielami, urzędnikami itp. Tylko wtedy pomoc niewidomym ma szansę być optymalna.

Wróćmy jednak do tych, z którymi w Opolu i na Opolszczyźnie udało nam się wspólnie spędzić całe pokolenie. Sięgając pamięcią do tych pierwszych dni, kiedy już realnie działało opolskie

biuro Fundacji stwierdzamy, że wiele osób było z nami od zawsze, od pierwszych dni i godzin. Są z nami nadal, z takim samym zaangażowaniem i zapałem. Są również osoby, które poznały nas później i dołączyły w trakcie. Wreszcie są tacy, którzy 18 lat temu się urodzili i poznawaliśmy się z nimi jako malutkimi dziećmi. Minęło 18 lat – zmieniło się tak wiele w świecie, w Fundacji, metodach rehabilitacji i wielu innych obszarach. Nasi pierwsi mali beneficjenci dorośli, studiują i pracują, założyli rodziny, wiodą interesujące życie, nierzadko realizując bardzo wyszukane pasje. Wielu z nich pokonało wiele ograniczeń i barier, przełamało lęki i otworzyło się na nowe możliwości. Cieszymy się, że po części mogliśmy w tym uczestniczyć. Myślę o zebraniu kilku takich historii i zaprezentowaniu ich w Helpie.

Tu i teraz natomiast przedstawię kilka osób, do których uciekają wspomnienia, kiedy pochylam się nad wydarzeniami, radościami i smutkami towarzyszącymi kilkunastoletniej historii Fundacji Szansa dla Niewidomych w Opolu. Nadmieniam, że przytoczone tu przykłady to próba ukazania różnorodności sytuacji, losów… 18 lat to kawał czasu i nie sposób opisać wszystkich. Zapewniam jednak, że wszyscy są dla nas tak samo ważni i cenni, a przy tym każdy wnosi coś swoją osobowością i indywidualnością.

Są z opolską Fundacją beneficjenci, a raczej przyjaciele, którzy byli z nami od samego początku. To przede wszystkim nasz wybitny wolontariusz Zdzisław. Każdemu życzę takiego oddanego i zaangażowanego przyjaciela organizacji. Z takimi osobami można podejmować niesamowite wyzwania. Zdzisław pomaga od zawsze i każdemu, kto tylko potrzebuje wsparcia. Sam jest osobą niedowidzącą, a potrafi i chce dać wiele dobrego innym. Takich osób jest więcej i wszystkim z serca dziękujemy.

Są z nami Czesław i Joanna. Niewidomi, bardzo dobrze zrehabilitowani i niesamowicie aktywni uczestnicy naszych wszelakich zajęć, wypraw, projektów. Zawsze możemy liczyć na ich wsparcie, konsultacje i pomoc i mam nadzieję, że oni mogą powiedzieć o nas to samo…

“Chcę spojrzeć na te minione 18 lat koncentrując się na tych, dla których tak naprawdę jesteśmy i dla kogo pracujemy – przede wszystkim naszych niewidomych i niedowidzących przyjaciołach. Nie muszę tu chyba dodawać, że aby efektywnie wspierać niewidomych, współpracujemy z ich rodzinami, nauczycielami, urzędnikami itp. Tylko wtedy pomoc niewidomym ma szansę być optymalna.

Wracam pamięcią do Piotra, który w wyniku nieszczęśliwego wypadku nagle stracił wzrok i jego uporządkowane, aktywne życie uległo całkowitej zmianie i właściwie zamknęło się w czterech ścianach na kilka lat. Pamiętam telefon, kiedy po kilku zajęciach z instruktorem orientacji przestrzennej z radością dziękował, że po tak długim czasie wyszedł z domu z białą laską i poczuł, że

przed nim jeszcze wiele dobrego i życie wcale się nie skończyło. Uwierzcie, dla takich chwil warto żyć i pracować!

Adam – a właściwie dwóch Adamów. Każdy inny, ale każdy w nowej, trudnej sytuacji odnalazł swoje miejsce. Pierwszy z nich długo szukał pracy, jednak po fundacyjnych projektach z powodzeniem znalazł zatrudnienie. Zawsze chętnie bawił się i uczył w fundacyjnym gronie. Niestety nie ma go już z nami, ale z pewnością wspiera nas tam, gdzie teraz jest.

Adam „nr 2", to tracący wzrok działacz społeczny. Kiedy jego widzenie uległo znacząco pogorszeniu, potrzebował motywacji i zapewnienia, że nie widząc można aktywnie żyć, pomagać, organizować, działać, itd. Po kilku latach od momentu kiedy trafił do nas, jest wspaniałym liderem swojej organizacji i robi mnóstwo ważnych społecznie rzeczy.

Kolejna osoba to Alicja, która studiowała w Opolu i z powodu bardzo słabego wzroku potrzebowała pomocy w nauce orientacji przestrzennej w nowym dla niej miejscu. Od początku wiadomo było, że to osoba nietuzinkowa, że zrealizujemy wspólnie niejedno wyzwanie. I tak rzeczywiście było. Po studiach Ala założyła własną organizację pozarządową i tym samym jest nas więcej do niesienia pomocy innym!

Alina – wyjątkowa postać, która swoim życiem potwierdza, że niewidomi mogą być wybitnymi fachowcami, podróżnikami, a tym samym mogą żyć pełnią życia i nie przejmować się ograniczeniami. Z jej pomocą udało się przekonać wielu nowo ociemniałych, i nie tylko, do podejmowania z pozoru nieosiągalnych wyzwań – ponieważ dobre przykłady pociągają do naśladowania.

Monika realizuje się głównie w dziedzinie muzyki. Patrycja – niezwykle oczytana osoba – odnosi sukcesy w popularnych teleturniejach wiedzy. Mateusz – olimpiady z zakresu historii czy filozofii to jego żywioł. Grażyna tworzy wspaniałe rękodzieła i nie tylko, zawsze pomocna i chętna do współpracy. Marcin, Tomek, Małgosia, Marysia…

Osobne akapity należy poświęcić tym, z którymi mamy ogromną przyjemność współpracować po to, by po prostu niewidomym żyło się łatwiej, pełniej, ciekawiej.

Wspaniałe nauczycielki – panie Teresa, Agnieszka i Barbara. Agnieszka, Dobromir i Natalia – przedstawiciele placówek kultury. Lokalny oddział PFRON, zaprzyjaźnione organizacje pozarządowe, związane z OPP wydziały urzędu miasta, departamenty Urzędu Marszałkowskiego Województwa Opolskiego, media.

Podziękowania należą się także panu Jackowi z zaprzyjaźnionej restauracji Niebo w Gębie – zasługuje na wyróżnienie, bo bez niego wielokrotnie nie udałoby się pokonać trudności zagrażających realizacji projektów.

Wszystkim beneficjentom (choć to projektowe nazewnictwo zdecydowanie wolimy zastąpić słowem „przyjaciele"), ich najbliższym, przedstawicielom władz, wolontariuszom, współpracownikom wyższych uczelni, szkół, muzeów itd., itp. – wszystkim Wam bardzo dziękujemy za każde okazane wsparcie i zrozumienie. Tylko dzięki temu możemy kolejny, już 19. rok, pracować dla opolskich niewidomych.

Prosimy, bądźcie z nami nadal i wspólnie zmieniajmy świat na bardziej otwarty dla niewidomych.

Od poniedziałku do piątku zapraszamy do opolskiego Tyflopunktu przy ul. Kołłątaja 10/5 w Opolu – przy kawie i ciasteczku powspominamy, poszukamy dobrego rozwiązania, będziemy razem! A to przecież jedno z haseł przyświecających Fundacji Szansa dla Niewidomych.

I jeszcze jedna, bardzo ważna sprawa. Składamy podziękowania dla władz Fundacji za szansę daną nam 18 lat temu. Mamy nadzieję, że Opole będzie mogło z powodzeniem kontynuować swoje działania i wraz całą Fundacją i innymi jednostkami udostępniać świat osobom z niepełnosprawnościami.

Michał Lańda: Gdybym nie został przewodnikiem...

Radosław Nowicki

– Początkowo całkiem inaczej wyobrażałem sobie ludzi z niepełnosprawnością wzroku. Wydawało mi się, że są oni smutni. Tymczasem chłopaki mają mnóstwo radości w sobie, są duszami towarzystwa. Kontakt z takimi ludźmi nam, jako przewodnikom, daje bardzo dużo. Pozwala spojrzeć na własne życie z innej perspektywy. Okazuje się, że nasze problemy stają się niczym w porównaniu z barierami, które mają do pokonania osoby niewidome – powiedział w rozmowie z miesięcznikiem Help Michał Lańda, były narciarz, który obecnie spełnia się w roli przewodnika Pawła Gila. Obaj wystartowali w Igrzyskach Paraolimpijskich w Pekinie, w których zajęli siódme miejsce w biathlonowym biegu indywidualnym.

Radosław Nowicki: Jak to się stało, że został pan przewodnikiem osoby z dysfunkcją wzroku?

Michał Lańda: Może zacznę od tego, że od małego trenowałem biegi narciarskie. Jestem po szkole sportowej. Przez całe życie koncentrowałem się na biegach. Jestem po karierze sportowej, a na koncie mam medale mistrzostw Polski. Moim przyjacielem jest Kuba Twardowski, z którym trenowałem wspólnie w klubie. Później objął on funkcję przewodnika Piotra Garbowskiego. Pewnego dnia zgłosił się do mnie, bo poszukiwany był przewodnik dla Pawła Gila. Wtedy kończyłem swoją karierę, więc pomyślałem, że mogę spróbować. I tak to się wszystko zaczęło. Treningi z Pawłem rozpocząłem w listopadzie, a już w grudniu wspólnie pojechaliśmy na zawody Pucharu Świata do Finlandii. Wówczas byliśmy jeszcze takimi „żółtodziobami". Wszystkiego się uczyliśmy. Zostaliśmy rzuceni na głęboką wodę, ale jakoś sobie poradziliśmy. Zaczęliśmy zbierać doświadczenie, co miało zaprocentować w przyszłości.

RN: Co dla pana na początku współpracy z Pawłem było najtrudniejsze?

ML: Najtrudniejsze było odłożenie na bok własnych ambicji zawodniczych i skupienie uwagi na Pawle. Jako były zawodnik zawsze chciałem

jak najszybciej pędzić po trasie, tutaj jednak musiałem skoncentrować się na osobie niewidomej. Serce chciałoby biec do przodu, a w tej sytuacji wszystko zależało od Pawła. Nie był on zawodnikiem z długim stażem. Dopiero uczył się biegać na nartach. W porównaniu ze światową czołówką był bardzo daleko. Dlatego początkowo trudne były techniczne rzeczy takie jak trzymanie dystansu między nami czy zjazdy.

RN: Czy było tak, że po zakończeniu własnej kariery sportowej chciał pan osiągnąć sukces na trochę innym gruncie?
ML: Wiedziałem, że sam w sporcie już nic nie osiągnę. Za pracę trenerską nie chciałem się brać, ale jak Kuba się do mnie zgłosił z tą propozycją, dużo nad tym myślałem. Stwierdziłem, że fajnie będzie, jak swoją wiedzę i długoletnie doświadczenie będę mógł przekazać drugiej osobie. Kuba z Piotrkiem już rok biegali, więc widziałem, że wspólnie można osiągać dobre wyniki i robić postępy. Pomyślałem więc, że taka współpraca z osobą niewidomą może być czymś ciekawym i jakąś nowością. Chciałem zrobić coś także dla innych, nie tylko dla siebie.

RN: Wcześniej w swoim życiu miał pan do czynienia z osobami niewidomymi?
ML: Szczerze mówiąc, nie. Owszem, znałem dwie osoby niewidome, ale nie miałem z nimi jakiegoś bliższego kontaktu. Była to więc dla mnie nowość. Wszystkiego musiałem się uczyć. Ale z chłopakami w grupie złapaliśmy fajny kontakt. Atmosfera w grupie jest super, co mi także dużo pomogło w aklimatyzacji w nowej rzeczywistości. Dzięki otwartości chłopaków dużo mogłem się nauczyć i przyzwyczaić się do nowej roli. Nie było więc to dla mnie wielkie wyzwanie.

RN: Można powiedzieć, że kluczowe w duecie jest zaufanie?
ML: Zdecydowanie tak. Bez zaufania nie osiągnie się dobrych wyników. Jest ono podstawą. Często Pawłowi powtarzam, że mam długoletnie doświadczenie i powinien mnie słuchać. Paweł jest trochę upartym człowiekiem, ale w kwestii sportowej zaufał mi oraz Kubie i czerpie dużo ze wskazówek, których mu udzielamy. Zaufanie istotne jest także na trasie w trakcie wyścigu. Dzięki niemu Paweł może trochę uwolnić głowę. Nie musi skupiać się na tym czy będzie dobrze, czy da radę na zjazdach. W kategoriach czysto technicznych pałeczkę przejmuję ja, a Paweł może koncentrować się tylko na tym, aby dać z siebie wszystko.

RN: A jak wasza współpraca wygląda podczas biegu?
ML: Wszystko zaczyna się przed startem. Razem z Kubą przygotowujemy narty chłopakom, więc oni nie muszą się w ogóle tym przejmować. A odpowiednie smarowanie nart to połowa sukcesu. Dzięki temu chłopaki mogą koncentrować się na samym biegu. W jego trakcie głównie daję Pawłowi wskazówki dotyczące tego jak najlepiej biec, aby było mu jak najlżej. Szukamy twardego śniegu, jeśli są mokre warunki. Przykładowo mówię mu, że lecimy bliżej prawej albo lewej strony, na zjeździe szeroko, ostrzegam przed lodem. W biegach klasycznych stosuje się też różne techniki, więc informuję Pawła, żeby biegł jednokrokiem, na początku podbiegu spokojnie, ale do zjazdu już mocno. Są to takie techniczne podpowiedzi. Poza tym na początku Pawła trzeba trochę stopować. Jest ambitny, więc od startu chciałby biec na maksimum swoich możliwości. Wiadomo jak mogłoby się to skończyć — odcięciem prądu. Muszę więc prowadzić bieg i nadawać mu odpowiednie tempo.

RN: Wspomniał pan, że swoją karierę już pan zakończył, ale z Pawłem udało wam się już pojechać na igrzyska. Było to dla was małe spełnienie marzeń?
ML: Dla mnie igrzyska olimpijskie były wielkim marzeniem, ale uzmysłowiłem sobie, że nie osiągnę tego celu. Udział w igrzyskach paraolimpijskich też jest dla mnie niesamowitym przeżyciem.

RN: Co panu najbardziej zapadło w pamięć?
ML: Wielkie wrażenie zrobiła na mnie ceremonia otwarcia i samo wejście na stadion jako członek reprezentacji Polski. Mimo Covida na trybunach było mnóstwo ludzi, więc przejście po stadionie i wymachiwanie flagą było niesamowitym

przeżyciem, które na pewno zostanie mi w głowie do końca życia. Czułem atmosferę igrzysk. Nie ukrywam, że w innych sytuacjach przez koronawirusa wszystko było takie trochę jakby w foliowym worku. Byliśmy odcięci od ludzi z zewnątrz, żyliśmy jakby w bańce. Wolontariusze chodzili w kombinezonach i okularach. Wszystko było strasznie sterylne i nie czuć było atmosfery igrzysk. Jedynie podczas otwarcia i na samych obiektach widać było, że to nie są mistrzostwa Polski czy nawet puchar świata. Organizacyjnie wszystko było dopięte na ostatni guzik. Nie było się do czego doczepić. Czuć było, że przebywa się na konkretnych zawodach, przez co odczuwalna była presja. Dla mnie igrzyska były nowością. Starałem się czerpać z nich jak najwięcej. Jestem bardzo zadowolony, że razem z Pawłem wziąłem w nich udział.

RN: No właśnie, Paweł Gil w ostatniej chwili otrzymał dziką kartę, która uprawniała go do startu w Pekinie. Czy to oznacza, że nie trenowaliście do igrzysk i przystąpiliście do nich trochę z marszu?
ML: Od początku wiedzieliśmy, że jest szansa na otrzymanie dzikiej karty. Pierwsze ich przydzielanie odbyło się w październiku. Wówczas dostali je między innymi Monika Kukla i Krzysztof Plewa, a Paweł trochę zwątpił, ale była jeszcze druga szansa w lutym. Musieliśmy więc skoncentrować się na grudniowym Pucharze Świata oraz w styczniu w Norwegii pobiec jak najlepiej. Trenowaliśmy więc normalnie i przygotowywaliśmy się tak, jakbyśmy mieli jechać na igrzyska. Aczkolwiek był moment niepewności, bo do 15 lutego miała zostać podjęta ostateczna decyzja. Minął ten czas i nie było żadnej informacji. Zaczęliśmy już z Pawłem pocieszać się, że za cztery lata też będzie okazja, ale 18 lutego Kuba Twardowski zadzwonił do nas i powiedział, że dostaliśmy dziką kartę. Musieliśmy się sprężać i wszystkie sprawy organizacyjne załatwić w kilka dni. Było szaleństwo, ale udało się i pojechaliśmy na igrzyska. W lutym ominął nas obóz wysokogórski we Włoszech, na którym byli Kuba Twardowski i Piotrek Garbowski. My w tym czasie przebywaliśmy w Zakopanem, ale nie czuliśmy, aby to nam w jakikolwiek sposób pogorszyło przygotowania do igrzysk. Byliśmy non stop w rytmie treningowym i nie było tak, że do Chin pojechaliśmy z marszu.

RN: Wystartowaliście w kilku konkurencjach. Najlepszy wynik osiągnęliście w biathlonowym biegu długim, w którym zajęliście siódme miejsce. To optymalny rezultat czy można było pokusić się o coś więcej?
ML: Można było osiągnąć ciut więcej, aczkolwiek myślę, że jest to kwestia jednej lokaty w górę. Nie ma co ukrywać, czołówka jest bardzo mocna. Nie ma w niej słabeuszy, bo tacy zostali w domu. Reprezentacja Ukrainy jest bardzo silna. W czołówce są też Niemcy i Francuzi. Są to zawodnicy, którzy trenują długie lata, a Paweł dopiero cztery lata ze mną, a na nartach zaczął biegać pięć lat temu, czyli wtedy, kiedy Brian McKeever zdobywał trzynasty czy czternasty złoty medal. Nie czujemy po tych igrzyskach niedosytu. Całkiem inaczej nastawialiśmy się na te biegi. Ogólnie było ich siedem, my wystartowaliśmy w sześciu, czyli mieliśmy praktycznie najwięcej startów z całej reprezentacji Polski. Wyszliśmy z założenia, że warto biegać i zbierać doświadczenie. Były dni wolne między biegami, a odpuszczenie niektórych biegów niewiele by nam dało. Daliśmy z siebie wszystko. Jesteśmy z siebie zadowoleni. Nie czujemy żadnego niedosytu, a to siódme miejsce było dla nas miłym zaskoczeniem.

RN: Czy to siódme miejsce wiąże się z jakąś gratyfikacją stypendialną?
ML: Ubiegamy się o stypendium. Jest zapis, zgodnie z którym za miejsce w ósemce na igrzyskach paraolimpijskich przysługuje stypendium. Oczywiście, może to nie być 100, a 50% za dane miejsce. Jeśli bowiem nie ma wymaganej liczby reprezentacji w danej konkurencji, czyli ośmiu, to przysługuje połowa stypendium. Na pewno byłoby ono dla nas bardzo pomocne.

RN: No właśnie, tym bardziej, że wyczytałem, że pracuje pan z Pawłem woluntarystycznie…
ML: Razem z Kubą Twardowskim pracujemy głównie woluntarystycznie. Oczywiście, jeśli jest jakiś projekt unijny, na przykład Strefa Sportu,

to otrzymujemy jakieś pieniądze, ale jednak nie jest to pensja. A nie ma co ukrywać – życie sporo kosztuje. Dlatego pracuję trochę fizycznie, a przez treningi z Pawłem przez całą zimę nie pracuję, bo nie mam na to czasu. W tym okresie mamy ciągle jakieś treningi i wyjazdy. Dlatego dla nas obu takie stypendium byłoby bardzo pomocne. Stanowiłoby też motywację do dalszych działań.

RN: Latem też trenujecie?
ML: Tak, latem też jestem do dyspozycji Pawła. Trenujemy wówczas na nartorolkach, biegamy, chcemy kiedyś także spróbować jazdy na tandemie. Raz w miesiącu spotykamy się na tydzień lub dwa. W pozostałym okresie Paweł ma rozpisany plan domowy, który musi wykonywać sam. Dzieli nas bowiem różnica kilometrów, bo ja jestem z Podhala, z okolic Zakopanego, a Paweł z okolic Przemyśla. Stąd też poza zgrupowaniami nie widzimy się zbyt często. Tutaj pojawia się też kwestia zaufania. Muszę ufać Pawłowi, że trenuje w domu. Potwierdza się to później na wspólnych treningach.

RN: A czy w Pawle jest na tyle duży potencjał, aby za cztery lata zakręcił się wokół medalu, czy jednak ta konkurencja jest zbyt wymagająca?
ML: W biegach trudno będzie mu doskoczyć do czołówki, bo to jest za duża różnica. Jego szans upatrywałbym w biathlonie. Jeśli trochę się poprawi, to w biegu indywidualnym, w którym są karne minuty za niecelny strzał, może pokusić się o niespodziankę. W tej konkurencji czasami dzieją się cuda, więc nie skreślałbym jego szans. Oczywiście medal jest olbrzymim wyzwaniem, ale trzeba wyznaczać sobie wysokie cele.

RN: Jak pana zdaniem można by zachęcić młodych, pełnosprawnych ludzi, aby dali cząstkę siebie tak jak pan i zostali przewodnikami sportowców z dysfunkcją wzroku?
ML: Przede wszystkim trzeba ich uświadamiać, że mogą przekazywać wiedzę, którą zyskali w okresie zawodniczym. Mogą zrobić coś dobrego dla drugiej osoby. Sam nie wiedziałem początkowo, na czym ta funkcja polega. Na szczęście trochę dzieje się w sporcie paraolimpijskim. Igrzyska są transmitowane w telewizji, więc widać, że wszystko idzie do przodu. Fajnie byłoby to wykorzystać i powtarzać, że to fajna przygoda. Oczywiście przewodnik musi być ułożony, musi skupiać się na drugiej osobie. Sami mamy kolegów, którzy dalej trenują i od nas dowiadują się, jak wygląda współpraca z osobami niewidomymi. Po zakończeniu kariery sportowej nie trzeba zawieszać nart na kołek, tylko spełniać się w innej roli i nadal czerpać z tego radość. Dla mnie biegi narciarskie od zawsze były miłością. Cieszę się więc, że mogę mieć dalej styczność z tym sportem i nie muszę tylko i wyłącznie koncentrować się na pracy zarobkowej.

RN: Pomaganie drugiej osobie daje frajdę?
ML: Tak. Ja z Pawłem trenuję od czterech lat. Mam mnóstwo pozytywnych wspomnień z tego okresu. Gdybym nie został przewodnikiem, to dużo przeszłoby mi koło nosa. Przeżycia są niesamowite zarówno na obozach, jak i na pucharach świata. Bardzo dobrze się dogadujemy w całej grupie. Trzeba pamiętać, że ważna jest relacja między przewodnikiem a zawodnikiem. Im lepsza jest ona poza sportem, tym pojawiają się lepsze wyniki.

RN: Przez te cztery lata zmieniło się pana postrzeganie osób niewidomych?
ML: Początkowo całkiem inaczej wyobrażałem sobie ludzi z niepełnosprawnością wzroku. Wydawało mi się, że są oni smutni. Tymczasem chłopaki mają mnóstwo radości w sobie, są duszami towarzystwa. Kontakt z takimi ludźmi nam, jako przewodnikom, daje bardzo dużo. Pozwala spojrzeć na własne życie z innej perspektywy. Okazuje się, że nasze problemy stają się niczym w porównaniu z barierami, które mają do pokonania osoby niewidome. Nie przejmuję się już błahostkami, bo wiem, że są ludzie, którzy mają ciężej ode mnie w życiu. Świetnie sobie radzą i nie narzekają, a często człowiek pełnosprawny kręci nosem na swój los. Jak wracam ze zgrupowania z niepełnosprawnymi to okazuje się, że wszystko staje się jakieś łatwiejsze. Jest to dla mnie niesamowite. Cieszę się, że jestem przewodnikiem Pawła.

Moje doświadczenia związane z nauczaniem projektowania uniwersalnego

Część 1

Agnieszka Duniewicz

Od szeregu lat w polskich uczelniach związanych z kształceniem architektoniczno-urbanistycznym podejmowane są zagadnienia związane z projektowaniem uniwersalnym (określanym również projektowaniem bez barier, projektowaniem włączającym). Prekursorami i gorącymi orędownikami wdrożenia tych ważnych zagadnień w tok studiów projektowych byli znakomici naukowcy i dydaktycy, tacy jak: E. Kuryłowicz (Warszawa), H. Grabowska-Pałecka (Kraków) czy M. Wysocki (Gdańsk). Autorzy ci nie tylko korzystali z doświadczeń europejskich i światowych, ale sami tworzyli programy i materiały stanowiące taką inspiracje dla innych.

Obecnie treści związane z projektowaniem uniwersalnym są elementem programów nauczania przyszłych projektantów i decydentów przestrzeni architektonicznej. Zagadnienia te wdrażane są do programów studiów w różnej

formie, zależnie od decyzji podjętych na danej uczelni. Na niektórych wydziałach problemy związane z kształtowaniem przestrzeni przyjaznej wszystkim użytkownikom traktowane są jako integralny składnik zajęć z ergonomii lub projektowania. Zdarza się również, że treści te zostają ujęte w formie paneli tematycznych wyodrębnionych podczas nauki konkretnych przedmiotów, np. kilku wykładów i ćwiczeń z ergonomii, projektowania wstępnego, projektowania architektoniczno-urbanistycznego. Nieliczne wydziały nadają im natomiast rangę osobnych przedmiotów, poświęconych w całości projektowaniu uniwersalnemu.

Każde z tych rozwiązań ma swoich zwolenników. Zdaniem jednych projektowanie uniwersalne jest nieodłączną częścią całościowych procesów projektowych i nie powinno się traktować tych zagadnień jako osobnych treści, odseparowanych od innych problemów projektowych. Inni natomiast podkreślają wysoko specjalistyczny charakter zagadnień i brak ugruntowanej wiedzy z projektowania uniwersalnego, nawet wśród doskonałych projektantów, w czym dostrzegają przesłankę do wyodrębnienia osobnego przedmiotu i nauczania go przez wyspecjalizowanych ekspertów. Ja sama jestem obecnie zwolenniczką tego drugiego podejścia, które pokazuje wagę zagadnień i ich olbrzymi wymiar społeczny oraz pozwala nauczycielowi na przedstawienie szerokiej gamy problemów projektowania włączającego. Formułę taką należy według mnie utrzymać tak długo, aż uda nam się wyedukować pokolenie projektantów, dla których projektowanie uniwersalne stanie się normą i naturalnym odruchem, a nie „dodatkowym obciążeniem architekta" – kolejnym pakietem przepisów „utrudniających pracę projektantowi".

Jako architekt i nauczycielka pracująca w dwóch publicznych uczelniach wyższych, a także osoba od kilkunastu lat badająca tematykę OzN, chciałabym opowiedzieć Czytelnikom o własnych doświadczeniach związanych z nauczaniem projektowania uniwersalnego.

Ze względu na różnice programowe, wynikające z odmiennego ułożenia programu studiów na obu „moich" wydziałach, przedmioty, które dostałam pod swoją opiekę, były przeze mnie nauczane w odmienny sposób. Z uwagi na dość obszerną treść mojego artykułu, postanowiłam rozdzielić go na dwie części. W pierwszej przedstawię moje doświadczenia dydaktyczne na Wydziale Budownictwa i Architektury Politechniki Lubelskiej. W drugiej zaprezentuję metodę nauczania wdrożoną na Wydziale Architektury Politechniki Białostockiej.

Na Politechnice Lubelskiej zajęcia z projektowania uniwersalnego, które prowadziłam przez 2 kolejne lata, począwszy od roku akademickiego 2020/21, miały formę projektową i były prowadzone w formule osobnego przedmiotu. Obejmowały one łącznie 45 godz. w semestrze, przypadających na 1 grupę (średnio około 15 studentów). Osobnym elementem były wykłady prowadzone przez innego prowadzącego. Uczestnikami zajęć byli studenci 6. semestru, a zatem osoby, które miały już okazję zapoznać się z elementami ergonomii i różnymi zagadnieniami projektowania architektoniczno-urbanistycznego. Zgodnie z programem WBiA PL był to przedmiot występujący wyłącznie raz podczas przebiegu dwustopniowych studiów architektonicznych, co powodowało, że należało ująć treści przedmiotowe w sposób maksymalnie skondensowany i całościowy.

Zgodnie z autorskim pomysłem, odwołującym się do wymagań przedmiotowych, przedmiotem opracowania semestralnego był projekt dostosowania wybranej, realnie istniejącej przestrzeni do wymogów uniwersalnej dostępności. Obszar do twórczej interwencji był indywidualnie wybierany przez studentów w porozumieniu z prowadzącym. Zależnie od preferencji uczestników zajęć, mogły to być np.: otwarta przestrzeń zewnętrzna, obiekt architektoniczny wraz z otoczeniem czy też wnętrze wybranego budynku. Studenci byli zachęcani do wyboru miejsc interesujących, istotnych ze względu na swoją rangę w tkance miejskiej lub też ważnych (odgrywających emocjonalne znaczenie)

w życiu ich samych lub też bliskich im osób. Korekta projektowa miała być odpowiedzią na zdiagnozowane nieprawidłowości w zakresie budowy i funkcjonowania danego miejsca.

Zadanie projektowe wymagało koordynacji szeregu aspektów, w tym:

- rozpoznania i pogodzenia odmiennych potrzeb przestrzennych różnych grup użytkowników przestrzeni, a niekiedy ustalenia grupy priorytetowej (najbardziej narażonej na wykluczenie),
- rozpoznania i respektowania wielu różnorodnych uwarunkowań projektowych (planistycznych, funkcjonalno-przestrzennych, komunikacyjnych, kompozycyjnych, przyrodniczych, historycznych, konserwatorskich, społecznych, a także tradycji i ducha miejsca),
- zachowania wysokiej wartości estetycznej rozwiązań projektowych,
- wyważenia korzyści społecznych i ekonomicznych skutków działań projektowych.

Jako że treści poruszane na zajęciach miały charakter specjalistyczny i były nowe dla studentów, zajęcia zasadnicze z projektowania zostały przeze mnie poprzedzone obszernym wprowadzeniem. Podczas wprowadzenia starałam się naświetlić studentom bogaty kontekst społeczno-prawno-kulturowy zagadnień, którymi będziemy się zajmować na zajęciach. Studenci z zainteresowaniem odkrywali, jak bardzo w historii cywilizacji zmieniało się podejście do ciała ludzkiego, które na przestrzeni wieków traktowane było jako wyidealizowany wzorzec – kanon piękna, uosobienie podziałów i proporcji istniejących w doskonałym – geometrycznym świecie, humanistyczna „miara wszechrzeczy", moduł czy wręcz „szablon" projektowy. Ten krótki rys historyczny pozwolił nam lepiej zrozumieć historyczne mechanizmy odrzucenia, stawiania poza nawiasem, traktowania jako „odstępstwo" od tzw. „normy" tych osób, które cieleśnie nie wpisywały się w wyidealizowane oczekiwania. Przyjazna atmosfera wewnątrz grupy pozwoliła uczestnikom otwarcie opowiadać o własnej unikalności cielesnej i własnych trudnościach, np. z zakupem odpowiednich rozmiarów ubrań czy przedmiotów użytkowych, które odpowiadałyby ich potrzebom.

W toku dyskusji prześledziliśmy również, jak w architekturze ewoluowało pojęcie „użytkownika przestrzeni", a także społeczne podejście do tematu niepełnosprawności (począwszy od społecznego odrzucania, stygmatyzacji, poprzez litość, współczucie protekcjonalizm, niekiedy faworyzowanie, po ambiwalentną „tolerancję", akceptację, w kierunku pełnej równości). Wspólnie próbowaliśmy zidentyfikować wadliwe stereotypy społeczne i wskazać ich wielorakie konsekwencje. Temat ten wzbudził szeroką i bardzo emocjonalną dyskusję, a studenci z zaskoczeniem odkrywali, że niektóre z wadliwych przekonań są im znane z autopsji. Wiele osób z zażenowaniem przypominało sobie fatalne zdania czy określenia zasłyszane w dzieciństwie, a nawet powtarzane do dnia dzisiejszego w rodzinnych miejscowościach.

Badaliśmy również jakim przemianom podlegało nazewnictwo odnoszące się do zjawiska niepełnosprawności używane w języku potocznym, ale również stosowane w literaturze fachowej

> **Zdaniem jednych projektowanie uniwersalne jest nieodłączną częścią całościowych procesów projektowych i nie powinno się traktować tych zagadnień jako osobnych treści, odseparowanych od innych problemów projektowych. Inni natomiast podkreślają wysoko specjalistyczny charakter zagadnień i brak ugruntowanej wiedzy z projektowania uniwersalnego, nawet wśród doskonałych projektantów, w czym dostrzegają przesłankę do wyodrębnienia osobnego przedmiotu i nauczania go przez wyspecjalizowanych ekspertów.**

i powszechnej. Tu także dało się odczuć duże zaskoczenie, kiedy w stosunkowo niedawno wydanych podręcznikach czy artykułach naukowych studenci dostrzegali takie słowa jak: inwalida, ułomny, upośledzony czy kaleka. Zastanawialiśmy się czy nasz współczesny język jest wolny od tego rodzaju stygmatyzacji i staraliśmy się wypracować słownictwo nie budujące podziałów i uprzedzeń.

Ciekawym doświadczeniem było skonfrontowanie ze sobą różnych definicji niepełnosprawności i odkrycie jak istotne niosą one konsekwencje społeczne czy prawne. Próbowaliśmy zidentyfikować grupy osób narażonych na różnorodne bariery życiowe, a jednocześnie pozostawionych poza nawiasem tradycyjnie rozumianej niepełnosprawności. Zastanawialiśmy się również czy można postawić znak równości pomiędzy odmienną kondycją psychofizyczną człowieka a niepełnosprawnością (np. czy niewidomy lub nieposiadający rąk malarz, doskonale radzący sobie w pracy zawodowej jest niepełnosprawny czy też nie?). Ta część dyskusji doprowadziła nas do jednej z najważniejszych prawd projektowania uniwersalnego, zgodnie z którym u podstaw niepełnosprawności nie leżą zaburzenia organiczne czy funkcjonalne danej osoby, ale nieodpowiednio dostosowane środowisko, generujące bariery i wykluczające niektóre grupy użytkowników.

Kolejnym elementem zajęć przygotowującym grupę do realizacji zasadniczego zadania projektowego, były referaty studenckie. Ich tematy starałam się ułożyć w spójny ciąg, pozwalający poszerzyć horyzonty uczestników zajęć. Jako pierwszy wygłoszony został referat na temat ludzkich zmysłów i ich zaburzeń, które zmieniają system poznawczy i funkcjonowanie przestrzenne i społeczne człowieka. Następnie omawialiśmy zagadnienie wykluczenia różnorodnych grup odbiorców w różnych sytuacjach życiowych oraz wskazywaliśmy bariery w przestrzeni architektonicznej, cyfrowej, społecznej, itd. Kolejne z wystąpień dotyczyło metod niwelowania skutków niepełnosprawności, w tym: osobistych i systemowych rozwiązań wspierających OzN i osoby o szczególnych potrzebach, a także szeroko pojętych idei projektowania włączającego. Elementem tego referatu były również zasady savior vivre względem OzN. Wskazówki te bardzo zaciekawiły studentów – nie do końca pewnych czy potrafiliby się właściwie zachować w kontakcie z realną osobą. Następny z referatów dotyczył rysu historycznego oraz wyzwań współczesnego prawodawstwa wspierającego dostępność w przestrzeni architektonicznej. Poznanie współczesnych norm i przepisów jest koniecznym, lecz nie wystarczającym elementem pracy projektowej. Zwracaliśmy bowiem uwagę na nieścisłości, niedopowiedzenia prawne, a także literalne wykonywanie zapisów prawa bez faktycznego zrozumienia problemów OzN, które prowadzi do pseudorozwiązań i groźnych w skutkach błędów projektowych. Ostatnim z tematów były strefy wykluczenia oraz sposoby

likwidacji barier w kulturze i sztuce. Referenci zwracali uwagę, że ten obszar życia jest często traktowany jako fanaberia, a nie jako jedna z podstawowych potrzeb każdego bez wyjątku człowieka. Bazując na własnych badaniach naukowych starałam się przekazać studentom, jak wielką rolę rehabilitacyjną i społeczną w życiu OzN mogą spełnić różne aktywności związane ze światem sztuki.

Po tak przeprowadzonych zajęciach wstępnych studenci mogli przystąpić do właściwej pracy nad własnymi projektami. Zgodnie z ustaleniami praca projektowa odbywała się w niewielkich, dwu– lub trzyosobowych zespołach. Na początku każdy z zespołów przedstawił kilka propozycji tematów, które studenci chcieliby podjąć. Spośród nich wspólnie wybraliśmy jedną propozycję. Kierowaliśmy się przy tym przesłankami merytorycznymi (faktyczną skalą problemu niedostępności, potencjałem miejsca, jego atrakcyjnością dla odbiorców), a także pragmatycznymi (możliwością wejścia na dany teren, możliwością zdobycia map i planów – tzw. podkładów projektowych). Wśród wybranych lokalizacji znalazły się takie przestrzenie, jak:

- zaniedbane, zatłoczone, słabo oznakowane okolice dworca PKS w Lublinie,
- dawniej użytkowany, a dziś opustoszały dworzec PKP Lublin Północny,
- bliskie studentom, choć niewystarczająco atrakcyjne tereny kampusu Politechniki Lubelskiej,
- pełne barier placówki edukacyjne, w tym: przedszkola, szkoły podstawowe, licea, technika oraz internaty w lokalizacjach śródmiejskich i plenerowych (często były to miejsca, do których w przeszłości uczęszczali autorzy projektów),
- pełne konfliktów przestrzennych place i deptaki miejskie,
- historyczne i współczesne parki i osiedlowe tereny zielone,
- zespoły mieszkaniowe, w tym wnętrza konkretnych lokali mieszkalnych.

Zakres opracowania projektowego obejmował:

1. Ogólną prezentację przestrzeni – pokazanie umiejscowienia terenu interwencji i jego kontekstu przestrzennego.
2. Diagnozę danej przestrzeni pod kątem uniwersalnej dostępności – identyfikację elementów prawidłowych oraz wadliwych, występujących na obszarze projektowym, weryfikację istniejących rozwiązań pod kątem ich spójności i kompleksowości. Ustalenie konfliktów funkcjonalnych i przestrzennych, wynikających z potrzeb różnych grup użytkowników przestrzeni.
3. Audyt zbiorczy nieprawidłowości i barier wynikających z nieprawidłowego zaprojektowania, realizacji, wykorzystywania, użytkowania, opieki technicznej. Wskazanie elementów wymagających korekty, określenie ewentualnych zagrożeń dla różnych grup odbiorców.
4. Założenia projektowe. Ustalenie strategii zmierzającej do poprawy rozwiązań przestrzennych. Sprecyzowanie charakteru proponowanej korekty (np.: likwidacja jakichś elementów, przebudowa, dobudowa, naprawa i modernizacja, uzupełnienie, doposażenie, itd.)
5. Interwencja projektowa. Sformułowanie szczegółowych zaleceń dotyczących rozwiązań zaradczych. Prezentacja sposobów likwidacji barier i wdrażania rozwiązań uniwersalnych oraz specjalnych. Wizja projektowa przestrzeni dostępnej. Przedstawienie wyglądu i funkcjonowania danej przestrzeni po korekcie autorskiej.

Finalny projekt składał się z komputerowych lub ręcznych rysunków projektowych, takich jak:

- projekt zagospodarowania terenu,
- tzw. pierzeje ulicy lub elewacje zmienianych budynków,
- rysunki ścian wnętrz budynków,
- przekroje terenowe i przekroje wewnętrzne budynków,
- widoki z lotu ptaka oraz wizualizacje z poziomu człowieka,
- detal projektowy, czyli dokładne rozwiązanie wybranego problemu projektowego.

Rysunki projektu były każdorazowo wzbogacone o samodzielnie zaprojektowane przez zespół piktogramy, pokazujące:

- grupy osób szczególnie narażone na wykluczenie w danej przestrzeni,
- rodzaje barier występujących w danym miejscu,
- sposoby likwidacji barier i wdrożenia rozwiązań przyjaznych.

Ponadto prezentowano wykonaną przez zespół dokumentację fotograficzną, a także inspiracje projektowe – rozwiązania uznane przez studentów za wzorce dla ich własnych działań twórczych. Niezbędnym załącznikiem do projektów były także zestawienia i tabele prezentujące dane, których nie da się przedstawić w formie rysunkowej, np. audyt dostępności, zestawienia dodatkowych rozwiązań wspomagających funkcjonowanie OzN, itd. Ciekawym elementem uzupełniającym, który przedstawiło kilka najbardziej ambitnych zespołów studenckich, było opracowanie ścieżki multisensorycznej (wielozmysłowej) do własnego projektu.

Efektem pracy semestralnej stał się szereg bardzo ciekawych projektów uwzględniających nie tylko poprawę dostępności, ale także poprawę ogólnej jakości przestrzeni urbanistycznej lub architektonicznej. Rozwiązania te, co prawda jedynie teoretyczne, pokazują jak mogłoby wyglądać i funkcjonować dane miejsce po wprowadzeniu odpowiednio przemyślanych rozwiązań, uwzględniających potrzeby wielu różnych grup odbiorców, nie tylko „uśrednionego" i wyidealizowanego użytkownika. Co ciekawe, projekty te potwierdzają tezę przywołanej powyżej badaczki, E. Kuryłowicz, że rozwiązania dobre dla użytkowników o szczególnych potrzebach bardzo często okazują się również świetne dla osób pełnosprawnych. Na takiej korekcie zyskują więc wszyscy ludzie, nie zaś jedynie „wąska" grupa, jak nadal uważa znaczna część społeczeństwa. Wbrew obiegowej opinii, przy odpowiednim podejściu projektowym modyfikacje i wprowadzane rozwiązania przyjazne nie skutkują obniżeniem walorów estetycznych przestrzeni. Młodzi projektanci, uczestniczący w zajęciach odkryli, że bezpieczeństwo i wygoda mogą iść w parze z atrakcyjnością estetyczną, zaś atrakcyjność ta nie ogranicza się tylko do sfery wizualnej. Piękno i atrakcyjność projektu mogą wyrażać się również w formie dostępnej innym zmysłom – słuchu, dotyku i kinestezji czy zapachu. Doświadczenia architektoniczne oparte na wielu zmysłach mogą stać się przeżyciem łączącym ludzi, niezależnie od ich kondycji psychofizycznej. W wielu pracach widać starania autorów o uzyskanie przestrzeni przejrzystej i łatwej dla uzyskania orientacji. Aspekt ten jest ważny dla wszystkich ludzi, a nabiera on szczególnego znaczenia w sytuacji utrudnionej percepcji przestrzeni, zaburzeń poznawczych i rozwojowych, trudności motorycznych. W kwestii kształtowania projektów sprzyjających dobrej orientacji przestrzennej również opierano się na rozwiązaniach multisensorycznych (wielozmysłowych). Ułatwiają ją łatwe do odnalezienia (ale też opowiedzenia słowami) układy komunikacyjne, odpowiednie oznaczenia miejsc węzłowych, akcentowanie głównych ciągów i wejść, unikalne punkty charakterystyczne, rytmy ułatwiające rozeznanie w przestrzeni oraz dobre oświetlenie. Bardzo ważnym aspektem wielu projektów było również stworzenie rozwiązań ułatwiających bezpieczne przemieszczanie się. Wielu autorów bardzo wnikliwie analizowało

Co ciekawe, projekty te potwierdzają tezę przywołanej powyżej badaczki, E. Kuryłowicz, że rozwiązania dobre dla użytkowników o szczególnych potrzebach bardzo często okazują się również świetne dla osób pełnosprawnych. Na takiej korekcie zyskują więc wszyscy ludzie, nie zaś jedynie „wąska" grupa, jak nadal uważa znaczna część społeczeństwa. Wbrew obiegowej opinii, przy odpowiednim podejściu projektowym modyfikacje i wprowadzane rozwiązania przyjazne nie skutkują obniżeniem walorów estetycznych przestrzeni.

drogi potencjalnego dojścia do danej przestrzeni, rozpoczynając np. od okolicznych przystanków autobusowych czy przejść przez jezdnię. Podejmowano starania o odpowiednie odseparowanie ruchu kołowego, pieszego, rowerowego (czy np. wrotkowego). W topograficznie zróżnicowanym, pełnym skarp i uskoków krajobrazie Lublina ważne były również rozwiązania zapewniające komunikację po pochyłościach terenu, które starano się przekuć w atuty, a nie wady projektów. Niezwykle ciekawe okazały się projekty dotyczące przestrzeni, które już zawierały pewne „udogodnienia". Krytyczny ich ogląd przez coraz bardziej świadomych i zainteresowanych studentów pozwolił zweryfikować faktyczną użyteczność niektórych pseudorozwiązań, a następnie zaproponować inne, bardziej przydatne rozwiązania. Bardzo ciekawym eksperymentem, będącym udziałem kilku grup projektowych były wizje dotyczące przestrzeni historycznych. Z racji na delikatność takiej tkanki miasta i liczne wymogi konserwatorskie, przestrzenie te wymagały od autorów szczególnej uwagi i kultury projektowej. Pogłębione analizy pozwoliły na stworzenie interesujących propozycji – z jednej strony respektujących walory historyczne i szanujących ducha miejsca, z drugiej zaś nadających tym przestrzeniom nowe życie, z uwzględnieniem potrzeb wszystkich grup odbiorców.

Ogólny feed-back, który otrzymałam od uczestników zajęć, był bardzo pozytywny. Wielu studentów podkreślało jak bardzo nasz kurs zmienił ich podejście do problemu niepełnosprawności, który dotychczas traktowali w swoich projektach dość„mechanicznie" i utożsamiali głównie z osobami poruszającymi się na wózku (co od wielu lat podtrzymywało niestety polskie prawodawstwo). Dla większości osób punktem zwrotnym były referaty kolegów i pełne emocji dyskusje, uświadamiające realność i skalę problemów, doświadczanych każdego dnia przez olbrzymią rzeszę użytkowników przestrzeni architektonicznej. Wspólne poszukiwanie rozwiązań zaradczych uświadomiło przyszłym projektantom jak ważna może być uważność, empatia i zrozumienie potrzeb drugiego człowieka. A także jak istotną rolę oni sami mogą odegrać w procesie wieloaspektowej rehabilitacji i rewalidacji osób z niepełnosprawnościami. Część osób szczególnie zainteresowanych tematem zadeklarowało chęć przygotowania pracy dyplomowej związanej z tematyką projektowania uniwersalnego. Niektóre prace stały się też przyczynkiem do przygotowywanych obecnie artykułów naukowych.

Olbrzymie zainteresowanie i zaangażowanie grup było dla mnie nie tylko źródłem osobistej satysfakcji, ale przede wszystkim wiary w to, że już niedługo na naszym rynku projektowym pojawi się grupa dobrze wyedukowanych projektantów, którzy krok po kroku zmienią nasze miasta w przestrzenie przyjazne wszystkim bez wyjątku użytkownikom.

Moja przygoda ze szkoleniami i kursami zawodowymi

Katarzyna Podchul

Osoby niewidome i słabowidzące potrzebują szkoleń, których celem jest rehabilitacja oraz przygotowanie ludzi niepełnosprawnych wzrokowo od urodzenia oraz tych tracących wzrok, do samodzielnego i niezależnego życia. Organizatorami takich szkoleń są: Polski Związek Niewidomych i organizacje pozarządowe. Praca pełni ogromną rolę w procesie aktywizacyjnym i rehabilitacyjnym. Większość z nas nie może znaleźć stacjonarnego zatrudnienia na otwartym rynku pracy. Z pomocą tym ludziom przychodzą kursy kwalifikacyjne, podczas których można zdobyć nowe kompetencje zawodowe, pomagające ludziom ze szczególnymi potrzebami w znalezieniu pracy zarobkowej. W tym artykule podzielę się z czytelnikami własnymi doświadczeniami, zdobytymi podczas szkoleń i kursów zawodowych oraz krótko opowiem o nowych projektach organizacji pozarządowych, w których biorę obecnie udział.

I. Szkolenie usprawniające osoby z niepełnosprawnością narządu wzroku, zorganizowane przez Polski Związek Niewidomych Okręg Pomorski – Ustronie Morskie

Pierwsze szkolenie odbyło się podczas mojej nauki w Laskach. Kurs trwał tydzień. Organizatorem był PZN Okręg w Gdańsku. Uczestnikami kursu byli niewidomi i słabowidzący w przedziale

wiekowym od 16 do 50 lat. Baza szkoleniowa i noclegowa zlokalizowana była w ośrodku wczasowo-szkoleniowym PZN Klimczok. Zakwaterowani byliśmy w pięcioosobowych pokojach. Trafiłam na sympatyczne słabowidzące lokatorki, z którymi miło spędzałyśmy czas wolny podczas spacerów po miasteczku, plaży i brzegu morza. Udało mi się również nawiązać kontakt z innymi uczestnikami szkolenia. Podczas kursu mieliśmy warsztaty z ulg i przywilejów dedykowanych ludziom z niepełnosprawnością wzroku, czynności dnia codziennego i orientacji przestrzennej. Zorganizowano nam liczne atrakcje: konkurs talentów wokalnych, w którym wzięłam udział, jednodniową wycieczkę do pobliskich ogrodów, zabawę taneczną oraz wyjście na basen. Nauczyłam się wielu praktycznych umiejętności usprawniających. Poznałam nowych ludzi. Kontakty towarzyskie są ważne w życiu społecznym oraz pozytywnie wpływają na naszą psychikę.

II. Kurs komputerowy w Ośrodku Szkolno-Wychowawczym w Laskach rok 2013

Jestem absolwentką ośrodka dla dzieci i młodzieży niewidomej w podwarszawskich Laskach, gdzie ukończyłam liceum ogólnokształcące, zakończone maturą. W 2013 roku dział do spraw absolwentów zorganizował kursy zawodowe i doszkalające dla osób z niepełnosprawnością narządu wzroku. Wybrałam kurs komputerowy, który trwał tydzień. Podczas szkolenia nauczyłam się wielu nowych praktycznych umiejętności: pisanie CV, skanowanie i edycja przerobionego na Worda dokumentu, wyszukiwanie połączeń kolejowych i autobusowych w Internecie. Ta wiedza przydaje mi się do dziś. Wykłady kończyły się o godzinie piętnastej, dlatego miałam wolne popołudnia i jeździłam samodzielnie do Warszawy. Wieczorami kwitło życie towarzyskie. Oprócz kursu komputerowego odbywały się szkolenia z telemarketingu oraz bezpiecznego poruszania się z nawigacją GPS. Zakwaterowani byliśmy w domu chłopców, w trzyosobowych pokojach, z łazienką na korytarzu. Ja, ponownie jak poprzednio, trafiłam na dwie sympatyczne dziewczyny, z którymi miło się gawędziło i integrowało w wolnym czasie.

III. Szkolenie usprawniające osoby z dysfunkcją wzroku – organizator Polski Związek Niewidomych Okręg Pomorski – Wdzydze Kiszewskie rok 2018

Uczestnikami szkolenia były dorosłe osoby niewidome i słabowidzące. Mieliśmy zajęcia z czynności dnia codziennego, ulg i przywilejów dla osób niepełnosprawnych, orientacji przestrzennej i pisma punktowego Braille'a. Byliśmy podzieleni na trzy grupy. Każda grupa miała warsztaty w wyznaczonych do tego celu salach i wiacie na zewnątrz budynku. Byliśmy zakwaterowani w trzech budynkach noclegowych na terenie ośrodka wypoczynkowego. Mieszkałam z dwiema dziewczynami z mojej miejscowości rodzinnej – Starogardu Gdańskiego. Obok na piętrze mieszkali sympatyczni sąsiedzi, z którymi dyskutowaliśmy na różne tematy do późnej nocy. Poza szkoleniem odbyła się także zabawa taneczna, rejs statkiem po Jeziorze Wdzydze, wyjście na wieżę widokową oraz na koniec pobytu grill połączony z dyskoteką. Z naszą paczką poszliśmy na koncert lokalnego artysty, który śpiewał i grał na gitarze piosenki znanych kapel rockowych. Koncert mi się podobał, gdyż jestem miłośniczką ciężkich brzmień. Poznałam nowych ludzi idowiedziałam się wielu istotnych informacji.

IV. Szkolenie podstawowe – Ośrodek Homer w Bydgoszczy rok 2019

Kurs zorganizowany przez Bydgoski Ośrodek PZN Homer trwał dwa tygodnie. Mieszkaliśmy w pokojach dwu– i trzyosobowych, z łazienką. Podczas zajęć z czynności dnia codziennego uczyliśmy się nalewania płynów gorących i zimnych za pomocą czujnika poziomu cieczy, przyszywania guzików, robienia podstawowych dań, takich jak tosty, placki ziemniaczane czy ciasta. Na indywidualnych spotkaniach każdy z nas uczył się rozpoznawać monety. Podczas warsztatów z pisma punktowego Braille'a uczestnicy z mojej grupy uczyli się pisać, wykuwając litery specjalnym dłutkiem na tabliczce brajlowskiej. Ja posługuję się alfabetem Braille'a, więc na zajęciach czytałam książkę. Na warsztatach z orientacji przestrzennej poznawaliśmy tajniki bezpiecznego poruszania się z przewodnikiem

i białą laską po budynku hotelu i poza nim. Najwięcej pożytecznych informacji przekazano nam na zajęciach tyfloinformatycznych, gdzie zapoznawaliśmy się z urządzeniami pomagającymi w codziennym funkcjonowaniu. Na indywidualnym spotkaniu pani prowadząca dała mi do wypróbowania kilka par okularów z filtrem medycznym. Po powrocie do domu zakupiłam takie okulary i używałam, gdy jeszcze pomagały. Poznałam także darmową aplikację na iPhona, rozpoznającą tekst, kolory oraz światło. Mieliśmy grupowe zajęcia z pielęgniarką i psychologiem. W niedzielę odbyły się popołudniowe warsztaty z terapii artystycznej. Zorganizowano nam dwie zabawy taneczne i dwudniowy weekendowy spacer poranny po Bydgoszczy. Udało mi się spotkać z moim kolegą ze studiów, odwiedziłam także moją współlokatorkę z akademika, z którą przy herbacie powspominałyśmy miniony czas.

V. Kurs „Na samodzielność" rok 2020

Szkolenie odbywało się stacjonarnie w Warszawie. Do hotelu Aramis przyjechałam z tatą. Uczestnikami kursu były osoby niewidome i słabowidzące w przedziale wiekowym od 20 do 65 lat. Było nas dziewięcioro. Przyjechaliśmy z mniejszych miejscowości naszej pięknej Polski. Obiady, kolacje i zajęcia odbywały się w hotelu Portos. Podczas kursu miały miejsce warsztaty z bezpiecznego poruszania się z białą laską, obsługi komputera, smartfona i nawigacji GPS, a także z czynności dnia codziennego, zajęcia kulinarne, indywidualne spotkania z psychologiem i doradcą zawodowym, a także stylistą. Każdy dzień rozpoczynał się poranną gimnastyką. Oprócz szkolenia zorganizowano nam wycieczki do warszawskich muzeów, dwukrotnie na spektakle teatralne oraz przejażdżkę po ulicach Warszawy zabytkowym autobusem. Wieczorami odbywały się seanse filmów z audiodeskrypcją oraz spacery. Mieliśmy również zajęcia taneczne oraz szkolenie dotyczące psa przewodnika i spraw społecznych. Bardzo zaprzyjaźniłam się z uczestniczką szkolenia, z którą przegadałyśmy niejedną noc, a kontakt utrzymujemy do dziś. Jedyną przeszkodą podczas szkolenia była żelazna dyscyplina. Polecam udział w kursie na samodzielność wszystkim osobom z dysfunkcją wzroku, szczególnie tym, którzy utracili widzenie i uczą się życia po omacku.

Później nastąpiła pandemia koronawirusa, podczas której udzielałam się zdalnie na moim blogu na Facebooku i pisałam artykuły do czasopism dla osób niepełnosprawnych. W tym czasie ukończyłam kurs orientacji przestrzennej po Starogardzie Gdańskim i odbyłam zdalnie kurs copywritingu, za pośrednictwem fundacji aktywności zawodowej z Gdańska oraz wzięłam udział w projekcie terapii psychologicznej.

VI. Niewidomi liderzy zawsze aktywni – 2022 rok

W maju zakwalifikowałam się do projektu Niewidomi liderzy zawsze aktywni. Pierwszy z trzech zjazdów stacjonarnych odbył się w Warszawie i trwał pięć dni. Potem mieliśmy szereg spotkań zdalnych poprzez platformę ZOOM. Celem projektu jest poprawa dostępności architektonicznej cyfrowej i komunikacyjnej w naszych lokalnych społecznościach. Podczas kursu wyjazdowego odbywały się warsztaty z prawa administracyjnego, dostępności architektonicznej, cyfrowej, emisji głosu i autoprezentacji. Wieczorami zorganizowano nam spotkania z ciekawymi gośćmi, karaoke, misy tybetańskie oraz wyjście do teatru Buffo na koncert. Uczestnikami projektu są osoby niewidome i słabowidzące z całej Polski. W projekcie bierze udział 15 osób. Spotykamy się online, będziemy mieli jeszcze dwa szkolenia wyjazdowe. Zgromadzona wiedza ma przygotować nas do działań na rzecz poprawy warunków życia ludzi ze szczególnymi potrzebami, w naszych małych ojczyznach.

Liczę, że przede mną jeszcze wiele ciekawych projektów i innych inicjatyw organizacji pozarządowych, dzięki którym będę mogła poszerzyć swoją wiedzę, nabyć nowe umiejętności i poznawać ciekawych ludzi. Zachęcam wszystkich niewidomych i słabowidzących czytelników miesięcznika Help do uczestnictwa w takich szkoleniach usprawniających, a szczególnie kursach kwalifikacji zawodowej.

Kultura na śmietniku

Karolina Anna Kasprzak

Jubileuszowy, trzydziesty finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy zbliżał się wielkimi krokami. Scrollując Facebooka zatrzymałam wzrok na poście Jurka Owsiaka. Napisał, że na osiedlowym śmietniku, obok półki na stare baterie, znalazł książkę i to nie byle jaką. Bo co jak co, ale tę zna każdy. Wychowały się na niej i te starsze, i młodsze pokolenia. W pewnym domu któreś z kolei dzieciństwo się skończyło i „Lokomotywa" Juliana Tuwima zamiast pójść w ręce kolejnych dzieci wylądowała na śmietniku. A może jeszcze czyjeś trwa, ale książka przegrała bitwę z najnowszym i'Phone?

„Stoi na stacji lokomotywa. Ciężka, ogromna i pot z niej spływa: tłusta oliwa. Stoi i sapie, dyszy i dmucha, żar z rozgrzanego jej brzucha bucha…" – tekst ten znały na pamięć wszystkie dzieciaki z każdego podwórka. Było to prawie czterdzieści lat temu. Teraz podwórko nawet latem jest opustoszałe, a pod oknami bloków bawią się tylko nieliczne pociechy. „Lokomotywa" stała się „towarem" przestarzałym, niemodnym, choć patrząc na problemy niektórych uczniów z zapamiętywaniem tekstu i poprawnym budowaniem zdań złożonych ma się wrażenie, że również deficytowym. Ale ta konkluzja niczego nie zmienia. Dzieci wolą oglądanie nagrań popularnych w swojej społeczności youtuberów niż rozmowy o książkach, filmach, spektaklach w teatrze, koncertach na żywo. Rzecz jasna nie wszystkie, co oznacza, że jest jeszcze nadzieja dla tego świata.

Wspomniany obrazek nie jest obcy. Szacuję, że co trzeci z nas przynajmniej raz widział porzucone książki. Niekoniecznie na śmietniku, ale w ogóle, gdziekolwiek. Zdarzają się też porzucone radia i płyty winylowe. Czasem obrazy słynnego malarza albo dawno nieużywany adapter, chociaż to urządzenie, ilekroć ktoś je ciska w kąt, prędko trafia w ręce jakiegoś miłośnika antyków. Ten ogląda je uważnie, dotyka, znów ogląda, sprawdza, czy nie brakuje w nim niezbędnych elementów, wreszcie zabiera ze sobą. W kreowaniu i popularyzacji świadomości ekologicznej najbardziej pozytywne jest to, że obdarowując swoją uwagą oraz troską jakiś przedmiot dajemy mu drugie życie, a tym samym nie skazujemy na nieuchronną „śmierć".

Kultura, a ściślej, wszystkie namacalne dowody jej istnienia coraz częściej lądują w kącie. Tam zakurzone czekają aż znajdzie się ktoś, kto je

„wskrzesi". Mamy zbyt mało czasu, aby się kulturą zachwycać, czy może raczej świadomie z niej rezygnujemy na rzecz nowoczesnych technologii? Jeśli miałoby się okazać, że prym wiedzie to drugie, byłaby to duża strata dla rozwoju intelektualnego każdego człowieka. Urządzenia mobilne i długie wpatrywanie się w ich ekrany nie nauczą nas myślenia, nie zmotywują do dyskusji, a zatem nie wykształcą umiejętności realnego osądu i krytycyzmu. Ich obecność w naszym życiu ma jednak także pozytywną stronę – dzięki nim korzystamy z dóbr kulturalnych – na przykład czytając e-booki lub biorąc udział w koncertach czy wernisażach on-line. Pandemia COVID-19 i związane z nią restrykcje w istotny sposób wpłynęły na uczestnictwo w życiu kulturalnym. Wielu z nas odczuwało niedosyt spowodowany niemożnością pójścia do kina, teatru czy opery.

Szacuję, że co trzeci z nas przynajmniej raz widział porzucone książki. Niekoniecznie na śmietniku, ale w ogóle, gdziekolwiek. Zdarzają się też porzucone radia i płyty winylowe. Czasem obrazy słynnego malarza albo dawno nieużywany adapter, chociaż to urządzenie, ilekroć ktoś je ciska w kąt, prędko trafia w ręce jakiegoś miłośnika antyków.

Narodowe Centrum Kultury przeprowadziło w grudniu 2020 roku badanie dotyczące postaw i oczekiwań odbiorców kultury w związku z ograniczeniami w działalności instytucji jak kina czy teatry. Wyniki sondażu na temat gotowości do podjęcia aktywności kulturalnej po zniesieniu ograniczeń epidemicznych okazały się… zaskakujące! 75 procent respondentów stwierdziło, że w związku z epidemią odczuwa brak wyjść do instytucji kultury, a tylko 24 procent, że takiego braku nie odczuwa. 1 procent badanych nie było w stanie udzielić odpowiedzi w tej kwestii. Z kolei na pytanie, gdzie w pierwszej kolejności uda się, gdy działalność instytucji kultury zostanie wznowiona, 38 procent badanych wskazało, że do kina, a zaledwie 5 procent wskazało jako takie miejsce obiekt historyczny. Na koncert muzyki klasycznej w pierwszej kolejności udałoby się zaledwie 3 procent badanych. Jak widać, kino z reguły cieszy się większą popularnością niż obiekty historyczne, choć w okresie wakacyjnym właśnie one często przeżywają prawdziwe oblężenie, szczególnie gdy są usytuowane w miejscowościach turystycznych – górskich albo nadmorskich. Naturalną sprawą jest, że każdy odbiorca kultury ma prawo wybrać co najbardziej go interesuje, przyciąga, czemu będzie chciał poświęcić swoje wolne dwie albo trzy godziny.

Barierą utrudniającą aktywne uczestnictwo w życiu kulturalnym stała się nie tylko epidemia, lecz także inflacja i rosnące koszty życia oraz poszerzająca się lista tzw. białych plam na mapie, czyli wsi i miejscowości, do których nie dociera transport publiczny. Osoby starsze, z różnymi niepełnosprawnościami i przewlekle chore, zamieszkujące tereny wiejskie bądź małomiasteczkowe bez wątpienia są grupą najbardziej narażoną na wykluczenie z aktywnego udziału w życiu kulturalnym. Zdecydowana większość nie posługuje się na tyle sprawnie Internetem lub ma zbyt ograniczony dostęp do szybkiego łącza, aby skorzystać z wydarzeń kulturalnych odbywających się on-line. W tym przypadku brak zaangażowania w życie kulturalne nie jest podyktowany niechęcią czy brakiem zainteresowania, lecz brakiem alternatywnego sposobu niwelującego barierę transportową i w dostępie do technologii cyfrowych.

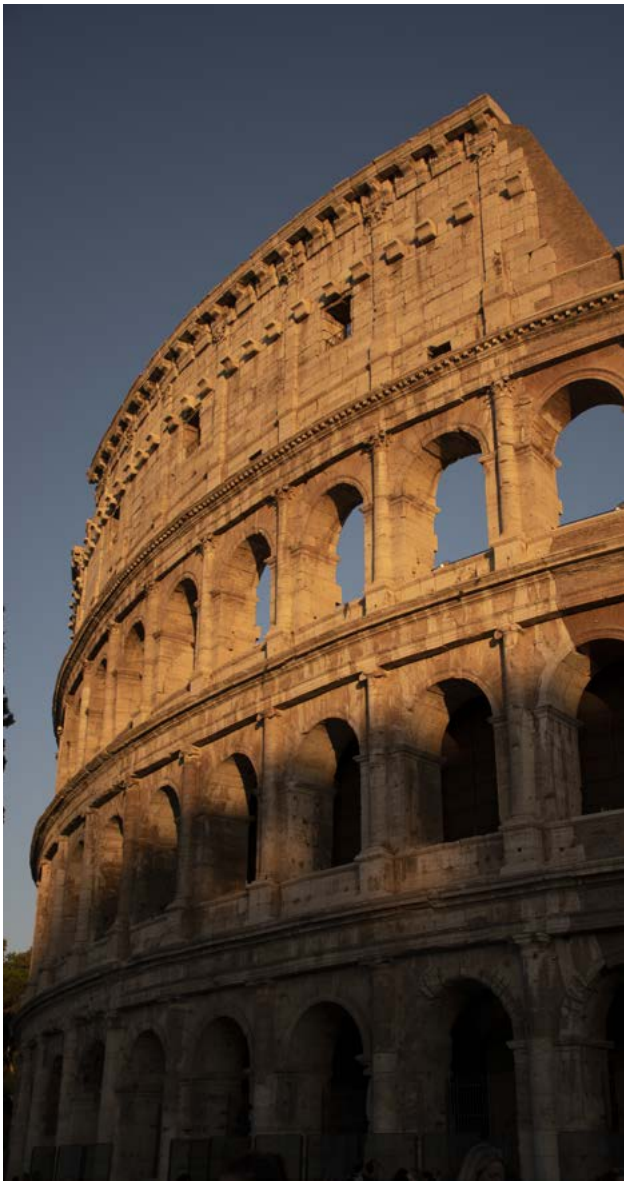
Rzym

Ewa Foltyn

Piękne widoki, serdeczni ludzie, pyszne jedzenie, zabytki i historia na wyciągnięcie ręki. O czym mowa? O Rzymie rzecz jasna. To tylko kilka określeń kojarzących się z tym niezwykłym miastem. Dodałabym jeszcze urokliwe zakątki, pyszną kawę i delektowanie się czasem, zatrzymanie w biegu dnia codziennego.

Wszystkie drogi prowadzą do Rzymu. To miejsce dla historyków, znawców sztuki, miłośników dobrej kuchni. To właśnie tam spotyka się przeszłość z teraźniejszością, stare z nowym, tam możesz poznać wiele smaków. Jednym słowem: cudownie jest zatracić się w Rzymie!

Sposobów na odwiedzenie tego miasta jest wiele. Można dotrzeć tam samochodem, autokarem, samolotem. Zorganizować wakacje na własną rękę lub wybrać wycieczkę zorganizowaną. Paradoksalnie, takie wakacje nie muszą być drogie, koszty są porównywalne do wakacji w naszym kraju. Z Polski drogą lotniczą można się tam dostać z każdego większego miasta – loty praktycznie codziennie odbywają się z Krakowa,



Warszawy, Wrocławia i Gdańska. W zależności od dnia tygodnia czy pory roku, można znaleźć tani lot już od 50 zł w jedną stronę, tylko z bagażem podręcznym. Takie ceny pojawiają się zazwyczaj poza kulminacją sezonu turystycznego, jesienią, wiosną czy zimą. Latem ceny biletów lotniczych wzrastają, wzrasta także temperatura we Włoszech. Miłośnikom długich spacerów oraz zwiedzania polecam omijać miesiące letnie; wysoka temperatura, sięgająca momentami ponad 40 stopni Celsjusza, skutecznie uniemożliwia sprawne poruszanie się po mieście, zatem wiosna i jesień to najlepszy czas na zwiedzanie Wiecznego Miasta.

Rzym oferuje szeroką bazę noclegową, w zasadzie na każdą kieszeń. Dla turystów ceniących sobie wysokie standardy przygotowane są luksusowe hotele z wieloma udogodnieniami, w ofercie znajdziemy także prywatne pensjonaty czy mniejsze hostele. Istnieje również możliwość zamówienia noclegu z opcją śniadania, wiele miejsc ma wykupione posiłki w pobliskich knajpkach, gdzie na własne oczy można zobaczyć rzymian, którzy w drodze do pracy niespiesznie sączą espresso czy latte. W kawiarni, w której co rano jadłam włoskie śniadanie, przesiadywał starszy Włoch. Każdego dnia wytrwale wypełniał kupony na loterię, pił kawę i czytał gazetę. Za ladą z uśmiechem na twarzy śniadania podawała starsza pani, życząc miłego dnia.

Włoska mentalność jest inna niż ta, do której jesteśmy przyzwyczajeni. Brak pośpiechu, uważność, rozmowa z sąsiadem czy lampka wina z przyjacielem – na wszystko to Włosi muszą znaleźć czas. Celebrowanie chwili, wspólne posiłki z rodziną nadają życiu smak.

Nie sposób wymienić wszystkich zabytków Rzymu, tych oczywistych i tych mniej znanych. Odwiedzając Rzym nie można jednak nie odwiedzić najważniejszych z nich:

- Koloseum,
- Hiszpańskich schodów,
- Watykanu i bazyliki św. Piotra,
- Panteonu,
- Fontanny di Trevi,
- Castel Gandolfo,
- Zamku Saint Angelo.

Nie można także nie skosztować włoskiej kuchni. Praktycznie na każdym kroku słychać nawoływania kelnerów, którzy zachęcają do odwiedzenia swojego lokalu.

Zwiedzanie rzymskich zabytków jest po części płatne, ale w niektóre dni miesiąca wejście jest darmowe. Odbywają się też darmowe wycieczki z przewodnikiem. Można wykupić bilet na komunikację publiczną, tzw. Roma Pass[1], jednak warto się dobrze zastanowić nad jazdą autobusem, ponieważ na co dzień miasto jest zakorkowane. A zwiedzanie Wiecznego Miasta na nogach jest czystą przyjemnością.

Polecam zgubić się w Rzymie. Każda uliczka prowadzi do innej, jeszcze piękniejszej i ciekawszej. Przespaceruj się wzdłuż Tybru, wybierz na Zatybrze.

Dla osób z ograniczoną sprawnością ruchu oraz osób niewidomych poruszanie się po mieście

1 Roma Pass to turystyczna karta miejska, dzięki której można nie tylko bez ograniczeń poruszać się po Rzymie komunikacją publiczną (autobusy, metro, kolej miejska), ale również za darmo lub za niższą cenę wejść do wielu muzeów i obejrzeć stanowiska archeologiczne. Karta jest ważna przez 48 godzin lub 72 godziny.

może być jednak w dużym stopniu utrudnione. Głównym powodem tego stanu jest fakt, iż Rzym to w dużej mierze wąskie uliczki, składające się z tzw. „kocich łbów", czyli nierównych kostek brukowych, które skutecznie utrudniają poruszanie się osobom na wózku inwalidzkim. Kolejnym wyzwaniem są wysokie chodniki oraz wszelkiego rodzaju nierówności. Przed zamówieniem noclegu warto dopytać także o rozmiary windy, ponieważ w kamieniczkach często są one bardzo wąskie. Z drugiej strony jednak miasto wyszło naprzeciw potrzebom osób niepełnosprawnych, dlatego też wiele z głównych atrakcji Rzymu, takich jak Panteon, Muzea Watykańskie, bazylika św. Piotra (bez kopuły), są dla nich dostępne. Podsumowując, Rzym jest wyzwaniem dla osób niepełnosprawnych, jednak nie jest ono niemożliwe, większym problemem będzie poruszanie się po samym mieście, niż zwiedzanie zabytków i atrakcji.

Jeśli masz czas, warto wybrać się na jednodniową wycieczkę poza granice stolicy Włoch. Z dworca kolejowego w sercu miasta, Roma Termini, odjeżdżają pociągi w różnych kierunkach, m.in. do Osti czy Florencji. Zmęczył Cię tłum i upał oraz pragniesz chwili oddechu? Polecam miasteczko Bracciano. To niewielka miejscowość, położona ok. 40 km od Rzymu, do której odjeżdżają pociągi z wspomnianego wcześniej dworca. Główne zabytki to zamek oraz jezioro Bracciano. Warto wybrać się na skwer w środku miasteczka i popatrzeć na dzieci grające w piłkę, pospacerować uliczkami, podziwiając malownicze widoki. Miasteczko Bracciano to również miejsce akcji wielu filmów, tutaj można spotkać artystów i ludzi kina, którzy uciekają przed wielkomiejskim tłumem.

Po tej krótkiej wycieczce wracamy do Rzymu. W tym mieście każdy znajdzie coś dla siebie – aktywny turysta czy też miłośnik wina i wypoczynku. Smaków tego miejsca jest wiele, zatem poszukaj takiego, jaki Ci najbardziej odpowiada. Zakochaj się w Rzymie, a na pewno będzie to miłość z wzajemnością.

NA WAKACJE

ORLEN

-30 gr/l

-40 gr/l
z KARTĄ DUŻEJ RODZINY

Miesięcznie aż 3 promocyjne tankowania z Programem VITAY. Każde do 50 litrów taniej!

Ważna karta VITAY lub Wirtualna Karta VITAY uprawnia do uzyskania rabatu na 50 l benzyny lub oleju napędowego w wysokości 30 gr/l lub 40 gr/l w przypadku posiadaczy Karty Dużej Rodziny. Każdy dodatkowy litr powyżej 50 l rozliczany jest według ceny ofertowej podanej na dystrybutorze w trakcie tankowania. Promocja nie obejmuje autogazu (LPG), nie łączy się z innymi programami rabatowymi i promocyjnymi i jest ograniczona czasowo – termin obowiązywania w Regulaminie promocji. Promocja dla Zarejestrowanych Uczestników ORLEN VITAY.
Regulamin promocji oraz lista stacji uczestniczących w promocji na stronie vitay.pl/rabaty

Fenomen Narodowych Sił Zbrojnych

Kamil Szynal

W Walentynki 2022 obchodziliśmy 80. rocznicę utworzenia Armii Krajowej – największej formacji konspiracyjnej w okupowanej Europie. Jednak mało kto wie, że drugą największą organizacją konspiracyjną były Narodowe Siły Zbrojne, które także w tym roku będą obchodzić 80. rocznicę sformowania – 18 września.

20 września 1942 r., w ramach scalenia Związku Jaszczurczego i Narodowej Organizacji Wojskowej, zostały sformowane Narodowe Siły Zbrojne – druga największa po Armii Krajowej organizacja walcząca z okupantem. Istotny jest fakt, że NSZ powstało z wcześniej istniejących formacji, ponieważ można spotkać się z zarzutem, że dopiero w połowie wojny podziemie narodowe włączyło się w walkę o niepodległość Ojczyzny. Należy również podkreślić, że Armia Krajowa także została przeformowana ze Związku Walki Zbrojnej kilka miesięcy przed NSZ, dokładnie 14 lutego 1942 r.

Celem wojny NSZ, oprócz oczywiście odzyskania niepodległości przez Polskę, było pozyskanie bezpiecznej granicy na Odrze i Nysie Łużyckiej bez straty Kresów Wschodnich. Przywódcy NSZ zdawali sobie sprawę, że Niemcy wywołali już dwie wojny światowe i trzeba odpowiednio zabezpieczyć się na przyszłość – tworząc bezpieczną granicę na linii rzek, bo oczywiste jest, że łatwiej bronić się na rzekach niż w terenie. Zresztą we wrześniu 1939 r. Polacy bronili się właśnie na linii rzek wycofując się do Warszawy. Plan ten miały zrealizować trzy potężne jednostki, które docelowo miały zostać utworzone w Borach Tucholskich, Puszczy Kampinoskiej i Górach Świętokrzyskich. Jednak do działań przystąpiła jedynie Brygada Świętokrzyska (dowódcą został płk. Antoni Szacki „Bohun", „Dąbrowski"), bo Brygada Dyspozycyjno-Motorowa „Koło" wzięła udział w Powstaniu Warszawskim, a z powodu sytuacji polityczno-militarnej zgrupowanie w Borach Tucholskich nie zostało utworzone.

„Fenomen na skalę światową: oddział partyzancki wyzwala niemiecki obóz koncentracyjny!" – tak mogłyby wyglądać nagłówki gazet w maju 1945 r., gdyby nie propaganda komunistyczna. Niewiele osób zdaje sobie sprawę, że Brygada Świętokrzyska wyzwoliła niemiecki obóz koncentracyjny dla kobiet w czeskim Holiszowie ratując od spalenia żywcem tysiąc kobiet, w tym: Żydówek, Polek, Francuzek, Niemek i kobiet wielu innych narodowości. Następnie Brygada Świętokrzyska NSZ została przeformowana w Polskie Kompanie Wartownicze w Amerykańskiej Strefie Okupacyjnej Niemiec i w ramach Służby Wartowniczej NSZ-owcy chronili obiekty wojskowe, urzędy i administrację wojskową (ale także cywilną), a poza zadaniami służbowymi tworzyli polskie szkoły na obczyźnie, uczyli się, studiowali (wielu żołnierzy Brygady po wojnie zostało prawnikami), a część wróciła do Polski.

NSZ nazywano również „ryngrafowym wojskiem", a to dlatego, że żołnierze podziemia narodowego nosili ryngrafy z Matką Boską, podobnie jak partyzanci V Wileńskiej Brygady AK – mjr. (płk.) Zygmunta Szendzielarza „Łupaszki", co spowodowane było dwoma czynnikami: żołnierze

ci byli bardzo religijni i zawierzali siebie i swoje cele Matce Bożej (żołnierze podziemia narodowego modlili się Modlitwą NSZ, którą możecie znaleźć poniżej) oraz po prostu by odróżnić się od innych jednostek (Armii Krajowej, Batalionów Chłopskich, czy partyzantki komunistycznej Gwardii Ludowej – Armii Ludowej i w późniejszym okresie od Ludowego Wojska Polskiego i komunistycznego Korpusu Bezpieczeństwa Wewnętrznego). Dodatkowo po wojnie, w wyniku utworzenia Narodowego Zjednoczenia Wojskowego, narodowcy nosili na mundurach charakterystyczne czarne pagony, patki wzorowane na przedwojennych i naszywki z literami SWO znaczące – Śmierć Wrogom Ojczyzny – co ciekawe, nie stosowane były naszywki z pełnymi słowami, a jedynie skrótami – podkreślają twórcy Facebookowej strony *Żołnierze Wyklęci. Rekonstrukcja Historyczna* w poście z 15 maja 2015 r.

Dziś mogłoby się wydawać, że Narodowe Siły Zbrojne już nie istnieją, że zostały tylko wspomnienia i Kombatanci, których z tygodnia na tydzień jest coraz mniej, ale swoim świadectwem przypominają, że Narodowe Siły Zbrojne dobrze zasłużyły się Ojczyźnie. Jednak mimo wielu przeciwności losu i coraz mniejszej liczby Weteranów – prężnie działa Związek Żołnierzy Narodowych Sił Zbrojnych, który dzięki swojej innowacyjności i sile działa patrząc w przyszłość i w wyniku tego od 2001 r. w Związku jest też młode pokolenie, które przywraca pamięć o zapomnianych Bohaterach i samo kultywuje tradycje podziemia narodowego, żeby nie przepadło razem ze śmiercią Bohaterów. Dziś młodzi ludzie dumnie dzierżą sztandary NSZ i zawsze trzymają się razem.

– „To środowisko nigdy się nie podzieliło w przeciwieństwie do związków kombatanckich AK czy WiN" – podkreślił Prezes Zarządu Głównego Związku Żołnierzy Narodowych Sił Zbrojnych, Pan Karol Wołek na konferencji z okazji XXX-lecia utworzenia ZŻNSZ. Jednocześnie, ukazując dalszy kierunek pracy związku: Internet – tworzone jest Cyfrowe Archiwum NSZ oraz portal o tematyce NSZ (nsz.com.pl). Cyfrowe archiwum i strona internetowa już dzisiaj mają się bardzo dobrze i wielu historyków z nich korzysta. W Cyfrowym Archiwum jest wiele niesamowitych dokumentów, fotografii, wspomnień, rozkazów, poleceń i protokołów przesłuchań. Jest to pewnego rodzaju fenomen, bo jeszcze nigdy nie były aż tak na wyciągnięcie ręki oryginalne dokumenty, po które w każdej chwili można sięgnąć! Jest to ogromna skarbnica wiedzy udostępniona dla każdego i dostępna pod linkiem archiwumcyfrowe.nsz.com.pl

Warto pamiętać o naszych poprzednikach – Żołnierzach Armii Krajowej i Narodowych Sił Zbrojnych, szczególnie teraz – w roku 2022, kiedy przypadają okrągłe rocznice utworzenia tych formacji. Uroczystości rocznicowe utworzenia AK odbyły się już 14 lutego, ale już 18 września będą miały miejsce uroczystości 80. rocznicy utworzenia NSZ, wręczenie odznaczeń, uroczysta Msza Święta, defilada pododdziałów rekonstruktorów historycznych odtwarzających Żołnierzy Wyklętych z podziemia narodowego oraz oczywiście główne uroczystości przed Grobem Nieznanego Żołnierza, w których weźmie udział także Wojskowa Asysta Honorowa. Jest to już ostatnia okrągła rocznica utworzenia NSZ, ponieważ Kombatanci są w podeszłym wieku, zdrowie szwankuje i jest ich coraz mniej… Dlatego tak ważne jest, aby głośno mówić o bohaterstwie tych ludzi i być może ten ostatni raz oddać im należny hołd… Należy edukować młodych ludzi i promować postawy obywatelskie oraz patriotyczne, aby wartości żołnierzy Armii Krajowej i Narodowych Sił Zbrojnych nie przepadły – taka jest wola ostatnich Weteranów Walk o Wolność Polski.

Źródła:

- *https://www.facebook.com/%C5%BB0%C5%82nierze-Wykl%C4%99ci-Rekonstrukcja-Historyczna-1394747564185537 nsz.com.pl*
- *„ŻOŁNIERZE WYKLĘCI. Polskie podziemie narodowe 1944-1963"*, Fundacja im. Kazimierza Wielkiego
- *„Brygada Świętokrzyska NSZ w fotografiach i dokumentach"*, Leszek Żebrowski

Przed burzą

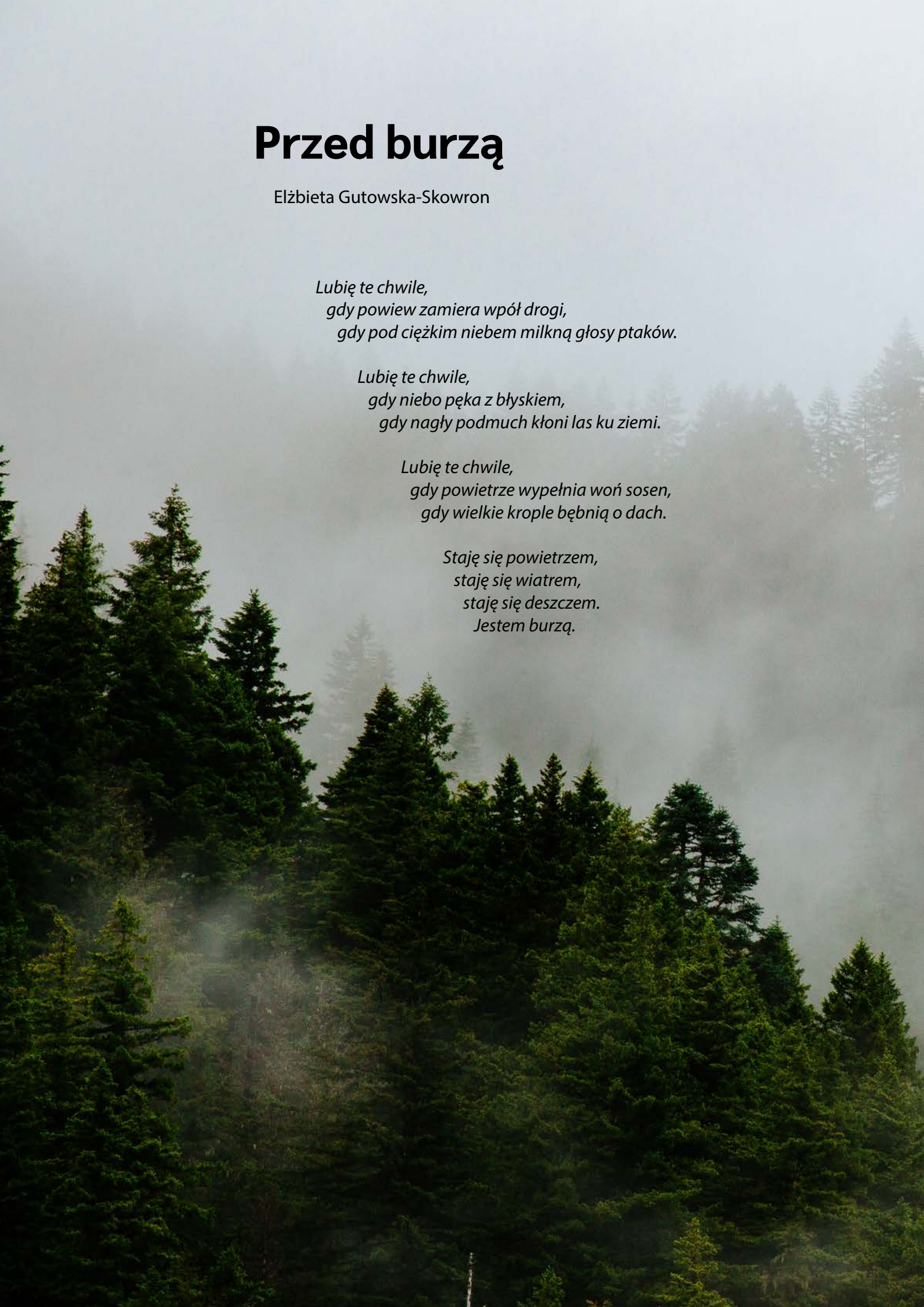
Elżbieta Gutowska-Skowron

Lubię te chwile,
gdy powiew zamiera wpół drogi,
gdy pod ciężkim niebem milkną głosy ptaków.

Lubię te chwile,
gdy niebo pęka z błyskiem,
gdy nagły podmuch kłoni las ku ziemi.

Lubię te chwile,
gdy powietrze wypełnia woń sosen,
gdy wielkie krople bębnią o dach.

Staję się powietrzem,
staję się wiatrem,
staję się deszczem.
Jestem burzą.



REHA FOR THE BLIND IN POLAND 2022

15-18.09.2022 CENTRUM NAUKI KOPERNIK

ŚWIATOWE SPOTKANIE NIEWIDOMYCH, SŁABOWIDZĄCYCH I ICH BLISKICH

Świat dotyku, dźwięku i magnigrafiki

XX edycja Konferencji
pod hasłem

Świat otwarty dla niewidomych – autentyczne niwelowanie skutków niepełnosprawności w dążeniu do wyrównywania życiowych szans

30 LAT SZANSA CHANCE
Fundacja Szansa dla Niewidomych
Chance for the Blind Foundation

Patronat Honorowy Prezydenta Rzeczpospolitej Polskiej Andrzeja Dudy i Małżonki Prezydenta Agaty Kornhauser-Dudy

PREZYDENT.PL

Sponsor główny: ORLEN

Współorganizatorzy i partnerzy: Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Mazowsze serce Polski, World Blind Union, PAN Komitet Nauk Pedagogicznych, MCPS

Patronat medialny: altix widzieć więcej, Mazowsze dla organizacji pozarządowych, Podlaskie, Katowice dla admiany, Związek Harcerstwa Polskiego, help jesteśmy razem, pap Polska Agencja Prasowa, Do Rzeczy

Aby uzyskać więcej informacji, wejdź na stronę
www.szansadlaniewidomych.org