

Jesteśmy razem –
o projektach realizowanych
przez naszą Fundację

Aktualności

Brajlowskie nowości wydawnicze
w ofercie firmy Altix

help

jesteśmy razem

nr 87 grudzień 2022 ISSN 2083-2788

2022 NADZIEJE



*„Poznając świat niewidomych,
uczysz się wiele o sobie. Stajesz
przed dylematami, zmieniasz
postrzeganie życia. Pomagając
sprawiasz, że świat niewidomych
staje się łatwiejszy. Święta Bożego
Narodzenia to idealna pora, aby
tej pomocy nieść więcej. Warto
otworzyć się na innych!”*

help

jesteśmy razem

MIESIĘCZNIK O ŚWIECIE DOTYKU I DŹWIĘKU

Fundacja Szansa dla Niewidomych

+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/WydawnictwoTrzecieOko/)

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

REDAKTOR NACZELNY

Marek Kalbarczyk

OPRACOWANIE GRAFICZNE

I SKŁAD

Anna Michnicka

KONTAKT Z REDAKCJĄ

help@szansadlaniewidomych.org

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

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

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

Na okładce przedstawiamy kompozycję z gałązek jodłowych i świątecznych ozdób.



70



29



10



7

Spis treści

■ OD REDAKCJI

Helpowe refleksje _____ 4

■ AKTUALNOŚCI I WYDARZENIA _____ 7

Aktywność, mobilność, samodzielność _____ 10

■ CO WIECIE O ŚWIECIE?

Poczuj magię świąt... _____ 12

■ TYFLOSFERA

Dostępny lokalizator Baseus T 2 Pro _____ 15

Niewidome spojrzenie na 2022 rok _____ 19

■ NA MOJE OKO

Wieczne Boże Narodzenie _____ 20

„A nadzieja znów wstąpi w nas” _____ 22

■ JESTEM...

Świąteczna tradycja kontra grudniowa
komercja _____ 24

ZŁOTE SERCA – pomoc nie tylko od święta _____ 27

■ KULTURA DLA WSZYSTKICH

Jesteśmy razem – o projektach realizowanych
przez naszą Fundację _____ 29

Warte poznania _____ 52

Survival, czyli sztuka współczesna
dla wszystkich _____ 55

Czytać – to otwierać oczy na świat! _____ 58

Kraina bieszczadzskich jezior pod palcami _____ 60

Brajlowskie nowości wydawnicze
w ofercie firmy Altix _____ 70

Bóg się rodzi _____ 72

Helpowe refleksje

Czy rok 2022 okazał się pełny spełnionych nadziei – czy mogło być ich aż 2022?

Marek Kalbarczyk

Rok temu, w sylwestrowej nocy nadzieje były ogromne. 1 stycznia 2022 roku w większości mieliśmy dobre humory. Wieczór, a następnie pierwszy dzień kolejnego roku spędziliśmy w przekonaniu, że idzie na dobre. W naszym domu odbyła się specjalna, coroczna procedura spisywania noworocznych postanowień i obietnic, a także sprawdzania, czy poprzednie zostały spełnione. Jak zwykle dla większości z nich nie byliśmy łaskawi i ich nie wykonaliśmy. Nic to, to nie problem. Jeśli ogłaszać obietnice, jeśli warto nimi zawracać innym głowę, to nie mogą one być byle jakie. Powinny dotyczyć rzeczy trudniejszych niż zwyczajne. W innym razie nasza rodzinna procedura nie miałaby sensu.

Nie było najgorzej. Wiele obietnic zostało spełnionych, a pozostałe nie mogły poważnie martwić. Po prostu przeszły do realizacji na rok 2022. Dodaliśmy do nich nowe, równie nieproste, i świętowaliśmy. Warto zaznaczyć, że w ostatnią noc sylwestrową (31 grudnia, ale już 2022 r.) procedurę powtórzyliśmy i po raz kolejny okazało się, ilu postanowień znowu nie wykonaliśmy. Ba, ile jednak się udało!

Rok temu dobry humor budował głównie fakt, że jakoś ominęliśmy pandemię. Była w swojej groźnej postaci za nami. Chorowaliśmy co prawda na Covid 19, ale bez większych objawów i kłopotów. Gorzej było z konsekwencjami długofalowymi. Do dzisiaj je odczuwamy. Jednak w porównaniu z innymi wyszliśmy z tej opresji niespecjalnie pokiereszowani. Było zatem



z czego się cieszyć, gdy chodzi o zdrowie. Podobnie ze sprawami rodzinnymi, tak w roku 2021, jak i 2022. Nasz najmłodszy syn został rekordzistą w algorytmicznym układaniu kostki Rubika. Przy tej okazji został mistrzem Polski i Europy. Jest osobą słabowidzącą, a konkuruje z całą elitą młodzieży pełnosprawnej – i daje radę. Jak on to robi, że wygrywa, do końca nie wiadomo. Najprawdopodobniej jest mądrym chłopcem. W roku 2021 dostał się na wydział matematyki Uniwersytetu Warszawskiego, gdzie spisuje się całkiem nieźle.

Najstarszy syn jest informatykiem i cenionym programistą. Razem z żoną dał nam wspaniałą wnuczkę. Nieco młodszy syn zarządza zespołem, który zajmuje się dostępnością architektoniczną i informacyjną dla niewidomych i słabowidzących, i jest dobrze oceniany przez współpracowników i klientów. Wreszcie czwarty syn po zakończeniu edukacji także jest informatykiem i robi duże postępy. Nie jest oczywiście tak, by w rodzinie nie było kłopotów. Codziennosc nie jest łatwa. Gmatwa ją mnóstwo spraw, procedur, obowiązków i trudności, ale przeważały sukcesy (drobne i większe). Jak bowiem ocenić fakt, że to, co robimy, w czym działamy, jak się mamy, idzie ku dobremu. To wszystko na końcu roku 2021 okazało się łatwiejsze niż było wcześniej, podczas pandemii.

Przechodzimy gładko pomiędzy dwoma latami nie po to, by skomplikować tekst, ale dla zaznaczenia, że omawiane lata (2021 i 2022) są ze sobą

związane. Co je wiąże? Chyba rzeczywiście pandemia – najpierw trudna, następnie odchodząca. Żyliśmy nią wszyscy. Proszę sobie przypomnieć te alarmujące wiadomości o liczbie zachorowań i zgonów, potem o nadziejach związanych ze szczepieniami i apele, by je wykonać. I gdy wydawało się, że będziemy mogli odetchnąć z ulgą, wybuchła straszna wojna. Mało kto wierzył, że może się tak zdarzyć. W naszym gronie nie było to tak zaskakujące. Za dużo strat poniosły nasze rodziny w XX wieku, za bardzo dokuczał nam fakt zależności od sąsiadów, byśmy mogli być naiwni. Jesteśmy świadomi rosyjskiego nacjonalizmu i wiemy, że musi to prowadzić do ich agresywności. Taki charakter mają Rosjanie. Szkoda!

Fundacja Szansa dla Niewidomych otaczała wielką sympatią niewidomych i działaczy związków. Zapraszamy na spotkania REHA, z czasem także na Spotkanie Wschód-Zachód. Przyjeżdżali do nas przedstawiciele wielu krajów. Gorąco zapraszaliśmy przyjaciół również z Rosji. W naszym środowisku nie ma sporów. Tutaj nie dyskutuje się o władzy nad ludźmi, lecz o empatii i pomaganiu jedni drugim. Jednak mimo tak przyjaznego stosunku do wszystkich, także my jesteśmy wstrząśnięci i oburzeni.

31 grudnia 2021 obiecywaliśmy sobie tak wiele, że trudno to wymienić. I kiedy się zaczęło udawać, 24 lutego wszystko musiało zejść na drugi plan. Wybuchła wojna, potem ceny rosły jak oszalałe. W naszej dziedzinie oznaczało to duże kłopoty. Nasi współpracownicy żyją z grantów, a te nie są czułe na inflację. Na rynku rosną ceny, a wynagrodzenia wynikają z tabel projektowych, znacznie wcześniej tworzonych. Pozyskiwanie funduszy wiąże się z zawarciem umowy, a te wymieniają kwoty sprzed okresu inflacji. I w taki oto sposób wojna tocząca się około tysiąca kilometrów stąd powoduje kłopoty w organizacji OPP. Co więc obiecywaliśmy i co się udało?

Już w roku 2021 zainicjowaliśmy obchody 30-lecia Fundacji. Mówiliśmy o tym podczas Konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND, zarówno regionalnych, jak centralnej. Główna celebracja odbyła się 10 stycznia 2022. Zorganizowaliśmy

absolutnie wyjątkowe spotkanie w Zamku Królewskim w Warszawie. Zasiedliśmy w Sali Bankietowej i wspominaliśmy 30 lat działalności. Uroczystość objęła honorowym patronatem Marszałek Sejmu Pani Elżbieta Witek. Przybyło wielu gości specjalnych i nasi współpracownicy. Zagrał dla nas Marcin Kozak, wybitny chopinista, a następnie niewidomy jazzman Patryk Matwiejczuk. Na koniec wystąpił Kamil Czeszel, ten sam, którego poznaliśmy w Toruniu. Byliśmy tam przejazdem. Jedliśmy wspaniałe toruńskie lody i usłyszeliśmy głos. Czy śpiewa nam sam Czesław Niemen? Jak może, kiedy już go nie ma? Podobny głos i sposób śpiewania, a to był Kamil. Podeszliśmy, zaprzyjaźniliśmy się i zaprosiliśmy do Warszawy. Wystąpił dla naszej Fundacji dwukrotnie – na Konferencji REHA i podczas uroczystości w Zamku. W międzyczasie zdążył wygrać opolskie debiuty, czym wprowadził nas w zachwyt. Jak dobrze jeździć i poznawać wybitnych ludzi. Kamil jest osobą z niepełnosprawnością ruchu. Jest i dzielny, i świetny. Uświetnił więc nam razem z wymienionymi pianistami celebrację i rozpędził na cały rok.

10 stycznia ogłosiliśmy stworzenie Działu Charytatywnego w naszej organizacji. Działamy na tym polu od zawsze, ale wcześniej nie formalizowaliśmy tej aktywności. W dniu 30-lecia wręcz wypadało tego dokonać. Przy tej okazji i w obecności Pani Marszałek wręczyliśmy dwóm dziewczynkom z Lasek nagrody za najlepsze postępy w nauce w postaci rocznego stypendium. Dzisiaj, w grudniu 2022 możemy poinformować, że Fundacji udało się miesiąc po miesiącu wypłacać dziewczynkom przyznane im stypendium. Celebrowanie rocznicy zakończyliśmy podczas Konferencji REHA 2022 i ponownie zarówno spotkań regionalnych, jak i centralnego. Podczas tych licznych uroczystości udało się nam wyróżnić tytułem IDOLA Fundacji kilkadziesiąt osób, w tym IDOLA Światowego Niewidomych. W głosowaniach wzięły udział tysiące Internautów.

Rozwinęliśmy Wydawnictwo Trzecie Oko, które wydało kilkadziesiąt kolejnych książek, m.in. drugą, finalną wersję „Ich trzeciego oka”, „Źródła nadziei”, przedstawiające historię Fundacji,

“**Już w roku 2021 zainicjowaliśmy obchody 30-lecia Fundacji. Mówiliśmy o tym podczas Konferencji REHA FOR THE BLIND IN POLAND, zarówno regionalnych, jak centralnej. Główna celebracja odbyła się 10 stycznia 2022. Zorganizowaliśmy absolutnie wyjątkowe spotkanie w Zamku Królewskim w Warszawie. Zasiedliśmy w Sali Bankietowej i wspominaliśmy 30 lat działalności. nie do pokonania. Uroczystość objęła honorowym patronatem Marszałek Sejmu Pani Elżbieta Witek. Przybyło wielu gości specjalnych i nasi współpracownicy.**

fantastyczną wersję „Ballad i romansów” Adama Mickiewicza – transparentną z obrazami Agnieszki Słowik-Kwiatkowskiej, następnie uwpuklonymi. Podobnie zbiór wierszy dla dzieci itd.

Stworzony we wrześniu 2021 roku Dział Projektowy osiągnął sukcesy przekraczające nasze wyobrażenia. Najpierw baliśmy się, czy Fundacja poradzi sobie z tym wyzwaniem. Co by nie rzec, zatrudnienie kilku osób kosztuje, jednak się udało. Fundacja uzyskała kilkadziesiąt dofinansowań i zrealizowała związane z nimi umowy. Nasi przedstawiciele spotkali się z muzeami, księgarniami, czytelnikami i wieloma Beneficjentami. Przy tej okazji rozwinęliśmy działalność naszego Salonu Gałczyńskiego 7. Odbyły się tam spotkania z wybitnymi intelektualistami, m.in. prof. Janem Żarynem, Krzysztofem Zanussim,

Jerzym Zelnikiem, Krzysztofem Skowrońskim i Krzysztofem Ścierańskim. Wszystkie transmitowane na naszych mediach z FB na czele i są do obejrzenia. Mimo trudnej sytuacji finansowej udało się zrealizować solidne szkolenia dla naszych współpracowników. Musimy się szkolić, ponieważ nasza dziedzina nie stoi w miejscu. Co roku niewidomi i słabowidzący dostają nowe rozwiązania rehabilitacyjne, dzięki którym żyje się nam łatwiej. Niwelują skutki braku wzroku. Jedne służą dźwiękowemu odczytywaniu informacji, inne pokazują dotykowe obrazy, kolejne je powiększają, by każdy, kto widzi choć trochę, czuł się jak osoba widząca.

Fundacja pozyskała też środki na zakup lokalu przeznaczonego na prace naszego Instytutu. O ile poprzednie osiągnięcia były zaplanowane, to akurat zupełnie nie. Nowy lokal spadł nam z nieba. Jesteśmy w trakcie jego urządzania. Urządzamy też działalność Instytutu. Powstał 11 lat temu, ale działał jakby wirtualnie – brak etatów, brak miejsca, brak funduszy. Wygląda na to, że teraz znaleźliśmy się na zupełnie innym etapie rozwoju.

A prywatnie? Miałem mniej ważyć i prosić siebie wyobrazić, że mi się to udało. Miałem przeczytać więcej niż napiszę i niestety to się nie udało. Miał być spokój po pandemii, a mamy wojnę. Mieliśmy budować nową Polskę i to robimy, ale konieczność pomagania Ukrainie i Ukraińcom wymusza myślenie o nich. Wiele naszych spraw musi poczekać. Na koniec więc pochwalimy się akcją zbiórki funduszy dla niewidomych dzieci w Ukrainie, w której zebraliśmy kilkanaście tysięcy złotych. Część przekazaliśmy siostrze Franciszce w Starym Skałacie. Reszta posłużyła do zakupu brajlowskiej drukarki Everest, którą przekazaliśmy do Politechniki Lwowskiej, gdzie znajduje się specjalna pracownia dla niewidomych studentów i naukowców.

I tak minął rok 2021 i 2022. Osiągnęliśmy dużo, ale spodziewaliśmy się więcej. Czy spełnionych obietnic i nadziei uzbierałoby się na liczbę 2022? Na razie nie wiadomo. Może poszukamy razem?



Osoby z niepełnosprawnościami w warszawskim ratuszu

Prezydent stolicy, Rafał Trzaskowski, zapowiadał w kampanii wyborczej zatrudnienie w urzędzie miasta 500 osób z niepełnosprawnościami. Po czterech latach jego rządów, w ratuszu przybyło sześć etatów, na których zatrudniono takie osoby – tę ostatnią informację otrzymał od władz Warszawy jeden ze stołecznych radnych, w odpowiedzi na swoją interpelację. Informuje o tym portal *pulshr.pl*.

Przepisy dotyczące rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudniania osób z niepełnosprawnościami przewidują, że osoby te powinny stanowić 6 % załogi. Pracodawca, który nie osiągnie tego wskaźnika, zobowiązany jest do wpłacania odpowiednich kwot na rzecz Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Jak wynika z odpowiedzi na interpelację radnego, wskaźnik ten w latach 2019-2022 wyniósł w stołecznym ratuszu 2,8 %. Nie osiągnąwszy pułapu 6 %, Urząd m.st. Warszawy przekazał do PFRON w roku 2020 kwotę ok. 7 mln zł. W roku 2021 było to już blisko 7,5 mln zł. W Warszawskim ratuszu w latach 2019, 2020, 2021, 2022 osób z niepełnosprawnościami zatrudnionych było odpowiednio – 253, 244, 248 i 259.

Od przyszłego roku nowe kwoty dofinansowań do wynagrodzeń osób z niepełnosprawnościami

Portal *rp.pl*, piórem Pauliny Szewioły, informuje o wzroście z 1950 do 2400 przyszłorocznego dofinansowania do miesięcznych wynagrodzeń osób ze znacznym stopniem niepełnosprawności. Wynika to wprost z przyjętego przez rząd projektu nowelizacji ustawy o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób

niepełnosprawnych. Dotychczas obowiązująca ustawa przewidywała także dofinansowanie do miesięcznych wynagrodzeń osób z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności w kwocie 1200 zł, zaś dla osób z lekkim stopniem niepełnosprawności – 450 zł. W projekcie nowelizującym ustawę kwota dofinansowania dla osób z umiarkowanym stopniem niepełnosprawności wyniesie 1350 zł, zaś dla osób ze stopniem lekkim będzie to 500 zł.

Technika edycji genów nadzieją na trwałe leczenie ślepoty

Portal *mir.org.pl* publikuje interesujący tekst autorstwa Ludwika Tomali na temat przyszłości leczenia schorzeń wzroku prowadzących do ślepoty. Chodzi o zabieg edycji genów w oczach pacjentów, którzy cierpią na dziedziczne choroby prowadzące do ślepoty, lub na choroby rozwijające się z wiekiem, a więc np. jaskrę czy zwyrodnienie plamki żółtej.

Nad terapią genową pracuje zespół z University of California w Irvine pod kierunkiem prof. Krzysztofa Palczewskiego, polskiego naukowca, który od lat 80. minionego wieku związał swoją karierę z USA.

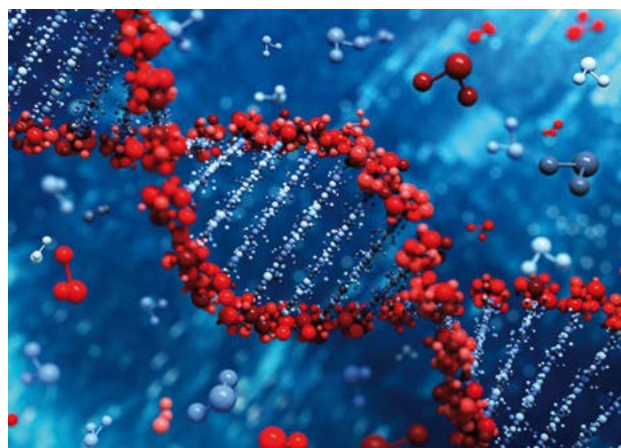
„Procedura edycji genów w oku – tłumaczy prof. Palczewski – będzie się zaczynała od pobrania próbki tkanki pacjenta. Komórki te będą przez jakiś czas hodowane w laboratorium, by testować na nich różne białka i enzymy. Będą to zaprojektowane specjalnie na potrzeby każdego pacjenta białkowe maszyny do edycji genów – m.in. „uszyte” na miarę cząsteczki tzw. guide RNA, które doprowadzą na właściwe miejsce w komórce białka edytujące DNA. Procedura takiego testowania bezpieczeństwa i skuteczności wybranych białek, a potem – namnażania ich – zajmuje na razie 2-3 miesiące. Po tym czasie zaprojektowane i przebadane w komórkach pacjenta związki dostarczane będą do oka pacjenta podczas operacji za pomocą iniekcji. (...) Jestem przekonany, że po operacji nastąpi

całkowite przywrócenie widzenia – po prostu geny będą działały prawidłowo. (...) Kiedy już raz naprawimy mutację, to poprawiony materiał będzie przekazywany do kolejnych pokoleń komórek w oku”.

Dokumentując powyższe prof. Palczewski zaprezentował film. Niewidomy pies ma przejść przez pokój wypełniony przeszkodami. Przed operacją zwierzę jest zupełnie zagubione, z podkulonym ogonem wpada na przedmioty, a drogę znajduje wyłącznie posługując się węchem. Trzy dni po operacji pies jest całkowicie odmieniony, macha ogonem, sprawnie omija przeszkody.

Edycja genów w oku stała się możliwa w wyniku kilku przełomowych odkryć naukowych. Jednym z nich są postępy w genetyce, prowadzące do szybkiego i taniego sekwencjonowania genomu, a także do zweryfikowania funkcji poszczególnych genów, co sprawia, że każda osoba z dziedziczną chorobą siatkówki może zbadać swoje DNA i sprawdzić jaka mutacja uniemożliwia widzenie.

Zatwierdzenie przez amerykańską agencję FDA leku Voretigene neparvovec, pierwszej dopuszczonej w USA terapii genowej, prowadzonej bezpośrednio w ciełe pacjenta, to następny, przełomowy moment. Tak o terapii mówi prof. Palczewski – „Spowalnia ona postęp bardzo ciężkiej choroby u dzieci – wrodzonej ślepoty Lebera. Technologia ta umożliwia wstrzyknięcie do siatkówki oka wirusa niosącego informację genetyczną – substytutu genu”.



„Kolejnym przełomem – zapewnia prof. Palczewski – jest opracowanie, a potem udoskonalenie techniki edycji genów CRISPR-Cas 9. Dzięki tym osiągnięciom możemy już precyzyjnie poprawiać bardzo drobne błędy w zapisie genetycznym w żyjących komórkach”.

Bez precyzyjnej metody wprowadzania do ludzkich komórek RNA, edycja genów nie mogłaby się powieść. Tu w sukurs naukowcom przyszły szczepionki na COVID firm farmaceutycznych Moderna i Pfizer. W edycji genów niezbędne jest właśnie wprowadzenie do komórki fragmentu RNA – tzw. guide RNA – które potem wskaże to miejsce w DNA, które wymaga naprawy. Szczepienia na masową skalę podczas pandemii COVID-19 potwierdziły na setkach milionów przypadków skuteczność tej metody.

Powodzenie terapii zapewnia kolejny przełom – nowoczesne obrazowanie siatkówki metodą dwufotonową. „Mamy już wszystkie klocki, które są potrzebne do inżynierii genów w oku: techniki obrazowania, sekwencjonowania genomu, a także technologie modyfikacji DNA oraz dostarczania informacji do wnętrza komórki. Teraz musimy te klocki złożyć w całość tak, aby procedura była tak bezpieczna, jak to możliwe” – konkluduje prof. Krzysztof Palczewski.

Jak dotąd edycja genów odpowiedzialnych za widzenie testowana jest na myszach i psach. Poza tym in vitro prowadzone są też badania na ludzkich liniach komórkowych i organoidach. Organoid jest trójwymiarową, zminiaturyzowaną i uproszczoną wersją narządu, wyhodowaną w laboratorium, która pokazuje realistyczną mikroanatomię. Organoidy są używane przez naukowców do badania chorób i do stosowania w leczeniu, w warunkach laboratoryjnych (podajemy za portalem onkonet.pl). Planowana jest ponadto edycja genów w ludzkim oku pozyskanym od zmarłego dawcy i utrzymywanym w aktywności poza organizmem.

Jak się szacuje, pięć do siedmiu lat zajmie przetestowanie procedury, w celu zyskania pewności, że jest bezpieczna dla ludzi. Takie są wymagania. Po

tym czasie edycja genów oka będzie się mogła odbywać na żywych organizmach ludzkich, dając szansę milionom osób na odzyskanie wzroku. Jedno zastrzeżenie – procedura będzie niezwykle kosztowna i trzeba będzie zrobić wszystko, by mogła być refundowana dla maksymalnej liczby pacjentów.

„Zobacz, usłysz, poczuj. Teatr dostępny dla każdego”

„Zobacz, usłysz, poczuj. Teatr dostępny dla każdego” to projekt, dzięki któremu jeleniogórski Teatr Dramatyczny będzie przystosowany do potrzeb osób niewidomych i niesłyszących – donosi portal wroclaw.tvp.pl.

Teatr Norwida w Jeleniej Górze staje się dostępny dla widzów ze specjalnymi potrzebami wzrokowymi i słuchowymi. Dwa szkolenia dla pracowników placówki miały pokazać, po pierwsze, jak stworzyć audiodeskrypcję przedstawienia, po drugie, jak otworzyć się na potrzeby osób z dysfunkcjami wzroku i słuchu i jak przełamać bariery. Pracownicy mogli wczuć się w sytuację osoby niewidomej wkładając specjalne okulary, ale też przetestować asystowanie osobie niewidomej. Nie lada wyzwaniem było pokonywanie dobrze im znanej przestrzeni teatru z białą laską.

Wszystko po to, by zyskać świadomość na jakie przeszkody i bariery narażone są osoby niewidome i niesłyszące, i co zrobić, by wizyta w teatrze była dla nich jak najbardziej komfortowa.

Warsztaty stanowią jeden z elementów szeroko zakrojonego projektu, bowiem jeleniogórski teatr zostanie oznakowany, wyposażony w dotykowe plany informacyjne, a także w pętlę indukcyjną przeznaczoną dla osób niedosłyszących. Spektakle zostaną opatrzone audiodeskrypcją.

Pierwszym przedstawieniem przystosowanym do oczekiwań osób ze specjalnymi potrzebami będzie spektakl „Scrooge. Opowieść wigilijna”, zaplanowany na 17 grudnia.

Aktywność, mobilność, samodzielność



W terminie 24-28 października grupa beneficjentów z Wielkopolski pod opieką pracowników poznańskiego Tyflopunktu uczestniczyła w 5-dniowym wyjeździe do Gdańska. Wyjazd odbył się w ramach projektu pt. „Aktywność, mobilność, samodzielność” współfinansowanego ze środków Wojewody Wielkopolskiego.

Miejscem, do którego udaliśmy się zaraz po przyjeździe do Gdańska był Ośrodek Wczesnej Interwencji Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych im. R. Czackiej Towarzystwa Opieki nad Ociemniałymi znajdujący się na Wyspie Sobieszewskiej. Po trudach podróży i posileniu się, całą grupą wybraliśmy się na spacer.

Za cel obraliśmy plażę w Sobieszewie. Z ośrodka mieliśmy do niej nieco ponad 3 kilometry. Aby dojść na plażę, trzeba było przejść leśnymi ścieżkami i wdrapywać się na wydmy. Dla niektórych uczestników ten spacer był niezapomniany. Po osiągnięciu celu spaceru, każdy z uczestników cieszył się, że mógł nawdychać się morskiego powietrza, poczuć piasek pod stopami, chwilę odpocząć. Po krótkim spacerze brzegiem morza wróciliśmy do ośrodka, gdzie wieczór był czasem wolnym dla uczestników.

Następnego dnia po śniadaniu wszyscy spotkaliśmy się w Sali Konferencyjnej, by się wzajemnie poznać. Uczestnicy przedstawiali swoje

oczekiwania co do wyjazdu. Pracownicy poznańskiego Tyflopunktu przeprowadzili zajęcia z mobilności. Beneficjenci zapoznali się z aplikacjami mobilnymi ułatwiającymi funkcjonowanie osobom niewidomym i słabowidzącym. Po obiedzie wybraliśmy się na spacer wzdłuż Martwej Wisły.

Środa, 26 października była dla uczestników wyjazdu prawdziwą atrakcją. Beneficjentów w tym dniu czekała całodniowa wycieczka do Gdańska z oprowadzaniem przez przewodnika. Po dotarciu do Centrum Gdańska i przywitaniu przewodnika, wspólnie wybraliśmy się do wyjątkowego, nowoczesnego muzeum – Europejskiego Centrum Solidarności. Poznaliśmy tu historię powstania NSZZ „Solidarność” oraz obalenia komunizmu w Polsce. Wszyscy byliśmy pod wrażeniem nowoczesności budynku Muzeum. Historia w tym miejscu zostaje podana naprawdę w atrakcyjny, interaktywny sposób.

Beneficjenci z przewodnikami „audio” podążali muzealną ścieżką słysząc w słuchawkach przewodnika. Mogli wejść do sali przesłuchań, usłyszeć głosy bohaterów tamtych czasów, zasiąść przy Okrągłym Stole. Znaleźliśmy się również w sali, gdzie z biało-czerwonych karteczek na całej ścianie był stworzony napis „Solidarność”. Znaleźliśmy się również na dachu Muzeum, podziwiając panoramę miasta. Wszyscy byliśmy pod wrażeniem tej muzealnej wycieczki.

Następnie tramwajem udaliśmy się do Bramy Wyżynnej, skąd rozpoczęliśmy zwiedzanie gdańskiej Starówki. W jednym z lokali przy ulicy Tkackiej czekał już na nas obiad. Po obiedzie ulicą Piwną przeszliśmy do Kościoła Mariackiego, w którym przewodnik opowiadał o tej wyjątkowej budowli, pokazując nam m.in. ponad 600-letnią cegłę. Po wyjściu z kościoła ulicą Mariacką przeszliśmy nad Motławę, potem na Wyspę Spichrzów, by następnie udać się na Długi Targ. Przy Neptunie zrobiliśmy wspólne grupowe zdjęcie. Ten dzień naprawdę był pełen wrażeń i atrakcji.

Kolejny dzień w Sobieszewie był przeznaczony na wykłady. Beneficjenci uczestniczyli



w wystąpieniach na temat uprawnień osób niewidomych i słabowidzących, nowoczesnego sprzętu tyfloinformatycznego, zdrowego żywienia oraz programu „Aktywny Samorząd”. W tym dniu, by przeprowadzić zajęcia z beneficjentami, do ośrodka przyjechali: Przewodniczący Rady Fundatorów Fundacji Szansa dla Niewidomych Pan Marek Kalbarczyk z asystentką, Dyrektor Anna Koperska oraz koleżanki z poznańskiego Tyflopunktu Marta i Agata. W czwartkowy wieczór spotkaliśmy się przy integracyjnym ognisku, jedząc i śpiewając. To był przedostatni dzień naszej wizyty w Sobieszewie.

W ostatnim dniu pobytu beneficjenci uczestniczyli jeszcze w zajęciach z udzielania pierwszej pomocy. Po spakowaniu się i wyruszeniu w podróż powrotną, zjedliśmy jeszcze obiad w tawernie na Wyspie Sobieszewskiej. Następnie autobusem komunikacji miejskiej pojechaliśmy na gdański dworzec, by szczęśliwie wrócić pociągiem do swoich domów w Wielkopolsce.

Dla beneficjentów ten wyjazd był wyjątkowy. Każdy był zadowolony i zachwycony wspólnie spędzonym czasem. Życzyli sobie więcej takich wyjazdów.

Poczuj magię świąt...

J.Ch.

Ach, świąteczny czas! Czujecie już zapach pierniczków? A może w kuchni gotuje się już grzane wino?

Jedną z niewątpliwych przyjemności, które możemy doświadczać podczas Świąt Bożego Narodzenia w Polsce, są Jarmarki Bożonarodzeniowe. Już przy samym wejściu zapachy atakują nasze nosy, a w uszach rozbrzmiewa świąteczna muzyka. Jarmarki odbywają się co roku na polskich ulicach lub rynkach i przyciągają miliony turystów oraz mieszkańców. Możemy znaleźć tam stragany oferujące rękodzieło, lokalne specjały kulinarne, ozdoby świąteczne, a nawet ciepłe, zimowe kapcie i czapki. Często jarmarkom towarzyszą występy artystyczne, a także specjalnie tworzona co roku szopka, z misternie wykonanymi figurkami.

Warto wybrać się na Jarmark Bożonarodzeniowy w swoim mieście wraz z rodziną lub przyjaciółmi i poczuć klimat świąt. Kto wie, może w jednym ze stoisk znajdziecie idealny prezent dla siostry lub mamy? Nawet jeśli nie, to możecie zjeść przepyszne oscypki z żurawiną i wypić grzane wino, a później iść na karuzelę, wybierając miejsce oczywiście na reniferze!

W szczególności na uwagę zasługują:

1. Betlejem Poznańskie

W tym roku jarmark w Poznaniu odbywa się aż w czterech lokalizacjach! Są to: Plac Wolności, Rynek Łazarski, Międzynarodowe Targi Poznańskie, a także Plac Kolegiacki. Obfitują w przeróżne stoiska (aż 50), karuzele, pięknie rozświetlone choinki, a także ogromny program kulturalny. Na ich terenie odbywają się warsztaty rękodzieła, występy artystyczne i wydarzenia charytatywne.



Można na przykład wykazać się sprawnością fizyczną, pomagając przy tym, podczas pedałowania na ekologicznych ENERGOrowerach, dzięki którym rozświetlą się choinki. Poznań idzie o krok dalej niż tradycyjne zabawy, bo oferuje także grę miejską „Bożonarodzeniowa Podróż”, świąteczne Silent Disco i Fire Show. Dzieci mogą również napisać i nadać list do Gwiazdora, a wszystko przy pomocy elfów. Jarmark trwa aż do 27 grudnia.

2. Jarmark we Wrocławiu

We Wrocławiu choinki rozbłysną na rynku, na Placu Solnym oraz na ulicy Świdnickiej i Oławskiej. Czekaj na Was Bajkowy Lasek, stoiska z ozdobami świątecznymi, a tam... super niespodzianka! Można zrobić sobie zdjęcie w fotobudce, a obok na straganie poprosić, aby fotografia znalazła się w bombce! Brzmi to jak cudowny prezent, prawda? Co piątek zaś organizatorzy zapraszają na Silent Disco w rytm świątecznych hitów.



Z nowoczesnych rozwiązań, jakie oferują nam jarmarki w tym roku, Wrocław stworzył możliwość zakupów w domu, z odbiorem na samym jarmarku. Kupowanie prezentów i drobiazgów świątecznych nigdy nie brzmiało tak prosto. Ciągłe odbywają się tam warsztaty rękodzieła, pieczenia pierniczków. Otoczenie przepięknie błyszczący ozdobami świątecznymi i lampkami, nic tylko robić zdjęcia. Do tego na płycie rynku stoi wielki... but! Jest to duże odwzorowanie kubka, w którym możecie napić się grzańca, herbaty czy kakao. Za to w wielkim bucie można zrobić przepiękne zdjęcia na pamiątkę. Jarmark trwa do 31 grudnia, a więc można tam spędzić również noc sylwestrową!

3. Jarmark w Warszawie

Tu można bawić się aż do 6 stycznia! Jarmark w Warszawie po raz kolejny odbywa się na płycie rynku Starego Miasta. Na gości czeka Domek



Mikołaja, a także maskotka, która przechadza się między straganami i chętnie robi sobie z nami zdjęcia. Niesłyszany klimat nadaje też lodowisko, które stanęło wokół Syrenki Warszawskiej. Jarmark oferuje ozdoby choinkowe, stroiki świąteczne, wyroby garncarskie. W tym roku pojawiło się wielu wystawców z Ukrainy. Teraz coś dla łasuchów małych i dużych – możecie zjeść pyszne potrawy z grilla, oscypki, ale także... pieczone kasztany! Na najmłodszych czekają słodkie pierniczki i czekolada w różnych kształtach, np. młotek czy śrubka. Wszystko to we wzruszającej atmosferze, wypełnionej kolędami i pięknie ozdobionymi domkami.

4. Jarmark w Gdańsku

Na Targu Węglowym jarmark odbywa się już od 30 lat! Szczególnie piękne są jego okolice, ponieważ będąc na jarmarku możemy zobaczyć Amber Sky, górujące nad straganami. Wyjątkowości dodają również wielkie, trójwymiarowe iluminacje – bombki giganty, ledowe drzewa oraz zaczarowana karetka. Klimatycznym miejscem w Gdańsku w okresie świątecznym jest również Park Oliwski, ponieważ w jego wnętrzu po rzece pływać będą pięknie przystrojone łódki. Dla gości przygotowano także spektakle teatralne Gdańskie Anioły, warsztaty i występy artystyczne. Dla miłośników architektury również się coś znajdzie. Pięknie ozdobiony jest budynek Wielkiej Zbrojowni, najokazalszego zabytku w okolicy. Wewnątrz obejrzyć można prace studentów Akademii Sztuk Pięknych, można kupić ręcznie wykonaną, unikatową biżuterię, a dla najmłodszych stworzona została Misiowa Brama. W tym



roku na jarmarku pojawi się także wiele nowości, a najbardziej intrygująca z nich to symulator lotu saniami. To dopiero świąteczna przygoda!

5. Jarmark w Krakowie

Lecimy saniami na dół Polski... i jesteśmy na Starym Rynku w Krakowie. Tu na gości czeka ogrom stoisk z ręcznie malowanymi kartkami świątecznymi, pocztówkami, ozdobami świątecznymi, a także gorący grzaniec galicyjski. Nie zabraknie potraw świątecznych, a więc głodni na pewno nie wyjdziecie! Niesamowitym widowiskiem z pewnością jest konkurs Szopek Krakowskich, a także wspólne kolędowanie. Do tego



zobaczyć będzie można występy różnych zespołów międzynarodowych, przedstawiających folklor. Na scenie stanie między innymi zespół z Ukrainy oraz Słowacji. Dla najmłodszych poleca się w tym roku Ogród Świąteł – na powierzchni 6 hektarów postawione zostały instalacje świetlne i atrakcje multimedialne inspirowane baśniami Braci Grimm. Zaplanowane są również pokazy laserowe. Brzmi bajecznie, prawda?

6. Jarmark w Toruniu

To, co lubimy najbardziej, czyli... pierniki! Jarmark na Rynku Staromiejskim to idealna okazja, aby wziąć udział w warsztatach pieczenia tradycyjnych, toruńskich pierników. Wyobraźmy

sobie zapach, jaki unosi się nad straganami! Jedzenie w tym roku będzie serwowane w drewnianych wozach, a oferta obejmuje między innymi pyszny, czerwony barszcz i pierogi. Na stoiskach będzie można zakupić ozdoby świąteczne, a także coś, bez czego nie może odbyć się Wigilia – sianko! Warto odwiedzić Toruń podczas tego magicznego czasu, gdyż Zespół Staromiejski znajdujący się w mieście jest jednym z najpiękniejszych w Europie i znajduje się na liście Światowego Dziedzictwa UNESCO. Nie ma nic lepszego niż spacer wzdłuż starych murów, pięknych uliczek, kończąc pysznym oscypkiem i grzonym winem.

Jest coś magicznego w oglądaniu miejsc, które od stuleci były wykorzystywane do handlu, a w Święta Bożego Narodzenia rozkwitają. Jarmarki są idealnym celem podróży, aby poczuć się jak nasi przodkowie dekady temu. Ulice tętnią życiem, jest głośno, na rynku rozbrzmiewają kolędy i krzyki wystawców. Niesamowita atmosfera, która w święta jest bardzo ważna, ma skłaniać do refleksji, zacieśniać więzi międzyludzkie, otwierać na nowe pomysły i nadzieje.

A więc Drodzy, ubierajcie szaliki i rękawiczki, bierzcie rodzinę, przyjaciół i pędźcie na świąteczne jarmarki! Czekają na Was moc atrakcji, pyszne jedzenie i niezapomniany klimat. Do zobaczenia pod choinką, oczywiście z grzańcem w rękę!

Dostępny lokalizator Baseus T 2 Pro

Mateusz Przybysławski

Wydawać by się mogło, że gdy człowiek nie widzi, to nieustannie gubi przedmioty i większość życia poświęca na ich szukanie. Z moich obserwacji wcale jednak tak nie jest. Ze względu na to, że nie widzę, staram się tak odkładać używane przedmioty, żeby nie mieć później problemów z ich znalezieniem. Zauważam natomiast, że jeśli chodzi o gubienie rzeczy, to np. większy problem ma z nimi moja widząca roztargniona żona. Jak widać z powyższego, stan wzroku nie ma bezpośrednio wpływu na zapodziejanie przedmiotów. Wydaje mi się, że jest to kwestia charakteru i tego, czy jesteśmy roztargnieni czy nie. W każdym razie, niezależnie od tego, czy i jak widzimy, na pewno każdemu zdarzyło się zgubić jakiś przedmiot. W niniejszym artykule opiszę lokalizator Baseus T2 Pro, który ułatwia znajdowanie zagubionych przedmiotów. Opiszę jego dodatkowe funkcje, a także wady i zalety. Testów dokonuję na systemie iOS. Na system iOS jest dedykowany specjalny lokalizator AirTag. Wybrałem jednak Baseus, bo jest 3 razy tańszy. Kosztuje około 50 zł i działa zarówno na iOS, jak i na Androidzie. Z lokalizatorem Baseus nie ma problemów z przyłączeniem do przedmiotu, a w lokalizatorze od Apple trzeba dokupować specjalne uchwyty.

Są różne sposoby na znalezienie zgubionej rzeczy. Jednym z nich jest modlitwa do Świętego Antoniego. Drugim sposobem jest wywracanie wszystkiego „do góry nogami” i liczenie na to, że zauważy się zgubioną rzecz. Można też przestać myśleć o zgubionym przedmiocie i liczyć na to, że sami przypomnimy sobie gdzie go „posialiśmy”. Prócz tego każdy z pewnością ma swoje sprawdzone sposoby na takie sytuacje.



Lokalizatory nie chronią przed zgubieniem, lecz ułatwiają znalezienie zguby. Pamiętam lokalizatory na gwizdanie czy klaskanie. Były to breloczki przyczepiane np. do kluczy. Gdy byliśmy w pobliżu i gwizdaliśmy czy klaskaliśmy, to lokalizator odzywał się dźwiękiem. Wadą takiego rozwiązania było to, że lokalizator mógł uaktywnić się przypadkowo, gdy tego nie chcieliśmy. Lokalizator taki mógł uaktywnić każdy, gdyż urządzenie reagowało na każdy gwizd, a nie na gwizd konkretnej osoby.

Obecnie na rynku jest mnóstwo firm produkujących lokalizatory. Wybrałem lokalizator Baseus, bo firma wygląda na wiarygodną. Posiadam także kilka produktów tej firmy, które dobrze działają. Marka Baseus powstała w 2011 r. Nazwa pochodzi od sloganu „base on user”, czyli oparty na użytkownikach. Oznacza to, że działania firmy skupione są na odbiorcach. Każdy projekt rozpoczyna się od określenia potrzeb użytkowników, przy jednoczesnej dbałości o wysokie walory estetyczne i praktyczne

(<https://e-baseus.com/O-marce-Baseus-cinfo-pol-31.html>). Sprawdźmy więc, czy lokalizator Baseus T2 Pro jest przyjazny użytkownikowi.

Współczesne lokalizatory działają inaczej od swoich poprzedników. Lokalizator Baseus T2 Pro uaktywniamy aplikacją w telefonie. Możemy też uaktywnić telefon lokalizatorem. Wywoływanie odbywa się za pomocą bluetooth. Niestety ogranicza to zasięgi. Producent podaje, że w pomieszczeniu zasięg to 10 m, a na otwartej przestrzeni 30 m. Opisywany lokalizator ma obudowę z PC, jest dość odporny na uderzenia i ma mocny plastik. Głośność lokalizatora to 80 – 100 db. Nie jest to może powalająca głośność, ale biorąc pod uwagę możliwości bluetooth, większa głośność byłaby zbyt duża i z pewnością szkodliwa dla baterii. Producent podaje, że wystarcza ona na rok. Urządzenie waży 8 g. Wymiary urządzenia: 32 x 35 x 8 mm – jest małe i poręczne. Dzięki możliwości przewleczenia „Smyczy” czy nawet sznurka, lokalizator możemy zamontować prawie wszędzie (<https://e-baseus.com/product-pol-3842-Baseus-T2-Pro-Lokalizator-Bluetooth-GPS-do-kluczy-aplikacja.html>).

Lokalizator Baseus T 2 Pro współpracuje zarówno z telefonami z Androidem, jak i z telefonami z iOS. Chcąc używać lokalizatora z telefonem, musimy pobrać aplikację Baseus. Po zainstalowaniu aplikacji musimy udzielić niezbędnych zgód na powiadomienia, korzystanie z lokalizacji i z bluetooth. Zgody te są konieczne do prawidłowego działania aplikacji. Po pobraniu Programu najlepiej założyć konto. Jego założenie jest łatwe, wymaga tylko podania maila i utworzenia hasła do konta. Hasło podajemy dwukrotnie, żeby mieć pewność, że nie pomyliliśmy się. Następnie na maila przychodzi link weryfikacyjny. Po kliknięciu w link z maila konto jest już aktywne. Teraz możemy sparować nasze urządzenie z telefonem. Aby tego dokonać, w aplikacji klikamy przycisk „Add device”. Następnie możemy dodać urządzenie ręcznie, albo kliknąć „Auto search for nearby Baseus devices”, żeby automatycznie je wyszukać. Przed rozpoczęciem wyszukiwania urządzenia przez aplikację, musimy wejść w tryb parowania.

parowania w lokalizatorze włączamy trzymając przycisk przez 3 sekundy. Nasze urządzenie powinno pojawić się na liście. Wybieramy je i klikamy przycisk „Add”. Pojawi się komunikat o sukcesie dodania. Komunikat zatwierdzamy przyciskiem „Ok”.

Fabryczne ustawienia skonfigurowane są w taki sposób, że gdy lokalizator i telefon oddalą się na taką odległość, że siebie „nie widzą”, to dźwięk wydaje zarówno lokalizator, jak i telefon. Funkcja ta może być przydatna np. gdy jesteśmy z dzieckiem w markecie. Wówczas, jeśli zbyt szybko od siebie oddalimy, zostaniemy o tym powiadomieni. Rodzic dostanie powiadomienie na telefon, a dziecku zapiszczy lokalizator. Będzie to znak zarówno dla dziecka, jak i rodzica, że „powinniśmy się do siebie zbliżyć”. Gdy jednak lokalizator i telefon często nie będą razem, polecam zmienić ustawienia, żeby ciągle bez sensu nie dostawać powiadomień. Aby dostać się do ustawień, w aplikacji Baseus wybieramy kartę „Home”. Na tej karcie klikamy w nasze urządzenie i wybieramy trzecią kartę, którą Voice Over anonsuje jako „Przekładnie”. Są to ustawienia. Możemy tu wybrać między innymi dźwięk powiadomień, a także godziny, w których alerty mają być włączone. Możemy tu także zmienić nazwę naszego urządzenia. Nas interesują 2 przełączniki „Phone alert” i „Anti-lost alert”. Są to odpowiednio powiadomienia w telefonie i powiadomienia w urządzeniu. Domyślnie oba są włączone. Jeśli korzystamy z Voice Over, dostępność jest trochę niefortunna, bo aby wyłączyć któreś powiadomienie, musimy odznaczyć „Home list off” przy odpowiednim powiadomieniu. Jeśli wyłączymy „Anti-lost alert”, to gdy urządzenie i telefon oddalą się od siebie, telefon nas o tym powiadomi, ale urządzenie będzie milczało. Może być to przydatne gdy np. notorycznie zapominamy portfela. Przypinamy urządzenie do portfela, a wychodząc z domu bez niego, czyli bez lokalizatora, dostaniemy powiadomienie na telefon, że urządzenia się od siebie oddaliły. Będzie to znak, że zapomnieliśmy portfela i musimy po niego wrócić.

Możemy też wyłączyć „Phone alert”, a „Anti-lost alert” możemy mieć włączony. W takiej sytuacji po oddaleniu urządzeń od siebie tylko lokalizator wyda dźwięk. W zakładce ustawienia możemy usunąć lokalizator z pamięci telefonu. Aby tego dokonać klikamy „Unbind device” i naszą decyzję potwierdzamy przyciskiem „Ok”. Ustawienia zapisujemy przyciskiem „Nav back black”, czyli wróć, znajdującym się w lewym górnym rogu ekranu.

Ja osobiście oba powiadomienia mam wyłączone, co powoduje, że mogę uaktywniać telefon urządzeniem i odwrotnie – urządzenie telefonem. Jest to przydatne gdy zgubimy telefon, czy zapodziejemy gdzieś lokalizator z jakąś ważną dla nas rzeczą.

Aby sprawdzić gdzie leży nasz telefon, wystarczy na lokalizatorze szybko 2 razy nacisnąć przycisk. Telefon odezwie się głośnym dźwiękiem. Jeśli chcemy znaleźć lokalizator, to na telefonie musimy uruchomić aplikację Baseus, następnie na zakładce „Home” wybrać nasze urządzenie. Gdy telefon widzi urządzenie, to mamy dostępny do kliknięcia przycisk „Anti-lost call btn”. Po kliknięciu odezwie się lokalizator. By zatrzymać dźwięk klikamy jeszcze raz w ten sam przycisk. Na tej zakładce widoczny jest także stan baterii lokalizatora. Uważam, że to przydatna funkcja, gdyż daje nam kontrolę nad baterią, dzięki czemu możemy uniknąć przypadkowego wyładowania lokalizatora.

Druga karta w lokalizatorze to „Mapa”. Na mapie zapisywana jest ostatnia pozycja, gdy lokalizator utraci zasięg z telefonem. Ostatnią lokalizację

możemy przesłać do Google Maps czy Apple Maps. Żeby wysłać lokalizację klikamy przycisk „Loss location icon” i wybieramy „Prowadź tam”. Funkcja ta może być przydatna np. gdy zostawimy lokalizator w samochodzie, wyjdziemy gdzieś z telefonem i zapomnimy gdzie zaparkowaliśmy samochód. Dzięki tej funkcji możemy być doprowadzeni do samochodu. Szkoda, że lokalizacja na mapie nie jest zapisywana na bieżąco. Zapisywana jest tylko ostatnia lokalizacja przed zerwaniem łączności lokalizatora z telefonem.

Lokalizator Baseus T2 Pro sprawdza się dobrze, ma jednak kilka wad. Ma trochę mały zasięg. Jest to jednak ograniczone protokołem bluetooth, więc przypuszczam, że wszystkie urządzenia tego typu będą miały podobnie. Instrukcja jest nieprecyzyjna. W instrukcji nie ma ani słowa, że przed pierwszym użyciem lokalizatora trzeba odbezpieczyć baterię z folii. Aby dostać się do baterii trzeba otworzyć urządzenie „jak małżę”. Najlepiej znaleźć szparkę w rogu urządzenia



i śmiało podważyć śrubokrętem. Następnie musimy rozpołować urządzenie rozciągając je rękoma. Baterię umieszczamy pod blaszkami i zamykamy urządzenie aż kliknie. Czynności te możemy wykonać sami, jeśli jednak nie mamy zdolności manualnych, lepiej zlecić to komuś obeznanemu. Gdy urządzenie wchodzi w tryb parowania, ma wydawać dźwięk. W moim egzemplarzu nie ma tego dźwięku. Nie są to jakieś błędy krytyczne, tylko niekonsekwencje w instrukcji, które wychwyciłem. Urządzenie jest niestabilne i kapryśne. Gdy raz musiałem dojść do samochodu, w którym był zostawiony lokalizator, to akurat wtedy urządzenie zawiodło i za nic w świecie nie udało się uruchomić prowadzenia. Gdy potem kilka razy testowałem tę funkcję, to wszystko działało jak należy. Przykład ten pokazuje dobitnie, że nie należy bezgranicznie ufać urządzeniom. Podczas 3-miesięcznego używania raz urządzenie zawiesiło się w taki sposób, że nie można było zlokalizować telefonu. Ponadto lokalizator zachowywał się dziwnie, np. rozłączał się z telefonem, choć telefon znajdował się w pobliżu. Na ten problem pomogło wyjęcie i ponowne zamontowanie baterii. Po dość długim nieużywaniu lokalizatora aplikacja

“ **Współczesne lokalizatory działają inaczej od swoich poprzedników. Lokalizator Baseus T2 Pro uaktywniamy aplikacją w telefonie. Możemy też uaktywnić telefon lokalizatorem. Wywoływanie odbywa się za pomocą bluetooth. Niestety ogranicza to zasięgi. Producent podaje, że w pomieszczeniu zasięg to 10 m, a na otwartej przestrzeni 30 m.**

odmówiła współpracy i kazała mi się zalogować. Nie byłoby w tym nic dziwnego, gdyby nie to, że konto zostało usunięte i musiałem przechodzić proces rejestracji od nowa. Mam nadzieję, że był to jednorazowy incydent.

W moim przypadku lokalizator Baseus T2 pro sprawdza się. Nie żałuję zakupu. Nie mam problemów z jego mocowaniem. Na ogół działa jak należy. Polecam wszystkim, którzy mają problem ze znajdowaniem zagubionych przedmiotów. Lokalizator od Apple byłby pewnie stabilniejszy w działaniu, lokalizacja byłaby dokładniejsza, nie byłoby takich problemów z aplikacją. Wadą lokalizatora Apple byłoby to, że nie mogę używać go z androidem. W końcu zamiast lokalizatora AirTag mogę kupić 3 lokalizatory Baseus i mieć je wszystkie „na oku” w 1 aplikacji. Każdy sam musi ocenić, czy lokalizator jest dla niego, a jeśli tak, to jaki.

Jeśli używacie ciekawych produktów do lokalizacji zgubionych rzeczy, to zachęcam do podzielenia się tą wiedzą na łamach miesięcznika Help.

Starałem się w miarę dokładnie opisać lokalizator Baseus T2 Pro. Gdyby jednak pojawiły się pytania, czy wątpliwości to zachęcam do kontaktu przymat82@gmail.com.



Niewidome spojrzenie na 2022 rok

Hubert Jankowski

Kończący się rok jest idealnym czasem aby podsumować to, co udało nam się zrobić – usiąść spokojnie przy palącym się kominku, chwycić kubek z ulubioną herbatą i spojrzeć w przeszłość. Osobiście uznałem, że mijający 2022 był rokiem pełnym nowych doświadczeń, które przepełnione były radością, uśmiechem i nową nauką, którą niesie ze sobą życie. Co przyniósł ten rok?

REHA 2022

Jednym z największych moich osiągnięć tego roku była obecność na spotkaniu REHA, które odbyło się we wrześniu w Warszawie. W tym nadzwyczajnym wydarzeniu wzięło udział wiele niesamowitych osób, które łączył fakt utraty wzroku i wspólnej chęci do integracji. Ponadto było wyjątkowe, ponieważ odebrałem nagrodę za II miejsce w plebiscycie IDOL, które zorganizowała Fundacja Szansa dla Niewidomych. Otrzymałem je za swoją stronę „Oczami Niewidomego” w kategorii Media. Polecam obecność na tym wydarzeniu. Pokazuje ono jak wiele łączy nas – niewidomych i jakie mamy możliwości jako osoby niewidzące. Jest to też idealna szansa na wspólne spędzenie czasu i wymianę doświadczeń.

Oczami Niewidomego

Kolejnym sukcesem tego roku było dla mnie osiągnięcie ponad tysiąca obserwujących osób na stronie „Oczami Niewidomego”. To niesamowite uczucie, gdy masz świadomość, że Twoje teksty docierają do tak liczного grona odbiorców. Dzięki tak wyjątkowemu odbiorowi moich tekstów nabrałem także dobrych nawyków.



Publikowane co tydzień treści pomogły mi wyrobić nawyk obserwacji i ciągłej chęci poznawania mojego otoczenia, aby dzielić się ze swoimi czytelnikami moim niewidomym życiem. Ponadto zainteresowanie moją twórczością zachęca mnie do ciągłego poznawania nowych rzeczy, doświadczenia oraz analizowania ich pod względem dostosowania do nas – osób pozbawionych wzroku.

Edukacja

Mijający rok był również istotny pod względem mojej edukacji, ponieważ udało mi się napisać oraz obronić pracę licencjacką z Filologii Polskiej. To ogromne osiągnięcie nie tylko ze względu na pracę, którą włożyłem w jej napisanie, ale również dlatego, że będąc osobą niewidomą ciężko jest mi pisać, w dodatku w stylu naukowym. To również pokazuje, że bariery, które tworzymy, są jedynie w naszych głowach, a z odrobiną dobrej chęci można wszystko!

Ludzie

Także w relacjach międzyludzkich mijający rok dał mi wiele dobrego. Miałem szczęście, że udało mi się poznać wiele fantastycznych osób, które należą nie tylko do środowiska osób niewidomych, ale także takich, którzy nie patrzą na niepełnosprawność, ale na wnętrze człowieka. To fantastyczni ludzie, którym jestem wdzięczny za każdą chwilę z nimi spędzoną. Z tego miejsca mogę napisać jedynie: „Dziękuję, że jesteście!”

Podsumowanie

Chciałbym życzyć wszystkim, aby następny rok owocował w same pozytywne i radosne chwile. Niech Wasze cele udadzą się i przepełnią Was szczęściem.



Felieton skrajnie subiektywny

Wieczne Boże Narodzenie

Elżbieta Gutowska-Skowron

Ach, gdzie są niegdysiejsze śniegi, chciałoby się powtórzyć za Francois Villonem i jego Balladą o paniach minionego czasu. Balladą o nieubłaganym przemijaniu i niszczącym wpływie czasu na nasze życie i naszą kondycję. Temu przemijaniu co roku starają się zaprzeczyć Święta Bożego Narodzenia. Znow jesteśmy dziećmi, znow poruszają nas narodziny Boga przybierającego postać niemowlęcia, znow zachwyca nas choinka, znow z radością rozpakowujemy prezenty od bliskich, znow siadamy do wspólnego stołu i czujemy ekscytację, choć być może z naszego życia ubyło wiele osób.

To magia Bożego Narodzenia, to ona sprawia, że te dni w jakiś przedziwny sposób tworzą swoistą pętlę czasu. To od nich wszystko się zaczyna i na nich się kończy, by znow się rozpocząć, za rok. I nic tak nie działa na wyobraźnię, jak bliskość Boga, tak bardzo ludzkiego w te dni. W miarę upływu lat przybywa wspomnień, dla których istotną klamrę stanowią właśnie Święta Bożego Narodzenia. To one niejako spinają nasze indywidualne historie.

W moich wspomnieniach jest zawsze ciepły, rodzinny dom. Choć na co dzień skromny i niezasobny, jak to za komuny było, w święta zawsze pełen smakołyków i perfekcyjnie przygotowany. Niewielkie mieszkanie lśniącej czystością, wyfroterowane podłogi, jeszcze pachnące świeżą pastą, aromat pieczonych mięs, drożdżowych strucli z makiem, tężejąca galareta z dzwonkami karpia, pochodząca z Kresów Wschodnich zupa makowa w kamionkowym garnku i wielka choinka bogato zdobiona, zajmująca honorowe miejsce w ciasnym pokoju. Stół przykryty białym obrusem, pod nim siano, opłatek na ozdobnym talerzu, mała, gliniana szopka i puste nakrycie

dla niespodziewanego gościa. A w nocy wędrówka na Pasterkę, często po skrzącym się i skrzypiącym śniegu.

Najmilsze jednak z celebracji świąt było oczekiwanie i przygotowania. I w niczym tej celebracji nie umniejszały powszechne niedobory towarów i – jak to się wówczas mówiło – ich zdobywanie. Gigantyczne kolejki z komitetami kolejkowymi, wielogodzinne oczekiwanie na dowóz schabu, ryb, słodyczy czy pomarańczy, wędrówki od jednego sklepu do drugiego, gorączkowa gonitwa. Dziś trudno sobie wyobrazić, że czegoś może zabraknąć. Mamy wszystkiego w bród, Święta Bożego Narodzenia możemy urządzać na sto sposobów, w doborze prezentów nie ma żadnych granic, poza możliwościami finansowymi. Czy potrafimy to docenić? Wydaje się, że nie do końca.

Pamiętam jeden z przedświątecznych dni, koniec lat 60. minionego wieku. Przed moją kamienicą na Woli był wielki, pusty plac, właściwie łąka z nielicznymi drzewami. Ranek obudził mnie rejwachem na klatce schodowej. Za chwilę zapukała do drzwi mieszkania moich rodziców podniekcytowana sąsiadka. – Pani Klaro – zwróciła się do Mamy – niech pani bierze jakieś torby, na placu jest góra pomarańczy. Mama, nieco oszołomiona, ze zdziwieniem zapytała – Jak to? Sąsiadka nie umiała wytłumaczyć skąd na placu wzięły się pomarańcze. Mama pobiegła za nią



“ To magia Bożego Narodzenia, to ona sprawia, że te dni w jakiś przedziwny sposób tworzą swoistą pętlę czasu. To od nich wszystko się zaczyna i na nich się kończy, by znów się rozpocząć, za rok. I nic tak nie działa na wyobraźnię, jak bliskość Boga, tak bardzo ludzkiego w te dni.

z torbami, ja – wiedziona dziecięcą ciekawością – pobiegłam za Mamą. Moim oczom ukazał się kompletnie abstrakcyjny widok. Na śniegu piętrzył się ogromny stos skrzynek z pomarańczami, część owoców wysypała się z nich i leżała wprost na śniegu. A wokół stosu krzatali się mieszkańcy kamienicy, pospiesznie ładując pomarańcze do toreb. Owoce zostały wyzbierane co do jednej sztuki.

Do dziś nie wiem, jakim cudem pomarańcze znalazły się na placu. Mogę się jedynie domyślać, że z jakichś powodów przewożący je samochód zrzucił ładunek na nasz plac. Wiem jedno – takiej ilości pomarańczy nie zjadłam nigdy przedtem ani nigdy potem. Były wyśmienite. I nawet świąteczny sernik został obficie przystrojony ich częstkami i zalany galaretką.

Kiedy zasiądziemy do tegorocznej Wieczery Wigilijnej warto pomyśleć czy dobrobyt na pewno jest nam dany na zawsze? Czy zawsze będziemy mogli liczyć na ciepły dom, radość, pokój i stół uginający się pod mnogością potraw?

W grudniu 2021 roku ukraiński Mariupol rozświetlony był girlandami świątecznych lampek. Jego ulice przemierzali ze sprawunkami szczęśliwi ludzie, szykując się do świąt. Dziś Mariupol jest zrównanym z ziemią miastem widmem. Warto o tym pomyśleć przy wigilijnym stole. Nic nie jest nam dane na zawsze. I to jest jedyny pewnik.

„A nadzieja znów wstąpi w nas”

Anna Hrywna

*A nadzieja znów wstąpi w nas
Nieobecnych pojawią się cienie
Uwierzymy kolejny raz
W jeszcze jedno Boże Narodzenie
I choć przygasał świąteczny gwar
Bo zabrakło znów czyjegoś głosu
Przyjdź tu do nas i z nami trwaj
Wbrew tak zwanej ironii losu*

*Daj nam wiarę, że to ma sens
Że nie trzeba żałować przyjaciół
Że gdziekolwiek są, dobrze im jest
Bo są z nami choć w innej postaci
I przekonaj, że tak ma być
Że po głosach tych wciąż drży powietrze
Że odeszli po to by żyć
I tym razem będą żyć wiecznie*

Tegoroczna jesień przez długi czas sprzyjała spacerom. Nawet uroczystość Wszystkich Świętych, odmiennie niż to zazwyczaj bywało, przebiegła tym razem pod znakiem ciepłej, słonecznej aury. Wykorzystałam tę okoliczność i w Dzień Zaduszny, zamiast udać się na dwa okoliczne cmentarze tradycyjnie, tj. samochodem, wybrałam się na dłuższy, spokojny spacer. W miejscowości, z której pochodzę mamy „stary” i „nowy” cmentarz. Oba znajdują się w znacznej odległości od siebie – stary, mniejszy, położony wokół naszego zażytkowego kościoła; nowy, zdecydowanie większy, usytuowany w otoczeniu łąk i pól – „przejął” posępne obowiązki, gdy nie starczyło już miejsca na pochówek w części przykościelnej.

Przechodząc pomiędzy jednym i drugim miejscem minęłam po drodze mój rodzinny dom

– dziś namacalny dowód upływu dni i lat. Ugryziony zębem czasu, samotny, pusty dom. Jego widok pogłębił we mnie nostalgiczny nastrój tych dni. Kiedyś tętniło w nim życie, mieszkało w nim wiele osób, odbywały się liczne uroczystości z udziałem dużej rodziny. Dom był wielopokoleniowy – mieszkali w nim moi rodzice i dziadkowie. Dobrze pamiętam z dzieciństwa, że w domu pojawiała się wiele osób z sąsiedztwa, z naszej, bądź z okolicznych miejscowości. Dziadek był sołtysem, więc z różnymi sprawami przybywali do niego ludzie – po radę, po pomoc, celem załatwienia niezbędnych formalności, a nawet na zwykłą pogawędkę itp. Tak – ten dom żył, to najlepsze określenie jakiego można tutaj użyć. Jego codzienność wypełniał gwar, rozmowy, śmiech, czasem łzy. Dziś dom ten jest opuszczony. I widać to gołym okiem. Ten obraz boli, tym bardziej, że nie mam w pełni wpływu na jego stan. Przede wszystkim jednak, ten obraz uwiera, bo dla mnie ten stary dom nie jest tylko zniszczonym budynkiem. Jakkolwiek wzniosłe to zabrzmie – on jest i będzie moim „początkiem”. Tam wszystko się zaczęło. A mniejsze lub większe skrawki wspomnień z dzieciństwa są i na zawsze będą nieodłącznie związane z tym miejscem.

Tego dnia, idąc obok wieczorem, jak zawsze ze smutkiem spojrzałam w jego stronę. Wokół, tj. w okolicznych domach, w oknach paliło się światło, dym szedł z kominów, ujadły przydomowe czworonogi. Położony z dala od drogi, pogrążony w ciemności dom, wydawał się być pustą przestrzenią pomiędzy pozostałymi budynkami. Wprawdzie ja wiem, że tam stoi, ale ktoś obcy równie dobrze mógłby go tam wcale nie dostrzec. Tym bardziej, że krzewy, które jak pamiętam sadzili jeszcze moi dziadkowie i rodzice, osiągnęły już spore rozmiary, dziś można by rzec – osiągnęły już wiek dojrzały, tak jak i ja. W tym miejscu nasuwa się krótka dygresja – często mawia się, że gdyby wszyscy przedstawiciele gatunku ludzkiego nagle zniknęli z naszej planety, to pozostałe organizmy żywe szybko zatrą po nas ślady – myślę, że opuszczone domy dobrze ukazują tę prawidłowość.

Choć dziś mam nowy, ciepły dom, a w nim różnego typu udogodnienia, o których w czasach mojego dzieciństwa nikt jeszcze nawet nie przypuszczał, że mogą istnieć, to gdyby można było wrócić, tj. cofnąć się w czasie do tamtego najzwyklejszego ze zwykłych domu, do tamtych chwil i okoliczności, pewnie byłoby to moim największym szczęściem. Wszystko to pod jednym jednakże warunkiem – że byliby tam również Oni – dziś nieobecni. Ludzie, którzy to miejsce tworzyli, którzy sprawili, że dziś posępny widok, o którym piszę, jedynie symbolicznie odnosi się przecież do zniszczonej cegły, czy do przerośniętego żywopłotu. Te i inne są tylko świadectwem czyjegoś braku, tj. braku rąk, które kiedyś o to wszystko regularnie dbały.

Najcieplejsze wspomnienia z dzieciństwa, z tego właśnie miejsca, jak dla mnie zawsze dotyczyć będą Wigilii Bożego Narodzenia, gdy radości, nieopisanej szczęśliwości, zachwytem nie było końca. Krzątanie, przygotowywanie potraw, zapachy w całym domu, strojenie choinki, mieniące się kolorowe cukierki, po które tak się chciało sięgnąć, najlepiej niepostrzeżenie, i wiele, wiele innych okoliczności tego dnia, tego czasu – ach, jakież to były uniesienia w dziecięcym ciele i duszy. I tak przez cały dzień, aż następował ten wzniosły moment uroczystej kolacji. I jedno tylko nie pasowało mi w tym radosnym oczekiwaniu – dziwna i jak wówczas dla mnie niezrozumiała posępność Mamy, która z zadumą stawiała jedno puste nakrycie na stole.

Jak wiele rzeczy zmienia swoje znaczenie z upływem lat i „nabieraniem rozumu”, ze stopniowym poznawaniem prawidłowości, jakie rządzą światem, wychodzeniem z bezpiecznej strefy dziecięcej bez troski w świat, który nie jest tak cukierkowy, jakim go widzisz mając tych raptem kilka lat.

O jak dobrze to dziś rozumiem, dlaczego wtedy, w tych właśnie chwilach, Mamo, stawiałaś się milcząca, jakby nieobecna. Dziś powielam to Twoje zamyślenie, tę posępność, te przeszkłone oczy, gdy sama przygotowuję to nakrycie. Gdy wzniecam w sobie nadzieję, że to tylko tymczasowy

brak Ciebie i innych, których już z nami nie ma. Bo przecież tak tęsknię i czekam na ponowne z Wami spotkanie.

W naszej tradycji puste miejsce przy stole przeznaczone jest dla wędrowca, niespodziewanego przybysza, być może samotnej osoby, która tego dnia może zapukać do naszych drzwi. Ale zapewne wielu z nas łączy ten symbol z miejscem przygotowanym dla tych, którzy od nas odeszli, którzy zasiedliby do wieczerzy z nami, gdyby ich ziemską drogą się jeszcze nie zakończyła. Dla tych, za którymi tęsknimy i względem których żyjemy nadzieją, że spotkamy się z nimi ponownie, kiedyś, gdy nadejdzie na to czas. Przepięknie „wyśpiewuje” tę nadzieję Beata Rybotycka w *Kolędzie dla nieobecnych* (muzyka: Zbigniew Preisner, album: *Moje kolędy na koniec wieku*), której słowa rozpoczynają i kończą ten tekst. Dla mnie to najbardziej wzruszający świąteczny utwór, którego zresztą nigdy nie udało mi się wysłuchać bez wykorzystania przy tym przynajmniej jednego opakowania chusteczek higienicznych. Wszystkich, którzy tego utworu nie znają, zachęcam do jego wysłuchania. Cały przywołany album jest zresztą, jak uważam, fenomenalny.

Gdy zakończy się czas oczekiwania, gdy dopełni się adwentowy krąg i zapłoną na nim wszystkie cztery świece, gdy zasiądziemy wspólnie do wigilijnego stołu, by w podniosłej atmosferze przeżyć w otoczeniu najbliższych ten wyjątkowy wieczór, kolejny raz narodzisz się w nas na nowo, Panie, i wierzę, że nadzieja znów wstąpi w nas. Niezależnie od świadomości istnienia pustych miejsc przy stole, powiem wtedy sobie, jak co roku: „chwilo trwaj, jesteś tak piękna”. Niech tak się stanie.

*Przyjdź na świat, by wyrównać rachunki strat
Żeby zająć wśród nas puste miejsca przy stole
Jeszcze raz pozwól cieszyć się dzieckiem w nas
I zapomnieć, że są puste miejsca przy stole.*

1 Cytat pochodzi z utworu pt. „Faust” Johanna Wolfganga Goethego

Świąteczna tradycja kontra grudniowa komercja

Radostaw Nowicki



„Bo kiedy miasto na święta się stroi, niejeden z nas o przyszłość się boi. Niejeden z nas w marzenia ucieka, wierząc, że spełnienie gdzieś czeka. A kto wie, czy za rogiem nie stoją anioł z Bogiem? I warto mieć marzenia, doczekać ich spełnienia. Kto wie, czy za rogiem nie stoją anioł z Bogiem? Nie obserwuję zdarzeń i nie spełniają marzeń. Kto wie? Kto wie?” – słowa tej piosenki towarzyszą nam co roku w grudniowym okresie. Świąteczne utwory, kolędy i pastorałki wprowadzają nas w bożonarodzeniowy nastrój, a w wigilijny wieczór na szklanym ekranie Kevin zaprasza nas do swojego domu. W ogóle w święta pojawia się u ludzi szerszy uśmiech na twarzy, mają w sobie więcej życzliwości dla drugiego człowieka, uaktywniają się pokłady dobra, które drzemią w nich niczym lawa w uśpionym wulkanie. Ale czy w ich sercach jest wciąż miejsce na duchowe przeżywanie tych świąt? Pewnie u niektórych tak, choć mam wrażenie, że w dużej mierze zależy to od regionu zamieszkania, rodzinnych tradycji i przywiązania do wartości religijnych.

A kiedyś było inaczej

Ostatnie dwanaście miesięcy minęło jak jeden dzień. Przed nami kolejne święta Bożego Narodzenia. Czy w XXI wieku mogą one być jeszcze okresem wyjątkowym? Z opowiadań rodziców wiem, że kilkadziesiąt lat temu święta były jakieś takie inne. Miały swoją duszę. Mimo że na sklepowych półkach brakowało towarów, to w grudniu do Polski przyływały kubańskie pomarańcze. Ich zapach był wyznacznikiem zbliżających się świąt. Mróz szczypał w uszy, śniegu było po pas, a biała aura była nieodłącznym elementem grudniowego świętowania. Pamiętam, że jeszcze w dzieciństwie z utęsknieniem czekałem na święta, dawały mi one mnóstwo radości, wywoływały uśmiech na twarzy, a obecnie stanowią tylko pewien coroczny rytuał. Uleciała z nich magia, która spajała wszystko w jedną całość. Podobnie jak wielu innych dorosłych nie czuję już tej atmosfery świąt. Z czego to wynika? Może wszystkiemu winna jest komercjalizacja?

Świąteczna komercjalizacja

Święta Bożego Narodzenia z założenia powinny być jednym z najważniejszych okresów w roku dla Polaków, którzy uważani są za naród katolicki. Wszak dla chrześcijan narodziny Jezusa powinny stanowić nadrzędną wartość. Tymczasem w wielu domach aspekt ten schodzi na dalszy plan. Trudno oprzeć się wrażeniu, że z roku na rok coraz bardziej zmieniają się tradycje i świąteczne obyczaje. Wpływa na to coraz bardziej rozpychająca się komercjalizacja świąt. Pierwsze mikołaje do marketów spożywczych wkraczają już na początku listopada. Jeszcze do końca nie zdążył ulecieć czar wspomnień bliskich związany z dniem Wszystkich Świętych, a już na sklepowych regałach pojawiają się ozdoby choinkowe

i dziesiątki świątecznych gadżetów. Rusza machina reklam świątecznych, które towarzyszą nam prawie przez trzy miesiące. W sklepach puszczane są dźwięki kolęd oraz świąteczne piosenki z dzwoneczkami w tle. Półki uginają się od wszelakich dobroci, a ludzie dają się porwać zakupowej gorączce. Słowem, w przedświątecznej gonitwie tracą głowę, kupując często wiele niepotrzebnych rzeczy, albo wydając zbyt dużo pieniędzy w porównaniu do swoich możliwości finansowych. Do tego dochodzi szalony przygotowań i świątecznych porządków. Choć jest to tradycja, to niektórych perfekcjonizm w tym zakresie doprowadza do obłądzenia. A przecież dom to nie muzeum. Nikt w Wigilię nie będzie robił testu białej rękawiczki. Na koniec ludzie chcieliby jeszcze mieć radość ze świąt, ale okazuje się, że nie mają już siły, aby się z nich cieszyć. Na drugi plan schodzi to, co teoretycznie powinno być najważniejsze, czyli sama idea świąt. Brakuje czasu na ich duchowe przeżywanie, na poświęcenie go bliskim, a nawet na dłuższy spacer i zabawę z psem, dla którego na co dzień nie mają wystarczająco dużo czasu. Wszak święta powinny nieść ze sobą pozytywne emocje (miłość, przyjaźń), ciepło domowego ogniska oraz rodzinną atmosferę. Gorzej, jeśli z roku na rok bliskich jest coraz mniej...

Zanikanie tradycji i rozpychanie się nowoczesnych technologii

Bożonarodzeniowe tradycje przekazywane są z pokolenia na pokolenie, jednak świat się zmienia, a wraz z nim także świąteczne rytuały. Kiedyś symbolem pamięci o bliskich były kartki świąteczne. Wprawdzie przez brak wzroku nigdy nie mogłem odczytać z nich życzeń, ale miały one pewną moc i duszę, szczególnie wtedy, kiedy były samodzielnie zrobione przez nadawcę, a zdarzyło mi się również takie dostawać. Dotykając je miałem świadomość, że ktoś się trochę natrudził, bo musiał je zrobić, wypisać na nich życzenia, iść na pocztę albo wrzucić kartkę do skrzynki, a dzięki temu może dłużej pomyślał o mnie. W dobie nowych technologii tradycja wysyłania kartek świątecznych zanika. Zastępują ją życzenia telefoniczne, SMS-owe oraz te publikowane na różnych portalach

“ **Ale czy w ich sercach jest wciąż miejsce na duchowe przeżywanie tych świąt?**

społecznościowych. Często przesyłane są one metodą „kopiuj, wklej”. Trochę brakuje w nich głębi, pełnej szczerości, pomyślenia o osobie, do której wysyła się dane życzenia. Słowem, brakuje autentyczności, która była zachowana przy tradycyjnych kartkach świątecznych. Mam jednak wrażenie, że tego trendu nie da się już zatrzymać. Jest on jak śniegowa lawina, która z roku na rok będzie przybierała na sile. Wpływu nowych technologii na święta nie da się wyazać czy odciąć grubą kreską. Trzeba się po prostu z nim pogodzić i go zaakceptować. Wszak często ludzie zamiast iść do kościoła, pasterkę oglądają w telewizji. Korzystają też z dobrodziejstw Internetu, zamawiając w jego czeluściach świąteczne prezenty oraz szukają w nim wskazówek do wigilijnych potraw.

Świąteczny upominek

Nieodłącznym elementem świąt są prezenty. Jedni przykładają do nich większą, inni mniejszą wagę. Sam wychodzę z założenia, że liczy się gest, pamięć o danej osobie, a nie wartość materialna upominku. Zresztą z jego wyborem mogą być spore kłopoty. Jakoś tak się składa, że w ciągu roku ludzie są pochłonięci swoimi sprawami i nie do końca wiedzą, czego potrzebują ich bliscy, jaki prezent by ich ucieszył. Pewnie nie raz i nie dwa Wam również zdarzyło się otrzymać nietrafiony upominek. Czasami więc warto postawić na neutralność i podarować komuś po prostu pieniądze albo kartę lub voucher do jakiegoś sklepu. Prezent może być też bardziej wyjątkowy, bo wykonany samodzielnie. Nie musi wcale mieć dużej wartości materialnej. W zależności od umiejętności i uzdolnień obdarowującego może być to coś wykonanego samodzielnie, na przykład zapachowe mydło, świeczka czy

choćby upieczone własnoręcznie pierniczki, w których wykonanie wkłada się przecież całe serce. Zresztą do ich zrobienia można zaangażować całą rodzinę lub grupę przyjaciół. Wspólne pieczenie lub gotowanie może stanowić wspólną formę wywołania świątecznego nastroju u osób, które są nam naprawdę bliskie.

Świąteczny zapach

Niewidomi nie mają możliwości dostrzeżenia lampek migających na choince, podziwiania świecących dekoracji świątecznych czy śnieżnych malowideł na szybach okien. Mogą za to poczuć i usłyszeć magię świąt. Szczególnie zapach ma niebagatelne znaczenie. Nie ukrywam, że sam uwielbiam dom pachnący pieczonymi pierniczkami, makowcem, kapustą z grzybami czy nawet smażoną rybą. Pamiętam czasy dzieciństwa, w których razem z babcią przygotowywałem w kuchni mak na makowce, wyrabiałem ciasto drożdżowe czy nastawiałem zakwas na barszcz czerwony. Zapachy dobiegające z kuchni nie są jednak jedynymi, które towarzyszą nam w święta. Nie można nie wspomnieć o leśnym zapachu wydobywającym się z gałązek jodły, ze świeżej choinki, która staje się jedną z królowych salonu. Na niej zamiast sztucznych łańcuchów i drogich bombek mogą zawisnąć szyszki, orzechy, suszone owoce, a nawet wspomniane pierniczki. Dzięki temu choinka stanie się jeszcze bardziej magiczna, a jej dekorowanie takimi smakołykami, zwłaszcza wśród dzieci, może wzbudzić wiele radości i frajdy.

Daj coś od siebie

Nadchodzące święta będą specyficzne z dodatkowego powodu, a jest nim rosyjska agresja w Ukrainie. Tuż za naszymi granicami trwa wojna. Ginią niewinni ludzie, inni nie mają co jeść, pić, marzną w zbombardowanych i pozbawionych elektryczności domach. W głowie nie mają świątecznego nastroju, a ich myśli skupione są wokół tego jak przetrwać kolejny dzień. Choć odnoszę wrażenie, że wielu naszym rodakom wojna za ukraińską granicą już spowszedniała, to właśnie w czasie świąt możemy jeszcze bardziej docenić spokój, który obecnie mamy, a jednocześnie otworzyć ponownie swoje serca

dla potrzebujących, bowiem robienie czegoś bezinteresownego dla kogoś nieznanego potrafi czynić cuda. Odzwierciedla to chociażby świąteczny rytuał, zgodnie z którym przy wigilijnym stole powinno znaleźć się dodatkowe nakrycie dla zbłąkanego wędrowcy. Warto więc w tym magicznym, grudniowym czasie pomyśleć o Ukraińcach – ponownie wesprzeć jakąś zbiórkę, przekazać im produkty pierwszej potrzeby czy wesprzeć ich na dziesiątki innych sposobów. A jeśli wolicie lokalne inicjatywy, to może wraz z rodziną i znajomymi wybierzcie jakąś rodzinę i obdarujcie ją prezentami w ramach „Szlachetnej Paczki” albo zróbcie zbiórkę pieniędzy wśród swoich znajomych i kupcie za nią karmę i ciepłe koce dla zbłąkanych czworonożnych przyjaciół z najbliższego schroniska. A jeśli sami nie macie zbyt wielu możliwości finansowych, aby wspierać potrzebujących, to wyślijcie chociaż SMS-a, z którego dochód zostanie przeznaczony na fundację na przykład pomagającą chorym dzieciom. Liczy się każdy, nawet najmniejszy gest, bo dzięki niemu odczujecie satysfakcję, poczujecie się lepiej, po prostu będzie wam lżej na duszy.

Ostatnie miesiące nie były łatwe. Mnóstwo było w nich złych zdarzeń. Najpierw koronawirus, potem wojna w Ukrainie, kryzys surowcowy, wysoka inflacja i wiele mniejszych problemów, z którymi musimy sobie radzić. Niech więc świąteczny czas pozwoli nam chociaż na moment zapomnieć o troskach i zmartwieniach. Niech okres ten przyniesie ukojenie, da poczucie spokoju i bezpieczeństwa, niech wzbudzi w nas pozytywne oraz najszlachetniejsze uczucia. Wreszcie, niech będzie to czas poświęcony bliskim, a dla wierzących także obcowania z Bogiem. Jako niewidomi postawcie na świąteczne zapachy i dźwięki. Pobudźcie swoje zmysły, uśmiechnijcie się do sąsiadów, życząc im wesołych świąt, a na usta niech wam cisną się słowa kolęd i świątecznych piosenek, by wspomnieć chociażby nieśmiertelne „Last Christmas” zespołu Wham. Spróbujcie dać się ponieść świątecznej magii, która naładuje was energią na kolejne miesiące. Tego wam wszystkim – Drodzy Czytelnicy – z całego serca życzę!

ZŁOTE SERCA – pomoc nie tylko od święta

Karolina Środzińska



Okres świąteczny niesie z sobą czas zadumy i refleksji. Chylący się ku końcowi 2022 r. z całą pewnością można uznać za udany w dziedzinie niesienia pomocy i wsparcia udzielonego potrzebującym. Mnogość działań i projektów, jakie zrealizowała Fundacja Szansa dla Niewidomych, zostanie w pamięci naszych beneficjentów na długo. Przyjaźnie zawiązane podczas regionalnych i ogólnopolskiej Konferencji REHA FOR THE BLIND trwają, a projekt „Droga do samodzielności” realizowany nieprzerwanie z edycji na edycję, pomaga otwierać się na świat tym, którzy przez wiele lat zamknęli się w swoich domach przez niepełnosprawność. Wiele dobra dla społeczności udało się wykrzesać z tych działań, dzięki misji i zaangażowaniu ludzi skupionych

wokół regionalnych Tyflopunktów oraz nieocenionej pomocy wolontariuszy, tudzież innych przyjaciół. Nadszedł czas, żeby za to dobro Wam podziękować.

Faktem dobrze wszystkim znanym jest to, że praca wolontariuszy w organizacjach pozarządowych jest normą. Jak podają statystyki w naszym kraju, w 2020 r. ponad 20% osób zdecydowała się na pomoc wolontarystyczną w sektorze NGO. Grudzień jest wyjątkowy w kontekście wolontariatu nie tylko ze względu na mnogość zbiorów przedświątecznych, ale dlatego, że właśnie 5 grudnia obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Wolontariusza. Pamiętajmy o tym, chociażby kierując słowo „dziękuję” w stronę tych,

którzy nas nie zawodzą, gdy okazuje się, że mamy ciężkie paczki do zanieśienia na pierwsze piętro, a brak siły czy wzrok są przeszkodą.

Zgodnie z definicją wolontariat jest nieodpłatną i dobrowolną pracą na rzecz innych ludzi lub wybranej społeczności. W szczecińskim Tyflopunkcie praca ta polegała np. na pomocy w rozdysponowaniu miesięcznika Help. Wolontariusze wspierali nas w kolportażu czasopisma właśnie tak, aby docierało do Was, drodzy Czytelnicy. Czasami wiązało się z przejechaniem całego miasta, aby oddać nowy numer w ręce wiernego miłośnika, innym razem z pozostawieniem kilku sztuk w regionalnej siedzibie PFRON.

Formą wolontariatu jest również wspólny spacer. Dzięki częstemu przyprowadzaniu jednej z naszych beneficjentek do Tyflopunktu, miała ona okazję zadbać o stan swojego zdrowia. Umówiona przez tyflospecjalistę wizyta u lekarza, który dobrał odpowiednie leki, sprawiła, że czuje się dziś dużo lepiej.

My, pracownicy Tyflopunktów, cieszymy się również z zaangażowania wolontariuszy w przekazywanie informacji, plakatów i innych materiałów marketingowych. Niejednokrotnie dzięki poczcie pantoflowej udało nam się sprawnie zamknąć rekrutację do prowadzonych regionalnie projektów. I tak np. w zadaniu pod nazwą „AKADEMIA AKTYWNOŚCI” – wydarzenia współfinansowanego ze środków miasta Szczecin, współpraca z inną organizacją pozarządową pozwoliła nam dotrzeć do nowych przyjaciół i rozszerzyć swoje działania na szerszą skalę. Pozyskane w projekcie osoby cieszyły się z udziału w warsztatach wokalne-estradowych i instrumentalnych.

Zyski, jakie czerpie wolontariusz z pomocy innym, to głównie poczucie sensu i samospełnienie. Nie wiąże się to z otrzymywaniem wynagrodzenia. Warto pamiętać jednak o tym, że bycie wolontariuszem odbierane jest przez społeczeństwo w pewien sposób prestiżowo, a organizacje zrzeszające pomocników w swoich szeregach umożliwiają zawiązanie się między

“ Jak podają statystyki w naszym kraju, w 2020 r. ponad 20% osób zdecydowała się na pomoc wolontarystyczną w sektorze NGO. Grudzień jest wyjątkowy w kontekście wolontariatu nie tylko ze względu na mnogość zbiórek przedświątecznych, ale dlatego, że właśnie 5 grudnia obchodzony jest Międzynarodowy Dzień Wolontariusza.

nimi długoletnich przyjaźni, opartych na solidnych fundamentach, takich jak między innymi chęć niesienia dobra potrzebującym.

Dla dowcipu napiszę też, że cenną wartością wolontariusza jest umiejętność prowadzenia samochodu. Wiąże się z tym kilka zabawnych wspomnień. Zdradzę tylko tyle, że mobilność bardzo pomaga, gdy rozmowy podczas spotkań grupowych są tak żywe, że ostatni pociąg ucieka, a do domu jest ponad 50 km. Wolontariusze mówią, że pomoc w Fundacji Szansa dla Niewidomych przynosi im wiele satysfakcji. Motorem do działania jest energia i zwykłe „dziękuję” usłyszane po odprowadzeniu do pracy czy do domu.

Fundacja Szansa dla Niewidomych współpracuje z wolontariuszami w Polsce i za granicą od początku swojego istnienia, czyli od ponad 30 lat. Jak zostać wolontariuszem? Wystarczy zgłosić swoją dyspozycyjność i chęć pomocy w najbliższym biurze regionalnym Fundacji, a są w każdym województwie. Znajdziecie nas w Internecie. Gwarantuję, że praca z nami będzie dobrym doświadczeniem.



Jesteśmy razem – o projektach realizowanych przez naszą Fundację

AK

Koniec roku to czas podsumowań, również my, zespół Fundacji Szansa dla Niewidomych, wspominamy liczne wydarzenia i osiągnięcia. Było ich tak wiele, że nie sposób napisać o wszystkich. Pozwólcie więc drodzy Czytelnicy, że przywołam choć kilka najciekawszych. Miłej lektury!

„Jeszcze Polska... Klasyka polskiej poezji patriotycznej” Justyny Chłap-Nowak dostępna dla niewidomych

W ramach projektu wydaliśmy adaptację brajlową niniejszej książki. Celem projektu był wzrost dostępu do poezji, będącej ważną częścią literatury patriotycznej, wśród niewidomych

czytelników, poprzez przygotowanie brajlowej wersji antologii poezji polskiej „Jeszcze Polska... Klasyka polskiej poezji patriotycznej” autorstwa Justyny Chłap-Nowak i wydanie jej w 18 egzemplarzach. 16-tomowe dzieło to zbiór najważniejszych dzieł polskiej poezji patriotycznej, m.in.: M. Reja, J. Kochanowskiego, M. Sępa-Szarzyńskiego, I. Krasickiego, J. Wybickiego, A. Mickiewicza, C.K. Norwida, A. Asnyka, S. Wyspiańskiego, B. Leśmiana i wielu innych autorów.

Ta wielka antologia poezji patriotycznej obejmuje najobszerniejszy wybór literackiego dziedzictwa Polski: od fragmentów najstarszych kronik Galla Anonima i Wincentego Kadłubka



oraz „Bogarodzicy”, poprzez twórców okresu odrodzenia, baroku i oświecenia, wieszczów epoki romantyzmu, czasu niewoli i wielkich powstań narodowych, poetów doby pozytywizmu i Młodej Polski, aż po piewców wielkiego czynu niepodległościowego, poetów-legionistów z lat 1914-1918, którzy walczyli o wolną Polskę i doczekali się jej odrodzenia.

Antologia przywołuje zarówno dzieła znane i powtarzane przez pokolenia, jak i zapomniane nieraz, a warte przypomnienia pieśni „wajdelotów polskości” z minionych dekad i wieków. Na kartach tej wyjątkowej księgi występują nie tylko mistrzowie tej miary co Kochanowski, Mickiewicz i Słowacki, ale także mniej znani autorzy piosenek legionowych, anonimowi twórcy poezji rycerskiej z XVII czy konfederackiej z XVIII wieku.

„Kocham Polskę. Historia Polski dla naszych dzieci” – książka Jarosława i Joanny Szarków

Celem projektu był wzrost dostępu do literatury o tematyce historyczno-patriotycznej wśród niewidomych czytelników poprzez przygotowanie

brajlowskiej wersji książki Jarosława i Joanny Szarek „Kocham Polskę. Historia Polski dla naszych dzieci” i wydanie jej w 72 egzemplarzach.

Publikacja to zaproszenie dzieci i rodziców do domowej, rodzinnej przygody z historią, tradycją, dziejami i bohaterami narodowymi. Pragnieniem autorów i wydawcy jest, by książka ta nie tylko dostarczyła naszym dzieciom konkretnej wiedzy, o którą – niestety – coraz trudniej, ale zaszczerpiła w nich załączki miłości do swojego kraju, szacunku do Ojczyzny i jej bohaterów oraz świadomości i poczucia dumy z bycia Polakiem. Jesteśmy przekonani o ogromnej wychowawczej wartości pielęgnowania w naszych dzieciach pamięci historycznej i miłości do Ojczyzny. Wierzimy, że oddajemy w ręce rodziców i dzieci najlepszy elementarz służący temu celowi. Gorąco zachęcamy do korzystania z niego.

Kocham Polskę. Historia Polski dla naszych dzieci” to książka, która bezwarunkowo powinna znaleźć się na półce niewidomego dziecka. Choć nie jest to podręcznik, edukacyjny walor tej publikacji jest nie do przecenienia. Anegdotyczna, żywa forma, zrozumiały dla dzieci sposób narracji, ekspresyjny przewodnik po polskich dziejach od Mieszka I do

Solidarności, zaszczepiający w najmłodszych miłość do Ojczyzny i dostarczający rzetelną wiedzę na temat jej historii, a nade wszystko uczący dumy z bycia Polakiem, które to poczucie, jakże często, deprecjonuje się dziś jako nie na czasie. Ta niezwykła książka ze wszech miar zasługuje na brajlowskie wydanie. ~ Elżbieta Gutowska-Skowron

Dotykowa książka dla najmłodszych – polscy poeci dzieciom

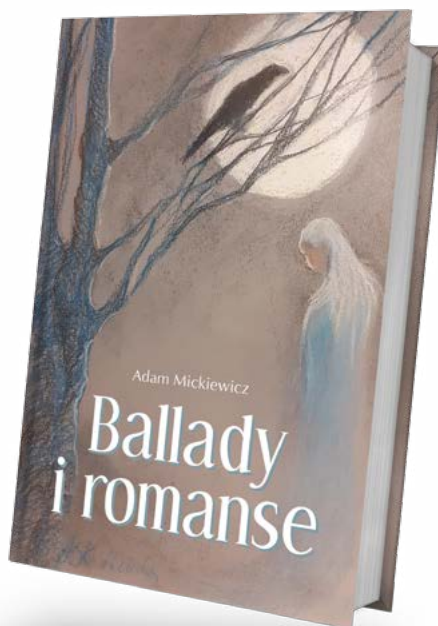
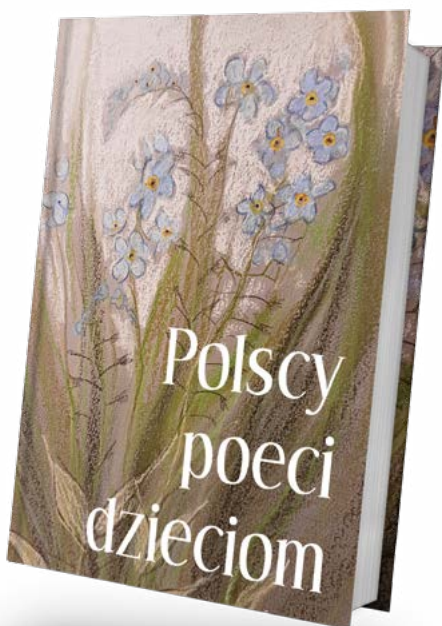
Wydając brajlowskie publikacje chcemy wyrównać szanse osób niewidomych w dostępie do wiedzy, podanej w formie przystępnej i atrakcyjnej dla czytelnika w każdym wieku. Projekty z programu Literatura realizują cele i idee popularyzowane przez Wnioskodawcę: promowanie roli czytelnictwa jako formy rehabilitacji, integracji i aktywizacji społecznej oraz zapobieganie wtórnemu analfabetyzmowi osób niewidomych spowodowane niską dostępnością wydawnictw brajlowskich.

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

„Ballady i romanse” – wydanie tyflograficzne dla osób niewidomych

Wydanie „Ballad i romansów” Adama Mickiewicza w 1822 roku uważa się za symboliczny początek romantyzmu w Polsce. Nieszczęśliwa miłość poety, a także zafascynowanie przyrodą i tradycją ludową przyczyniły się do powstania dzieła, które wyznaczyło nowy kierunek ideowy i artystyczny.

„Ballady i romanse” przeplatane motywami tajemniczości i grozy, najwyraźniej manifestują ideę romantyzmu w poezji polskiej. Zostały zainspirowane pieśniami i wierzeniami ludowymi, podaniami, legendami. Wydarzenia zabarwione swego rodzaju „cudownością”, a także kolorytem lokalnym i historycznym, niejednokrotnie zaskakują, czyniąc „Ballady i romanse” dziełem przełomowym, nowatorskim, a nade wszystko przeciwstawiającym się racjonalizmowi oraz oświeceniowej wizji świata i człowieka. To właśnie zaprezentowana w „Balladach...” rzeczywistość nie poddaje się racjonalnym drogom poznania. W świecie romantyków poznanie to wymaga „czucia” i „wiary”. Metafizyka, intuicja,



emocjonalność i duchowość przewartościowały myśl literacką, a indywidualizm i bunt przeciw powszechnie uznawanym wartościom wyparły zasady intelektualne i estetyczne. W świat realistyczny ingerują siły nadprzyrodzone, a codzienność i zwyczajność zostają naznaczone przez niesamowite zjawiska.

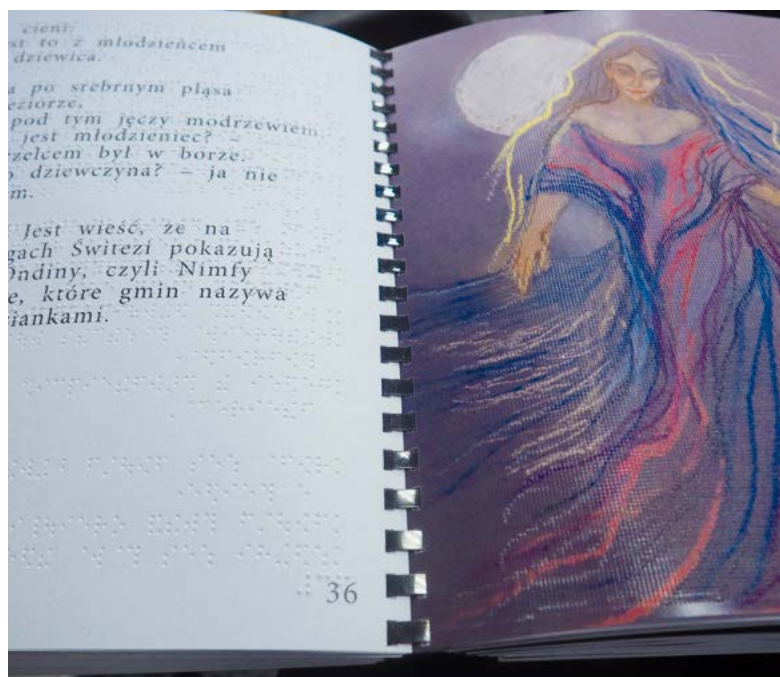
Chcąc dostrzec więcej, należy widzieć oczyma wyobraźni. Na kanwie tego przekonania powstał zamysł niniejszej publikacji. „Ballady i romanse” w 200. rocznicę powstania na nowo zachwycają w zupełnie nowej odsłonie. Specjalne wydanie tyflograficzne dedykujemy zarówno widzącym, jak i niewidomym Czytelnikom. Podobnie jak dwa przenikające się światy w „Balladach i romansach”, tak warstwy graficzna i dotykowa publikacji współgrają ze sobą pozwalając zmysłom na pełniejsze poznanie rzeczywistości wykreowanej na kolejnych kartach. Pod opuszkami palców odnajdujemy nie tylko znane Mickiewiczowskie frazy, ale również niepowtarzalne obrazy. Zobacz, dotknij, daj się zaskoczyć i pozwól wyobraźni widzieć to, co piękne, nieoczywiste, wyjątkowe...

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

„Widzę dotykiem i słuchem” – kampania promująca czytelnictwo niewidomych

Projekt „Widzę dotykiem i słuchem” miał na celu promowanie czytelnictwa wśród osób z niepełnosprawnością wzroku. Kampania polegała na przeprowadzeniu spotkań, podczas których promowane były książki w brajlu, wydawnictwa brajlowskie i wybrane audiobooki. Zaprezentowanie świata literackiego dostępnego dla niewidomych zachęcało odbiorców do pełniejszego uczestnictwa w kulturze. Chcemy zwrócić uwagę na rolę literatury, która może być formą rehabilitacji, integracji oraz aktywizacji społecznej.

Nasz projekt dedykowaliśmy niewidomym czytelnikom, którzy z powodu swojej niepełnosprawności nie mogą w pełni korzystać z życia



literackiego w Polsce. W szczególności pragnęliśmy dotrzeć do dzieci i młodzieży, których wyobraźnia oraz ciekawość świata dopiero się rozwijają. W projekcie uczestniczyły także osoby spoza środowiska niewidomych. Projekt przyczynił się do integracji tych dwóch grup oraz pomógł upowszechniać wzorce pozytywnego odbioru osób z niepełnosprawnością w społeczeństwie i w kulturze.

Harmonogram spotkań:

Gdańsk 03.08.2022 r.

Szczecin 05.08.2022 r.

Łódź 14.11.2022 r.

Opole 09.12.2022 r.

Toruń 16.12.2022 r.

Wiedzieć więcej – historia i kultura dostępne dla wszystkich

Zrealizowaliśmy wielowątkowe zadanie działając na rzecz jak najszerzego włączenia osób z niepełnosprawnością, zwłaszcza niewidomych i słabowidzących, w sferę kultury społeczności lokalnych i całego kraju, a także promując wiedzę, historię i dziedzictwo naszego zróżnicowanego społeczeństwa. W ramach zadania zorganizowaliśmy seminaria dla ok. 500 gości stacjonarnie i ponad 3150 beneficjentów online, uzupełnione wizytami w 16 elitarnych instytucjach kultury. Podczas spotkań dokonaliśmy merytorycznej oceny przystosowania placówek do zwiedzania przez osoby z niepełnosprawnością wzroku oraz opracowaliśmy strategie dostosowania oferty kulturalnej konkretnych instytucji. Produktem końcowym projektu jest album „Polskie muzea i zabytki w wypukłych rycinach” oraz wykonanie i zaopatrzenie instytucji kultury w środki niezbędne do zapewnienia dostępności dla osób z niepełnosprawnością wzroku: albumów z wypukłymi rycinami i przewodników udostępnionych w wersji brajlowskiej.

Poniżej prezentujemy listę instytucji partnerskich zaangażowanych w realizację projektu:

- Galeria Arsenał w Bydgoszczy
- Muzeum Kanału Bydgoskiego

- Muzeum Miasta w Gdyni
- Muzeum Zamkowe w Pszczynie/Muzeum Chleba w Tarnowskich Górach
- Centrum Tradycji, Turystyki i Kultury Gór Świętokrzyskich w Bielinach
- Muzeum Narodowe w Krakowie
- Muzeum Narodowe w Lublinie
- Muzeum Miasta Łodzi Pałac Poznańskich
- Muzeum Budownictwa Ludowego w Olsztynku
- Muzeum Wsi Opolskiej w Opolu
- Muzeum Powstania Poznańskiego – Czerwiec 1956
- Muzeum Etnograficzne w Rzeszowie
- Muzeum Historii Ziemi Kamieńskiej w Kamieniu Pomorskim.
- Muzeum Sztuki Nowoczesnej
- Muzeum Miejskie Wrocławia
- Muzeum Etnograficzne w Zielonej Górze – Ochli

Projekt stanowi interesującą propozycję edukacyjną i kulturalną. Zaplanowane działania przyczyniły się do upowszechniania wiedzy historycznej i świadomości kulturowej. Chcemy, aby cywilizacyjna spuścizna naszego narodu była żywa i doceniana przez wszystkich, bez względu na współwystępującą niepełnosprawność. Oprócz wydarzeń regionalnych, w każdym



Zrealizowaliśmy wielowątkowe zadanie działając na rzecz jak najszerzego włączenia osób z niepełnosprawnością, zwłaszcza niewidomych i słabowidzących, w sferę kultury społeczności lokalnych i całego kraju, a także promując wiedzę, historię i dziedzictwo naszego zróżnicowanego społeczeństwa.

z województw zrealizowaliśmy w Warszawie cykl 5 spotkań z wyjątkowymi osobami – wybitnymi twórcami, przedstawicielami świata kultury.

Oprócz wydarzeń regionalnych w każdym z województw zrealizowaliśmy w Warszawie cykl 5 spotkań z wyjątkowymi osobami – wybitnymi twórcami, przedstawicielami świata kultury.

1. **Krzysztof Zanussi** – spotkanie z reżyserem i literatem pn.: „Prawdziwe filmy i literatura, czy raczej wiedza zbudowana w oparciu o Internet i skrócone newsy”
2. **Aleksander Kozubowski** – spotkanie z historykiem i dziennikarzem pn.: „W poszukiwaniu rzetelnych wiadomości i unikaniu fakenewsów”
3. **Anna Knapik** – spotkanie z muzealnikiem pn.: „Muzeum zapewniające wszystkim dostęp do kultury”
4. **Marek Kalbarczyk** – spotkanie o muzyce pn.: „Muzyka dziedziną nie wymagającą dobrego wzroku, lecz słuchu; wybitni niewidomi muzycy”
5. **prof. Jan Żaryn** – spotkanie z historykiem pn.: „Polska wyjątkowym miejscem do życia od z górą tysiąca lat”

Dostępne księgarnie – szkolenia dla pracowników z kontaktu i obsługi osób z niepełnosprawnością

Dostrzegając potrzeby i oczekiwania pracowników księgarni oraz korzystając z doświadczeń zdobytych podczas projektów realizowanych w poprzednich latach, których efektem są zdobyte przez ponad 300 pracowników bibliotek publicznych kompetencje związane z kontaktem i obsługą osób z niepełnosprawnością, skupiliśmy się na prowadzeniu analogicznych szkoleń wśród pracowników księgarni. Korzystając z wsparcia merytorycznego ze strony pracowników wojewódzkich Tyflopunktów oraz specjalisty ds. promocji, w trakcie szkoleń odbyły



Dostrzegając potrzeby i oczekiwania pracowników księgarni oraz korzystając z doświadczeń zdobytych podczas projektów realizowanych w poprzednich latach, których efektem są zdobyte przez ponad 300 pracowników bibliotek publicznych kompetencje związane z kontaktem i obsługą osób z niepełnosprawnością, skupiliśmy się na prowadzeniu analogicznych szkoleń wśród pracowników księgarni.

się warsztaty, podczas których powstały plany promocji skierowane do konkretnej instytucji. Ich wdrożenie przyczyniło się do promocji czytelnictwa wśród osób z niepełnosprawnością, szczególnie niewidomych i słabowidzących.

W ramach projektu zapewniliśmy kompleksowe szkolenia dla pracowników księgarni. Program szkoleń obejmował 3 moduły:

MODUŁ I – Poprawne komunikowanie się i udzielanie pomocy czytelnikom z różnymi niepełnosprawnościami

MODUŁ II – Urządzenia, pomoce i architektura w dostępnej księgarni. Sposoby użytkowania

MODUŁ III

Część 1 – Sposoby pozyskiwania niepełnosprawnych czytelników

Część 2 – Promocja w praktyce

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

Multimedialne „Studio Choszczówka” – nowe możliwości w terapii i integracji niewidomych

Celem zadania realizowanego od dłuższego czasu jest umożliwienie Fundacji nagrywania profesjonalnych materiałów audio-video. Fundacja tworzy: audycje radiowe, audycje internetowe, audiobooki, audiodyskrypcję, filmy społeczne, szkoleniowe i instruktażowe. Transmitujemy przez Internet wydarzenia kulturalne i konferencje. Aby móc realizować powyższe zadania, Fundacja musiała wyposażyć swoje studio w nowoczesne urządzenia do realizacji audio-video.

Fundacja realizuje projekty kulturalne, do których wykorzystuje m.in. studio nagraniowe, które wymagało doposażenia w profesjonalne urządzenia, umożliwiające realizację 3 ważnych dla beneficjentów zadań:

- a. studio muzyczne: muzyka, muzykoterapia to ważny element rehabilitacji niewidomych. Zakupiliśmy instrumenty muzyczne, które umożliwią nam prowadzenie zajęć muzycznych dla podopiecznych i gości.
- b. studio nagraniowe audio-video: wyposażyliśmy je m.in. w sprzęt komputerowy, interfejs cyfrowy, głośniki odsłuchowe, mikrofony, oświetlenie, kamery, mikrofony, umożliwiające transmitowanie i nagrywanie audycji radiowych i internetowych, wydawanie audiobooków, wykonywanie audiodyskrypcji. Odtąd organizujemy zajęcia, próby i nagrania książek i muzyki na profesjonalnym poziomie.
- c. mobilne studio internetowe: dzięki niemu będziemy mogli transmitować nasze produkcje do Internetu, zakupione narzędzia umożliwiają nam organizowanie spotkań i koncertów, zarówno w formie stacjonarnej, jak i on-line.

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

„Ich Trzecie Oko” – nowe wydanie książki Marka Kalbarczyka

Celem projektu wydawniczego realizowanego przez firmę Altix we współpracy z Fundacją Szansa dla Niewidomych był wzrost dostępu do literatury dla osób niewidomych i widzących poprzez wprowadzenie do obiegu czytelniczego nowego wydania książki autorstwa Marka Kalbarczyka „Ich trzecie oko”. Książka została wydana w czarnodruku i w przedruku brailowym, tak by była dostępna zarówno dla osób niewidomych, jak i widzących.

Tak o drugim wydaniu pisze sam Autor:

Książka ożywa pod wpływem spojrzeń zciekawionych oczu, dotyku trzymających ją dłoni albo echa będącego reakcją wsłuchujących się w jej treść uszu. Kiedy to zaistnieje, razem z nią i gronem zainteresowanych Czytelników raduje się autor. Wtedy i on ożywa, napętnia się energią i pragnie tworzyć kolejne dzieła. Tak i ja. Kiedy usłyszałem miłe opinie



o pierwszym wydaniu „Ich trzeciego oka” i dowiedziałem się, ile Czytelników zainteresowało się opowieścią o bliskich mi ludziach, wziąłem do rąk tę książkę i jeszcze raz ją odczytałem. „Wziąłem do rąk” oczywiście jedynie w przenośni, kiedy w praktyce u mnie jako człowieka niewidomego wygląda to zupełnie inaczej. Włączyłem komputer i mój syntezytor mowy, uruchomiłem program edycyjny i słuchałem. Miałem tego nie robić, ale kiedy jedna z najbliższych mi osób, wielki autorytet, od której niemal wszystko co moje profesjonalne się zaczęło, powiedziała, że książka jest bardzo dobra, a miejscami świetna, kolejni postanowili przedrukować najważniejszy jej rozdział w czasopiśmie „Laski”, nie mówiąc o uznaniu i wsparciu najbliższych mi osób, postanowiłem sprawdzić co właściwie napisałem. Trudne to było spotkanie – przecież z moim własnym tekstem. Zapewne podobnie mają inni autorzy. Zaraz jak oni nabrałem obaw, że ten czy inny akapit powinien być zręczniejszy, przedstawiony z większym rozmachem i wyobraźnią. Łącząc radość z pochwał, które do mnie docierały, z oczywistym (choć umiarkowanym) osobistym niezadowoleniem, wynikającym z odkrywanych autorskich niedoskonałości, postanowiłem jeszcze „troszkę” popracować dla tej książki.

[...]

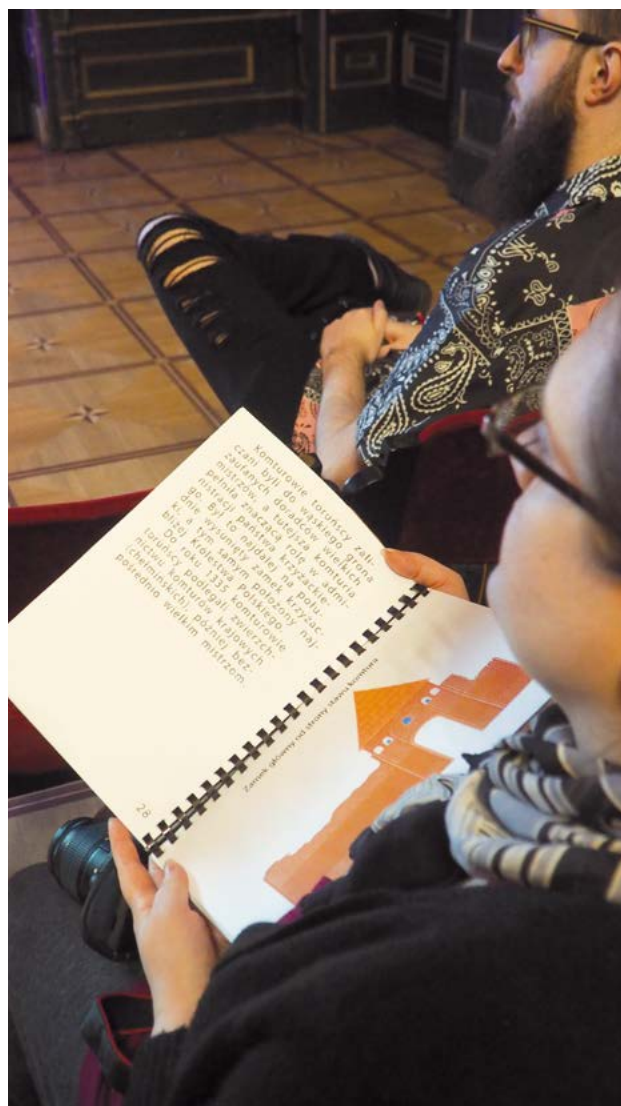
Dopisałem więc kilka istotnych fragmentów, bez których powieść wydała mi się niekompletna. Główny bohater i jego ukochana, także pozostali bohaterowie książki, zasłużyli na pełniejsze przedstawienie. Skoro ich metafizyczne życie krążyło wokół tekstu utworu Led Zeppelin „Schody do nieba”, a jeszcze bardziej wokół mojego swobodnego tłumaczenia tego wiersza oraz związanego z nim w pewien abstrakcyjny sposób wokół krajobrazu z okładki, widzianego w dzieciństwie, pozostającego wyobrażeniem wymarzonego szczęścia, nie pozostało nic innego, jak skierować się w stronę poezji i jak najdelikatniej oddać charakter przeżyć ludzi, dla których los raz nie był łaskaw, a kiedy indziej przeciwnie – niewiarygodnie wspaniałomyślny. I tak, jak się idzie przez życie – krok po kroku, schodek, schodek i schodek, aż wymarzony ideał i Niebo są blisko, tak rozdział po rozdziale i wiersz po wierszu przedstawiam bohaterów i wydarzenia

toczące się obok aż stanie się jasne, co to jest stracić wzrok, przeżyć załamanie, a mimo to odzyskać równowagę i cieszyć się tym, co się ma, a nie martwić tym, co się utraciło.

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

Rozwój czytelnictwa wśród osób niewidomych i słabowidzących

Celem projektu była promocja czytelnictwa wśród osób niewidomych, które nie uczestniczą aktywnie w życiu literackim oraz uświadamianie społeczeństwa nt. potrzeb i ograniczeń tej grupy obywateli, jak również działania o charakterze integracyjnym.



- Zmniejszamy bariery informacyjno-komunikacyjne, które napotykają osoby z dysfunkcjami wzroku.
- Promujemy czytelnictwo w brajlu i audio.
- Prowadzimy kampanię społeczną w mediach (cykl materiałów w mediach społecznościowych oraz spoty radiowe).
- Organizujemy spotkania czytelniczo-integracyjne.

Działania w ramach projektu miały na celu szeroko zakrojoną promocję czytelnictwa oraz niwelowanie wtórnego analfabetyzmu wśród osób niewidomych. Udostępniliśmy w mediach społecznościowych cykl materiałów informacyjno-promocyjnych nt. świata dotyku i dźwięku, w którym żyją osoby niewidome, a także włączającej roli czytelnictwa. Promowaliśmy publikacje o różnorodnej tematyce w brajlu i audio, zapewniliśmy prezentację tyflografik, druku transparentnego oraz innowacji technologicznych dedykowanych słabowidzącym i niewidomym czytelnikom.

Adresatami projektu były wszystkie grupy wiekowe: dzieci, młodzież, osoby dorosłe i seniorzy – w szczególności osoby z dysfunkcją wzroku, a także wszystkie osoby zainteresowane czytelnictwem, które mieszkają na terenie województwa wielkopolskiego.

W ramach projektu odbyło się spotkanie promujące czytelnictwo z uwzględnieniem transmisji online *Poznaj świat dotyku i dźwięku w innowacyjnym wydaniu*.

Program spotkania czytelniczego:

- prezentacja brajlowskich nowości wydawniczych,
- warsztaty z czytania brajla,
- prezentacja tyflografik (wypukłych, dotykowych rycin)
- prezentacja książek w druku transparentnym
- prezentacja audiobooków
- rozwiązania technologiczne niwelujące skutki niepełnosprawności wzroku
- innowacje dla słabowidzących i niewidomych czytelników

Celem kampanii było wspieranie rozwoju i upowszechnianie czytelnictwa oraz niwelowanie barier informacyjno-komunikacyjnych poprzez promowanie publikacji w brajlu i w wersji audio.

Uczestnicy spotkania mieli możliwość odwiedzenia wystawy „Świat Dotyku i Dźwięku”.

(Projekt pn. *Rozwój czytelnictwa wśród osób niewidomych i słabowidzących* dofinansowano ze środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego.)

Włączmy niewłączonych – mazowiecka kultura dla wszystkich

Celem projektu było włączanie osób z dysfunkcją wzroku w kulturę, budowanie poczucia wspólnoty poprzez współdziałanie i bezpośredni kontakt z artystami i twórcami, integrację ze środowiskiem osób pełnosprawnych, równy dostęp do oferty kulturalno-edukacyjnej uwzględniającej ograniczenia tej grupy obywateli i specyfikę niepełnosprawności wzroku, promocja czytelnictwa i czynny udział w życiu społecznym i kulturalnym. Chcemy niezmiennie promować tolerancję i empatię, walczyć ze stereotypami i dyskryminacją, przekazując wartościowe treści na merytorycznie wysokim poziomie, dostępne dla wszystkich. Zadanie pt. „Włączmy niewłączonych – mazowiecka kultura dla wszystkich” obejmował cykl 6 spotkań oraz 6 publikacji towarzyszących, związanych z motywami przewodnimi tych spotkań – to wyjątkowe opracowania, które powstały przy udziale gości specjalnych – wybitnych twórców, przedstawicieli mazowieckiego środowiska kulturalnego.

Harmonogram odbytych spotkań:

16.11.22 r.

Spotkanie z literatem pn.: „Literatura bez granic”

Marek Kalbarczyk

16.11.22 r.

Spotkanie z aktorem pn.: „Film z audiodeskrypcją – prawdziwie dostępna sztuka, czy jedynie jej namiastka?”

Jerzy Zelnik



Chcemy niezmiennie promować tolerancję i empatię, walczyć ze stereotypami i dyskryminacją, przekazując wartościowe treści na merytorycznie wysokim poziomie, dostępne dla wszystkich. Zadanie pt. „Włączmy niewłączonych – mazowiecka kultura dla wszystkich” obejmował cykl 6 spotkań oraz 6 publikacji towarzyszących, związanych z motywami przewodnimi tych spotkań – to wyjątkowe opracowania, które powstały przy udziale gości specjalnych – wybitnych twórców, przedstawicieli mazowieckiego środowiska kulturalnego.

26.11.22 r.

Spotkanie z muzykiem pn: „Razem w świecie dźwięku”

Krzysztof Ścierański

12.12.2022 r.

Spotkanie z dziennikarzem pn.: „Kultura wczoraj i dziś”

Krzysztof Skowroński

13.12.22 r.

Spotkanie z historykiem pn.: „Mazowsze wyjątkowym miejscem do życia”

Jan Żaryn

20.12.22 r.

Spotkanie z poetą „Piękno poezji dla każdego”

Elżbieta Gutowska-Skowron

Działania przewidziane w projekcie wpisują się w obszar walki z izolacją i wykluczeniem osób

z niepełnosprawnością. Pragniemy promować czynny udział osób z niepełnosprawnością w wydarzeniach kulturalnych, głosząc ideę równych szans dla każdego, bez względu na współwystępującą niepełnosprawność, promować świat otwarty dla niewidomych. Projekt ma wielowymiarowy charakter, służy promowaniu dostępności kultury wśród osób z dysfunkcją wzroku oraz podejmuje ważne tematy.

(Zadanie publiczne pn. *Włączmy niewłączonych – mazowiecka kultura dla wszystkich* dofinansowane ze środków z budżetu Województwa Mazowieckiego.)

Sport dla wszystkich

Projekt „Sport dla wszystkich” to podjęcie przez Fundację tematu sportu dostępnego dla osób z niepełnosprawnościami. Projekt zakładał wydanie publikacji poświęconej bezwzrostowym dyscyplinom sportu. To pierwsza tego typu publikacja wydana w wersji tradycyjnej czarnodrukowej ze zdjęciami, przybliżająca dyscypliny sportowe dostępne dla osób z niepełnosprawnością wzroku i wskazująca na bogatą ofertę dyscyplin sportowych dostępnych dla osób z niepełnosprawnością wzroku. Projekt ma za zadanie zainteresowanie instytucji wzbogaceniem oferty sportowej dedykowanej osobom z dysfunkcją wzroku, a beneficjentów zachęcić do aktywnego spędzania czasu i korzystania z aktywnego wypoczynku. Publikacja służy przekazaniu merytorycznych informacji nt. dyscyplin sportowych dedykowanych niewidomym i słabowidzącym, promowaniu sportu w środowisku osób z niepełnosprawnościami oraz promowaniu województwa, jako lidera w szerokiej i bogatej ofercie sportowej dla wszystkich grup społecznych.

W ramach projektu wydaliśmy publikację w czarnodruku – folder dotyczący dyscyplin sportowych dostępnych dla osób z niepełnosprawnościami.

Jesteśmy przekonani, że osoby słabowidzące i niewidome, ich otoczenie, instytucje

i organizacje pozarządowe będą miały pogląd na dostępne sporty i będą w stanie poszerzać swoje oferty np. integracji, warsztatów aktywności fizycznej. Sport stanie się bardziej dostępny dla osób z niepełnosprawnościami, a dodatkowo pozwoli na odkrywanie nowych możliwości dot. form aktywności fizycznej, pozwoli na integrację i zaspokojenie ciekawości świata. Zadanie odznacza się dużą innowacyjnością, ponadto na polskim rynku wydawniczym nie ma takich publikacji dedykowanych osobom niepełnosprawnym.

(Zadanie współfinansowane ze środków otrzymanych z Województwa Warmińsko-Mazurskiego.)

Zrehabilitowani niewidomi poznają swoje otoczenie

W ramach projektu „Zrehabilitowani niewidomi poznają swoje otoczenie” wydaliśmy publikację będącą poradnikiem dotyczącym nowoczesnej rehabilitacji osób z niepełnosprawnością wzroku. W poradniku znalazły się treści dot. niwelowania skutków dysfunkcji wzroku, rozwiązań tyfloinformatycznych i technologicznych, dostępności architektonicznej, komunikacyjno-informacyjnej i cyfrowej, dostępności kultury i sztuki, sportu i wiele innych. Wydanie jest dostępne w druku tradycyjnym i brajlowskim wzbogaconym o wypukłe ryciny.

(Zadanie pn. *Zrehabilitowani niewidomi poznają swoje otoczenie* jest współfinansowane ze środków PFRON będących w dyspozycji Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego.)

Poradnik rehabilitacyjny dla osób niewidomych

Przygotowaliśmy wyjątkowy poradnik rehabilitacyjny poruszający wiele zagadnień dot. dostępności. Znajduje się w nim mnóstwo ciekawych informacji. Nie brakuje również wiadomości na temat nowinek technologicznych czy najnowszych rozwiązań niwelujących skutki niepełnosprawności wzroku.

(Zadanie pn. *Poradnik rehabilitacyjny dla osób niewidomych* jest współfinansowane ze środków PFRON będących w dyspozycji Samorządu Województwa Lubuskiego.)

Wolność nie przychodzi sama, lecz trzeba ją wywalczyć – kampania informacyjna

Nasz projekt ma na celu utrwalanie tożsamości kulturowej i narodowej m.in. poprzez stworzenie strony internetowej z wzorami tyflografik odwołujących się do istotnych wydarzeń z historii Polski. Dzięki takim działaniom możemy popularyzować oraz pogłębiać wiedzę o historii wśród osób z niepełnosprawnością wzroku. Szczególną uwagę zwracamy na kultywowanie pamięci o wydarzeniach i tradycjach niepodległościowych. Chcemy także pokazać, że podtrzymywanie tradycji polskiej równocześnie wiąże się z szacunkiem dla dziedzictwa innych narodów i grup etnicznych zamieszkujących tereny Polski i dawnej Rzeczypospolitej.

Ryciny, które zostały stworzone w ramach projektu, przedstawiają zabytki oraz pomniki nawiązujące do działań niepodległościowych. Stworzone w druku transparentnym materiały edukacyjne są bezpłatnie – Fundacja wysyła zestaw osobom i instytucjom zainteresowanym.

Środowisko niewidomych i słabowidzących cechuje bolesne utrudnienia w dostępie do informacji. Jak się okazuje, jego przedstawiciele nie znają dziejów Polski, materialnych dowodów historii (zabytków architektonicznych, dzieł sztuki, wiedzy zawartej w książkach i podręcznikach). Tak samo nieznane są dawne wydarzenia, jak i bohaterska walka o niepodległość w XX wieku.

W ostatnich latach udało się podnieść do rangi ważnych zadań nauczanie współczesnej historii, ale niewidomi, najbardziej dorośli, nie mający już możliwości korzystania z pomocy nauczycieli, pozostają w niewiedzy. Podobnie nie mają okazji obejrzeć jak wyglądają zabytki i dzieła sztuki, na przykład pomniki. Niewidomi nie wiedzą jak wyglądają nawet popularne obiekty. Gdyby nie niepełnosprawność, uznalibyśmy to za

kompromitację. Wypukłe ryciny dają możliwość przeprowadzenia warsztatów, dzięki którym beneficjenci mogą zapoznać się z wydarzeniami, ich bohaterami i ich działalnością.

Wolność nie przychodzi sama” to tytuł nieprzypadkowy. Czy ktokolwiek może się czuć wolny, kiedy w większym niż akceptowalny stopniu zależy od innych? Niestety tego rodzaju sytuacja jest częstym zjawiskiem. Poczucie braku wolności tak samo dotyczy prywatnego życia ludzi, jak i instytucji, narodów czy państw. Może tak się czuć dziecko w rodzinie, małżonek w małżeństwie, ludzie starsi, kiedy już sobie nie radzą, jak firma na trudnym rynku czy organizacja, wreszcie przedstawiciele władz instytucji czy państw, kiedy są zmuszeni podlegać nakazom płynącym z zewnątrz. Wolność nie przychodzi sama w każdej z tych społecznych konfiguracji i wymaga pracy, argumentów, również walki o swoje prawa i suwerenność.

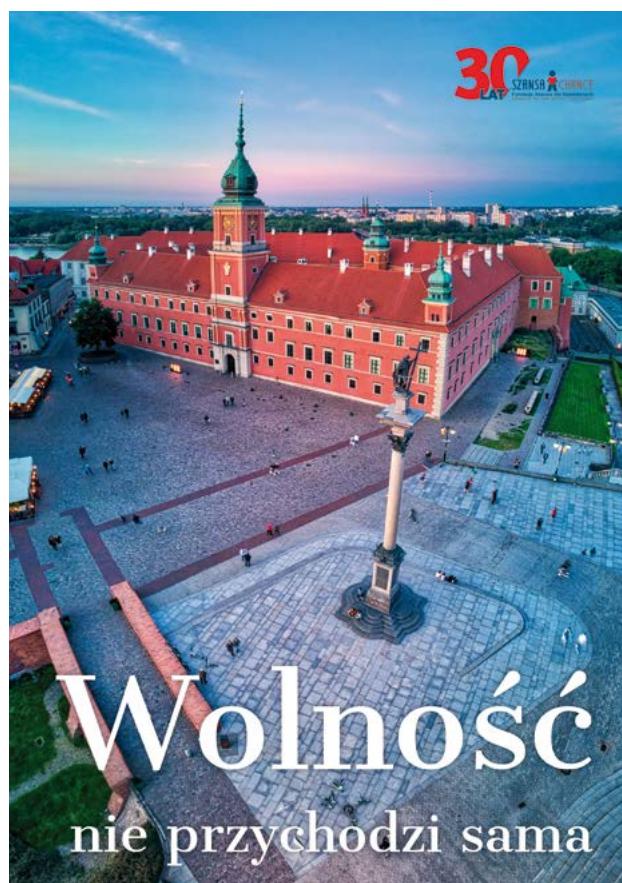
Tak się złożyło, że Polacy oraz narody z nimi związane w I czy II Rzeczypospolitej i struktury państwowe przez nas wybierane traciły wolność w różnych okresach historycznych. Nasz naród doświadczył zniewolenia i był zmuszony doświadczyć co to jest walka o wolność.

Utrata niepodległości oraz brak wolności powtarzały się w naszym przypadku wielokrotnie. Trzy rozbiory z wieku XVIII są najlepszym tego przykładem, a zdarzyło się to ani po raz pierwszy, ani po raz ostatni. Jak bowiem inaczej określić wydarzenia z roku 1939, kiedy to we wrześniu 1 oraz 17 napadły na nas te same ościenne mocarstwa co w wieku XVIII. Może także wydarzenia roku 1944 i 1945 należy tak zakwalifikować? Cóż bowiem innego stało się wtedy, gdy armia i służby radzieckie nie tyle wyzwalały nasz kraj, co go anektowały, zastępując armię i służby niemieckie? Wolność odzyskaliśmy po wielu latach w 1989 r., kiedy to 4 czerwca odbyły się pierwsze autentyczne wybory, chociaż jeszcze nie w pełni wolne.

Historia tracenia i odzyskiwania niepodległości w przypadku Polski, pierwszej czy drugiej Rzeczypospolitej jest niestety bogata. O szwedzkim potopie mówi się, że był pierwszym rozbiorem. W roku

1655 cały kraj został zalany obcymi wojskami i zapewne nie jeden sądził, że już się nam nie uda wyzwolić. Rzeczpospolita miała w tamtym czasie wielu wrogów – nie tylko Szwedzi z królem Karolem Gustawem, skłóceni dynastycznie z Janem Kazimierzem. Nie można zapomnieć o najbardziej agresywnych Moskalach i Siedmiogrodzianach. Jednak się udało. Nasi przodkowie walczyli o wolność biorąc przykład z bohaterstwa Częstochowy. Okazało się, że nawet w tak trudnej sytuacji naród potrafi wnieść się na wyżyny i wypędził najeźdźców. A wcześniej?

W wiekach poprzednich nie zdarzyło się co prawda, że całe królestwo wpadło w obce ręce, jednak wolność traciły poszczególne jego dzielnice. Zagarniali je Niemcy, Prusacy, Krzyżacy, Tatarzy, Turcy, zbuntowani Kozacy. Miał pecha kto żył na terenach objętych pożogą. Za każdym razem musieliśmy odzyskiwać teren, a odbywało się to wielkim kosztem. Nie zawsze się to udawało. Na szczęście, po okresach niewoli i upadku wracaliśmy do wolności i równowagi.



Wydarzeniom historycznym, zarówno klęskom, jak i zwycięstwom towarzyszyła odwaga i pomysłowość naszych przodków. To nie przypadek jak się udawało wznosić na coraz wyższy poziom kulturowy i cywilizacyjny. Odbywało się to wbrew wszelkim trudnościom. Mamy liczne tego dowody. Są obecne do tej pory – zabytki architektoniczne i dzieła sztuki. Fundacja Szansa dla Niewidomych pragnie przedstawić chociaż kilkanaście z nich. W innych publikacjach przedstawiamy kolejne, w niniejszym opracowaniu 15 wybranych. Są wyjątkowe. Można dyskutować czy wybór jest właściwy, jednak gdyby podjąć się takiej dyskusji, byłoby to bezcelowe. Można było bowiem wskazać te czy inne obrazy, a każde ważne dla naszej tożsamości i dążenia do wolności. Nie przychodzi sama, bo inni na nią czyhają. Aby ją obronić, czasem należy walczyć na placu boju, kiedy indziej pracować i tworzyć. Wybraliśmy więc 15 dzieł-symboli, które są powszechnie znane, tyle że niekoniecznie osobom niewidzącym. Jak łatwo się domyślić, niewidomi nie widzą rzeczy tak łatwo dostrzegalnych. Osoby pełnosprawne przechodzą obok zabytków i czasem nawet nie doceniają ich istnienia. Są bo są, tymczasem mają wielką wartość dla każdego z nas. Niewidomi przechodzący obok nie mogą ich zobaczyć, ważne jest zatem przedstawienie ich w formie tyflograficznej. To stosunkowo niedroga metoda prezentacji. Jako niewidomi cieszymy się, kiedy obok zabytku pojawi się trójwymiarowa makietka z brązu, która dokładnie pokazuje obiekt. Nasze ryciny są uboższą formą, ale spełniają swoje zadanie. Zapraszamy więc do lektury i dotykowego oglądania. Wybraliśmy obiekty związane z historią ostatnich wieków, zwłaszcza XX. Oto spis zamieszczonych tu rycin. Mamy nadzieję, że spodobać się one Państwu co do techniki ich wykonania oraz ze względu na wybór tematyki. ~ Marek Kalbarczyk

(Dofinansowano ze środków Muzeum Historii Polski w Warszawie w ramach programu „Patriotyzm Jutra”)

Przeszłość dla przyszłości. Historia Polski na 110 dotykowych rycinach

Celem projektu jest budowanie i poszerzanie wiedzy na temat historii Polski i Polaków,



kultywowanie pamięci o ważnych momentach w dziejach naszego państwa, podtrzymywanie tradycji polskiej oraz szacunku dla dziedzictwa innych narodów i grup etnicznych zamieszkujących tereny Polski i dawnej Rzeczypospolitej.

W ramach projektu powstało 110 tyflografik przedstawiających pomniki, mapy, budowle, które wpisują się w historyczną opowieść o Polsce. Materiały edukacyjne są przygotowane dla niewidomych i widzących w innowacyjnej technice druku transparentnego, gdzie druk brajowski jest nałożony na czarny druk. Materiały są dostępne dla każdego chętnego. Projekt powstał z myślą o utrwalaniu tożsamości kulturowej i narodowej wśród osób niewidomych.

W ogromnej większości niewidomi beneficjenci nie wiedzą jak wyglądają nawet najbardziej znane zabytki związane z polską historią, co zazwyczaj powoduje brak chęci zapoznania się z nią. Kiedy pozostaje ona wiedzą teoretyczną, staje się trudna, a dla wielu wręcz nudna. Jesteśmy przekonani, że jest to dobry sposób na

przekonanie tego środowiska do zainteresowania się tą dziedziną. Projekt w szczególności dedykujemy dzieciom i młodzieży z ośrodków szkolno-wychowawczych z całej Polski i ich bliskim.

(Dofinansowano ze środków Muzeum Historii Polski w Warszawie w ramach programu *Patriotyzm Jutra.*)

„Obrazy widziane trzecim okiem” dostępne dla mieszkańców Gdańska

Czy można widzieć nie widząc? Okazuje się, że w świecie dotyku i dźwięku, w którym żyją osoby niewidome, nie brak fascynujących obrazów. Przekonuje o tym Marek Kalbarczyk w książce „Obrazy widziane trzecim okiem”.

Zapraszamy do zapoznania się z ciekawą publikacją, która dotyczy problematyki związanej z niepełnosprawnością wzroku. Książka dostępna jest dla osób niewidomych w wersji brajlowskiej wzbogaconej o album tyflograficzny, a dla widzących w wersji tradycyjnej czarnodrukowej.

Zachęcamy do lektury!

Publikację pod tytułem „Obrazy widziane trzecim okiem” autorstwa Marka Kalbarczyka adresujemy do czytelników niewidomych, słabowidzących i ich bliskich oraz wszystkich zainteresowanych światem i życiem osób niewidomych. Autor jest czołowym twórcą piszącym o tej tematyce. Mówi o trudnych rzeczach w sposób dostępny, zrozumiały i empatyczny. Sam jest osobą niewidomą. Za swoje książki i działalność otrzymał wiele wyróżnień i odznaczeń. Publikacja zawiera wyjaśnienia poszczególnych aspektów związanych z egzystencją tych osób – jak to jest nie widzieć lub widzieć niewiele, a także być osobą blisko związaną z naszym środowiskiem: matką, ojcem, rodzeństwem, przyjaciółmi, nauczycielami, urzędnikami, mającymi do czynienia z osobami niepełnosprawnymi. Według autora życie jest o wiele ciekawsze i piękniejsze

niż suma wszelkich utrudnień związanych z niepełnosprawnością. Właśnie taki przekaz jest najważniejszy dla naszego środowiska.

(Zadanie pn. „*Obrazy widziane trzecim okiem*” dostępne dla mieszkańców Gdańska jest współfinansowane z przekazanych przez Miasto Gdańsk środków z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.)

„Obrazy widziane trzecim okiem” dostępne dla mieszkańców województwa Kujawsko-Pomorskiego

Książka dostępna jest dla niewidomych czytelników w wersji brajlowskiej wzbogaconej o album tyflograficzny. Wśród rozdziałów książki autor wykorzystuje najciekawsze artykuły, które są zamieszczane na łamach miesięcznika „Filantrop naszych czasów”. Artykuły te cieszą się wielkim uznaniem wśród czytelników tego czasopisma. Autor adaptuje je do potrzeb naszej publikacji. Wyjaśnienia, jak się czują i jak sobie radzą niewidomi w takich miejscach jak teatry, hale sportowe, hotele, restauracje, centra handlowe, stacje kolejowe, lotniska itd. są niezbędne zarówno dla niewidomych i niedowidzących, jak i widzących, którzy na co dzień nie spotykają się z naszym środowiskiem i nie wiedzą m.in. jak efektywnie pomóc. Podobnie władze, decydenci, zarządcy obiektów nie wiedzą jak je dostosować i w jaki sposób otworzyć się na środowisko niepełnosprawnych wzroku.

Projekt zakładał wydruk i dystrybucję publikacji w wersji brajlowskiej (30 egzemplarzy) wzbogaconej o album składający się z 12 wypukłych rycin z poddrukami graficznymi.

Celem prowadzonych działań było udostępnienie beneficjentom zadania interesującej publikacji dostępnej dla osób niewidomych i słabowidzących, którzy dzięki książce mieli szansę zwiększyć swoją wiedzę oraz poznać rozwiązania rehabilitacyjne dedykowane osobom z niepełnosprawnością wzroku. Publikacja została nieodpłatnie przekazana do instytucji działających na terenie województwa



Czy można widzieć nie widząc? Okazuje się, że w świecie dotyku i dźwięku, w którym żyją osoby niewidome, nie brak fascynujących obrazów. Przekonuje o tym Marek Kalbarczyk w książce „Obrazy widziane trzecim okiem”.

kujawsko-pomorskiego: bibliotek, szkół, OPP działających na rzecz osób z niepełnosprawnością, do specjalistów na co dzień współpracujących z osobami z dysfunkcją wzroku, a także do uniwersytetów i organizacji/institucji zrzeszających osoby niewidome i słabowidzące oraz podopiecznym Fundacji zamieszkującym na terenie województwa kujawsko-pomorskiego.

(Zadanie pn. „Obrazy widziane trzecim okiem” dostępne dla mieszkańców województwa Kujawsko-Pomorskiego jest współfinansowane ze środków PFRON będących w dyspozycji Samorządu Województwa Kujawsko-Pomorskiego.)

Audycje muzyczne

Nie móc oglądać świata i nie słuchać jego dźwięków, w szczególności muzyki, to zarówno absurd, jak i coś nie do pomyślenia. Niewidomi, zgodnie ze znanym powiedzonkiem, zamieniają się w słuch. Żyjemy muzyką, toteż trudno się dziwić, że organizujemy działania na tym polu. Dobrym na to przykładem jest projekt: warsztaty/audycje muzyczne.

Być niewidomym, to być zdanym na słuch i dotyk. Prawda, że to oczywiste? Owszem, wszyscy to wiedzą, jednak nie bardzo rozumieją, jak dużo z tego wynika. Zapewne mamy zupełnie wyjątkową wyobraźnię. Widzący mają przed zamkniętymi oczami wyobraźni obrazy, jakby je realnie widzieli. My inaczej. Jeśli w ogóle mamy z nimi do czynienia, na przykład podczas snu. Nie są one przecież takie, jak te, z którymi się spotykają

ludzie widzący. Nie widzimy krajobrazu, więc obraz, który jest do nich przypisany, niekoniecznie jest odpowiedni. Może bowiem być tak, że nasze, niewidome wyobrażenie z rzeczywistością zupełnie się nie zgadza. Możemy sądzić, że nasza rozmówczyni jest blondynką, podczas gdy jest brunetką, albo że kolega, z którym pracujemy ramię w ramię jest przy kości, podczas gdy jest przesadnie chudy.

Słuchanie odgłosów otoczenia, głosów naszych bliskich, jest codziennością. Nie widząc obrazów tym bardziej fascynujemy się tworzeniem wyobrażeń i zdjęć. Nieuchronnie prowadzi to do rozwinięcia zmysłu słuchu i nie rzecz w tym, że lepiej słyszymy, lecz że uważniej słuchamy. W ten oto sposób więcej uwagi poświęcamy muzyce. Wśród niewidomych mamy mnóstwo muzyków. Muzykują lepiej lub gorzej, ale każdy stara się mówić do innych. Nie mówimy oczami, bo nie możemy. Mówimy dźwiękami instrumentów, na których gramy. Robi to większy odsetek naszego środowiska niż w przypadku innych środowisk. Czy jednak możemy istotnie więcej czasu poświęcić na muzykę?





Wśród niewidomych mamy mnóstwo muzyków. Muzykują lepiej lub gorzej, ale każdy stara się mówić do innych. Nie mówimy oczami, bo nie możemy. Mówimy dźwiękami instrumentów, na których gramy. Robi to większy odsetek naszego środowiska niż w przypadku innych środowisk. Czy jednak możemy istotnie więcej czasu poświęcić na muzykę?

Niestety brakuje nam czasu. Mówi się, że żyjemy podwójnie – raz jak inni, a poza tym nadrabiając straty, do jakich ciągle dochodzi. Tak czy inaczej obrazy zastępowane są przez dźwięki. Stąd pomysł, by Fundacja Szansa dla Niewidomych zorganizowała audycje muzyczne, których pokłosiem są opublikowane na stronie notki.

Zorganizowaliśmy cykl integracyjnych warsztatów pn. „Audycje muzyczne”, które miały na celu edukację młodzieży i dorosłych w zakresie historii i teorii muzyki. Warsztaty były prowadzone w formie stacjonarnej. Chcąc dotrzeć do jak najszerszego grona odbiorców zarówno część wykładowa, jak i materiały edukacyjne pozwalające na aktywne uczestnictwo zostały udostępnione na dedykowanej projektowi stronie internetowej. Wykwalifikowani prowadzący, m.in. muzykolodzy, muzycy instrumentalści i teoretycy przedstawili uczestnikom zagadnienia związane z muzyką klasyczną i uczynili to w sposób przystępny i klarowny. Rozpoczęliśmy w sierpniu 2022 r. Nad terminową i sprawną realizacją zadania czuwał koordynator projektu, zaś nad poziomem merytorycznym prezentowanych treści i materiałów edukacyjnych – kierownik merytoryczny projektu. Zaprosiliśmy uczestników korzystając z kanałów social media Fundacji. Platforma Facebook jest stosunkowo

dobrze dostosowana do potrzeb osób z niepełnosprawnością wzroku. Ponadto udostępniliśmy telefon regionalnego biura Fundacji w Gdańsku, pod którym można było otrzymać informacje dotyczące naszej organizacji i samego projektu. Na etapie przyjmowania zgłoszeń wolontariusze czuwali nad zebraniem informacji dotyczących szczególnych potrzeb uczestników warsztatów.

Ramowy program merytoryczny zrealizowanych warsztatów:

1. „Skrzypce, duże skrzypce i te jeszcze większe skrzypce – o kwintecie smyczkowym” – w trakcie warsztatów muzycy zaprezentowali instrumenty wchodzące w skład kwintetu smyczkowego.
2. „Od rytmu do formy – osiem elementów dzieła muzycznego”
3. „Robaczki, klucze, krzyżyki i kreski – o notacji muzycznej”
4. „Po co ten dyrygent? – praca orkiestry od kuchni”
5. „To się nie wyklucza, a nawet zazębia – strunowy, klawiszowy, dęty, czy blaszany – grupy instrumentów muzycznych”

Spotkania zostały zarejestrowane, a nagrania udostępnione na stronie internetowej projektu oraz za pośrednictwem mediów społecznościowych – konta Youtube i Facebook Fundacji Szansa dla Niewidomych. Przygotowane przez prowadzących materiały edukacyjne są udostępnione na stronie internetowej, tak aby uczestnik biorący udział w wydarzeniu w formie online mógł aktywnie uczestniczyć w zajęciach. Otwarta forma przekazywania wiedzy, jaką niewątpliwie są warsztaty, pozwala na autentyczną reakcję odbiorców. Chcąc zachować walory wynikające z tej formy również w przypadku uczestników w biorących udział w formie online, podczas warsztatów była możliwość zadawania pytań oraz aktywnego uczestnictwa w toczących się dyskusjach.

Promocja projektu odbywała się głównie za pomocą mediów społecznościowych i strony internetowej będącej równocześnie platformą edukacyjną i wizytówką projektu. Reklama w lokalnych mediach: radiu i prasie pomoże dotrzeć do szerokiej grupy odbiorców. Informacje o realizowanym projekcie zostały przekazane do organizacji zrzeszających i działających na rzecz osób z niepełnosprawnością.

Warsztaty zostały zorganizowane w jednej z sal Gdańskiego Archipelagu Kultury. Wybór miejsca nie był przypadkowy. Cechuje się dobrą lokalizacją, udogodnieniami architektonicznymi zapewniającymi dostępność dla osób z niepełnosprawnością ruchową czy wyposażeniem sali. Adresatami zadania byli mieszkańcy Gdańska: młodzież, osoby dorosłe i seniorzy. Staraliśmy się poszerzyć wiedzę z zakresu teorii i historii muzyki i odczarować przekonanie, jakoby muzyka poważna była interesująca jedynie dla konkretnej grupy odbiorców. Konstruując program warsztatów zwracaliśmy uwagę na potrzeby grupy docelowej, poruszając tematy związane z muzyką poważną, nurtujące przeciętnego słuchacza, a nie profesjonalistę. Różnorodność prezentowanych treści miała zachęcić do udziału zarówno kompetentnych, jak i mniej zorientowanych słuchaczy.

Cel projektu to integracja środowiska osób z niepełnosprawnością poprzez organizację wydarzenia w równym stopniu skoncentrowanego wokół wszystkich mieszkańców Gdańska. Aktywizujemy i integrujemy oraz uświadamiamy społeczeństwo w kwestiach związanych z potrzebami, możliwościami i oczekiwaniami osób z niepełnosprawnością. Najlepszą drogą do tego typu zmian świadomości społecznej jest organizacja wydarzeń dostępnych oraz skierowanych do wszystkich grup odbiorców.

Dzięki realizacji projektu, pojawiły się nam ciekawe przemyślenia...

Nie widzimy, ale nie jesteśmy zamknięci – przecież słyszymy! „Otwieramy” uszy i już się wydaje, że także widzimy. Wtedy dociera do nas muzyka

świata, a wśród niej muzyka artystów, których lubimy. Z takim samym zaciekawieniem i uznaniem słuchamy dźwięków przyrody, odgłosów codziennej aktywności otoczenia, jak i sztuki stworzonej przez wybitnych artystów. Nie znam lepszego sposobu na bycie niewidomym, jak widzenie poprzez słuchanie. Nawet dotyk nie jest takim świetnym narzędziem zastępującym brak wzroku. No więc my, niewidomi, nie musimy „zamieniać się w słuch”, bo cali na co dzień jesteśmy słuchem.

(Zadanie pn. „Audycje muzyczne” współfinansowane jest ze środków Miasta Gdańska.)

Jesteśmy razem – poznaj świat dotyku i dźwięku

Spotkanie integracyjno-czytelnicze Klubu Książki Brajlowskiej – wyjątkowe spotkanie, podczas którego przeczytaliśmy najpiękniejsze fragmenty ulubionych książek. Posłuchaliśmy wraz z podopiecznymi Fundacji fragmentów książek odczytywanych przez osoby niewidome posługujące się alfabetem Braille’a. Była to również okazja do dyskusji i wymiany doświadczeń związanych z pasją, jaką jest czytanie.

Szkolenie rehabilitacyjne – szkolenie podnoszące kompetencje czytelnicze osób z dysfunkcją wzroku, podczas którego omówiliśmy formy wsparcia czytelnictwa osób niewidomych i słabowidzących z wykorzystaniem niezbędnych pomocy. Podczas szkolenia zaprezentowaliśmy rozwiązania niwelujące skutki niepełnosprawności wzroku, m.in. odtwarzacze książki mówionej, powiększalniki, lupy. Opowiedzieliśmy o możliwościach korzystania z zasobów bibliotek cyfrowych, zaprezentowaliśmy publikacje brajlowskie, tyflograficzne oraz w druku powiększonym.

Książki dla mieszkańców Podlasia – przekazaliśmy bezpłatnie kilkadziesiąt interesujących książek w czarnodruku, druku powiększonym, brajlu, audio. W ten sposób staramy się dotrzeć do wszystkich miłośników książek z niepełnosprawnością wzroku.

(Zadanie pn. „Jesteśmy razem – poznaj świat dotyku i dźwięku” było współfinansowane ze środków PFRON będących w dyspozycji Samorządu Województwa Podlaskiego.)

Wielkopolski przewodnik dla osób z niepełnosprawnościami

Projekt „Wielkopolski przewodnik dla osób z niepełnosprawnościami” to podjęcie przez Fundację tematu turystyki dostępnej, a dokładniej turystyki dostępnej w Wielkopolsce. Celem projektu było stworzenie przewodnika po Wielkopolsce dostępnego dla szerokiego grona odbiorców. Głównym zamierzeniem jest poruszenie problemów turystyki dostępnej oraz opisanie wartych poznania obiektów w Wielkopolsce, które są dostosowane do potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami. Chcemy uczynić turystykę bardziej dostępną. Zadanie odznacza się dużą innowacyjnością, ponadto na wielkopolskim rynku wydawniczym nie ma przewodników dedykowanych osobom niepełnosprawnym.



W ramach projektu wydaliśmy publikację „Wielkopolski przewodnik dla osób z niepełnosprawnościami” w druku transparentnym wzbogaconym o wypukłe ryciny – dotykowego przewodnika turystycznego dostępnego dla osób z niepełnosprawnościami.

Jesteśmy przekonani, że mieszkańcy Wielkopolski będą mieli wreszcie wiedzę na temat tego, jakie atrakcje turystyczne są dostosowane do rodzaju ich niepełnosprawności i gdzie w takim razie mogą jechać np. na niedzielną wycieczkę. Turystyka stanie się bardziej dostępna dla osób z niepełnosprawnościami w Wielkopolsce, a dodatkowo może stać się dla nich nową formą aktywności fizycznej, pozwoli na integrację i zaspokojenie ciekawości świata.

(Projekt współfinansowany ze środków PFRON będących w dyspozycji Samorządu Województwa Wielkopolskiego.)

Wszyscy czytamy! Warmia i Mazury

W ramach projektu „Wszyscy czytamy!” przygotowaliśmy wiele atrakcji oraz interesujących wydarzeń dla mieszkańców Warmii i Mazur.

W projekcie zaplanowaliśmy m.in.:

1. Konkurs literacki „Czytam, więc wiem”
2. Spotkanie autorskie z niewidomym pisarzem Markiem Kalbarczykiem
3. Spotkania czytelniczo-integracyjne Klubu Książki Brajlowskiej
4. Szkolenia rehabilitacyjne dedykowane czytelnikom z niepełnosprawnością wzroku
5. Książki dla mieszkańców Warmii i Mazur

W konkursie literackim nagrodziliśmy autorów najlepszych recenzji.

Miejsce I — Jadwiga Grudzińska

Miejsce II — Hanna Serafin

Miejsce III — Daniel Rupiński i Adam Pazik

Tak o laureatach pisze Agata Bodys z Tyflopunktu w Olsztynie:

Pani Jadzia Grudzińska to bardzo ciepła i wrażliwa osoba. Wielkim wyróżnieniem jest dla niej zajęcie pierwszego miejsca w konkursie pisarskim na recenzję książki. Wybrała powieść, która odmieniła jej dziecięce serce i pokazała, że warto walczyć o swoje przekonania mimo trudności jakie zsyła nam los i tym właśnie kieruje się przez całe życie. Zawsze jest uśmiechnięta i chętna do pomagania. Jej hobby to pisanie wierszy, zwłaszcza o tematyce miłosnej, a marzeniem wydanie tomiku wierszy „Sercem pisane”.

Hania Serafin mimo młodego wieku już ma wielkie marzenie o byciu pisarką. Recenzje pisało jej się lekko i przyjemnie, gdyż wybrała książkę, która dla niej, jak i dla reszty młodego pokolenia jest ważna. Jak to Hania pięknie opisała: „Książka ta nauczyła mnie czym jest prawdziwa przyjaźń, że czasami trzeba samemu z czegoś zrezygnować, żeby innym się udało osiągnąć sukces, tak jak to zrobił Ron w rozgrywce szachów. Poświęcił siebie, żeby ratować Harrego. Ja też ciągle walczę razem z moją siostrą, która tak jak ja traci wzrok, tylko ona już prawie nie widzi. Ja jeszcze trochę widzę, ale pomagam jej odkrywać ten piękny świat, który jest wokół nas i uczę ją, że zawsze sobie poradzi, że razem zawsze sobie poradzimy, bo mamy siebie i dobrych ludzi wokół nas.

Daniel Rupiński jest muzykiem i olsztyńskim hejnalistą, którego można posłuchać codziennie o 12 pod Ratuszem. Jest osobą niewidzącą od urodzenia i patrzy na świat poprzez muzykę. Często można zaobserwować jak wystukuje rytm lub nuci melodię. Fundacja pomogła mu zorganizować koncert i wydać płytę. Do recenzji wybrał książkę, która mówi o walce jednostki z systemem sądowniczym i jak ciężko pojedynczej osobie radzić sobie z przeciwnościami. Marzy mu się świat, gdzie każdy jest dla każdego wsparciem. Często powtarza, że najważniejsze, to bycie dobrym człowiekiem.

Adam Pazik jest młodym człowiekiem o barwnej osobowości. Jego hobby to gra w tenisa ziemnego z piłką udźwiękowioną i spędzanie czasu ze



znajomymi. Twórczość, którą się inspirował, to powieści Stivena Kinga. Sam też próbuje pisać swoją książkę, którą ma nadzieję kiedyś wydać. Do recenzji wybrał dramat Gabrieli Zapolskiej Moralność Pani Dulskiej. Zainspirowało go do tego wyjście z Fundacją do teatru na spektakl „Moralność Pani Dulskiej. Tragikomedia kołtuńska w 3 aktach” i ponowne sięgnięcie do tej pozycji, która pokazuje jak ludzie potrafią ukrywać się pod maskami, co dla Adama jest obrazem obecnych czasów.

A oto zwycięskie recenzje:

Warto czytać!

Jadwiga Grudzińska

Warto czytać, albowiem bohaterowie książek mogą wpływać na kształtowanie naszej osobowości, zwłaszcza gdy dobra książka wpadnie nam do ręki we wczesnym okresie naszego rozwoju. Taka książka może pomóc w wyborze miejsca pobytu, środowiska, w którym będziemy chcieli przebywać, a także w wyborze przyjaciół czy znajomych.

Dobra lektura może pomóc nam w wyborze zawodu, rozbudzać wyobraźnię, spełniać marzenia. Czytanie książek przenosi nas w świat wyobraźni i pozwala snuć wizję budowania lepszego, piękniejszego życia. Treść książki może czytelnikowi dostarczyć ciężkich przeżyć, obraz grozy, tragizmu, braku poszanowania człowieka. Może również pokazać ludzi, którzy przeżyli lęk, zniesławienie, smutek, żal, pogardę, a nawet odrzucenie przez najbliższych, dziecka, starca, rodziców przez dzieci i inne nieporozumienia w rodzinie lub wśród bliskich, a nawet w danym społeczeństwie. Czytając o tych wydarzeniach, w nas, czytelnikach, rodzi się odpowiednia reakcja i w pewien sposób uczymy się zapobiegania czemuś.

W powieściach można znaleźć wielką miłość, radość, tęsknotę, oczekiwania, rozstanie, tragizm, dążność do spełniania marzeń, rozczarowanie, litość, odwagę, zniesławienie. Można znaleźć waleczność bohaterów lub bohaterki, miłość do danego terenu i jego krajobrazu. Można znaleźć szlachetność bohaterów, jak również brutalność ludzką i brak zrozumienia, szczególnie dla istot słabych. Oprócz tych cech, elementów, które wymieniałam, w książkach można znaleźć oddanie i wielką wzajemną miłość i przyjaźń.

Dostępne są różne gatunki literackie: powieści, opowiadania, poezje, kryminały, bajki, książki o tematyce sensacyjnej, komedie itd. Ja osobiście czytałam sporo książek z różnych gatunków literackich i zawsze czegoś uczyłam się od postaci z danej książki. Najbardziej jednak zapamiętałam i żyłam się z Anią i pozostałymi bohaterami książki pt. *Ania z Zielonego Wzgórza*.

Powieść napisała kanadyjska pisarka Lucy Maud Montgomery. Wydana została w 1909 roku. W Polsce książka ukazała się w 1924 roku. W zasadzie jest to literatura dziecięca. Uważam, że tę powieść powinno przeczytać każde dziecko i każdy dorosły, niezależnie od stanu posiadania, wykształcenia, stanowiska zawodowego czy wyznania. Uważam, że treść tej książki dotyczy człowieka w każdym okresie jego życia i przemian społecznych w całym świecie. W powieści



Pani Jadzia Grudzińska to bardzo ciepła i wrażliwa osoba. Wielkim wyróżnieniem jest dla niej zajęcie pierwszego miejsca w konkursie pisarskim na recenzję książki. Wybrała powieść, która odmieniła jej dziecięce serce i pokazała, że warto walczyć o swoje przekonania mimo trudności jakie zsyła nam los i tym właśnie kieruje się przez całe życie.

przedstawiona jest historia rudowłosej sieroty Ani – odrzuconej przez rodziców, niechcianej i oddanej do sierocińca, w którym przebywała do 12 roku życia. Niestety Ani Shirley z Avonlea był jej wygląd zewnętrzny. Była chuda, piegowata, rudowłosa, ale też bardzo zdolna. W rozmowie rozbijająca. Bogactwem Ani były marzenia, które wytyczały jej drogę do dalszego życia, i wyobraźnia. Nigdy z nich nie rezygnowała. Trudności pokonywała w duchu optymizmu. Mówiła, że każda walka o coś dodaje nam sił. Ania pokonywała z odwagą wszystkie przeciwności, niepowodzenia, przezwiska i zniewagi. Nazywano ją poganką, ponieważ nie umiała się modlić i marchewą, ponieważ miała rude włosy – ciężko te określenia znosiła. Podejrzewano ją również o kradzież broszki, którą za zgodą pożyczła. Anię nazywano podstępny bachorem, gdy przez pomyłkę poczęstowała swoją przyjaciółkę winem zamiast sokiem. Ania w wieku 13 lat stała się dyplomatką. Pod groźbą, że będzie odesłana do sierocińca przyznała się do winy, że upiła winem porzeczkowym swoją przyjaciółkę Dianę. Ania wykazała się walecznością, gdy pobiła kolegę z klasy, kiedy jej dokuczał.

Przeczytałam powieść *Ania z Zielonego Wzgórza* mając 13 lat, będąc w wieku Ani. Zakochałam się w bohaterce tej powieści i w całej opisaney

historii tej rudowłosej, zdolnej, walecznej, pokonującej trudności życiowe dziewczynce. Moje dzieciństwo też było trudne, jest dużo podobieństw w życiu moim i Ani. Ania stała się dla mnie wzorem do naśladowania. Podobnie jak ona szybciej dorastałam i utrwalałam w sobie optymizm, samodzielność i do chwili obecnej realizuję swoje marzenia wzbogacając w ten sposób swoje życie. Warto czytać książki.

„Harry Potter i Kamień Filozoficzny” J.K. Rowling

Hanna Serafin, lat 11

Jestem zafascynowana książką „Harry Potter i Kamień Filozoficzny” napisaną przez J. K. Rowling. Przeczytałam wszystkie części z serii „Harry Potter”, ale ta część zachwyła mnie najbardziej.

Książka opowiada o przygodach Harrego Pottera i o jego trudnym życiu. Harry potrafił wyjść z najgorszych opresji i walczyć o słuszną sprawę do końca. Kiedy miał rok, jego rodziców zabił potężny czarnoksiężnik. Był on tak potężny, że inni czarodzieje bali się wymawiać jego imię – Lord Voldemort.

Harry myślał, że jedynymi krewnymi byli dla niego: ciocia i wuj Dursleyowie, i kuzyn Dudley. Zamieszkał z nimi, ale oni traktowali go bardzo źle. Mieszkał w komórce pod schodami. Kuzyn Dudley wyzywał się na nim i ciągle go bił. Dursleyowie mówili Harremu, że jego rodzice zginęli w wypadku samochodowym i że jego blizna na czole to zwykła blizna, która powstała po wypadku. Harry nie mógł pytać nikogo o swoją przeszłość. Nie wyobrażam sobie, jak musiało mu być ciężko.

W dzień urodzin Dudleya, Dursleyowie postanowili wybrać się do zoo. Nie mogli zostawić Harrego, dlatego zabrali go ze sobą. W terrarium przyglądali się węzom, Harry zdziwił się, bo rozumiał, co węże mówią. Jeden z węży zaatakował Dudleya, a Harry dostał po tym incydencie srogą karę. Musiał spędzić tydzień w komórce pod schodami.



Hania Serafin mimo młodego wieku już ma wielkie marzenie o byciu pisarką.

Po tym czasie rodzice Dudleya nakazali Harremu odebrać pocztę. Chłopiec był zaskoczony, bo znalazł list adresowany do siebie, ale wuj Dursley wyrwał mu ten list i wypędził go z pokoju. Okazało się, że podczas kolejnych dni do Harrego przyszło bardzo wiele listów, ale Harry nie mógł przeczytać żadnego z nich.

Pan Dursley bardzo się denerwował i zabrał swoją rodzinę do starej drewnianej izby na środku morza, aby ani jeden list nie dostał się w ręce Harrego. Po jakimś czasie ktoś wyważył drzwi. Był to mężczyzna bardzo wysoki, miał długą brodę, a jego ręce były wielkości kubłów na śmieci. Nazywał się Hagrid. Hagrid stał się bohaterem, bo uwolnił Harrego z rąk Dursleyów. Wręczył Harremu list, a Dudleyowi dorobił świński ogonek, żeby Dursleyowie już więcej tak się nie zachowywali wobec Harrego. Harry i tak był bardzo pobłażliwy dla kuzyna, który wyrządził mu dużo zła. Czasami warto wybaczyć i nie mścić się za krzywdy, których doznajemy od kolegów, bo wtedy łatwiej nam jest żyć.

Harry był przeszczęśliwy. Otworzył list i dowiedział się, że jest czarodziejem i że został przyjęty do szkoły magii i czarodziejstwa. Stał się uczniem Hogwartu. Hagrid wręczył Harremu tort urodzinowy i zabrał go na ulicę Pokątną, żeby kupić sobie potrzebne przedmioty do nauki w Hogwarcie.

Harry dostał cenny prezent od Hagrida – śnieżną sowę, którą Harry nazwał Hedwigą.

Chłopiec dostał bilet na peron numer 9 i $\frac{3}{4}$. 1 września Harry przybył na stację, ale nie mógł odnaleźć odpowiedniego peronu. Dopiero po chwili zauważył czarodziejów, którzy pokazali mu jak dostać się na peron. Harry wbiegł w ścianę

i znalazł się w pociągu. Zaprzyjaźnił się tam z Ronem Wesleyem. Gdy weszli do Hogwartu, byli oczarowani. Powitała ich profesor McGonagall i zaprowadziła do wielkiej sali, w której wszyscy czekali na pierwszoroczników. Miała odbyć się wówczas ceremonia przydziału uczniów do ich domów przez magiczną tiarę przydziału. Były tylko cztery domy do których mogli się dostać: *Gryffindor*, *Hufflepuff*, *Ravenclaw* i *Slytherin*. Harry i przyjaciele: Ron i Hermiona trafili do Gryffindoru. Harry i Ron zaprzyjaźnili się z Hermioną i tworzyli zgrane trio przyjaciół. Każdy z nas chciałby mieć takich przyjaciół wokół siebie.

Przeżyli oni mnóstwo niebezpiecznych przygód, ale nigdy żadne z nich nie zostawiło nikogo w potrzebie. Razem walczyli i pokonywali wszystkie trudności. Udało im się uciec przed Filchem – bardzo nieprzyjemnym woźnym w Hogwarcie, ale wpadali w coraz to inne tarapaty, np. weszli do komnaty, w której spał wielki trójgłowy pies. Wiedzieli, że muszą jeden drugiemu pomóc, aby wydostać się z pułapki.

Polubili oni Hagrida, gajowego, który mieszkał w małej chatce obok Hogwartu. Opowiadali mu o wszystkich swoich przygodach, także o trzygłowym psie. Jakie było ich zaskoczenie, kiedy Hagrid powiedział, że to jego pies i że nazywa się Puszek. Pożyczył go dyrektorowi, aby chronił czegoś zakazanego. Hagrid bardzo kochał dzieci, wiele im opowiadał, nawet zakazane tajemnice, np. o Nicolasie Flamelu. Dzieci były zatrwożone informacjami, jakie usłyszeli od Hagrida i ciekawe były poznać wszystkie tajemnice Hogwartu.

Nadeszła zima, a Harry i Ron musieli spędzić święta w Hogwarcie. Hermiona wyjechała do domu, ale podsunęła przyjaciołom pomysł, żeby poszli do ksiąg zakazanych, skąd mogliby uzyskać wiele cennych informacji.

Harry i Ron otworzyli świąteczne prezenty. Harry dostał coś wyjątkowego – pelerynę niewidkę. W liściku było napisane, że należała kiedyś do jego ojca i że teraz wraca do niego. W tej pelerynie Harry był niewidoczny, bez większych problemów dostał się do ksiąg zakazanych, aby

poszukać czegoś o Nicolasie Flamelu. Książki zaczęły krzyczeć i pisać. Harry przestraszył się i uciekł. Po drodze spotkał profesora Snapa i Quirrellę, którzy ze sobą rozmawiali. Bał się, że któryś z nich odkryje, że stoi obok nich, dlatego wszedł ukradkiem do pomieszczenia, w którym znajdowało się tajemnicze zwierciadło. Kiedy chłopiec w nie spojrział, zobaczył swoich rodziców. Jaka była jego radość, gdy pierwszy raz w życiu mógł spojrzeć w ich oczy. Postanowił codziennie wieczorem chodzić do zwierciadła, aż pewnego razu przyszedł do niego dyrektor Hogwartu. Powiedział, że nie opłaca mu się zanurzać w pragnieniach i że zwierciadło zostanie przeniesione.

Hermiona wróciła do Hogwartu i przekazała Ronowi i Harremu wiadomość, że Nicolas Flamel był twórcą kamienia filozoficznego i to właśnie jego strzegł trzygłowy pies w Hogwarcie. Było bardzo późno, ale trójka przyjaciół postanowiła wymknąć się do chatki Hagrida i podzielić się z nim swoim odkryciem. Hagrid znał prawdę, powiedział im, że nikt nie może ukraść kamienia filozoficznego, dlatego jest tak skrupulatnie chroniony. Hagrid wyjął wielkie smocze jajo i dzieci zobaczyły, jak wykluwa się z niego mały smok. Podglądał ich Malfoy. Bardzo go nie lubili, bo wszystko robił im na złość i śmiał się z nich, gdy coś im nie wychodziło. Malfoy był złym chłopcem, poszedł do profesora McGonagall. Wszyscy za karę mieli iść do zakazanego lasu, odnaleźć zranionego jednorożca. Włącznie z Malfoyem, który wcale nie był odważny, tylko takiego udawał. Kiedy Harry zauważył postać w kapturze, która piła krew jednorożca, Malfoy uciekł jak tchórz i nie pomógł Harremu. Dobrze, że wtedy zjawił się centaur, który uratował Harrego i przegonił tajemniczą postać. Hagrid odprowadził wszystkie dzieci do zamku i sam wrócił do swojej małej chatki.

Dzieci wiedziały, że muszą zdobyć kamień filozoficzny. Musieli pokonać bardzo dużo pułapek, diabelskie sidła, rozegrać trudną partię szachów, w której ktoś mógł zginąć. Nigdy by się im to nie udało, gdyby sobie nie pomagali. Pozwolili Harremu dotrzeć do zwierciadła, bo wiedzieli, że

tylko on może odnaleźć kamień i tylko on mógł poznać nauczyciela, który służył Voldemortowi. Udało się to Harremu. Ochronił kamień i swoich przyjaciół.

Harry, Hermiona i Ron obiecali sobie, że będą pisać do siebie przez całe wakacje i nie mogli się doczekać kolejnego roku spędzonego razem w Hogwarcie.

Książka ta nauczyła mnie czym jest prawdziwa przyjaźń, że czasami trzeba samemu z czegoś zrezygnować, żeby innym się udało osiągnąć sukces, tak jak to zrobił Ron w rozgrywce szachów. Poświęcił siebie, żeby ratować Harrego. Ja też ciągle walczę razem z moją siostrą, która tak jak ja traci wzrok, tylko ona już prawie nie widzi. Ja jeszcze trochę widzę, ale pomagam jej odkrywać ten piękny świat, który jest wokół nas i uczę ją, że zawsze sobie poradzi, że razem zawsze sobie poradzimy, bo mamy siebie i dobrych ludzi wokół nas. Marzymy jedynie o takim psie puszkę, który ochroniłby nas, kiedy rodziców nie byłoby blisko.

Recenzja książki Gabrieli Zapolskiej „Moralność Pani Dulskiej”

Adam Pazik

Jestem przeciwnikiem postawy Pani Dulskiej. Ze względu na to, że jestem młody, to chyba bliżej mi do Zbyszka. Tak jak on lubię życie towarzyskie.

Z osobistego punktu słyszenia, gdyż była to książka audio, muszę stwierdzić, że Dulska jest kobietą wyrachowaną, mam na myśli jej podejście do pieniędzy. Nawiązuję tu do sytuacji z lokatorką, której nie chciała udzielić dachu nad głową i wypowiedziała jej najem w trudnym dla niej okresie. Jest do tego surowa, także dla swojej służącej Hani i swoich dzieci.

Do pozytywnych jej cech mogę zaliczyć elegancję oraz elokwencję i to, że rodzina jest dla niej najważniejsza.

Tak jak wspomniałem, jestem bardziej podobny do Zbyszka, który ze wszystkich postaci



Adam Pazik jest młodym człowiekiem o barwnej osobowości. Jego hobby to gra w tenisa ziemnego z piłką udźwiewkowaną i spędzanie czasu ze znajomymi. Twórczość, którą się inspirował, to powieści Stivena Kinga. Sam też próbuje pisać swoją książkę, którą ma nadzieję kiedyś wydać.

najbardziej przypadł mi do gustu z tego względu, że jest chłopakiem, który chodzi własnymi drogami i pokazuje swoją buntowniczość.

Książka opowiada o perypetiach rodziny Dulskich. Jest w niej sporo śmiesznych momentów, np. Pani Dulska kazała skurczyć się Hesi w autobusie. Bardzo mnie to rozbawiło.

Siostry różnią się od siebie. Hesia jest przebojową i ekstrawagancką dziewczyną, a Mela szarą myszką, zamkniętą w sobie i chorowitą.

Zbyszek romansuje z Hanią, co po pewnym czasie zaczyna przeszkadzać Dulskiej, której wcześniej to odpowiadało. Okazuje się, że Hania jest w ciąży. O obecnym romansie dowiaduje się siostra Mela, która myśli, że dziecko Hani jest po jej zmarłym mężu i służąca jest wdową, co się później okazuje nieprawdą. Wychodzi na to, że dziecko jest Zbyszka. Zrozpaczona Dulska chce dać pieniądze Hani, z czego Hesia się nabija i mówi, że wzięła 1000 koron i poszła do swojego kochanka.

Książka podobała mi się, ponieważ była dość lekka i zabawna.

(Zadanie pn. *Wszyscy czytamy!* jest współfinansowane ze środków PFRON będących w dyspozycji Samorządu Województwa Warmińsko-Mazurskiego.)

Warte poznania

Cyfrowe dziedzictwo rolnictwa polskiego w zbiorach Muzeum Narodowego Rolnictwa w Szreniawie

Karolina Fiszer



Dla każdego z nas bezpośredni kontakt ze zbiorami muzealnymi jest doświadczeniem bezcennym. Kiedy jesteśmy w zabytkowych wnętrzach, w bezpośredniej bliskości dzieła sztuki czy zabytkowego przedmiotu uruchamiamy różne zmysły, w zależności od indywidualnych możliwości. Jednak coraz częściej ze względu na najróżniejsze ograniczenia, chociażby takie jak pandemia czy odległość, jaka dzieli nas od instytucji kultury, wybieramy możliwość wirtualnego odwiedzania muzeów i galerii. W domowym zaciszu, na ekranie komputera możemy dokładnie poznawać interesujące nas obiekty. Przy tym coraz częściej wirtualne wizyty w instytucjach kultury dostępne są nie tylko dla osób ze sprawnym i dominującym zmysłem wzroku. Strony internetowe prezentujące zbiory muzealne przystosowane są również dla osób posługujących się pozostałymi zmysłami. Dla niewidomych

przygotowywana jest audiodeskrypcja obiektów, a dla Głuchych opisy w Polskim Języku Migowym.

Z myślą o szeroko rozumianej dostępności zbiorów dla wszystkich zwiedzających w latach 2021-2022 Muzeum Narodowe Rolnictwa i Przemysłu Rolno-Spożywczego w Szreniawie realizowało projekt polegający na budowie i uruchomieniu nowej strony internetowej. W efekcie powstał portal z wybranymi, reprezentatywnymi dla polskiego dziedzictwa rolniczego zbiorami w formule bezpłatnego udostępnienia ich on-line wszystkim zainteresowanym odbiorcom. Aktualnie portal prezentuje ponad 1200 obiektów muzealnych z różnych dziedzin związanych z rolnictwem i przemysłem rolno-spożywczym oraz artykuły popularnonaukowe odnoszące się do zaprezentowanych muzealiów. Można tu znaleźć także materiały edukacyjne w postaci scenariuszy lekcji, kart pracy, materiałów źródłowych dla nauczycieli, prezentacji multimedialnych i filmów.

Portal zrealizowano w dwóch wersjach językowych – polskiej i angielskiej. Udostępniono na nim 60 audiodeskrypcji prezentowanych obiektów oraz filmy opisujące 20 muzealiów w Polskim Języku Migowym (PJM). Dzięki temu łatwy i szybki dostęp do muzealnych zbiorów uzyskują osoby z niepełnosprawnościami oraz mieszkające poza granicami kraju i nie posługujące się językiem polskim. Głównym założeniem projektu od początku było zastosowanie odpowiednich standardów dostępności treści internetowych dla osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności zgodnie z wytycznymi Web Content Accessibility Guidelines 2.1 (WCAG 2.1) na poziomie AA.

Jedną z najcenniejszych prezentowanych online kolekcji muzealnych jest zbiór drewnianych narzędzi rolnych zebranych przez prof. Stefana Biedrzyckiego (1876–1936) wybitnego agronoma, inżyniera mechanika, a także profesora i wykładowcy wielu uczelni wyższych oraz wieloletniego współpracownika nie istniejącego już Muzeum Przemysłu i Rolnictwa w Warszawie. Wybrane obiekty udostępnione są na portalu

w formie audiodeskrypcji również dla osób niewidomych. W skład kolekcji wchodzi narzędzia pochodzące głównie z XIX w., takie jak pługi, radła, sochy, widły, łopaty, a także jarzmo kulowe i słynny wynalazek – żniwiarka McCormicka.

Na portalu za pomocą audiodeskrypcji przedstawiono również kolekcję 7 lokomobil parowych. Składają się na nią dwie lokomobile wyprodukowane w Poznaniu przez firmę Hipolita Cegielskiego (1919, 1924), lokomobila firmy Robey and Co z 1895 r., lokomobila Kemna typ EZM z 1927 r., lokomobila Lanz z 1908 r. oraz dwie lokomobile firmy Heucke z 1913 r.

Na stronie zaprezentowana została także powojenna kolekcja składająca się z ośmiu samolotów agrolotniczych przystosowanych do rozpylania z powietrza środków chemicznych i nawozów. Takie samoloty jak CSS-13, PZL-101 Gawron, PZL-106 Kruk czy An-2R potocznie zwany „Antkiem” objęte zostały audiodeskrypcją.

Na portalu można wysłuchać też opisów ciekawych obiektów historycznych. Wśród nich znalazły się kartka zaopatrzeniowa z okresu pierwszej wojny światowej, medal Towarzystwa Rolniczego w Królestwie Polskim, sztandar Kółka Rolniczego oraz oznaka sołtysa z okresu PRL.

Ze zbiorów artystycznych, na które składają się obrazy, rzeźby i plakaty, dla osób z niepełnosprawnością wzroku udostępniliśmy między innymi dzieła takich malarzy, jak: Aleksander Augustynowicz, Zbigniew Pronaszko, Adam Setkiewicz, Wincenty Wodzinowski, Zofia Stryjeńska, Alfred Lenica, Jan Stanisławski, Józef Krasnowolski czy Nikifor Krynicki. Osoby niewidome mogą poznawać także wyrzeźbione popiersie „Siewcy” Konstantego Laszczki, czy też płaskorzeźbione „Chłopa pańszczyźnianego Wacława Szymanowskiego. W galerii plakatu z audiodeskrypcją znalazł się propagandowy obrazek z okresu PRL zachęcający rolników do obowiązkowych dostaw zboża do punktu skupu „Szybko odstawimy zboże państwu” oraz plakat kampanii informacyjnej dla rolników w czasie epidemii księgosuszu z okresu międzywojennego.



“ Z myślą o szeroko rozumianej dostępności zbiorów dla wszystkich zwiedzających w latach 2021-2022 Muzeum Narodowe Rolnictwa i Przemysłu Rolno-Spożywczego w Szreniawie realizowało projekt polegający na budowie i uruchomieniu nowej strony internetowej. W efekcie powstał portal z wybranymi, reprezentatywnymi dla polskiego dziedzictwa rolniczego zbiorami w formule bezpłatnego udostępnienia ich on-line wszystkim zainteresowanym odbiorcom. Aktualnie portal prezentuje ponad 1200 obiektów muzealnych z różnych dziedzin związanych z rolnictwem i przemysłem rolno-spożywczym oraz artykuły popularnonaukowe odnoszące się do zaprezentowanych muzealiów.

Najobszerniej zaprezentowanym zbiorem na portalu są fotografie i pocztówki. Tematyka fotografii ukazuje zarówno materialną, jak i niematerialną stronę rolnictwa i wsi. Zabytkowe zdjęcia obrazują życie codzienne ludności wiejskiej, prace w polu i zagrodzie, wydarzenia rodzinne, zwyczaje i obrzędy, a także postęp w technice rolniczej. Fotografie, o których mowa, są również świadectwem zmian, jakim podlegała kultura duchowa. Przedstawiają dawne zwyczaje i obrzędy, czy też obyczajowość wiejską. Jedną z najstarszych zaprezentowanych na portalu fotografii, również za pośrednictwem audiodeskrypcji, jest pochodząca z 1878 r. fotografia przedstawiająca Grzegorza Falkowskiego z rodziną i czeladzią, a została ofiarowana Maksymilianowi Jackowskiemu – patronowi Kółek Rolniczych.

Niedowidzący użytkownicy portalu mają możliwość powiększania czcionek oraz wyboru wersji kontrastowej, jak też bezproblemowego korzystania z czytników. W przyszłości system będzie rozbudowywany o kolejne, sukcesywnie digitalizowane obiekty i ich audiodeskrypcje czy filmy w Polskim Języku Migowym. Dodatkową funkcjonalnością portalu jest możliwość tworzenia różnego rodzaju treści i szablonów edukacyjnych, filmów, albumów i prezentacji tematycznych oraz quizów i zabaw edukacyjnych.

Wszystkich zainteresowanych różnorodnością zbiorów Muzeum Narodowego Rolnictwa zapraszamy do korzystania z internetowej galerii obiektów pn. „Cyfrowe dziedzictwo wsi i rolnictwa polskiego”. Galeria internetowa z audiodeskrypcjami wybranych obiektów pozwala użytkownikom sieci na przeszukiwanie udostępnionych zbiorów i odtwarzanie zawartości przy pomocy dowolnej przeglądarki na komputerach i urządzeniach mobilnych. Poprzez zaprezentowanie zdigitalizowanego dorobku kolekcjonerskiego Muzeum udostępniane są zbiory na stałe umieszczone w magazynach muzealiów, a więc niedostępne na co dzień dla widza muzealnego. Dotychczas w ramach projektu pokazaliśmy około 4% naszych zbiorów. Dążymy do tego, aby docelowo udostępnić jak największą ich ilość.

Możliwość zobaczenia tych obiektów w galerii internetowej i usłyszenia ich opisu za pośrednictwem audiodeskrypcji otwiera dla wszystkich zamknięte dotąd przestrzenie kolekcji muzealnej Muzeum Narodowego Rolnictwa i Przemysłu Rolno-Spożywczego. Zapraszamy Państwa do Szreniawy już w tej chwili za pośrednictwem ekranu komputera lub urządzenia mobilnego. Czekamy pod adresem <https://zbiory.muzeum-szreniawa.pl>



Zadanie uzyskało dofinansowanie ze środków Samorządu Województwa Wielkopolskiego oraz Ministra Kultury, Dziedzictwa Narodowego i Sportu pochodzących z Funduszu Promocji Kultury – państwowego funduszu celowego.



**Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego**



**SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA
WIELKOPOLSKIEGO**

Survival, czyli sztuka współczesna dla wszystkich

Ewa Pluta

Minęło już pół roku od zakończenia kolejnej, jubileuszowej, 20. edycji Przeglądu Sztuki Współczesnej Survival we Wrocławiu. Pora zatem na refleksje, nie tyle o samym wydarzeniu, co o dostępności sztuki współczesnej.

Trzeba jednak zacząć od początku – czym jest Survival? To jeden z największych w Polsce przeglądów sztuki współczesnej, organizowany przez Fundację Art Transparent. Wyróżnia go jednak fakt, że nie odbywa się on w sterylnych przestrzeniach galerii, a w miejscach dla sztuki nieodpowiednich, czy wręcz nieprzyjaznych. Często opuszczonych, częściowo zrujnowanych, trwających w zawieszeniu między swoją dawną świetnością a niepewnym jutrem. W dwudziestoletniej historii przeglądu były to między innymi koszary, budynki akademickie, barokowy plac, fabryka, kotłownia przemysłowa czy przepompownia ścieków. W tym roku Survival zagościł w opuszczonym szpitalu powstałym na przełomie XIX i XX wieku na wrocławskim Przedmieściu Odrzańskim. Do 1945 roku kompleks, składający się z dziewięciu budynków pod nazwą „Betania”, prowadziły ewangelickie diakonisy. Po wojnie znajdował się w nim główny szpital dziecięcy dla województwa dolnośląskiego. Zamknięto go ostatecznie w 2015 roku. Budynki szpitalne, podobnie jak wcześniejsze obiekty architektoniczne, w których odbywał się Survival, nie są przystosowane w całości do odwiedzania przez osoby z niepełnosprawnościami ruchowymi. Szyby wind zostały pozbawione dźwigów, nie ma ramp, a na piętra prowadzą





“ Trzeba jednak zacząć od początku – czym jest Survival? To jeden z największych w Polsce przeglądów sztuki współczesnej, organizowany przez Fundację Art Transparent. Wyróżnia go jednak fakt, że nie odbywa się on w sterylnych przestrzeniach galerii, a w miejscach dla sztuki nieodpowiednich, czy wręcz nieprzyjaznych. Często opuszczonych, częściowo zrujnowanych, trwających w zawieszeniu między swoją dawną świetnością a niepewnym jutrem.

wielkie klatki schodowe. Paradoksalnie jednak, Survival to najbardziej dostępnościowe wydarzenie w kalendarzu wystaw sztuki współczesnej we Wrocławiu. I to pod wieloma względami.

Zacznijmy od samej sztuki współczesnej, która sama w sobie w większości jest dostępnościowa, zarówno formalnie, jak i merytorycznie. Podam przykład, pierwszy jaki przyszedł mi do głowy. Obraz „Hołd pruski” Jana Matejki. Potężne, wielopostaciowe malowidło, doskonale namalowane, ale żeby w pełni je zrozumieć trzeba całkiem nieźle znać historię. Wiedzieć kiedy, gdzie, dlaczego, jaki był efekt hołdu, kto jest na obrazie. Bez tej wiedzy ogląda się jedynie dobry obraz i to właściwie wszystko. Zupełnie inaczej jest ze sztuką współczesną. Oczywiście są prace tematycznie bardzo trudne, jednak najczęściej artyści i artystki reagują na bieżące problemy, nierzadko wykorzystując także swoje doświadczenia. Na tegoroczny Survival artystka Martyna Modzelewska stworzyła prace pod tytułem „Zawsze nią byłam”. Wielkiej i błyszczącej rzeźbie ludzkiego neuronu towarzyszył zmiksowany hit disco polo „Jesteś szalona”. Artystka nawiązała

do swoich doświadczeń związanych z kryzysem choroby psychicznej i jej odbiorem przez patriarchalne społeczeństwo. Przez stulecia „gen szaleństwa”, podobnie jak histeria, przypisywany był wyłącznie kobietom. Mimo że świadomość społeczna na temat chorób psychicznych jest coraz większa, w wielu kręgach wciąż pokutuje przekonanie, że to kobiety mają do nich predyspozycje. Dlatego choroba bywa u nich bagatelizowana, czy wręcz wyśmiewana. Realizacja Martyny Modzelewskiej, poruszająca i zrozumiała, zdobyła nagrodę publiczności tegorocznego Przeglądu Sztuki Survival. Wracając do „Hołdu pruskiego” Matejki. Nie ma najmniejszej nawet szansy, żeby poznać to dzieło innym zmysłem niż wzrok. Sztuka dawna jest odizolowana od osób zwiedzających, można ją jedynie oglądać z bezpiecznej odległości. Natomiast sztuka współczesna jest sensoryczna, wielozmysłowa, zapraszająca, angażująca wszystkie zmysły do jej odbioru, często także zapach i smak. Na ostatniej edycji Survivalu Martyna Poznańska zaprezentowała instalację dźwiękową „Nie-ludzkie narracje” zbudowaną z kilku filcowych kokonów. Z umieszczonych wewnątrz nich głośników wydobywały się dźwięki, których na co dzień nie słyszymy. Wśród nich były odgłosy mrówek czy chrząszczy. Inna instalacja – Kamila Kaka – pod tytułem „Membrana 2” składała się z miękkiej polarowej tkaniny, na której artysta rozłożył ceramiczne, kolczaste symbole przypominające litery. Nawiązywały one do prowadzonej obecnie dyskusji jak zabezpieczyć na kolejne tysiące lat miejsca składowania odpadów jądrowych. Jednym z pomysłów jest użycie betonowych kolczastych znaków, które miałyby odstraszać kolejne pokolenia. Elementy tej pracy nie były z sobą powiązane, osoby zwiedzające mogły same ułożyć kolczaste symbole w dowolny układ na polarowej tkaninie. To jedynie trzy przykłady z wielu innych dostępnościowych realizacji artystycznych prezentowanych na Przeglądzie Sztuki Survival. Kuratorzy i kuratorki wystawy zadbali o to, by każda prezentowana realizacja miała opis wyjaśniający, także do ściągnięcia w formacie pdf. Niestety na ekspozycjach sztuki

współczesnej to wciąż rzadkość, a bardzo pomaga ona w odbiorze wystawy osobom zwiedzającym ją indywidualnie.

Bardzo ważnym elementem programu Przeglądu Sztuki Survival są oprowadzania kuratorskie skierowane do różnych grup społecznych. W tym celu organizatorzy nawiązali szereg współpracy, m.in. z Fundacją Katarynka, Stowarzyszeniem Twórców i Zwolenników Psychostymulacji, Centrum na Przedmieściu, klubami seniorów i innymi. Wspólnie z nimi udało się przeprowadzić oprowadzania kuratorskie z audiodeskrypcją i z tłumaczeniem na Polski Język Migowy, dla grupy osób w spektrum autyzmu, z niepełnosprawnościami intelektualnymi i zaburzeniami o charakterze dysfazji sensorycznej. W trakcie tych oprowadzań głośne prace dźwiękowe oraz wideo, a także te, które emitują nagłe sygnały świetlne, zostały wyłączone. Na wystawie obowiązywały również ciche godziny. Organizatorzy przygotowali także spacer dla seniorek i seniorów, dzieci w wieku 6 – 12 lat oraz rodziców z niemowlętami, a także dla osób z Ukrainy. Za każdym razem grupy liczyły po kilkadziesiąt osób. Za każdym razem trasa i przekaz dostosowany był do uczestników i uczestniczek. W oprowadzaniach udział brali również sami artyści i artystki, którzy mówili o swoich realizacjach i odpowiadali na pytania, nierzadko zaskakujące i trudne. Takie są spotkania ze sztuką na Survivalu – zachęcające do interakcji z pracami artystycznymi i spotkań z artystami. Ich ogromną wartością są także dyskusje, które rodzą się w trakcie. Kuratorzy i kuratorki Survivalu nie myślą o odwiedzających to wydarzenie w kategorii publiczności, tylko jako o osobach uczestniczących. Stąd możliwość nawiązania rozmowy, interakcji, wymiany doświadczeń i refleksji. To nadal, mimo wielu zmian w polskiej kulturze, nowatorskie podejście.

Pięciodniowy Przegląd Sztuki Współczesnej Survival odbywa się każdego roku we Wrocławiu pod koniec czerwca. Informacje o tym wydarzeniu można znaleźć na stronie www.arttransparent.org.

Czytać – to otwierać oczy na świat!

Marta Chudziak



Czytanie książek to niezwykle ważny aspekt naszego życia. Nieważne, czy czytamy oczami, palcami czy uszami. Każdy przekaz niesie ze sobą pewną wartość, która znacznie podnosi morale i kształtuje poglądy na świat. Oprócz tego czytanie poprawia naszą dykcję, poszerza zasób słów i poprawia pamięć. Jest też świetnym sposobem na uspokojenie, wyciszenie i niweluje stres. Ponadto daje nam możliwość do wyrażania siebie i podejmowania dyskusji.

To właśnie miał na celu projekt „Czytam i kropka – promocja czytelnictwa wśród mieszkańców Gdańska” dofinansowany z środków Miasta Gdańska. Ideą projektu była promocja czytelnictwa, przedstawienie wydarzeń literackich jako idealnej formy spędzania wolnego czasu, a także podniesienie poziomu wrażliwości społecznej. W jego ramach odbyło się spotkanie promocyjne w kawiarni Sztuka Wyboru, które poprowadził Kazimierz Nowosielski, polski krytyk sztuki i poeta, profesor nauk humanistycznych, wraz synem. Opowiedzieli o wartości czytania i jak literatura wpływa na nasze postrzeganie świata. Oprócz tego prowadzący wraz z uczestnikami dyskutowali na temat twórczości Marka Kalbarczyka i omawiali jego najnowszą książkę „Ich trzecie oko”. Podczas spotkania odbyło się również losowanie książek w ramach konkursu „Wylosuj sobie książkę do przeczytania”. Najlepsze recenzje można przeczytać poniżej.

1. „Jan Karski – wybitny dyplomata, honorowy obywatel i świadek nadziei” – Marek Kalbarczyk

Błyskotliwie opisana historia Polski, historia Łodzi i wreszcie historia wielkiego człowieka, Jana Karskiego – Polaka, bohatera, obywatela świata.

Na początku książki Marek Kalbarczyk prowadzi nas w interesujący sposób przez dzieje Polski i polskiego narodu. Kraju targanego wichrami historii, budowanego przez wielokulturowe społeczeństwo, a w końcu suwerennego i otwartego na świat. Autor opowiada nam także historię rozwoju dziewiętnastowiecznej Łodzi, stanowiącą dobry przykład rozwoju Państwa Polskiego.

Ale przede wszystkim autor przybliżył nam postać wybitnego Polaka Jana Karskiego, który zdecydował się aż dwukrotnie wejść do getta warszawskiego, a następnie w przebraniu ukraińskiego strażnika pomocniczej formacji SS na teren obozu tranzytowego w Izbicy, aby stać się naocznym świadkiem potworności tam panujących. Po wykonaniu zadania przedostał się na zachód, aby szukać pomocy u przywódców mocarstw.

„Tak jak Łódź z połowy XX wieku wynikała z wcześniejszego międzynarodowego tygla, tak i cały nasz kraj i rozumienie pojęcia polskości wynikają z tysiącletniej tradycji wspólnego bytowania różnych nacji związanych z polską otwartością i tolerancją.”

„Misja Karskiego była dla żyjących Żydów ostatnią nadzieją. Dokumenty, które wywiózł w formie mikrofilmu zaspawanych w formie żelaznego klucza do mieszkania, miały porażającą wymowę.”

Jan Karski za swoją działalność został odznaczony najwyższymi odznaczeniami – polskimi: Orderem Orła Białego i Orderem Virtuti Militari (dwukrotnie) oraz amerykańskim Prezydenckim Medalem Wolności (pośmiertnie), przez Jad Waszem uhonorowany tytułem Sprawiedliwy wśród Narodów Świata. W 1998 został nominowany do Pokojowej Nagrody Nobla. W 2016 prezydent RP mianował go pośmiertnie na stopień generała brygady Wojska Polskiego.

Krzysztof Kusowski

2. Dzięki książkom Marka Kalbarczyka („Obrazy, które gdzieś hen uciekły”, „Ich trzecie oko”) poznajemy nie tylko wewnętrzny świat ludzi ociemniałych, ale i samych siebie; zapoznajemy się nie tylko z ich tęsknotami, marzeniami czy z ogromem kłopotów, na które napotykają, lecz docieramy do prawdy o wspólnej nam ludzkiej naturze. Dzięki jego wspomnieniom, refleksjom oraz radom odnajdujemy jakiś rodzaj bliskości czy nawet serdecznego braterstwa między nami – widzzącymi, a tymi, którym los czy Opatrzność pośkapiły daru widzenia. Gdyż i oni, pokazuje Marek Kalbarczyk, są na swój sposób bogaci, i mogą się z nami tym bogactwem podzielić. Świadectwa, które daje niewidomy pisarz, uczą nas pokory i dzielnosci zarazem. Jestem mu za nie wdzięczna.

Janina Nowakowska

3. Książka: „Jan Karski – wybitny dyplomata, honorowy obywatel i świadek nadziei”, poświęcona jest nietuzinkowej osobie, która dzięki swojej odwadze i uporowi ujawniła światu zbrodniczą działalność nazistowskich Niemiec wobec narodu żydowskiego oraz polskiego.

Jan Romuald Koziński znany światu jako Jan Karski, to człowiek o wielu twarzach: prawnik, oficer Wojska Polskiego, szpieg, historyk, politolog i dyplomata oraz profesor nauk politycznych. Nieśamowicie barwna postać, której życiorys mógłby posłużyć za kanwę dla kilku książek i filmów.

Lektura jest jedną z pozycji poświęconej patriotyce uhonorowanemu najwyższymi odznaczeniami zarówno polskimi, jak i światowymi. Książka przedstawia skrótowo najważniejsze wydarzenia

z kalendarium życia bohatera i jest dobrym preludium dla lepszego zapoznania się z życiorysem Jana Karskiego. Zaznajamia czytelnika z głównymi motywami oraz czynami bohatera. Jest dobrą pozycją do przeczytania dla osób, które chcą pokrótce zapoznać się z postacią, która ujawniła światu masową eksterminację ludności żydowskiej i polskiej podczas drugiej wojny światowej.

Aby wiedzieć dokąd się podąża należy znać historię. Aby wiedzieć jak przeciwdziałać na przyszłość okrucieństwu wojny, dobrze jest znać bohaterów tamtych czasów. Polecam.

Rafał Czupryniak

Dzięki uprzejmości Biblioteki Manhattan, czyli filii Wojewódzkiej i Miejskiej Biblioteki Publicznej w Gdańsku, uczestnicy projektu mieli okazję wziąć udział w spotkaniach literackich. Prowadzący zaprezentowali nowy sprzęt, ułatwiający czytanie osobom słabowidzącym i niewidomym, a także dyskutowali z uczestnikami na temat ulubionych książek i twórczości Marka Kalbarczyka.

W projekcie znalazły się też wydarzenia organizowane dla najmłodszych – Poranki Literackie. Podczas nich prowadzący wraz z dziećmi czytali wspólnie wybraną książkę, zarówno w czarnym druku, jak i w brajlu. Dzieci były zafascynowane brajlem, dlatego też prowadzący poświęcili również czas, aby przedstawić najmłodszym życie osób niewidomych i sprzęty, z jakich korzystają. Tu również odbył się konkurs na najlepszą książeczkę, a ich zdjęcia można zobaczyć po prawej.

Zachęcamy do brania udziału w kolejnych projektach literackich. Można nie tylko otrzymać ciekawe pozycje do przeczytania, ale także poznać nowych ludzi i nowe rozwiązania dla osób słabowidzących i niewidomych.

Zadanie pn. „Czytam i kropka” dofinansowano ze środków Miasta Gdańska.





Kraina bieszczadzkich jezior pod palcami

Elżbieta Markowska

*Zielone wzgórza nad Soliną
I zapomnianych ścieżek ślad
Flotyllę chmur z nad lasów płyną
Wędrownie ptaki goni wiatr (...)*

Śpiewa w nostalgicznym przeboju, nagrany z zespołem Tajfuny, Wojciech Gąssowski. Autor tekstu – Janusz Kondratowicz – był częstym wakacyjnym gościem nad bieszczadzkimi jeziorami. Zachwycony widokiem okalających Solinę wzgórz, uwiecznił ich piękno w tekście piosenki,

którą nuci z rozmarzeniem niejeden z nas. Z kolei zainspirowany tematem magicznych bieszczadzkich jezior rzeszowski oddział Fundacji Szansa dla Niewidomych, również postanowił odkrywać uroki tej części województwa podkarpackiego. Tak powstał projekt „Turysta z niepełnosprawnością wzroku w krainie bieszczadzkich jezior”. Zadanie dofinansowało Województwo Podkarpackie – Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej w Rzeszowie. Na brak chętnych na wyjazd turystyczno-rehabilitacyjno-rekreacyjny nad bieszczadzkie jeziora – Solińskie i Myczkowieckie nie można było narzekać. 16 osób z niepełnosprawnością wzroku z 8 powiatów województwa podkarpackiego (Miasto Rzeszów, Krosno, Tarnobrzeg, powiat rzeszowski, krośnieński, tarnobrzeński, jarosławski, brzozowski) udało się w dniach od 17 do 19 sierpnia 2022 r. w niezwykłą podróż nad Jezioro Solińskie i Myczkowieckie. Zapraszam Czytelników do podążania śladami tej niecodziennej wyprawy.

Niezwykłą podróż rozpoczęliśmy w powiecie leskim. To tutaj, na prawym brzegu Sanu, na pograniczu Bieszczadów i Pogórza Przemyskiego, rozciąga się malownicza „Brama Bieszczad”. Tak

często nazywane jest ponad 5-tysięczne Lesko. Od bieszczadzkich jezior oddalone jest niespełna 20 km na północny-zachód. W zachodniej części miasta, na wysokim brzegu Sanu, Piotr Kmita herbu Szreniawa, wielki marszałek koronny i wojewoda krakowski zainicjował wzniesienie w XV w. zamku. W jego architekturze, pomimo przekształceń z okresu klasycyzmu, można dostrzec elementy późnego gotyku i renesansu. Główny korpus tworzy budynek w kształcie prostokąta, od frontu ozdobiony jest portykiem z klasycystyczną kolumnadą. Rezydencja usytuowana jest pośród rozległego parku o charakterze krajobrazowym z I poł. XIX w. Obecnie zamek pełni funkcje turystyczne.

Kierując się na wschód od zamku dotarliśmy do rynku, zwanego popularnie plantami. Na zielonych ławkach znajdują się ciekawe napisy, jak chociażby „Zakochaj się w Lesku”, które niewątpliwie zachęcają przechodniów do odpoczynku. W panoramie miasta dominuje okazały kościół farny, który wznosi się w rogu rynku. Kościół pw. Nawiedzenia NMP jest masywną budowlą murywaną z kamienia. Wzniesiony został na rzucie krzyża, z dwoma kaplicami po bokach nawy oraz wysoką wieżą od frontu. Wnętrze świątyni pochodzi przeważnie z II poł. XVIII w. W polu

głównym późnobarokowego ołtarza znajduje się obraz Matki Bożej Różańcowej, a w jego zwieńczeniu obraz Nawiedzenia Najświętszej Maryi Panny.

Wyznawcy judaizmu również mieli w przeszłości swoje duchowe miejsce na mapie Leska. Podążając ul. Kościuszki można dojść do synagogi. Wzniesiona została przypuszczalnie na przełomie XVI i XVII w. Charakterystyczny wysoki prostokątny budynek z renesansowym szczytem i okrągłą wieżyczką w narożu zbudowany jest z kamienia i cegły. W głównej sali mieści się Galeria Sztuki Bieszczadzkiego Domu Kultury, która reprezentuje szeroki wachlarz dzieł regionalnych artystów. Z kolei w przybudówce, w małej sali zwanej Galeryjką, eksponowana jest wystawa „Dawne Lesko”.

Kierując się na zachód od Leska dotarliśmy do Uherzec Mineralnych. Ta około 13-tysięczna miejscowość jest siedzibą Bieszczadzkiej Szkoły Rzemiosła. Na frontowej ścianie budynku szkoły stworzono mural przedstawiający w szczególności rzemieślników w dawnych strojach z czasów budowy szkoły w 1901 r. Mają oni twarze ludzi, którzy przyczynili się do powstania tejże szkoły. Instytucja została utworzona przez Magdalenę i Janusza Demkowiczów. Na I piętrze zorganizowano nowoczesną salę audiowizualną, w której dzięki interesującej prezentacji i za sprawą dwóch hologramów – dziadka i jego wnuczki – można przenieść się do przeszłości. Opowieściom towarzyszą wyświetlające się na ścianach obrazy. Szkoła oferuje aktywny udział w warsztatach ginących zawodów. Uczestnicy naszej wyprawy podczas zajęć garncarskich samodzielnie toczyli naczynia i różnorodnie je ozdabiali według ich twórczej pomysłowości. Z kolei miłośnicy tradycyjnych potraw spełniali się podczas przygotowywania proziaków, czyli mącznych placków z dodatkiem sody oczyszczonej, które trafiły do rozgrzanego pieca. Wypieczone i pachnące proziaki, jedzone na ciepło z dodatkiem masła, smakowały wszystkim wybornie. Opuszczając Bieszczadzką Szkołę Rzemiosła skierowaliśmy się do kościoła pw. świętego Stanisława Biskupa z 1757 r. Świątynia jest unikalnym





przedstawicielem późnobarokowej architektury sakralnej. We wnętrzu, z pierwotnej dekoracji kościoła zachowały się: ornamenty, ambona, organy, a także ołtarz główny wraz z obrazem przedstawiającym świętego Stanisława Biskupa.

To nie koniec atrakcji w tej podkarpackiej miejscowości. Miłośnicy aktywnego wypoczynku mogą z Uherzec Mineralnych podróżować w niecodzienny sposób, a mianowicie drezynami rowerowymi napędzanymi siłą własnych mięśni. I my skorzystaliśmy z tej okazji. Dreżyna to platforma o wymiarach 2,2 na 1,75 m, złożona z dwóch miejsc do pedałowania i dwóch miejsc na ławeczce, a jazda odbywa się po torach. Ta unikatowa rozrywka dla całej rodziny powstała dzięki ożywieniu ponad 140-letniej linii kolejowej. Wypożyczalnia dreżyn, a także sklepik z pamiątkami kolejowymi mieści się w zaprojektowanym na nowo przez Karola Prajznera i Pawła Wołosa budynku dawnej stacji PKP w Uhercach Mineralnych. Stąd turyści mogą wyruszyć na przejażdżki w dwóch kierunkach: Zagórza lub Ustrzyk Dolnych. My przejechaliśmy 6-kilometrową trasę Uherce Mineralne – Jankowce wśród



lasów i wzniesień. Podobnie droga powrotna. Prędkość poruszania się drezynami nie należy do najszybszych, jednak z pewnością niejedynemu uczestnik naszej wyprawy poczuł wiatr we włosach!

Zaledwie kilkanaście metrów od miejsca, gdzie wspomniane dreżyny rowerowe rozpoczynają swój bieg, znajduje się niesamowity „Dom na Dachy” – stanął on bowiem „na głowie” i jest odwrócony podstawą do góry. We wnętrzu Chatki Wariatka rządzi siła grawitacji i przyprawiał nas o niemały zawrót głowy wystawiając nasze błędniki na próbę. Ten dom naturalnych rozmiarów stoi nieco pod ukosem, a więc poruszanie się w nim nie było łatwe. Jednak niewątpliwie wizyta w Chatce Wariatka była dla nas źródłem niepohamowanego śmiechu w dużych ilościach.

Tego dnia skierowaliśmy się jeszcze dalej na zachód, aby odkrywać niezwykłą świątynię leżącą na Szlaku Architektury Drewnianej, a mianowicie cerkiew pw. świętej Paraskewy w Stefkowej. Obecnie pełni ona funkcję kościoła pw. Niepokalanego Poczęcia NMP. Świątynia usytuowana





na wzgórzu, została wybudowana w latach 1836-1840. Pomimo przekształceń ciągle jest budowlą wyraźnie tradycyjną, nawiązującą kompozycyjnie do dawnej architektury cerkiewnej, która upowszechniła się w XIX w. w dolinie górnego Sanu.

Muzeum Kultury Duchowej i Materialnej Bojków w Myczkowie to pierwszy punkt na naszej podróżniczej mapie, który odwiedziliśmy

następnego dnia. Jego założyciel i kustosz to Stanisław Drozd – emerytowany nauczyciel historii, który pasjonował się kulturą ludową Bieszczadów od lat 70. ubiegłego stulecia. Prezentowana jest w nim kulturowa różnorodność Bieszczadów. Dzięki zgromadzonym przedmiotom związanym z dawnym życiem okolicznych wsi, dworów i miasteczek, miejsce to utrwała wiedzę na temat zwyczajów, obrzędów, tradycji, a także codziennej pracy ludzi minionej epoki. Można tu zapoznać się z kompletami strojów ludowych, sprzętami używanymi w dawnym gospodarstwie domowym, narzędziami rolniczymi, pamiątkami po obiektach sakralnych czy licznymi dokumentami, portretami, zdjęciami. Głównym priorytetem Muzeum jest zachowanie pamięci o Bojkach – dawnych mieszkańcach Bieszczadów. W Galerii-Kawiarni uczestnicy zapoznali się z pamiątkami autorstwa regionalnych twórców, a także wypili pyszną kawę „po bojkowski”.

Do następnej atrakcji musieliśmy pokonać około 12-kilometrową trasę. Na szczęście mieliśmy do dyspozycji transport z sympatycznym kierowcą Panem Markiem, który zapewnił nam bezpieczną podróż podczas całej eskapady. Dojechaliśmy do Nowosiółek. Miejscowość skrywa Muzeum Przyrodniczo-Łowieckie „Knieja”. Ze ścian budynku spoglądały na nas malowidła zwierząt, takich jak niedźwiedź czy sarna. W muzeum, wspólnie z przewodnikiem odkryliśmy jedną z najciekawszych ekspozycji przyrodniczo-łowieckich w Bieszczadach przedstawioną w trzech salach. Zapoznaliśmy się z dziejami łowiectwa i leśnictwa oraz ich rolą na tych terenach, fauną i florą regionu, a także galerią zdjęć historycznych. Duże wrażenie wywarła na uczestnikach ekspozycja trofeów myśliwskich i przyrodniczych. Prezentowane są tu naturalnych rozmiarów niedźwiedzie, potężne jelenie, a nawet renifer i piżmowiec syberyjski, jest także kolekcja ptaków, motyli i poroży. Nie brak także elementów poświęconych etnografii, takich jak replika wiejskiej chaty wraz z dawnymi sprzętami użytku domowego. Muzeum jest dziełem życia małżeństwa Henryki i Jerzego Wałachowskich – pary pasjonatów przyrody.



Kierując się w stronę Polańczyka nie mogliśmy ominąć Średniej Wsi. To właśnie w jej centrum, w sąsiedztwie parku dworskiego znajduje się najstarszy drewniany kościół katolicki w regionie. Ta rzymskokatolicka świątynia pw. Narodzenia NMP powstała w II poł. XVI w. Kościół to budowla drewniana, jednonawowa, o konstrukcji zrębowej, na podmurowaniu kamiennym osłoniętym fartuchem gontowym. Z pewnością wizyta we wspomnianym kościele zostawiła w uczestnikach trwałe wspomnienie „piękna w drewnie zakłętego.”

Wjeżdżając do Polańczyka od strony Soliny zatrzymaliśmy się na parkingu przy ul. Bieszczadzkiej, aby wspiąć się na punkt widokowy na Sawinie. Droga jest asfaltowa i bardzo wygodna – przejście zajęło nam dosłownie kilka minut. Z tego miejsca roztacza się jedna z najpiękniejszych panoram na bieszczadzkie połoniny (przy dobrej widoczności) oraz na Jezioro Solińskie i jego otoczenie: płataninę zatoczek, półwyspów i okoliczne wzniesienia. Została tutaj ustawiona tablica informacyjna, na której zaznaczono bieszczadzkie szczyty.

“ Okolice Jeziora Solińskiego to z pewnością bieszczadzka strefa rekreacji i sportów wodnych. Miłośnicy wrażeń pod żaglami czują się tu jak ryba w wodzie – Jezioro Solińskie to jeden z najatrakcyjniejszych pod tym względem akwenów w Polsce. Łodzie do żeglowania, kajaki, rowery wodne.

Z Polańczyka już dosłownie rzut beretem do Soliny. Tutaj czekał na nas cały wachlarz atrakcji. Rozpoczęliśmy swoją podróż od przejścia po jednym z najpopularniejszych deptaków dla turystów. Korona zapory ma długość 664 m i wysokość 82 m. Niedaleko nad nami przejeżdżały wagoniki kolei linowo-gondolowej. Siedząc nad akwenem bez problemu mogliśmy się poczuć jak nad „bieszczadzkim morzem” zatopionym

wśród otaczających je wzniesień. Z pewnością warto wypłynąć na jezioro i poczuć powiew bieszczadzkiej bryzy. Tak też uczyniliśmy, gdyż nad brzegami jeziora usytuowane są porty zachęcające do przepłynięcia zbiornika wodnego statkiem. Dzięki podróży po tafli jeziora zapoznaliśmy się z częścią imponującej długością urozmaiconej linii brzegowej dochodzącej do 160 km. Tworzą ją liczne zatoki i fiordy, które głęboko wchodzą w ląd, szczególnie w zalesione doliny górskich rzek i strumieni. Pojemność jeziora – około 500 mln m³ – zapewnia mu miano największego rezeruaru wodnego w Polsce. Średnia głębokość to 25 m, przy zaporze dochodzi do 60 m. Powierzchnia akwenu wynosi 22 km².

Okolice Jeziora Solińskiego to z pewnością bieszczadzka strefa rekreacji i sportów wodnych. Miłośnicy wrażeń pod żaglami czują się tu jak ryba w wodzie – Jezioro Solińskie to jeden z najatrakcyjniejszych pod tym względem akwenów w Polsce. Łodzie do żeglowania, kajaki, rowery wodne można wypożyczyć w miejscowościach położonych nad jeziorem, między innymi w Myczkowcach, Solinie, Polańczyku, Jaworze, Chrewcie, Rajskim, Zawozie czy Wołkowyi. Należy pamiętać, że tafle wodne bieszczadzskich zbiorników są strefą ciszy: nie wolno na nich używać sprzętu motorowodnego, lecz jedynie łodzi pływających pod żaglami lub za pomocą wiosł.

Tuż przy deptaku, z budynku dolnej stacji początkowej Płasza kolej zabrała nas w niezwykłą podróż na Górę Jawor. Trasa liczy 1,5 km i można ją przejechać średnio w 5 min w jednej z 25 zamontowanych gondoli. Każdy z wagoników mieści 8 pasażerów. Dla osób z lękiem wysokości atrakcja może być niemałym wyzwaniem, bowiem w najwyższym miejscu gondole znajdują się ponad 100 m nad poziomem terenu. Z gondoli rozpościera się widok na zaporę i bieszczadzkie jeziora oraz okoliczne tereny. Z kolei wybudowana po drugiej stronie wieża widokowa ma 55 m wysokości. Na szczycie z tarasu widokowego rozciąga się panorama na Jezioro Solińskie, zaporę, wyspy, wzniesienia, góry, lasy

oraz Jezioro Myczkowieckie. Dodatkowe emocje zagwarantował nam przeszklony chodnik, tzw. „skywalk”, a spacer po nim pozwolił poczuć siłę natury w jeszcze większym stopniu.

Kolejny dzień rozpoczęliśmy duchowym akcentem. Udaliśmy się do starej części Polańczyka – tuż przy drodze stoi murowany kościół parafialny pw. NMP Królowej Polski zbudowany w 1907 r. Nazywany jest Sanktuarium Matki Bożej Pięknego Miłości, co zawdzięcza obrazowi, który znajduje się wewnątrz świątyni, w głównym ołtarzu. Przedstawia Maryję w czerwonym płaszczu przytulającą policzek do twarzy Dzieciątka. Na głowach obu świętych postaci znajdują się złote korony i w podobnym odcieniu jest tło obrazu. Jest to ikona Matki Boskiej Umilenia, nazwana także Matką Boską Łopieńską lub Bojkowską Madonną. Obraz uważany jest za cudowny.

Opuszczając Polańczyk skierowaliśmy się na północny-wschód. W odległości około 20 km od bieszczadzskich jezior położone są około 10-tysięczne Ustrzyki Dolne. Niedaleko stacji, przy ul. Fabrycznej 12, istnieje miejsce pachnące dawną polską wsią i świeżymi wypiekami – prywatne Muzeum Młynarstwa i Wsi prowadzone przez Bożenę i Janusza Bałkotów. Czekają tu na nas liczne atrakcje. Mogliśmy spróbować swoich sił na warsztatach regionalnych wypieków i przenieść się w czasie do przeszłości zakładając ludowe stroje z dawnych czasów. Proziaki czy kapuśniaczki wypiekane były w rozżarzonej piecu. Jedzone na ciepło z dodatkami, na przykład masła czosnkowego, cieszyły nasze kubki smakowe. W Muzeum Młynarstwa i Wsi smaksze regionalnych potraw i napojów z pewnością odnajdą również drogę do popularnej karczmy. A tutaj serwowane są regionalne przysmaki: zupa kisielica na bazie kwasu z kapusty kiszanej z ziemniakami i okrasą, hreczanyki młynarza, klepek młynarzowej czy proziaki. Wysłuchaliśmy się ponadto w ciekawe opowieści właścicieli zwiedzając tradycyjny młyn oraz poznawaliśmy proces mielenia zboża.

Podróżując po mieście skierowaliśmy się także w jego południowo-wschodnie rejony. Na

terenie dawnej wioski Jasień, w otoczeniu sędziwych drzew stoi kościół parafialny pw. Matki Bożej Bieszczadzkiej. Skromna XVIII-wieczna barokowa świątynia, pomimo sędziwego wieku bardziej znana stała się dopiero gdy uzyskała miano Bieszczadzkiego Sanktuarium Maryjnego. Miało to miejsce w 1968 r. za sprawą cudownej ikony Matki Boskiej zwanej Rudecką, która wówczas ozdobiła jej wnętrze. Ikona przedstawia Maryję z głową zwróconą lekko w lewo, dzieciątko Jezus kieruje głowę i spojrzenie na wprost. Jezus ukazany jest jako władca, o czym świadczy uniesiona prawa ręka w geście błogosławieństwa, w lewej trzyma zwój Pisma Świętego. Wizerunek otoczony jest przez osiemnaście świętych postaci, głównie ze Starego Testamentu, natomiast u góry obrazu znajdują się dwaj archaniołowie – Rafał i Gabriel. Tło jest złocone. Do świątyni przybywają liczni pielgrzymi, aby powierzyć swoje radości i troski Bogu przed cudownym obrazem Maryi.

W okolicach Ustrzyk Dolnych znajdują się liczne zabytkowe cerkwie, m.in. w Równi. Świątynia, która tu powstała w XVIII w. była filialną cerkwią parafii unickiej z siedzibą w Ustjanowej Górnej.

Została konsekrowana pw. „Opieki Matki Bożej” (można również spotkać nazwę pw. Pokrow Przeświętej Bogarodzicy). Oficjalne przekazanie obiektu kościołowi katolickiemu nastąpiło w 1972 r. Obecnie świątynia nosi nazwę pw. Matki Bożej Wspomożenia Wiernych.

Cerkiew wyróżnia się unikatowym kształtem czarnych kopuł. Cerkiew w Równi została włączona do podkarpackiego Szlaku Architektury Drewnianej. Kolejną perłę na tym szlaku znaleźliśmy nieopodal – w Ustjanowej Górnej. Usytuowana w południowo-wschodniej części wsi dawna greckokatolicka cerkiew parafialna pw. świętej Paraskewy wzniesiona została w 1792 r. Obecnie jest użytkowana jako kościół pw. Narodzenia NMP. Świątynię zbudowano w tradycyjnym stylu cerkiewnym, orientowaną, o konstrukcji zrębowej, trójdzielną.

Swoją podróż kontynuowaliśmy w Myczkowcach. Pozostająca nieco w cieniu dużej tamy w Solinie i leżąca 8 km na piechotę od niej, zapora ziemno-betonowa w tej miejscowości jest nieco mniejsza. W koronie posiada długość 460 m, a szerokość 9 m. Z korony zapory wodnej





w Myczkowcach rozciąga się malownicza panorama na wieś Myczkowce, San i okolice, a także Jezioro Myczkowieckie. Ten akwen rozpoczyna swój bieg od zapory w Solinie, a kończy właśnie przed zaporą w Myczkowcach. Jego powierzchnia to 2 km², długość 6,4 km, a pojemność 11 mln m³ wody. Służy jako zbiornik wodny wyrównywania dobowego dla Jeziora Solińskiego. Myczkowiecki zbiornik wodny posiada urozmaiconą linię brzegową o długości około 15 km umożliwiającą w wielu miejscach dojście bezpośrednio do zbiornika, co podnosi jego atrakcyjność wśród wędkarzy i miłośników turystyki aktywnej, w szczególności kajakarzy.

W Myczkowcach swoją siedzibę ma Ośrodek Wypoczynkowo-Rehabilitacyjny Caritasu Diecezji Rzeszowskiej. Miłośnicy natury odnajdą się z pewnością w ciekawie zaaranżowanym Ogrodzie Biblijnym będącym uporządkowaną katechezą o biblijnej historii zbawienia w otoczeniu roślinności Bliskiego Wschodu. Działa on od 2010 r. – wówczas dla upamiętnienia 90. rocznicy urodzin Ojca Świętego Jana Pawła II odbyło się jego poświęcenie i otwarcie. Pomimo, że

założony w Bieszczadach, pozwolił nam odbyć podróż po ziemi ojczystej Jezusa. Po ogrodzie oprowadzał nas przewodnik. W tym niezwyklej Ośrodku, położonym na terenie dawnych koszar po jednostce wojskowej i przejętym przez Caritas w 1944 r., znajduje się kilka pawilonów mieszkalnych, duża sala spotkań, stołówka, kaplica, stadnina koni oraz wiele innych atrakcji dla dzieci i dorosłych. W Parku Miniatur znajduje się kolekcja 140 makiet cerkwi greckokatolickich, prawosławnych i kościołów rzymskokatolickich z Polski, Słowacji i Ukrainy. Modele, umiejscowione tematycznie na niewielkich wzgórkach, w otoczeniu roślinności oraz kamieni, po których spływa woda, zostały wykonane w skali 1:25. Pomnik Jana Pawła II znajduje się w centrum parku, a nad główną bramą napis: „Ponad wszystkim niech będzie miłość”. Szyld ma przypominać prawdę, że pomimo dzielących poszczególne wyznania różnic i zaszłości historycznych najważniejsza jest miłość. Tym duchowym akcentem zakończyliśmy naszą podróż.

Bliższe i dalsze okolice bieszczadzkich jezior od wielu lat przyciągają kolejne pokolenia turystów.

Najlepszą rekomendacją, aby hasło „Rzuć wszystko i wyjedź w Bieszczady” wprowadzić w czyn, chociażby w letni wakacyjny czas, są wrażenia naszych uczestników po wyjeździe. Pani Basia z przekonaniem stwierdziła: „Było super, jeszcze na takiej wycieczce nie byłam nigdy, wrażenia ogromne i zwiedzanie – mistrzostwo”. Pani Wiesia dodała: „Było interesująco, wycieczka bardzo udana, była integracja i będziemy miały bardzo miłe wspomnienia”. Zwracając szczególną uwagę na ciekawe zajęcia z garncarstwa i pieczenia proziaków w Bieszczadzkiej Szkole Rzemiosła, przejazd koleją linowo-gondolową w Solinie, Pan Jakub i Pani Leokadia zachęcają wszystkich do wyjazdu i do zwiedzania. Zmęczeni, ale szczęśliwi i usatysfakcjonowani wspaniałe spędzonym czasem pełnym wrażeń, uczestnicy wracali do swoich domów.

Owocem zrealizowanego wyjazdu i kolejną częścią projektu jest publikacja „Kraina bieszczadzkich jezior pod palcami. Publikacja turystyczna dla osób niewidomych i słabowidzących”. Nie jest ona klasycznym przewodnikiem, jakich wiele można znaleźć na półkach bibliotek i księgarni. Udajemy się w niej nad bieszczadzkie jeziora – Solińskie i Myczkowieckie, a także ich najbliższe okolice w promieniu kilkunastu kilometrów. Podążamy śladami dawnych mieszkańców zaludniających te tereny, poznajemy ginące zawody, smakujemy regionalne przysmaki. Zgłębiaamy tajemnice zabytkowych świątyń, zamków, niezwykłych budowli. Odkrywamy perły architektury drewnianej, ale także najnowsze atrakcje. Spędzamy czas na łonie bieszczadzkiej natury poznając jej uroki. Wszystko to w nowoczesnej formie druku transparentnego, czyli połączenia powiększonego czarnodruku i brajla. Uzupełnieniem tekstu są zdjęcia tych niezwykłych miejsc. Ponadto publikacja zawiera kilka tyflografik, które pozwolą osobom niewidomym i słabowidzącym zapoznać się z zabytkowymi budynkami czy obrazami za pomocą dotyku. Całość uzupełnia mapa przedstawiająca umiejscowienie opisywanych obiektów, po której można podróżować palcem. Jest to pierwsza publikacja o krainie bieszczadzkich jezior w formie dostępnej dla osób niewidomych i słabowidzących.

Dofinansowanie z Regionalnego Ośrodka Polityki Społecznej w Rzeszowie pozwoliło na wydrukowanie 120 egzemplarzy publikacji. Książki trafiły w ręce osób z dysfunkcją wzroku z 8 powiatów województwa podkarpackiego (Miasto Rzeszów, Krosno, Tarnobrzeg, powiat rzeszowski, krośnieński, tarnobrzeski, jarosławski i brzozowski), a także do instytucji publicznych z ww. powiatów, w celach promocyjnych, wypożyczenia, itp. Zapraszamy do odwiedzenia tych placówek, a są to między innymi Koła PZN w Jarosławiu, Brzozowie, Tarnobrzegu, Krośnie, Rzeszowie, a także biblioteki w tych miastach.

Finalnym etapem projektu były powyjazdowe spotkania informacyjno-promocyjne realizowane w 5 miastach województwa podkarpackiego: Jarosławiu, Brzozowie, Tarnobrzegu, Krośnie i Rzeszowie. Ich zamysłem było ukazanie efektów zrealizowanego wyjazdu nad bieszczadzkie jeziora. Spotkania miały także na celu zwiększenie zainteresowania Jeziorem Solińskim i Myczkowieckim oraz ich najbliższymi okolicami, jako celu turystycznego, w szczególności wśród osób z niepełnosprawnością wzroku. W celach promocyjnych został zaprezentowany krótki film powyjazdowy zrealizowany przez Pana Janusza Jacka oraz publikacja autorstwa Elżbiety Markowskiej.

Mam nadzieję, że postawa uczestników wyjazdu będzie stanowiła doskonały przykład dla innych osób z niepełnosprawnościami do uczestniczenia w takiej formie aktywnego spędzania czasu i rehabilitacji. Wierzę, że nasza inicjatywa będzie wspaniałą okazją do aktywizacji osób z niepełnosprawnością wzroku. Ponadto jestem przekonana, że niecodzienna forma przedstawienia informacji o interesującej krainie bieszczadzkich jezior jeszcze bardziej zachęci do wybrania się w podróż, nie tylko palcem po mapie. Mam również nadzieję, że publikacja zainspiruje każdego z nas do czynienia świata bardziej otwartego i dostępnego dla osób z dysfunkcją wzroku.

Autorem wszystkich zdjęć do niniejszego artykułu jest Pan Janusz Jacek.

Brajlowskie nowości wydawnicze w ofercie firmy Altix

Malwina Wysocka-Dziuba



W 2022 r. dzięki dofinansowaniu Ministerstwa Kultury i Dziedzictwa Narodowego Altix wydał 2 adaptacje brajlowskie książek uznanych autorów.

Pierwszy z tytułów to „Karawana do marzeń” Wandy Rutkiewicz i Ewy Matuszewskiej. Publikacja powstała w 1992 roku, po zaginięciu Wandy Rutkiewicz w czasie jej wyprawy na Kanczen-dzongę. Jest ona kontynuacją wspólnie napisanej przez obie panie książki „Na jednej linii”, a także hołdem złożonym Rutkiewicz przez jej przyjaciółkę. Opisane zostały tu wszystkie górskie osiągnięcia Wandy Rutkiewicz od czasu zdobycia Mount Everestu. Wanda Rutkiewicz-Błasziewicz zdobyła, jako trzecia kobieta na świecie i jako pierwsza osoba z Polski, szczyt Mount Everestu oraz jako pierwsza kobieta szczyt K2. Przypomnienie czytelnikom tego tytułu właśnie w bieżącym roku jest związane

z ważną rocznicą – Sejm RP ogłosił himalaistkę jedną z patronek roku 2022, w którym upłynęła 30. rocznica jej śmierci.

Drugi tytuł, który ukazał się w brajlu to „Widnokrąg” Wiesława Myśliwskiego. Jest to jedna z najważniejszych polskich powieści. Przedstawia prowincję oglądaną oczyma dorastającego chłopca. Autor w subtelny sposób wprowadza czytelnika w świat prostego, wiejskiego człowieka. Opisuje wartości często zapomniane w dzisiejszych czasach, ludzkie uczucia i emocje, przeżycia warunkowane otoczeniem i biedą, w których przyszło żyć bohaterom. W tekście przewija się zachwyt przyrodą, opisy prostoty życia, codziennych błahych wydarzeń, a przede wszystkim pewien mistycyzm przeżywania uczuć, radości i cierpienia. Wybitna powieść nagrodzona w roku 1997 prestiżową Nagrodą Literacką „Nike” jak mało która pozycja zasługiwała na brajlowski przedruk.

Zapraszamy chętnych czytelników indywidualnych, instytucje wspierające osoby z niepełnosprawnością wzroku, a także wszystkie biblioteki do nabywania książek wydanych w druku brajlowskim w promocyjnych cenach. Informacje o książkach są dostępne na stronach internetowych: <http://www.altix.pl/> oraz <http://wydawnictwotrzecieoko.pl/>. Zachęcamy do czytania!

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



Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego

TWOJE ZDROWIE W TWOICH RĘKACH I... W KIOSKU



Każdego dnia podejmujesz ważne decyzje. Decyzje, które mogą wpłynąć na długość i jakość twojego życia. Wybierasz co zjeść na śniadanie, obiad, kolację, wybierasz sposób spędzania wolnego czasu i relaksu. Wybierając mądrze, możesz zapewnić sobie bezpieczeństwo, spokój, dobre samopoczucie i dużo energii. Zdrowy styl życia zapewni Ci całą gamę korzyści: lśniąca skórę, dzięki której będziesz wyglądać promiennie, wydolne serce, aby bez wysiłku spacerować i spędzać czas z bliskimi i – co najważniejsze – długie życie w zdrowiu. Zdrowie nie jest tylko brakiem choroby, to przede wszystkim emocje, których doświadczasz, sposób dbania o własne ciało oraz gotowość do nawiązywania głębokich relacji z innymi ludźmi.

Narodowy Fundusz Zdrowia ma dla Ciebie wiele rozwiązań, które ułatwią Ci zdrowe życie. Jako instytucja pragniemy, aby Polacy cieszyli się dobrą kondycją, dobrym zdrowiem, aby mogli żyć tak, jak lubią.

Pierwszym krokiem do zmian może być wizyta w Kiosku Profilaktycznym, z której możesz skorzystać w siedzibie oddziału, w Łodzi przy ul. Targowej 35. Kiosk Profilaktyczny, jak nazwa wskazuje, „sprzedaje bezcenne zdrowie” – bezpłatnie. Kiosk wyposażony jest w intuicyjny, dotykowy ekran i profesjonalny analizator składu ciała. Wizyta w Kiosku Profilaktycznym zajmuje 10 minut, a dostarcza ważnych dla zdrowia informacji na temat parametrów takich jak:

- tkanka mięśniowa,
- tkanka tłuszczowa,
- tkanka tłuszczowa trzewna,
- zawartość wody w organizmie.

Są to najważniejsze parametry, które warto regularnie kontrolować. Wizyty w Kiosku nie należy

się obawiać – przestrzeń jest dezynfekowana, pomiaru dokonujesz samodzielnie – nikt nie ma wglądu do Twoich wyników. Wyniki otrzymasz od ręki w postaci kolorowego i czytelnego wydruku. Ponadto do Twojej dyspozycji jest nasz doradca ds. profilaktyki, który na każdym etapie pomiarów służy pomocą. Po pomiarze doradca zaproponuje Ci bezpłatną indywidualną konsultację. Warto z niej skorzystać. Otrzymasz wiele praktycznych porad jak zdrowo i smacznie się odżywiać, jak uzyskać dostęp do bezpłatnych profesjonalnych planów żywieniowych. Za pomocą strony internetowej diety.nfz.gov.pl będziesz wiedział więcej na temat prawidłowego żywienia, a posiłki wybierzesz samodzielnie! Doradca na pewno zaproponuje Ci szereg rozwiązań, które ułatwią Ci codzienną rutynę. Pokażemy Ci także aplikację do telefonu **Moje Fizjo+**. Ćwiczenia, które proponuje aplikacja mogą przynieść ulgę w bólach zwyrodnieniowych. Z Kiosku Profilaktycznego może skorzystać każdy. Kiosk jest przystosowany dla osób ze szczególnymi potrzebami. Sprawdź nasz Kiosk, zaproś kogoś bliskiego i skorzystajcie z Kiosku wspólnie. Razem zawsze raźniej.

Zaplanuj z nami zdrowe nawyki. Czekamy właśnie na Ciebie!





Bóg się rodzi

Elżbieta Gutowska-Skowron

Cudu Wigilii wiecznotrwałość,
wśród bieli śniegu rodzi się Bóg.
Z zapachem siana i cynamonu
wkracza wędrowiec za domu próg.
Odwieczna gwiazda na widnokręgu,
wonne igliwie i życzeń moc.
– Patrz, spadła bombka. To nic, na szczęście.
Czas siąść do stołu w tę Świętą Noc.