

Nie każdy
bohater nosi
białą łaskę

Jak niepełnosprawność rodziców
wpływa na życie ich pełnosprawnych
dzieci

Dostrzeżeni w kulturze.
Jak pisze Sofia
Thoresdotter?

help

jesteśmy razem

nr 91 kwiecień 2023 ISSN 2083-2788

*„Być niepełnosprawnym”
brzmi dyskredytująco, a „mieć
niepełnosprawność” – dumnie
Tomasz Matczak*

NAPRAWDĘ RAZEM

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! Twoje 1,5% 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/)

REDAKCJA

Joanna Kalbarczyk, Marek Kalbarczyk

OPRACOWANIE GRAFICZNE I SKŁAD

Anna Michnicka

KONTAKT Z REDAKCJĄ

help@szansadlaniewidomych.org

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

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

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

Na okładce przedstawiamy sieć połączeń między pinezkami, kolaż symbolizujący wzajemne relacje między pojedynczymi jednostkami w społeczeństwie.



Spis treści

■ OD REDAKCJI

Helpowe refleksje _____ 4

■ AKTUALNOŚCI I WYDARZENIA _____ 7

Wspomnienie o Jarku _____ 11

■ CO WIECIE O ŚWIECIE?

Niewidomi w Polsce i Wielkiej Brytanii _____ 12

■ TYFLOSFERA

Aplikacja nawigacyjna LIFT pomoże osobom z niepełnosprawnościami w warszawskim metrze _____ 13

Tyflosport, czyli bezwzrokowe dyscypliny sportu _____ 15

■ ŚWIAT MAGNIGRAFIKI

Kroki stawiane w ciemności _____ 17

■ NA MOJE OKO

Wyzwania świątecznego stołu _____ 19

Nie każdy bohater nosi białą łaskę _____ 21

Tyfłoturysta. Apteczka z organizmem _____ 23

Perspektywa _____ 24

Awaria koła nie przeszkodziła w dotarciu do celu _____ 25

■ JESTEM...

Niewidomi przekraczają kolejne granice – ćwiczą Jyrki Saario Defendo _____ 30

Jak niepełnosprawność rodziców wpływa na życie ich pełnosprawnych dzieci _____ 35

Moja rodzina – moje wszystko _____ 37

Szybki rozwój blind tenisa w Polsce _____ 39

■ PRAWO DLA NAS

Prawo konsumenckie na co dzień _____ 41

Biura ds. osób z niepełnosprawnościami _____ 43

■ KULTURA DLA WSZYSTKICH

Teatr Współczesny w Szczecinie otwiera się na osoby z niepełnosprawnością _____ 47

Lear na 200-lecie Teatru Starego w Lublinie _____ 53

Dostrzeżeni w kulturze. Jak pisze Sofia Thoresdotter? _____ 54

Toruńska Orkiestra Symfoniczna dla niewidomych i nie tylko... _____ 56

Ślad _____ 63



Helpowe refleksje

Naprawdę razem

Marek Kalbarczyk

Jak być razem, by być razem naprawdę? Skąd pomysł by rozważyć tę kwestię, kiedy, tak czy inaczej, jako istoty społeczne, chcąc czy nie chcąc, zawsze z kimś jesteśmy. Czasem myślę, że jednak jest z tym jakiś problem. Wygląda bowiem na to, że to nasze codziennosciowe „razem” jest nieco na wyrost. Zamiast więc prawdziwej inkluzywności, mamy jej namiastkę. Może na tej samej zasadzie, zamiast bardzo zjednoczonych rodzin,

firm, społeczności, narodów, mamy zatimizowane, mniejsze czy większe grupy społeczne, które jednoczą się na przykład w razie zagrożenia, a w normalnych warunkach jedność jedynie udają.

Być naprawdę razem, to trudne wyzwanie. O wiele łatwiej to werbalnie deklarować. W świecie w dużym stopniu polegającym na ułudzie, tylko częściowo udaje się nam pogodzić z faktem, że obok żyją inni. Potrafimy się dopasować, nieco zniwelować różnice pomiędzy nami a nimi, zminimalizować osobiste potrzeby i wymagania – nasze „Ja” – by „jakoś było”. Często jednak przypominamy sobie egoizm i nie lubimy kompromisów.

Tak się składa, że bycie razem najbardziej jest potrzebne tym, którzy sami sobie nie radzą. W swojej trudnej sytuacji szukają wsparcia, rady, pomocy i empatii. Mocniejsi, zdrowi, sprawni, łatwiej rezygnują ze zbliżenia się do innych. W grupie najbardziej wymagających obecności i przyjaźni są oczywiście osoby z niepełnosprawnościami,

wśród nich niewidomi. Trudno się dziwić. Mam prawo to mówić, kiedy sam nie widzę i ograniczam swoją egzystencję do oglądania innymi zmysłami, głównie słuchem i dotykiem, a kiedy chodzi o obrazy, przecież patrzę na nie oczami innych osób. Potrzebuję zatem ich bliskości i pomocności.

Od dziecka uczę się umiejętności najprawdziwszego i jak najbliższego bycia razem, niwelowania moich egoistycznych zapędów. Patrzę oczami osób widzących, więc staram się o ich sympatię. Zdobywam ją dzień w dzień, a kiedy coś mi się nie uda, tracę „widoki”. Wtedy swoje „widzenie” ograniczam do słuchu i dotyku, i widzę tzw. trzecim okiem – słysząc albo dotykając. Gdy tak się zdarzy, po pewnym czasie zauważam, że to za mało i wracam do kompromisów – niezależnie od sytuacji, staję się bardziej ugodowy i chowam marzenia, o których można powiedzieć, że są najbardziej „moje”, niekoniecznie ciekawe dla otoczenia.

Niewidomi mają więc mnóstwo okazji do rezygnowania ze swojego „Ja”. Skoro tak bardzo potrzebujemy wsparcia, nie możemy się „stawiać”. W ramach ugodowej postawy nie zgłaszamy postulatów, które mogłyby się nie spodobać. Z kolei wymagania innych w zasadzie musimy akceptować. Ba, wiecie, jak trudne jest akceptowanie rzeczy, które nie zgadzają się z naszymi poglądami? Cóż, nie widzieć to zatem nie móc zrobić mnóstwa rzeczy! Jak sobie z tym poradzić?

Właśnie! Jest na to rada. Być może nie jest wspała, ale dla nas najlepsza z możliwych – skorzystać ile się da z pomocy i nabywać umiejętności, które nas w jak największym stopniu uniezależniają. Tak czy inaczej w wielu sytuacjach nie będziemy samodzielni i trzeba się z tym pogodzić. W ramach dbałości o prawdziwe bycie razem, powinniśmy się starać dać z siebie jak najwięcej. Ambitni niewidomi uczniowie w zwykłych szkołach, zwanych masowymi, więcej się uczą, a następnie pomagają w nauce kolegom i koleżankom. Stają się najlepszymi „podpowiadaczami” w klasie. Pomagają wydobywać się

z opresji i stają się przydatni. Są wtedy mocniej wciągani w życie klasowej społeczności i przestają być sami. Podobnie studenci. Tutaj, co prawda, podpowiadanie jest trudniejsze, często niemożliwe, jednak i w tym przypadku wiedza daje korzyści. Niewidomy kompetentny potrafi pomóc w przygotowaniu do egzaminu, napisze większy fragment w pracy grupowej, zastępując kolegów, którym się nie chce. Z kolei w firmie pracowy niewidomy jest „jak znalazł” – kto go prześcignie! Zbiera informacje, dopytuje, porządkuje. Niektóre zapisuje na dysku, a wiele zapamiętuje, by w razie potrzeby zabłysnąć, zaimponować, pomóc.

I tak dzień po dniu, czy to w rodzinie, szkole, na uczelni czy w pracy niewidomi stają się niewolnikami osobistych ambicji – chcę coś osiągnąć, to wymagam wsparcia. Muszę być czujny i pomocny. Nie ma tu miejsca na słabości, chociaż wszyscy dookoła twierdzą, że są nastawieni na bezinteresowne wspieranie osób z niepełnosprawnościami. A ja stawiam tezę, że można to włożyć w bajki. Bezinteresowność zamyka się w sferze werbalnej i na powierzchni codzienności. W podświadomości toczą się procesy decydujące o postępowaniu – czy mi się to opłaci, czy warto się wysilić czy nie.

I tak dotykamy granicy kultury bycia razem, gdzie liczą się interesy i rachunek korzyści i strat.

Czy to zaskakujące? Moim zdaniem nie. Gdyby było inaczej, a ludzie z natury byłiby po prostu altruistami, nie mielibyśmy wojen. One jednak są, zdarzają się często. Po dziesiątkach lat względnego spokoju w Europie, wojnę mamy tuż obok. Ba, jak się okazuje, w historii ludzkości zawsze gdzieś jest jakaś wojna. Całe narody albo ich części walczą o lepsze warunki życia. Trudno to zakwalifikować do starań o bycie razem. Tymczasem tylko taka postawa milionów gwarantuje prawdziwy pokój i rozwój świata. Wtedy jako osoby z dysfunkcją wzroku możemy liczyć na wsparcie, a nasze starania dla innych owocują pomocą dla nas i ponownie widzimy ich oczami, a nie tylko za pośrednictwem osobistego słuchu i dotyku.

“ Właśnie! Jest na to rada. Być może nie jest wspaniała, ale dla nas najlepsza z możliwych – skorzystać ile się da z pomocy i nabywać umiejętności, które nas w jak największym stopniu uniezależniają. Tak czy inaczej w wielu sytuacjach nie będziemy samodzielni i trzeba się z tym pogodzić. W ramach dbałości o prawdziwe bycie razem, powinniśmy się starać dać z siebie jak najwięcej.

Jak może wyglądać najlepsze bycie razem w naszym wydaniu? Jako niewidomi nie możemy cieszyć się obrazami i nie wiemy jak wyglądają dzieła sztuki, zabytki, towary w sklepach i ludzie, których spotykamy. Kiedy chcemy się z nimi zapoznać, udajemy się do kogoś bliskiego i namawiamy na wspólną wyprawę, względnie na relację co widzieli. Ich relacja wciąga nas i kiedy mimo braku wzroku mamy wizualną wyobraźnię, ich słowa zamieniają się na obrazy. Znaczenie tych relacji jest tak duże, że powstała nowa dziedzina wsparcia niewidomych – audiodeskrypcja. Im bardziej szczegółowa relacja, tym lepszy obraz staje przed naszymi oczami. Przydaje się to na mieście, w muzeum, w sklepie, na zebraniu, spotkaniu, imprezie i randce. Kiedy te relacje są ciekawe, dające szansę wyobrażenia sobie rzeczy, które widzą inni, przestajemy się martwić niewidzeniem.

Ważność informacji o otoczeniu i z otoczenia spowodowała kolejny postęp – jego udźwiękowienie i ubrajlowienie. Sprowadza się to do automatyzacji procesu doinformowania nas. Dotyczy to wiedzy o informacjach przekazywanych do wszystkich odbiorców, a nie jedynie osób widzących. W tym przypadku dbałość

o nas zaowocowała mnóstwem urządzeń i produktów opowiadających o swoim działaniu – w wersji lektorskiej syntetycznym głosem, dla zmysłu dotyku z zastosowaniem alfabetu Braille’a. W przypadku osób słabowidzących stosuje się druk powiększony, który kiedyś nazywałem magnigrafką.

Powyższe starania są elementem kultury bycia razem i to z prawdziwego zdarzenia. Tylko takie postępowanie gwarantuje niewidomym możliwość subiektywnego odczuwania radości z życia i osobistej podmiotowości. Bez tego nie moglibyśmy uznać, że ktoś chce być razem z nami! Stawiamy więc innym konkretne zadanie – chcecie, byśmy byli z Wami, okażcie nam swoje zainteresowanie. Kiedy my nie widzimy krajobrazów, dzieł sztuki, twarzy bliskich ludzi, informacji adresowanych przecież także do nas, „pożyczcie” nam swoje oczy i opowiadajcie co widzicie, kiedy indziej przekażcie środki finansowe na zakup rozwiązań niwelujących skutki naszej niepełnosprawności, by zadanie to w waszym zastępstwie wykonały inteligentne automaty.

Tak się składa, że od kilku lat, dzięki zaangażowaniu władz, w Polsce nadrabiamy dystans i udostępniamy to, co wcześniej było niedostępne. Coraz częściej spotykamy elementy udostępniające nam otoczenie i informacje. Moi współpracownicy wdrożyli system Your Way, który informuje o otoczeniu w sposób najpełniejszy. Kiedyś sam stworzyłem pierwszy na rynku syntezytor mowy, dzięki któremu komputery zaczęły mówić po polsku. Jeśli pozostaniemy w kulturze bycia razem z prawdziwego zdarzenia, o los ludzi niewidomych nie będzie trzeba się martwić. Właśnie tego Państwu życzę. Wtedy relacje zamieszczone na łamach niniejszego numeru staną się oczywiste. Odczytajcie je i przekonajcie, że naprawdę możemy być razem w teatrach, kinach, urzędach, sklepach, w szkołach i na uczelniach, na stadionach, placach zabaw, dworcach i lotniskach, w autobusach, pociągach, samolotach, w klasie, grupie studenckiej, własnej rodzinie, w stowarzyszeniu czy partii.



„Dostępna przestrzeń publiczna” – program likwidacji barier architektonicznych

Od 1 maja do 15 lipca można będzie składać wnioski do programu „Dostępna przestrzeń publiczna”. Jego celem jest likwidacja barier architektonicznych i umożliwienie osobom ze szczególnymi potrzebami pełnego korzystania z takich miejsc, jak np. place zabaw dla dzieci, kościoły czy gabinety ginekologiczne – informuje portal polskieradio24.pl.

Program został rozpisany przez Ministerstwo Rodziny i Polityki Społecznej na lata 2023-2027. Całkowity budżet wynosi 300 mln zł. W tym roku do rozdysponowania jest 80 mln zł. Wnioski będzie można składać drogą elektroniczną, w aplikacji Generator wniosków PFRON.

Samorządy sygnalizowały ministerstwu, że zapewnienie dostępności zgodnej z ustawą wymaga nierzadko dużych nakładów środków, których nie są w stanie wyłożyć z własnych budżetów, stąd ministerialny program, składający się z czterech modułów. Moduł A kierowany jest do jednostek samorządu terytorialnego. Środki z niego można będzie przeznaczać na likwidację barier architektonicznych lub informacyjno-komunikacyjnych. Planowany budżet modułu to 50,6 mln zł.

Moduł B dedykowany jest kościołom i związkom wyznaniowym, z przeznaczeniem na likwidację barier architektonicznych lub informacyjno-komunikacyjnych. Budżet tej części programu to 12 mln zł.

Z Modułu C będą mogły skorzystać samorządy terytorialne lub ich jednostki organizacyjne, kościoły lub związki wyznaniowe i organizacje

pozarządowe pożytku publicznego. Środki z modułu można będzie przeznaczyć na tworzenie dostępnych placów zabaw lub na poprawienie dostępności już istniejących placów. Łączna wysokość środków w tym module to kwota 10,6 mln zł.

Moduł D kierowany jest m.in. do placówek medycznych wymienionych w ustawie o działalności leczniczej i do spółek prawa handlowego z większościovym udziałem Skarbu Państwa. Środki z tego modułu można będzie przeznaczać na likwidację barier technicznych, informacyjno-komunikacyjnych i na wyposażanie podmiotów leczniczych w technologie wspomagające i urządzenia umożliwiające skorzystanie z ich usług przez osoby z niepełnosprawnością. Na realizację tych zadań przeznaczono łączną kwotę 6,6 mln zł.

Niewidomy organista otrzymał pracę i natychmiast ją stracił

Pan Kamil dostał pracę. Podczas rekrutacji udowodnił, że jest dobrym kandydatem. Spełnił wszystkie warunki podane w ofercie. Usłyszał, że jest przyjęty do pracy. I wtedy popełnił jeden błąd – czytamy na portalu *aszdziennik.pl*.

Organista jednego z kościołów poszukiwał zastępstwa. Chodziło o zagranie na organach podczas kilku mszy świętych. Ogłosił to na jednej z grup dyskusyjnych. Odpowiedział Kamil. Zgodnie z prośbą zawartą w ogłoszeniu wysłał nagranie demo, które się spodobało i z korespondencji z organistą dowiedział się, że ma tę pracę. Kiedy poinformował, że jest osobą niewidomą, nastąpił zwrot o 180 stopni. Organista napisał, że poszuka jednak innego zastępcy. Kamil poprosił o wyjaśnienie zmiany decyzji, ale jego pytanie pozostało bez odpowiedzi.

– Taka sytuacja, jak ta, którą opisałem, przytrafia mi się średnio raz w miesiącu. Takie sytuacje stały się moją codziennością, odkąd zostałem organistą. I kiedy dzisiaj zadzwoniłem do przyjaciółki,

i rozżalony, smutny i zły opowiadałem, że... że znowu to samo, znowu to samo co zwykle, odmówili mi roboty, bo jestem ślepy!!! Przyjaciółka doradziła mi opisanie sytuacji na FB. Nie po to, żeby szukać uwagi czy współczucia, ale po to, żeby świat osób widzących dowiedział się, jak często osoby niewidome są dyskryminowane, bez względu na ich umiejętności czy merytoryczną wartość tego, co robią. Ja nie chcę powiedzieć, że jestem biednym, nieszczęśliwym i poszkodowanym misiem, ale chciałbym, by Państwo zobaczyli, że my, niewidomi, bardzo często jesteśmy karani za to, że nie widzimy. Czyli za coś, na co nie mamy wpływu. I nawet jeśli zrobię 3 doktoraty, 4 habilitacje i 5 podyplomówek, to nadal znajdą się ludzie, którzy nie spojrzą na moją wiedzę i na moje umiejętności, ale skreślą mnie tylko dlatego, że nie widzę – napisał na jednym z portali społecznościowych Kamil.

Toruński Niewidzialny Dom

Niewidzialny Dom w Toruniu proponuje osobom widzącym, by weszły do świata, z którym na co dzień mierzą się osoby niewidome. Tu na wiele rzeczy patrzy się z innej perspektywy, doświadczając, jak się żyje w całkowitej ciemności – czytamy na portalu *radiopik.pl*.

Niewidzialny Dom funkcjonuje w Toruniu już pięć lat. Jego założycielem i pomysłodawcą jest Artur Kasproicz. To niezwykle miejsce



jest jedną z pięciu atrakcji tego typu znajdujących się na świecie. Pozwalają one, wyłączając zmysł wzroku i wyężdżając zmysł dotyku, poczuć i doświadczyć to, czego doświadczają osoby niewidome.

Niewidzialny Dom posiada prestiżowy certyfikat jakości „Made in Toruń”. Wartość tego miejsca doceniła topowa platforma TripAdvisor, zbierająca opinie o hotelach, pensjonatach, restauracjach i atrakcjach turystycznych. W rankingu TripAdvisor Niewidzialny Dom znalazł się najwyżej wśród toruńskich atrakcji turystycznych.

Zwiedzanie trwa godzinę, odbywa się z niewidomym przewodnikiem i jest podzielone na dwie części, tzw. niewidzialną, przebiegającą w całkowitych ciemnościach i tzw. widzialną, odbywającą się w muzealnych warsztatach.

Nowa siedziba dla bydgoskiego Centrum Sportu Niewidomych

Ponad 200 metrów kwadratowych powierzchni i cztery duże sale do treningów – tak prezentuje się Centrum Sportu Niewidomych, czyli nowa siedziba Klubu Sportowego Niewidomych Łuczniczka Bydgoszcz – donosi portal *radiopik.pl*.

Klub, działający od 25 lat, musiał opuścić zajmowaną dotąd lokalizację i groziło mu czasowe lub definitywne zamknięcie. W sukurs potrzebom osób niewidomych i słabowidzących przyszły władze Bydgoszczy, oferując nowy lokal i uczyniając go klubowi.

Po remoncie nowa siedziba prezentuje się imponująco. „Od dawna mieliśmy takie marzenie, już mamy salę do Showdown – formy tenisa stołowego dla niewidomych, salę do sportów intelektualnych: szachy, warcaby. Stoją już stoły i jest specjalne oświetlenie, żeby osoby słabowidzące mogły bez problemu widzieć szachownicę. Mamy dużą salę do sportów wyczynowych i wytrzymałościowych, tam też znajduje się drugi stół do Showdown, a także siłownia”

“**Ponad 200 metrów kwadratowych powierzchni i cztery duże sale do treningów – tak prezentuje się Centrum Sportu Niewidomych, czyli nowa siedziba Klubu Sportowego Niewidomych Łuczniczka Bydgoszcz – donosi portal *radiopik.pl*.**

– powiedział portalowi Łukasz Skąpski, prezes zarządu Klubu Sportowego Niewidomych Łuczniczka Bydgoszcz. A Iwona Waszkiewicz, zastępca prezydenta Bydgoszczy, podsumowała: „Klub robi bardzo dużo dobrego na rzecz osób z niepełnosprawnościami w naszym mieście. Chcieliśmy pomóc, aby rzeczywiście mogli mieć siedzibę, w której będą funkcjonowali na miarę swoich potrzeb”.

Czy Karkonoski Park Narodowy jest dostępny dla osób z niepełnosprawnościami?

W ramach zajęć specjalizacyjnych „Projektowanie infrastruktury turystycznej i rekreacyjnej” na studiach magisterskich Architektury Krajobrazu SGGW, studentki V roku przeprowadziły audyt dostępności szlaków turystycznych



w Karkonoskim Parku Narodowym. Studentki opracują mapę drogową dla KPN z najważniejszymi zadaniami do wykonania, poprawiającymi dostępność szlaków – czytamy na portalu mir.org.pl.

W trakcie zajęć trwających trzy dni, dwa zespoły studentek analizowały szlaki turystyczne Karkonoskiego Parku Narodowego pod kątem ewentualnych, niezbędnych działań poprawiających ich dostępność. Przy okazji oceniały stan techniczny szlaków i użyteczność ich infrastruktury dla osób z niepełnosprawnościami. Studentki zmierzyły się z wyzwaniami jakie stoją przed osobami z niepełnosprawnościami, pokonując na wózkach ścieżkę edukacyjną wokół Karkonoskiego Centrum Edukacji Ekologicznej w Szklarskiej Porębie. W części teoretycznej spotkały się z Andrzejem Rajem, dyrektorem Karkonoskiego Parku Narodowego. Pytały go o podjęte dotąd przez pracowników parku działania na rzecz osób z niepełnosprawnościami.

Konkluzją, a zarazem efektem przeprowadzonego przez studentki audytu, realizowanego zgodnie z wzorcem dostępności parków przyrodniczych, przygotowanym przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych w ramach projektu „Obszar chroniony, obszar dostępny”, będzie stworzenie mapy drogowej z zadaniami poprawiającymi dostępność parku dla osób z niepełnosprawnościami.

Niepełnosprawni w ogólnopolskiej akcji „Łączą nas drzewa”

Podopieczni i pracownicy Warsztatu Terapii Zajęciowej Caritas Diecezji Siedleckiej w Parczewie posadzili las. W Makosze, w ramach ogólnopolskiej akcji „Łączą nas drzewa”, zasadzonych zostało 1,5 tysiąca sadzonek drzew – informuje portal radio.lublin.pl.

Sadzenie rozpoczęło się od niezbędnego instruktażu przeprowadzonego przez leśniczych. Następnie z pomocą wolontariuszy, uczniów



z Zespołu Szkół w Ostrowie Lubelskim, posadzono dęby, głogi, klony, lipy i modrzewie. „Terren, na którym sadzimy drzewa, to powierzchnia powiatrolomowa. Na tym miejscu powstanie drzewostan mieszany, dlatego mam nadzieję, że za kilka lat las będzie tu piękniejszy niż był wcześniej” – powiedział portalowi Piotr Pniak, zastępca nadleśniczego w Nadleśnictwie Parczew, które było organizatorem sadzenia drzewek.

Niewidomi Polacy na dachu Afryki

Troje niewidomych Polaków chce zdobyć Kilimandżaro. Jak mówi jeden z nich, pomysłodawca wyprawy, Piotr Żurek z Tarnowskich Gór – zdobycie najwyższej góry Afryki to już nie tylko marzenie. To założenie, bo dotknąć góry zamierzają w przyszłym roku – czytamy na portalu radiopiekary.pl.

W wyprawie „Dotknąć Kilimandżaro. Niewidomi Polacy na dachu Afryki” weźmie udział trójka niewidomych – Piotr Żurek z Tarnowskich Gór, Dawid Górny z Krakowa i Małgorzata Wiecha z Bielska-Białej. Towarzyszyć im będzie pięć widzących osób, w tym Artur Małek, doświadczony himalaista, który zadeklarował, że część trasy przejdzie z opaską na oczach.

Choć wyprawa planowana jest na przełom sierpnia i września 2024 roku, już ruszyły przygotowania. A składają się na nie dwa komponenty – przygotowania fizyczne i finansowe. Budżet wyprawy wymaga wsparcia, stąd konto założone na portalu zrzutka.pl. Każdy może wspomóc to interesujące przedsięwzięcie.

Wspomnienie o Jarku

Weronika Woźniak



Cieżko jest pisać i mówić o Jarku w czasie przeszłym. Niestety, odszedł nasz wspaniały kolega – przyjaciel. Osoba o niezwykłym sercu, gotowa pomagać innym. Jarek posiadał niezwykłą umiejętność przedstawiania faktów, a nie własnych opinii. Zawsze można było do niego zadzwonić. Nawet w ostatnich chwilach był otwarty na drugiego człowieka – na problemy innych.

Przychodząc do pracy w grudniu 2021 roku, poznałam prawdziwego przyjaciela, z którym potrafiłam rozmawiać o wszystkim. Był człowiekiem głęboko wierzącym. Z chorobami i swoją niepełnosprawnością borykał się od urodzenia. Nie mówił o bólu i cierpieniu, bowiem nie chciał tym obciążać bliskich. Podczas ostatnich rozmów usłyszałam, że chce żyć, aby rodzina nie musiała przeżywać jego odejścia.

O 2.00 w nocy 11 grudnia Jarek przegrał nierówną, heroiczną walkę z chorobą. Miał zaledwie 37 lat.

Maria Korycka – poetka, malarka i beneficjentka Fundacji napisała kilka słów o naszym przyjacielu:

Gdzie jesteś chłopaku,

Twoja fotografia wisi na ścianie.

Gdzie jesteś, tak Ciebie brak.

Byłeś przyjacielem, balsamem, dla każdego z nas.

Życie było przed Tobą, a Ty wybrałeś anioła świat.

Łzy nie ukoją naszego smutku, żal zostanie z nami.

Miną chwile, dni i lata,

ty pozostaniesz naszym Kochanym Chłopakiem.

Nie byłeś obojętny na ludzkie dramaty,

Twoja pomoc była bezcenna.

*Kochałeś ludzi i zauważałeś drugiego człowieka,
żegnamy Cię.*



Niewidomi w Polsce i Wielkiej Brytanii

Hubert Jankowski

Niewidomi są grupą osób, które na co dzień spotykają się z wieloma trudnościami i ograniczeniami. Choć w Polsce i Wielkiej Brytanii zezwala się im na korzystanie z pomocy socjalnej, to jednak w obu krajach sytuacja wygląda nieco inaczej.

Polska

W Polsce osoby niewidome korzystają z pomocy państwa. Mają bezpłatny dojazd komunikacją miejską, w tym przejazdy autobusami bądź pociągami, oraz zniżki na bilety w teatrach czy muzeach. Warto jednak zwrócić uwagę, że niewidomi sami muszą szukać informacji o dostępnych ulgach bądź różnych udogodnieniach. Często zdarza się, że urzędnicy państwowi nie wykorzystują możliwości, jakie daje prawo i nie udzielają wystarczającego wsparcia, na jakie ta grupa osób zasługuje. Dlatego gdy osoby niewidome dostaną pomoc od wszelkich instytucji, które są przygotowane do ich wsparcia, jest ona nieoceniona. Ponadto każdego roku organizowane są liczne konkursy w różnych dziedzinach sztuki dla niewidomych. Mogą oni pokazać swoje talenty na polskiej scenie zarówno ze strony artystycznej, jak i sportowej. Osoby niewidome, które są aktywne zawodowo, mogą korzystać z pomocy Państwowego Funduszu Rehabilitacji

Osób Niepełnosprawnych, który umożliwia im dofinansowanie zakupu specjalistycznego sprzętu oraz szkoleń z obsługi komputera. Niewidomym przysługuje także prawo do dofinansowania szkoleń w zakresie zawodowym, np. kursów języków obcych.

Wielka Brytania

W Wielkiej Brytanii sytuacja wygląda korzystniej. Opieka państwa dla osób niewidomych jest znacznie lepiej zorganizowana. Mogą one korzystać z pomocy prawników, a także – podobnie jak w Polsce – mają zapewnione dojazdy komunikacją miejską. Niewidomi mogą również ubiegać się o specjalistyczny sprzęt do zastosowań komputerowych, z którego korzystają w pracy. W szkołach i uczelniach Wielkiej Brytanii, które są przystosowane dla osób niewidomych – chociaż warto tu wspomnieć, że dostępność w szkołach wyższych w Polsce jest na coraz lepszym poziomie i że instytucje te bardzo starają się pomóc w edukacji osób niewidomych – stosowany jest system makiet, który pozwala niewidomym na orientację w przestrzeni. Ponadto w Wielkiej Brytanii osoby niewidome mogą korzystać z systemów audioopisów, co pozwala im na pełną aktywność w życiu kulturalnym.

Podsumowanie

Bardzo ważnymi elementami dla niewidomych w Polsce i Wielkiej Brytanii jest dostęp do wsparcia państwowego i społecznego. W obu krajach istnieją miejsca, gdzie osoby niewidome mogą rozwijać swoje talenty, a także przyswajać wiedzę, która jest niezbędna w procesie rehabilitacji. Jednakże nadal wiele instytucji nie zostało przystosowanych dla niewidomych, a trudności, z jakimi spotykają się oni na co dzień, są często pomijane przez władze i społeczeństwo. W Polsce i Wielkiej Brytanii osoby niewidome mają jednak wiele możliwości i szans na pełną aktywność w życiu społecznym. Tworzenie specjalistycznych produktów oraz pomoc dla niewidomych to zadanie, którego nikomu nie wolno pomijać. Tylko dzięki temu osoby niewidome będą mogły w pełni korzystać z możliwości, jakie daje im życie.

Aplikacja nawigacyjna LIFT pomoże osobom z niepełnosprawnościami w warszawskim metrze

Piotr Malicki

Samodzielne poruszanie się po miejskich przestrzeniach stanowi często dość duży problem dla osób o szczególnych potrzebach. Do tej grupy zaliczają się nie tylko obywatele z niepełnosprawnościami, ale również między innymi kobiety w ciąży lub z dziecącym wózkiem, ludzie przemieszczający się z ciężkim bagażem, czy chociażby osoby o czasowo ograniczonej mobilności, na przykład ze złamaną nogą. Jednym z typów przeszkód, które napotykamy w miejskiej dżungli, są różne bariery architektoniczne, które uniemożliwiają załatwienie ważnych spraw w instytucjach lub bezproblemowe dotarcie do danego węzła komunikacyjnego. Natomiast osoby niewidome i słabowidzące mogą czuć się zagubione w skomplikowanych korytarzach lub tunelach, które występują na stacjach kolejowych lub w Warszawskim Metrze. Dlatego studenci Politechniki Warszawskiej od kilku lat pracują nad aplikacją mobilną o nazwie LIFT, która będzie pomagać osobom z różnymi niepełnosprawnościami w bezpiecznym dotarciu do wybranej stacji metra oraz poruszaniu się po samym jej terenie.

Stacje Warszawskiego Metra posiadają coraz więcej udogodnień dla osób z różnymi niepełnosprawnościami. Poza możliwością skorzystania z windy, która dowiezie nas z poziomu samego peronu na zewnątrz, możemy w tych miejscach znaleźć linie naprowadzające, guzki



ostrzegawcze, dźwiękowe zapowiedzi o zbliżającym się pociągu czy tablice tyflograficzne dla osób niewidomych i słabowidzących. Jednak pomimo tego cała struktura podziemnych korytarzy może być nie lada problemem dla niedowidzących obywateli, zwłaszcza gdy korzystają oni z danej stacji po raz pierwszy. Z tego powodu w międzywydziałowym kole naukowym „Smart City” Politechniki Warszawskiej narodził się pomysł stworzenia aplikacji nawigacyjnej

LIFT, która zawierać będzie specjalny system wspomagający samodzielne poruszanie się osób ze szczególnymi potrzebami. O początkach powstania tego projektu mówi kierownik merytoryczny Bartosz Wiktorzak: „W naszym kole zebrała się grupa osób, która zaczęła realizować projekt aplikacji, początkowo własnymi środkami i po zajęciach. Później znaleźliśmy grant z Narodowego Centrum Badań i Rozwoju, idealnie wpisujący się w to, co robiliśmy. Dzięki środkom finansowym mogliśmy rozszerzyć zakres działań oraz nawiązać współpracę z różnymi fundacjami, w tym z Fundacją Aktywnej Rehabilitacji i Integracją, a także z Metrem Warszawskim oraz z ZTM-em i Urzędem Miasta”.

Wstępne prace nad aplikacją do nawigacji w obiektach architektonicznych transportu szynowego rozpoczęły się 2020 roku. Głównym impulsem do działań mających na celu opracowanie całego systemu były bariery, które napotykała osoba poruszająca się na wózku inwalidzkim. Jak powiedział Bartosz Wiktorzak: „Na pomysł aplikacji wpadła osoba poruszająca się na wózku, ale w związku z tym, że otrzymaliśmy grant, rozszerzyliśmy jej funkcjonalność do wszystkich osób ze szczególnymi potrzebami, czyli niewidomych, starszych, matek z wózkami czy turystów, którzy nie znają miasta. Aplikacja będzie pokazywała użytkownikowi optymalną trasę”. Na samym początku studenci chcieli uzyskać informacje o działających rozwiązaniach, które ułatwiają funkcjonowanie osobom z niepełnosprawnościami. Dlatego w pierwszym roku projektu zostały przeanalizowane programy, które są już dostępne w mobilnych sklepach oraz zostały zbadane funkcjonujące rozwiązania architektoniczne i cyfrowe. Wśród znalezionych innowacji wybiła się aplikacja Goodmaps, która przeznaczona jest dla osób niewidomych i pozwala na mapowanie dużych przestrzeni. Ponieważ ten program działa jedynie w Stanach Zjednoczonych, to studenci nie mogli przetestować jej działania w naszym kraju i wykonali to podczas podróży do Los Angeles.

Obecnie trwają prace nad tworzeniem aplikacji, a jej wstępne efekty zostały zaprezentowane

w marcu, podczas międzynarodowej konferencji rozwiązań technologicznych wspomagających osoby ze szczególnymi potrzebami w California State University. Udział studentów w takim wydarzeniu był możliwy dzięki otrzymaniu dofinansowania w ramach konkursu „Najlepsi z najlepszych! 4.0.”, który został zorganizowany przez Ministerstwo Edukacji i Nauki. Priorytetem twórców tej ciekawej aplikacji jest jak najmniejsze skomplikowanie programu oraz funkcjonowanie całego systemu także po zakończeniu projektu w 2024 roku.

Działanie aplikacji będzie opierać się na wybraniu początku oraz końca trasy, po którym program umożliwi nam znalezienie najbliższej windy oraz wyświetli dokładną listę kroków pozwalających na pokonanie podziemnych korytarzy. W momencie, kiedy dana winda nie będzie działać, algorytm zaproponuje alternatywne rozwiązania. Ponadto aplikacja pozwoli nam na wybranie trasy z peronu metra do konkretnego przystanku innego środka komunikacji miejskiej w Warszawie. Podczas tworzenia programu studenci największy problem mieli z dostosowaniem go do potrzeb osób niewidomych. W tym celu odwiedzili Niewidzialną Wystawę, aby wczuć się w tę grupę użytkowników i odpowiednio zaprogramować cały system do ich potrzeb. Końcowo program LIFT będzie można pobrać w mobilnych sklepach App Store oraz Google Play w przyszłym roku. W najbliższym czasie aplikacja ma być udoskonalana i testowana przez docelowych użytkowników.

Dla mnie, jako osoby niewidomej, taka aplikacja będzie na pewno pomocnym narzędziem podczas samodzielnego poruszania się po terenie m.st. Warszawy. Liczba stacji metra co jakiś czas się powiększa, pozwala na szybkie przemieszczanie się z jednego końca miasta na drugi, ale skomplikowane ułożenie tuneli na niektórych podziemnych peronach jest dużym problemem dla osób niedowidzących. Dlatego pozostało nam poczekać, aż projektowana aplikacja wejdzie do ogólnego użytku i wypróbować jej działanie w praktyce.

Tyflosport, czyli bezwzrokowe dyscypliny sportu

Jak jeden pomysł może odmienić oblicze sportu...

J. Chudziak

Sport jest istotny w życiu każdego człowieka. Poprawia wydolność, kształtuje sylwetkę, polepsza samopoczucie, a na dodatek jest formą integracji społecznej. A co jeśli powiedzielibyśmy Wam, że jest sport, który połączył ludzi widzących i niewidomych? W którym to niewidomi mają przewagę, ponieważ mają bardziej wyczulony słuch?

Dziś chcemy przedstawić Wam Dźwiękowy Tenis Stołowy. Ostatnio beneficjenci z Poznania mieli okazję uczestniczyć w zajęciach w ramach projektu „Droga do Samodzielności”, finansowanego przez PFRON i sprawiło im to niesamowitą radość!

Twórcą dyscypliny jest Leszek Szmał, czyli wieloletni pedagog, nauczyciel wychowania fizycznego i rehabilitant Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci Niewidomych w Owińskach.

Co potrzebne jest do gry? Treningi i zawody dźwiękowego tenisa stołowego muszą odbywać się w pomieszczeniach zamkniętych, najlepiej w salach gimnastycznych, halach sportowych oddalonych od zewnętrznych źródeł hałasu, takich jak wzmożony ruch uliczny, linie tramwajowe i kolejowe, lotniska, autostrady czy obiekty przemysłowe generujące głośne dźwięki. W sali musi być wtedy cisza, ponieważ to właśnie słuch jest zmysłem, na którym polegamy podczas gry.

Stół do tenisa stołowego nie może mieć siatki. Ma zaznaczone punkty orientacyjne wyznaczające



środku krótszych boków (na krawędzi stołu znak wypukły o szerokości 5 mm, długości 10 mm, wysokości 0,3 mm). Potrzebna jest również piłeczka, dwa płotki lekkoatletyczne ustawione w odległości 15 cm przed krótszymi bokami stołu (górna krawędź płotka powinna być

**“ Dziś chcemy przedstawić
Wam Dźwiękowy Tenis Sto-
łowy. Ostatnio beneficjenci
z Poznania mieli okazję uczest-
niczyć w zajęciach w ramach
projektu „Droga do Samo-
dzielności”, finansowanego
przez PFRON i sprawiło im to
niesamowitą radość!**

równa wysokości powierzchni stołu) oraz, co najważniejsze, dwie pary gogli z zaciemnionymi okularami. W tenisie stołowym dźwiękowym rozgrywa się zarówno zawody indywidualne, jak i deblowe czy drużynowe.

Zasady: gra polega na podawaniu piłeczki za pomocą rąk, w taki sposób, aby ta odbiła się minimum dwukrotnie na polu podającego i nie została złapana przez przeciwnika. Zawodnik rzuca piłeczkę w taki sposób, aby odbiła się najpierw na polu podającego (minimum dwukrotnie), a następnie odbijała się na polu przeciwnika.



Prawidłowa obrona to taka, gdy zawodnik łapiący piłkę nie dotknie łokciami powierzchni stołu i nie pomoże sobie w czasie łapania tułowiem, klatką piersiową, głową, nogami. Brzmi wymagająco, prawda? Dźwiękowy Tenis Stołowy to niezły trening całego ciała, a także umysłu. Ważna jest zwinność, ale i wytężenie słuchu i skupienie na zasadach.

Punkt zostaje przyznany, gdy:

- zawodnik nie wykona prawidłowego podania lub obrony
- piłeczka po podaniu przez przeciwnika nie dotknie pola zawodnika odbierającego
- przeciwnik poruszy powierzchnię gry
- zawodnik wolną ręką w czasie podania dotknie powierzchni stołu
- zawodnik podający w czasie podania zakłóci ciszę (gra odbywa się w ciszy, nie można krzyczeć)
- zawodnik nie wykona prawidłowego podania po sygnale sędziego w ciągu 10 sekund
- zawodnik poda piłkę toczoną (piłka przestaje odbijać się na polu odbierającego).

Sport, który łączy!

Dźwiękowy Tenis Stołowy jest dedykowany osobom niewidomym, ale osoby widzące również mogą brać udział w grze dzięki goglom, przez które nic nie widać. Teraz jest to bardzo popularna dyscyplina sportu, odbywają się zawody i mistrzostwa, na które przyjeżdżają zawodnicy i goście z zagranicy.

To niesamowite, ile siły i pracy trzeba włożyć, by stać się dobrym zawodnikiem. Polega się na zmyśle słuchu, co dla widzących jest nie lada wyzwaniem, dla niewidomych zaś testem swoich innych zmysłów. Dzięki zmyśle słuchu zawodnicy są w stanie powiedzieć gdzie znajduje się przeciwnik, jak się porusza.

Oby Dźwiękowy Tenis Stołowy zdobywał uznanie na świecie, bo jest to wspaniała zabawa, ale także rehabilitacja. To doskonała forma rozwoju fizycznego – rozwija procesy poznawcze i kształtuje zarówno psychikę, jak i koordynację ruchową każdego zawodnika.

Kroki stawiane w ciemności

Liliana Laske-Mikuśkiewicz



Gdyby zgasły wszystkie latarnie, z okien pobliskich domów nie odbijałoby się żadne światło, nie świeciły gwiazdy... Byłoby całkiem ciemno. Kto znalazłby drogę? Osoby niewidome nie mają żadnej lampy. Jeśli chcą być samodzielne, to muszą wziąć do ręki białą laskę i iść przed siebie, pokonując kolejne przeszkody. Niektóre tak dobrze sobie radzą, że wzbudzają powszechny podziw. Czy jednak ktoś się zastanawia, gdzie się tego nauczyły i czy było łatwo? Nie jest przecież tak, że po utracie wzroku bierze się białą kiję do ręki i zaczyna z nim wszędzie chodzić, jak gdyby nic się nie stało. Przeciwnie. Do niezależności prowadzi wyboista i kręta droga, zmierzanie się z własnym strachem. Gdy człowiek przestaje widzieć, wszystkie miejsca stają się nieznane, nawet te, do których chodził tak często, iż nieraz żartował, że z zamkniętymi oczami by tam trafił.

Ile wysiłku i determinacji trzeba, by nie wdzając pokonać jakąś trasę, wie najlepiej Joanna

Zarieczna. Od ponad trzydziestu lat służy osobom niewidomym, ucząc ich orientacji przestrzennej. Swą przygodę rozpoczynała od pracy w biurze Lubelskiego Okręgu Polskiego Związku Niewidomych. Jej ówczesny szef zaproponował, żeby poszerzyła swoje kwalifikacje.

– Pojechałam na szkolenie instruktorów orientacji przestrzennej do Bydgoszczy. Gdy założono mi na oczy gogle, bym mogła na własnej skórze odczuć jak to jest żyć bez wzroku, załamalam się. Nie umiałam nic zrobić, nigdzie trafić. Wydawało mi się, że jest to najgorsza niepełnosprawność, jaka może się człowiekowi przytrafić. Czułam, że nie dam rady, chciałam się wycofać. Myślałam wtedy o moim szefie, o tym jak nie widząc dociera sam do pracy. Co bym mu powiedziała? Było mi głupio tak po prostu zrezygnować. Z czasem, gdy poznałam zasady poruszania się z laską i zaczęłam trafiać do różnych miejsc, nabrałam pewności, że bez wzroku, choć jest straszliwie trudno, da się żyć. Pomyślnie zdałam egzamin. Byłam gotowa przyjąć wyzwanie i zacząć szkolić.

Pierwsze zlecenie nie było trudne. Grupie uczestników turnusu rehabilitacyjnego miała zaprezentować techniki, dzięki którym można się bezpiecznie poruszać. Później przyszedł czas na szkolenia indywidualne. Uczyla masażystkę samodzielnej drogi do pracy. Trasa była długa i skomplikowana, brakowało autobusów komunikacji miejskiej. Trzeba było pokonać lęk kobiety przed ruchem ulicznym. Następnie szkoliła niewidomą studentkę, w ogóle nieznającą miasta, która chciała opanować trasę z akademika na uczelnię. Były też szkolenia z osobami słabowidzącymi, którzy jeszcze nie potrzebowali używać białej laski. Chcieli wiedzieć jak sobie poradzić, gdyby wzrok się gwałtownie pogorszył. Tak na wszelki wypadek.

Pani Joanna nie ukrywa, że woli pracę z całkowicie niewidomymi, szczególnie, gdy widać efekty jej starań, kiedy osoba zdana do tej pory na innych, zaczyna samodzielnie funkcjonować, robić zakupy, rozwijać się. Nie jest tak, że sztukę orientowania się w terenie każdy jest w stanie opanować w takim samym stopniu. Zależy to od

różnych czynników: wieku, innych schorzeń, wewnętrznej odwagi. Łatwiej jest też uczyć osobę, która na jakimś etapie życia utraciła wzrok, niż niewidomego od urodzenia.

– Jest to kwestia porozumiewania się. Osoba, która nigdy nie widziała, często nie rozumie różnych pojęć i porównań, którymi się posługuję. Muszę wtedy włożyć naprawdę dużo pracy, wesprzeć tyflomapkami, bo teren jest często zróżnicowany, a trzeba wytłumaczyć, że tu będzie skrzyżowanie w kształcie litery T, tu rozwidlenie w kształcie litery Y, a za dwoma zakrętami kładka albo przejście podziemne.

Ogromny wpływ na to, w jakim stopniu dana osoba stanie się samodzielną, wywiera rodzina. Niektórzy nie chcą się szkolić, bo twierdzą, że

mają opiekę w domu i nie jest im to potrzebne. Są też tacy, którzy za wszelką cenę chcą się wyrwać spod nadopiekuńczych skrzydełek najbliższych. A potrafią oni czasami zaszkodzić...

– Miałam kiedyś kursantkę, którą mama opiekowała się w sposób nadgorliwy, a jednocześnie niezdarny. Jej strach przed wyjściem na zewnątrz był tak silny, że z mieszkania wychodziła na czworakach – tak się bała! Ciężko było ją nauczyć zejścia po paru stopniach schodów. Tutaj, niestety, nie odniosłam sukcesu. Udało mi się tę panią nauczyć jedynie drogi do pobliskiego osiedlowego sklepu i spacerów wokół bloku.

Praca instruktora orientacji przestrzennej jest bardzo odpowiedzialna, trzeba uważać, by nikomu nic się nie stało.

“ Pani Joanna nie ukrywa, że woli pracę z całkowicie niewidomymi, szczególnie, gdy widać efekty jej starań, kiedy osoba zdana do tej pory na innych, zaczyna samodzielnie funkcjonować, robić zakupy, rozwijać się. Nie jest tak, że sztukę orientowania się w terenie każdy jest w stanie opanować w takim samym stopniu. Zależy to od różnych czynników: wieku, innych schorzeń, wewnętrznej odwagi.

– Jeśli dopuszczę do zbyt wielu potknięć czy przewrócenia się, to taka osoba już mi nie zaufa, nie będzie się czuła przy mnie bezpiecznie. Pierwsze zajęcia zaczynam od pokazania technik chodzenia z białą laską. Później wybieram nieduży odcinek trasy i po wyuczeniu punktów orientacyjnych puszczam ją samą, mówiąc: będę czekać u celu, wszystko już wiesz, zobaczysz, że się uda. I prawie zawsze się udaje. Cieszę się wtedy razem z kursantem, który zaczyna wierzyć w siebie, opanowuje swoje lęki, nabiera ochoty, by iść dalej. To jest trochę podobne do narciarstwa. Najpierw instruktaż, a potem na stok i zjazdy z coraz większej góry. Są tacy, którzy po jakimś czasie nabierają takiej wprawy i odwagi, że zaczynają samodzielnie podróżować, chodzić w nieznane miejsca.

Pani Joanna przywiązuje się do swoich kursantów, przeżywa ich kłopoty i cieszy z sukcesów. Obecnie mieszka i pracuje na Śląsku. Z wieloma spośród ponad 150 ludzi, które przeszkoliła, utrzymuje kontakty. Jest dla nich przyjacielem, który zamiast użalać się nad ich losem, każe wziąć się w garść, pokazuje jak stawiać w ciemności pierwsze kroki, a potem puszcza ich samych. Niektórzy będą przemieszczać się tylko poznanymi szlakami, inni „wypłyną” na nieznane, szerokie wody. Dzięki swej instruktorce – na miarę swych możliwości – stają się niezależni.



Felieton skrajnie subiektywny

Wyzwania świątecznego stołu

Elżbieta Gutowska-Skowron

Wbrew pozorom nie zamierzam w tym felietonie skarżyć się na kulinarne wyzwania związane z ostatnimi przygotowaniami świątecznych dań. Nie napiszę więc o zmaganiach z dekorowaniem mazurków, nie napiszę o serniku, który trochę opadł, nie napiszę też o faszerowanych jajkach, chwalonych przez gości.

Napiszę natomiast o mentalnych i emocjonalnych wyzwaniach wynikających z rozmów przy świątecznym stole. Zawsze jakoś tak jest przy polskim stole, choćby nie wiem jak chciało się tego uniknąć, że rozmowa schodzi na tematy polityczne. Omijamy je, kluczymy wokół nich przez długie minuty, aż w końcu jakieś jedno słowo, jak przeklęty klucz, otwiera puszkę Pandory. I okazuje się, jak bardzo się różnimy, mimo wspólnych korzeni, tych samych skończonych szkół lub uczelni czy sielskich i rzewnych wspomnień z dzieciństwa i młodości.

Niby wiem o tym, że się różnimy, że nasz naród podzielony jest niemal dokładnie na pół, niby jestem na to przygotowana, niby teoretycznie przepracowałam temat, jednak zawsze jest to dla mnie nieprzyjemne przeżycie i gorzkie rozczarowanie, bo w gruncie rzeczy lubię swoją rodzinę, tę dalszą też, i jestem przywiązana do swoich znajomych.

A zaczyna się zwykle niewinnie. Tym razem zaczęło się od dofinansowywanych przez władze Warszawy organizacji pozarządowych o określonej proveniencji. Ktoś rzucił w przestrzeń, że to skandal, żeby dofinansowywać grubymi milionami fundacje działające na rzecz środowisk LGBT. Jest wśród nich np. fundacja, której zarząd tworzą organizacje wspierane przez sklep z artykułami erotycznymi przeznaczonymi dla osób LGBT. W odpowiedzi ktoś inny rzucił w przestrzeń wytarty do cna argument, że to samo dzieje się po drugiej stronie, bo minister Przemysław Czarnek dofinansowuje „swoje” fundacje, a premier Mateusz Morawiecki dofinansował partię Kukiz’15, by jej członkowie głosowali w Sejmie tak, jak oczekuje partia rządząca.

W tym momencie nie wytrzymałam i też rzuciłam w przestrzeń, że jest przecież pewna różnica – dla mnie ogromna – między fundacjami, które wspierają meandry ideologii LGBT a fundacjami działającymi np. na rzecz osób z niepełnosprawnościami, i to takimi fundacjami, które dotąd nie miały żadnych szans na otrzymanie wsparcia. Próbowałam też wyjaśnić, że środki przyznane przez premiera nie były przeznaczone na partię Kukiz’15, tylko na fundację „Potrafisz Polsko!”, związaną z Pawłem Kukizem, do wykorzystania na zadania związane z propagowaniem demokracji bezpośredniej. W tym momencie zostałam niemal zakrzyczana. Tak bowiem reaguje ta druga połowa Polski na racjonalne argumenty. Usłyszałam ponadto, że powinnam być bardziej otwarta. Zaprotestowałam, bo jestem otwarta, otwarta na argumenty, których brak. Nie chcę natomiast być otwarta na jakieś chore emocje.



O reszcie emocjonalnych argumentów drugiej strony barykady powinnam zamilczeć, ale chyba nie chcę. Samoloty dla państwowych VIP-ów to wyrzucanie pieniędzy, można latać liniowymi, przekop Mierzei Wiślanej bez sensu, podatki są za wysokie, najlepiej żeby w ogóle ich nie było. Na moje spokojne stwierdzenie, że skoro zgodziliśmy się na demokrację i na państwo w ogóle, musimy je z czegoś utrzymać, odpowiedź była jedna – jest za drogo, jest źle, w podtekście, a w zasadzie otwartym tekstem, standardowe – wszystkiemu winien jest Jarosław Kaczyński.

W pewnym momencie, na fali totalnego rozczarowania, pomyślałam o czymś bardzo obraźliwym i może nie do końca adekwatnym do sytuacji. Dotarło do mnie z niezwykłą ostrością – tak, właśnie w taki sposób Izraelici wydali Chrystusa na śmierć, wybierając uwolnienie Barabasa. Skarciłam siebie bardzo szybko za taką hiperbolę, uświadamiając sobie jak przesadnie nazywam sytuację. Ale po skarceniu przyszła refleksja, że jednak coś w tym jest.

Bo choćby nie wiem jak wiele robiło się także przecież dla tej opozycyjnej połowy Polski, choćby powstawały nowe programy typu 500+, tysiące kilometrów nowych dróg, setki nowych mostów, przekopów mierzei, tuneli pod dnami rzek, inwestycji w ochronę zdrowia, w podnoszenie zdolności militarnych, obniżanie podatków itp., znalazłoby się te blisko 50 procent społeczeństwa, które powie – pod rządami Prawa i Sprawiedliwości w Polsce jest dramat, wszystko się wali, cofamy się w rozwoju, panuje zamordyzm, brak praworządności, drożyzna i dziesięć plag egipskich, i wybraliby tych, którzy już rządzą. Jakie były te rządy? Ja pamiętam dobrze, przedstawiciele tej drugiej, opozycyjnej połowy Polski, chyba zapomnieli.

Państwo z dykty, wojsko w rozkładzie, samoloty-trumny dla państwowych VIP-ów, powtarzane w kółko frazesy o braku pieniędzy, rozkradzione OFE i samozadowolenie rządzących. Warto uruchomić pamięć. Tak było zaledwie osiem lat temu.

Nie każdy bohater nosi białą laskę

Tomasz Matczak

To jest dobry czas dla osób niepełnosprawnych. Niektórzy powiadają, że bardziej adekwatne jest mówienie o osobach z niepełnosprawnością, bo pierwszy zwrot niejako podkreśla, że niepełnosprawność kreuje osobę, łącząc się z nią nierozdzielnie, co nie podoba się poprawnym politycznie. Drugie wyrażenie wyraźnie oddziela osobowość od niepełnosprawności, podkreślając ich integralność. „Być niepełnosprawnym” brzmi dyskredytująco, a „mieć niepełnosprawność” – dumnie. Językowa miazga i nic więcej! Nic więcej!

Dlaczego to dobry czas? Nie tylko oswoiiliśmy niepełnosprawność, pozwoliliśmy jej wyjść z domu, rehabilitować się, odbraćowaliśmy i „odpotworzyliśmy”, ale nadaliśmy jej blask, niepowtarzalną aurę niezwykłości w najlepszym tego słowa znaczeniu i odziliśmy w splendor, o którym nasi dziadkowie mogli tylko pomarzyć. Niemalże całkiem zniknęły z języka takie określenia jak: nieszczęśliwy, nienormalny, upośledzony, kaleka, ułomny czy inwalida. W ich miejsce tworzymy nowe, inkluzywne pojęcia, bardziej okrągłe, adekwatne i niewykluczające. Wmawia się społeczeństwu i to z sukcesem, że człowiek niepełnosprawny jest taki sam jak inni. Social media stały się miejscem promocji osób niepełnosprawnych. Tyfloinfluencerzy roztaczają przed całym światem wizję rzeczywistości, udowadniając swoją niezależność, siłę, moc i zaangażowanie. W zasadzie wszystko umiemy, wszystko potrafimy i wszystko ogarniamy. Jesteśmy tacy sami jak pełnosprawni.



No nie, nie jesteśmy! Nie jesteśmy i może w końcu powinniśmy to zrozumieć? Zamiast gonić za tanią sensacją, że obsługujemy smartfony, poruszamy się samodzielnie czy gotujemy, czas spojrzeć prawdzie w oczy. Tyle, że nie spojrzymy, bo nie widzimy...

Czy jestem wywrotowcem? Jakimś kretem, może opłacanym przez kogoś degeneratem, który kopie pod sobą dołki lub ucina gałąź, na której siedzi? Pewnie dla niektórych tak. A ja tylko chcę powiedzieć o tym, że nigdy nie pojadę samochodem po żonę, która wybrała się na babski wieczór, nie pójde na spacer bez białej laski, nie przeczytam menu w restauracji bez pomocy aplikacji i nie zrobię wielu rzeczy. Czy zatem jestem taki sam jak inni ludzie? Nie jestem. Czy to znaczy, że jestem gorszy? Nie, oczywiście, że nie!

To tylko znaczy, że nie jestem taki sam, albo że nie jestem taki, jak chciałbym, lub nie taki, jak chcą mi wmówić tyfloinfluencerzy. To znaczy, że

“ Tyfloinfluencerzy roztaczają przed całym światem wizję rzeczywistości, udowadniając swoją niezależność, siłę, moc i zaangażowanie. W zasadzie wszystko umiemy, wszystko potrafimy i wszystko ogarniamy. Jesteśmy tacy sami jak pełnosprawni.

No nie, nie jesteśmy! Nie jesteśmy i może w końcu powinniśmy to zrozumieć? Zamiast gonić za taną sensacją, że obsługujemy smartfony, poruszamy się samodzielnie czy gotujemy, czas spojrzeć prawdzie w oczy. Tyle, że nie spojrzymy, bo nie widzimy...

mogą zająć prozaiczne okoliczności, że wyczerpie mi się bateria w smartfonie lub złamię białą łaskę i wtedy nagle opada maska superbohatera, który mimo dysfunkcji tyle potrafi!

Empatia – tak, gloryfikowanie – nie. Gdyby uprzątnąć świat z elektrycznych hulajnóg, gdyby wprowadzić pod karą śmierci nakaz opisywania wszędzie i zawsze zdjęć oraz grafik, gdyby wy-móc konieczność opatrzenia audiodeskrypcją wszelkich produkcji wizualnych, gdyby udźwiękować wszystkie przejścia dla pieszych, gdyby na każdego niewidomego pasażera przypadał osobisty asystent, gdyby, gdyby, gdyby... Wtedy świat byłby rajem!

A zastanowił się ktoś, co jest naszym pierwotnym grzechem? Moim zdaniem to, co zawsze: ego. Poczucie własnej doskonałości, przeświadczenie o tym, że wszystko potrafimy i przekonanie o nieomyślności w sprawach dotyczących nas samych – oto nasz grzech pierwotny. Oto, co sprawia, że raj nie jest rajem, a w zasadzie jest, ale rajem utraconym. Niby wszystko możesz, umiesz, potrafisz, więc po co ci asystenci, po co te wszystkie filmiki edukacyjne, aby na przykład informować o numerze zatrzymującej się linii? Wystarczy, że nagle tramwaj, którym jedziesz, zepsuje się na środku drogi – przestajesz być bohaterem i szukasz pomocy u ludzi. Gdyby jechał zgodnie z planem, to mógłbyś



dalej nosić pelerynę, prawda? Sęk w tym, że nie zawsze wszystko idzie zgodnie z planem. I co wtedy? Paradujesz z puszką WOŚP po ulicy zbierając datki, a wrzuciłeś coś do niej? A może nie musisz, bo przecież jesteś niewidomy...

Mam wrażenie, że kiedyś cała ta pełna blasku otoczka niepełnosprawnych bohaterów odbija nam się czkawką. Pewnego dnia nikt nie powie nam jaki przyjechał tramwaj, bo ktoś na YouTube poinformuje społeczeństwo, że to niepotrzebne, gdyż niewidomi radzą sobie sami, bo są tacy świetni i tacy ogarnięci. Może się mylę. Tak, to prawdopodobne. Nigdy nie twierdziłem, że mam rację. To tylko luźne uwagi, spostrzeżenia, obserwacje. Wolę jednak słuchać ludzi, którzy nie twierdzą, że mają patent naprawdę, niż takich, którzy uważają się za nieomyślnych.



Tyfloturysta. Apteczka z organizerem

Pogoda

Od ładnych kilku lat podczas moich codziennych spacerów, wyjść do sklepów czy innych wojaży nie rozstaję się z plecakiem, w którym poczesne miejsce zajmuje m.in. apteczka pierwszej pomocy.

Wychodzę z założenia, że w razie konieczności będę mógł udzielić sobie pomocy w oparciu o jej wyposażenie i posiadaną wiedzę, zanim nadjedzie ambulans. Lub też w miarę możliwości będę mógł pomóc innym ludziom potrzebującym wstępnej opieki. Używam apteczki, której pudełko ma atest UE i jest wykonane z trwałego

solidnego tworzywa zabezpieczającego jej zawartość przed uszkodzeniem. Apteczki tej kategorii mają jednak pewną wadę, która moim zdaniem nie pozwala na szybkie i skuteczne użycie wyposażenia. Umieszczone w niej środki opatrunkowe, nożyczki, termometr, krople itp. przemieszczają się w czasie ruchu, co powoduje bałagan po otwarciu. Trzeba w nim szybko odszukać i użyć tego, co w danej chwili jest niezbędne... Dostrzegam jednak rozwiązanie tego mankamentu i mam nadzieję, że zainteresują się nim producenci apteczek pierwszej pomocy. Gdyby zamontować w pudełku na pionowej prowadnicy cienkie, trwałe przegródki, to można by ułożyć na nich wyposażenie w odpowiedniej kolejności. Po otwarciu pudełka wszystko byłoby na swoim miejscu i po użyciu tego, co niezbędne, mogłoby na nie wrócić. Przegrody w pudełku można by dowolnie konfigurować w zależności od potrzeb. Zdaję sobie sprawę, iż takie opakowanie apteczki nowej generacji będzie miało wyższą cenę, lecz nie powinna być ona zaporowa, a dzięki temu będą z niej mogli korzystać wszyscy – nie tylko osoby sprawne inaczej.

Perspektywa

Diana Kolbert



Jestem osobą widzącą, pełnosprawną, przynajmniej tak o sobie myślałam, dopóki nie poznałam pewnego fantastycznego mężczyzny, który jest niewidomy od urodzenia. Nagle się okazało, że pomimo tego, że widzę, nie dostrzegałam szeregu barier jakie dotykają osoby w moim

otoczeniu. Były dla mnie zupełnie niewidoczne. Jak łatwo można funkcjonować korzystając ze wszystkich zmysłów, tego nie docenia się tkwiąc w swojej bańce. Pomimo szerokiego dostępu do informacji trudno było mi znaleźć wartościowe źródło wiedzy na temat życia, funkcjonowania i możliwości, z których mogą korzystać osoby niewidome. Na żadnym etapie edukacyjnym w moim życiu nikt nie pokazał mi jak należy postępować spotykając osoby niepełnosprawne. Mimo że staram się kierować szacunkiem do drugiego człowieka, z reguły pozytywnie podchodzę do innych, nie byłam przygotowana na to jak właściwie się zachować. Z jednej strony miałam chęć niesienia pomocy, ale z drugiej nie wiedziałam czy aby nie urażę osoby, którą na siłę chciałam uszczęśliwić. A przecież wystarczy chwila otwartości i zwykłej rozmowy, żeby dowiedzieć się jakie potrzeby ma ta druga osoba. Na szczęście świadomość społeczna rośnie, akcje informacyjne prowadzone przez różne stowarzyszenia docierają nawet do małych miejscowości. Wiejskie szkoły obejmowane są ich patronatem, co cieszy i daje nadzieję, że dzieci będą mogły empatycznie i bez barier podchodzić do swoich rówieśników. Szczególnie mocno jednak powinno się kłaść nacisk na budowę społeczeństwa obywatelskiego. Jeśli uda się pokazać już we wczesnych latach edukacji, że warto organizować się we wspólnotę, łatwiej będzie razem funkcjonować. Czasem proste gesty, jak odkładanie elektrycznej hulajnogi na miejsce, a nie porzucenia jej na środku chodnika, może uczynić nasz świat znacznie bezpieczniejszym. Nie zwracałam uwagi na takie sprawy jak wyrwa w chodniku, brak oznaczeń przejścia dla pieszych czy szeroko pojęta dostępność, kiedy mnie to bezpośrednio nie dotyczyło. Zwykle wyjście do restauracji, wysłanie paczki czy zakupy mogą być sporym wyzwaniem i trudno sobie poradzić bez elementarnej ludzkiej życzliwości. Teraz dostrzegam to wyraźnie i bardzo chciałabym, żeby każdy dał choć trochę od siebie, to nie są szczególne akty poświęcenia, a drobne codzienne życzliwości. Mam wrażenie, że właśnie w dzisiejszych czasach brakuje bezinteresownej troski o otoczenie, a mogłoby być nam wszystkim o wiele łatwiej.

Awaria koła nie przeszkodziła w dotarciu do celu

Agnieszka Grądzka-Wadych, Jarosław Wadych

Z Markiem Kalbarczykiem zazwyczaj spotykamy się w Warszawie lub kontaktujemy zdalnie. Tym razem było inaczej, gdyż przybył do naszego rodzinnego Torunia. W sercu pięknego Starego Miasta, a ściślej w Centrum Kultury Dwór Artusa, zawitał w towarzystwie asystentki Temidy, by spotkać się z czytelnikami swoich książek i osobami zainteresowanymi problematyką niepełnosprawności wzroku. Spotkanie odbyło się w ramach projektu „Widzę dotykem i słuchem” – kampanii promującej czytelnictwo niewidomych, dofinansowanej ze środków Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego.

Jak dojechać bez koła?

Współzałożyciel i Prezes Fundacji Szansa dla Niewidomych opowieść rozpoczął od podzielenia się wrażeniami z podróży. Osiem kilometrów przed metą i na godzinę przed planowym rozpoczęciem spotkania pojawiła się nieoczekiwana przeszkoda – auto prowadzone przez Temidę miało awarię koła. Przygoda ta jednak nie mogła przeszkodzić w dotarciu do obranego celu.

– Od czego ma się przyjaciół? – zadzwoniliśmy do mieszkającego w Toruniu Macieja Motyki, pracownika mojej firmy tyfłoinformatycznej Al-tix, który przyjechał i przywiózł nas tutaj – mówił pan Marek. Następnie opowiedział o znaczących faktach ze swojego życia – utracie wzroku, edukacji, przyjaźniach i napisanych przez siebie książkach.

Sprawy osób z niepełnosprawnościami

Zdaniem prelegenta osobom z niepełnosprawnością będzie lepiej, kiedy będzie lepiej wszystkim. Nie ma innego rozwiązania. To, że niewidomym żyje się dziś lepiej niż kiedyś, wynika z ogólnego postępu – poprawił się stan



dróg i chodników, powstały różnego rodzaju rozwiązania techniczne. Prezesowi Fundacji leży na sercu integracja osób z niepełnosprawnością z pełnosprawnymi i poprawianie dostępności niewidomych do wszystkiego, np. do informacji czy obiektów.

– Temat ten wiąże się z moją rodziną, przyjaciółmi, współpracownikami – mówił. – Myślimy o świecie równych szans i możliwości. Rzeczy, które pomagają niewidomym, często służą też innym. Przykładem są makiety dotykowe dla niewidomych, z których wiedzę chętnie czerpią też osoby widzące.

Dodajmy, że Fundacja obecnie zmienia nazwę z Fundacja Szansa dla Niewidomych na Fundacja Szansa – Jesteśmy Razem, by integrować osoby z różnymi niepełnosprawnościami z osobami pełnosprawnymi.

Różnorodna tematyka

Pan Marek jest matematykiem i informatykiem, autorem podręczników do matematyki dla dzieci niewidomych, ale w pewnym momencie zaczął pisać też innego typu książki.

– Zacząłem tworzyć poradniki „nieporadne”, między innymi o podróżowaniu po Polsce – po różnych województwach, regionach – kontynuował pan Kalbarczyk. – Jedna z tych pozycji opowiada o regionie, w którym się znajdujemy i nosi tytuł „Między Toruniem a Bydgoszczą”. Opisuję w niej różne miejscowości rejonu, oczywiście od strony osoby niewidomej. Nie są to przewodniki jakich wiele, są inne, dlatego nazwałem je, może trochę przekornie – „nieporadnymi”. Mogą służyć niewidomym i niedowidzącym, a osoby bez dysfunkcji wzroku zapoznają się w nich z innym podejściem do zwiedzania.

Potem odważyłem się napisać opowiadanie na 60 stron. Razem z nim zamieściłem porady rehabilitacyjne i 20 wywiadów – z moimi współpracownikami i działaczami na rzecz niewidomych w naszym kraju. Wśród nich była m.in. pani Zofia Morawska, która była szefową Ośrodka dla Niewidomych w Laskach pod Warszawą. Ten

ośrodek to cudowne miejsce – gdybym tam nie trafił, nie byłbym tym, kim jestem, nie byłbym sobą, nie byłbym zadowolony z życia. Uczyłem się w Laskach 4 lata i jakich ja tam ludzi spotkałem, to jest coś nieprawdopodobnego!

Później była powieść

– To pierwsze opowiadanie rozbudziło marzenie, żeby pisać. Pomyślałem: muszę napisać książkę, która już nie będzie poradnikiem „nieporadnym”, ale będzie prawdziwą beletrystyką. Zapragnąłem napisać coś większego i tak powstała powieść na ponad 500 stron – „Ich trzecie oko”. Występuje w niej czterech niewidomych bohaterów, mających swoje pierwowzory w życiu realnym. Pierwszy pierwowzór to Janusz Skowron, wybitny pianista jazzowy, który był związany z zespołem String Connection, z Krzesimirem Dębskim i Tomaszem Stańko. Był ze mną w piątej klasie szkoły podstawowej w Laskach. Oczywiście bohater to nie Janusz, ale jest bardzo do niego podobny – ma podobny język, zachowania, umiejętności. Od urodzenia też nic nie widzi.

Drugi pierwowzór był fajnym rozrabiaką na swoim osiedlu – warszawskim Rembertowie. Kiedy miał 12 lat wpadł na pomysł, by zobaczyć jak wybuch niewypał w lesie. Z kolegą z klasy wsadzili ten niewypał do ogniska i czekali za drzewami na rozwój wypadków. Gdy ognisko już zgasało i nic nie wybuchło, podeszli sprawdzić co się dzieje. I wtedy nastąpiła eksplozja. Kolega stracił życie, a Andrzej wzrok... Po wyjściu ze szpitala przyjechał do Lasek i wkrótce okazał się być najśmieszniejszy z całej naszej klasy. Po prostu spotykało się go i natychmiast pękało ze śmiechu!

Trzeci bohater stracił wzrok gdy miał 13 lat. Jego pierwowzór, Witold Kondracki, matematyko-fizyk, miał ciotkę chemikę. Przynosiła do domu różne substancje, a Witek przeprowadzał doświadczenia. Wybuch podczas jednego z eksperymentów spowodował utratę wzroku. Mimo tego był on później najlepszym uczniem w liceum, a następnie studiował jednocześnie matematykę i fizykę na dwóch odległych wydziałach Uniwersytetu Warszawskiego. Był tak zdolny, że natychmiast po ukończeniu studiów rozpoczął

pracę w Instytucie Matematyki Polskiej Akademii Nauk. Bohater książkowy, Adam, przypomina Witka z jego odwagą i pomysłowością, w czasie stanu wojennego przechowującego opozycjonistów, m.in. Henryka Wujca.

Czwarty przypomina mnie. Nie wpadłem na dziwne pomysły typu niewypał albo chemia, ale miałem pecha... Po mamie miałem tendencje do coraz słabszego widzenia, a na skutek kilku kolejnych wypadków – uderzenie w oko śnieżką, piłką, łokciem – stopniowo traciłem wzrok. W wieku 13 lat straciłem go ostatecznie.

Czy człowiek niewidomy może być szczęśliwy?

– Tym wszystkim ludziom, realnym pierwowzoram bohaterów książki „Ich trzecie oko”, żyło i żyje się cudownie! – mówi Marek Kalbarczyk. – Wszyscy mamy trudności, kłopoty – rodzinne, zdrowotne, a zdarzają się psychiczne. Różnie bywa. Potem jednak przychodzi górką, na którą warto czekać. W dołku trzeba pamiętać, że są te góry. Życie jest cudownym zjawiskiem! Osobom zdrowym najlepiej pokazują to niewidomi

i osoby z innymi niepełnosprawnościami. Wystarczy umieć z niego korzystać. Być razem, działać, otworzyć się na świat i czerpać korzyści z tego, co jest dookoła.

Nie tylko wzrok

Niewidomi mogą się fascynować zmysłem dotyku oraz słuchu, widzieć dotykiem i słuchem. Kiedy tak do tego podchodzę, to nie brakuje mi wzroku. Nad morzem nie widzę fal, statków, łódeczek, mew i innych ptaków, a także piasku i muszelek. Mógłbym pomyśleć – szkoda, że nie widzę... Chwilę później mam jednak dźwiękowe widowisko. Żona się wycisza, inni też, a ja się otwieram i słucham. Odczuwam coraz bardziej i bardziej. Czuję, że pachnie, bo się otwieram na to. Uwrażliwiam stopy i inne części ciała. Czuję piasek pod nogami. To co mamy, co dostaliśmy od Boga, jest nieprawdopodobnie piękne! A my często się na to zamykamy.

Działalność Matki Czackiej

W dalszej części spotkania autorskiego pojawił się ponownie temat ośrodka w Laskach i jego założycielki Matki Elżbiety Róży Czackiej, która



straciła wzrok na skutek upadku z konia. Ponieważ pochodziła z bogatej rodziny – lekarz, który zdiagnozował, że nie uda się już odzyskać widzenia podpowiedział jej, by wykorzystała swój majątek, energię i wiedzę do pomocy osobom niewidomym. Hrabianka wstąpiła do zakonu i dalej pomagała – nie tylko rozwijając ośrodek w Laskach, ale miała też swój wkład w rozwój pisma brajla poprzez dostosowanie go do języka polskiego i wprowadzenie skrótów.

Czas na pytania

Pod koniec spotkania Marek Kalbarczyk zapytał co jeszcze ciekawi uczestników z tematyki przez niego poruszanej. Padło pytanie: Wiem, że grywa Pan w ping ponga, a także na gitarze. Czy może Pan o tym opowiedzieć?

– Jeździliśmy na wczasy – rozpoczął prelegent.
– Ludzie grali w ping ponga. Denerwowałem się, że oni mogą grać, a ja nie. Postanowiłem więc się nauczyć. W domu na potrzeby gry

zaadaptowałem ławę. Ustaliłem też zasady gry – osoba widząca musi prowadzić piłeczkę tak, aby odbiła się 3 razy o stół, co pozwoli osobie niewidomej zlokalizować słuchowo tor jej lotu i odbić piłeczkę. Rozpropagowałem tę formę ping ponga wśród osób niewidomych i ich bliskich. Sam najczęściej grywam z synami i przyjaciółmi. Co do muzyki, to jestem samoukiem. Gdy byłem w szóstej klasie i straciłem wzrok, ciocia kupiła mi w prezencie gitarę. Zaczęłem amatorsko na niej grać. Mówi się, że niewidomi ze względu na wyczulony słuch często są uzdolnieni muzycznie. W szkole podstawowej zacząłem grać z Januszem Skowronem big beat. W liceum grałem muzykę rockową i koledzy nazywali mnie polskim Hendrixem. Moją grę na gitarze słyszał w nagraniu hymnu polskiej społeczności niewidomych „Widzieć więcej”, do którego muzykę napisała Lidia Pospieszalska, a słowa – Jacek Cygan.

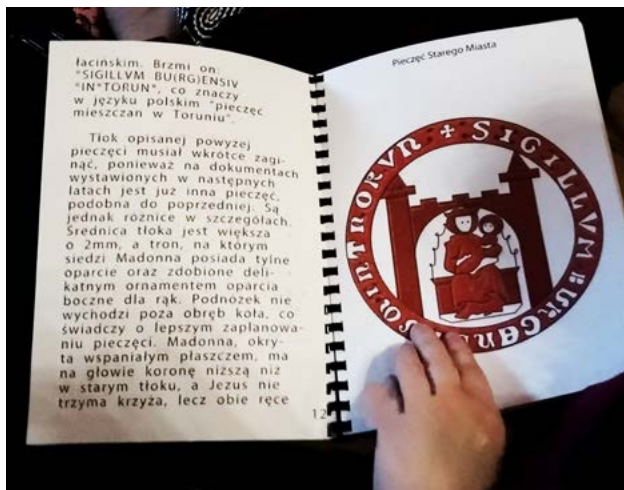
– Czy jest tak, że niewidomym, mimo braku widzenia, pewne rzeczy i zjawiska kojarzą się z tymi samymi barwami co osobom widzącym? – padło kolejne pytanie, tym razem nawiązujące do książki „16 kolorów w talii”.

– To prawda – brzmiała odpowiedź. – Dzieje się tak dzięki przekazowi kulturowemu, np. o słońcu mówimy i słyszymy, że jest gorące i żółte. Zwycięstwo czy jakiś nadzwyczajny wyczyn natomiast kojarzy się z kolorem złotym, bo zwycięzcy wręcza się złoty medal.

Pozytywne refleksje

Podczas wizyty w Dworze Artusa słuchacze mogli zapoznać się z książkami w druku transparentnym, w których na tekst czarnodrukowy nałożona jest specjalna przezroczysta folia z tekstem brajlowskim. W zaprezentowanych przewodnikach znajdowały się też tyflografiki, np. makieta zamku przedstawiona rysunkowo z wyczuwalną pod palcami strukturą.

Po wystąpieniu autora zapytaliśmy niektórych uczestników spotkania o wrażenia. Katarzyna Makowska przybyła na spotkanie z córką Zofią:





Podczas wizyty w Dworze Artusa słuchacze mogli zapoznać się z książkami w druku transparentnym, w których na tekst czarnodrukowy nałożona jest specjalna przezroczysta folia z tekstem brajlowskim.

– Pracuję na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Zespole do Spraw Studentów Niepełnosprawnych i dostałam zaproszenie na spotkanie od Macieja Motyki z firmy Altix. Towarzyszy mi córka – zależało mi, żeby poznała to środowisko. Podała jej się. Było bardzo sympatycznie. Miło spędziłyśmy czas dowiadując się jak to środowisko funkcjonuje i jak my możemy pomóc, na przykład niedowidzącym i niewidomym studentom.

Pan Marek Kalbarczyk potrafił zachęcić i też nie zniechęcić do tego środowiska. Nieraz nam, osobom widzącym, trudno zrozumieć ograniczenia osób niewidomych i niedowidzących. Takie spotkanie z osobą, która mówi: jestem normalnym człowiekiem, takim jak wszyscy – pomagają zmienić nastawienie.

Podobają mi się makiety dotykowe obiektów czy obszarów miast, bo pokazują jak wygląda np. Starówka, jak można się gdzieś dostać – i to też jest fajne. Te wszystkie drogowskazy, które również robimy na uczelni, mapy, itd. służą nie tylko osobom z niepełnosprawnościami, są dla wszystkich.

Było tak rodzinnie, jak zawsze w tym środowisku. Na zjeździe pełnomocników też zawsze mamy ciepłą, miłą atmosferę. Wszyscy się znamy, zwracamy się do siebie po imieniu. Nie jest sztywno. To środowisko jest super! Zawsze mówię: jeżeli chcesz się dobrze czuć, spotkaj się z nami na zjeździe.

Paulina Warnel-Koziarska pracuje w oddziale Fundacji w Bydgoszczy:

– Pracuję w Tyflopunkcie Fundacji od niedawna i do tej pory znałam Pana Prezesa tylko z rozmów telefonicznych, a teraz mogłam spotkać go osobiście. Co więcej, mogłam poznać szefa od strony twórczej, gdyż przybliżał nam napisane przez siebie książki. Było ciekawie. Pan Marek ma w sobie pogodę ducha, swobodnie się czuje, mimo że nie widzi. Kiedy np. spadł mikrofon, nie wytrąciło go to z równowagi. Jednocześnie na spotkaniu zauważyłam, że osoby które znają pana Marka dłużej, jak Maciej Motyka, umieją dobrze wyczuć czego potrzebuje i np. podprowadzić w odpowiednim momencie. Ja dopiero się tego uczę z osobami niewidomymi.

Grażyna Pazdyka, która pracuje w Bibliotece Głównej Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, komentuje:

– Pan Marek Kalbarczyk opowiadał tak barwnie, że jego słowa oddziaływały na wyobraźnię. Było to bardzo budujące. Ma miły głos i osobowość. Jest optymistyczny. Dobrze się go słucha. Uderzyło mnie, że bardzo dużo życia ma w sobie, pogody ducha i radości. Wydawać by się mogło, że człowiek niewidzący może być przygaszony, a tu coś odwrotnego! Ta energia, chęć życia – to jest wspaniałe! Pierwszy raz zetknęłam się z osobą, która całkowicie nie widzi. Posłuchałam o funkcjonowaniu prelegenta i naprawdę bardzo się cieszę. Bardziej mi uświadomił, chociaż niby wszyscy to wiemy, że u człowieka niewidomego rozwijają się mocno inne zmysły. Jednak inaczej rozumiałam to, kiedy tak obrazowo opowiedział na przykładach. Dobrze, że wspominał też o Laskach – był czas, kiedy czytałam o tym miejscu, między innymi w związku z działalnością kardynała Wyszyńskiego. Jestem bardzo zadowolona i podbudowana. Cieszę się, że tu przybyłam.

Podsumowanie

Stwierdzamy, że im więcej będzie spotkań i książek powiązanych z tematyką niepełnosprawności, tym bardziej rozszerzy się wiedza społeczeństwa na ten temat i zmieni się postrzeganie osób sprawnych inaczej.

Niewidomi przekraczają kolejne granice – ćwiczą Jyrki Saario Defendo

Radostaw Nowicki



– Kluczowa jest kwestia charakteru i zaangażowania w treningi danej osoby, bo żeby nauczyć się tego systemu, trzeba twardo i regularnie trenować. Sam wielokrotnie musiałem zaciskać zęby i przekraczać swoje możliwości, aby móc powiedzieć, że daję radę – powiedział Dawid Gwoździk, niewidomy bełchatowianin, który od kilku miesięcy pod okiem Przemysława Kroka trenuje system walki Jyrki Saario Defendo.

Jyrki Saario Defendo to europejski system samoobrony zawierający elementy europejskich sztuk walki, jak np. zapasy Głina i techniki z systemów walk z innych części świata. Jego twórcą jest pochodzący z Finlandii Jyrki Saario, który przez prawie 40 lat trenował między innymi: kickboxing, boks, różne style karate, krav magę, judo, muay thai, grappling, wing chun, kyusho i na bazie swojego doświadczenia stworzył zupełnie nowy system. Choć jest nowoczesny, to jego korzenie sięgają starożytności. Opiera się na technikach wywodzących się z podstawowych reakcji obronnych w wypadku rzeczywistego zagrożenia. Dużą rolę odgrywa w nim psychologiczne podejście do strachu, stresu i poczucia zagrożenia oraz tego jak wykorzystać te elementy, kiedy przetrwanie zależy od własnej siły fizycznej.

Radostaw Nowicki: Wydawać by się mogło, że osoby z dysfunkcją wzroku pewnych rzeczy nie są w stanie zrobić, ale przesuwają kolejne bariery. Dlaczego niewidomi, choć na razie nieliczni, coraz chętniej garną się do trenowania sztuk walki i systemów obronnych?
Dawid Gwoździk: Pewnie każdy ma swoją indywidualną motywację do rozwijania się w tym

“ **Jyrki Saario Defendo to europejski system samoobrony zawierający elementy europejskich sztuk walki, jak np. zapasy Glina i techniki z systemów walk z innych części świata. Jego twórcą jest pochodzący z Finlandii Jyrki Saario, który przez prawie 40 lat trenował między innymi: kick-boxing, boks, różne style karate, krav magę, judo, muay thai, grappling, wing chun, kyusho i na bazie swojego doświadczenia stworzył zupełnie nowy system.**

kierunku. Ze względu na swoją budowę na początku zacząłem trenować ciężary. Chciałem też ćwiczyć sztuki walki, bo nigdy nie byłem brany pod uwagę jako prawdziwy facet, bardziej jako osoba, której trzeba pomóc, współczuć czy przeprowadzić na drugą stronę ulicy. Chciałem pokazać, że mimo, że nie widzę, mogę być twardym gościem, który nie tylko pogada, ale także na przykład na ulicy będzie w stanie obronić siebie albo kogoś innego.

RN: Czyli można powiedzieć, że początkowo przez problem ze wzrokiem ucierpiało pana „ego”?

DG: Raczej tak. Nawet ostatnio pewna osoba, która pracuje ze mną, podziwiała mnie jak ja sobie fajnie radzę idąc prostym korytarzem. Dla mnie to nie jest nic nadzwyczajnego. Chodzi mi o to, że ludzie zachwycają się zwykłymi rzeczami, a ja chciałbym pokazać, że nie zwraca się na nie

uwagi w przypadku osób widzących. Wolałbym być normalnie traktowany. Zależy mi na tym, aby w moim przypadku zwracano uwagę na takie rzeczy, które są godne zwrócenia uwagi.

RN: I stąd wzięła się chęć trenowania Jyrki Saario Defendo?

DG: Tak, tym bardziej, że jest to dość twardy system walki. Z kilku sztuk walki zostały wyselekcjonowane techniki, które są skuteczne, natomiast wyeliminowano te, które są niepewne. Stąd wziął się system walki Jyrki Saario Defendo. Jest dosyć dużo walki w parterze, duszenia, dźwignie, obalenia, rzuty, kopnięcia, uderzenia kolanami, pięścią oraz różne chwytty przygotowujące do walki bez uwzględniania zasad sportowych. Dużo jest elementów z boksu tajskiego, a techniki uderzeń rękami są bokserskie.

RN: Ten system obronny pojawił się jako zapotrzebowanie na przeciwdziałanie agresji społecznej?

DG: W Polsce jest to dość nowy system. O ile pamiętam, jest on trenowany u nas od 2009 roku. Jego twórcą jest Jyrki Saario. Trenował on wcześniej różne sztuki walki, w tym nawet krav magę. Stworzył jednak europejski system, który jest dobry i skuteczny. Przydaje się nawet na ulicy. Wiadomo jakie są czasy. Czasami można oberwać za to, że znalazło się w niewłaściwym miejscu i o niewłaściwej porze. Warto znać podstawy takiego systemu walki. Daje on duże możliwości obronne. Wiadomo, że nie ma odpowiedzi na wszystko, bo nie istnieje idealny system walki, ale najlepiej umieć coś, co daje jak najwięcej skuteczności.

RN: Czy zgodzi się pan, że takie elementy jak prostota i minimalizm są wyróżnikami Jyrki Saario Defendo?

DG: Tak. Ten system w dużym stopniu polega na odruchach. Jak coś się dzieje, to chodzi o to, aby reakcja organizmu była jak najbardziej naturalna. Wiadomo, że po kilku treningach nikt od razu nie stanie się wojownikiem, bo tak dzieje się tylko w filmach. W Jyrki Saario Defendo istnieje jedna odpowiedź na różne zachowania. Nie ma tutaj rywalizacji sportowej, w której punktuje się

przeciwnika. Za to dąży się do sytuacji, w której uzyskuje się maksymalną kontrolę nad przeciwnikiem i zakończenia walki jak najszybciej.

RN: Ile trwają treningi i na czym one polegają?

DG: Treningi odbywają się dwa razy w tygodniu. Trwają godzinę, czasami trochę dłużej. Za każdym razem pracujemy w parach, czasami z tarczą, innym razem bez niej. Zawsze jest kontakt z przeciwnikiem. Treningi są intensywne, aby poczuć siłę przeciwnika, żeby nie bać się jej na ulicy i umieć wykorzystać swoje umiejętności w sytuacji, w której przeciwnik napiera. Chodzi o to, żeby uniknąć takiej sytuacji, w której będziemy robili coś lekko na treningu i nabierzemy takiego odruchu i na ulicy też wykonamy dany element lekko. Na treningach oswajamy się z tym, że drugą osobę można uderzyć, odepchnąć, rzucić na matę. Zmieniamy się cały czas w parach. Dajemy sobie opór. Jedna osoba utrudnia drugiej zadanie, żeby zmusić ją do wysiłku i pracy.

RN: Czy nie było obaw ze strony trenera, aby dopuścić pana do ćwiczeń z osobami widzącymi?

DG: Właśnie nie i to było bardzo fajne. Na pierwszym treningu ćwiczyłem w parze z trenerem. Miał kilka pytań na początku, obserwował mnie na treningu, a na kolejnym byłem już w parze z innymi ćwiczącymi.

RN: Czyli pana dysfunkcja nie była dla trenera problemem?

DG: Na szczęście nie. Zauważyłem, że jak osoby niewidome mają do załatwienia jakąś sprawę, to bardzo często pełnosprawni nie rozmawiają o tym z nimi, mimo że to ich dotyczy, tylko z ich przewodnikami. Nie wiem czy uważają, że niewidomi są ubezwłasnowolnieni, czy nie myślą. Zwracają się więc w stylu „czy on może to i to”. U mojego trenera nie było takiej bariery. Przy pierwszym kontakcie wszystkie pytania zadawał bezpośrednio mnie. Bardzo podobało mi się, że ktoś zupełnie obcy wreszcie potraktował mnie normalnie, pytając czy mogę robić brzuszki, przysiady, co wiem o Jyrki Saario Defendo. Bardzo denerwuje mnie jak ktoś pyta osobę trzecią chcąc się dowiedzieć co ja mogę. Wielokrotnie

byłem w sytuacji, w której bawiłem się z kolegami w klubie, podchodziła jakaś dziewczyna i pytała kumpla czy może ze mną zatańczyć, co mnie strasznie irytowało. Trener zwracał się do mnie bezpośrednio i to mi się podobało.

RN: A jak podchodzili do pana inni ćwiczący? Nie mieli obaw? Nie traktowali pana ulgowo?

DG: Jeśli nawet tak było, to tylko przez chwilę. Inni ćwiczący szybko zauważyli, że można ze mną normalnie i twardo pracować w parze. Trener zachęcał ich, aby traktowali mnie normalnie, bo jest to dla mojego dobra. Wiadomo, że czasami po treningu jestem osłabiony lub obolały. Jednak jeśli będę mocno pracował na treningach, to na ulicy będzie mniejsze zaskoczenie, gdy pojawi się agresywny przeciwnik.

RN: Dużo ludzi uczestniczy w treningach?

DG: Jest to bardzo różnie. Z reguły jest nas około 8 – 10 osób. Akurat ja jestem jedyną osobą z niepełnosprawnością. Zdarzało się, że na treningach pojawiały się również kobiety, chociaż akurat obecnie ich nie ma. Jest to bardzo fajny pomysł, aby kobiety trenowały Jyrki Saario Defendo, bo są słabsze fizycznie i przez to bardziej narażone na nieprzyjemne sytuacje. Lepiej więc,

“ Ten system w dużym stopniu polega na odruchach. Jak coś się dzieje, to chodzi o to, aby reakcja organizmu była jak najbardziej naturalna. Wiadomo, że po kilku treningach nikt od razu nie stanie się wojownikiem, bo tak dzieje się tylko w filmach. W Jyrki Saario Defendo istnieje jedna odpowiedź na różne zachowania.

aby umiały się bronić. Ten system im to umożliwia. Jest w Jyrki Saario Defendo jedno takie obalenie, w którym nie trzeba używać dużej siły, ale przy odpowiedniej dynamice przeciwnik leci na ziemię siłą bezwładności.

RN: Ile czasu potrzeba, aby nauczyć się podstaw systemu obronnego?

DG: Pewnie zależy to od wielu elementów – od tego jak ktoś podchodzi do treningów, czy ten system jest dopasowany do niego. Sam właściwie jestem jeszcze na początku tej drogi, bo pierwszy trening odbyłem 26 września 2022 roku, więc na dobrą sprawę trenuję dopiero kilka miesięcy.

RN: Czy w Jyrki Saario Defendo są jakieś stopnie?

DG: Jest sześć poziomów. Poziom pierwszy to Hard Target. Kolejne trzy to: Combat Tech I, II i III. Dwa ostatnie to poziomy S.T.A.R I i II. Są zjazdy, na których się szkolimy w różnych technikach. Skupiamy się też na rozwoju kondycyjnym, bo treningi są bardzo wymagające. Fajnie jest ćwiczyć siłowo przy wykorzystaniu własnego ciężaru ciała lub ciężarów wolnych. Liczy się także praca poza salą, kiedy pracujemy nad siłą. W sali skupiamy się nad kondycją i techniką.

RN: Czy trening Jyrki Saario Defendo zwiększa poczucie własnej wartości?

DG: U mnie bardzo zwiększył. Miałem już sytuacje, w których broniłem siebie albo innych osób poza treningiem i nie odczuwałem strachu. Za to reagowałem tak, jakbym był na treningu. Zawsze działało.

RN: Jakie cechy charakteru kształtuje Jyrki Saario Defendo?

DG: Na pewno pewność siebie, świadomość swoich możliwości, rozwija wytrzymałość. Treningi są naprawdę ciężkie. Dużo osób zapisywało się na treningi, ale wiele z nich nie wytrzymało ich intensywności. Trener jest wymagający. Zależy mu na tym, aby wszyscy ćwiczący znali podstawy tego systemu i umieli je zastosować w codziennym życiu. Nie pozwala na to, aby ktoś obijał się na treningach. Wiadomo, że osoby

początkujące mogą chwilę odpocząć, ale też niezbyt długo, aby nie ostygnąć. Najlepiej jest przekraczać swoje granice, bo wtedy szybciej dochodzi się do lepszej kondycji. Dzięki temu kształtuje się charakter do walki.

RN: Czy według pana Jyrki Saario Defendo jest systemem, który inni niewidomi mogliby wykorzystać czy raczej jest to system bardziej dla nielicznych twardzieli?

DG: Według mnie większa grupa niewidomych mogłaby wykorzystać ten system, bo dużo elementów jest w zwarcu, dzięki czemu czuje się przeciwnika pod ręką. Pozostałe techniki też można ogarnąć, nawet jeśli się nie widzi. Kluczowa jest jednak kwestia charakteru i zaangażowania w treningi danej osoby, bo żeby nauczyć się tego systemu, trzeba twardo i regularnie trenować. Sam wielokrotnie musiałem zaciskać zęby i przekraczać swoje możliwości, aby móc powiedzieć, że daję radę.

RN: W jakich ośrodkach w Polsce jest trenowane Jyrki Saario Defendo?

DG: Mój trener prowadzi zajęcia w Łodzi i Bełchatowie. Poza tym sekcje Jurki Saario Defendo są w Warszawie, Białymstoku, Bielsku-Białej, Wałbrzychu, Zielonej Górze, Jeleniej Górze, Legionowie, Siedlcach i Mińsku Mazowieckim. Od 2022 roku treningi defendo odbywają się również w Krakowie. Praktycznie zajęcia prowadzone są w większości większych miast.

RN: Jak umiejętności nabyte podczas treningów można wykorzystać w życiu codziennym?

DG: Dzięki trenowaniu Jyrki Saario Defendo na pewno zmieniła się moja postawa ciała i podejście do ludzi. Świadomość trenowania akurat takiego systemu walki dodaje mi pewności siebie. Nie chodzi nawet o elementy samej walki, ale po prostu o podniesienie własnej wartości. Jest się dużo bardziej zdecydowanym, pewniej rozmawia się z ludźmi. Nawet przy zwykłym robieniu zakupów wytwarza się śmiałość, a nie dominuje postawa spuszczonej głowy i szarej myszki. Wiem czego chcę, czego oczekuję i co chcę osiągnąć.

RN: Dużo razy wykorzystywał pan umiejętności nabyte na treningu w życiu codziennym?

DG: Mam nadzieję, że nikt z policji nie będzie czytał tego wywiadu (śmiej), ale muszę przyznać, że już cztery razy wykorzystywałem te umiejętności w konfrontacji na ulicy. W dwóch sytuacjach sam byłem zaczepiony, a dwa razy broniłem kogoś. Na przykład raz broniłem jednej dziewczyny i nie miało znaczenia, że gość był ode mnie kilkanaście centymetrów wyższy i kilkanaście kilogramów cięższy. I tak można było sobie z nim poradzić.

RN: Według pana niewidomi są grupą, która częściej narażona jest na zaczepki?

DG: Obecne czasy nie są spokojne i honorowe. Skoro kobieta w ciąży czy osoba starsza jest narażona na atak, to osoba z niepełnosprawnością również. Z tym trzeba się liczyć. Jak idę z kimś znajomym, to nie korzystam z białej laski, albo jak czekam na kogoś, to też stoję bez białej laski, więc wtedy w oczy nie rzuca się aż tak bardzo, że nie widzę. Agresor może tego nie zauważyć. Poza tym hamulce są coraz mniejsze w społeczeństwie. Lepiej więc umieć podstawy systemu obrony, nawet jeśli nigdy nie musiałyby być one wykorzystane w codziennym życiu.

RN: Wcześniej trenował pan karate na dość zaawansowanym poziomie. Dlaczego pan zrezygnował z rozwijania się w tym kierunku?

DG: Z uprawiania karate zrezygnowałem dosłownie krok przed czarnym pasem. Po prostu chciałem spróbować czegoś innego. Namówiono mnie, abym szukał swojej drogi w systemach walki. Jyrki Saario Defendo jest systemem niezbyt znanym w Polsce, najbardziej znana jest krav maga, która kiedyś była w Bełchatowie, ale

w tej chwili już nie. Od jej instruktora dowiedziałem się, że w moim mieście są treningi Jyrki Saario Defendo. Poczytałem o tym systemie, a opis był na tyle zachęcający, że zdecydowałem się skontaktować z trenerem. Poszedłem na pierwszy trening. Bardzo mi się spodobało. Po zajęciach pojawiła się u mnie euforia, bo znalazłem swoje miejsce w systemach walki.

RN: Karate przydaje się w treningu Jyrki Saario Defendo, czy nie stosuje się jego elementów w tym systemie samoobrony?

DG: Są nieliczne techniki, które mogą się przydać, ale generalnie Jyrki Saario Defendo bardzo różni się od sztuk walki. Jest to ich mieszanka, a poszczególne techniki się przenikają. Może na potrzeby Internetu zostały wymienione różne sporty walki, które wchodzi w skład defendo, ale nie wiem, czy można je tak sklasyfikować.

RN: Jyrki Saario Defendo jest bardziej dynamiczne niż karate?

DG: Generalnie szybkość i dynamika są ważne w każdej sztuce i systemie walki. Im jest się bardziej dynamicznym, tym lepiej. Są techniki, które wymagają bardzo dużej siły, ale również takie, które cechują się bardzo dużą szybkością. W zwarcu jest sporo technik, w których trzyma się przeciwnika. Fajnie byłoby jakby można było go obejść i założyć duszenie, dźwignię czy rzucić na ziemię, a do tego przydaje się zarówno siła, jak i dynamika.

RN: Czy Jyrki Saario Defendo jest systemem kontuzjogennym?

DG: Na treningach nikomu nie powinna stać się krzywda. Ale wiadomo, że czasami dochodzi do urazów, bo jest to system mocno kontaktowy. Dlatego czasami jestem obolały. Nie przytrafiły mi się jeszcze żadne złamania, bardziej stłuczenia i zmęczenie kondycyjne.

RN: Jakie ma pan dalsze plany w kontekście Jyrki Saario Defendo?

DG: Ten system walki bardzo mi się spodobał. Na razie trenuję i jest super. Chciałbym kontynuować przygodę z Jyrki Saario Defendo i dalej rozwijać się w tym kierunku.



Jak niepełnosprawność rodziców wpływa na życie ich pełnosprawnych dzieci

Aleksandra Marciniak

Jestem dzieckiem z rodziny „TYCH” niewidomych. Pochodzę z małego miasta, gdzie wszyscy się znają lub znają znajomych znajomego – bardzo trudno tam o anonimowość. A w sytuacji, kiedy ktoś różni się nieco od innych, bycie neutralnym jest właściwie niemożliwe. Moja mama jest osobą ociemniałą w wyniku choroby zwyrodnieniowej – straciła wzrok kilka lat przed moimi narodzinami, a tata jako mały chłopiec miał wypadek, w którym stracił jedną gałkę oczną, a na drugie oko widzi bardzo słabo, ale na tyle, by poruszać się samodzielnie, nie potrzebuje do tego laski orientacyjnej czy psa przewodnika. Mam też starszego brata, który podobnie jak ja jest pełnosprawny, oboje nie mamy żadnych chorób, które mogłyby doprowadzić do utraty wzroku.

Gdy spotykałam na swojej drodze życia nowe osoby, bardzo często słyszałam, że jestem bardzo pokrzywdzona przez to, że moi rodzice są niepełnosprawni, musi być nam strasznie ciężko. Padało wiele pytań, jak my właściwie żyjemy, jak sobie radzimy, czy nie boję się, że też przestanę widzieć, czy moja wada wzroku – noszę okulary, mam zwyczajną krótkowzroczność i astygmatyzm, jak wielu z nas – jest związana z wadą rodziców?

Jak naprawdę wygląda życie pełnosprawnych dzieci z niepełnosprawnymi rodzicami? Czy aby na pewno jesteśmy tacy pokrzywdzeni przez los? Jako osoba wychowywana przez osoby z dysfunkcją wzroku, która w swojej codzienności doświadczała w praktyce jak to wszystko



wygląda, mogę jednoznacznie i bez zastanowienia odpowiedzieć: nie, nie jesteśmy pokrzywdzeni, nie mamy gorzej. Owszem, moje życie wyglądało nieco inaczej niż rówieśników i dało się to w jakimś stopniu odczuć, ale nigdy nie powiedziałabym, że było gorszej jakości. Tata zawsze dużo i ciężko pracował w zawodzie masażysty, by nigdy nam niczego nie zabrakło. Mama głównie zajmowała się domem. Wielu ludzi zastanawiało się, jak to możliwe. Milion razy wyjaśniałam, że fakt, iż nie widzi, nie przeszkadza jej w byciu „zwykłą” mamą – dbała o dom, sprzątała, gotowała pyszne obiady, prasowała ubrania, zajmowała się nawet małymi pracami konserwacyjnymi w mieszkaniu. Tak dla ciekawostki – potrafi wymienić spłuczkę w toalecie, dokręca poluzowane śrubki, kiedyś nawet sama zrobiła przemeblowanie w domu. Rodzice są ludźmi z pasją – tata sportowo gra w brydża

i odnosi sukcesy na bardzo wysokim poziomie, a mama uwielbia czytać książki o różnej tematyce, lubi modę i podróże, to typ osoby, która nie jest w stanie nic nie robić. To ludzie, którzy obdarzyli swoje dzieci ogromną dawką miłości.

Nasze codzienne życie nieznacznie różniło się od życia dzieci, które miały rodziców pełnosprawnych. Gdzie więc tkwią różnice? Można je znaleźć w obowiązkach pozadomowych. Oczywiście w domu też pomagaliśmy, ale pod kątem braku wzroku wsparcie było dużo bardziej potrzebne w innych sytuacjach. Dobrym przykładem jest wyjście na zakupy czy załatwianie różnych spraw urzędowych. W pewnym okresie mojego życia chciałam mieć troszkę więcej czasu dla przyjaciół. Byłam wtedy nastolatką, a jak wiadomo, to czas, gdy zmieniają się priorytety, dorastamy i, niestety, bardzo często dokonujemy błędnych wyborów, które zaczynamy dostrzegać w późniejszym okresie. Koleżanki po powrocie ze szkoły miały czas wolny, a ja jeszcze nie, przeważnie miałam coś do zrobienia, czego inne dzieci raczej nie musiały robić. Muszę przyznać, że trochę mnie to denerwowało, ale mimo to nie robiłam z tego tytułu problemów moim rodzicom, nie wzbraniałam się przed tym. Rozumiałam doskonale tę sytuację, nawet moi znajomi byli wyrozumiali i wiedzieli, że na mnie trzeba chwilę poczekać. Byli do tego stopnia życzliwi, że kiedy chcieliśmy spędzać wspólnie czas, a moja mama potrzebowała wsparcia, pomagali razem ze mną, wtedy było po prostu szybciej.

Rodzice wychowywali mnie i mojego brata w świecie swojej niepełnosprawności i nigdy nie dawali nam poczucia, że to jest coś dziwnego, złego czy odbierającego powody do radości i szczęścia. Nie pamiętam, by w naszym życiu zdarzyło się, żeby rodzice udawali pozytywne emocje, by ukryć te złe. Zawsze byli sobą. Nasza rodzina była dużo bardziej wesoła, pogodna i zgrana niż niejedna „pełnosprawna”.

Kiedy poznawałam pierwsze miłości w życiu i przychodził moment, że chciałam zapoznać mojego chłopaka z rodzicami, czułam, że niepełnosprawność budzi w moich partnerach coś

w rodzaju stresu, lęku. Nigdy nie wstydziłam się, nie ukrywałam, że mama i tata są niepełnosprawni, wręcz byłam dumna, że radzą sobie doskonale i przedstawiałam ich w samych superlatywach. Nie rozumiałam czym jest spowodowane to, że partnerzy czuli się niekomfortowo. W sytuacji gdy dochodziło do pierwszego spotkania, nagle coś się zmieniało, jakby ktoś pstryknął palcami. Byli zdziwieni, że rodzice normalnie funkcjonują, wszystko robią i twierdzili, że gdybym nie powiedziała o ich niepełnosprawności, wcale by się nie zorientowali.

Teraz, kiedy jestem już od lat dorosłą, samodzielną osobą i mieszkam poza domem rodzinnym, o wiele bardziej martwię się o rodziców. Jako dziecko nie widziałam nic strasznego w tym, że jeździli w góry i wspinali się na najwyższe szczyty. Dopiero teraz widzę, że dokonali wiele, o wiele więcej niż osoby pełnosprawne. Na co dzień mam poczucie, że mimo utrudnienia życia dali mi dużo więcej niż potrafili dać swoim dzieciom niejedni rodzice pełnosprawni. Dzięki temu w dorosłym życiu wiem, że ograniczenia nie wynikają z otaczającego nas świata czy losu, jaki nas spotkał, tylko tkwią w naszej głowie i sami je sobie tworzymy. Moja mama jest bardzo pogodną i ciepłą osobą. Potrafi słuchać i wspiera kiedy trzeba, ale potrafi też powiedzieć wprost rzeczy, które nie zawsze rozmówca chce usłyszeć. Spowodowało to, że moje koleżanki, które nadal mieszkają w moim rodzinnym mieście, po dziś dzień pomagają mamie w codziennych sprawach, jeśli jest taka potrzeba i chętnie rozmawiają z nią na trudne tematy dotyczące ich życia prywatnego.

Ktoś kiedyś zapytał się mnie czy chciałabym mieć innych rodziców, takich zwykłych, pełnosprawnych. Nigdy w życiu bym ich nie zamieniła. Uważam, że są najwspanialsii na świecie. Podziwiam ich za to, że potrafili tak doskonale odnaleźć się w swojej rzeczywistości. Nauczyło mnie to, że sukces nie jest wynikiem sprzyjających okoliczności, tylko naszym podejściem. Nawet w najbardziej sprzyjających i idealnych warunkach człowiek nie osiągnie sukcesu, jeśli zablokuje swoją głowę.



Moja rodzina – moje wszystko

Krystian Cholewa

W dniu 15 maja już po raz XXX obchodzimy Światowy Dzień Rodziny, ustanowiony w roku 1993 przez zgromadzenie generalne ONZ. Rodzina to podstawowa komórka społeczna, w której nabywamy umiejętności poznawcze, takie jak mówienie czy kwestie dobrego wychowania, które są nam przekazywane przez rodziców. Mamy w niej swoje prawa, ale i obowiązki. A przede wszystkim otrzymujemy bardzo dużo ciepła, miłości i spokoju, których nie zaznamy w żadnej placówce bądź instytucji zastępczej.

Jednak rodzina z dzieckiem niepełnosprawnym jest pewnego rodzaju żywym przykładem jak radzić sobie w trudnych chwilach, podczas których każdy z jej członków włącza się w aktywne działania pomocowe. Nie wyobrażam sobie jak

potoczyłoby się moje życie, gdybym na swojej drodze nie otrzymał wsparcia od moich wspólnych rodziców i siostry.

Urodziłem się w grudniu 1986 roku z dziecięcym porażeniem mózgowym z urazem lewostronnym, a jak się można łatwo domyślić, poziom medycyny prenatalnej w tamtym okresie był na bardzo niskim poziomie. Pomimo braku odpowiedniej diagnozy lekarskiej i specjalistycznych badań, moi bliscy stanęli na wysokości zadania i zaczęli szukać pomocy w ościennych województwach. A przecież mogli mnie zostawić, zamknąć w czterech ścianach i mieli problem z głowy – kilka dekad temu uważano, że niepełnosprawność to kara za grzechy. Mogli też oddać mnie do domu opieki społecznej, dzięki

czemu instytucja otrzymywałaby środki finansowe z budżetu państwa. Lecz oni, idąc często pod wiatr i zderzając się z murem nie do przebiccia, czym można określić mieszkanie w małej wsi bez żadnych funduszy i sprzętu, zaczęli szukać pomocy. Najpierw u lekarzy, a następnie w szpitalu na drugim końcu Polski, by później rozpocząć mozolną, ale systematyczną rehabilitację – od ćwiczeń usprawniających, przez hipoterapię, aż po ćwiczenia w basenie. Cała moja rodzina musiała poświęcić wszystkie plany zawodowe i marzenia, by dostosować się do mojej rehabilitacji. Zdawali sobie sprawę, że tylko intensywna rehabilitacja – zarówno ta domowa, kilkugodzinna oraz kilkutygodniowa w ośrodku rehabilitacyjnym podczas wakacji – może uczynić mnie w pewnym stopniu samodzielnym w okresie dorosłości.

Dotychczas nie wynaleziono jeszcze cudownego lekarstwa na dziecięce porażenie mózgowe czy jąkanie. Moi bliscy, pomimo nadmiaru obowiązków wynikających z ratowania mojego zdrowia, zadbali także o mój rozwój intelektualny i psychofizyczny – posłali mnie do szkoły powszechnej, bym mógł się rozwijać, poznawać otoczenie i mieć kontakt z kolegami pełnosprawnymi.

Mama przez osiem lat codziennie zawoziła mnie do szkoły oddalonej dwa kilometry od naszego miejsca zamieszkania i odbierała mnie po zakończonych zajęciach, nie otrzymując za to nawet złotówki z budżetu państwa. Potrzebowałem także o wiele więcej czasu na opanowanie danego materiału w szkole podstawowej, gdyż nie było jeszcze wtedy funkcji nauczyciela wspomagającego, który mógłby poświęcić mi więcej czasu. Tutaj też rodzice musieli mnie wesprzeć na drodze mojej edukacji, gdzie często nauka

“ Nie wyobrażam sobie jak potoczyłoby się moje życie, gdybym na swojej drodze nie otrzymał wsparcia od moich wspólników rodziców i siostry.

poszczególnych przedmiotów szła mi bardzo opornie, a w konsekwencji otrzymywałem oceny niedostateczne na kartkówkach i sprawdzianach. Jednak dzięki wsparciu moich bliskich i osobistej chęci do nauki zawsze wychodziłem na prostą, nie mając przy tym żadnej taryfy ulgowej ze strony nauczycieli i dyrekcji szkoły podstawowej. Dzięki mojej rodzinie mogłem również rozpocząć kosztowną, ciężką i wyczerpującą terapię mowy. Kiedy okazało się, że warunkiem uczestnictwa w terapii było wsparcie jednego z członków rodziny, bez najmniejszego zawahania postanowili mi pomagać nie tylko podczas samego pobytu w środku terapeutycznym, ale także w ciągu całego okresu leczenia. Od najmłodszych lat rodzice starali się mi pokazać, że życie nie jest łatwe i że nic nie przychodzi bez pracy. Dlatego angażowali mnie w różne prace domowe oraz pomoc osobom starszym. To nauczyło mnie ogromnie pokory i szacunku do seniorów.

Dzisiaj, dzięki ogromnemu wsparciu ze strony rodziców i starszej siostry, jestem w pewnym stopniu samodzielny, bowiem ukończyłem dwa kierunki studiów wyższych, od osiemnastu lat posiadam prawo jazdy kategorii B i jestem czynnym kierowcą, a także pracuję zawodowo, co daje mi poczucie spełnienia i niezależności finansowej. W wolnych chwilach gram na keyboardzie, majsterkuję i podróżuję. Zdaję sobie sprawę, jaki ogrom ciężkiej i systematycznej pracy musieli wykonać moi krewni. Mam wspólną rodzinę, za którą z całego serca dziękuję. To właśnie ona mnie motywuje do działania i obdarza niezwykłą siłą, kiedy przychodzi mi zmagać się z kryzysem, chorobą i cierpieniem.



Szybki rozwój blind tenisa w Polsce

Piotr Malicki

„Sport to zdrowie”, ale tak naprawdę aktywność fizyczna w postaci uprawiania różnych dyscyplin daje nam o wiele więcej korzyści niż tylko dobrą formę i kondycję. Dzięki regularnemu bieganiu, graniu w piłkę nożną, koszykówkę, siatkówkę czy tenis ziemny nasz organizm zaczyna szybciej i wydajniej pracować, co pozwala na osiągnięcie jeszcze lepszych efektów w życiu zawodowym oraz prywatnym. Dodatkowo poprawia się nasze samopoczucie, dzięki czemu mamy dobry nastrój przez większość dnia. Osoby niewidome i słabowidzące w naszym kraju mogą ćwiczyć różne formy sportu, które coraz częściej są dostosowywane do ich potrzeb. W ostatnich latach rozwijają się takie dyscypliny jak Blind Football, czyli piłka nożna dla osób z dysfunkcją wzroku, Showdown, czyli coś pomiędzy dostosowanym tenisem stołowym a znanym na pewno wszystkim cymbergajem oraz coraz bardziej popularny Blind Tennis.

Blind tenis został wymyślony przez Miyoshi Takei w Japonii i rozwija się na świecie już od ponad 25 lat. Do naszego kraju dotarł w 2015 roku, kiedy to we wrześniu Polska dołączyła do International Blind Tennis Association. Sprawczynią całego pozytywnego zamieszania z blind tenisem w Polsce była Agata Barycka, która przypadkiem dowiedziała się o tej dostosowanej do potrzeb osób niewidomych i słabowidzących dyscyplinie sportowej podczas poszukiwania tematu na swoją pracę magisterską. Już po półtorarocznych treningach odnieśliśmy historyczny sukces zdobywając srebrny oraz brązowy medal na Mistrzostwach Świata w Hiszpanii, które odbyły się



w maju 2017 roku. Jednak od tamtego czasu dużo się zmieniło i tak naprawdę dopiero od ponad dwóch lat ta dyscyplina sportowa zyskuje coraz większą popularność dzięki Fundacji Widzimy Inaczej i Robertowi Zarzeckiemu, który założył Akademię Tenisa dla Niewidomych i Słabowidzących (ATNIS). Regularne otrzymywanie środków finansowych w projektach z Państwowego Funduszu Rehabilitacyjnego Osób Niepełnosprawnych oraz zdobywanie nowych sponsorów umożliwiło rozwój blind tenisa w Polsce. Obecnie pod okiem wykwalifikowanych trenerów w całym kraju ćwiczy ponad 120 osób. Odbywają się cykliczne zawody ogólnopolskie oraz międzynarodowe, w których osoby niewidome i słabowidzące mogą rywalizować i zdobywać nowe umiejętności.

Na czym polega gra w tenisa ziemnego dla osób z dysfunkcją wzroku? Gracze rywalizują w trzech kategoriach wzrokowych: B1 – całkowicie niewidomi, podczas oficjalnych rozgrywek grają z zasłoniętymi oczami, B2 oraz B3 – osoby słabowidzące dopasowane do odpowiedniej grupy zależnie od stopnia widzenia. Wszyscy zawodnicy grają specjalną piłką, która jest nieco większa



od standardowej i wykonana jest z miękkiego, gąbczastego materiału, co pozwala spowolnić lot piłki i uniknąć groźnych kontuzji przy zderzeniu się z nią. We wnętrzu tego miękkiego materiału umieszczona jest mniejsza piłeczka, podobna do golfowej, wypełniona śrutem, co powoduje wydawanie dźwięku przy każdym uderzeniu – brzmi jak dziecięca grzechotka. W kategorii B1 oraz B2 piłka może odbić się trzykrotnie od kortu zanim stracimy punkt. W B3 są dozwolone dwa odbicia od podłoża. Zawodnicy we wszystkich grupach grają na standardowym korcie tenisowym z tą różnicą, że pole gry jest odpowiednio mniejsze, zależnie od kategorii wzrokowej. Linie końcowe pola gry są wyklejone specjalną wypukłą taśmą, co pozwala zawodnikom na wyczuwanie ich stopami podczas rozgrywki i odpowiednie ustawienie się do serwisu czy do odbioru piłki. Na środku kortu

standardowo znajduje się zawieszona siatka, która w blind tenisie wisi nieco niżej. Ostatnią różnicą są wymiary rakiet – w B1 mogą wynosić maksymalnie 23 cali, a dla pozostałych kategorii wzrokowych 25 cali. Główne zasady punktacji są takie same jak w klasycznym ziemnym tenisie, czyli mecz składa się z setów, które składają się z gemów, w których zdobywamy punkty po wygraniu pojedynczej wymiany piłki.

Turnieje w blind tenisie odbywają się w Polsce i na całym świecie. W 2022 roku zawodnicy mieli możliwość wziąć udział łącznie w 6 turniejach. Pod koniec stycznia zorganizowano nocny towarzyski turniej ogólnopolski w Warszawie, gdzie gracze rywalizowali ze sobą od godziny 22:00 do 06:00. Taka sama forma turniejów miała również miejsce pod koniec roku w Lublinie oraz Wrocławiu. W maju 2022 roku odbyła się już kolejna edycja Mistrzostw Polski w Warszawie, gdzie najwyższej sklasyfikowani zawodnicy w danej kategorii stanęli na podium i otrzymali pamiątkowe puchary. Natomiast w czerwcu część graczy miała możliwość wzięcia udziału w towarzyskim turnieju METRO Blind Tennis Tournament, który miał miejsce w Londynie. Ostatnią imprezą w zeszłym roku był PLAY ON Friendly Blind Tennis Tournament II odbywający się w Sopocie, gdzie rywalizowali zawodnicy z Polski, Niemiec, Litwy, Irlandii, Anglii, Hiszpanii, Włoch oraz Meksyku. Bieżący rok również zapowiada się świetnie, ponieważ pod koniec lutego odbył się towarzyski ogólnopolski turniej w Chorzowie, a w planach są kolejne Mistrzostwa Polski czy wyjazd najlepszych zawodników na Mistrzostwa Świata do Birmingham w Anglii.

Trenuję blind tenis od ponad dwóch lat i dla mnie jest to świetna dyscyplina sportu dla osób niewidomych i słabowidzących. Bardzo lubię chodzić regularnie na treningi i podnosić swoją formę fizyczną oraz umiejętności gry w tenisa ziemnego. Cykliczne zawody pozwalają mi na przeżywanie niesamowitych emocji oraz poznawanie nowych ludzi. Jeśli mielibyście ochotę spróbować swoich sił w blind tenisie, to poniżej zamieszczam dane kontaktowe do Fundacji Widzimy Inaczej: <http://wiedzimy inaczej.org.pl/>



Prawo konsumenckie na co dzień

Justyna Szafranek

W dniu 15 marca obchodziliśmy Światowy Dzień Konsumenta. Z tej okazji warto przeanalizować zmiany, jakie obowiązują w polskim prawodawstwie od stycznia 2023 roku. Wynikają one z implementacji trzech unijnych dyrektyw: Omnibus, Towarowej oraz Cyfrowej. Dodatkowo z inicjatywy Prezesa UOKiK wprowadzono regulacje, które mają ukrócić nieuczciwe praktyki na pokazach handlowych.

Kim jest konsument?

Zgodnie z art. 22 (1) Ustawy z dnia 23 kwietnia 1964 roku Kodeksu cywilnego: „konsumentem jest osoba fizyczna dokonująca czynności prawnej niezwiązanej bezpośrednio z jej działalnością gospodarczą bądź zawodową”.

Prawa konsumenta przysługujące przedsiębiorcy

Pamiętajmy także, że od stycznia 2021 roku, na skutek wejścia w życie zmian w Ustawie o prawach konsumenckich i Kodeksie cywilnym,

w określonych sytuacjach za konsumentów uznawana jest również część przedsiębiorców. Zmiany, jakie weszły w życie, odnoszą się do sytuacji, kiedy osoba fizyczna prowadząca jednoosobową działalność gospodarczą będzie objęta ochroną przewidzianą dotychczas jedynie dla konsumentów w zakresie:

- niedozwolonych postanowień umownych,
- rękojmi za wady,
- prawa odstąpienia od umowy zawartej na odległość lub poza lokalem firmowym.

Regulacje prawne

Do najważniejszych aktów prawnych regulujących niniejszą tematykę należą:

- Ustawa z dnia 23 kwietnia 1964 r. Kodeksu cywilnego,
- Ustawa z dnia 23 sierpnia 2007 r. o przeciwdziałaniu nieuczciwym praktykom rynkowym,
- Ustawa z dnia 16 kwietnia 1993 r. o zwalczaniu nieuczciwej konkurencji,
- Ustawa z dnia 18 lipca 2002 r. o świadczeniu usług drogą elektroniczną,
- Ustawa z dnia 30 maja 2014 r. o prawach konsumenta.

Nowe zasady rękojmi i reklamacji

W tym zakresie mamy kilka zmian, a mianowicie:

- nie używamy już pojęcia „rękojmią”, w zamian za nie obowiązuje sformułowanie „odpowiedzialność za niezgodność towarów z umową”,
- przepisy regulujące kwestie rękojmi zostały przeniesione z Kodeksu cywilnego do ustawy Prawo o konsumentach; przepisy o gwarancji pozostały w Kodeksie cywilnym,
- co do samej procedury dochodzenia roszczeń, to sytuacja wygląda następująco – w pierwszej kolejności konsument może żądać naprawy lub wymiany wadliwego towaru, a dopiero w kolejnym etapie zwrotu pieniędzy częściowego lub całkowitego,
- korzystną zmianą dla konsumentów jest wydłużenie do 2 lat terminu domniemania, że niezgodność z umową istniała już w chwili zakupu,

- bez zmian pozostaje 2-letni termin, w którym przedsiębiorca będzie odpowiadał za wady towaru od jego wydania, natomiast nowością jest, że w przypadku rzeczy używanych nie będzie mógł skrócić tego czasu do roku. Termin przedawnienia roszczeń reklamacyjnych zostanie wydłużony do sześciu lat.

Zakupy przez Internet

W tym zakresie mamy sporo nowości:

- konsumenci muszą być jasno informowani, czy podmiot oferujący na platformie handlowej towary, usługi lub treści cyfrowe jest przedsiębiorcą czy osobą fizyczną,
- wyraźnie wskazano, iż towary z elementami cyfrowymi, treści i usługi cyfrowe można reklamować podobnie jak wszelkie inne towary czy usługi; przedsiębiorca będzie odpowiedzialny także za zgodność takiego cyfrowego towaru, np. gry, programu komputerowego z jego wersją próbną czy zapowiedziami; ponadto będzie miał obowiązek dostarczania konsumentom aktualizacji przez co najmniej 2 lata,
- w przypadku gdy przedsiębiorca umożliwia recenzowanie swoich produktów, musi podawać informacje czy i w jaki sposób weryfikuje autentyczność komentarzy oraz czy zamieszcza wszystkie opinie, czy tylko te pozytywne; wprost zakazane jest także zamieszczanie fałszywych lub zniekształconych recenzji,

“ W dniu 15 marca obchodziliśmy Światowy Dzień Konsumenta. Z tej okazji warto przeanalizować zmiany, jakie obowiązują w polskim prawodawstwie od stycznia 2023 roku.

- wprowadzono zakaz wykupywania za pośrednictwem botów biletów na koncerty czy mecze w celu późniejszego ich odsprzedażania konsumentom.

Prawo do odstąpienia od umowy zawartej na odległość

W tej materii mamy także kilka zmian:

- ustanowiono zakaz zawierania umów finansowych podczas wycieczek czy pokazów, jego złamanie będzie powodować nieważność takiej umowy,
- na odstąpienie od umowy, która została zawarta podczas nieumówionej wizyty w domu lub podczas wycieczki mamy już nie 14, a 30 dni,
- w powyższych przypadkach przedsiębiorca ma zakaz przyjęcia od konsumenta płatności, dopóki nie upłynie termin na odstąpienie przez konsumenta od umowy.

Promocje i wyprzedaże

Dość istotną zmianą jest obowiązek nałożony na przedsiębiorcę, który ogłasza promocję lub wyprzedaż. Musi on podawać, oprócz aktualnej ceny, także najniższą z 30 dni poprzedzających obniżkę. W przypadku produktów szybko psujących się, z krótką datą przydatności do spożycia, sprzedawca powinien uwidaczniać aktualną cenę i tę sprzed pierwszego zastosowania obniżki. Jeżeli towar lub usługa są w sprzedaży krócej niż 30 dni, to obok informacji o obniżonej cenie należy podać informację o najniższej cenie, która obowiązywała od rozpoczęcia sprzedaży do wprowadzenia obniżki. Ten obowiązek informacyjny dotyczy sprzedaży stacjonarnej, internetowej oraz reklamy (również w telewizji i radiu).

Ochrona praw konsumentów

We wszystkich niejasnych kwestiach konsumenti mogą bezpłatnie skorzystać z pomocy prawnej pisząc na: porady@dlakonsumentow.pl lub dzwoniąc pod numer 801 440 220.

Biura ds. osób z niepełnosprawnościami

Jednostki uczelniane pierwszego kontaktu dla osób niewidomych i słabowidzących chcących podjąć studia

dr n. społ. Joanna Klonowska

Prorektor ds. Organizacyjnych i Studenckich w Wyższej Szkole Inżynierii i Zdrowia w Warszawie, pełniąca funkcję Pełnomocnika Rektora ds. Osób z Niepełnosprawnościami

Wiele młodych osób niewidomych i słabowidzących kończąc szkołę średnią zastanawia się, czy podjąć naukę na uczelni. Jaki kierunek studiów wybrać? Czy niewidomego i słabowidzącego na studiach czeka więcej trudności niż pozostałą młodzież? Jakich problemów mogą spodziewać się na uczelni? Jak będą je rozwiązywać? Czy będą mogli się swobodnie się uczyć? Czy zdołają zintegrować się ze społecznością akademicką? W tych i innych pytaniach z pewnością pomogą znaleźć odpowiedź Biura ds. Osób z Niepełnosprawnościami funkcjonujące w ramach struktury każdej uczelni.

Trudności w studiowaniu wynikające z niepełnosprawności wzroku

Pojawienie się trudności podczas studiów wynikające z niepełnosprawności narządu wzroku jest nieuniknione. Co prawda utrata wzroku lub jego poważne uszkodzenie nie obniża sprawności umysłowej, ani nie wpływa na poprawę tej sprawności, natomiast w poważny sposób ogranicza możliwości zdobywania informacji, głównie pozasłownych, niezbędnych do prawidłowego funkcjonowania, w tym samodzielnego poruszania się. Brak lub ograniczenie wzroku ogranicza również możliwości przekazu, a zwłaszcza słowa pisanego. Jednak obecnie ograniczenia te na uczelniach zostały w znacznej

mierze przezwyciężone. Stąd niewidomi i słabowidzący są zdolni do aktywnego uczestnictwa w życiu akademickim.

W procesie studiowania najwięcej trudności osobom z niepełnosprawnością narządu wzroku sprawia:

- konieczność korzystania z materiałów wizualnych (prezentacje w PP, zapisy na tablicy, instrukcje),
- konieczność korzystania z materiałów drukowanych (szczególnie zawierających treści przedstawione w formie graficznej),
- czasochłonność w przygotowaniu adaptacji materiałów dydaktycznych do formy elektronicznej lub brajlowskiej (w niektórych przypadkach brak jest możliwości adaptacji materiałów dydaktycznych),
- uczestniczenie w zajęciach wymagających wykonywania precyzyjnych czynności manualnych,
- zdawanie egzaminów i kolokwii w formie pisemnej.

Biura ds. Osób z Niepełnosprawnościami – jednostki organizacyjne uczelni wspierające osoby niewidome i słabowidzące

Wychodząc naprzeciw w/w trudnościom uczelnie oferują osobom niewidomym i słabowidzącym wielokierunkowe wsparcie. Jednostkami organizacyjnymi szkół wyższych oferującymi

pomoc wszystkim niepełnosprawnym studentom, a także tym, którzy nie posiadają orzeczenia o niepełnosprawności, ale stan ich zdrowia (choroba przewlekła lub czasowa utrata sprawności spowodowana np. wypadkiem) uniemożliwia uczestnictwo w zajęciach na zwykłych zasadach, są Biura ds. Osób z Niepełnosprawnościami (BON-y). Ich działalność nie ogranicza się jedynie do spraw organizacyjnych, ale obejmuje także pomoc psychologiczną, działalność integracyjną czy wsparcie asystentów osób niepełnosprawnych.

Biura ds. Osób z Niepełnosprawnościami koncentrują swoje działania na kierowaniu wsparcia do wszystkich studentów danej uczelni posiadających orzeczenie o niepełnosprawności, w taki sposób, aby zgodnie z oczekiwaniami studentów, a także biorąc pod uwagę stopień i rodzaj dysfunkcji, zapewnić jak najlepszy, przyjazny, pełny udział w procesie kształcenia na wszystkich kierunkach i formach studiów: pierwszego, drugiego i trzeciego stopnia, jak również jednolitych studiów magisterskich.

Biura ds. Osób z Niepełnosprawnościami udzielają wsparcia studentom ze szczególnymi potrzebami w sytuacji kiedy stan ich zdrowia utrudnia realizację studiów w trybie standardowym. Proponowane przez BON-y racjonalne usprawnienia mają na celu wyrównanie szans studentów w dostępie do oferty dydaktycznej, w tym do realizacji badań naukowych, z uwzględnieniem zasady utrzymania wymagań merytorycznych dotyczących danego modułu czy kierunku.

Zasady udzielania wsparcia przez BON-y

Wsparcie ma indywidualny charakter. Udzielane jest osobom, które zgłoszą taką potrzebę w BON poprzez rejestrację, spotkanie z konsultantem, udokumentowanie swojej sytuacji zdrowotnej zakończone pisemnym wnioskiem o wdrożenie rozwiązań wspierających (w tym indywidualną organizację studiów lub urlop zdrowotny). Student zgłaszający się po wsparcie akademickie za pośrednictwem BON powinien przedstawić dokumenty potwierdzające jego sytuację zdrowotną. Sprawy studenckie rozpatrywane są

przez koordynatora i pracowników BON, którzy analizują sytuację akademicką oraz zdrowotną danej osoby, proponują, dobierają oraz organizują adekwatną do stopnia i rodzaju niepełnosprawności formę wsparcia.

Oferowane przez BON-y wsparcie studentów niewidomych i słabowidzących

Najczęściej świadczonymi przez BON-y formami wsparcia w przypadku potrzeb wynikających z niepełnosprawności narządu wzroku są: dostosowanie materiałów dydaktycznych oraz form egzaminów do potrzeb studenta, nauka orientacji przestrzennej w zakresie związanym ze studiami, dostęp i możliwość wypożyczania specjalistycznego przenośnego sprzętu komputerowego oraz elektronicznego, dostęp do zbioru dostępnych materiałów akademickich – biblioteki ABC. Katalog ten nie wyczerpuje wszystkich stosowanych rozwiązań. Proponowane wsparcie jest wynikiem indywidualnej diagnozy funkcjonalnych następstw sytuacji zdrowotnej studenta niewidomego lub słabowidzącego, osadzonej w kontekście realizowanego kierunku.

Szczegółowe formy oferowanego wsparcia osób niewidzących i słabowidzących przez BON-y to:

- poradnictwo psychologiczne i doradztwo zawodowe,
- przydzielenie asystenta lub innego specjalisty (np. jeśli zachodzi potrzeba tłumacza języka migowego),
- przystosowanie i opracowanie materiałów dydaktycznych w formie dostępnej dla studentów z różnym rodzajem i stopniem niepełnosprawności,
- dostosowanie form zaliczeń i egzaminów do potrzeb i możliwości studentów niepełnosprawnych,
- pomoc w pozyskiwaniu materiałów dydaktycznych niezbędnych do studiowania,

- zmiana warunków uczestnictwa w zajęciach oraz indywidualna organizacja sesji zaliczeniowo-egzaminacyjnej,
- organizacja zajęć wychowania fizycznego dostosowanych do potrzeb studentów niepełnosprawnych,
- rejestracja zajęć dydaktycznych (pomocne może być oświadczenie studentki/studenta, że nagrania będą służyły wyłącznie do celów dydaktycznych),
- korzystanie z dodatkowego sprzętu: laptopa, lupy, powiększalnika, notatnika brajlowskiego lub oprogramowania powiększającego lub udźwiękawiającego,
- przekazywanie treści dydaktycznych w formie dokumentu elektronicznego odpowiednio wcześniej przed zajęciami, tak by studentka/student lub doktorant/doktorantka miał/miała możliwość zapoznania się z nim,
- opisywanie w trakcie zajęć elementów, do których w danej sytuacji odnosi się mówiący, odczytywanie lub omawianie wyświetlanego slajdu,
- opisywanie wizualnej rzeczywistości przez prowadzącego w sposób precyzyjny, słowny (informacje zawarte na diagramach, wykresach, slajdach, w tabelach itp.) używając konkretnych słów, tak by pobudzić wyobraźnię,
- wypowiadanie informacji zapisywane na tablicy przez prowadzącego,
- udostępnianie studentkom/studentom lub doktorantom/doktorantkom słabowidzącym czytelne materiały dydaktyczne, wydrukowane powiększoną czcionką (jej rozmiar należy uzgodnić ze studentką/studentem),
- zapewnienie dogodnego dla słabowidzącej studentki/studenta lub doktoranta/

doktorantki miejsca pracy oraz dobre i równomierne oświetlenie sal, w których odbywają się zajęcia,

- przygotowanie i przekazanie odpowiednio wcześniej spisu lektur i zagadnień do egzaminu/zaliczenia, ponieważ osoby słabowidzące potrzebują więcej czasu na adaptację materiału i przeczytanie go,
- zapewnienie korzystnych warunków akustycznych w sali, w której odbywają się zajęcia,
- informowanie z wyprzedzeniem (najlepiej wykorzystując pocztę elektroniczną) o zmianie miejsca lub terminu odbywania zajęć, tak by umożliwić swobodne dotarcie na zajęcia osobom słabo znającym lub nie znającym nowej lokalizacji.

Czynniki, które osoby słabowidzące i niewidome powinny wziąć pod uwagę przed podjęciem studiów

Oceniając własne możliwości podjęcia studiów, osoby niewidome i słabowidzące powinny uwzględnić wiele czynników. Z pewnością ułatwi to przedrekrutacyjna konsultacja z koordynatorem czy pracownikiem BON. Poza uświadomieniem sobie trudności, jakie mogą wystąpić podczas studiów, związanych z niepełnosprawnością wzroku, kolejnym zadaniem jest ocena poziomu wiedzy, jaką wyniosły ze szkoły średniej w obszarze interesującego ich kierunku studiów, oraz osobistych predyspozycji do wykonywania danego zawodu.

Ale to nie wszystko. Kandydaci na studia z niepełnosprawnością narządu wzroku, korzystając ze swojego prawa do ochrony informacji wrażliwych, powinni być gotowi złożyć w BON szczegółową dokumentację medyczną, by uzyskać pisemne podsumowanie kluczowych zawartych w niej wniosków na potrzeby starań uczelni w dostosowaniu procesu studiowania, w których pośredniczy BON (np. na potrzeby starań o stypendium czy zapomogę).

Osoby niewidome i słabowidzące rozważające podjęcie studiów powinny być także przygotowane na wprowadzenie zmian w swoich dotychczasowych strategiach uczenia się i rozwiązywania napotykaných problemów. Powinny chcieć skorzystać z indywidualnych rozwiązań mających na celu wyrównanie ich szans na studiach. Kandydaci powinni liczyć się z tym, że efektywność wsparcia, z jakiego korzystają, może wymagać od nich współpracy (np. zgłaszania zmian w zakresie stanu zdrowia i wynikających z tego potrzeb), zaangażowania oraz cierpliwości (np. w związku z tym, że podjęcie ustaleń pomiędzy jednostkami uczelni może wymagać czasu). Powinny liczyć się również z możliwością przeżycia frustracji w konfrontacji z ograniczeniami możliwego wsparcia lub – w uzasadnionych przypadkach – z jego odmową.

Powinny rozumieć, że nieodłącznym aspektem chronienia praw studenta jest poszanowanie jego prawa do standardowego poziomu wymagań merytorycznych oraz do adekwatnej oceny umiejętności (szkoły wyższe trzymają się zasady, że proponowane wsparcie nie może prowadzić do obniżenia poziomu wymagań akademickich). Kandydaci powinni być gotowi zaakceptować to, że niezależnie od okoliczności zdrowotnych wyjaśniających określone ograniczenia lub niemożność w zakresie pewnych aktywności, dla zaliczenia określonego modułu / ukończenia kierunku studiów konieczne jest – niezależnie od indywidualnych technik i czasu dojścia do tego celu – osiągnięcie określonych elementów wiedzy i umiejętności sformułowanych przez prowadzącego moduł w sylabusie lub przez władze jednostki w tzw. sylwetce absolwenta danego kierunku.

Chęć kandydata do bycia studentem powinna być przynajmniej tak silna, jak poczucie bycia osobą doświadczającą określonych konsekwencji stanu zdrowia, a motywacja do podjęcia zmian zmierzających w tym kierunku bardzo silna (uczelniom zależy, by wspierać osoby niewidome i słabowidzące w tym, aby tożsamość

osoby chorej, niepełnosprawnej czy tożsamość pacjenta nie dominowała nad tożsamością, którą ma szansę cieszyć się jako student).

Kandydaci na studia powinni być także gotowi zaakceptować zasadę racjonalności dostosowań, tzn. zasadę sięgania po rozwiązania racjonalne, ekonomiczne, skuteczne i wystarczające dla wyrównania ich szans na studiach w stosunku do ich grupy odniesienia, bez nakładania nieproporcjonalnego lub nadmiernego obciążenia na uczelnię (jest to zgodne z zapisami Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych).

Osoby niewidome i słabowidzące, doświadczające udokumentowanych skutków niepełnosprawności i/lub przewlekłych problemów zdrowotnych (nie muszą posiadać formalnego statusu osoby niepełnosprawnej!), które uświadomiły sobie i akceptują trudności, jakie mogą wystąpić w procesie kształcenia oraz są gotowe wystąpić o wsparcie i zaakceptować je w oferowanej przez uczelnię formie – już na etapie rekrutacji powinny skontaktować się z Biurem ds. Osób z Niepełnosprawnościami. Kontakt z BON powinni także podjąć kandydaci, którzy doświadczają przejściowych problemów zdrowotnych, których skutki sprawiają jednak, że barierą stają się dla nich standardowe regulacje procesu studiowania, np. limit dopuszczalnych nieobecności, konieczność odręcznego notowania, terminy sesji, a także osoby, których problemy zdrowotne wywierają istotny wpływ na efektywność uczenia się lub na podejmowanie różnych rodzajów aktywności ważnych dla ich sprawnego funkcjonowania na studiach.

Serdecznie zapraszam osoby niewidome i słabowidzące na studia w Wyższej Szkole Inżynierii i Zdrowia w Warszawie. Zapraszam do kontaktu! bon@wsiiz.pl

Jeżeli kandydatom odpowiada to, że szanując autonomię studenta szkoła wyższa zawsze będzie działać w odpowiedzi na ich formalny wniosek o zmiany formy studiowania lub inne rozwiązania wspierające – są gotowi na podjęcie studiów.

Teatr Współczesny w Szczecinie otwiera się na osoby z niepełnosprawnością

Radostaw Nowicki



– Nauczyliśmy się szerszego myślenia o osobach z niepełnosprawnością, tego, że większość niepełnosprawności jest niewidoczna. Jest to olbrzymi obszar do zagospodarowania, a audiodeskrypcją, napisami w języku polskim czy tłumaczem języka migowego zagospodarowaliśmy z niej niewielki wycinek. Mamy w głowie pętlę indukcyjną dla osób implantowanych i z aparatami słuchowymi. Zaczęliśmy też myśleć nad tym, aby pokonać schody, a więc otworzyć się na inne rodzaje niepełnosprawności. Chcielibyśmy, aby teatr był dostępny dla wszystkich

– powiedziała w rozmowie z Helpem Marta Go-secka, pedagogka teatralna z Teatru Współczesnego w Szczecinie, który otwiera się na widzów z niepełnosprawnościami.

Od lutego w Teatrze Współczesnym można obejrzeć „Sen nocy letniej” – spektakl w reżyserii Jakuba Skrzywanka i Justyny Sobczyk, w którym obok profesjonalnych aktorów występuje pięć osób z niepełnosprawnościami, w tym z dysfunkcją wzroku (Justyna Utracka, Jolanta Niemi-ra, Roman Słonina, Amelia Blus oraz Bogusław

Krasnodębski). Odnosi się on do dwóch tematów tabu – samej niepełnosprawności oraz seksualności osób z niepełnosprawnością.

Radosław Nowicki: Jaką przestrzenią jest teatr?

Marta Gosecka: Dla mnie to przestrzeń spotkania aktorów z widzami, widzów ze sztuką, ale też widzów z widzami. Teatr powinien umożliwiać wymianę myśli, poglądów, być przestrzenią do dyskusji, ale taką, w której każdy czuje się bezpiecznie. Teatr jest przestrzenią wymiany energii między ludźmi, dlatego każdy powinien mieć do niego dostęp.

RN: W Teatrze Współczesnym jest część lekkich spektakli, ale są też takie, które wzbudzają kontrowersje i zmuszają widza do myślenia. Czyli każdy widz może wybrać coś dla siebie?

MG: Jak najbardziej. Odkąd pracuję w teatrze, to przy każdym spektaklu, który powstawał, pracowali tak zwani „eksperci codzienności”, czyli osoby, które na swoim temacie znają się

najlepiej. Do „Edukacji seksualnej” została zaproszona młodzież, przy „Dotyku” Katarzyna Sikora współpracowała z seniorami, którzy wspominali swój czas dąsingowy. Przy „Spartakusie” pomagały osoby z Lambdy, a przy „Śnie nocy letniej” do współpracy zaprosiliśmy osoby z różnymi niepełnosprawnościami, które o sobie opowiedziały i stały się równoprawnymi aktorami wynagradzanymi za swoją pracę.

RN: Czyli można powiedzieć, że teatr jest przestrzenią, która burzy pewne stereotypy.

MG: Może trochę burzy stereotypy, bo Teatr Współczesny odchodzi od takiego myślenia, że reżyser jest pewnego rodzaju demiurgiem, że zna się absolutnie na wszystkim. Do niego należy ostatnie słowo, ale jest człowiekiem, który słucha. Wielokrotnie w wypowiedziach o Teatrze Współczesnym pojawiało się hasło, że jest to teatr, który słucha grup do tej pory niereprezentowanych w teatrze. I opowiada o nich, sięgając po ich opowieść. Również widz wchodzi w przestrzeń, do której do tej pory nie miał dostępu. To już nie jest świątynia sztuki, w której są pewne





miejsca sacrum, do których wejść nie można. Widz jest w tej przestrzeni, ma prawo do dyskusji i krytycznej oceny, której twórca nie odrzuca, ale konfrontuje się z nią i podejmuje rozmowę.

RN: Część spektakli zwraca też uwagę na problemy, które są ważne dla społeczeństwa.

MG: Nie dość, że zwraca uwagę, to dodatkowo daje możliwość wypowiedzenia się osobom, których to dotyczy, czyli pokazuje reprezentację tych osób. Osoby z niepełnosprawnością nie gra w pełni sprawny aktor, ale człowiek, który faktycznie z tą niepełnosprawnością funkcjonuje na co dzień, bo wtedy jest wiarygodny. Poziom reprezentacji jest bardzo istotny. Na scenie pojawiają się ludzie, którzy nie są aktorami, którzy przeszli przez sito egzaminów do szkół, a reprezentantami swojej grupy społecznej.

RN: Kluczowe jest to, żeby w teatrze ukazać różnorodność?

MG: Jak najbardziej. Społeczeństwo jest różnorodne. Są różne grupy społeczne, które do tej pory nie miały możliwości wypowiedzenia się. Nasz teatr daje im przestrzeń nie tylko do pokazywania się, ale także opowiedzenia o sobie.

RN: Wspomniała pani o „Śnie nocy letniej”, czyli spektaklu, w którym grają osoby z niepełnosprawnościami. To pierwsza taka sytuacja w historii Teatru Współczesnego?

MG: Już wcześniej na scenie naszego teatru pojawiali się nieprofesjonalni aktorzy, ale nie były to osoby z niepełnosprawnościami. Wraz z tym spektaklem pojawiły się one po raz pierwszy. Teatr Współczesny ma też za sobą doświadczenie programu Otwieracz dla dzieci z niepełnosprawnościami, ale mimo iż działania warsztatowe kończyły się spektaklem, inny był cel tego projektu.

RN: Ten spektakl odnosi się do osób z niepełnosprawnościami, ale też do nie do końca znanej i odkrytej sfery dla całego społeczeństwa, czyli ich seksualności. Dzięki niemu takie osoby staną się bardziej rozumiane przez społeczeństwo?

MG: Są dwa tematy tabu. Pierwszym jest niepełnosprawność, o której się nie mówi. Osoby z niepełnosprawnościami są w jakiś sposób niewidoczne, transparentne. Zresztą Puk o tym mówi, zadając pytania w Puk Song: „widziałas mnie, widziałeś mnie?”. Jako społeczeństwo często odwracamy wzrok od takich osób, albo nie



wyobrażamy sobie ich w jakiejś przestrzeni. Zdarza się, że nawet architekci, planując nową przestrzeń, nie myślą o takich osobach. Przykładowo osoba na wózku często nie może włączyć światła, bo włącznik jest umiejscowiony zbyt wysoko. Z perspektywy człowieka sprawnego są to może drobiazgi, które jednak wpływają na komfort życia. Spotykamy się także z tym, że w różnych sytuacjach urzędowych czy u lekarza mówi się do przewodnika, asystenta osoby z niepełnosprawnością czy tłumacza języka migowego, a nie do osoby zainteresowanej. To odbieranie podmiotowości tej osobie, jak wskazywali nam prowadzący warsztaty z obsługi widza. Z mojej praktyki szkolnej, bo wcześniej przez 17 lat pracowałam w liceum integracyjnym, wynika, że my po prostu jesteśmy społeczeństwem, które nie umie funkcjonować z osobami z niepełnosprawnościami, bo nikt nas tego nie uczy. Brakuje prawdziwej integracji. Nawet nazewnictwo typu „specjalne potrzeby” czy „specjalne traktowanie” powoduje, że osoby z niepełnosprawnościami często są za jakimś murem, za linią graniczną, która jest nieprzekraczalna. Drugim tabu

spektaklu „Sen nocy letniej” jest seksualność osób z niepełnosprawnościami. Jola w pewnym momencie mówi, że takie osoby traktowane są jak dzieci. A skoro tak, to według społeczeństwa pewne sfery są niedostępne dla osób z niepełnosprawnością, podobnie jak dla dzieci. A przecież są to dorosłe osoby, które mają swoje potrzeby – bliskości, dotyku i w ogóle spełnienia swoich fantazji seksualnych. Seks jest w ogóle tematem tabu. Nie potrafimy o nim rozmawiać. Edukacja seksualna w Polsce właściwie nie istnieje. Także seks osób z niepełnosprawnością musi być dla niektórych tematem nie z tego świata. A to temat bardzo ważny, bo dotyczy sfery emocjonalnej, uczuciowej, a każdy człowiek, również z niepełnosprawnością, ma uczucia i przeżywa emocje.

RN: A jakim doświadczeniem dla całego zespołu była współpraca z różnymi rodzajami niepełnosprawności?

MG: Aktorzy musieli być bardziej uważni na partnerów. Pewne zadania musieli wykonywać wolniej. Poznali trochę inny świat, który na co

dzień nie jest do końca dostępny dla ogółu społeczeństwa. Okazało się, że można funkcjonować i żyć nieco inaczej, a jednocześnie wyjść na scenę i zagrać w spektaklu. Myślę, że dla każdego członka zespołu – inspicjentki, garderobianych, rekwizytorki, maszynistów – to było i jest nadal ważne doświadczenie. Dzięki wsparciu z Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych w teatrze pojawił się też widz z niepełnosprawnością, który wcześniej rzadziej przychodził do teatru. Zaczęliśmy więc się tego uczyć na różnych poziomach.

RN: Pojawiły się jakieś bariery?

MG: Nie było to łatwe, bo jest to duży spektakl na dużej scenie z pięcioma zupełnie nowymi osobami, którym trzeba asystować. Pojawiły się więc pewne lęki. Obawy dotyczyły też trochę silniejszych scen. Było dużo rozmów na ten temat. Pojawiła się troska, ale staraliśmy się, aby nie przerodziła się ona w nadopiekuńczość. W niektórych sytuacjach okazywało się, że ci ludzie świetnie radzą sobie w pewnych momentach, a my myśleliśmy, że będzie potrzebny im asystent. Wynika to z tego, że na co dzień nie mamy do czynienia z takimi osobami, bo są one pokrywane w ośrodkach i specjalnych szkołach, a edukacja o takich osobach czy prawdziwa edukacja włączająca jest pieśnią przyszości.

RN: Jakie głosy docierają do państwa po tym spektaklu?

MG: Recenzje są pochlebne, natomiast w rozmowach z widzami pojawiła się troska i obawa, czy nie wykorzystaliśmy aktorów z niepełnosprawnością. Dlatego też Jakub Skrzywanek opowiadał, że widz musi nam zaufać jako teatrowi, bo przeprowadziliśmy ten projekt od początku do końca. Przygotowania do spektaklu – rozmowy, ćwiczenia – służyły temu, aby aktorzy nie czuli się wykorzystani. Bogdan jest zadowolony, że był widoczny. Roman w ogóle jest gwiazdą teatru, więc czuje się na scenie jak ryba w wodzie. Amelia, Jola, Justyna nie czują się wykorzystane. Cieszą się, że mogły zaprezentować siebie oraz pokazać to, z czym się mierzą na co dzień. Oczywiście, ten spektakl dotyczy seksualności osób z niepełnosprawnością, ale tak naprawdę

jest on odczytywany jako zderzenie ich ze społeczeństwem, ze światem, z przeszkodami, na które natrafiają.

RN: Teatr Współczesny postawił nie tylko na aktorów z niepełnosprawnością, ale otworzył się też na widzów z niepełnosprawnością. To też ważna zmiana?

MG: Wszyscy płacimy podatki. Osoby głuche czy niewidome też pracują, a nie mają dostępu do kultury. Są to przecież równoprawni obywatele i mają prawo do korzystania z niej. Dla nas wiązało się to z niesamowitą nauką. Przeszliśmy wiele szkoleń, w których uczyliśmy się jak być w relacji z widzami z niepełnosprawnością. Uczyliśmy się jak pisać audiodeskrypcję. Niestety, nie może ona pojawić się na premierze, bo musi być zrobione nagranie, aby ktoś mógł na spokojnie ją napisać. Za każdym razem zbieramy feedback i zastanawiamy się nad tym, co jeszcze można poprawić, aby jeszcze lepiej było wiadomo co dzieje się na scenie. Najłatwiej jest z tłumaczem języka migowego, bo przychodzi profesjonalista i tłumaczy spektakl. Należy pamiętać, że teatr jest trudny do udostępniania, bo na przykład audiodeskrypcja czy tłumacz języka migowego są na żywo. Muszą reagować na to, co dzieje się na scenie. Nie da się ich nagrać. Każdy spektakl jest inny, ma swoją dynamikę. Cieszę się jednak, że jest odzew. Zrobiliśmy jakiś krok do przodu, a widzowie, którzy skorzystali z tej dostępności, nadal są z nami. To jest nasz największy sukces.

RN: Wcześniej była bariera finansowa, aby audiodeskrypcja pojawiła się w Teatrze Współczesnym?

MG: Nie ma co się oszukiwać, to nie są tanie rzeczy. To jest dodatkowa praca i trzeba ją przewidywać. Sama przygotowywałam napisy do „Lalki”, więc wiem jaka jest to katorżnicza praca. Pieniądze były ważne, ale też istotny był brak świadomości. Wydaje mi się, że wcześniej nikt o tym nie pomyślał. Zazwyczaj niepełnosprawność oznaczona jest symbolem wózka, więc kiedy mówi się, że zrobimy coś dla osób z niepełnosprawnościami, to pojawia się kontekst schodów i windy. I tak koło się zamyka. Dzięki szkoleniom nauczyliśmy się szerszego myślenia o osobach

z niepełnosprawnościami, tego, że większość niepełnosprawności jest niewidoczna. Jest to olbrzymi obszar do zagospodarowania, a audiodeskrypcją, napisami w języku polskim czy tłumaczem języka migowego zagospodarowaliśmy z niej niewielki wycinek.

RN: Jeśli mielibyśmy skupić się na audiodeskrypcji, to co sprawiało najwięcej problemów?

MG: Na początku mieliśmy chętnych z Warszawy czy Poznania do tworzenia audiodeskrypcji, ale bardzo mi zależało na tym, aby były to osoby ze Szczecina, które mogłyby być dostępne przez cały czas. Problemem było też dobre napisanie audiodeskrypcji, bo jak ktoś widzi, to nie zwraca uwagi, z którego kierunku porusza się postać, w co jest ubrana. Do wielu rzeczy dochodziliśmy sami. Przechodziliśmy szkolenia, zbieraliśmy wiedzę na ten temat, ale najwięcej dawało nam otrzymywanie informacji zwrotnej od osób, które skorzystały z naszej audiodeskrypcji. Dodatkowym problemem było to, gdzie posadzić lektorkę audiodeskrypcji, aby nie przeszkadzała widzom. Długo zastanawialiśmy się czy budować jej jakąś budkę, ale ostatecznie znaleźliśmy rozwiązanie i umiejscowiliśmy ją w kabinie z oświetleniowcem.

RN: Skoro jest zainteresowanie spektaklami wśród widzów z niepełnosprawnością, to pewnie dla całego zespołu teatralnego jest to bardzo motywujące do dalszego rozwoju?

MG: Oj, bardzo motywujące. Już szukamy możliwości znalezienia kolejnych grantów w kontekście dostępności. Zaczęliśmy też myśleć nad tym, aby pokonać schody, czyli otworzyć się na inne niepełnosprawności. Mamy w głowie też pętlę indukcyjną dla osób implantowanych i aparowanych. Chcielibyśmy jak najbardziej otworzyć teatr dla wszystkich widzów. Moim marzeniem jest, żeby przynajmniej jeden spektakl w secie był z tłumaczem, z napisami i audiodeskrypcją. Powoli chcielibyśmy otwierać na dostępność także Teatr Mały i Scenę Nowe Sytuacje.

RN: Do kiedy trwa projekt z PFRON-u?

MG: Jest to projekt na sezon. Zamyka się 15 czerwca. Ale wiadomo, że przygotowania nam trochę zajęły, a pierwsze napisy do spektaklu pojawiły się w listopadzie, więc dopiero kilka spektakli objęliśmy udogodnieniami dla osób z niepełnosprawnością. Nie zamierzamy otwierać teatru tylko na czas projektu. Na pewno nie chcemy zawieszać butów na kołku po zakończonym meczu, tylko iść dalej. Będziemy starali się, aby udostępnienie spektakli stało się częścią Teatru Współczesnego. Teatr ma być miejscem dla wszystkich. Jest to dla mnie obecnie najważniejsze.

RN: Czy wiadomo jakie są szanse, aby przebudować siedzibę teatru lub utworzyć nową, aby była dostępna dla osób poruszających się na wózku?

MG: Nie mam zbyt dużej wiedzy na ten temat. W mediach pojawiła się informacja, że w przyszłości będzie dobudowywane skrzydło zamykające literkę E. Mamy zostać w muzeum, a miasto mogłoby partycypować w kosztach tej budowy. Wydaje mi się jednak, że na razie nie ma szans na nową siedzibę, choć byłaby ona spełnieniem marzeń. Teraz nie mamy zbyt dużo miejsca. Sala prób jest wydzieloną przestrzenią, jako pedagogika teatru nie mam sali warsztatowej. Brakuje nam tutaj magazynu. Byłoby pięknie, gdyby powstała nowa siedziba, ale to raczej pieśń przyszłości. Na razie robimy tyle, ile możemy.





Lear na 200-lecie Teatru Starego w Lublinie

Justyna Szafranek

W dniu 15 kwietnia 2023 roku wybrałam się do Teatru Starego w Lublinie na spektakl dostosowany do potrzeb osób z dysfunkcją wzroku. Była to nie lada uczta kulturalna, albowiem z okazji jubileuszu 200-lecia Teatru Starego przygotowano specjalny monodram „Lear” na podstawie sztuki Williama Szekspira, w wykonaniu Andrzeja Seweryna i reżyserii Janusza Opryńskiego. Skrócony tytuł sztuki to nie przypadek, ponieważ autorzy postanowili opowiedzieć tę historię w sposób osobliwy, tj. od końca. Lear umiera, trafia być może do czyśćca i tam mierzy się z życiem raz jeszcze – zdając rachunek ze swych ziemskich spraw. Wspomina i rozpamiętuje swoje relacje z córkami i błaznem, prowadzi rozmowy z nieobecnymi. Nie jest więc to taki „Król Lear”, w którym historia opowiedziana jest wprost. Spektakl był zdecydowanie kameralny i bardzo poruszający.

Narzędziem do odbioru spektaklu przez osoby z dysfunkcją wzroku była audiodeskrypcja odczytywana przez lektorkę na żywo. Czasami możemy się także spotkać z innym sposobem wykonania audiodeskrypcji, a mianowicie

nagrany tekst, podzielony na krótkie fragmenty, puszczany jest przez realizatora w trakcie spektaklu. W mojej ocenie audiodeskrypcja na żywo jest bardziej efektywna, ponieważ teatr jest żywą materią i wielokrotnie pojawiają się sytuacje, w których lektor musi reagować na bieżąco, czego nagranie po prostu nie umożliwia. Dzięki audiodeskrypcji mogłam oczami wyobraźni zobaczyć ruch, zmiany scenografii, gesty i mimikę aktora – krótko mówiąc, wszystko to, co dzieje się na scenie poza dialogami, co sprawia, że mogłam w pełni podążać za sztuką i zrozumieć przedstawienie.

Przy wejściu do Teatru Starego w Lublinie jego pracownicy informowali o dostępności sprzętu do audiodeskrypcji i kierowali gości do foyer teatru, celem jego odebrania. Personel wyjaśniał jak on działa: gdzie się włącza, przycisza itd. Przed rozpoczęciem spektaklu odbyły się próby sprzętu, obsługa upewniała się o jego poprawnym działaniu i naszych odczuciach.

Warto wspomnieć, że w foyer była przygotowana i udostępniona makietka dotykowa sceny głównej, bardzo rzetelnie wykonana i realistycznie odzwierciedlająca oryginalną scenografię. Przed spektaklem widzowie mogli przyjść i zapoznać się z przestrzenią wnętrza teatru: widowni, sceny, łóż i balkonów. To przydatna wiedza. Tyflomateriały powstały dzięki wsparciu Fundacji Dostępnej Kultury Wizualnej Wielozmysły w ramach projektu „Kultura Bez Barrier” PFRON.

W mojej ocenie udostępnianie sztuki osobom z dysfunkcją wzroku ma wielką wartość, ponieważ takie działania wzbogacają nasze życie kulturalne i niejednokrotnie pozwalają zrozumieć sztukę w ogóle. Każde tego typu działanie powoduje łamanie barier nie tylko w dostępie do kultury, ale też w kontaktach międzyludzkich. Czekamy na kolejne teatralne wydarzenia na mapie Lublina dostępne dla społeczności osób z dysfunkcją wzroku, które – jak poinformowali mnie pracownicy Teatru Starego – odbędą się już wkrótce. Serdecznie polecam tego rodzaju obcowanie ze sztuką i zapraszam do Lublina.

Dostrzeżeni w kulturze. Jak pisze Sofia Thoresdotter?

Przekład za zgodą autorki: Marta Marek



Sofia Thoresdotter to szwedzka pisarka, która zajmuje się muzykoterapią, psychodramą oraz pracuje jako wykładowca. Opublikowała dwie książki i pojawiła się w wielu antologiach, ukończyła także studia w dziedzinie kreatywnego pisania. Przy pracy korzysta z komputera, monitora brajlowskiego, syntezatora mowy oraz notatek głosowych w telefonie. Poniżej zamieszczamy fragment artykułu, który opublikowała na swojej stronie internetowej.

„Nigdy nie sądziłam, że moja wada wzroku stanie się tak ważną częścią mnie. Możliwe, że ma to związek z tym, że dorastałam w latach 70., kiedy uważano, że niepełnosprawność to przede wszystkim problem niepraktyczny. Gdyby po prostu usunąć przeszkody, praktyczny kłopot, jaki niosła ze sobą niepełnosprawność – w moim przypadku niepełnosprawność wzroku, to wszystko byłoby możliwe. Z odpowiednią pomocą i wysiłkami ze strony społeczeństwa

miałam dokładnie takie same możliwości jak wszyscy inni. Taka postawa utrudniała mi mówienie o smutku z powodu wszystkiego, czego nie mogłam zrobić lub do czego nie miałam dostępu. Nie wypadało też okazywać złości, gdy spotykałam się z uprzedzeniami lub gdy byłam wykluczana z różnych kontekstów. Pytanie, czy w ogóle wolno mi było odczuwać złość i smutek. Nauczyłam się nie dostrzegać niesprawiedliwości i nigdy, przenigdy nie akceptować tego, że moja wada wzroku może w jakikolwiek sposób przeszkodzić mi w robieniu czegokolwiek. To zadziałało dobrze jako strategia przetrwania i sprawiło, że odważyłam się zrobić rzeczy, które inni postrzegali jako leżące poza moim zasięgiem, ale miało to swoją cenę. [...] Są przede wszystkim dwie rzeczy, które pragnę podkreślić swoim tekstem. Jedna dotyczy tego, co się dzieje, gdy jako dziecko jesteś narażony na dyskryminację i specjalne traktowanie. Istnieje duże ryzyko, że ktoś taki jak ja przejmie negatywny obraz siebie i uczyni go swoim własnym. Druga kwestia dotyczy tego, co się dzieje, gdy oddzielamy dzieci od rodziców i jak na dziecko wpływa wyrwanie go ze znanego mu środowiska i umieszczenie w placówce specjalnej oraz jakie strategie przetrwania są w toku tego wypracowywane. Myślę, że niechęć i negatywny obraz siebie są wzmacniane, gdy społeczeństwo tak wyraźnie pokazuje, że do niego nie należysz. Nigdy nie będziemy w stanie stworzyć społeczeństwa dla wszystkich, jeśli nie będziemy praktykować bycia razem.

Zobaczyć na własne oczy

Jednym z pierwszych problemów, z jakimi się spotkałam, był język. Włożyłam wiele wysiłku w dostosowanie się do większości społeczeństwa i tego, by nie odbiegać od normy, że nie pozostał mi już język, w którym mogłabym wyrazić własną rzeczywistość. Poza tym brakowało mi prawdziwych wzorców do naśladowania. Wszystko, co czytałam, było napisane przez osoby widzące. Raz po raz łapałam się na tym, że naśladowałam ich sposób opisywania, zamiast skupiać się i ufać własnemu „wzrokowi”. Kiedy zaczęłam tworzyć i opisywać, jak właściwie postrzegam swoje otoczenie, trudno było mi znaleźć odpowiednie słowa. Łatwo było popaść

w dydaktyzm. Wtedy odkryłam, jak mogę wykorzystać metodę psychodramatyczną, przede wszystkim zamianę ról, aby stać się bardziej wiarygodną pisarką.

Długo udawałam przed sobą, że ignoruję niesprawiedliwości i uprzedzenia w społeczeństwie oraz to, jak wpłynęły one na mnie i moje życiowe wybory i doszukiwałam się źródła moich wad jedynie w sobie. Sądziłam, że to z powodu mojego lenistwa lub nadmiernego komfortu nie osiągnęłam w szkole takich wyników, do jakich miałam potencjał. Nie chciałam dostrzegać faktu, że nie otrzymywałam na czas materiałów i literatury przedmiotu od nauczycieli w formie, która była dla mnie czytelna. Trudno mi było przyznać przed sobą, że uprzedzenia i poglądy innych na temat tego, co osoba niewidoma powinna lub nie może zrobić, w jakikolwiek sposób na mnie wpłynęły. Zamiast tego kierowałam frustrację do wewnątrz. Dopiero gdy zaczęłam stosować techniki psychodramatyczne i sama skorzystałam z terapii, odważyłam się zobaczyć i opisać inną rzeczywistość. Pomogło mi to umieścić winę i odpowiedzialność tam, gdzie było ich miejsce.

W świecie, w którym dominuje wzrok, gdzie to, co widzimy, jest prawdą, gdzie nawet nasz sposób wyrażania raz za razem pokazuje, że wrażenie wizualne jest uznawane za najprawdziwsze, próbowałam znaleźć język, który będzie odpowiedni dla mnie, osoby niewidomej. Pomyśl tylko, jak różnie są postrzegane słowa „naoczny świadek” i „pogłoska”. To, co mówi ci naoczny świadek, jest kojarzone z niezaprzeczalną prawdą. Jeśli ktoś widział coś na własne oczy, nie ma powodu, aby kwestionować jego historię. Ale rzadko mówimy, że „słyszeliśmy coś na własne uszy”. Nie, to, co słyszeliśmy, prawdopodobnie nie jest prawdą, tylko pogłoską, której nie traktuje się poważnie. Często szept jest używany jako dowód na to, że to, co słyszysz, jest niewiarygodne lub zniekształcone, a dużo rzadziej mówimy o halucynacjach, mirażach czy zmanipulowanych obrazach. W wielu językach widzenie jest równoznaczne z poznaniem lub zrozumieniem, a „bycie ślepym” na coś rzadko

“ Nigdy nie sądziłam, że moja wada wzroku stanie się tak ważną częścią mnie. Możliwe, że ma to związek z tym, że dorastałam w latach 70., kiedy uważano, że niepełnosprawność to przede wszystkim problem niepraktyczny.

oznacza postrzeganie czegoś w inny sposób. Najczęściej jest to równoznaczne z niedostrzeganiem niczego. [...] Często dostaję komentarze w rodzaju: „przynajmniej nie musisz oglądać całej nędzy świata”. Jakby to miało oznaczać, że jestem tego zupełnie nieświadoma, a więc niewinna i w jakiś sposób oszczędzona. Lub jak wtedy, gdy zapytano mnie jaki sens ma dla mnie podróżowanie, skoro nic nie widzę. Zapytałam tę osobę, czy jedyne wspomnienia, jakie pozostały jej z podróży, to wspomnienia wizualne. Sama mam tendencję do zapamiętywania jak rzeczy pachną, jak smakuje jedzenie, jak brzmią odgłosy ptaków, język i ton mówiących ludzi, nie wspominając o muzyce i atmosferze. W moim dążeniu do odnalezienia własnego języka użyłam właśnie tych składników. Znajomość psychodramy dała mi narzędzia, które ułatwiły mi wcielenie się w rolę narratora, zamiast w osobę widzącą, który stoi obok mnie i wszystko opisuje. Cieszę się z tego i kontynuuję rodzinną tradycję opowiadania historii.

Bardzo często pytano mnie: „skąd możesz to wiedzieć”, świadomie lub nieświadomie kwestionując moje doświadczenia. I próbowałam na to odpowiadać, jakbym musiała się usprawiedliwić czy bronić. W moim pisaniu nie odpowiadam na to pytanie. Już nigdy więcej nie chcę tego robić.”



Toruńska Orkiestra Symfoniczna dla niewidomych i nie tylko...

Agnieszka Grądzka-Wadych

Od stycznia 2023 roku Toruńska Orkiestra Symfoniczna realizuje projekt „Zobaczyć muzykę”, który ma na celu zapewnienie dostępności osobom z dysfunkcjami wzroku, biorąc pod uwagę zróżnicowanie tej grupy odbiorców.

– Zaplanowaliśmy poprawę dostępności w zakresie architektonicznym, cyfrowym i komunikacyjno-promocyjnym – mówi Katarzyna Olszewska z Działu sprzedaży i marketingu TOS, koordynator do spraw dostępności.

W ramach projektu w okresie od 24 marca do 22 maja 2023 r. odbywają się koncerty kameralne i symfoniczne z udziałem Toruńskiej Orkiestry Symfonicznej, a także oprowadzanie po budynku Centrum Kulturalno-Kongresowego Jordanki, siedzibie orkiestry.

– Programy koncertów zostały przygotowane według ściśle określonego klucza, który łączy muzykę i naturę – kontynuuje pani Katarzyna. – To przeboje muzyki klasycznej, w których kompozytorzy za cel obrali przedstawienie konkretnych zjawisk (na przykład pór roku) i natury (między innymi: las, góry, akweny, kosmos). Cała koncepcja stanowi gratkę, zarówno dla grupy docelowej, czyli osób z dysfunkcjami wzroku, jak i aktualnych odbiorców.

Ciekawa zachęta

– Projekt „Zobaczyć muzykę” ma na celu wsparcie osób z dysfunkcjami wzroku – mówi Przemysław Kempieński, dyrektor Toruńskiej Orkiestry Symfonicznej. – Wykonywane są utwory mające przenieść odbiorcę w świat muzyki ilustrującej fragment otaczającego nas świata. To znakomite

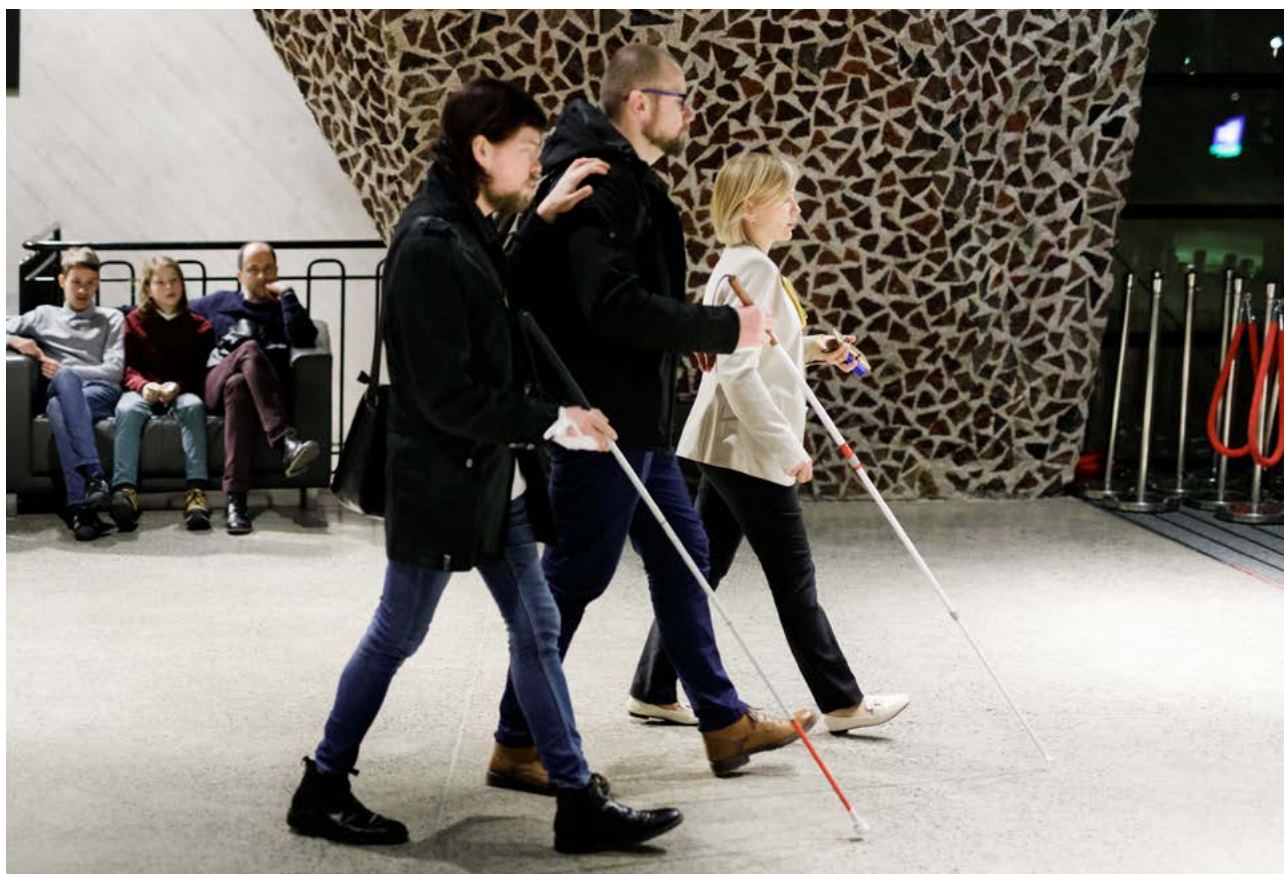
działa, będące efektem pracy kompozytorów na przestrzeni wieków, obrazujące faunę i florę, oddające temperament krajów, w których dzieje się akcja muzyczna. Wszystko jest tak przygotowane, aby w trakcie koncertów skupić się na zmyśle słuchu – kluczowym w odbiorze muzyki. Zapraszam w magiczną muzyczną podróż, w świat ciemności, w której spod palców artystów płyną niezwykle wysublimowane dźwięki, a ze sceny brzmi feeria barw, która otula wszystkich spragnionych wytchnienia od problemów i trosk. W programie koncertów przewidziano arcydzieła Vivaldiego, Beethovena, Smetany, Mendelssohna, Dvořáka, Bizeta i innych kompozytorów. Reszty dowiedzą się Państwo już w trakcie samych wydarzeń, podczas których prym wieść będą zmysł słuchu i Wasza wyobraźnia – zachęca dyrektor TOS.

Informacje formalne

- Przedsięwzięcie grantowe „Zobaczyć muzykę” Toruńskiej Orkiestry Symfonicznej jest finansowane w ramach projektu „Kultura bez barier” realizowanego przez Państwowy

Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.

- Projekt ma na celu zapewnienie dostępności osobom niewidomym, niedowidzącym i innym z dysfunkcjami wzroku. W ramach zadania została zaplanowana poprawa dostępności. Działania mają dotyczyć modernizacji strony internetowej, szkoleń pracowników, dostosowania budynku i kasy biletowej oraz organizacji trzech koncertów symfonicznych i trzech koncertów kameralnych, a także oprowadzania po siedzibie. Powstanie również wideoreportaż oraz dokumentacja fotograficzna.
- Projekt ma za zadanie wywołać trwałe zmiany w podejściu osób ze szczególnymi potrzebami do instytucji, a także samej instytucji i pracowników do tych osób, nawiązać trwałe relacje ze środowiskiem osób ze szczególnymi potrzebami oraz spowodować integrację środowisk.





- Podniesione zostaną kompetencje kulturowe osób ze szczególnymi potrzebami, a także kompetencje pracowników instytucji w zakresie współpracy z tymi osobami, zapewni się dostępność oferty i zasobów oraz włączy je do codziennej praktyki instytucji. Przewidziano również eliminację barier m.in. poprzez usprawnienia infrastrukturalne, cyfrowe oraz komunikacyjne, dzięki którym osoby ze szczególnymi potrzebami będą mogły brać udział w życiu kulturalnym oraz dostosowanie oferty do możliwości samodzielnego udziału tych osób w wydarzeniach.

Co już zrealizowano?

- Zamontowano infrastrukturę dla osób ze szczególnymi potrzebami w obszarze widzenia. Budynek został wyposażony w linie prowadzące, tj. szlaki komunikacyjne ułatwiające osobom z dysfunkcjami wzroku swobodne poruszanie się po obiekcie (do prowadzenia białej laski po posadzce). Przygotowano plan tyflograficzny obrazujący poziom o budynku, tyflografiki sceny i widowni. W wyznaczonych rzędach sal koncertowych pojawiły się tabliczki z numeracją w brajlu. Dostosowano także kasę biletową, w której zamontowana została pętla indukcyjna, tabliczka brajlowska oraz pole uwagi. Dostawę i montaż zapewniła firma Altix sp. z o.o.
- W kasie dostępne są katalogi Toruńskiej Orkiestry Symfonicznej dostosowane do potrzeb osób ze szczególnymi potrzebami ze względu na wzrok: wersja dla osób słabowidzących – z powiększoną czcionką, a także wersja w alfabecie Braille’a. Nowe foldery umożliwiają zapoznanie się z historią, ofertą i sukcesami Orkiestry.
- W minionych tygodniach pracownicy TOS szkolili się w ramach projektu „Zobaczyć muzykę” w dwóch aspektach: jak poprawić dostępność instytucji dla osób ze szczególnymi potrzebami oraz jak tworzyć dokumenty elektroniczne i strony internetowe, by były

dostępne dla wszystkich zainteresowanych. Szkolenia poprowadzili eksperci z firmy Altix sp. z o.o. – Justyna Muszalska i Maciej Motyka.

Ważne informacje

Przez część koncertu artyści grają zza kurtyny, w całkowitej ciemności. Pojawia się audiodeskrypcja przedstawiona przez osobę prowadzącą ze sceny; za jej pomocą opisywane są wszystkie elementy obrazu, m.in. przebieg koncertu – opis słowny przed utworami, układ orkiestry na scenie.

Przed koncertami odbywają się wycieczki z przewodnikiem po CKK Jordanki dla osób z niepełnosprawnością wzroku. Obowiązują wcześniejsze zapisy u koordynatora do spraw dostępności (Katarzyna Olszewska, tel.: +48 56 644 83 01, kom.: +48 790 206 810, e-mail: k.olszewska@tos.art.pl).

Repertuar

ZOBACZYĆ MUZYKĘ – FLORA I FAUNA

24.03.2023 r., 19:00

Miejsce: Sala Koncertowa CKK Jordanki

Wstęp: 45 zł – normalny, 35 zł – ulgowy

Kacper Żarowski – fortepian

Bohdal Koval (Ukraina) – fortepian

Toruńska Orkiestra Symfoniczna

Dainius Pavilionis (Litwa) – dyrygent

W programie – utwory krążące wokół motywów przyrodniczych, ukazujące bogactwo oraz zróżnicowanie flory i fauny; świat zachwycający, tętniący życiem, dźwiękami lasów, łąk, gór i rzek.

ZOBACZYĆ MUZYKĘ – DZIWIY NATURY

14.04.2023 r., 19:00

Miejsce: Sala Koncertowa CKK Jordanki

Wstęp: 45 zł – normalny, 35 zł – ulgowy

Sulamita Ślubowska – skrzypce

Toruńska Orkiestra Symfoniczna

Dainius Pavilionis (Litwa) – dyrygent

Koncert zanurzający się w tajemnicy zachodzących w naturze przemian, pokazujący zachwyt nad cudami rzeczywistości, jak i przerażenie groźną potęgą żywiołu.

KONCERT KAMERALNY – KSIĘŻYCOWE MELODIE

28.04.2023 r., 19:00

Miejsce: Sala Kameralna CKK Jordanki

Wstęp: 15 zł

Koncert z okazji 550 rocznicy urodzin Mikołaja Kopernika (1473-1543)

Wojciech Waleczek – fortepian

Zaciszna atmosfera spotkania to odpowiednia przestrzeń dla refleksji nad subtelnym pięknem Wszechświata. Przygotowano wybitne dzieła skupione wokół motywu księżycowego światła.

ZOBACZYĆ MUZYKĘ – WIELKIE OPOWIEŚCI

19.05.2023 r., 19:00

Miejsce: Sala Koncertowa CKK Jordanki

Wstęp: 45 zł – normalny, 35 zł – ulgowy

Toruńska Orkiestra Symfoniczna

Mirosław Jacek Błaszczuk – dyrygent

Myśl przewodnia koncertu koncentruje się na przedziwnych kolejach ludzkiego losu układających się w historię, które do dziś zachwycają publiczność. Oddające fascynujące realia społeczne, tragizm relacji międzyludzkich i potęgę ludzkich emocji utwory – gwarantują niezapomniane przeżycia.

KONCERT KAMERALNY – NIESAMOWITA CODZIENNOŚĆ

20.05.2023 r., 18:00

Miejsce: Sala Kameralna CKK Jordanki

Wstęp: 15 zł



ACH Duo w składzie: Aleksander Pankowski vel Jankowski (gitara), Noemi Hańczyk (harfa)

Muzyczne spotkanie umożliwiające pochylenie się nad zadziwiającym, ulotnym pięknem zawartym w codziennych zjawiskach i niepowtarzalności każdej chwili. Słuchacze mogą przekonać się, że w świecie muzyki bogactwo barw zyskuje nawet pozornie szara rzeczywistość.

KONCERT KAMERALNY – DZIEDZICTWO GENIUSZU

22.05.2023 r., 19:00

Miejsce: Sala Kameralna CKK Jordanki

Wstęp: 15 zł

Michał Szymanowski – fortepian

Koncert poświęcony jednemu z najwybitniejszych artystów polskiej sceny muzycznej, którego twórczość stanowi istotny składnik narodowego dziedzictwa kulturowego. Poprzez wysłuchanie wyboru utworów można odkryć tajemnicę jego talentu.

Informacje o biletach

Bilety na koncerty można kupić:

– za pośrednictwem strony internetowej www.tos.art.pl

– w kasie CKK Jordanki, czynnej w czwartki i piątki w godz. 13.00-19.00, Aleja Solidarności 1-3, 87-100 Toruń, tel. +48 56 642 43 79, e-mail: kasa@tos.art.pl

– na godzinę przed koncertem w miejscu, w którym będzie się on odbywał.

Dla grup zorganizowanych przewidziano zniżki. W ramach projektu „Zobaczyć muzykę” w celu testowania dostępności przygotowano pulę bezpłatnych wejściówek dla grup osób z dysfunkcjami wzroku. W przypadku zainteresowania biletami grupowymi należy kontaktować się z Katarzyną Olszewską, specjalistą ds. sprzedaży i marketingu: tel.: +48 56 644 83 01, kom.: +48 790 206 810, e-mail: k.olszewska@tos.art.pl.

Audiodeskrypcja

Jako przykład podaję fragment opisu ze strony internetowej TOS dla drugiego koncertu.



“W cyklu przemian

Na początku poświęcimy uwagę dziełu pochodzącego z Włoch muzyka, tworzącego w okresie baroku i będącego najwybitniejszym przedstawicielem swojej epoki. Wykonany podczas koncertu utwór zakorzeniony w cykliczności natury, zgłębia sekrety i czar tkwiącego w przyrodzie potencjału przemian i stanowi pochwałę życia wiejskiego, wzbudzającą podziw różnorodnością zastosowanych technik muzycznych.

Radosny początek

Pierwszą część inicjuje radosne Allegro zwiastujące nowy początek w świecie przyrody. Usłyszymy zarówno kojący śpiew ptaków i spokojny szmer wody, jak i dźwięki wichury ciskającej błyskawicami. Nie zabraknie również elementów sielskiego życia pasterzy pośród budzących się do życia łąk i radosnych tańców.

Groźny żywioł

Następna część, początkowo wprowadzająca odbiorcę w spokojny, sielski nastrój, prędko ujawnia groźne i niszczycielskie oblicze natury. Leniwa i bez troska atmosfera dnia w wyniku wielkiej nawałnicy staje się tylko wspomnieniem, a pogoda ducha wiejskiej ludności ulatnia się bez śladu w obliczu klęsk spowodowanych przez nieprzewidywalny żywioł.”

Opis dotyczy znanego utworu Antonio Vivaldiego „Cztery pory roku”, części: Wiosna, Lato.

Wrażenia

Swoimi odczuciami po zwiedzaniu Centrum Jordanki i pierwszym koncercie z cyklu „Zobaczyć muzykę” podzielił się ze mną pan Przemysław, który przybył na koncert z grupą zajęć klubowych Warsztatów Terapii Zajęciowej Polskiego Związku Niewidomych w Toruniu.

– Kiedy trwał koncert w zaciemnieniu – usłyszałem odgłosy natury: śpiew ptaków, szum wody, lasu. Można było sobie wyobrażać różne zjawiska, zrelaksować się i jakby wejść w głąb przyrody. Pomagały opisy pani prowadzącej przed utworami. Moje widzenie jest ograniczone – mam jaskrę i oczopląs. Gdy siedzę blisko, mogę obserwować orkiestrę. Warto jednak było spróbować udziału w koncercie w ciemności. Wybieram się na kolejne.

Dostępność dla osób z niepełnosprawnościami

Opis udogodnień znajduje się na stronie internetowej TOS w zakładce: Deklaracja dostępności.



Siedzibę Toruńskiej Orkiestry Symfonicznej stanowi budynek Centrum Kulturalno-Kongresowego Jordanki przy Alei Solidarności 1-3, oddany do użytku w 2015 roku. Jest on dostępny dla osób z niepełnosprawnością. Administracja TOS znajduje się na drugim piętrze, na które z poziomu parteru można wjechać windą.

Wejście do budynku z salami koncertowymi z otaczających ulic odbywa się bez konieczności pokonywania schodów zewnętrznych. Poziom głównego wejścia znajduje się bezpośrednio na poziomie terenu. W pierwszych rzędach sal koncertowych przewidziane są miejsca, gdzie można w wygodny sposób umieścić wózek osoby z niepełnosprawnością. Toalety są dostosowane dla osób niepełnosprawnych.

Parking podziemny dysponuje łącznie na obydwu kondygnacjach pięcioma miejscami parkingowymi dla osób z niepełnosprawnościami. Wyjście z parkingu ułatwia z kolei wygodna winda.

Garderoby są również dostosowane dla artystów poruszających się na wózku.

W Centrum Kulturalno-Kongresowym Jordanki przewidziano także specjalne udogodnienia dla osób niewidomych i słabowidzących.

W CKK Jordanki zamontowano również pętlę indukcyjną. Jest to potoczna nazwa systemu wspomagania słuchu z pętlą indukcyjną (induktofoniczną). Umożliwia ona osobie niedosłyszącej odbiór nieskazitelnie czystego i wyraźnego dźwięku poprzez cewkę telefoniczną, w którą wyposażony jest niemal każdy aparat słuchowy.

Wielkie brawa

Myślę, że tym razem całemu zespołowi Toruńskiej Orkiestry Symfonicznej z różnych działów należą się oklaski za prowadzenie tak wspaniałego projektu dotyczącego osób z dysfunkcjami wzroku. Nowością są też koncerty z cyklu „Zobaczyć muzykę” dla innych melomanów. Następuje dzięki temu piękna integracja środowisk. Oby tak dalej!

Ślad

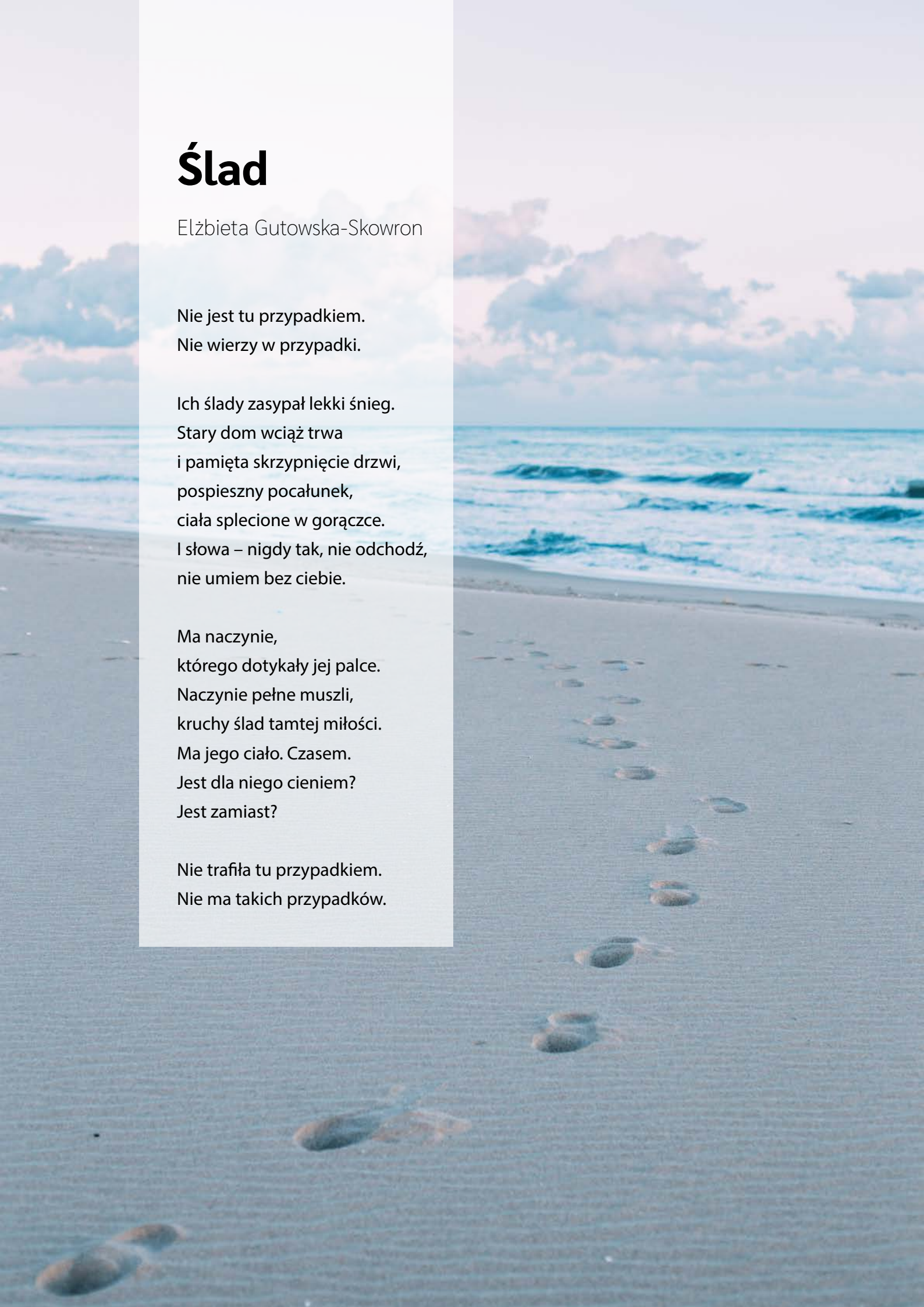
Elżbieta Gutowska-Skowron

Nie jest tu przypadkiem.
Nie wierzy w przypadki.

Ich ślady zasypał lekki śnieg.
Stary dom wciąż trwa
i pamięta skrzypnięcie drzwi,
pospieszny pocałunek,
ciała splecione w gorączce.
I słowa – nigdy tak, nie odchodź,
nie umiem bez ciebie.

Ma naczynie,
którego dotykały jej palce.
Naczynie pełne muszli,
kruchy ślad tamtej miłości.
Ma jego ciało. Czasem.
Jest dla niego cieniem?
Jest zamiast?

Nie trafiła tu przypadkiem.
Nie ma takich przypadków.



Harmonogram 21. edycji REHA i IMC18

DZIEŃ I

22.05.2023 – poniedziałek

REHA	IMC
13:00 – 15:00 – Otwarcie Konferencji REHA, rozstrzygnięcie Konkursu IDOL (etap krajowy i światowy), wystąpienia gości specjalnych i sesja merytoryczna 17:00 – 19:00 – Zajęcia rehabilitacyjne w grupach	17:00 – 18:00 – Rejestracja uczestników 18:00 – 19:00 – Welcome Reception 19:00 – 19:30 – Koncert Natalii Kwiatkowskiej 19:30 – 20:00 – Czas dla Gości 20:00 – 21:00 – Poczęstunek
12:00 – 19:00 – Wystawa pn.: „Świat dotyku i dźwięku”	

DZIEŃ II

23.05.2023 – wtorek

REHA	IMC
09:00 – 15:30 – Panele i warsztaty w 5 blokach panelowych (on-line) 16:00 – 19:00 – Piknik Sprawności, Wiedzy i Sztuki (Bulwary wiślane)	09:00 – 15:30 – Panele i warsztaty w 5 blokach panelowych (stacjonarnie CNK) 18:00 – 21:00 – Gala Dinner, Ceremonia Suterko-Cory Award (Zamek Królewski w Warszawie)
12:00 – 19:00 – Wystawa pn.: „Świat dotyku i dźwięku”	

DZIEŃ III

24.05.2023 – środa

REHA	IMC
09:30 – Msza św. w intencji niewidomych, słabowidzących i ich bliskich (Kościół św. Anny) 10:30 – Manifestacja „My widzimy Was, a Wy – czy widzicie nas?” 12:00 – 19:00 – Piknik Sprawności, Wiedzy i Sztuki (Bulwary wiślane)	09:00 – 14:00 – Wizyta studyjna w Ośrodku dla Dzieci Niewidomych w Łaskach
15:00 – 18:00 Warsztaty 12:00 – 18:00 Wystawa pn.: „Świat dotyku i dźwięku”	

DZIEŃ IV

25.05.2023 – czwartek

REHA	IMC
09:00 – 12:00 – Panele i warsztaty w 5 blokach panelowych (on-line)	09:00 – 12:00 – Panele w 5 blokach panelowych (stacjonarnie CNK) 12:00 – 13:30 – Warsztaty 13:30 – 15:00 – Ceremonia zamknięcia