

**OKRĘGOWY BIULETYN INFORMACYJNY
KUJAW I POMORZA, POLSKIEGO ZWIĄZKU
OPERUJĄCY DZIAŁALNOŚĆ LUDZI NIEWIDOMYCH I SŁABO WIDZĄCYCH**



Jesienni, niezmienni...

A mnie jest szkoda... Tak, tak wiemy, że o lato tu chodzi, że na progu jesieni łzawej wspominamy, przywołujemy te klimaty- słońca, morza i odległe kraje... Może tak i jest - wszak dla każdego indywidualnego spośród nas wiele promienistych zdarzeń zdarzyć się mogło (i zdarzyło zapewne), ale w perspektywie szerszej - społecznej, to już tak słonecznie nie było, a przeciwnie wręcz... A potem przyszły pogodowe nawałnice, niosące ludzkie tragedie i ogrom zniszczeń, ale i pomoc dla poszkodowanych ze stron wszystkich. Powróćmy może na ląd nasz znany, gazetowy. Jesteśmy po otrzymaniu drugiego papierowego życia. Raz drugi zatem *Okno* mruga do Czytelników naszych wiernych. A cóż tam ciekawego w wydaniu tym właśnie? Wspominamy Henocha Drata - postać znaną ongi w środowisku, zasłużoną wielce, a dzisiaj już może i trochę zapomnianą. Przypomnieć warto, pamiętać wypada. A poza tym? Informacji codziennych natłok przeróżny - będzie o legitymacji nowej dla nas właśnie i sięgniemy po sprzęt nowoczesny, użyteczny, włączając telewizor jakości naj..., który podpowiada kwestie różne, przekazując jeno dobre wieści - ot taką chociażby, iż w trybie przyspieszonym udać się możemy do urn wyborczych, by... Ano właśnie – w celu jakim? Gazeta Ci wszystko wyjaśni...

Warto być z nami? Trzeba być, bo my zawsze niezmienni, chociaż czasem ciut jesienni...

Piotr Skoblewski

Na okładce zdjęcie ks. Piotra Buczkowskiego przedstawiające widok przez bramę na ulicy Żeglarskiej na Katedrę Świętojańską w Toruniu.

Redakcja

Biuletyn Informacyjny „OKO” to bezpłatny kwartalnik informujący o działalności ludzi niewidomych i słabo widzących na terenie województwa kujawsko-pomorskiego

KOORDYNATOR	Anna Kruczkowska
REDAKCJA	Renata Olszewska, Jadwiga Henselek, Dawid Szatten e-mail: biuletynoko@tlen.pl
KOLEGIUM REDAKCYJNE	ks. Piotr Buczkowski, Magdalena Turek
KOREKTA	Ludmiła Mokańska
WYDAWCA	Polski Związek Niewidomych, Okręg Kujawsko-Pomorski Al. Powstańców Wlkp. 33, 85-090 Bydgoszcz, tel. 52 341 32 81
WERSJA DŹWIĘKOWA	realizacja akustyczna - Jerzy Olszewski czyta - Ludmiła Mokańska

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych, zastrzega sobie prawo do skrótów, adiacji i redagowania nadesłanych tekstów. Wszystkie materiały publikowane w kwartalniku „OKO” mogą być przedrukowywane wyłącznie za zgodą redakcji. Redakcja nie ponosi odpowiedzialności za treść zamieszczanych reklam i ogłoszeń.

Biuletyn Informacyjny „OKO” jest wydawany w ramach projektu współfinansowanego ze środków PFRON - konkurs nr 2/2017 „Aktywność i wiedza” oraz ze środków Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej z Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich.

W NUMERZE:**WYDARZENIA I AKTUALNOŚCI**

INNOWACYJNE DZIAŁANIA – SKORZYSTAJ Z NICH I TY	4
FESTIWAL KULTURY BEZ BARIER	7
REHA FOR THE BLIND IN POLAND – XV EDYCJA	7
III KONGRES OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI 2017	9
100 LAT MINEŁO	11

KULTURA

SŁOWEM MALOWANE.....	13
ROZMOWY O WIERSZACH Z JOLANTĄ KUTYŁO.....	13

<u>WIEŚCI Z KÓŁ</u>	16
----------------------------------	----

DUSZPASTERSTWO

TRZY BRAMY – BRAMA NADZIEI.....	23
PIELGRZYMOWANIE NIEWIDOMYCH – CO 2 LATA	24

DOSTĘPNOŚĆ

SYSTEM DO GŁOSOWANIA DOSTĘPNY DLA WSZYSTKICH!	27
---	----

KU SAMODZIELNOŚCI

CZASOPISMO SZEŚCIOPUNKT.....	30
BYDGOSKIE PRZEDSZKOLE DLA NIEWIDOMYCH DZIECI	31

PORADY PRAWNE

NOWA LEGITYMACJA OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNEJ.....	32
--	----

ZDROWIE

SPRAWDŹ, JAK DBAĆ O WZROK.....	34
--------------------------------	----

TYFLOTECHNIKA

URZĄDZENIE MAKROLUX	35
TELEFON – ZAMÓW TAXI.....	36
UDŹWIĘKOWIONY TELEWIZOR	37
AUDIODESKRYPCJA	38

DLA KAŻDEGO COŚ CIEKAWEGO

JESIENNA EDYCJA STREFY KULTURALNEGO PODRÓŻOWANIA.....	39
OKIEM NA PRZYRODĘ	40
SPORT	41
KSIĄŻKI DO PODUSZKI	41
PRAKTYCZNE DROBIAZGI.....	42
PRZEZ ŻOŁĄDEK DO SERCA	42

INNOWACYJNE DZIAŁANIA – SKORZYSTAJ Z NICH I TY

Za nami kilka miesięcy działań w ramach projektu „Centrum rehabilitacji niewidomych i słabo widzących” dofinansowanego z PFRON, ukierunkowanego na wzrost samodzielności osób z niepełnosprawnością wzroku. Oprócz realizowanych już od wielu lat zajęć grupowych z zakresu rehabilitacji podstawowej, obsługi komputera, spotkań edukacyjnych dla diabetyków oraz rehabilitacyjnych zajęć indywidualnych, od tego roku zaproponowaliśmy naszym członkom „nowe” formy zajęć, które jak się okazało, bardzo odpowiadały uczestnikom.

Dwa razy w miesiącu odbywają się **SPOTKANIA SEKCJI TWÓRCZEJ AKTYWNOŚCI**. Są to zajęcia plastyczno-rękodzielnicze. Uczestniczy w nich od 6 do 8 osób, które poznały wybrane techniki arteterapii i wybrały najbardziej im odpowiadające. Pod okiem instruktorki przygotowujemy materiały: wycinamy, nawlekamy, szyjemy, kleimy. Efekt końcowy jest zdumiewający. Panie wykonały przepiękne anioły ze sznurka, papieru, drewna jak również naszyjniki i bransolety z tkaniny i drewna. Ręcznie wykonane kartki okolicznościowe są niepowtarzalne, każda inna, a wszystkie piękne i bardzo starannie wykonane. Wielość wzorów, kolorów i różnorodność elementów po prostu zachwyca.

16 października podczas obchodów 45-lecia koła PZN w Bydgoszczy Sekcja Twórczej Aktywności zaprezentuje swoje wytwory.



Własnoręcznie wykonane anioły

Na potrzeby zajęć zakupiliśmy m.in. krosna do tkania, przyrząd do wykonywania biżuterii, wiele wyrobów papierniczych, zdobniczych. Chętni mogą także zrelaksować się, korzystając z gier towarzyskich dostosowanych do potrzeb i możliwości osób niewidomych. Przed nami kolejne zajęcia, nowe pomysły na pożyteczne spędzanie czasu, w miłej przyjaznej atmosferze. Zachęcam do skorzystania z tej propozycji.

„**KOMPUTER UŁATWIA EDUKACJĘ**” to pięciodniowe zajęcia w zakresie wykorzystania komputera w edukacji dziecka z dysfunkcją wzroku. Zajęcia odbyły się w lipcu, uczestniczyły w nich 4 dziewczynki w wieku szkolnym wraz ze swoimi mamami, wszystkie spoza Bydgoszczy. Tematyka obejmowała m.in. następujące zagadnienia: możliwości przystosowania sprzętu komputerowego do potrzeb osób niewidomych i słabo

widzących, ustawienie i obsługa specjalistycznych programów - udźwiękowiającego i powiększającego, skanowanie dokumentów i przetwarzanie na tekst, konwertowanie tekstu na pliki audio, korzystanie z Działu Zbiorów dla Niewidomych Głównej Biblioteki Pracy i Zabezpieczenia Społecznego i wiele innych.



Zajęcia komputerowe

Dla uatrakcyjnienia pobytu i wypoczynku zorganizowaliśmy dla wszystkich wyjście do Family Parku na zajęcia edukacyjne oraz spacer po pięknej Wyspie Młyńskiej.

Zapewniliśmy zakwaterowanie i wyżywienie. Dzieci otrzymały zestaw pomocy edukacyjnych, natomiast rodzice Informator PZN oraz inne przydatne materiały. Zarówno dzieci, jak i ich mamy były bardzo zadowolone z uczestnictwa w zajęciach.

BEZPIECZNE KORZYSTANIE Z PRZESTRZENI PUBLICZNEJ

- ta innowacyjna forma wsparcia, realizowana na terenie koła powiatowego, jest uzupełnieniem rehabilitacji w placówce. Jej cel to

zwiększenie samodzielności osób z dysfunkcją wzroku w przestrzeni publicznej poprzez nabycie wiedzy w zakresie orientacji przestrzennej i „oswajanie” miejsc użyteczności publicznej, takich jak: urzędy, ośrodki kultury, placówki ochrony zdrowia, dworce itp.

Osoby niewidome i słabo widzące wspólnie z rehabilitantami poznają miejsca służące społeczności lokalnej, punkty orientacyjne, najbezpieczniejsze szlaki komunikacyjne prowadzące do nich i dzięki temu bez obaw będą mogli samodzielnie z nich korzystać. Zajęcia prowadzone są w 4 miastach powiatowych: Inowrocławiu, Toruniu, Świeciu i Żninie. Grupy 12-osobowe (9 niewidomych i 3 przewodników) wraz z rehabilitantami zapoznawały się z ważnymi obiektami użyteczności publicznej. W Inowrocławiu byliśmy w Urzędzie Miasta, Powiatowym Centrum Pomocy Rodzinie i solankach. Zgłęбилиśmy dostępność i bariery dla niewidomych w Urzędzie Miasta w Żninie, PCPR w Toruniu oraz w bibliotekach w Barcinie i Świeciu. Dużym zainteresowaniem cieszyło się poznawanie dworca PKP Toruń Główny po modernizacji. Uczestnicy poznali znaczenie punktów orientacyjnych i korzystając ze ścieżek dotykowych, zwracali uwagę na oznakowania – poręczy schodów i wind, dojść na perony, docenili dostosowanie oznakowań i map brajlofskich dla niewidomych

i słabo widzących.

Podczas spotkań prowadzony jest instruktaż posługiwania się białą laską, poruszania się z laską oraz z przewodnikiem.

W ramach projektu „Pełnoprawny obywatel” dofinansowanego przez Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej na przełomie maja i czerwca odbyło się trzydniowe szkolenie pn. „Bariery w przestrzeni publicznej oraz udogodnienia dla osób z dysfunkcją wzroku”, w którym uczestniczyło 36 liderów naszego środowiska z terenu całego województwa.

Szkolenie miało na celu wyposażenie liderów w kompetencje umożliwiające skuteczniejsze działania w życiu publicznym, w tym w wiedzę w zakresie poprawy dostępności instytucji publicznych do potrzeb osób niepełnosprawnych oraz umiejętności przekazywania jej i egzekwowania przyjaznych rozwiązań.

Tematem głównym były zasady dostępności przestrzeni publicznej dla osób niewidomych oraz zasady pomocy i wspierania niewidomych.

Uczestnicy zostali zapoznani z kompetencjami i funkcjonowaniem samorządów, zasadami negocjacji, reprezentowania organizacji i potrzeb niewidomych, zostali przeszkoleni w zakresie ochrony danych osobowych

Ważnym elementem szkolenia była wymiana informacji i doświadczeń między działaczami. Często zachęta innych, dobre doświad-

czenia i praktyki są motywacją do podejmowania podobnych działań w swoim powiecie.

Na początku października zostanie przeszkolona kolejna 36-osobowa grupa naszych liderów.

Od 5 października rozpoczynamy warsztaty w instytucjach użyteczności publicznej, które zgłosiły do PZN potrzebę przeszkolenia. Zgłoszenia otrzymaliśmy od kilkunastu instytucji, są to przede wszystkim PCPR-y, MOPR-y, również PUP. Zainteresowanie jednostek pomocowych przerosło nasze możliwości. Niektóre urzędy zgłosiły potrzebę przeszkolenia 20 a nawet 60 osób. Cieszy nas takie zainteresowanie, jednak możemy przeszkolić jednorazowo w każdej instytucji maksymalnie 6 osób, ponieważ zajęcia będą prowadzone z wykorzystaniem białej laski, gogli oraz symulatorów widzenia. Obecnie ustalamy konkretne terminy warsztatów w poszczególnych jednostkach. W ich przeprowadzaniu będą uczestniczyć także przeszkoleni liderzy.

Jeśli potrzebujesz rehabilitacji, zgłoś się do okręgu, na pewno znajdziesz coś dla siebie, jeśli jesteś dobrze zrehabilitowany i chcesz zrobić coś dla innych, włącz się w działania na rzecz lokalnego środowiska niewidomych. Razem możemy zrobić więcej.

Anna Kruczkowska
kierownik działu rehabilitacji

FESTIWAL KULTURY BEZ BARIER

To już za dwa miesiące, od 29 września do 15 października – Międzynarodowego Dnia Białej Łaski!

Z okazji 5. jubileuszowej edycji, za miast Tygodnia, jest Festiwal Kultury Bez Barier. Tak jak zawsze, we współpracy z TR Warszawą oraz Miastem Stołecznym Warszawa, przygotowaliśmy różnorodne wydarzenia: od spektakli przez warsztaty po wystawy i oprowadzenia. Pojawia się także nowości, jak minifestiwal filmowy bez barier, który odbędzie się w kinie *Elektro-nik* w Warszawie. 6-8 października pokażemy filmy bez barier – polskie, zagraniczne, obyczajowe, komedie, dramaty... Będą różne tytuły, filmy nowe i starsze, a będzie je łączyła audiodeskrypcja i napisy dla niesłyszących/tłumaczenie na język migowy.

Tak jak w poprzednich latach, wydarzenia będą się odbywały nie tylko w stolicy, ale także w innych miastach Polski. Już teraz zapraszamy do Stalowej Woli, Lublina, Krakowa, Poznania, Białegostoku, Rzeszowa, Gdyni, Zielonej Góry, Wałbrzycha, Wrocławia, Katowic i Olsztynka i innych. Najważniejsi w festiwalu są nasi odbiorcy, dlatego już teraz zapraszamy do wspólnego uczestnictwa w wydarzeniach bez barier i zachęcamy do śledzenia naszego profilu na Facebooku, jak też strony internetowej, która ruszy na początku września. Udostępniajcie informację, zapraszajcie znajomych, świętujmy te 17 dni w jak najszerszym gronie. Twórzmy razem kulturę bez barier! Do zobaczenia we wrześniu!

Organizatorzy V WFKBB

Źródło: <http://pzn.org.pl/festiwal-kultury-bez-barier/>

REHA FOR THE BLIND IN POLAND – XV EDYCJA

Konferencja REHA FOR THE BLIND IN POLAND w tym roku będzie wyjątkowa. Fundacja Szansa dla Niewidomych obchodzi bowiem 25-lecie swojej działalności, a sama konferencja organizowana jest już po raz 15! Ponadto honorowym patronatem objęli ją zarówno prezydent Rzeczypospolitej Andrzej Duda, jak i Jego małżonka Agata Kornhauser-Duda. Dlatego też organizatorzy zdecydowali się na dodanie nowego elementu do dotychczasowej formuły przedsięwzięcia, jakim jest gala, na której

ogłoszone zostaną wyniki konkursu IDOL w 7 kategoriach. Imprezę uświetnią koncerty wybitnych niepełnosprawnych, którzy wystąpią ramię w ramię ze znanymi osobistościami. Jednym z elementów wydarzenia będzie także wspólny happening „Jesteśmy razem”.

Wszystko to będzie możliwe dzięki współfinansowaniu projektu przez Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych.

Program:

16.10.2017 r. – uroczysta gala konferencji na warszawskim

Torwarze.

17–18.10.2017 r. – część merytoryczna konferencji „Wielkie spotkanie niewidomych, słabo widzących i ich bliskich” w Pałacu Kultury i Nauki.

Elementy programu:

1.Uroczyste powitanie gości, wspólne odsłuchanie hymnu społeczności niewidomych „Widzieć więcej” (autorzy: Lidia Pospieszalska i Jacek Cygan).

2.Relacja (filmy) z imprez regionalnych promujących Gałę Reha.

3.Wystąpienia osób związanych z pomocą niewidomym i słabo widzącym: pracowników fundacji, przedstawicieli instytucji publicznych, ludzi sportu, kultury, mediów.

4.Prezentacja – Niewidomi i kultura.

5.Prezentacja – Niewidomi i sport.

6.Prezentacja – Dostępność.

7.Uroczyste rozdanie nagród IDOL w 7 kategoriach: Idol Środowiska, Idol Media, Idol Urząd, Idol Instytucja, Idol Firma Roku 2017, Idol Produkt roku dla osób niewidomych, Idol Produkt roku dla osób słabo widzących.

Nagrody wręczą w parach wybitni niewidomi i znane osobistości, a każdej wręczanej nagrodzie będzie towarzyszyć film poświęcony jej laureatowi.

8.„Ślepy los na wesoło” – skecze przedstawicieli kabaretów i osób niewidomych.

9.Uroczyste rozdanie nagród w konkursie „Festiwal – Kuźnia talentów”.

10.Wspólny happening z balonami.

11.Wspólne koncerty znanych artystów i niepełnosprawnych muzyków.

12.Podziękowania, zaproszenie na następne dni konferencji i zakończenie części oficjalnej.

13.Wyświetlenie filmu z audiodeskrypcją.

Ideą gali jest pokazanie szerokiej opinii publicznej, co nasi bohaterzy potrafią i jacy naprawdę są – nowocześni, śmiali i aktywni. Z kolei osoby sprawne, które będą im towarzyszyć, zademonstrują, co znaczy być razem, rozumieć i współdziałać!

Patronem medialnym tego wydarzenia będzie Telewizja Republika.

(...) W ramach tegorocznej edycji REHA odbędzie się 7 imprez regionalnych, których ideą jest promocja środowiska i słabo widzących, integracja oraz promocja gali warszawskiej, która odbędzie się 16.10.2017 r. na Torwarze.

Imprezy regionalne odbędą się w Szczecinie, Lublinie, Gdyni, Krakowie, Kielcach, Wrocławiu, Poznaniu.

Więcej informacji znaleźć można pod adresem:

www.szansadlaniewidomych.org/aktualnosci/378/imprezy-regionalne-w-ramach-reha-for-the-blind-in-poland

Źródło: Biuletyn Informacyjny „Pochodni”

BIP nr 16 (159), sierpień 2017

*http://www.pzn.slask.pl/pliki/bip_nr_16_159_sierpien_2017.htm
#artykul-381-5587*

III KONGRES OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI 2017



Logo kongresu

Kongres Osób z Niepełnosprawnościami to jedyne takie ogólnopolskie spotkanie zainicjowane przez osoby, których niepełnosprawność w różnej formie dotyczy i wspólnie tworzą konkretne propozycje działań.

Od 2015 roku spotykamy się na kongresach, by mówić jednym głosem i wypracowywać konkretne propozycje działań, które dadzą nam w praktyce takie same prawa jak wszystkim obywatelom. Gwarantuje je Konwencja ONZ o Prawach Osób Niepełnosprawnych, którą Polska przyjęła we wrześniu 2012 r. Mimo iż od jej ratyfikacji mija już pięć lat, to ciągle jest wiele miejsc w polskim prawodawstwie, ustawach i rozporządzeniach, które są niezgodne z Konwencją ONZ. To znacząco utrudnia nam i naszym rodzinom codzienne funkcjonowanie.

25 października 2017 r. osoby z niepełnosprawnościami, przedstawiciele organizacji pozarządowych oraz sympatycy spotkają się, by przełożyć treść Konwencji na nasze codzienne życie. Tegoroczna edycja Kongresu, pod

hasłem: „Za niezależnym życiem”, jest organizowana w piątą rocznicę przyjęcia przez Polskę Konwencji ONZ o Prawach Osób Niepełnosprawnych. To doskonała okazja, by nie tylko wspólnie podsumować ostatnie 5 lat jej obowiązywania, ale także wyjść z inicjatywą zmiany systemu wsparcia osób z niepełnosprawnościami.

Jedną z przyczyn organizacji I edycji Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami, który odbył się w 2015 roku, były wnioski płynące z projektów: Raport z realizacji Konwencji w Polsce oraz Monitoring Obywatelski Konwencji ONZ o Prawach Osób z Niepełnosprawnościami i zgłaszane w nim rażące naruszenia prawa oraz zjawiska dyskryminacji.

II Kongres Osób z Niepełnosprawnościami służył dyskusji na temat jakości działań związanych z wdrażaniem postanowień Konwencji ONZ o Prawach Osób Niepełnosprawnych Polsce, a co za tym idzie, uruchomieniu ogólnopolskiej debaty na temat nowego systemu ich wsparcia.

III Kongres Osób z Niepełnosprawnościami organizowany jest na 5-lecie Konwencji o Prawach Osób z Niepełnosprawnościami: wspólnie domagamy się prawa do godnego i niezależnego życia. Opracowujemy Strategię Osób z Niepełnosprawnościami, a na jej

bazie założenia dla nowych ustaw (nowego systemu wsparcia).

Dlaczego warto przyjść na Kongres?

1. Bo jeśli nie będziemy mówić o swoich sprawach, nikt nie zrobi tego za nas;

2. bo obecne w życiu publicznym osoby z niepełnosprawnościami można policzyć na palcach jednej ręki;

3. bo kobiety z niepełnosprawnościami są podwójnie dyskryminowane;

4. bo mamy dość biedy i braku miejsc pracy – minimalne wynagrodzenie nie jest godną płacą, a z renty trudno żyć;

5. bo wyjście z domu i dotarcie do sklepu, kina, urzędu, a nawet skorzystanie ze strony w Internecie jest często utrudnione lub niemożliwe;

6. bo tylko 9% budynków w Polsce jest architektonicznie dostępnych;

7. bo segregacja w edukacji nie może być podstawowym rozwiązaniem;

8. bo rodziny zostawione same sobie popadają w coraz większe problemy;

9. bo potrzebujemy solidarności we własnym środowisku;

10. bo Kongres może być początkiem zmiany społecznej.

Cel: Wypracowanie wytycznych dla nowego systemu wsparcia (przez które rozumiemy poniższe produkty).

Produkty:

1. Priorytety Strategii na rzecz

osób z niepełnosprawnościami.

2. Założenia dla ustaw wdrażających nowy system wsparcia.

Tryb procedowania:

1. Grupa osób z organizacji partnerskich przygotowuje strategię i założenia dla ustaw.

2. Na Konwentach Regionalnych konsultujemy je i poddajemy je debacie.

3. Na Kongresie prezentujemy i poddajemy kolejnej szerokiej dyskusji.

4. Po Kongresie przedstawiamy Rządowi i Parlamentowi RP.

Nawiązanie do prac Rządu:

1. Strategia Odpowiedzialnego Rozwoju.

2. Program „Za życiem”.

Projekty założeń dla nowego systemu wsparcia i strategii zostaną poddane konsultacjom społecznym podczas 13 Konwentów Regionalnych (wrzesień-październik 2017 r.), a także podczas Kongresu. Następnie wersje po konsultacjach zostaną przedstawione Rządowi RP.

Chcemy, by jak najwięcej osób z niepełnosprawnością dowiedziało się o strategii i mogło włączyć się w jej opracowanie, by wspólnie domagać się prawa do godnego i niezależnego życia.

Szczegóły dotyczące poszczególnych konwentów znajdziemy pod adresem: <http://konwencja.org/wazne-terminy-2017/>

(wybrane fragmenty informacji opublikowanych na stronie)

Źródło: www.konwencja.org

100 LAT MINĘŁO

„Życie nabiera sensu, gdy umiemy cieszyć się nim i czynimy je piękniejszym dla drugiego człowieka”. (David Ben Gurion).

W kwietniu 2017 roku minęła setna rocznica urodzin Henocha Drata (1917-1991), prezesa, który wziął w swoje ręce sprawy niewidomych w regionie i stworzył miejsca pracy oraz źródła utrzymania dla ich rodzin.

Urodził się 4 kwietnia 1917 r. w Charkowie na Ukrainie. Po śmierci męża matka wraz z synkiem przeniosła się do Polski. Zamieszkiwali w okolicach Lublina, później - Grudziądza. 14-letni Henoch wskutek wybuchu niewypału stracił wzrok. W latach 1933-39 uczył się w Zakładzie dla Dzieci Niewidomych w Bydgoszczy. Szkoła i dom rodzinny rozbudziły w Nim zainteresowania czytelnicze. Jako dorosły skończył zaocznie Technikum Ekonomiczne. Założył warsztat szczotkarski, był mistrzem w zawodzie.

Wiele uwagi poświęcał pracy społecznej w różnych organizacjach, na wielu szczeblach. Reprezentował bydgoski oddział Związku Pracowników Niewidomych RP od 1.02.1949 r. (Organizacja, utworzona przez dr Włodzimierza Dolańskiego, istniała od października 1946 r.)

W marcu 1950 r. założył wraz z grupą współzałożycieli Spółdzielnię Inwalidów Niewidomych „Gryf” w Bydgoszczy. Był jej pre-

zesem w latach 1950-1980. Największy poziom zatrudnienia spółdzielni osiągnęła w roku 1985 (785 osób, w tym niewidomych 451).

Ja również podjęłam w niej pierwszą zarobkową pracę przy naciągu szczotek jako 17-letnia dziewczyna. Łączyłam ją z nauką w Liceum Ogólnokształcącym dla Pracujących przez rok. Było to dla mnie duże obciążenie. Wracałam do spółdzielni w okresie wakacji, by dorobić do skromnego stypendium studenckiego. Odbywałam też w niej praktykę, podczas której mogłam poznać pracę Rady Spółdzielni, Zarządu i samego prezesa Drata. Dzięki Jego przychylności dostałam pomoc finansową z funduszu przeznaczanego na budowę domu dla niewidomych, ale nigdy nie doszło do jego wybudowania. Otrzymane pieniądze przeznaczyłam na mieszkanie spółdzielcze w bloku, w którym mieszkam do dziś. To ułatwiło mi życiowy start po ukończeniu studiów. Takich czynów się nie zapomina mimo upływu lat.

Oto inne funkcje społeczne pełnione przez prezesa Drata: w latach 1957-76 był członkiem Rady Związku Spółdzielni Niewidomych, jej przewodniczącym w latach 1969-70 oraz 1973-76, przewodniczącym Zarządu Okręgu PZN w Bydgoszczy – 1961-85 – do śmierci Władysława Winnickiego, członkiem Zarządu Głównego.

nego i Prezydium ZG PZN w latach 1958-71.

To wymagało wielu wyjazdów krajowych i zagranicznych, reprezentowania regionu, udziału w sprawowaniu władzy i podejmowaniu strategicznych decyzji. W pełni sprostął tym niełatwym obowiązkom. Wymagały one dobrego zdrowia, kondycji fizycznej i psychicznej. Zawsze mógł liczyć na pomoc współpracowników. Przygotowywał się do pełnionych funkcji, analizując otrzymywane dokumenty, poważnie traktował swoje zadania zawodowe i społeczne. Jego dokonania są na tyle ważne, że nie można o nich zapomnieć.

Kontynuatorem Jego dzieła w regionie był i nadal jest Zbigniew Terpiłowski.

Jaki był Drat w pracy i w codziennym życiu? Spontaniczny w reakcjach, serdeczny dla ludzi, ich problemy nie były mu obojętne, gdy mógł zawsze chętnie pomagać. Wyznawał zasadę zaczerpniętą z Reymonta: „Życie nie daje nam tego, co chcemy, ale to, co dla nas ma”. Dbał o rodzinę, słabo widzącą żonę Władysławę, która opiekowała się Nim troskliwie do śmierci. Miał syna Tadeusza, synową Ewę i 2 wnuczki.

Jak stwierdza red. Józef Szczurek w publikacji „Budowniczy znad Brdy”: „Garnął się do ludzi, nie znosił samotności, cenił dobrą robotę”.

Edward Nowak, główny księgowy

Spółdzielni „Gryf”, działacz okręgowej Komisji Rewizyjnej w Bydgoszczy, w artykule „Wspomnienie o przyjacielu” dodaje: „Był przedsiębiorczy i ambitny”. Obie publikacje zostały zamieszczone w „Encyklopedii osób zasłużonych dla środowiska niewidomych”.

Janina Śledzikowska w książce: „Historia niewidomych na Kujawach i Pomorzu – zmiany kulturowo-obyczajowe” pisze: „Jego emerytura była zaplanowana. Drat powiedział: „Trzeba wiedzieć, kiedy odejść”.

Chętnie grał w szachy. To zainteresowanie wyniósł ze szkoły. W Mistrzostwach Polski Niewidomych Szachistów zajmował czołowe lokaty. Szachiści regionu pamiętają o nim, organizując co roku w Bydgoszczy Memoriał Szachowy im. Henocha Drata. Docenia my ten wyraz pamięci o Nim.

Henoch Drat zmarł 26 kwietnia 1991 r. Jego pogrzeb zgromadził setki niewidomych spółdzielców i członków PZN, dla których i wśród których pracował. Spoczywa wraz z żoną na cmentarzu przy ul. Wiślanej w Bydgoszczy. Odwiedzam ich grób, zapalam znicz i kontempluję nad przemijaniem.

„Życie, które nie jest pożyteczne, jest jakby przedwczesną śmiercią” (Johann Wolfgang Goethe).

Zofia Krzemkowska

SŁOWEM MALOWANE

W ramach programu „Słowem malowane” 30 sierpnia 2017 roku odbył się trzeci z kolei spacer z przewodnikiem po Bydgoszczy - bydgoskie fontanny, którego koordynatorem była Helena Skonieczka.



Przy fontannie Potop w Bydgoszczy

O godz. 11 grupa osób wyruszyła spod siedziby Okręgu PZN. Z przewodniczką Moniką Matuszak dotarliśmy do multimedialnej fontanny przy filharmonii, potem do fontanny „Potop” w parku Kazimierza Wielkiego. Zabrakło nam czasu i siły, by zwiedzić wszystkie

bydgoskie wodotryski, ale przewodniczka opisała je w ciekawy sposób. Niezapomnianą i wyjątkową niespodzianką były 80. urodziny Krysi i Zosi Krzemkowskich. Wzruszyły się nasze wspańnięte jubilatki, kiedy przy fontannach zaśpiewano Im 100 lat i wręczono drobne upominki. Z naszej strony nie mogło być inaczej, skoro obie zapisały się wielkimi literami w pracy na rzecz PZN. Przy kawie przedstawiciele restauracji i pani Helena jeszcze raz złożyli Im życzenia, częstując wszystkich „płonącym” urodzinowym tortem. Chcemy, aby drogie Jubilatki wiedziały, że są wokół Nich osoby ze środowiska PZN mające dla Nich szacunek i pozytywnie oceniające Ich dokonania.

Z pewnością dla każdego z nas był to udany dzień, bogaty w wydarzenia zostawiające trwałe ślady w naszej pamięci.

Halina Maćkowska

ROZMOWY O WIERSZACH Z JOLANTĄ KUTYŁO

Jolu, rozmawiając z ludźmi, często zauważam ich chęć tworzenia, pisania wierszy. Nie każdy ma jednak odwagę zrobić krok, by takie marzenia w realność zamienić. A Ty to zrobiłaś, piszesz od wielu lat, a niektóre z Twych tomików zostały wydane.

J.K.L. Jestem zwyczajną osobą. Fakt, mam wiele zainteresowań. Staram się nie marnować czasu

na byle co. Lubię czytać książki i tak, lubię je też pisać.

Z tworzeniem bywa różnie - rodzi się jakaś myśl, czasem z przypadku np. ktoś powie jakieś zdanie, a ja dopowiadam następne. Czasem to bierze się z życia np. gdy piszę książeczki dla dzieci (co też mi się zdarza). Bywa, że przytrafi się coś śmiesznego i muszę to opisać. Kiedyś propono-

wano nam patelnię dwustronną. Kupiliśmy ją do naleśników. Po-tem okazało się, że między dwie-ma połowami patelni jest szczeli-na, przez którą omlet wpadł do zlewu. No i z tego powstał wiersz „Omlecik dla Aneci,” a patelnię komuś podarowaliśmy.

Piszę już od dawna. Debiu-towałam w „Promyczku”, bo wy-grałam jeden z konkursów. Mia-łam wtedy 9 lat. Było to opowia-danie, które należało dokończyć. Pisałam do takich czasopism jak : „Pochodnia”, „Głos kobiety”.

Pierwszą książkę pt. „Szepty” wydałam w 1993 roku. Ten tytuł podsunął mi grafik two-rzący okładkę Zbigniew Walszew-ski. W roku 1996 powstał tomik „Sny owadów”. W roku 2000 wy-dałam trzy pozycje: „Nie jestem z mroku”, „Bajki”, „Malinowe przedmieścia”. W roku ubiegłym - kolejną książkę, tomik poezji „Alfabet z koszyczka”. Cel to za-chęcanie dzieci do jedzenia owo-ców i warzyw. Na wydanie czeka-ją jeszcze dwie pozycje: wiersze „Zamyśłanki z 24 godzin” i dla dzieci „Historie co najmniej dziw-ne”. Tworzę przede wszystkim wiersze, lecz w 2000 roku wyda-łam książkę pt. „Bajki”. Wydawcą było Krajowe Centrum Kultury Niewidomych w Kielcach.

Oprócz tomików własnych miałam zaszczyt być drukowaną w różnych almanachach m.in. pi-sarzy chorzowskich („Jak muśnię-cie gałązką”) oraz w almana-chach twórczości osób niewido-

mych np. „Przydział na świat” i zbiór opowiadań „Na krawędzi nocy”.

Na dziś, jako twórca, mam dwa główne problemy: znalezie-nie dobrego sponsora i dobrego ilustratora. Niestety w Polsce jest ogromny problem ze środkami na wydanie twórczości. Częściej sponsoruje się dzieci i młodzież niż nas dorosłych. By znaleźć wsparcie na wydanie, trzeba się bardzo nachodzić. Poza tym w przypadku nas osób niewido-myh pojawia się trudność w zna-lezieniu właściwego ilustratora. Ilustracja ma ogromne znaczenie – wszak przyciąga wzrok do na-szej książki. W ubiegłym roku miałam szczęście, ilustrowania podjęła się Małgorzata Markow-ska, znajoma Ewy Maksymowicz, autorki „Kuchni czterech zmy-słów”. Jako osoba niewidoma nie mam „wglądu” w to, jakie ilustra-cje powstają, muszę oprzeć się na zdaniu znajomych. Do bajek ilustracje wykonała Pani Bożena (prosiła o niepodawanie nazwi-ska). Nas niepełnosprawnych twórców wrzuca się często do „zamkniętego worka”. Niestety po wydaniu książka nie idzie poza wydawnictwo.

Przykładowo w ubiegłym roku moim wydawcą było muzeum w Kętrzynie i tylko tam jest dostępna. W księgar-niach trudno nas spotkać, choć niektórym się to udało.

Dzięki pisaniu miałam możli-wość wzięcia udziału w międzyna-rodowych spotkaniach literackich.

Była to impreza „Liryczne Mosty Europy”. Udział w niej brały osoby zupełnie niewidome. Jest to pomysł Bernda Kebelmanna. W każdym spotkaniu brały udział trzy osoby – każda z innego kraju.

W 2006 roku pojechałam pierwszy raz – przemierzaliśmy się wtedy wzdłuż wybrzeża Bałtyku, zaczęliśmy w Sopocie, skończyliśmy w Helsinkach. Wtedy spotkanie trwało 12 dni, drugie 6 dni, w 2013 roku spotkanie było jednodniowe w Berlinie.

Celem projektu było przybliżenie poezji i prozy osób niewidomych oraz ich integracja. W czasie spotkania sala pozostawała zupełnie ciemna, nasze ubiory także były ciemne, by się nie wyróżniać, więc można było tylko usłyszeć nasze głosy. Jeden z autorów mówił w ojczystym języku, kolejny gość czytał ten sam wiersz już w tłumaczeniu. Podczas jednego ze spotkań mój wiersz był prezentowany po polsku, niemiecku i fińsku. Tłumaczeniami zajmowała się Małgorzata Płoszewska. Efektem była książka licząca 440 stron wydana w języku niemieckim i dziesięciu językach gości.

Od roku 2000 jestem członkiem Związku Literatów Polskich. Za działalność artystyczną zostałam wyróżniona przez PZN

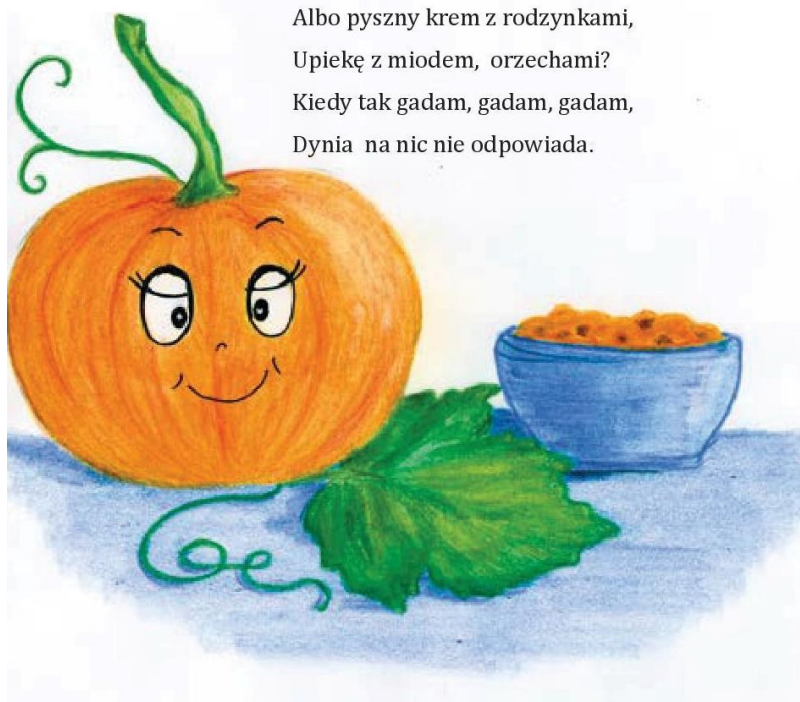
odznaką Zasłużony Działacz Kultury. Dzięki pisaniu poznałam wielu znanych twórców i mam kontakt z dyrektorem artystycznym Radia Katowice Maciejem Szczawińskim. Chciałabym tu zachęcić innych, by pisali do poczty poetyckiej Radia Katowice. Możemy go posłuchać np. przez Internet. Audycja Poczta Poetycka nadawana jest o godz. 14:45 w każdą niedzielę.

Jolanta Kutyło-Lewandowska od 2010 r. mieszka w Toruniu.

*Dziękujemy za rozmowę.
Redakcja*

D jak dynia

Mam na stole grubaśną dynię,
Poznaję ją po słodkiej minie.
Ma w sobie witamin ogrom,
Ugotuję z niej zupę dobrą.
Albo pyszny krem z rodzynkami,
Upiekę z miodem, orzechami?
Kiedy tak gadam, gadam, gadam,
Dynia na nic nie odpowiada.



Wierszyk z książeczki Alfabet z koszyczka

BRODNICA

Podczas wakacji zawodnicy brodnickiej sekcji Włocławsko-Brodnickiego klubu Sportowego Niewidomych i Słabo Widzących „Pionek” startowali w 3 ogólnopolskich zawodach sportowych w bowlingu i kręglach klasycznych. Były to:

1.Ogólnopolski Turniej Niewidomych i Słabo Widzących w Bowlingu w Opolu od 21 do 23 lipca 2017 r., w którym startowało 4 zawodników klubu.

2.Ogólnopolski Turniej Niewidomych i Słabo Widzących w Kręglach Klasycznych w Poznaniu od 3 do 6 sierpnia 2017 r., w którym udział wzięły 4 osoby, a Jolanta Lewandowska zdobyła 1. miejsce.

3.XIII Ogólnopolski Turniej Niewidomych i Słabo Widzących w Brzesku od 17 do 20 sierpnia 2017 r., na który pojechało 4 sportowców, a Jolanta Lewandowska zajęła 4. miejsce.

Udział zawodników brodnickiej sekcji WBKSNiS „PIONEK” był możliwy dzięki wsparciu: Zakładu Aktywności Zawodowej w Brodnicy, który dofinansował wyjazd swoich sportowców na zawody w Opolu i Brzesku oraz Powiatowi Brodnickiemu, który wsparł finansowo wyjazd na zawody w Poznaniu. Dzięki pomocy władz samorządowych, oprócz startu w zawodach, uczestnicy mogli poznać zabytki Starego Rynku w Pozna-

niu i historię regionu, zwiedzając muzea.



Wycieczka do Płocka

Z działalności koła PZN z Brodnicy. 10 sierpnia 2017 roku odbyła się wycieczka do Płocka dla 37 osób: 14 z Koła Powiatowego PZN w Brodnicy, 14 niepełnosprawnych ze Związku Emerytów, Rentistów i Inwalidów w Brodnicy oraz 9 opiekunów.

Uczestnicy zwiedzili: Rynek Starego Miasta, Katedrę, Muzeum Miasta Płocka z zabytkami sztuki secesyjnej, wystawę eksponatów religii Dalekiego Wschodu oraz ZOO z ciekawymi przykładami fauny z całego świata.

Wyjazd na wycieczkę dofinansował PCPR z Brodnicy ze środków PFRON.

Następnym zadaniem finansowanym z tego źródła organizowanym przez koło będzie wyjazd do Opery Nova w Bydgoszczy na „Rigoletto” 6 października br.

Sławomir Domański

BYDGOSZCZ

W sierpniu zakończył się projekt dofinansowany ze środków Urzędu Miasta Bydgoszczy „Wiem, co jem”. Udział w nim brało 20 uczestników. Miał na celu: poszerzenie wiedzy o tematyce żywieniowej w szczególnych jednostkach chorobowych, promowanie zdrowego stylu życia poprzez edukację zdrowotną, budowanie prawidłowych i trwałych nawyków żywieniowych. Cykl spotkań wykładowych cieszył się ogromnym zainteresowaniem.

Każdy z uczestników otrzymał książkę Natalii Czekalskiej „Kalorie to nie wszystko” oraz kilkanaście przepisów na zdrowe i smaczne posiłki.



Uczestnicy projektu „Wiem co jem”

5-15 września grupa członków koła bydgoskiego brała udział w wyjeździe integracyjnym do Ustronia Morskiego.

16 października w ramach projektu „Słowem malowane” między innymi odbędzie się jubileusz koła

z okazji 45-lecia. Spotkanie rozpocznie się o godzinie 11:00 w Pałacu Młodzieży (sala widowiskowa) przy ul. Jagiellońskiej 27 w Bydgoszczy.

Prezes wraz z Zarządem Koła serdecznie zaprasza do udziału w tym wydarzeniu.

Honorata Borawa

GOLUB-DOBRZYŃ

1.07.2017 roku Zarząd Koła PZN w Golubiu-Dobrzyniu zorganizował wycieczkę dla 42 osób do Kruszwicy. Główną atrakcją był rejs statkiem po jeziorze Gopło oraz wejście na Mysią Wieżę. O historii miasta opowiadała przewodnik Irena Łukomska.

31.08. uczestnicy projektu „Samodzielnie w przyszłość” spotkali się z kadrą projektu w świetlicy na Zarębie, wspólnie spędzili czas przy grillowaniu oraz muzyce. 01.09. dwanaścioro członków naszego koła otrzymało od burmistrza miasta bilety na spektakl muzyczny w Domu Kultury „Popiół i diament” oraz wystawę historyczną „Alarm dla miasta Warszawy”. Wydarzenie w domu kultury związane było z obchodami 78. rocznicy wybuchu II wojny światowej.

21.09. organizujemy Święto Białej Laski, którego motto przewodnie brzmi: „W niewidomym również tkwi dusza artysty”. Członkowie wezmą udział m.in. w konkursie

fotograficznym i muzycznym. Jesienią planujemy wycieczkę do toruńskiego teatru.

Sebastian Mleczek

INOWROCŁAW

W dniach 29.07 do 03.08.2017 r. odbyła się sześciodniowa wycieczka koła PZN dla 40 uczestników po Pojezierzu Suwalsko-Augustowskim i Litwie.

Etap w Polsce obejmował Augustów, Szlak Tatarski i północną Suwalszczyznę - tak zwane Bieszczady Suwalskie, a na Litwie - Wilno i Troki.

Po Augustowie przejechaliśmy, udając się pod pomnik Zygmunta Augusta. Po zapoznaniu się z historią miasta i krótkim spacerze nad Jeziorem Białym, gdzie znajduje się wodna skocznia narciarska, udaliśmy się na przystań, skąd statkiem SAJNO Żeglugi Augustowskiej odbyliśmy rejs do Studzienicznej, prowadzący przez Jezioro Białe, rzekę Netta do śluz w Przewięzi. W Studzienicznej rozpoczęliśmy zwiedzanie sanktuarium maryjnego oraz miejsc związanych z pobytem papieża



*Uczestnicy wycieczki pod pomnikiem
w Augustowie*

Jana Pawła II w 1999 r.

Następnie udaliśmy się do Sejn, miasta dwóch kultur - wspólnego życia Polaków i Litwinów. Po drodze zatrzymaliśmy się w Gibach, gdzie na wzgórzu wznosi się pomnik ku czci osób pomordowanych podczas Obławy Augustowskiej w lipcu 1945 r. Po zwiedzeniu Sejn powróciliśmy do ośrodka. Kolejnego dnia odbyliśmy wycieczkę Szlakiem Tatarskim. Uczestnicy zobaczyli kościoły w Różanym Stoku i Sokółce, w których miały miejsca cuda.

Atrakcją było wejście do meczetu w Bohonikach i zetknięcie się z islamem oraz zwiedzenie cmentarza.

Udaliśmy się też do muzeum ikon w Supraślu, a na koniec do miejscowości Święta Woda, gdzie znajduje się sanktuarium przypominające Lourdes.

W drodze powrotnej do ośrodka w Augustowie z okien autokaru zobaczyliśmy w Suchowoli dom rodzinny i kościół związany z młodością ks. Jerzego Popiełuszki.

Trzeci dzień wycieczki po terenie Polski to park krajobrazowy północnej Suwalszczyzny. Zwiedziliśmy obiekt poklasztorny w Wigrach związany z pobytem papieża. Z tarasu widokowego „U Pana Tadeusza” w Smolnikach podziwialiśmy piękno tej ziemi.

Niespodzianką była degustacja

kuchni regionalnej. Każdy miał okazję spróbować kartacza, kiszki i babkę ziemniaczaną.

Trasa wycieczki prowadziła przez granicę polsko-litewską, gdzie zrobiliśmy pamiątkowe zdjęcia. W drodze powrotnej do ośrodka zwiedziliśmy Stańczyki z największymi wiaduktami kolejowymi z 1926 r.

Czwarty dzień wycieczki to teren Litwy.

W Wilnie zobaczyliśmy polski kościół Piotra i Pawła, cmentarz na Rossie, Ostrą Bramę, stare miasto i katedrę Kazimierza i Stanisława.

Drugim punktem zwiedzania był wyjazd do Trok, gdzie zobaczyliśmy zamek Wielkich Książąt Litewskich na wyspie, a następnie udaliśmy się do ośrodka w Augustowie.

Opisane miejsca i zabytki mogliśmy dogłębnie poznać dzięki przewodnikom: w Polsce - państwu Borysewiczom, a w Wilnie i Trokach - Mirosławie Naganowicz.

Koszt wycieczki, częściowo sfinansowanej przez PFRON w kwocie 10.000 zł, wyniósł 29.647,74 zł.

19 sierpnia 2017 tradycyjnie na lotnisku aeroklubu w Inowrocławiu odbył się piknik integracyjny członków koła i opiekunów. W imprezie uczestniczyli zaproszeni goście: prezydent Miasta Inowro-

claw Ryszard Brejza, naczelnik Wydziału Spraw Społecznych i Promocji Zdrowia Grzegorz Gąsiorek i dyrektor PCPR Rafał Walter. Otwarcia imprezy dokonał prezes Koła PZN Inowrocław Ryszard Grześkowiak z wiceprezes Barbarą Głodek, następnie głos zabrali zaproszeni goście. Zorganizowaliśmy konkurs wiedzy o tematyce historyczno-turystycznej i sportowej, którego uczestnicy zostali wyróżnieni nagrodami wręczonymi przez prezydenta Miasta Inowrocław Ryszarda Brejzę. Impreza odbyła się przy muzyce w wykonaniu Marka Biczkowskiego i dobrym jadle. Jej koszt dla 70 osób to 3.030,80 zł. (1.215 zł dofinansowania przez PFRON, reszta to udział własny).

Ryszard Grześkowiak

NAKŁO

W dniach 26-30 czerwca 2017 r. grupa naszych członków wybrała się na 5-dniową wycieczkę do Świnoujścia.



Uczestnicy wycieczki do Świnoujścia

Zwiedziliśmy wraz z przewodnikiem Fort Gerharda, w którym przeżyliśmy wiele emocji, a także dowiedzieliśmy się o historii tego miejsca. Następnie pojechaliśmy do Międzyzdrojów, do Wapnicy nad Jezioro Turkusowe. W drodze powrotnej przewodnik ciekawie opowiedział historię powstania wybrzeża zachodniego oraz samego miasta Świnoujście. Słoneczna pogoda sprzyjała spacerom po promenadzie i plaży. Wieczorem odbywały się imprezy integracyjne, podczas których wszyscy bawili się wyśmienicie. Wracaliśmy w doskonałych humorach, z uśmiechem na twarzy.

Alicja Wiechowska

ŚWIECIE

Uczestniczyliśmy w dwóch pielgrzymkach: 03.07. do Chełmna, a 04.07. do Gniezna. Podczas Mszy Św. ks. Piotr Buczkowski wspomniął śp. Józefa Wawronia. W kole zorganizowaliśmy wieczór wspomnień o Nim, na którym były recytowane Jego utwory. W czwartkowe wieczory spotykamy się, aby opowiedzieć treść przeczytanych książek, jest to tzw. klub dyskusyjny. Jego bardzo aktywnym członkiem jest Janina Schmelter, pięknie opowiadająca treść przeczytanej książki, by w ten sposób zachęcić do czytania i dyskusji.

05.09. uczestniczyliśmy w cyklicznym Koncercie Patrio-

tycznym. Były prelekcje o tematyce patriotycznej, o bohaterstwie Polaków w czasie walk za Ojczyznę. Śpiewaliśmy pieśni patriotyczne, religijne, recytowano poezję. W tych cieszących się wielką popularnością spotkaniach uczestniczą władze miasta oraz ksiądz, który nawiązuje w prelekcjach do faktów historycznych.

06.09. miało miejsce szkolenie, którego celem było zapoznanie się z obiektami publicznymi. Po bibliotece oprowadził nas kierownik działu Marcin Warmke, opowiadając o ciekawych zbiorach. Przy kawie i ciasteczkach poinformował o ciekawych zadaniach na najbliższe dni. Jesteśmy zaproszeni na okolicznościowe spotkania. Na zakończenie byliśmy na poczęstunku w lokalu, gdzie instruktorzy wytłumaczyli, jak można ułatwić sobie życie metodami bezwzrokowymi. Czekają nas jeszcze wyjazd, spotkania z ciekawymi ludźmi, ale o tym w następnym wydaniu.

Alicja Frank

Z uwagi na to, że w poprzednim *Oku* nie było relacji z kół w Tucholi i Żninie, wyjątkowo drukujemy informacje o ich działalności z miesięcy wcześniejszych.

Redakcja

TUCHOLA

Wielkanoc po borowiacku. Pod takim tytułem odbyło się 17

marca 2017 r. w ZAZ Tuchola przy ul. Świeckiej 89A wielkanocne spotkanie dla członków Koła Powiatowego PZN w Tucholi oraz ich opiekunów. W uroczystości wzięła udział kierownik Wydziału Spraw Obywatelskich Urzędu Gminy Tuchola Danuta Magadzia. Po powitaniu przez prezesa Zarządu Koła E. Kotras, przy słodkim poczęstunku, Maria Ollick, znana w powiecie tucholskim i poza nim regionalistka, opowiadała przybyłym o tradycjach, zwyczajach i obyczajach związanych z obchodami Wielkanocy oraz czasem przed- i poświątecznym w kulturze borowiackiej. Aby utrwalić przekazaną wiedzę, przeprowadziła quiz wśród członków koła. Okazało się, że tematyka ta nie jest im obca, bowiem niektóre borowiackie zwyczaje, obyczaje i tradycje związane z Wielkanocą są kultywowane w ich domach po dziś dzień.



Uczestnicy z uwagą obserwują prelekcję i słuchają o tradycjach, zwyczajach i obyczajach borowiackich związanych z Wielkanocą.

Impreza została połączona ze sprawozdaniem z pracy Zarządu Koła Powiatowego PZN w Tucholi w pierwszej połowie kadencji. W tej części uroczystości uhonorowaliśmy Brązową Odznaką PZN członków zarządu: M. Szweda i Z. Rydzkowskiego. Po smacznym obiedzie uczestnicy quizu otrzymali nagrody. Nie zabrakło rozmów i wymiany doświadczeń oraz wielkanocnych życzeń złożonych przez prezesa zarządu, zaproszonych gości oraz sobie nawzajem. W świątecznym już nastroju rozeszliśmy się do swoich domów. Zadanie to zostało sfinansowane ze środków Gminy Tuchola w ramach konkursu ofert.

W najbliższym czasie – kontynuacja zwiedzania Szlaku Piaśtowskiego – w tym roku Gniezno i Lednica (wrzesień), obchody Międzynarodowego Dnia Białej Laski w innej formie niż szkolenie, będzie bowiem turystycznie i kulturalnie (październik). A w grudniu – Wigilia... na sportowo.

Elżbieta Kotras

WĄBŻEŻNO

Nasze koło rozpoczęło rok noworocznym spotkaniem w styczniu. Z okazji walentynek 50-osobowa grupa wzięła udział w spektaklu „Halka” w Operze Nova w Bydgoszczy. 28 lutego zorganizowaliśmy zabawę śledzi-

kową w Książkach w GOK wraz z miejscowym Klubem Seniora.

11 marca 20 członków naszego koła uczestniczyło w Wąbrzeskim Domu Kultury w widowisku komediowym pt. „Lecz się w szpitalu”. 26 kwietnia 50-osobowa grupa brała udział w pielgrzymce do Lichenia. 6 lipca zorganizowaliśmy piknik dla 60 osób w gospodarstwie agroturystycznym w Stanisławkach.



Piknik w Stanisławkach

Milej i przyjemnej atmosferze towarzyszyły smaczne jedzenie, dźwięki gitary i śpiewy oraz muzyka do tańca. Nie zabrakło konkursów z nagrodami, które prowadziła wolontariuszka Katarzyna Kunicka. W dalszych planach pozostaje wycieczka do Malborka i obchody Dnia Białej Laski. Zarząd koła wyraża zadowolenie z realizacji projektu unijnego „Samodzielnie w przyszłość”, czego dowodem są staże dla uczestników.

Biuro nasze funkcjonuje dla potrzeb członków. Współpraca z władzami samorządowymi i z in-

nymi instytucjami zasługuje na dobrą ocenę.

Stanisław Pytel

ŻNIN

28.08.2017. r. wyjechaliśmy autokarem do Darłówka Zachodniego. Przez okna autokaru podziwialiśmy piękne krajobrazy, ale widzieliśmy również zniszczenia po nawałnicy. W godzinach popołudniowych dotarliśmy do miejsca naszego zakwaterowania. Mieszkaliśmy w 2 budynkach, otoczonych różnym drzewostanem. Wspinaliśmy się po schodach na wydmy, a następnie schodami w dół na plażę, gdzie spacerowaliśmy i regenerowaliśmy nasze zdrowie i siły. Mieliśmy wspaniałą słoneczną pogodę. Wędrowaliśmy ulicami miasta, poznając piękne domy. Byliśmy też w porcie rybackim. Tramwajem wodnym płynęliśmy do Darłowa i z powrotem. W Darłowie zwiedziliśmy Kościół Mariacki. Wieczorami wspólnie śpiewaliśmy piosenki z dawnych lat, bawiliśmy się i tańczyliśmy. Przy stołach wymieniano swoje doświadczenia życiowe pomagające w rehabilitacji. Do domów wróciliśmy wieczorem w sobotę 02.09.

W październiku odbędzie się spotkanie integracyjne z okazji 65-lecia naszego koła.

Jadwiga Jurkowska

TRZY BRAMY – BRAMA NADZIEI

W naszym tryptyku wędrujemy do kolejnej bramy, bramy nadziei. Jest ona tak blisko bramy światła wiary, o której pisałem w poprzednim odcinku. By dojść do niej, musimy przejść przez pustynię swojego lęku, samotności, słabości i wątpliwości. Jeżeli wytrzymamy tę próbę, to ona prowadzi do niesamowitego doświadczenia bramy Miłości Bożej.

Tak się składa, że przed laty doświadczyłem takiej próby. Po kontuzji nogi zostałem sam w nocy na Pustyni Synajskiej. W pierwszym momencie odczułem niesamowitą ciemność. Panowała taka cisza, że słyszałem, jak bije moje serce i płynie krew w moich żyłach. Po pewnym czasie zobaczyłem mnóstwo gwiazd na niebie, które tajemniczo mrugały, jakby mocno się dziwiły, co robię w tym miejscu. Poczułem się tak, jakbym siedział na jakimś wysokim wzgórzu, u podnóża którego znajduje się ogromne miasto, gdzie czeka na mnie piękne mieszkanie.

Zastanawiałem się, co czuł Abraham, gdy Bóg mu wskazał niebo usiane tysiącami gwiazd i dał obietnicę, że będzie miał potomstwo tak liczne jak gwiazdy na niebie. Uwierzył i Pan poczytał mu to za zasługę. Nie stracił nadziei, gdy długo oczekiwał na narodzenie swego syna ani wtedy, gdy przeszedł próbę wiary. Bóg kazał mu złożyć w ofierze Izaaka - pier-

worodnego syna. Nie wiemy, co czuł w tym momencie, ale zawierzył Bogu i był gotowy wypełnić to polecenie. Mimo tej próby miał cały czas nadzieję, że Bóg wypełni daną obietnicę.



Stara Lubowania na Słowacji
fot. ks. Piotr Buczkowski

Katechizm Kościoła Katolickiego naucza o nadziei chrześcijańskiej następującymi słowami: *Rozwija się od początku przepowiadania Jezusa w ogłoszeniu błogosławieństw. Błogosławieństwa wznoszą naszą nadzieję do Nieba, jako do nowej Ziemi Obiecanej; wytyczają jej drogę przez próby, które czekają uczniów Jezusa. Bóg jednak, przez zasługi Jezusa Chrystusa i Jego męki, zachowuje nas w nadziei, która „zawieść nie może” (Rz 5,5). Nadzieja jest pewną i trwałą „kotwicą duszy, która przenika poza zasłonę, gdzie Jezus poprzednik wszedł za nas” (Hbr 6,19-20). Jest ona także zbroją, która chroni nas w walce zbawienia. Zostaliśmy odziani w pancerz wiary i miłości oraz*

hełm nadziei zbawienia. Dlatego możemy mieć nadzieję na chwałę nieba obiecaną przez Boga tym, którzy uwierzyli i miłują Go całym sercem. Jak Abraham *wbrew nadziei uwierzył nadziei, że stanie się ojcem wielu narodów* (Rz 4,18), tak i my mamy uwierzyć, że mimo różnorakich trudności dojdziemy do nowej ziemi obiecaniej, jaką jest Niebo.

Gdy Bóg wzywa człowieka, ten nie jest w stanie własnymi siłami odpowiedzieć w sposób pełny na miłość Bożą. Musi mieć nadzieję, że Bóg uzdolni go do od wzajemnienia Mu miłości i do

działania zgodnego z przykazaniem miłości.

Wołajmy do dobrego Boga słowami wypowiedzianymi przez św. Teresę od Jezusa: *Ufaj więc, duszo moja, ufaj, bo nie znasz dnia ani godziny. Czuwaj pilnie, wszystko szybko przemija, choć twoja tęsknota wątpliwym czyni to, co jest pewne, i czas krótki – długim. Pomnij, że im więcej walk tu przetrwasz tym lepiej dowiedziesz, jak miłujesz twego Boga! Tym hojniej też potem z Umiłowanym będziesz cieszyła się rozkoszą i szczęściem, którym nie będzie końca.*

ks. Piotr Buczkowski

PIELGRZYMOWANIE NIEWIDOMYCH – CO 2 LATA

Pielgrzymowanie to: „Podróż wewnętrzna w siebie” (papież Jan Paweł II, List papieski o pielgrzymowaniu, 2000 r.)

Krajowe Duszpasterstwo Niewidomych wśród wielu form posługi religijnej organizuje co 2 lata – zawsze w innym sanktuarium – w drugi piątek i sobotę września – ogólnopolską dwudniową pielgrzymkę dla niewidomych.

Ostatnią, do Lublina do Archikatedry pw. św. św. Jana Chrzciciela i Jana Ewangelisty, gdzie znajduje się kopia obrazu Jasnogórskiego – Matka Boska Płacząca, chcę zrelacjonować. Może zainteresuje to tych, którzy ze względu na stan zdrowia i podeszły wiek już w nich uczestniczyć nie mogą, a bardzo by tego pragnęli.

Lublin, podobnie jak Rzym, położony na 7 wzgórzach, obchodzi w bieżącym roku 700-lecie istnienia. Nas, niewidomych m.in. z Warszawy, Żułowa, Lasek, Łodzi, Gdańska, Wejherowa, Garwolina, Grodziska, Hrubieszowa, Lublina, Nowego Sącza czy Wrocławia, sprowadziła tu 8 i 9 września 2017 r. kolejna Ogólnopolska Pielgrzymka Niewidomych. W Archikatedrze Lubelskiej odbywała się jej modlitewna część. Przywitał nas Krajowy Duszpasterz Niewidomych ks. dr Andrzej Gałka, który przewodniczył całej pielgrzymce.

Podczas eucharystii pierwszego dnia w homilii powiedział, że są płaszczyzny w kraju, z których nie ma żadnych pielgrzymów

niewidomych, bo nie podoba im się spanie u rodzin, bo za duża odległość od miejsca zamieszkania, bo brak zainteresowania, brak organizatorów, którzy by zachęcili i pomogli niewidomym w udziale w pielgrzymce.



Pielgrzymi w katedrze

Przywitali nas również prezes Zarządu Głównego PZN Anna Woźniak-Szymańska, sekretarz Elżbieta Oleksiak. Przemawiali: w imieniu Towarzystwa Opieki nad Ociemniałymi – prezes Paweł Kasprzyk, który poinformował, że jest nas 1400 pielgrzymów, głównie w wieku starszym, Matka Generalna s. Radosława, która wspomniała o obchodach 100-lecia Zgromadzenia Sióstr Franciszkanek Służebnic Krzyża w 2018 roku.

Obszerna była część modlitewna pielgrzymki. Była to: Koronka do Miłosierdzia Bożego przygotowana starannie przez Duszpasterstwo Niewidomych we Wrocławiu. Ponieważ każdą dziesiątkę poprzedzało rozważanie, trzeba było wiele osób by je odpowiednio przygotować.

Drogę Krzyżową prowadził Diecezjalny Duszpasterz Niewidomych z Lublina ks. Emil Chomontowski. Pierwszą stację prowadziła Bydgoszcz, dalsze – inne duszpasterstwa reprezentowane na pielgrzymce. Nawiązywały one do własnych przeżyć i wątpliwości.



Ołtarz Matki Bożej Płaczącej w Lublinie

Zostały ogłoszone 2 konferencje, związane z hasłem pielgrzymki: „Idźcie i głoscie”. Pierwszego dnia wygłosił ją ks. prałat – kustosz Sanktuarium – Adam Lewandowski, drugiego, pod tym samym hasłem – niewidomy ks. Kazimierz Kuśnierz, który w przeszłości reprezentował Lublin w Głównym Sądzie Koleżeńskim. Odznaczał się dużą znajomością dzieł Jana Pawła II popartą licznymi cytataми np.: „Musicie od siebie wiele wymagać, choćby inni od was nie wymagali”.

Były 2 eucharystie – pierwszego i drugiego dnia. 8 września

Ryszard Dziewa – prezes Fundacji Świat wg Ludwika Braille’a, wyróżniającym się w Polsce brajlista, czytał tekst liturgiczny i wspólnie z niewidomą studentką anglistyki w Lublinie prowadził Modlitwę Powszechną.

Drugi dzień rozpoczął się Godzinkami. Otrzymaliśmy dowód tożsamości chrześcijanina, następującej treści: „Jestem dzieckiem Boga, należę do kościoła”. Będzie to ważna pamiątka przywieziona do rodzinnego domu z pielgrzymki. Różaniec przeplatany śpiewem przygotował DPS w Żuławie.

Mszy kończącej pielgrzymkę przewodniczył arcybiskup ks. Stanisław Budzik. Współcelebrowali diecezjalni duszpasterze niewidomych przybyli z pielgrzymami. Ks. biskup powiedział, że po raz pierwszy spotkał się z niewidomymi podczas pielgrzymki w Szczepanowie. W trakcie eucharystii odbyła się procesja z darami. Przeważały ofiary pieniężne, ale był też m.in. chleb, wino mszalne, sękacz. Bydgoszcz wręczyła ob-



Dar ołtarza z Bydgoszczy bł. Bp. Michał Kozal

raz – mozaikę błogosławionego biskupa Kozala w związku z 75. rocznicą jego śmierci, którą obchodzić będziemy w styczniu 2018 roku. Prezes ZG PZN Anna Woźniak-Szymańska wręczyła księdzu biskupowi „certyfikat wdzięczności”.

Spaliśmy u rodzin. Ci, którzy nas gościli otrzymali od pielgrzymów pisemne podziękowania i skromne upominki ufundowane przez goszczonych pielgrzymów. Tą drogą składamy serdeczne Bóg zapłać wszystkim, którzy nas gościli, zapewniając nocleg i 2 posiłki, organizatorom terenowym i krajowym za przygotowanie i przeprowadzenie tegorocznej pielgrzymki niewidomych w Lublinie. Dziękujemy też szczególnie serdecznie naszym diecezjalnym duszpasterzom niewidomych oraz przewodnikom, bez których pomocy nie moglibyśmy pielgrzymować. A więc do zobaczenia za 2 lata, oby w większym składzie niż obecnie. Czekamy na nowych pielgrzymów. Warto podjąć trud wspólnej modlitwy bo „modlitwa do pokarm dla duszy”, a tu w Lubelskiej Archikatedrze tego pokarmu było dużo.

„Prawdziwą wielkość człowieka mierzy się miarą jego zjednoczenia z Bogiem, mierzy się jego umiejętnością i gorliwością w wykonywaniu planów Bożych” (bł. biskup Michał Kozal).

Zofia Krzemkowska

SYSTEM DO GŁOSOWANIA DOSTĘPNY DLA WSZYSTKICH!

Zgromadzenia, zjazdy, spotkania gdzie jednym z punktów jest głosowanie to rzecz naturalna, częsta i dotycząca wielu instytucji.

Rozwój technologii przyczynił się do zmian i w zakresie tego obszaru. Dziś możemy głosowania przeprowadzać szybciej, sprawniej i bezbłędnie. Wyniki obliczane i podawane są „od ręki”. I co ważne, system taki przede wszystkim zapobiega pomyłkom. Odnotowany zostaje wybór każdej z osób uczestniczących w obradach.

Gdy bierze w nich udział mała grupa, sprawności systemu możemy nie odczuć. Takie głosowania będą zapewne równie sprawne i szybkie, aczkolwiek przygotowanie podsumowań, raportów czy protokołów już z podobną sprawnością wykonać odręcznie się nie da.

Profesjonalne systemy do głosowania na polskim rynku oferuje już wiele firm. Produkty są dostępne, lecz pojawia się pytanie, czy możemy, my osoby z dysfunkcją wzroku, z nich korzystać?

Odpowiedzi poszukamy w rozmowie z Janem Gawlikiem, osobą odpowiedzialną za wdrożenie systemu do głosowania elektronicznego w ośrodku dla dzieci niewidomych w Laskach.

R.O. Poświęcił Pan wiele czasu i uwagi, by poznać dogłębnie te-

mat systemów do głosowania i ich dostępności dla osób z dysfunkcją wzroku. Przyniosło to znakomity efekt. Jak wyglądały te poszukiwania i czym się skończyły?

J.G. Całość systemu do głosowania składa się z trzech elementów. Należą do nich: baza, terminale do oddawania głosów i oprogramowanie zarządzające całością.

Stacja bazowa, można rzec, jest pudełkiem, podłączonym za pomocą złącza USB do komputera. Jeśli zebranie jest bardzo liczne, stacji bazowych można podłączyć więcej. To element, który nie ma wpływu na dostępność niewidomych do całości systemu.

Terminal do głosowanie można przyrównać do pilota, ponieważ to nim przesyłamy informacje o dokonanym wyborze. Każdy uczestnik głosowania otrzymuje odrębny, przypisany sobie terminal. Po zadaniu przez prowadzącego obrady pytania, głosujący naciska na swoim terminalu odpowiedni przycisk. Ponieważ urządzenie jest indywidualne, obsługiwane jest samodzielnie, dlatego pytanie o jego dostępność jest kluczowe.

Oprogramowanie, zgodnie z wcześniej przygotowanymi ustawieniami, zlicza głosy i podaje wyniki. Takie parametry przygotowuje się wcześniej, bo w zależności

od typu głosowania scenariusze wyboru są różne. Lecz i w trakcie obrad niezbędna jest możliwość korekt, ot chociażby zmieniają się listy kandydatów i nowe nazwiska należy dodać lub usunąć. Stąd pytanie drugie, czy osoba pracująca z komputerem z wykorzystaniem programu udźwiękowiającego może go w części lub w całości obsłużyć samodzielnie?

Głosowania, gdy jest mało osób oddających głos, można by rzec, od strony logistycznej nie są problematyczne. Ich czas trwania i przebieg są do zaakceptowania. Inaczej, gdy walne zgromadzenie to wielu członków, wtedy zwykle zliczanie głosu ogromnie wydłuża czas przeprowadzenia całości obrad.

Towarzystwo Opieki nad Ociemniałymi Stowarzyszenie także stanęło przed podobnym problemem. Zjazdy odbywają się co roku, a kandydatów wybiera się do wielu komisji. Przy jednym z głosowań zliczanie głosów trwało około 1,5 godziny. W wyborach biorą udział osoby niewidome i jako kandydaci, i jako prowadzący obrady. Dlatego właśnie chcieliśmy usprawnić głosowanie i dać niewidomym narzędzie, by mogli je całkowicie samodzielnie przejść.

Oferowane na rynku systemy do głosowania w swym ogólnym założeniu są do siebie podobne. Mogą być nie tylko sprze-

dawane, ale i wypożyczane. Mieliśmy więc możliwość przetestowania ich przed zastosowaniem w praktyce.

Terminale były różnie wykonane – niektóre mają diody sygnalizacyjne, wyświetlacze, inne klawiatury numeryczne lub przyciski.

Całość systemu sprawdzaliśmy przede wszystkim jednak pod kątem dostępności dla niewidomych. I konkluzja: są mało dostępne i przy oddawaniu głosów i przy obsłudze oprogramowania. Nie było także możliwe ich dostosowanie. Nie mogliśmy dokonać jakichkolwiek adaptacji, W większości przypadków terminale były importowane.

Kolejnym krokiem było więc przeszukanie rynku, by znaleźć producenta polskiego. Okazała się nim być firma Elector. Trochę to trwało lecz udało się ich namówić na wykonanie wersji dostępnej dla niewidomych. System, który był podstawą dla nas, stosowany jest np. w instytutach Polskiej Akademii Nauk.

Bezproblemowa była tylko sprawa stacji bazowej, bowiem jej nie obsługuje się bezpośrednio i tylko jej nie trzeba było dla nas zmieniać.

Ponieważ byliśmy ambitni, chcieliśmy zmodyfikować nie tylko terminale, lecz i dać niewidomym możliwość dostępu samodzielnego do oprogramowania, by mogli całym procesem zarządzać.

Pierwszy raz uruchomiliśmy taki system w maju 2016 roku. Z perspektywy czasu mogę powiedzieć, iż wersja pierwsza była nieco siermiężna. Powstała jednak po to, by sprawdzić w praktyce, czy rzeczywiście jest to system dostępny. Dziś oprogramowanie jest dopracowane i stabilne, a obudowy terminali ładne.

Nasz terminal to pudełko o wymiarach 11 cm na 16 mm na 65 mm. Na jego panelu przednim znajdują się cztery przyciski, duże, dobrze wyczuwalne i łatwe do zlokalizowania.

Po prawej stronie u góry znajdziemy gładki przycisk włączenia i resetu urządzenia. Właściwie każde naciśnięcie go powoduje reset. Poniżej znajdują się dwa klawisze, o wielkości ok. 2 cm. Na obu umieszczono znaki brajlowskie. Na lewym literę t, ponieważ odpowiada za TAK a na prawym n, gdyż służy do głosu NIE. Czwarty przycisk umieszczono poniżej, pośrodku. Znajdziemy na nim znak sześciopunktu, a przeznaczony jest do głosuWSTRZYMUJĘ Się.



Terminal do głosowania

Wybraliśmy kolorystykę o dobrym kontraście, by osobom słabo widzącym ułatwić wzrokowe odszukiwanie przycisków. Dla nich w lewym górnym narożniku umieszczono dwie lampki sygnalizacyjne. Jedna z nich zapala się na zielono, gdy włączymy urządzenie, druga pali się na żółto, gdy terminal jest aktywny.

Ważne – terminale zostały wyposażone w wibrowanie, takie jakie znamy z telefonów. Co pewien czas wysyłany jest do terminali impuls wywołujący wibrację. Wyczuwamy ją wyłącznie w aktywnych urządzeniach. Jest to jakby równoważnik żółtej diody.

Zastosowaliśmy także sygnalizację dźwiękową, choć akurat takie dostosowanie słabo się sprawdza. Gdy na sali jest głośno, często nie słyszymy, że terminal właśnie piszczy.

Dla wygody dodano na górnej krawędzi zaczep do smyczy, to także ułatwienie, gdy nie potrzebuję urządzenia, nie muszę go odkładać, by później odszukać.

Dla zapewnienia bezpieczeństwa terminale mają szyfrowaną komunikację z bazą, każdy z nich ma niepowtarzalny identyfikator. Po oddaniu głosu ponowne naciśnięcie przycisków nie wywołuje już żadnych działań. Cóż, jeśli pomylimy się, nie mamy już pola manewru. Gdyby jednak urządzenie się zawiesiło, nie tra-

cimy kolejki głosowania. Naciśnięmy reset i wrócimy do właściwej kolejki. Wyposażone są także w automatyczne wyłączanie po określonym czasie bezczynności.

Oprogramowanie służy do zarządzania terminalami. Do dodawania kandydatów, do liczenia głosów, drukowania raportów/protokołów głosowania.

Wersja, jaką mamy, pozwala kontrolować osobie niewidzącej logowanie terminali i sprawdzać, czy wszystkie są aktywne. Może określić typ głosowania, czyli ile głosów musi być oddanych na danego kandydata np. większość czy większość bezwzględna itp. Można ustalić, jaką dana osoba ma wagę głosu. Ustala się, czy głosowanie jest jawne czy tajne. Gdy jest tajne, identyfikator terminali nie jest rejestrowany. Określa, jak długo głosowanie ma trwać np. 40 sekund. Podałem tu oczy-

wicie tylko kilka z parametrów scenariusza, jaki się przygotowuje. Możemy go ustalać na bieżąco lub korzystać z przygotowanego wcześniej. Na bieżąco może drukować zadane informacje. Teraz głosowanie, teraz wydruk np. dla prasy. Określi, co ma się znaleźć w raporcie.

Planujemy świadczenie usługi wypożyczania całości systemu dla innych, tych którzy także przeciwdziałają wykluczeniu, którzy szukają produktów zapewniających dostępność wszystkim.

Opisywany system można będzie zobaczyć na tegorocznym REHA FOR THE BLIND.

Pełną informację można uzyskać w Towarzystwie Opieki nad Ociemniałymi w Laskach k. Warszawy, pod numerem telefonu – 22 75 23 221.

Dziękuję za rozmowę.

Renata Olszewska

CZASOPISMO **SZEŚCIOPUNKT**

Fundacja „Świat według Ludwika Braille'a”, powołana do istnienia przez Ryszarda Dziewę z Lublina, od kwietnia 2015 r. wydaje dwumiesięcznik *Sześciopunkt, Magazyn Polskich Niewidomych*. Jest ono poświęcone sprawom naszego środowiska. Ukazuje się w wersji brajlowskiej, elektronicznej i w druku powiększonym, bezpłatnie.

Osoby zainteresowane czasopismem mogą kontaktować się z fundacją pod numerem telefonu: 505-953-460 lub za pośrednictwem poczty elektronicznej: biuro@swiatbrajla.org.pl

Zapraszamy także do odwiedzenia strony internetowej fundacji: www.swiatbrajla.org.pl

Fundacja „Świat według Ludwika Braille'a”

BYDGOSKIE PRZEDSZKOLE DLA NIEWIDOMYCH DZIECI

Nowe przedszkole powstanie w historycznym budynku w centrum Bydgoszczy.

Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 im. Braille'a zyska nową siedzibę dla najmłodszych podopiecznych. W malowniczym budynku przy ul. 3 Maja 11 powstanie przedszkole dla dzieci niewidomych i słabo widzących.

Zrujnowany budynek należał do gminy, a jego lokatorzy już dawno zostali wykwaterowani. Teraz pomieszkują tam bezdomni i popada w ruinę.

Nieruchomość za 726 tys. zł przeszła w ręce samorządu województwa, który jest organem prowadzącym szkołę przy ul. Krasińskiego.

– Najdalej za trzy lata w uroczym budynku sąsiadującym z naszą placówką otworzymy przedszkole specjalne dla dzieci niewidomych i słabo widzących. Cieszę się, że miasto wyraziło wolę, aby je utworzyć – podkreśla Małgorzata Szczepanek, dyrektor ośrodka im. Braille'a. – Docelowo chcemy objąć wychowaniem przedszkolnym 40 dzieci w wieku od trzech do sześciu lat. W tej chwili mamy pod opieką 18 sześciolatków – informuje Szczepanek.

Jak długo potrwa adaptacja domu przy ul. 3 Maja 11 na potrzeby edukacyjne?

– Biorąc pod uwagę, że perspektywa unijnych dotacji jest do 2020 r., wspólnie z Departamentem Edukacji i Kształcenia Ustawicznego z Torunia przygotowujemy niezbędne dokumenty, by jak najszybciej otrzymać fundusze na remont, rozbudowę, przebudowę i przystosowanie budynku dla naszych dzieci – mówi Szczepanek.

– Nasz nowy pawilon połączymy szklanym korytarzem z historycznym budynkiem. Ten pomysł został już wstępnie zaakceptowany przez biuro wojewódzkiego konserwatora zabytków.

Przedszkole dla dzieci niewidomych i niedowidzących będzie pierwszym takim miejsce w województwie kujawsko-pomorskim.

Źródło: <http://>

bydgoszcz.wyborcza.pl/

[byd-](http://bydgoszcz/7,48722,22200971,nowe-bydgoskie-przedszkole-powstanie-w-historycznym-budynku.html)

[goszcz/7,48722,22200971,nowe-](http://bydgoszcz/7,48722,22200971,nowe-bydgoskie-przedszkole-powstanie-w-historycznym-budynku.html)

[bydgoskie-przedszkole-powstanie](http://bydgoskie-przedszkole-powstanie-w-historycznym-budynku.html)

[-w-historycznym-budynku.html](http://bydgoskie-przedszkole-powstanie-w-historycznym-budynku.html)

07 sierpnia 2017

NOWA LEGITYMACJA OSOBY NIEPEŁNOSPRAWNEJ

Legitymacja osoby niepełnosprawnej dokumentuje niepełnosprawność lub stopień niepełnosprawności, potwierdzając podstawę do korzystania z ulg i uprawnień.

1 września 2017 r. zmienia się wzór legitymacji osoby niepełnosprawnej.

Dokument będzie estetyczny, mały i plastikowy. Legitymacja osoby niepełnosprawnej zostanie wykonana z takiego materiału (poliwęglan) i w takim rozmiarze jak dowód osobisty.

Na awersie legitymacji znajdują się: nazwa dokumentu w językach polskim, francuskim i angielskim, piktogramy oznaczające rodzaje niepełnosprawności, a także miejsca na: zdjęcie (o wymiarach 2,5 x 3 cm), imię, nazwisko, PESEL i termin ważności legitymacji.

Rewers legitymacji będzie z kolei zawierać: nazwę powiatowego zespołu, który wystawił dokument, numer legitymacji oraz symbol i (w przypadku osób po 16. roku życia), stopień niepełnosprawności – wszystko to wpisane za pomocą fotokodu (kodu QR) i jedynie **na wniosek osoby z niepełnosprawnością lub przedstawiciela ustawowego.**

Znajdziemy tam także skrót LON w brajlu, piktogramy oznaczające rodzaje niepełnosprawności oraz element wykonany farbą optycznie zmienną w postaci mapy Pol-

ski z tekstem „LON”.

Od kiedy można wyrobić nową legitymację?

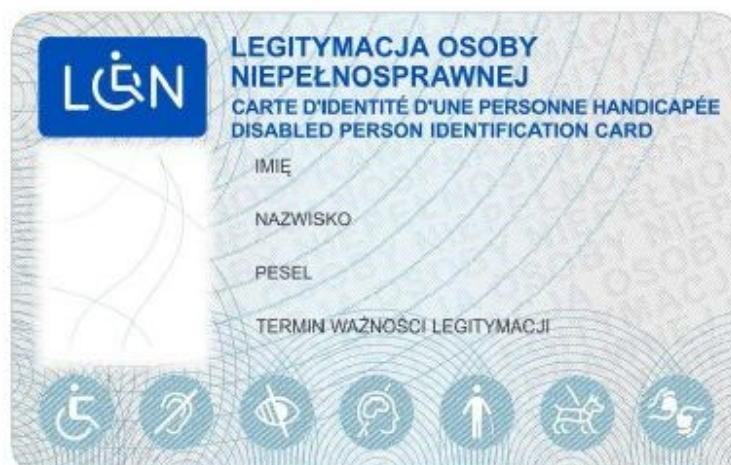
Rozporządzenie Ministra Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, zmieniające rozporządzenie Ministra Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej z dnia 15 lipca 2003 r. w sprawie orzekania o niepełnosprawności i stopniu niepełnosprawności, określające m.in. nowy wzór legitymacji osoby niepełnosprawnej, zostało podpisane 31 lipca 2017 r. Zgodnie z informacją zamieszczoną na stronie Rządowego Centrum Legislacji, najpóźniejszą datą jego ogłoszenia jest 17 sierpnia 2017 r. Tego też dnia rozporządzenie ogłoszono w Dzienniku Ustaw. Wejdzie ono w życie 14 dni od dnia ogłoszenia, czyli 1 września. Wejście w życie wskazanych przepisów umożliwi wydawanie legitymacji według nowego wzoru.

Zgodnie z rozporządzeniem legitymację wystawiać będzie powiatowy zespół ds. orzekania o niepełnosprawności na wniosek osoby niepełnosprawnej (lub jej przedstawiciela ustawowego), która musi przedstawić do wglądu prawomocne orzeczenie:

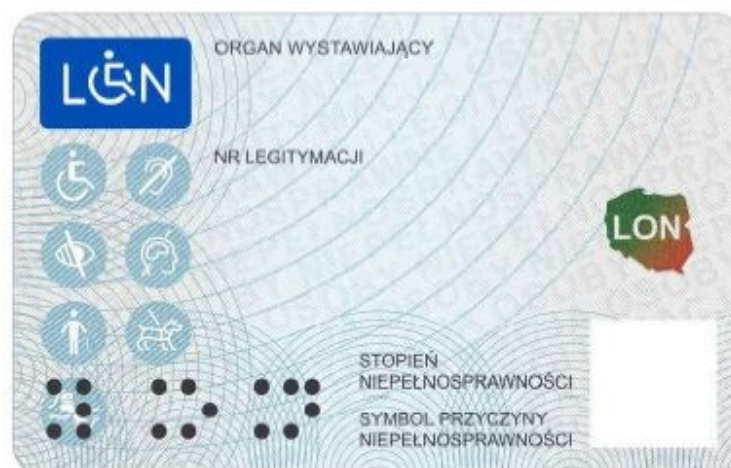
- niepełnosprawności lub
- o stopniu niepełnosprawności lub
- o wskazaniach do ulg i uprawnień.

Legitymację wystawia się na

Awers



Rewers



*Awers i rewers legitymacji dla osoby
z niepełnosprawnością powyżej 16. roku życia*

okres ważności orzeczenia. Ważność samej legitymacji nie może być jednak dłuższa niż:

- 5 lat w przypadku legitymacji dokumentujących niepełnosprawność,
- 10 lat w przypadku legitymacji dokumentujących stopień niepełnosprawności wystawionych osobom, które nie ukończyły 60 lat.

Koszty związane z otrzymaniem legitymacji:

Wydatki związane z wystawianiem legitymacji, produkcją blankietów,

ich personalizacją i dystrybucją pokrywane są z budżetu państwa. Dla osób z niepełnosprawnością nowe legitymacje będą więc darmowe. Tylko wydawanie duplikatu kosztować będzie 15 zł.

Jeśli posiadamy ważną legitymację, nie ma konieczności wymiany. „Stare” legitymacje zachowują ważność na czas w nich określony.

Źródło: [http://](http://www.niepelnosprawni.pl/ledge/x/582566;jsessionid=270EA1117B0267167D642F84E0EB04DF)

www.niepelnosprawni.pl/ledge/x/582566;jsessionid=270EA1117B0267167D642F84E0EB04DF

SPRAWDŹ, JAK DBAĆ O WZROK

Do 2050 r. ponad trzykrotnie zwiększy się na świecie liczba osób, które stracą wzrok – prognozuje raport opublikowany przez „The Lancet Global Health”. Wielu schorzeniom oczu powodującym zanik wzroku można jednak zapobiegać.

Częściej badać wzrok

Jeden z autorów raportu, prof. Rupert Bourne z Anglia Ruskin University twierdzi, że odsetek osób niewidomych na świecie spada, ponieważ powiększa się liczba ludności świata. Jednak ogólna liczba wzrasta, ponieważ przybywa osób, które już mają kłopoty ze wzrokiem i w przyszłości go stracą.

Prof. Bourne zwraca uwagę, że nawet umiarkowane zakłócenia wzroku grożą pogorszeniem jakości życia oraz sprawiają, że w mniejszym lub większym stopniu jesteśmy zdani na pomoc innych. Autorzy raportu postulują zatem, żeby zwiększyć wydatki na wykrywanie i leczenie zaburzeń wzroku, w tym szczególnie coraz częściej występującej zaćmy.

Nie zwlekać

Według raportu Fundacji Na Rzecz Zdrowego Starzenia Się „Okulistyka i choroby siatkówki w aspekcie zdrowego i aktywnego starzenia się” 1,5 mln Polaków, czyli co czwarta osoba z orzeczoną niepełnosprawnością, jest niewidoma bądź posiada niesprawność wzroku. Głównym tego powodem są takie choroby oczu jak

jaskra, zaćma oraz zwyrodnienie plamki związane z wiekiem (AMD).

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) uważa, że 85 procentom zaburzeń widzenia można zapobiec poprzez wdrożenie kompleksowych działań diagnostycznych i leczniczych. Przykładem jest zaćma, którą można leczyć zabiegiem polegającym na usunięciu zmętniałej soczewki i wstawieniu sztucznej, która może być lepsza niż naturalna.

Z danych GUS wynika, że w Polsce w 2014 r. prawie 800 tys. osób miało zaćmę, jednak aż 60% Polaków po sześćdziesiątym roku życia nie ma żadnej wiedzy na jej temat. Wykazały to badania przeprowadzone w styczniu 2017 r. w 12 krajach Europy (w tym również w Polsce), Bliskiego Wschodu i Afryki w ramach kampanii „Lepszy wzrok, lepsze życie”.

Eksperti twierdzą, że nie należy zwlekać z operacją zaćmy, bo im wcześniej się ją wykona, tym jest bezpieczniejsza i korzystniejsza dla pacjenta.

– Odpowiednio wczesne usunięcie zaćmy jest prostsze i mniej inwazyjne dla oka chorego, co również skraca czas rekonwalescencji oraz powrotu do aktywnego życia – podkreśla chirurg okulista, dr Radosław Różycki z Centrum Medycznego MML oraz Wojskowego Instytutu Medycznego w Warszawie.

*Źródło: www.niepelnosprawni.pl
(04.08.2017)*

URZĄDZENIE MAKROLUX



Lupy MAKROLUX

Pogorszenie wzroku przynosi ze sobą niekorzystne zmiany odczuwalne na co dzień. Niestety bardzo często nie da się ich zniwelować okularami korekcyjnymi. Sięgamy więc wtedy po lupy. Na naszych łamach pojawiają się informacje dotyczące i pomocy optycznych i pomocy elektronicznych, mogących wspomóc nas podczas czytania czy też wykonywania czynności wymagających wolnych rąk. Tym razem przybliżamy lupy optyczne, ułatwiające czytanie, które pozwalają w łatwy sposób uzyskać stabilny i jasny obraz czytanego tekstu.

Lupa makrolux firmy Eschenbach występuje w dwóch wersjach, lupa o numerze 143611 i lupa o numerze 143621.

Obie wersje wyposażone są w podświetlenie jasne, uzyskane ledami. Zasilanie wymaga użycia trzech baterii AA.

Lupę stawiamy bezpośrednio na tekście, co pozwala także osobie mającej dysfunkcje ruchowe w pełni z urządzenia korzystać. Komfort czytania zwiększamy poprzez patrzenie pod kątem. Jednorazowo możemy objąć po-

większeniem całą szpalnę, Spotkałem się, choć jest to niewłaściwe określenie, z nazwą „podświetlany liniał”.

Wymiary pierwszego urządzenia w mm 90 x 55 x 82. Pole podstawy to 90 x 5 mm. Dostępne powiększenie 2,2x.

Drugie ma wymiary 90 x 63 x 90 mm, jego podstawa do czytania to 90 x 60 mm. Oferuje powiększenie 3,6x. Kość białego pola połączona jest bezpośrednio z dodatkową lupą od góry. Dzięki temu uzyskujemy większą moc powiększenia. Fizycznie dostępne powiększenie można odebrać jak powiększenie 5x, ponieważ przez skupienie światła czytane pole jest bardziej rozjaśnione.

Boki urządzenia są zmatowione, co pozwala na to, by światło wpadające do makroluxa pozostawało w większym stopniu wewnątrz urządzenia i nie było absorbowane przez zewnętrzne otoczenie.

Lupa polecana jest także dzieciom, w pełni mogą korzystać z niej samodzielnie.

Po 30 minutach bez pracy nastąpi automatyczne wyłączenie oświetlenia, by niepotrzebnie nie zużywać energii.

specjalista ds. pomocy optycznych

Bogdan Stańczyk

Eschenbach Optik Polen

Ceny różnią się nieco, w zależności gdzie kupujemy urządzenie. Należy jednak przygotować się na wydatek kilkusetzłotowy.

Oprac. Renata Olszewska

TELEFON – ZAMÓW TAXI

O wsparciu nas w podróżowaniu aplikacjami na smartfony pisaliśmy na naszych łamach kilkakrotnie. Było i o programach do nawigacji i o odnoszących się do transportu publicznego. W dzisiejszej odsłonie będzie o jednej z aplikacji do zamawiania taksówek. Programów tego typu znajdziemy w sklepie kilka. Jednym z nich jest bezpłatny Cab4you, dostępny zarówno na telefony z systemem Android jak i na iPhone.

Zamawiając taksówkę, możemy skorzystać z katalogu korporacji, oczywiście z listy dostępnych, a nie wszystkich, jakie w danym mieście są aktywne. Z obszaru województwa kujawsko-pomorskiego na dzień 15 września br. w katalogu znajdziemy trzy miasta: Bydgoszcz, Grudziądz i Toruń. Zamówienie możemy złożyć telefonicznie, dostępny jest przycisk *Zadzwoń* lub online poprzez wybór przycisku *Zamawiam*.

Program Cab4you pozwala na szacowanie kosztów przejazdu oraz określenie czasu oczekiwania. Możemy więc wskazać opcję najszybszy lub najtańszy przejazd. Twórcy programu podają, iż dzięki temu uzyskujemy gwarancję najniższej ceny lub najkrótszego czasu oczekiwania na taksówkę

Aby z tej aplikacji skorzystać musimy:

1. Pobrać aplikację (Android –

sklep Play, iPhone – App Store).

2. Zarejestrować się; po instalacji program jednorazowo poprosi nas o podanie naszego numeru telefonu oraz wpisanie kodu aktywującego, który otrzymamy SMS-em. Sprawdzimy poprawność podanego przez nas kontaktu.

3. Podać adres, pod jaki ma przyjechać taksówka; korzystając z przycisku *Uwagi do adresu*, możemy przejść do okienka z możliwością wpisania dodatkowego tekstu dla kierowcy. Wybierając przycisk *Preferencje* możemy wybrać samochód z terminalem płatniczym, z możliwością przewozu 6 osób, kombi, z możliwością przewozu zwierząt, klimatyzacją. Wśród dostępnych opcji możemy znaleźć także wskazanie na kierowcę posługującego się językiem angielskim lub niemieckim. Zamiast wpisania adresu możemy wskazać poprzez wyświetlaną mapę *Moje położenie* lub inne miejsce.

4. Możemy wpisać adres docelowy. Pojawi się dzięki temu informacja o szacowanym koszcie przejazdu.

Wybieramy przycisk *Zadzwoń* lub *Zamawiam*. Pierwszy wybór wywoła pytanie programu, czy chcemy zadzwonić i dopiero potwierdzenie rozpoczyna kontakt telefoniczny. Wybór *Zamawiam* wywołuje komunikat, czy na pewno chcemy przekazać zlecenie na wskazany adres do firmy taksów-

kowej. Dopiero ponowne wskazanie przycisku *Zamów* rozpoczyna procedurę. Jeśli przeglądamy program, by go poznać, zawsze możemy wybrać *Anuluj*.

Uwagi dla osób pracujących metodą bezwzrokową

1. W wersji, z której korzystam, wygodniej odnajdywać elementy poprzez wodzenie palcem po ekranie niż poprzez gest przeciągnięcia, czyli przeniesienia się do kolejnego elementu.
2. Nad treścią i przyciskami znajdziemy przycisk menu opisany jako *Nav menu*. Jego położenie u góry po stronie lewej spowoduje wyświetlenie menu z kilkoma pozycjami np. *Aktywne zlecenia* czy

Zgłoś błąd. Przycisk *Nav* menu automatycznie zostanie przeniesiony do prawego górnego pola. Jego wybór pozwoli na zamknięcie wspomnianego powyżej menu i powrót do danych zamówienia taksówki.

3. Gdy podajemy adres, wystarczy wpisać nazwę ulicy. Automatycznie zostanie dodana nazwa naszego miasta. Poniżej pola edycyjnego wyświetlona może zostać lista sugestii np. z nazwą podanej ulicy i z innym miastem lub numerem budynku. Przycisk *Idź* umieszczony jest u dołu ekranu, po prawej stronie, jako ostatni w wierszu ze spacją.

Oprac. Renata Olszewska

UDŹWIĘKOWIONY TELEWIZOR

Od dwóch miesięcy jestem użytkowniczką udźwiękowionego telewizora. Mój wybór padł na odbornik firmy Samsung model UE40KU6450S i z perspektywy dwumiesięcznej „współpracy” uważam, że był to wybór udany. Telewizor jest łatwy w obsłudze całkowicie bez użycia wzroku. Ale po kolei.



Telewizor Samsung UE40KU6450S

<http://www.samsung.com>

1. Łatwy montaż i podłączenie - z kartonu wyjęłam trzy elementy, tzn. ekran, podstawę i plastikowy łącznik. Przy pomocy czterech dołączonych śrub skręciłam podstawę i podtrzymujący ekran statyw, a następnie wsunęłam w tę konstrukcję ekran telewizora. Wszystkie czynności wykonałam bez użycia wzroku. Na tylnym panelu z lewej strony znalazłam gniazdo do podłączenia kabla sieciowego, a z prawej strony - gniazdo do wkręcenia kabla antenowego.

2. Pierwsze uruchomienie - na pilocie naciśnęłam przycisk *Power* (lewy górny róg pilota) i... udało się. Na ekranie pojawiło się logo firmy Samsung. Ale co z tym

udźwiękowieniem? I tu miła niespodzianka - po naciśnięciu przycisku głośności na pilocie i przytrzymaniu go przez około 7 sekund funkcja przewodnika głosowego uruchomiła się automatycznie. Telewizor „przemówił” do mnie, ale w języku angielskim. Zmiana na język polski nie jest trudna - na pilocie wybieramy: *Ustawienia - System -Ustawienia eksperckie - Język - Polski* (do nawigowania służą klawisze 8, 4, 6 i 2).

3. Co potrafi ten smart tv? Udźwiękowane jest całe menu - głos odczytuje wszystkie elementy, po których się poruszamy. Dotyczy to zarówno ustawień tv jak i funkcji smart. Naciskając klawisz *Info* (5) słyszymy podstawowe informacje o aktualnie odbieranym programie (jego nazwę, godziny nadawania), a po kolejnym naciśnięciu 5 usłyszymy szczegółowe informacje. Wystarczy posłuchać i za pomocą klawiszy pilota wykonywać kolejne kroki. Pilot do tego modelu też jest bardzo przyjazny. Znajduje się na nim 9 klawiszy numerycznych (1,2 i 3 w górnym rzędzie), klawisz *Power* w lewym

górnym rogu oraz klawisz głośności i zmiany programów na dole. Pilot ma też wbudowany mikrofon, tak więc my też możemy do telewizora wydawać polecenia głosowe, np. gdy mówię: „Zmień program na 8”, mój tv zmienia kanał na TVN (oczywiście numery programów zależą od ustawień nadawcy sygnału tv). Podobnie głosem możemy przejść do ulubionych filmików na YouTube, mówiąc np. „Znajdź Pink Floyd”, mamy dostęp do tysięcy materiałów o tym zespole.

Użytkownikami tego smart tv mogą być abonenci telewizji satelitarnej, naziemnych i wszelkich kabłówek. W przypadku tv satelitarnej konieczna jest jednak wymiana zwykłego dekodera na kartę dekodującą CI (bez żadnych opłat dokonujemy tego u swojego operatora).

I na koniec cena. Ja kupiłam ten model za niecałe 2.500 złotych i uważam, że jest wart tych pieniędzy, ponieważ spełnia moje oczekiwania jako osoby niewidzącej.

I.D.

AUDIODESKRYPCJA

Pod adresem <http://szukajad.audiomovie.pl/> znajdziemy narzędzie (wyszukiwarkę), które pozwoli sprawdzić, czy jakiś film ma przygotowaną audiodeskrypcję.



Wyszukiwarkę przygotowały Fundacja Siódmy Zmysł i Fundacja Na Rzecz Rozwoju Audiodeskrypcji Katarynka.

Redakcja

JESIENNA EDYCJA STREFY KULTURALNEGO PODRÓŻOWANIA „SAVOIR-VIVRE WOBEC OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIĄ”

Czy pasażerowi poruszającemu się na wózku można zaproponować pomoc w umieszczeniu bagażu na półce? Czy pozwolić dziecku na zabawę z psem - przewodnikiem niewidomego podróżnego? Na te i inne pytania podróźni znajdą odpowiedzi w publikacji „Savoir-vivre wobec osób z niepełnosprawnością”. Poradnik został przygotowany wspólnie z Fundacją Integracja.

Pociągami podróżują zarówno studenci, biznesmeni, seniorzy, jak również opiekunowie z dziećmi czy osoby o ograniczonej mobilności. Wcześniejsze edycje projektu „Strefa Kulturalnego Podróżowania” koncentrowały się wokół uniwersalnych zasad savoir-vivre. Tym razem PKP Intercity skupia się na komunikacji z osobami z niepełnosprawnościami i życzliwości, jakiej one oczekują od innych, sprawnych osób.

- Jako największy przewoźnik dalekobieżny w kraju podejmujemy działania, polegające na dostosowywaniu coraz większej ilości pociągów do potrzeb pasażerów z różnymi niepełnosprawnościami. Inwestujemy w tabor, ale też widzimy potrzebę szkolenia naszych pracowników z obsługi osób z niepełnosprawnościami oraz w umiejętności dobrej komunikacji. Wierzimy, że każde działania w promowaniu ludzkiej otwartości służą poprawie kontak-

tów z osobami z niepełnosprawnościami – podsumował Marek Chraniuk, prezes zarządu PKP Intercity.

Efektem współpracy z Fundacją Integracja jest poradnik „Savoir-vivre wobec osób z niepełnosprawnością”. Broszura to zbiór ilustracji przedstawiających m.in. sceny z osobami z różnymi niepełnosprawnościami w czasie podróży pociągiem. W poradniku zawarte są wskazówki i porady dotyczące mile widzianych zachowań w kontakcie z niewidomymi pasażerami czy osobami poruszającymi się na wózku inwalidzkim.

- Poprzez takie działania odpowiadamy nie tylko na potrzeby osób poruszających się koleją, ale całego społeczeństwa – tłumaczy prezes Fundacji Integracja Piotr Pawłowski. Do Integracji często trafiają pytania, jak zareagować na widok osoby niewidomej na ulicy, czy można pomagać osobie na wózku, jak pomóc komuś, kto nie radzi sobie z poruszaniem się koleją czy też komunikacją miejską. Mamy bariery w głowach, nie mamy wiedzy na temat tego, jak się zachować. Poprzez tę akcję chcemy pokazać, że osoby z niepełnosprawnością nie są przybyszami z innej planety i nie funkcjonują jakoś specjalnie inaczej.

Publikacja dostępna jest pod linkiem: www.intercity.pl/savoir-vivre oraz w Centrach Obsługi Klienta

w całym kraju. Dodatkowo o uniwersalnych zasadach dobrych manier przypominają slajdy wyświetlane w nowoczesnych pociągach (Pendolino, PesaDART i Flirt3) oraz na ekranach przy kasach. Przewoźnik zaplanował

m.in. czat na Facebooku z ekspertami. Pasażerowie będą mieli szansę zapytać, jak zachować się w konkretnej sytuacji w czasie podróży pociągiem.

Źródło: <https://www.intercity.pl/savoir-vivre>

OKIEM NA PRZYRODĘ – CZ. XXI BISKUPIN

Na łamach felietonu zachęcałem już Państwa do odwiedzin Doliny Dolnej Wisły, zagubienia się choć na chwilę w zielonych Borach Tucholskich czy też do zejścia pod ziemię w poszukiwaniu kryształów soli. Tym razem zapraszam Państwa do stanowiska archeologicznego w Biskupinie. Związane jest ono z kulturą łużycką - trwającą w tym miejscu od środkowej epoki brązu, po wczesną epokę żelaza. Osada została odkryta stosunkowo niedawno, gdyż w latach 30. XX wieku, a obecnie można zwiedzać jej okazałą rekonstrukcję. Do grodu w Biskupinie, jak w czasach jego funkcjonowania, można się dostać jedynie bramami położonymi w drewnianym - pełnowymiarowym wale obronnym, który okala szczelnie całą osadę. Wewnątrz można poczuć charakter sprzed naszej ery, spacerując ulicami wzdłuż zrekonstruowanych budynków mieszkalnych.

Jednak ja chciałbym zwrócić Państwa uwagę na aspekt przyrodniczy „odnalezienia” pozostałości archeologicznej osady. W czasie jej funkcjonowania znajdowała się ona na wyspie – gwarantując bezpieczeństwo w przypadku

wrogiego oblężenia. Obecnie położona jest na półwyspie sąsiadującym z wodami Jeziora Biskupińskiego. Czynnikiem umożliwiającym odnalezienie grodu były melioracje, które przyczyniły się do obniżenia poziomu wód na całym otaczającym obszarze. Zabieg techniczny, który w tym kształcie nie jest korzystny dla środowiska, gdyż przyspiesza odpływ wód - przyczynił się do odnalezienia śladów pozostałości pradziejowych kultur – uznawanych obecnie za pomnik historii Polski. Jednakże po zakończeniu badań archeologicznych znaczna część stanowiska archeologicznego została zakonserwowana dla przyszłych pokoleń, a poziom wód w Jeziorze Biskupińskim został podniesiony i jest sztucznie utrzymywany w celu zapewnienia optymalnych warunków przetrwania autentycznej substancji zabytkowej.

Po, mam nadzieję, małym zachęceniu - nie pozostaje Państwu już nic innego, jak udać się do Żnina, wsiąść w kolejkę wąskotorową, która zawiezie was bezpośrednio pod bramy łużyckiej osady.

Dawid Szatten

SPORT

W japońskiej Fukuoce odbyły się Mistrzostwach Świata Słabo Widzących i Niewidomych w Bowlingu. Na podium dwukrotnie stanęła Jadwiga Rogacka - zawodniczka Pionka Włocławek. Zdobyła ona w singlu i All Events brązowe medale.

Karolina Rzepa, reprezentantka KSN „Łuczniczka”, zajęła 5. i 6. miejsce.

Przed 2 lata w Seulu Karolina dwukrotnie stanęła na najniższym stopniu podium. Tym razem rywalki okazały się nieco lepsze, choć gdyby wynik, jaki uzyskała w drugim dniu zawodów zaliczyła dzień wcześniej, to sięgnęłaby po brązowy medal.

W Bydgoszczy rozegrano II Mistrzostwa Polski Niewidomych w Triathlonie (1/8 dystansu). Zawodnicy mieli do pokonania 0,5 km pływania, 22,5 km na rowerze i 5,5 km biegiem. Wystartowało 16 par, zawody ukończyło 12. Po raz pierwszy wystartowały kobiety. Georgina Myler (z przewodniczką Alicją Lenzkowską) była pierwsza, Karolina Rzepa (z przewodniczką Aleksandrą Teclaw) zajęła 2. miejsce. Reprezentujący KSN „Łuczniczka” zdobyli srebrne medale w B1 Łukasz Skąpski (z przew. Dariuszem Więckowskim) w B2 Krzysztof Badowski (przew. Dariusz Dormowicz) oraz po brązowy medal w kategorii B1 sięgnął Piotr Śliwiński z przewodnikiem Zbigniewem Wiśniewskim.

Równie ekstremalnym wysiłkiem wykazali się zawodnicy startujący w Biegu Pokoju Pamięci Dzieci Zamojszczyzny. Mieli oni do pokonania 100 km podzielone na 4 etapy - pierwszego dnia 35 km, drugiego 29 km, trzeciego 21 km i w czwartym dniu kryterium uliczne 15 km.

W kategorii niedowidzących najlepszy okazał się Tomasz Chmuryński przed startującym po raz dziesiąty(!) na tym dystansie Krzysztofem Badowskim. Debiutujący Adam Kruczkowski zajął 2. miejsce w kategorii niewidomych. W Białymstoku odbyły się Mistrzostwa Polski w Lekkiej Atletyce. Zbiegły się one z jubileuszem 55-lecia pracy trenerskiej Jana Remplewicza. Jego podopieczni zdobyli medale min. Marcin Wesołowski w rzucie dyskiem i pchnięciu kulą.

Jadwiga Henselek

KSIAŻKI DO PODUSZKI

W dzisiejszym odcinku chciałabym polecić książkę Felicji Nowak-Raszkin „Moja gwiazda”.

Autorka opisuje w niej swoje przeżycia od dzieciństwa do czasów powojennych. W obecnych czasach warto poznać człowieka, który bezinteresownie przez dwa lata przechowywał Żydówkę, narażając siebie i swoją rodzinę na śmierć. Książkę czyta się jednym tchem.

Krystyna Skiera

PRAKTYCZNE DROBIAZGI

TEMPERÓWKA DO WARZYW CZYLI JAK ZROBIĆ MAKARON Z MARCHEWKI LUB CUKINII?

Żeby zrobić makaron z warzyw, będziemy potrzebować temperówki do warzyw. Niestety tarka spiralna z prawdziwego zdarzenia to wydatek około 200 zł. Jeśli tak jak ja nie lubicie wydawać zbyt dużo pieniędzy, to skorzystajcie z takiej, którą zakupiłam za 12 zł w sklepie sieci TIGER.

Ma kształt dużej temperówki – co prawda wykonana jest z plastiku, ale wg mnie tej lepszej jakości. Przede wszystkim najważniejsze są ostrza – metalowe i ostre. Obsługa temperówki jest bardzo prosta. Trzeba ją chwycić jak temperówkę do ołówków. Godziny spędzone w podstawówce na temperowaniu kredek nie poszły na marne – po 4. marchewce szło mi już nieźle.



Temperówka do warzyw z metalowym ostrzem firmy Microplane

Bardzo dobrze do warzywnego makaronu nadają się wszystkie twardsze warzywa: marchew, pietruszka, cukinia, bakłażany, podobno buraki i ziemniaki też. Dla waszej wygody podczas zakupów wybierajcie warzywa, które są długie i w miarę proste. Przerobienie ich na makaron będzie zdecydowanie prostsze.

Edyta Schirakowska

PRZEZ ŻOŁĄDEK DO SERCA

BOSKIE RISOTTO

Risotto należy do moich ulubionych potraw, gdyż daje duże możliwości, jest szybkie i smaczne. Jednak nie jest to potrawa w stylu postawię i samo się robi, wymaga wiele uwagi i cierpliwości.

Zacznijmy od podstawowych składników:

- **Tłuszcz do smażenia** – oliwa (jednak pamiętajcie że droga extra virgin nie nadaje się do smażenia) lub olej (tutaj wybór

dowolny – warto zmieniać, kombinować z różnymi rodzajami: rzepakowy, lniany, arachidowy, z pestek winogron itp. Dobrze sprawdzą się też oleje smakowe: czosnkowy, z suszonymi pomidorami, chili itp.).

- **Cebula** – można stosować różne jej odmiany (czerwoną, białą, żółtą, czosnkową, szalotkę – warto zmieniać).
- **Czosnek** – byle polski, a nie ja-

kieś chińskie czy hiszpańskie podróbki.

- **Masło** – sprawdzajmy uważnie przy zakupie, by nie był to mix tłuszczów i żeby miało min. 82% tłuszczu.
- **Ryż** – używamy odmian włoskich – Arborio (dostępne w większych marketach), Baldo (gotuję się szybciej niż Arborio), Carnaroli (daje risotto najdelikatniejsze i najbardziej kremowe), Vialone nano (łatwo chłonie płyn, daje risotto o jedwabistej konsystencji).
- **Białe wino** – używamy w zależności od rodzaju dodatków – najczęściej wytrawne, ale można eksperymentować z każdym rodzajem, używać czerwonych, słodkich, półsłodkich, półwytrawnych.
- **Bulion** – używamy w zależności od rodzaju dodatków: warzywny, drobiowy, wołowy, cielęcy, mieszany (najczęściej stosujemy drobiowy, ponieważ jest najbardziej stonowany smakiem – delikatny).
- **Pieprz** – francuski mistrz kuchni Auguste Escoffier uważał, że powinno dodawać się go na 8 min. przed końcem obróbki cieplnej.
- **Parmezan** – szanse na kupno dobrego parmezanu w większości sklepów są bliskie zeru, dlatego tak naprawdę możemy dodać każdy ser twardy (warto i tu dodawać różne rodzaje, a nie wciąż edamski lub gouda). Ja preferuję cheddar.

Dodatki – tak naprawdę co dusza zapagnie:

- **Warzywa** – większość się nadaje, tworząc piękne kompozycje. To mogą być warzywa korzeniowe (marchew, pietruszka, seler, burak, skorzonera, salsafia, pasterak, topinambur), rzepowate (rzodkiewka – naprawdę duszona też jest smaczna, rzodkiew, rzepa, brukiew), liściowe (szpinak, rukiew wodna, boćwina, botwina, seler naciowy, szczaw, rzeżucha, sałaty do wykończenia i dekoracji, ale również do poprawy smaku np. rukola), kapustne (brukselka, kalafior, brokuł, kalarepa, jarmuż. Co do kapusty i jej odmian mam pewne wątpliwość), owocowe (pomidor, dynia, cukinia, bakłażan, kabaczek), warzywa strączkowe (fasola szparagowa, groszek, bób, soja, soczewica, ciecierzycy), warzywa inne (szparagi, fenkuł, rabarbar, karczochy, kukurydza),
- **Mięso** – właściwie najlepszy jest drób (indyk, kurczak, kaczka, perliczka, inne rodzaje mięs wchodzi w grę, ale wybierajmy mniej tłuste części kulinarne).
- **Grzyby** – zarówno świeże jak i suszone, również pieczarki.
- **Owoce** – (świeże, a nawet lepiej suszone np. figi, żurawina, morele, śliwki).
- **Ryby i owoce morza** – tutaj też właściwie pełna dowolność, bardzo dobrze wychodzi z łososiem i dorszem (filetami), które dostępne są cały rok w na-

szych sklepach. Owoce morza to oczywiście małże, krewetki, kalmary, ośmiornice lub ich mieszanka do tzw. frutti di mare.

- **Czerwone wino** – możemy dodać zamiast białego (warto czasem zmienić, by bardziej urozmaicić smak).
- **Sery** – możemy zrobić z mieszanką różnych serów – mozzarella, feta (dobrze łączy się z pieczonymi burakami), gorgonzola, ricotta, różne pleśniewe (u nas tanie i dobre są Lazura).
- **Przyprawy i zioła** – tutaj znów mamy duże pole do popisu, zwłaszcza gdy chodzi o świeże, które najlepiej hodować na balkonie.
- **Napoje fermentowane mleczne** – śmietana, jogurt - dajemy jeśli chcemy uzyskać biały kremowy sos.

Sposób wykonania risotta białego podstawowego (w nawiasach możliwe modyfikacje), najlepiej przyrządzać w głębokim naczyniu (garnku, wysokiej patelni, rondlu lub woku):

1. Na tłuszczu szklimy posiekany czosnek, cebulę (jak dajemy np. ostrą papryczkę, szczypiorek, por, seler naciowy to też szklimy).
2. Ryż wsypujemy, smażymy, mieszając aż (po 1-2 minutach) ziarna zrobią się przezroczyste.
3. Wlewamy białe wino (niektórzy kucharze proponują podgrzewanie, ja tego nie robię), aż ryż wchłonie płyn, a alkohol odparuje (zniknie).
4. Wlewamy po chochli gorący bulion, kolejną, gdy ryż wchłonie

poprzednią. Po 15 minutach próbujemy. Jeśli ziarenka z zewnątrz są kremowe, a w środku al dente, zdejmujemy z ognia. Gdy ryż będzie wymagał więc bulionu, można dodać gorącej wody. (w tym miejscu lub po 5 etapie dajemy składniki dodatkowe wcześniej przygotowane np. mięso podsmażone, warzywa zblanszowane lub podgotowane (można też podsmażyć), pieczarki podduszone, owoce morza podgotowane i in.)

5. Po zdjęciu ryżu z ognia dodajemy duży kawałek masła, pieprz do smaku i starty ser. Mieszymy delikatnie, aby nie rozgnieść ziaren, przykrywamy i czekamy 2-3 minuty. Podajemy od razu.



Risotto

Smacznego !!!

Celowo nie podaję gramatur, ponieważ każdy powinien ustalić je sam po kilku razach sporządzania potrawy. Przepis tak naprawdę powinien być dla nas tylko podpowiedzą, inspiracją.

Porady: 5. etap można pominąć, nie będzie tak kremowe, ale też nie stanie się bombą kaloryczną. Ser może być mozzarella lub kozi, ryż można zastąpić kaszą (ale wtedy bez wina), a powstanie nam kaszotto, można użyć zwykłego ryżu, ale to jednak nie to samo.

Krzysztof Olejnik