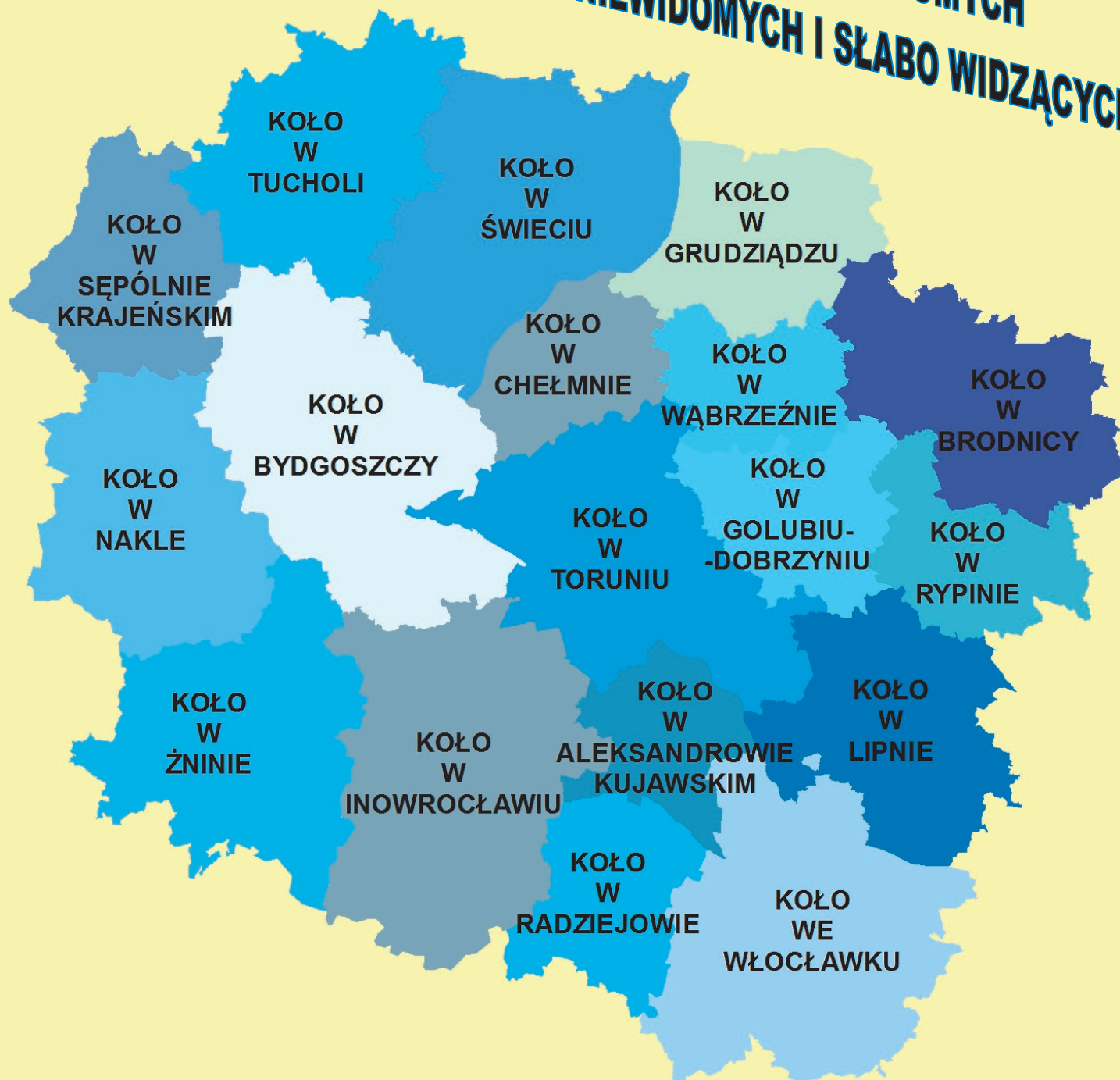




**OKRĘGOWY BIULETYN INFORMACYJNY
KUJAW I POMORZA, POLSKIEGO ZWIĄZKU NIEWIDOMYCH
OBRAZUJĄCY DZIAŁALNOŚĆ LUDZI NIEWIDOMYCH I SŁABO WIDZĄCYCH**



W NUMERZE:**WYDARZENIA I AKTUALNOŚCI**

ZAKOŃCZYŁ SIĘ TWÓRCZY REJS OKATiK-a 2012	4
PRZYJACIEL NIEWIDOMYCH	5
CIEKAWY CZŁOWIEK	6
JEŚLI ZECHCESZ, MURY RUNĄ!	7
W TYM KOLE NIC SIĘ NIE DZIEJE	9
AKTYWNI Z KOŁEM PZN W ALEKSANDROWIE KUJAWSKIM	10
„TAK WIELU WSPANIAŁYCH LUDZI SPOTKAŁEM W ŻYCIU”	13
„NAJDROŻSZA SZKOŁO MA” – 140 LAT ISTNIENIA SZKOŁY	14
WIEŚCI Z KÓŁ	16

DUSZPASTERSTWO

NA MARGINESIE HISTORII	26
PIELGRZYMKA NIEWIDOMYCH	28

KU SAMODZIELNOŚCI

KOMPLEKSY OSÓB NIEDOWIDZĄCYCH	29
NIEWIDOME DZIECKO W RODZINIE	30

PORADY PRAWNE

KONWENCJA O PRAWACH OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH	32
--	----

PRAKTYCZNE RADY

POMOCE OPTYCZNE CZ. II	34
------------------------------	----

DLA KAŻDEGO COŚ CIEKAWEGO

NVDA - FORMULARZE	37
SeeYou Phone	38
KSIĄŻKI DO PODUSZKI	39
OKIEM NA PRZYRODĘ cz. V	40
ŻYCIE BEZ KSIĄŻEK JEST PO PROSTU NUDNE	41
SPORT	42
„NA ROZGRZEWKĘ I FRASUNEK NAJLEPSZY DOMOWY TRUNEK”	43

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

REDAKCJA	A. Kruczkowski, R. Olszewska, D. Tomaszewska-Szatten e-mail: biuletytnoko@tlen.pl
KOLEGIUM REDAKCYJNE	ks. P. Buczkowski, J. Henselek, J. Śledzikowska
KOREKTA	L. Mokańska
WYDAWCA	Polski Związek Niewidomych, Okręg Kujawsko-Pomorski Al. Powstańców Wlkp. 33, 85-090 Bydgoszcz, tel. 52 341 32 81
DRUK	Wydawnictwa Polskiego Związku Niewidomych sp. z o.o. ul. Konwiktorska 7/9, 00-216 Warszawa
WERSJA DŹWIĘKOWA	realizacja akustyczna - J. Olszewski czyta - L. Mokańska

Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych, zastrzega sobie prawo do skrótów, adyustacji 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.



Wydanie Biuletynu Informacyjnego „OKO” jest dofinansowane ze środków PFRON w ramach 9 konkursu oraz ze środków Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej z Programu Operacyjnego Fundusz Inicjatyw Obywatelskich

Drodzy Czytelnicy,

Rok 2012 był dla naszego kwartalnika rokiem pomyślnym. Z PFRON-u otrzymaliśmy dofinansowanie na wydanie czterech numerów „OKA”. Przy jego tworzeniu redakcję wspierało Kolegium Redakcyjne w składzie: Jadwiga Henselek, Janina Śledzikowska, ks. Piotr Buczkowski oraz wiele osób, które nieodpłatnie, systematycznie pisały bardzo ciekawe artykuły do naszego pisma. W tym miejscu pragniemy serdecznie podziękować: Grażynie Białej, Paulinie Błaszczewicz, Magdalenie Turek, Jackowi Sidorowi, Dawidowi Szattenowi, przedstawicielom naszych kół powiatowych oraz wszystkim osobom, które przyczyniły się do wzbogacenia naszego biuletynu. Treści publikowane w naszym kwartalniku okazały się interesujące na tyle, że prawie o 100% wzrosła liczba indywidualnych prenumeratorów, którym każdy numer „OKA”

w wybranej przez nich wersji wysyłamy na adres domowy.

Napisany został kolejny projekt na wydawanie Biuletynu Informacyjnego „OKO” w 2013 roku. Z nadzieją patrzymy w przyszły rok. Wierzymy, że w marcu ukaże się kolejny, 43 numer naszego „OKA”.

Naszym wiernym czytelnikom życzymy ciepłych, spokojnych, rodzinnych Świąt Bożego Narodzenia oraz dużo szczęścia i spełnienia marzeń w Nowym Roku. Mamy nadzieję na spotkanie w 2013 roku.

Przypominamy, że nasz biuletyn zamieszczany jest na stronie internetowej Okręgu Kujawsko-Pomorskiego PZN:

www.kujawskopomorski.pzn.org.pl

Redakcja

Kolęda Cicha noc

**Cicha noc, święta noc,
Pokój niesie ludziom wszem.
A u żłóbka Matka Święta,
Czuwa sama uśmiechnięta,
Nad Dzieciątka snem,
Nad Dzieciątka snem,**

**Cicha noc, święta noc,
Pastuszkowie od swych trzód,
Biegną wielce zadziwieni,
Za anielskim głosem pieni,
Gdzie się spełnił cud,
Gdzie się spełnił cud,**



**Cicha noc, święta noc,
Narodzony Boży Syn,
Pan Wielkiego Majestatu,
Niesie dziś całemu światu,
Odkupienie win,
Odkupienie win,**

**Cicha noc, święta noc,
Jakiż w tobie dzisiaj cud,
W Betlejem Dziecina święta
Wznosi w górę swe rączęta
Błogosławi lud.
Błogosławi lud.**



ZAKOŃCZYŁ SIĘ TWÓRCZY REJS OKATiK-a 2012

Zadanie „Twórczy rejs OKATiK-a 2012” to cykl spotkań o charakterze edukacji kulturalnej i artystycznej wśród osób niewidomych i niedowidzących, którzy zrzeszeni są w Klubie „OKATiK” przy Polskim Związku Niewidomych w Bydgoszczy. Cykliczne spotkania poszczególnych sekcji: plastycznej, redakcyjno-literackiej i muzycznych spotkań pokoleń pod okiem fachowej kadry pozwoliły doskonalić warsztat twórczy osób niewidomych i niedowidzących uczestniczących w spotkaniach warsztatowych.

Program „Twórczy rejs OKATiKa” podejmowany był również w latach ubiegłych, zawsze cieszył się dużą popularnością i przybierał różne formy. Było zwiedzanie miasta dotykem, były specjalistyczne warsztaty artystyczne, spotkania rodzin. W tym roku zorganizowaliśmy cykl warsztatowy (łącznie 20 godz.) w miesiącach: sierpień, wrzesień, październik dla sekcji plastycznej, literackiej i muzycznej, w których uczestniczyło 27 osób z koła powiatowego w Bydgoszczy. Spotkania te pomogły zaprezentować się artystom na zewnątrz. „Twórczy rejs OKATiKa 2012” zawoocował wystawą fotografii „Leon widziany... inaczej” - która dla osób niedowidzących, dzięki rozwojowi techniki znowu stała się dostępna. Był to efekt przeprowadzonych warsztatów artystycz-

nych. Dwie prezentacje artystyczne: spotkanie literackie z Antoniną Markiewką (26 września w MCK) i koncert (15 października) połączony z prezentacją „Wspólnego teatru” i podsumowaniem programu „Niewidomi u Leona” zorganizowany dla mieszkańców miasta Bydgoszczy w Międzynarodowy Dzień Białej Laski (dla ok. 200 osób), pozwolił zaprezentować efekty przeprowadzonego programu.

Dzięki podjętej inicjatywie znacznie zwiększyła się liczba osób niewidomych i słabo widzących, która chce tworzyć i aktywnie uczestniczyć w życiu kulturalnym naszego związku, a także naszego miasta – Bydgoszczy. Była to edukacja prozdrowotna wspomagająca rehabilitację społeczną, którą można prowadzić również poprzez aktywne uczestnictwo w życiu kulturalnym.

Program „Twórczy Rejs OKATiKa” rozbudził zainteresowania, pogłębił posiadaną wiedzę, a także zachęcił do twórczego działania.

Rehabilitacja poprzez sztukę jest jedną ze sprawdzonych form rehabilitacji społecznej, która pomaga i ułatwia właściwe zagospodarowanie czasu wolnego przez osoby niepełnosprawne.

Zorganizowane warsztaty pozwoliły rozszerzyć twórcze umiejętności niewidomych i niedowidzących artystów, rozwinąć umie-

jętności prezentowania swojej twórczości i ograniczyły izolację społeczną osób niepełnosprawnych, które czują się pewniej w swojej grupie, jednak należy kształtować w nich umiejętności „otwierania się” i prezentowania swojej twórczości społeczeństwu. Program „Twórczy rejs OKATiKa 2012” zakończył się 15 listopada „Spotkaniem z piosenką patriotyczną”. Łącznie obejmował 10 spotkań i imprez o charakterze integracyjno-edukacyjnym, w których uczestniczyło ponad 300 osób. Realizacja tego programu była możliwa dzięki dofinansowaniu z budżetu Miasta Bydgoszczy, Wydziału Zdrowia i Świadczeń i Polityki Społecznej.

*koordynator ds. kultury
Helena Skonieczka*

PRZYJACIEL NIEWIDOMYCH

W dniu 15 października 2012 roku w siedzibie Miejskiego Centrum Kultury w Bydgoszczy uhonorowano osoby zasłużone dla środowiska niewidomych i słabo widzących.



Międzynarodowy Dzień Białej Laski

W Międzynarodowy Dzień Białej Laski, zorganizowany przez Okręgowy Klub Aktywności Twórczej i Kulturalnej „OKATiK” przy Okręgu Kujawsko-Pomorskim Polskiego Związku Niewidomych zostały wręczone odznaki „Przyjaciel niewidomych”, które dla niewidomych są wyrazem największego uznania i podziękowania za niesioną im pomoc.

Wiceprezes ZG PZN Zbigniew Terpiłowski uhonorował w ten sposób senatora RP Jana Rulewskiego i Marię Zaborowicz z DPS w Nakle.



„Wspólny teatr”

Na wniosek prezesa Klubu „OKATiK” odznakę tę przyznano również za pomoc i zrozumienie potrzeb kulturalnych i artystycznych osób niewidomych pani Elżbiecie Krzyżanowskiej - przewodniczącej Komisji Kultury i Dziedzictwa Narodowego Sejmiku Województwa Kujawsko-Pomorskiego i Marzenie Matowskiej – dyrektor Miejskiego Centrum Kultury w Bydgoszczy.

Uroczystości wzbogacone zostały programem artystycznym „Wspólny teatr” prezentowanym

przez osoby niewidome i niedowidzące z Bydgoszczy, Nakła, Koronowa i Grudziądza zrzeszone w klubie „OKATiK”. Z okazji obchodzonego Roku Leona Wyczółkowskiego klub ten był organizatorem kilkunastu spotkań i inicjatyw kulturalnych w ramach programu „Niewidomi u Leona”.

*koordynator ds. kultury
Helena Skonieczka*

CIEKAWY CZŁOWIEK

Wiesław Miętkiewicz, choć sam jest niewidomy, dostrzega to, czego zwykły człowiek zobaczyć nie potrafi.

Wiesiu, tak zdrobniale zwykło się mówić na naszego dobrego kolegę z radziejowskiego koła PZN. Ten 42-letni mężczyzna, mieszkaniec Piotrkowa Kujawskiego, zawsze tryskający humorem, swoją życzliwością potrafi zarażać innych pomimo to, że codziennie zmagają się ze swoją niesprawnością. Chociaż jest niewidomy i porusza się na wózku inwalidzkim, cały czas podejmuje coraz to nowsze wyzwania i z zapalem dąży do ich realizacji.

Wiesiu pracuje 6. rok w warszawskiej firmie sprzedającej części do samochodów koreańskich i amerykańskich. Praca ta polega na wyszukiwaniu przez Internet adresów innych firm, porównywaniu cen i nawiązywaniu współpracy z nimi.

Wiesław od 1,5 roku jest w zarządzie naszego koła i bierze

czynny udział w życiu związku niewidomych. Często dzieli się z nami swoimi pomysłami, które wykorzystujemy do realizacji wykonywanych zadań.



Wiesław Miętkiewicz

Warto podkreślić, iż już 6. raz uczestniczył w pieszych pielgrzymkach na Jasną Górę z integracyjną grupą Caritas. Jak sam wspomina: „Podróży towarzyszy miła atmosfera, poznaję wspaniałych ludzi, którzy podejmują nas noclegiem lub wyżywieniem”. Wypełniają go one życiodajną siłą, przynoszą ulgę w cierpieniu i radość, bowiem życie stanowi najwspanialszy dar, który powinniśmy szanować.

Miętkiewicz zdobywa także wyróżnienia w konkursach, zgłębia swoją wiedzę na tematy przyrodnicze i historyczne, interesuje się literaturą.

Reasumując, Wiesiu jest najlepszym przykładem, iż niepełnosprawność nie jest przeszkodą i można funkcjonować, przekraczając swoje ograniczenia. Stanowi wzór dla innych.

Ewa Kozińska

JEŚLI ZECHCESZ, MURY RUNĄ!

20 października w Bydgoszczy miały miejsce dwa wydarzenia: II Festiwal Widzących Duszą „Muzyka otwiera oczy” i rozruch kawiarni artystycznej prowadzonej przez niewidomych i niedowidzących o nazwie „Otwarta Przestrzeń Światłownia”. Obie te inicjatywy łączy nie tylko termin. Trzeba było rozbić wiele murów niechęci, głupoty czy obojętności, aby mogły zaistnieć. Warto było to robić...

Tegoroczny festiwal stał pod wielkim znakiem zapytania. Rok temu większość środków na imprezę dał Wydział Kultury Urzędu Miasta Bydgoszczy. Mimo entuzjastycznych recenzji, pochwał uczestników i widzów I festiwalu, Wydział Kultury w tym roku nie przeznaczył na imprezę ani złotych. Odesłał organizatorów do... Wydziału Zdrowia! Bo przecież to impreza dla niepełnosprawnych...

Wydział Zdrowia uznał, że festiwal to jednak wydarzenie kulturalne i to kultura powinna płacić. Wszystko oczywiście wśród zapewnień o wielkiej potrzebie istnienia takiego przedsięwzięcia. W końcu pomógł Marszałek Województwa, dając połowę potrzebnych środków. Drugiej połowy nadal jednak brakowało...

Pomogli ludzie, którzy naprawdę rozumieli ideę Festiwalu Widzących Duszą. Konferansjerzy zrezygnowali z honorariów (jeden z nich musiał dojechać do Byd-

goszczy ponad 200 km). Zespół podgrywający wykonawcom i ekipa nagłaśniająca wzięli symboliczne kwoty. Uniwersytet Kazimierza Wielkiego zrezygnował z opłat za wynajęcie Auli Copernicanum. Jurorzy obradowali za ciastko i kawę. Wreszcie gwiazda Festiwalu – „Czerwony Tulipan” - którego recital kosztuje ok. 10 tys. zł także wystąpił za darmo!

- Robicie wspaniałe rzeczy, pozwólcie nam też poczuć się częścią tej inicjatywy. Razem zburzymy każdy mur głupoty i zawiści – podsumował Stefan Brzozowski, lider „Czerwonego Tulipana”.

Festiwal wystartował i okazał się jeszcze lepszym, niż rok temu. Jury oceniło, że poziom tegorocznych wykonawców był o niebo wyższy, niż podczas pierwszej edycji. Wykonawcy zjechali z całej Polski, co utrwala ogólnopolską pozycję imprezy.

Pierwsze miejsce zajęli Zuzanna Osuchowska i Krzysztof Wysocki. Drugie miejsce – Aleksandra Gudacz, trzecie – Łukasz Baruch i Przemek Cackowski. Na wyróżnienia zasłużyli Armand Perrykietko, Renata Szczepaniak i Danuta Borowska. Wartość nagród – ponad 6 tys. zł.

W tym roku, mimo problemów z finansami, po raz pierwszy nasz festiwal był imprezą dwudniową. Drugi dzień – czyli Koncert Laureatów i występ „Czerwonego Tulipana” odbył się w świeżo wyre-

montowanej „Otwartej Przestrzeni Światłownia”. I tu słów kilka o tym drugim przedsięwzięciu...

Dwa lata temu grupa niewidomych i niedowidzących zawiązała w ramach bydgoskiego PZN Grupę Samopomocy. Spotykaliśmy się raz w miesiącu, rozmawialiśmy, mieliśmy kursy, szkolenia, wspólne wyjazdy. Program się skończył, a my już samodzielnie postanowiliśmy działać dalej. W oparciu o stowarzyszenie Lokalna Inicjatywa Kulturalna produkowaliśmy kartki świąteczne, stroiki, ozdoby choinkowe, pamiątkowe dyplomy itp. Wreszcie pół roku temu założyliśmy Spółdzielnię Socjalną Widzących Duszą „Świeatko”.

Problemy były już od początku. Każdy ze spółdzielców w zamian za przyznane dotacje musiał przedstawić poręczenie. Rzecz czysto formalna, bo w rzeczywistości nie ma obaw, że taką dotację trzeba będzie zwracać. No, może w jednym przypadku – jeżeli spółdzielca w ciągu dwóch lat zasłuży na dyscyplinarkę. Mało to realne w przypadku mocno zdeterminowanych ludzi...

A jednak nie chciał poręczać żaden związek, stowarzyszenie czy urząd. Każdy z nas na własną rękę wyszukał takie zabezpieczenie – własnym majątkiem lub poręczeniem znajomych czy rodziny. Wyszukaliśmy kompletnie zdewastowany, rozkradziony lokal ADM. Kolejny paradoks – aby dostać dotację, musieliśmy mieć taki lokal. Nie mogliśmy jednak wydać

ani grosza na czynsz przed otrzymaniem dotacji. Istny paragraf 22! Znowu pomogła Lokalna Inicjatywa Kulturalna, opłacając czynsz... Potem czteromiesięczny, codzienny remont. W naszych rękach młotki, kielnie, pędzle itd. Na wynajęcie fachowców nie było środków. Ale i tu znaleźliśmy przyjaciół. Elektryk reanimował nam prąd za koszt materiałów, monitoring warty 8 tys. firma przekazała w zamian za reklamę w powstającym lokalu. Na podobnych zasadach dostaliśmy wyposażenie kuchni i meble. Wielu wspaniałych, mądrych, otwartych ludzi dołożyło cegiełkę do „Otwartej Przestrzeni Światłownia” - taką nazwę ma stworzona na ul. Św. Trójcy 15 w Bydgoszczy kawiarnia artystyczna.

Działa codziennie, oprócz poniedziałków, w godz. 15-21. Oferujemy dobrą muzykę (Grechuta, Kaczmarek, Niemen i inni bardowie), domowe ciasto, drobne posiłki, napoje gorące i zimne. Sprzedajemy komisowo rękodzieła wytwarzane przez niepełnosprawnych. W każdy piątek o godz. 18 mamy koncerty muzyczne na żywo, natomiast w soboty o 18 – wieczorki samotnych serc z szampańską zabawą. Mamy swoich masażyстів, którzy dojeżdżają z własnym łóżkiem do klientów (masaż leczniczy lub relaksacyjny). Oferujemy najtańszy w Bydgoszczy transport samochodem osobowo-dostawczym Nissan Primastar.

„Otwarta Przestrzeń Światłownia” działa i ma się coraz lepiej. Byłoby nieprawdą stwierdzenie, że spotkaliśmy na swojej drodze tylko przyjaciół i wspaniałych ludzi. Byli i tacy, którzy próbowali podstawić nogę – przez własne kompleksy, zawiść czy ot tak... Pomińmy to milczeniem, niech im będzie wstyd. Jako filozofię naszej firmy przyjęliśmy hasło: „Otwarta przestrzeń, otwarte umysły, otwarte serca”. I takich ludzi – czyli Was, drodzy Czytelnicy – z przyjemnością ugościmy w „Światłowni” i przyjmiemy do grona naszych przyjaciół. Warto kruszyć mury, warto mieć marzenia i warto je spełniać. Jeśli zechcesz – mury runą, czego dowodem jest II Festiwal Widzących Duszą I Otwarta Przestrzeń Światłownia.

*Grzegorz Dudziński
dyrektor festiwalu i prezes „Światłowni”*

W TYM KOLE NIC SIĘ NIE DZIEJE

Już od dłuższego czasu słysząc pokątnie wyrażaną opinię, że w tym kole nic się nie dzieje, nic się nie organizuje.

Stwierdzam, że do tego, aby w kole się coś działo, muszą być dwie strony, strona organizująca imprezy i strona w nich uczestnicząca.

Aby udowodnić, że jednak coś się dzieje w kole, podaję tylko skrótowo wykaz imprez organizowanych przez Zarząd Koła Po-

wiatowego PZN w Bydgoszczy od 19 marca 2011r. do października 2012r.

Żeby się nie powtarzać informuję, że wszystkie imprezy, które będą wymienione ogłaszane były: na spotkaniach duszpasterskich, na stronie internetowej Okręgu PZN, za pośrednictwem Grzegorza Dudzińskiego oraz na tablicy ogłoszeń.

Ponadto wszystkich przychodzących czy pytających telefonicznie informowaliśmy osobiście. Wykaz imprez:

Cykliczne imprezy: majówka, wycieczka do Jastarni, 3 turnusy rehabilitacyjne do Ustki, konkursy literackie i recytatorskie, spotkania opłatkowo-kolędowe.

Pozostałe imprezy/spotkania:

„Bydgoszcz dotykem i słuchem widziana” – konkurs wiedzy o Bydgoszczy, spotkanie pod hasłem „Pieniądze oraz usługi bankowe wczoraj, dziś i jutro”, pielgrzymka do Łomży, wycieczka edukacyjna do Warszawy, planowana była również wycieczka do biblioteki w Łodzi, ale z powodu braku zainteresowania została odwołana.

Ponadto zorganizowaliśmy Dzień Dziecka w Biskupinie, jednodniowy wyjazd do Aquaparku w Solcu Kujawskim, z okazji Dnia Białej Laski - spotkanie z artystką Małgorzatą Mówińską-Zyśk.

Niestety, z ogromną przykrością muszę stwierdzić, że te imprezy cieszyły się znikomym, a nawet żadnym zainteresowa-

niem. Już nie wspomnę, ile telefonów wykonały osoby odpowiedzialne za te imprezy.

Gdyby nie udział uczniów z Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. L. Braille'a oraz członków innych kół okręgowych, żaden konkurs nie odbyłby się, albowiem we wszystkich konkursach z naszego koła udział wzięła jedna osoba, mimo że w ostatnim z nich główną nagrodą był czytnik, za który jeszcze raz bardzo dziękujemy Spółdzielni Nowa Praca w Warszawie.

My, jako Zarząd, przyjmujemy każdą konstruktywną krytykę, ale ci którzy krytykują, niech uderzą się we własne piersi i uczciwie sobie odpowiedzą na pytanie: „W ilu imprezach uczestniczyliśmy?”

Wiem, że ludzie ubożeją, niestety są teraz takie czasy, że prawie do każdej imprezy potrzebny jest wkład własny i skoro okazało się, że do majówki w tym roku trzeba było dołożyć 5zł, to niestety uczestników było o wiele mniej niż rok temu.

Z ogromną przykrością stwierdzamy, iż członkowie naszego koła nie biorąc udziału w żadnej imprezie, nie proponują nam nawet, w czym chcieliby uczestniczyć.

Krystyna Skiera



AKTYWNIE Z KOŁEM PZN W ALEKSANDROWIE KUJAWSKIM

Koło PZN w Aleksandrowie Kujawskim jest prężnie działającym wzorem do naśladowania dla innych organizacji, które też chciałyby coś zrobić dla miasta, ale na starcie poddają się nie wiedząc o tym, że jest wiele organizacji, instytucji, osób prywatnych, które chcą im pomóc, są wrażliwe na nas – czyli osoby niewidome i słabo widzące.

Projekt Poznaj Siebie 3 jest kontynuacją ubiegłorocznego Projektu Poznaj Siebie 2. Projekt zaktywizował już dużą liczbę osób, wycofanych ze środowiska ze względu na swoją chorobę (wadę wzroku). Dzięki zrealizowaniu działań projektu, osoby te odnalazły wiarę w siebie, otworzyły się na innych. Animator projektu (pisząca te słowa) starała się w sposób rzeczowy, podchodząc do każdego z uczestników, wpoić im nowe wartości, przez co - jak sama nazwa projektu mówi - poznać siebie z bliska, tak od wewnątrz, nie zważając na niepełnosprawność, tylko na to, kim się jest jako istota ludzka. W zeszłym roku udało nam się w ramach projektu przeprowadzić następujące działania:

- wycieczka do Warszawy (uczestnicy mieli okazję z bliska od wewnątrz zobaczyć Sejm, Muzeum Powstania

Warszawskiego, Starówkę, Pałac Kultury)

- spotkanie ze znanym niewidomym alpinistą - Pawłem Urbańskim, który brał udział w projekcie „Trzy Korony” u boku legendy, samego Mariusza Kamińskiego. Gość w niesamowity sposób, za pomocą slajdów i filmików pokazał, że trzeba wierzyć w siebie i w swoje możliwości, pomimo bariery wzrokowej.
- organizacja Wigilii.

Kolejnym naszym ważnym przedsięwzięciem było utworzenie Klubu Żywej Książki (KŻK) pod koniec ubiegłego roku, który prężnie funkcjonuje do dnia dzisiejszego. Przykładem czynnej działalności KŻK jest utworzenie biblioteczki i zakup 150 audiobooków i czytaka do odtwarzania książek.

W ramach projektu zorganizowaliśmy także spotkanie z pisarką Ireną Matuszkiewicz i poetką Heleną Dobaczewską-Skonieczko. Warto zwrócić uwagę na fakt, że w ramach otwartego konkursu ofert wygraliśmy w Gminie Miejskiej Aleksandrów Kujawski dofinansowanie w wysokości 5.000zł na realizację naszego działania. Nie byłoby to możliwe bez wsparcia Wandy Drabikowskiej - dyrektorki Miejskiej Biblioteki Publicznej w Aleksandrowie Kujawskim i jej współpracowników.

Dużym osiągnięciem, z którego jesteśmy bardzo dumni, jest

pozyskanie nowej siedziby na działalność naszego klubu. Aktywność koła sprawiła, że burmistrz Andrzej Cieśla przychylił się do tego, abyśmy otrzymali 60-metrowy lokal w Gimnazjum Lotników Polskich nr 1 przy ul. Długiej, który od 1 września 2012 r. został naszą oficjalną siedzibą, czynną w każdy poniedziałek i piątek w godzinach 9-11. W związku z pozyskaniem tego lokalu, chciałabym korzystając z okazji, bardzo podziękować Jerzemu Dei - dyr. Okręgu Kujawsko-Pomorskiego PZN za pomoc w realizacji tego zamierzenia.

Kolejnym ważnym dla nas przedsięwzięciem było zorganizowanie 3-dniowej wycieczki do Trójmiasta, na Półwysep Helski i na Kaszuby. W tym miejscu ogromne podziękowania należy przekazać PCPR w Aleksandrowie Kuj. za dofinansowanie wycieczki w kwocie 10.000zł.

Na uwagę zasługuje także udział członków koła w realizacji działań związanych z obchodami Roku Leona Wyczółkowskiego. W Galerii Sztuki Ludowej i Nieprofesjonalnej Wojewódzkiego Ośrodka Kultury i Sztuki przy Starym Rynku w Bydgoszczy zaprezentowano wystawę plastyczną „Niewidomi u Leona”. Autorami prac malarskich, hafciarskich, rzeźbiarskich zaprezentowanych na wystawie były osoby niewidome i niedowidzące. Na wystawie

prezentują swoje prace również członkowie naszego koła, którzy podczas spotkań aktywizujących w czasie działań projektu nie byli nikomu znani, a teraz nie boję się ich nazwać artystami, którzy odnaleźli w sobie talent z różnych dziedzin. Swoje prace w Bydgoszczy zaprezentowali: Urszula Danielak, Maria Chojnacka, Regina Jędrzejczak, Sławek Śmigielski, Grażyna Grefkiewicz, Stanisław Szczęsny. 18 grudnia natomiast prace naszych członków prezentowane będą w Centralnej Galerii Tyflologicznej w Warszawie.

Kolejnym działaniem koła PZN w Aleksandrowie Kuj. było zorganizowanie obchodów Dnia Białej Laski. Z tej okazji spotkaliśmy się 18 października 2012 w Urzędzie Miejskim. Wśród zaproszonych gości byli m.in. Edmund Janke – prezes koła PZN w Toruniu, dr Andrzej Cieśla – burmistrz miasta, Wanda Drabikowska – dyrektor Miejskiej Biblioteki Publicznej w Aleksandrowie Kuj. Obchody uświetnił zespół folklorystyczny z Wołszewa.

Członkowie naszego koła włączyli się także w akcję ratowania zabytkowych nagrobków i pomników znajdujących się na zabytkowej nekropolii przy ul. Chopina. 31 października wzięliśmy udział w zbiórce pieniędzy, z której dochód przeznaczany jest na renowację zabytkowych mogił znanych i zasłużonych aleksandrowian.

Trudno wymienić wszystkie nasze działania i efekty, jakie one przynoszą. Trzeba jednak wspomnieć o tych najważniejszych, tych niedostrzegalnych dla oczu, ale dla duszy i wnętrza drugiej osoby, tak jak radość uczestników, podniesienie wiary w siebie, w swoje możliwości. Trzeba tylko uwierzyć, że wiara jest siłą napędową do realizacji marzeń, jednak od nas zależy, czy chcemy się rozpędzić, czy stać cały czas w miejscu na starcie. Nasz wzrok - mając na myśli wzrok niewidomych i słabo widzących - może wskazywać nieodległe cele. Zwyczajne codzienne czynności dla niektórych z nas stanowią nie lada wyzwanie, jednak znajdują się wśród nas tacy, co sięgają daleko, czyli po same szczyty tak jak wspomniany alpinista czy też nasi artyści. Dzięki naszym działaniom dużo ludzi zauważyło i doceniło to, że warto jednak wyjść z domu, porozmawiać, powymieniać się poglądami, dowiedzieć się czegoś nowego o sobie, pomyśleć o sobie pozytywnie, żeby udowodnić sobie, że jestem silniejszy i potrafię pomimo tej bariery cieszyć się z życia, brać je garściami. Nie kryję radości z tego powodu, że osoby z naszego środowiska zostały dostrzeżone, a życie kulturalne dla osób niewidomych i słabo widzących w Aleksandrowie Kujawskim nabrało barw.

Anna Krychowiak

„TAK WIELU WSPANIAŁYCH LUDZI SPOTKAŁEM W ŻYCIU ...” (B. JAKOB)

„ (...) bez ciągłości historii świat jawi się nam jako zbiór przypadkowych zdarzeń. Ciągłość historii pozwala nam dostrzegać (...) przyczyny i skutki, wybory i decyzje konkretnych ludzi i konsekwencje, jakie powodowali. Dostrzeganie ciągłości historii pozwala pytać o motywy wyborów, o warunki, w jakich były podejmowane, ich cenę i ich słuszność, czyli prawdę. Mówiąc krótko dostrzeganie ciągłości historii pozwala stawiać pytania o samą naturę człowieka, o prawdę o nim (...) o jego doświadczenie i świadczenie temu, w czym uczestniczył (...). Dla człowieka żyjącego w teraźniejszości jedyną miarą życia staje się mnożenie przyjemności (...). Ahistoryczność unieważnia (...) jakikolwiek wysiłek na rzecz dobra wspólnego (...).

Kazimierz Rynkiewicz

Mija 140 lat od powstania Ośrodka im. L. Braille'a w Bydgoszczy, którym miałem zaszczyt kierować w latach 1993-2008. Możliwość przewodzenia ludziom mądrym, kreatywnym, odpowiedzialnym i zaangażowanym w pracy z uczniami słabo widzącymi, niewidomymi i głuchoniewidomymi, stała się dla mnie najpełniejszym doświadczeniem życiowym, tym cenniejszym, że wzbogaconym o kontakty ze wspaniałymi ludźmi, a szczególnie współpracownikami, rodzicami i uczniami, z których jestem bardzo dumny. Cieszy fakt, że dzięki pracy kilku pokoleń pedagogów, tyflopedagogów, wielu naszych absolwentów odniosło sukces naukowy, zawodowy, założyło wspaniałe rodziny, z którymi utrzymuję sympatyczne kontakty. Podnosząc jakość kształcenia i rewalidacji poprzez zaangażowaną pracę, udowodniliśmy sobie i środowisku, że stać nas na wiele, że jesteśmy godnymi spadkobiercami tradycji

Ośrodka im. L. Braille'a w Bydgoszczy, który w dniach 16-17 listopada obchodził 140-lecie powstania. Życzę, aby w zmieniającym się świecie, naszym Uczniom, Wychowankom udało się zrealizować wszystkie młodzieńcze marzenia. Moim Koleżankom, Kolegom, Współpracownikom, Rodzicom, życzę sukcesów w dalszej pracy i życiu osobistym. Byłem Pracownikiem, Absolwentem, życzę dużo zdrowia, dziękując za pamięć i stałe więzi z Ośrodkiem. Jubileusz to również pamięć o tych, którzy odeszli. Wszystkim ludziom dobrej woli, których spotkałem na swojej drodze życia, pełniąc obowiązki dyrektora, życzę wiele radości przy rozmyślaniach o naszych spotkaniach. Choć zmieniają się kapitanowie (obecnie Ośrodkiem kieruje Małgorzata Szczepanek) i załoga, wspólny cel niech wyznacza mojej kochanej Placówce drogę do niego.

*Zenon Imbierowski
były dyrektor OSW im. L. Braille'a*

NAJDROŻSZA SZKOŁA MA! –140 lat istnienia szkoły Refleksje absolwentki

„Kierujemy nasze myśli na przemian ku przeszłości i w przyszłość. Szukamy w przeszłości nauk i wskazówek dla naszej przyszłości. Chcemy w ten sposób określić lepiej, i podbudować naszą nadzieję.”

bł. Jan Paweł II

Przeszłość i teraźniejszość szkoły

Bydgoska szkoła dla niewidomych, powstała w 1872 roku jest najstarszą w Polsce. W ceglany, pruski gmach, przeznaczonym pierwotnie dla 88 wychowanków, uczy się obecnie 284. Wówczas była najlepiej zorganizowaną i wyposażoną placówką tego typu w Polsce. Zmieniała się tylko jej nazwa. Był to: Krajowy Zakład Niewidomych, Zakład Prowincjonalny, Wojewódzki, a obecnie - Specjalny Ośrodek Szkolno-Wychowawczy nr 1 dla Dzieci i Młodzieży Słabo Widzącej i Niewidomej im. L. Braille’a



Główny budynek Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Dzieci i Młodzieży Słabo Widzącej i Niewidomej im. Louisa Braille’a w Bydgoszczy

w Bydgoszczy przy ul. Krasińskie-go 10.

Początkowo obowiązywał język niemiecki, dopiero po I wojnie światowej zakład stał się polską instytucją. Pracował w nim Oskar Picht – twórca brajlowskiej maszyny, nazywanej od imienia – maszyną Pichta. W warsztatach szkolnych uczono: tapicerstwa, koszykarstwa, szczotkarstwa i robót ręcznych.

Obecnie w placówce kształcą się na następujących poziomach: wczesne wspomaganie rozwoju dziecka, szkoła podstawowa, gimnazjum, trzyletnia szkoła zawodowa o specjalności sprzedawca, elektromechanik, mechanik monter maszyn i urządzeń, ślusarz, rolnik-gospodarstwo domowe, pracownik pomocniczy obsługi hotelowej (dla uczniów z lekką niepełnosprawnością intelektualną). Szkoła posiada dwa licea ogólnokształcące dla młodzieży i dorosłych oraz dwuletnią szkołę policealną, w której można zdobyć zawody: tyfloinformatyka i technika administracyjnego. Są też specjalne oddziały dla dzieci głuchoniewidomych.

Na początku istnienia zakładu najzdolniejsi mieli możliwość zdobycia zawodu: nauczyciela, organisty, stroiciela fortepianu, obecnie uczniowie odbywają praktyki w bydgoskich instytucjach zgodnie z wybranym zawodem, kontynuują naukę w szkołach policealnych, studiują lub wybierają masaż.

Do zdolniejszych uczniów Prowincjonalnego Zakładu dla Niewidomych w Bydgoszczy należał Szczepan Jankowski. Tu odkryto jego zdolności muzyczne. Został wirtuozem organów, kompozytorem pieśni religijnych czy Władysław Winnicki, późniejszy nauczyciel, organizator szkoły po II wojnie światowej w 1947 roku, jej dyrektor w latach 1948/51, organizator PZN na terenie Bydgoszczy i jego prezes.

Niektórzy z wielu dyrektorów: Henryk Piotrowski – nauczyciel pisanie na maszynie i języka rosyjskiego, Zygmunt Sawilski – wychowawca mojej klasy, który wykonywał drewniane mapy dla niewidomych, pracował w komisji pomocy naukowych przy ZG PZN, Jan Remplewicz – nauczyciel wf i propagator sportu wśród uczniów. Przez 17 lat dyrektorem szkół była Danuta Zielińska – geograf, tyflopédagog, dyrektorem ośrodka i menadżerem szkoły – Zenon Imbierowski. Wśród

dyrektorów byli też niewidomi. Poza wspomnianym już Władysławem Winnickim, Zbigniew Figurski – absolwent zakładu, polonista. Obecnie dyrektorem ośrodka jest Małgorzata Szczepanek, wicedyrektorem - Małgorzata Wilczewska.

Spośród niewidomych nauczycieli w bydgoskiej szkole wybrałam kilku znanych mi osób, którym szczególnie wiele zawdzięczam. Są to: Kazimierz Kurzewski - polonista i historyk, członek pierwszych władz ZG PZN, organizator pierwszych ogólnopolskich koloni dla niewidomych w Ustroniu Morskim, w których uczestniczyłam, nauczyciel muzyki i śpiewu – Henryk Mikołajczak, pianista, który ukształtował moje zainteresowania muzyczne (nauczycielem muzyki był też Marek Andraszewski), matematycy: Stefan Niewiarowski i Stanisław Januszewski.

Aktualnie także pracują tu osoby z dysfunkcją wzroku: bibliotekarka – Danuta Kruś, wychowawczyni dzieci głuchoniewidomych – Anna Nowicka, nauczyciel muzyki – Jerzy Olszewski i historyk – Michał Skąpski.

Własne wspomnienia

Jestem absolwentką bydgoskiej szkoły. Rozpoczęłam naukę w klasie czwartej szkoły podsta-

wowej w 1948r. Uczyłam się do ukończenia siedmioklasowej szkoły podstawowej i zasadniczej szkoły zawodowej w 1954r. Miałam korzystną sytuację, bo byłam uczennicą dochodzącą. Znalazłam klimat sprzyjający nauce, tu zostały ukształtowane moje zainteresowania historią, książką, muzyką i turystyką, które trwają do dziś. Nauczyłam się aktywności społecznej w drużynie harcerskiej, w samorządzie szkolnym. Uwierzono w moje możliwości, ukierunkowano na dalsze kształcenie się poza ośrodkiem, wśród pełnosprawnych. Szczególnie wiele zawdzięczam nauczycielom pracującym w szkole. Oni nie szczędzili dla mnie czasu. Za ich przykładem wybrałam ten niełatwy zawód, pracę wśród dorosłych nowo ociemniałych. Nauczyciel pozostawia ślad w osobie, którą uczy, pozostawia w jej życiu część siebie. Za tę wiedzę i praktyczne umiejętności zdobyte w bydgoskiej szkole, dziękuję nawet po latach. Wszyscy moi nauczyciele już nie żyją. Pozostała po nich serdeczna myśl i pamięć, bo u podstaw tego, co zdołałam osiągnąć, leży Ich trud.

Zofia Krzemkowska



ALEKSANDRÓW KUJAWSKI

W 2013 roku pierwszą imprezą, na którą zaprosimy naszych członków, będzie bal karnawałowy. W marcu spotkamy się z okazji Dnia Kobiet. O szczegóły dotyczące obu imprez prosimy pytać w kole.

Wanda Skrzypińska

BYDGOSZCZ

W okresie od 1.01.2013 do 28.02.2014 roku w Kole Powiatowym PZN w Bydgoszczy realizowany będzie projekt „Kaganek” finansowany ze środków Unii Europejskiej. Projekt jest skierowany do osób z dysfunkcją narządu wzroku w wieku aktywności zawodowej z terenu miasta i powiatu bydgoskiego.

W ramach projektu prowadzone będzie wsparcie specjalistów oraz szkolenia pro zawodowe mające na celu łatwiejsze poruszanie się na rynku pracy i uzyskanie zatrudnienia. Uwieńczeniem projektu będą 3-miesięczne płatne staże zawodowe dla wszystkich uczestników projektu. Szczegółowe informacje na temat projektu „Kaganek” można uzyskać w kole PZN Bydgoszcz lub bezpośrednio u prezesa koła Łukasza Mrozowicza pod numerem telefonu 691-391-313.

Łukasz Mrozowicz

CHEŁMNO

W styczniu planujemy zorganizować dla naszych członków spotkanie noworoczne, natomiast w marcu świętować będziemy

Dzień Kobiet. Bliższe informacje można uzyskać w siedzibie koła.

Barbara Knoppek

GOLUB-DOBRZYŃ **Z życia naszego koła**

11 września 2012r. w restauracji „Kaprys” w Golubiu-Dobrzyniu odbyła się impreza integracyjno-rehabilitacyjna pod hasłem **„Zdrowy i bezpieczny styl życia preferujesz – dobre zdrowie zyskujesz”**, współfinansowana ze środków publicznych Urzędu Miasta Golubia-Dobrzynia, uzyskanych w ramach otwartego konkursu w zakresie „Promocji i Ochrony Zdrowia”, rodzaj zadania „Działania mające na celu promowanie zdrowego stylu życia”.

Przygotowaliśmy imprezę, podczas której przeprowadzona została prelekcja przez lekarza pana Andrzeja Łęckiego na temat prowadzenia zdrowego stylu życia. Możliwość udziału i wysłuchania tej prelekcji wpłynęła na podwyższenie naszej świadomości o tym, jak ważna jest profilaktyka zdrowotna, racjonalne odżywianie, aktywność fizyczna oraz stworzyła nam okazję do zastanowienia się nad tym, jaką wartość ma dla nas zdrowie.

Razem z Działem Rehabilitacji Okręgu Kujawsko-Pomorskiego PZN w Bydgoszczy przygotowaliśmy też pokaz sprzętu gospodarstwa domowego i rehabilitacyjnego, bezpiecznego dla zdrowia oraz ułatwiającego życie codzienne osobom z dysfunkcją wzroku. De-

monstracja tego sprzętu uświadomiła, w jaki sposób ułatwić sobie można wykonywanie codziennych czynności przez wykorzystanie często bardzo prostych i zwykłych przyrządów ale też, jak uchronić się przed nieszczęśliwymi wypadkami i uszczerbkiem na zdrowiu. Również Firma „Altix” przygotowała pokaz sprzętu rehabilitacyjnego i specjalistycznego przeznaczonego dla osób z dysfunkcją wzroku.

Na spotkanie zaproszeni zostali przedstawiciele władz samorządowych z całego powiatu, przedstawiciele Zarządu Okręgu PZN z Bydgoszczy oraz delegacje z zaprzyjaźnionych kół PZN. Dyrektor Jerzy Deja wręczył odznaki honorowe „Przyjaciel Niewidomych”: burmistrz Izabeli Lewandowskiej, kierownik PCPR Małgorzacie Badźmirowskiej oraz sponsorowi Zbigniewowi Charszewskiemu. Za współpracę i pomoc dla naszego koła zostały również wręczone podziękowania w postaci dyplomów. Oprawę muzyczną przygotował i prowadził bezinteresownie muzyk-wokalista Krzysztof Wysocki z Bydgoszczy. Impreza upłynęła w miłej i serdecznej atmosferze.

28 października dzięki dofinansowaniu Urzędu Gminy Golub-Dobrzyń, Urzędu Gminy Rąbino, Urzędu Gminy Ciechocin zorganizowaliśmy wyjazd do Teatru im. Horzycy w Toruniu na spektakl komediowy „Nowy Don Kichot”. Przedstawienie było bar-

dzo zabawne i w doskonałych humorach wróciliśmy do domu.

A przed nami

W I kwartale 2013r. planujemy zorganizować spotkanie noworoczne z aktywnym kołem oraz spotkanie z okazji Dnia Kobiet. Będziemy kontynuować spacer po okolicy nordic walking razem z grupą samopomocy w ramach projektu „Poznaj siebie 3” oraz prowadzić czynnie działalność świetlicową i wypożyczanie książek. Rozpocznie się rozliczanie podatków za 2012r., więc będziemy też szeroko propagować akcję odpisu 1% od podatku na naszą organizację.

Elżbieta Zapiór

GRUDZIĄDZ

W październiku, tak jak w większości kół, odbyła się uroczystość z okazji Międzynarodowego Dnia Niewidomego, którą zorganizowaliśmy pn.: „Niewidomi są wśród nas”. Uroczystość przygotowali nasi artyści: Przemysław Cackowski, Janusz Kamiński i Mariola Mazikowska, a głównymi aktorami były podopieczne dzieci, które są uczestnikami zajęć rehabilitacyjnych.



Międzynarodowy Dzień Białej Laski
w Grudziądzu

Zajęcia terapeutyczne są prowadzone przez cały rok. Dzięki systematycznym ćwiczeniom dzieci nabrały pewności i stanowią grupę wsparcia. Rodzice wraz z instruktorami pomagają dzieciom, a ciężka wspólna praca została zauważona. 6 i 7 grudnia nasze dzieciaki będą występowały podczas X edycji Międzynarodowej Konferencji Reha For The Blind In Poland „Świat dotyku i dźwięku” w Warszawie. Prowadzimy wstępne rozmowy co do nagrania płyty z kolędami w wykonaniu naszych dzieci. Zamówienie złożyło Biuro Marszałka Województwa Kujawsko-Pomorskiego Piotra Całbeckiego. To wielkie wyróżnienie mogło do nas nadejść dzięki pomocy finansowej władz powiatu, miasta i sponsorów a także wsparcia rodziców, którzy niedzielne popołudnia wraz ze swymi pociechami spędzają z muzyką w siedzibie koła.

Wesoło kończymy stary rok. Natomiast co będzie? Mimo nadchodzącej zimy „załoga kijkarzy” będzie wyruszała raz w tygodniu w trasę.

W nowym roku planujemy zorganizować w styczniu zabawę karnawałową dla dzieci w Szkole Podstawowej Nr 16 w Grudziądzu, a dla dorosłych w Klubie „Epicentrum”. Mamy nadzieję, że już w lutym uda nam się rozpocząć zajęcia z zakresu rehabilitacji podstawowej tj. nauka pisma brajla, orientacja przestrzenna i zajęcia akustyczno – muzyczne czyli terapia muzyką.

Grupa zajęć manualnych będzie przygotowywała wielkanocne dekoracje, które trafią na kiermasz organizowany przez Ośrodek Czytelnictwa Osób Niepełnosprawnych w Grudziądzu. W miesiącu marcu kobiety jak zwykle przygotowują sobie „małe co nieco” i trochę ciekawych atrakcji.

Kwartał kończy się zimą, a nadejście wiosny niesie radość i oczekiwanie na majowy tygodniowy wyjazd. Mamy dni ponure, a nam w Grudziądzu marzy się maj.

Krystyna Kaczorowska

INOWROCŁAW To już za nami

18 października obchodziliśmy międzynarodowy Dzień Białej Laski. Impreza ta odbyła się w restauracji „Marianna”, wzięło w niej udział ponad 100 osób - członkowie koła oraz zaproszeni goście z Okręgu i zaprzyjaźnionych kół. Po oficjalnym powitaniu, uczestnicy imprezy zostali zapoznani z historią Dnia Białej Laski oraz ze sprawozdaniem z działalności koła, które odczytał w brajlu Ryszard Głodek. Podczas tej uroczystości odznaczono odznaką „Przyjaciel Niewidomych” pre-



Międzynarodowy Dzień Białej Laski
w Inowrocławiu

zesa Zakładu Energetyki Ciepłej Arkadiusza Benke za finansowe wspieranie naszej organizacji. Prezes R. Grześkowiak wręczył podziękowania wszystkim wspierającym organizację. W imieniu prezydenta Miasta Inowrocław, naczelnik Wydziału Spraw Społecznych i Promocji Zdrowia Grzegorz Gąsiorek przekazał list gratulacyjny oraz drobne upominki dla naszego koła. Uroczystość odbyła się dzięki dofinansowaniu PCPR i Urzędu Miasta.

14 listopada zorganizowaliśmy spotkanie z nowo przyjętymi członkami koła. Na spotkaniu obecni byli dyrektor PCPR i specjaliści działu rehabilitacji Okręgu. Zapoznano przybyłych z ulgami i przywilejami, do których uprawnione są osoby z niepełnosprawnością wzroku. Zaprezentowano sprzęt rehabilitacyjny ułatwiający wykonywanie codziennych czynności. Uczestnicy spotkania mieli także możliwość zapoznania się z pomocami optycznymi.

Barbara Głodek

A przed nami

Plan koła na pierwszy kwartał 2013r. przedstawia się następująco: w każdy pierwszy wtorek miesiąca zapraszamy na spotkanie dla diabetyków. W każdą drugą środę miesiąca odbywać się będą spotkanie grupy „Pogodnej Jesieni”.

7 stycznia zapraszamy seniorów do siedziby koła na powitanie Nowego Roku. Po wspólnej zabawie zapraszamy na spacer po So-

lankach. 19 stycznia czeka nas zabawa karnawałowa w ramach obchodów Dnia Babci i Dziadka, 9 lutego wspólną zabawą pożegnamy karnawał, 8 marca w siedzibie koła świętować będziemy Dzień Kobiet. Szczegółowe informacje na temat planowanych imprez można uzyskać w biurze koła.

Ryszard Grześkowiak

RADZIEJÓW

29 października odbyła się wycieczka integracyjna do Kórnik i Poznania.

W pierwszej kolejności naszej podróży udaliśmy się do Kórnik, gdzie podziwialiśmy istniejący od XIV w. zamek, będący kolejno siedziba rodów: Górków, Szoldrskich, Działyńskich i Zamoyskich. Usytuowany na wysepce zamek znany jest nam w formie, jaką nadano mu podczas przebudowy w stylu neogotyku angielskiego. Otoczony fosą, a do wejścia prowadzi neogotycki most. Zróżnicowane, bogato dekorowane (m.in. polskimi symbolami i motywami

mauretańskimi) wnętrza dostosowane zostały do funkcji prezentacji bogatych zbiorów gromadzonych przez kilka pokoleń Działyńskich i Zamoyskich. Na parterze obejrzelśmy mieszczące się dawne pokoje mieszkalne: apartamenty właściciela zamku, pokój pani domu, salon i salę jadalną.

Na piętrze znajduje się duża sala muzealna, biblioteka i pokoje gościnne. Najbardziej okazałe prezentuje się ogromna **Sala Mauretańska** na piętrze, przypominająca swoim wystrojem pałac emirów Grenady w Alhambrze. Wśród zgromadzonych w niej eksponatów uwagę zwracają liczne okazy rozmaitej broni, w tym zbroje i oryginalne kopie husarskie (jedne z nielicznych zachowanych), oraz portrety polskich hetmanów.

Kolejnym punktem wycieczki był przejazd do Poznania. Przechadzając się ulicami starego miasta podziwialiśmy zabytki, których historię przybliżał nam nasz przewodnik. Naszą uwagę zwrócił ratusz ze słynnymi koziołkami.

W niewielkiej odległości znajduje się arcydzieło sztuki barokowej kościół farny św. Marii Magdaleny. Do najważniejszych zabytków Poznania zaliczają się także katedra i kościół Najświętszej Marii Panny na Ostrowie Tumskim. Na starym mieście spacerując po Placu Wolności oglądaliśmy Bibliotekę Raczyńskich, Bazar Polski oraz monumentalną Dzielnicę Zamkową.



Uczestnicy wycieczki przy wejściu do kórnickiego zamku

Tu znajdują się Uniwersytet Adama Mickiewicza wraz z Aulą Collegium Minus, Akademia Muzyczna, Teatr Wielki oraz Centrum Kultury Zamek. Wracając do Radziejowa zatrzymaliśmy się na chwilę w katedrze gnieźnieńskiej, gdzie znaleźliśmy czas na chwilę modlitwy przed relikwiami św. Wojciecha.

Członkowie naszego koła zadowoleni z wiedzy, jaką wzbogacił ich ten wyjazd oraz urok pięknego Poznania zachęcają też innych do zwiedzania tych ciekawych miejsc.

Dnia 2.10.2012r. cztery osoby z naszego koła odpowiadając na zaproszenie Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej w Radziejowie uczestniczyły w wyjeździe studyjnym do Wąbrzeźna, gdzie zwiedziliśmy Warsztaty Terapii Zajęciowej oraz Zakład Aktywności Zawodowej. Pierwszym punktem naszego wyjazdu były WTZ, gdzie powitała oraz oprowadzała nas kierownik Maria Kowaliszyn. Dowiedzieliśmy się m.in. iż WTZ zostały utworzone przez Wąbrzeskie Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom Specjalnej Troski, działają w Wąbrzeźnie od lutego 2000 roku. W dziesięciu warsztatach tematycznych bierze udział 50 dorosłych niepełnosprawnych z terenu powiatu. Podopieczni WTZ uczestniczą w zajęciach organizowanych w sali rehabilitacyjnej i pływalni.

Kolejnym miejscem, które mieliśmy przyjemność zwiedzić

był Zakład Aktywności Zawodowej, w którym znajduje się m.in.: kręgielnia, bilard, piłkarzyki, fitness, siłownia, aerobik, boisko do siatkówki, tenisa, piłki nożnej. Na wstępie zapoznaliśmy się z powstaniem kręgielni „Mango”. Uczestników zaskoczyła wiadomość, iż ze starej niszczącej siłowni powstał tak wspaniały obiekt, w którym tego dnia gościliśmy. Dzięki dofinansowaniu władz województwa udało się utworzyć działalność sportowo-rekreacyjną, gdzie znalazło prace 18 osób niepełnosprawnych oraz 8 pracowników pełnosprawnych. Każdego dnia tygodnia korzystać można z kręgli, bilardu, piłkarzyków oraz usług gastronomicznych. My też mieliśmy przyjemność skorzystać z oferty zakładu i zagrać w kręgle, co było wielką atrakcją.

Zarząd Polskiego Związku Niewidomych w Radziejowie dziękuje kierownikowi MOPS Tomaszowi Dominiakowi za zaproszenie na wyjazd do Wąbrzeźna oraz poznanie kolejnego środowiska, które służy osobom niepełnosprawnym.

Kolejnym ważnym wydarzeniem, które miało miejsce w naszym kole był Międzynarodowy dzień Białej Laski zorganizowany w dniu 25.10.2012. Po powitaniu wszystkich gości przez prezes koła Jadwigę Steller, wysłuchaliśmy krótkiego koncertu muzycznego zaprezentowanego przez nauczycieli ze szkoły muzycznej w Radziejowie. Następnie zostały wrę-

czony przez dyrektora Okręgu PZN Jerzego Deję odznaki „Przyjaciel Niewidomych” oraz podziękowania dla darczyńców. Nie zabrakło także podziękowań dla naszych członków za ponad 20-letnią przynależność do koła PZN. Szczególne podziękowanie otrzymała jednak Ewa Nowak za wieloletnie prowadzenie koła. Miłym zaskoczeniem były prezenty ufundowane przez starostwo dla radziejowskiego koła w postaci urządzenia wielofunkcyjnego, 2 białe laski oraz radioodtwarzacza. Następnie zostało odczytane sprawozdanie z całorocznej działalności naszego koła. Zainteresowani uczestnicy spotkania mieli możliwość zakupienia sprzętu rehabilitacyjnego dla osób niewidomych i słabo widzących, który oferował przedstawiciel firmy „ALTIX”.

Propozycje wydarzeń w naszym kole na I kwartał 2013r.

W styczniu zostanie zorganizowane spotkanie z okazji Dnia Babci i Dziadka. 8 marca zaprosimy wszystkie Panie z naszego koła na spotkanie z okazji Dnia Kobiet. Także w marcu odbędzie się spotkanie wielkanocne.

Jadwiga Stelter

TORUŃ

Koło Powiatowe w Toruniu zaprasza swoich członków na spotkania tematyczne zaplanowane na pierwszy kwartał 2013 roku. Propozycji mamy wiele i wierzymy, że każdy znajdzie coś dla siebie.

Oto one: prelekcja „Cuda świata” cz. II, prelekcja „Żywność a grupa krwi”, Hiszpania – od Barcelony po Gibraltar, Dzień Babci i Dziadka – wizyta w przedszkolu, prelekcja „Apteka w domu i zagrodzie”, Dzień Kobiet – spotkanie na wesoło, Spacerkiem po kujawsko-pomorskim – prelekcja, spotkanie z geografem z UMK – „Moje podróże po Europie”. W styczniu i lutym – zapraszamy na zwiedzanie zabytków Torunia z przewodnikiem.

Terminy spotkań nie są jeszcze ustalone, dlatego zainteresowanych prosimy o kontakt.

Grażyna Kowalska

TUCHOLA

17 października 2012 r. Koło Powiatowe PZN w Tucholi obchodziło ważne dla osób z dysfunkcją wzroku święto – Międzynarodowy Dzień Białej Laski. Gościliśmy w przyjaznych naszymu środowisku progach Tucholskiego Ośrodka Kultury. Przybyłych na uroczystość gości z Urzędu Miasta, PCPR w Tucholi, członków koła



Obchody Międzynarodowego Dnia Białej Laski

wraz z opiekunami oraz przedstawicielami lokalnej prasy przywitała prezes Zarządu, Elżbieta Kotras, która podczas spotkania zaprezentowała także swoją literacką twórczość. Członkowie koła zostali też obdarowani sprzętem rehabilitacyjnym – zegarkami mówiącymi. Otrzymali też wkładki do legitymacji członkowskich z aktualnymi przywilejami osób z dysfunkcją wzroku (stan na styczeń 2011 r.). Zapoznali się też z aktualnymi działaniami w kole. Obchody naszego święta zakończył wspólny obiad w restauracji w nastrojowych podziemiach TOK-u. Dyskusjom na przeróżne, nurtujące nas problemy, nie było końca. A całe spotkanie było możliwe dzięki dotacji z Gminy Tuchola oraz dzięki ofiarności sponsorów.

A przed nami...

W styczniu 2013 r., Zarząd koła przygotowuje spotkanie wigilijno-karnawałowe. Będziemy łączyć się opłatkiem, gościć św. Mikołaja, smakować wigilijne potrawy i bawić się przy dźwiękach zaprzyjaźnionego zespołu muzycznego.

W lutym 2013 r. jako że jest to miesiąc, w którym obchodzimy walentynki, powieje w naszym kole miłością... Planujemy kameralne spotkanie poprzedzone warsztatami, podczas których będziemy przygotowywać walentynkowe niespodzianki.

Elżbieta Kotras

WŁOCŁAWEK

Zawody strzeleckie

26 września 2012 roku zorganizowaliśmy zawody strzeleckie dla naszych członków. W zawodach wzięło udział 30 osób niepełnosprawnych. Ze względu na to, że sala w której odbywało się strzelanie musi być odpowiednich rozmiarów, musieliśmy wynająć salę gimnastyczną w Gimnazjum nr 9.

Do przeprowadzenia zawodów ze strzelectwa dla niewidomych wykorzystuje się specjalistyczny sprzęt, na który składa się pistolet, karabin, tarcza elektroniczna oraz program komputerowy, który pokazuje zdobyte punkty w poszczególnych strzałach. Zawodnik orientuje się, w którym miejscu na tarczy padnie strzał poprzez słyszany dźwięk o zróżnicowanej tonacji.

Zawody przeprowadzili instruktorzy, którzy przyjechali z KSN „Łuczniczka” w Bydgoszczy z niezbędnym sprzętem. Wyjaśnili na wstępie, na czym polega strzelanie dla niewidomych, a następnie każdy uczestnik otrzymywał szczegółowe instrukcje. W konkursie każdy z uczestników zawodów (w goglach!) oddawał po kilka strzałów próbnych, a następnie 10 strzałów ocenianych.

Zawody odbywały się w 2 kategoriach: strzelanie z karabinu i pistoletu. Osoby, które uzyskały 3 najlepsze wyniki w każdej z kategorii otrzymały nagrody. Za zajęcie I miejsca – kalkulator mó-

wiający, II miejsce - termometr mówiący do mierzenia temperatury ciała, III miejsce to karty do gry z powiększonymi oznaczeniami. Natomiast wszyscy uczestnicy zawodów otrzymali nagrody pocieszenia – przypominacze głośno mówiące.

Podwójne święto

24 października 2012 roku koło PZN we Włocławku obchodziło podwójne święto: Dzień Białej Laski i 60-lecie powstania. W uroczystości wzięły udział władze naszego miasta, dyrektorzy MOPR-u, PCPR-u, przedstawiciele organizacji, z którymi współpracujemy, czyli Stowarzyszenia Diabetyków, Unii Demokratycznej a także władze Okręgu Kujawsko-Pomorskiego i delegaci z zaprzyjaźnionych kół. Było dla nas bardzo ważne, że na naszą uroczystość przybyli wszyscy zaproszeni goście, a my mogliśmy im podziękować za życzliwość, wsparcie i pomoc. Pamiątkowe puchary otrzymali: prezydent miasta Włocławek, dyrektor Wydziału Promocji Zdrowia i Poli-



Dzień Białej Laski i 60-lecie powstania PZN we Włocławku

tyki Społecznej, dyrektor MOPR-u, dyrektor PCPR-u, dyrektor Warsztatów Terapii Zajęciowej i pracownik PCPR-u. Dziękowaliśmy także naszym koleżankom za wkład pracy w życie naszego środowiska, koleżanka Elżbieta Misterek otrzymała srebrną odznakę PZN, a dwie koleżanki uzdolnione artystycznie otrzymały nagrody za reprezentowanie i promowanie naszego koła na forum PZN. Uroczystość rozpoczęliśmy od odśpiewania hymnu niewidomych, co dało naszym członkom poczucie przynależności do dużej społeczności, która ma wspólne problemy i troski, ale mamy też wiele powodów do radości. Miło było usłyszeć, jak wiele osób z naszych władz interesuje się naszymi problemami i stara się nas wspierać w działaniach na rzecz środowiska niewidomych. Usłyszeliśmy wiele ciepłych słów i odebraliśmy gratulacje za dotychczasowe działania. Po zakończeniu części oficjalnej wszyscy razem fantastycznie się bawili. W trakcie spotkania odbyło się kilka konkursów. Było dużo śmiechu i dobrej zabawy, ale i trochę rywalizacji, której efektem było zdobycie nagrody. Bardzo nas cieszy to, że nasi członkowie chętnie uczestniczą w podejmowanych przez nas działaniach. Daje nam to satysfakcję i siłę do dalszej pracy.

Przed nami

W przerwie świątecznej organizujemy choinkę dla dzieci.

Będzie Mikołaj i paczki dla wszystkich dzieci.

A w przyszłym roku zaczynamy w styczniu od zorganizowania zabawy choinkowej dla dorosłych, która odbędzie się w restauracji „Pod Kogutem”. Wszyscy członkowie otrzymają zaproszenia na adres domowy. 14 lutego 2012 roku w siedzibie naszego koła planujemy zorganizować walentynki. Natomiast na początku marca planujemy świętować obchody Dnia Kobiet, a pod koniec marca - spotkanie dla nowo przyjętych członków.

Anna Onysków

ŻNIN

Plan pracy na I kwartał 2013 roku.

W styczniu będziemy pisali oferty na ogłaszane konkursy przez samorządy gminne w celu pozyskania środków na naszą działalność.

Następnie zorganizujemy spotkanie z okazji Dnia Babci i Dziadka, a potem z okazji Dnia Kobiet. Będą to spotkania w biurze w niewielkim gronie osób, które będą chciały brać udział.

Będziemy pomagać w wypełnianiu zeznań podatkowych PIT oraz innych dokumentów.

Jadwiga Jurkowska

OKATiK

Spotkania planowane przez Okręgowy Klub Aktywności Twórczej i Kulturalnej „OKATiK” w Okręgu Kujawsko-Pomorskim na pierwszy kwartał 2013 r. to:

- 5 stycznia – „Karnawał w Inowrocławiu” wyjazd PKS

- 10 stycznia – „Jasełka” i pierwsze noworoczne spotkanie (godz. 13:00 PZN)

- 14 lutego – „Dla każdego coś miłego” – spotkanie walentynkowe (godz. 13:00)

- 14 marca – „Do trzech razy sztuka” – kolejne spotkanie klubu „OKATiK”

* Zapraszamy również do Klubu Polskiej Książki, przy naszej Bibliotece Książki Mówionej i cotygodniowe spotkania Klubu Seniora (w godz. 13:00-16:00 w każdy czwartek w siedzibie Okręgu).

* Klub „Esperanta Amiko” zaprasza również na swoje comiesięczne spotkania do Miejskiego Centrum Kultury w Bydgoszczy (ul. Marcinkowskiego 12, godz. 17:00)

- 7 stycznia – śpiewamy kolędy w języku esperanto.

*Koordinator ds. kultury
Helena Skonieczka*



NA MARGINESIE HISTORII ...

Ośrodek Szkolno–Wychowawczy dla Dzieci i Młodzieży Słabo Widzącej i Niewidomej im. Louisa Braille’a w Bydgoszczy w tym roku szkolnym obchodzi 140–lecie powstania. Jest to bardzo dużo, jak na placówkę oświatową. Od dzieciństwa spotykałem ludzi, którzy swoim życiem w jakiś sposób tworzyli historię tej placówki. Byli to nauczyciele jak i absolwenci. Od ponad dziesięciu lat jako katecheta jestem świadkiem wydarzeń tworzących współczesną historię.

Obecnie Ośrodek to trzy budynki. Ten najstarszy – dziś zabytkowy, istniejący od samego początku, następny, powstały w drugiej połowie XX wieku i ten najnowszy, którego budowę rozpoczęto w ubiegłym roku. Mury tych pierwszych są świadkami różnych ważnych wydarzeń z historii naszego kraju, jak również historii życia przebywających tam pokoleń uczniów i nauczycieli. Byłaby to zapewne opowieść o różnych drobniejszych czy większych zwycięstwach, jak i gorczy porażek. Doświadczeń pierwszych miłości, które niekiedy trwają do dziś w związkach małżeńskich oraz rozstań na długie lata i późniejszych spotkań podczas zjazdów absolwentów. Trudno dzisiaj policzyć, ilu uczniów, wychowawców i nauczycieli przewinęło się przez mury tej szacownej placówki? Niektórzy z niech odeszli już do

wieczności. Z otrzymanej listy zmarłych pracowników pedagogicznych w latach 1948–2012 wynika, że jest ich 47.

Na początku tego roku szkolnego podczas mszy św. w okolicznościowym kazaniu zwróciłem uwagę na dary ołtarza przyniesione przez dzieci i młodzież z naszego ośrodka. Był to krzyż i godło państwowe poświęcone i przeznaczone do nowego budynku szkoły. Krzyż zawieszony w klasach lekcyjnych jest symbolicznym zaproszeniem Chrystusa do naszego życia, a zarazem przypomnieniem o jego wartości i sensie. Godło narodowe ma przypominać, że zdobywana wiedza i rozwijane zdolności mają być w przyszłości darem dla dobra naszej Ojczyzny.

Często na katechezie powracam do przepięknej przypowieści o talentach (Mt. 25,14-30). Mówi o pieniądzach przekazanych sługom na przechowanie. Dwaj z nich pomnożyli ten depozyt, a jeden z nich ukrył w ziemi. Pan, kiedy powrócił z dalekiej podróży, pochwalił tych, co pomnożyli te talenty, zgał tego, który niczego nie dokonał. Pomnożenie talentów-zdolności to obowiązek każdego człowieka. Przed nauczycielem zaś stoi zadanie mądrego pokierowania, by wychowanek mógł się w pełni rozwinąć. Za ten wielki trud jesteśmy wdzięczni całym pokoleniom pedagogów Ośrodka.

Dla mnie przykładem takiego pomnożenia talentów jest Szczepan Jankowski, niewidomy absolwent naszej szkoły. Żył on w latach 1900–1990 i przez 65 lat był organistą w kościele Najświętszego Serca Pana Jezusa w Bydgoszczy. Prowadził również chóry. Każdego poranka, punktualnie zajmował miejsce za klawiaturą organów w kościele. Grał na wszystkich mszach. W domu dużo ćwiczył i komponował nowe utwory. Pamiętam ze swego dzieciństwa, jak po każdej mszy świętej dawał krótkie koncerty organowe. Ludzie z zachwytem spoglądali w kierunku chóru, na którym znajdował się wspaniały instrument. Miałem wtedy wrażenie, że wszystkie aniołki umieszczone na



Kościół Najświętszego Serca Pana Jezusa w Bydgoszczy

neobarokowych ołtarzach zaczynały radosny taniec. Te koncerty w swoim czasie poruszały całą Bydgoszcz.

Do legendy przeszły koncerty w tym kościele podczas okupacji. Bydgoski pisarz Jerzy Sulima-Kamiński w powieści o naszym mieście pt. „Most Królowej Jadwigi” pisze: „Pójdziemy do kościoła na Plac Piastowski. Wysłuchamy niemieckiego kazania, a pod koniec mszy organista Jankowski zagra na organach coś, co przejmie do szpiku kości. U wylotu Warszawskiej wita nas organowa muzyka. „Vater unser” – a potem oczyszczające, płomienne akordy. Cóż to gra organista Jankowski? – „Bogurodzicę”.

Obecnie po wirtuozie została legenda, wspomnienia ludzi, którzy go znali, nuty zapisane piśmem punktowym oraz tablica pamiątkowa na domu, w którym mieszkał prawie przez całe życie. W 2010 roku jedna z ulic znajdująca się przy kościele Serca Pana Jezusa została nazwana jego imieniem. Jako dziecko nie mogłem nadziwić się, jak ten niewidomy człowiek tak swobodnie poruszał się po kościele i tak przepięknie grał.

Jest to jeden z przykładów pomnożenia talentów przez byłego ucznia naszej szkoły. Można by snuć opowieści o innych uczniach, którzy ukończyli tę placówkę. Są wśród nich są niewidomi i słabo widzący artyści, sportowcy, nauczyciele, masażyści

i ci, którzy w codziennym trudzie pracują i dbają o swoje rodziny. Ważną rolę w tym procesie kształcenia mają pedagodzy. To oni z ogromnym zaangażowaniem przekazywali wiedzę. Byli często mistrzami pokazującymi, jak żyć.

Czas bardzo szybko biegnie. Kolejne lata mijają. Odchodzą pokolenia i powoli zaciera się pa-

mięć o tych wspaniałych ludziach. Warto zadbać, by te minione chwile utrwalić i zachować dla przychodzących pokoleń. Dziękujemy Panu Bogu za dar życia tych wszystkich osób związanych z naszą szkołą i starajmy się dokumentować tę historię, która ożywia mury szacownych budynków szkolnych.

ks. Piotr Buczkowski

PIELGRZYMKA NIEWIDOMYCH

Krajowe Duszpasterstwo Niewidomych zaprasza osoby niewidome, niedowidzące i ich przyjaciół na Ogólnopolską Pielgrzymkę do Matki Bożej Bolesnej w Chełmnie w dniach 13 do 14 września 2013 roku.

Chełmno należy do diecezji toruńskiej i położne jest na przepięknych wzgórzach nadwiślańskich. Obraz Matki Bożej Bolesnej znajduje się w gotyckiej farze i nazywany jest też Matką Bożą Chełmińską lub Chełmińską Pietą. W połowie XVII wieku został przeniesiony z Bramy Grudziądzkiej do Fary, w połowie XVIII wieku był koronowany.

Pielgrzymka ta przypada w szczególnym czasie – w Roku Wiary ogłoszonym przez papieża Benedykta XVI, który upamiętnia 50 rocznicę rozpoczęcia Soboru Watykańskiego Drugiego i 20 rocznicę opublikowania Katechizmu Kościoła Katolickiego.

Liczny udział w tej pielgrzymce będzie wyznaniem naszej wiary i miłości do Matki Bożej – Matki naszego Odkupiciela.

Zgłoszenia kierować do końca maja na adres Krajowego Duszpasterstwa Niewidomych w Warszawie

Krajowe Duszpasterstwo Niewidomych,

ul. Piwna 9/11, 00-265 Warszawa,

tel. (0-22) 831-02-21 lub 22,

fax. (0-22) 635-80-51,

e-mail: duszpasterstwo.niewidomych@op.pl

Więcej informacji można uzyskać na stronie Krajowego Duszpasterstwa Niewidomych: <http://www.dn.triuno.pl/>

Duszpasterz Niewidomych Diecezji Bydgoskiej

ks. Piotr Buczkowski

KOMPLEKSY OSÓB NIEDOWIDZĄCYCH

Zdarza się, że osoby tracące wzrok często z dużym już niedowidzeniem ukrywają w swoim środowisku fakt zaistniałej sytuacji i za wszelką cenę udają, że widzą jeszcze normalnie. Co prawda bywa też odwrotnie, że udajemy osobę zupełnie niewidomą, a posiadamy resztki wzroku – ale to już inny temat.

Osoby z dużym niedowidzeniem szczególnie chętnie starają się pomagać zupełnie niewidomym, by w ten sposób demonstrować „dobre” widzenie. Jednak takie pojmowanie sytuacji przeszkadza w dostosowaniu się do nowych warunków i hamuje proces kompensacji zmysłu wzroku. Musimy pamiętać, że resztki wzroku (chodzi przede wszystkim o osoby z tzw. II grupą), nie dają nam nieograniczonej samodzielności, a jedynie usprawniają nasze chodzenie na podstawie pewnych uogólnień np. znajomy zarys domów, drzew itp. Resztki wzroku pomogą nam zlokalizować białe pasy, o ile to możliwe dojrzeć zielone światło, wymijać przechodniów. Idąc po równym chodniku możemy iść szybciej niż niewidomy, jednak musimy pamiętać, że wzrok jest zawodny, nie przebiegamy więc przez jezdnię. Znaną są przypadki, że niedowidzący jeździli nie tylko na rowerach, motocyklach, ale nawet samochodem ale też znane są tragiczne skutki takich zachowań. Także

w rodzinie winniśmy mówić otwarcie o naszym „wzrokowym” problemie, a ucząc powoli dzieci zrozumienia dlaczego np. chcemy, by trzymać się za rękę przy pokonywaniu jezdni, będziemy powoli przyzwyczajać dziecko, że są sytuacje, gdy musimy normalnie skorzystać z określonej pomocy drugiej osoby, co niewątpliwie wpłynie na rozwój normalnego odruchu niesienia pomocy w codziennym życiu.

Przez ten krótki wywód chciałabym podkreślić, że nigdy nie powinniśmy przekraczać ustalonych granic samodzielności i wzrokowej niezależności dla naszego dobra. Zachęcałabym do uczestniczenia w podstawowym turnusie rehabilitacyjnym w bydgoskim Ośrodku Rehabilitacji, tam są przygotowani do tego tematu psycholodzy, instruktorzy, gdzie obok wiedzy z zakresu orientacji, czynności dnia i życia „po niewidomego” możemy spokojnie porozmawiać o wszystkim, co nas nurtuje, o naszych wątpliwościach i kłopotach. Jeżeli jednak praca zawodowa nie pozwala nam na uczestnictwo w zorganizowanym turnusie, warto zdobyć się na kontakt ze swoim kołem PZN, gdzie uzyskamy pomoc psychologa, dzięki czemu zrozumiemy, że jesteśmy w stanie pokonać wszelkie przeszkody, i uwierzmy w swoje możliwości.

JHS

NIEWIDOME DZIECKO W RODZINIE**DOTYK CZ. II**

W poprzednim numerze pisząc o rozwijaniu u małych niewidomych i słabo widzących dzieci zmysłu dotyku skupiliśmy się głównie na zabawach paluszkowych, masażach, które obok walorów usprawniających ten zmysł, wykonywane wspólnie z rodzicem, opiekunem w atmosferze spokoju, relaksu, dawały dziecku poczucie bezpieczeństwa, miłości, akceptacji przez najbliższe otoczenie. Wartości bezcenne, niezbędne dla jego harmonijnego rozwoju.

Dzisiaj omówimy organizację środowiska dziecka, zabawy, które pozwalają na uwrażliwianie dotykowe dzieci.

Uwrażliwianie dotykowe swych pociek rodzice mogą i powinni rozpocząć już od pierwszych miesięcy życia dziecka. Służyć temu może kocyk, mata o różnej fakturze, zabawki. Wspnianym pomysłem jest uszycie dla dziecka maty z kwadratów materiałów o różnej fakturze tzw. patchwork. W każdym domu znaleźć można niepotrzebne już materiały i nawet niewielkie umiejętności krawieckie pozwalają na stworzenie z nich wspianej pod względem rehabilitacji pomocy. Mimo wolne ruchy dziecka położonego na macie, raczkowanie, zabawa na macie stwarzają warunki sprzyjające uwrażliwieniu dotykowemu. Dziecko poznaje rączkami,

stopami różne faktury od rowkowanej charakterystycznej dla materiału typu sztruks, chropowatej dla materiału typu teksas, gładkiej typu jedwab, miękkiej typu futerko, aksamit itd.

Zmysł dotyku u dzieci rozwijany jest nie tylko w obrębie dłoni, dotyczyć powinien również czucia powierzchniowego stóp, ułatwiającego poznawanie, rozpoznawanie powierzchni na których się poruszamy. Dziecko, które poznało różne powierzchnie na terenie domu rodzinnego ma większą, lepszą orientację w przestrzeni. Kuchnia wykafelkowana, dywan w pokoju, chodnik w korytarzu daje informacje, gdzie się znajdują. Pozwólmy więc w ciepłe dni na chodzenie dziecka bez obuwia po podłodze, latem spacerować po trawie. Umiejętność rozpoznawania podłoża w przyszłości pozwoli mu na lepszą orientację w nowym środowisku np. przedszkolnym lub szkolnym.

Kupując dzieciom zabawki, zwróćmy uwagę na te, które pozwalają poznać różną strukturę powierzchni. Aktualnie w sklepach dużo jest kostek, grzechotek, klocków, które obok różnic w kolorach każdego boku, różnią się także swoją fakturą.

Bawiąc się z dzieckiem, inicjujemy zabawy, które wpływają na rozwijanie jego sprawności manualnej, jednocześnie uwrażliwiając

dotyk. Wspólnie twórzmy na posmarowanej klejem kartce papieru prace plastyczne za pomocą np. kaszy, bułki tartej, grochu, suchych liści, materiałów, guzików, patyczków itp. (materiałów dowolnie przez nas i przede wszystkim dzieci wybranych). Wykorzystujemy rolki po papierze toaletowym i ręcznikach papierowych do tworzenia z nich lalek, kukiełek poprzez oklejanie ich różnymi interesującymi dotykowo materiałami (folia bąbelkowa, papier ścierny, gąbki, papier karbowany, folia do kwiatów, krepina, futerko, itp.) Przypomnijmy sobie zabawę z plasteliną, ile radości było podczas tworzenia ludzików, wyklejania plasteliną obrazków. Zachęćmy nasze dzieci do takiej twórczej ekspresji, nie obawiajmy się pokruszonej na podłodze plasteliny, brudnych rąk dziecka. Dzisiaj możemy zakupić masę plastyczną, modelinę lub ciastolinę, która nie tylko jest bezpieczna dla naszych pociech, ale również jest przyjazna dla nas rodziców. Dzieciom niewidomym pomożemy w realizacji tego zadania nakładając kontury rysunku czymś ostrym np. dłutkiem, cyrkiem, ich zadanie polegać będzie na wypełnieniu pól plasteliną lub wykonanymi wcześniej z krepy małymi kulkami. Zróbmy z dzieckiem „Dotykowe domino” pokrywając kartoniki interesującymi dotykowo materiałami, a nawiązując do bajki o „Kopciuszku” sortujmy z dzieckiem różne przedmioty według

dwóch wybranych przez nie cech, np.: duże - małe, gładkie – szorstkie, długie – krótkie, itp. i wrzucamy je do określonych pojemników. W zabawie tej istotne jest rozpoznawanie i nazywanie przez dziecko cech tych przedmiotów. Bawmy się w grę „Zaczarowany worek”, w której umieszczając różne przedmioty w nieprzezroczystym worku zmuszamy dziecko do rozpoznania, jaki to przedmiot za pomocą dotyku. Bawiąc się ze starszymi dziećmi, zabawę tę możemy uatrakcyjnić poleceniem, aby powiedziało do jakich celów przedmiot ten służy, z czego jest zrobiony, jakie są główne jego cechy, np. „metalowy widelec jest zimny, a łyżka drewniana ciepła”, „widelec i łyżka służą do jedzenia”, „piłką można rzucać, a samochód jeździ”. Zdarza się, że do poznawania dotykowego dzieci chętniej korzystają z jednej ręki niż z drugiej. W zabawie należy zachęcać dziecko do zamiennego eksplorowania obiema dłońmi („Ciekawa jestem, czy umiałabym zrobić to samo lewą ręką? Jak myślisz? A ty umiałabyś? Spróbujmy razem!”), a każdą próbę nagradzać pochwałami.

Uwierzcie mi, te zdawało by się mało efektowne w dobie komputerów zabawy w przyszłości przyniosą duże efekty w postaci usamodzielnienia waszego dziecka.

Przedstawiłam tylko kilka przykładów zabaw, które nie ponosząc żadnych nakładów finan-

sowych, wykorzystując przedmioty, materiały znajdujące się w każdym domu, możemy aranżować, chcąc usprawnić manualnie dziecko, uwrażliwić jego dotyk.

Celem tego artykułu jest pobudzenie rodziców do poszukiwań (najlepiej wspólnych z dzieckiem) aktywności, zabaw najbardziej interesujących dla ich dziecka. Wierście mi, ile dzieci, rodziców, tyle pomysłów. Pamiętajmy, dotyk w przypadku dziecka niewidomego, słabo widzącego jest niezwykle ważny, bowiem stanowi swoisty fundament, który pozwala na rozwinięcie wielu umiejętności, jak chociażby na opanowanie wypukłego pisma. W społeczeństwie można zetknąć się z mylnym stwierdzeniem, iż osoby niewidome rodzą się z bardzo czułym dotykiem, dzięki czemu świetnie rozpoznają kształty, powierzchnie, a także czytają pismo wypukłe. Nie jest to jednak prawdą. Zarówno dzieci widzące jak i pozbawione wzroku rodzą się z podobną wrażliwością receptorów czuciowych. Dopiero intensywna stymulacja dotyku, która powinna rozpocząć się już w pierwszych dniach życia, pozwala na zbudowanie niezwykle wrażliwego systemu nerwowego, a tym samym na odbiór znacznie większej ilości informacji płynących nie tylko z powierzchni dłoni, ale także stóp.

*Grażyna Biała
tyflopädagog*

KONWENCJA O PRAWACH OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Została wypracowana na forum ONZ przez Międzynarodową Grupę Niepełnosprawnych, koalicję 70 organizacji działających na rzecz osób z niepełnosprawnością oraz państwa członkowskie ONZ. Uroczystość jej otwarcia do podpisu odbyła się 30 marca 2007 r. Do tej pory dokument ten sygnowały wszystkie z 27 państw członkowskich UE (19 z nich ratyfikowało) oraz 120 państw spoza wspólnoty. Ratyfikacja KPN w UE jest jednym z priorytetów „Europejskiej strategii w sprawie niepełnosprawności 2010-2020: Odnowione zobowiązanie do budowania Europy bez barier”.

Konwencja ONZ o Prawach Osób Niepełnosprawnych podchodzi w sposób podmiotowy do osób z niepełnosprawnością, dając im pełnię możliwości korzystania ze wszystkich praw i obowiązków przysługujących innym obywatelom. Czyni je także pełnoprawnymi uczestnikami życia społecznego w każdym jego obszarze. Osoba z niepełnosprawnością ma prawo do wolności i bezpieczeństwa, niezależnego życia, zdrowia, pracy, edukacji, swobodnego poruszania się oraz udziału w życiu politycznym i kulturalnym.

Konwencja o Prawach Osób Niepełnosprawnych ma na celu umożliwienie wszystkim osobom niepełnosprawnym nieograniczonego korzystania ze wszystkich podstawowych praw człowieka oraz promowanie poszanowania dla ich god-

ności osobistej.

Konwencja opiera się na następujących zasadach:

- poszanowania dla godności osobistej, indywidualnej autonomii, w tym swobody dokonywania własnych wyborów oraz poszanowania dla niezależności jednostki,
- niedyskryminacji
- pełnego i efektywnego uczestnictwa w życiu społecznym i integracji społecznej
- poszanowania dla odmienności oraz akceptacji osób niepełnosprawnych jako mających wkład w różnorodność rodziny ludzkiej i w człowieczeństwo
- równych szans
- dostępności
- równości pomiędzy kobietami i mężczyznami
- poszanowania dla rozwijającego się potencjału dzieci niepełnosprawnych i poszanowania prawa dzieci niepełnosprawnych do zachowania swojej tożsamości.

UE ratyfikowała Konwencję w styczniu 2011 r. Polska – po 5 latach od podpisania KPO – ratyfikowała ten dokument 26 lipca br. Ratyfikacja traktatu wiązała się z koniecznością wielu zmian legislacyjnych.

Organem monitorującym wdrażanie Konwencji o Prawach Osób Niepełnosprawnych jest Rzecznik Praw Obywatelskich.

Do jego zadań należą m.in.

- Działania prewencyjne i monitorujące: kontrolowanie organów i instytucji publicznych zobowiązanych do działania na rzecz osób niepełnosprawnych, prowadzenie badań społecznych, sporządzenie raportu

z wykonania postanowień Konwencji przez Polskę.

- Działania interwencyjne: rozpoznawanie spraw z zakresu ochrony praw osób niepełnosprawnych na wniosek i z urzędu, występowanie przed sądami w imieniu osób niepełnosprawnych.

- Działania informacyjne i promocyjne: podnoszenie świadomości społecznej na temat praw osób niepełnosprawnych.

- Zapewnienie udziału społeczeństwa obywatelskiego w procesie monitoringu: zaangażowanie organizacji pozarządowych i osób niepełnosprawnych w monitoring wdrażania postanowień Konwencji.

Rzecznik działa w następujący sposób:

- podejmuje sprawę na wniosek lub z własnej inicjatywy
- występuje do właściwych instytucji o usunięcie naruszenia i monitoruje realizację wydanych zaleceń
- może zwrócić się z wnioskiem o zbadanie sprawy do innego organu kontrolnego, jeśli stwierdzi naruszenie praw lub wolności wnioskodawcy
- może wziąć udział w każdym toczącym się postępowaniu cywilnym lub administracyjnym lub może żądać jego wszczęcia
- może zwrócić się do właściwych organów o podjęcie inicjatywy ustawodawczej lub zmianę aktów prawnych
- może wskazać wnioskodawcy przysługujące mu środki działania

Każdy może zwrócić się z wnioskiem do rzecznika w obronie swoich praw naruszonych przez organy władzy publicznej.

JAK TO ZROBIĆ

- wystarczy podać imię, nazwisko, adres do korespondencji, opisać, czego dotyczy sprawa i załączyć dokumenty (kopie lub odpisy),
- wniosek można wysłać pocztą, złożyć osobiście w Biurze RPO w formie pisemnej lub ustnie lub na formularzu elektronicznym na stronie internetowej www.rpo.gov.pl,
- wniosek do rzecznika jest wolny od opłat
- wnioskodawca może zastrzec swoje dane osobowe do wyłącznej wiadomości rzecznika, jeśli ich ujawnienie nie jest niezbędne dla wyjaśnienia sprawy.

Rzecznik Praw Obywatelskich rozpatruje także skargi dotyczące naruszania praw przewidzianych w Konwencji o Prawach Osób Niepełnosprawnych.

Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich
Aleja Solidarności 77,
00-090 Warszawa
e-mail: biurorzecznika@brpo.gov.pl
www.rpo.gov.pl

Infolinia Obywatelska:
800 676 676

Pełnomocnicy terenowi RPO:

Pełnomocnik Terenowy w Gdańsku
ul. Chmielna 54/57,
80-748 Gdańsk
tel. (+ 48) 58 764 73 02

Pełnomocnik Terenowy w Katowicach
ul. Jagiellońska 25 pokój 122,
40-032 Katowice
tel. (+ 48) 32 72 86 800

Pełnomocnik Terenowy we Wrocławiu
ul. Wierzbowa 5,
50-056 Wrocław
tel. (+48) 71 34 69 115

źródło:

www.rpo.gov.pl

**POMOCE OPTYCZNE CZ. II
POMOCE DO BLIŻY**

Narodowy Fundusz Zdrowia refunduje koszty zakupu pomocy optycznych raz na 5 lat. Aby móc z tej pomocy skorzystać właściwie, warto, nim dokonamy wyboru sprzętu „co nieco o nim wiedzieć”.

Informacjami na ten temat dzieli się z nami Jacek Sidor, optyk, właściciel pracowni optycznej w Warszawie, który od lat specjalizuje się w doborze i sprzedaży okularów filtrujących i pomocy optycznych dla osób słabo widzących.

Co rozumiemy pod pojęciem „pomocy optycznych do bliży”? Jakże pomoce zaliczamy do tej grupy?

Pod tym pojęciem należy rozumieć pomoce optyczne, które wykorzystujemy do pracy, czytania, pisania i innych czynności przy których potrzebujemy powiększonego obrazu. Stosowane jest powiększenie od 2-15x. Mamy pewną zależność między średnicą i powiększeniem, która ściśle wiąże się z prawami fizyki a mianowicie: im większe powiększenie tym mniejsza średnica. Należy pamiętać o tym, że dobór odpowiedniej pomocy i powiększenia dla danej osoby jest doбором typowo subiektywnym i odbywa się (podobnie jak w przypadku pomocy do dali) zgodnie z zasadą: jak najmniejsze powiększenie, przy pomocy którego osoba uzyskuje pełną ostrość widzenia. Mamy bardzo szeroki asortyment pomocy optycznych do bliży. Podstawową pomocą jest lupa: z rączką, stawiana na tekście, z lub bez podświetlenia, kie-

szonkowa, okularowa, na statywie. Innym rodzajem pomocy są okulary lornetkowe i lupowe jak również monookular.

Czy występują jakieś przeciwwskazania do stosowania pomocy optycznych do bliży?

Praktycznie nie ma żadnych przeciwwskazań do używania pomocy optycznych. Szeroki asortyment pozwala wybrać dla każdego odpowiedni rodzaj pomocy optycznej. W swojej codziennej pracy spotykam się m.in. z osobami z AMD (zwyrodnienie plamki żółtej), u których ograniczone jest centralne pole widzenia. Osoby te mogą mieć problem z posługiwaniem się okularami lornetkowymi. Mają one bowiem mały kąt pola widzenia.

Czy uważa Pan, że istnieje konieczność uczenia korzystania z pomocy optycznych do bliży?

Do każdego rodzaju pomocy optycznej dołączona jest instrukcja, z treścią której klient powinien dla dobra swoich oczu zapoznać się po zakupie. Dobór odpowiedniej pomocy, rodzaju i powiększenia wymaga trochę czasu i cierpliwości. Odbywa się to w następujący sposób. Po przeprowadzeniu wywiadu z klientem (jaki jest powód pogorszonego widzenia), oceniamy ostrość widzenia i proponujemy odpowiedni rodzaj oprzyrządowania. Każda pomoc optyczna w zależności od powiększenia ma „zadaną” odległość do pracy. Im pomoc ma większe powiększenie, tym odległość do pracy jest mniejsza. Pamiętajmy, jeżeli lupa ma małą średnicę, to nie zobaczymy przez nią długiego wyrazu.

Czy pomoce optyczne do bliży wykorzystywane są obuocześnie?

Do widzenia obuocznego wykorzystujemy okulary lornetkowe i lupowe. Ale z pewnym zastrzeżeniem - powiększenie nie może być większe niż 4x (okulary lornetkowe). Powyżej tego powiększenia występuje dwojenie obrazu i nasz mózg nie jest w stanie „złożyć” dwóch obrazów w jeden. W przypadku okularów lupowych przy powiększeniach do 12x wykorzystujemy tylko widzenie jednooczne. Podobnie widzenie jednooczne występuje w lupach.

Czy w lupach podświetlanych stosuje się jeden rodzaj światła?

W przypadku, kiedy nie zawsze mamy możliwość skorzystania z naturalnego oświetlenia, bardzo wygodną formą są lupy z podświetleniem. Producenci pomocy optycznych bezpowrotnie odchodzą od tradycyjnego źródła światła, jakim jest tradycyjna żarówka. Jej żywotność była krótka i pobór mocy też niemały. Kilka lat temu znalazły zastosowanie diody LED lub multi chipy LED. Charakteryzują się dużą jasnością, żywotnością do 12.000 godzin i niskim poborem energii. W zależności od temperatury barwowej znalazły zastosowanie trzy rodzaje światła: ciepła (barwa żółta - najmniejszy kontrast) - 2700°K, naturalna (barwa biała) - 4500°K i zimna (barwa niebieska - największy kontrast) - 6000°K.

Jakie pomoce optyczne warto sprawdzić, jeśli chcielibyśmy wykorzystywać je do oglądania przedmiotów czy np. do majster-

kowania? Gdy chcemy mieć obie ręce wolne?

W takim przypadku czyli „ręce wolne” bardzo wygodną formą pomocy optycznej jest lupa okularowa, czyli lupa, którą za pomocą klipsa montujemy do okularów. Inną formą są lupy stojące, które mają element optyczny w stałej odległości od podstawy. Bardzo wygodną formą jest wykorzystanie mocowanego do blatu stołu, statywu w uchwycie, którego można zastosować lupę z rączką.

Niektóre pomoce optyczne są bardzo rzadko prezentowane np. liniał optyczny, lupa podwieszana, lupy na smyczy, lupy składane (kieszonkowe). Czy mógłby Pan je opisać?

Podstawową pomocą optyczną jest lupa z rączką i taka forma nam się kojarzy. Tak naprawdę asortyment jest ogromny w zależności od zastosowania. Liniał optyczny to lupa w kształcie linijki, przy pomocy której możemy czytać całą szerokość strony książki. Wadą jest pole widzenia, obejmuje ono dwa wersy i powiększenie nie przekracza 2x. Osoby, które lubią robótki na drutach czy też szydełkowanie, mogą używać lupy zawieszanej na szyi. Jest lekka, poręczna, ma duże pole widzenia, ale powiększenie również niewielkie, czyli 2x. W kieszeni spodni, marynarki czy w nawet w małej torebce damskiej bez trudu znajdzie się miejsce dla małej gabarytowo lupy kieszonkowej, w której element optyczny chroniony jest przez obudowę z tworzywa lub skóry. Lupy kieszonkowe po zastosowaniu

„smyczy” można powiesić sobie na szyi.

Czy wszystkie tego typu pomoce jednakowo odwzorowują oglądany obraz?

Dawniej w pomocach optycznych stosowano soczewki ze szkła dwuwypukłe o budowie sferycznej (wycinek kuli). Przy wyższych powiększeniach występowały zniekształcenia i przebarwienia obrazu czyli aberacje. Obecnie stosuje się wyłącznie soczewki z tworzywa optycznego o budowie asferycznej (wycinek paraboli) i aplanatycznej. Uzyskuje się w ten sposób doskonałe odwzorowanie obrazu pozbawione zniekształceń brzegowych. Niektórzy producenci pomocy optycznych stosują powłoki antyrefleksyjne, aby wyeliminować odbicia światła i zwiększyć przejrzystość soczewek.

W jaki sposób pomoce do dali mogą być wykorzystywane jako pomoce do bliży?

Praktycznie taką pomocą jest monokular, który ma zakres ostrego widzenia od kilkadziesiąt centymetrów do nieskończoności. I w takim przypadku po odpowiedniej regulacji można przy pomocy monokularu normalnie czytać. Jest to co prawda trochę kłopotliwe, bo trzeba zachować stałą odległość do czytania. W niektórych modelach stosowane są podstawki do czytania, które w połączeniu z monokulem pozwalają normalnie czytać.

Ważne! Dobór pomocy optycznych jest doborem subiektywnym!

Dziękuję za rozmowę.

Renata Olszewska

NVDA W INTERNECIE - FORMULARZE

Microsoft Internet Explorer czy Mozilla Firefox stosujemy na co dzień do przeglądania udostępnianych na stronach www informacji. W biuletynie z czerwca br. pisałam o tym, jak za pomocą bezpłatnego programu NVDA, możemy ułatwić i przyspieszyć czytanie tabel, list czy linków. Ponieważ często spotykanym elementem stron są formularze, temu tematowi poświęcam odrębny tekst.

Czym jest tryb formularza?

Dokumenty przeznaczone wyłącznie do odczytywania (np. strony internetowe) udostępniane są nam dzięki programom udźwiękowiającym w tzw. trybie przeglądania (inaczej w trybie czytania). Gdy wystąpi potrzeba wpisania czegoś czy wybrania z listy, wprowadzane są na stronie formularze. Do współpracy z nimi służy specjalny tryb - tryb formularza. Gdy przesuwamy się strzałkami po treści strony, trafiając na tzw. Kontrolkę, najczęściej automatycznie NVDA przełączy nas do trybu formularza. Przejściu do linii, która formularzem nie jest, powoduje powrót w NVDA do trybu przeglądania. Jeśli program nie wykona tego sam, to komendą przełączającą między trybami formularza i przeglądania jest **Insert-Spacja**. Wymuszeniem trybu formularza na kontrolce jest także naciśnięcie klawisza **Enter** lub **Spacji**. Powrót do trybu czytania wymusza klawisz **ESC**.

Z czego składa się formularz?

Formularze składają się z tzw. kontroltek. Kontrolki są jakby pośrednikami między użytkownikiem, a stroną internetową. Dzięki nim możemy powiedzieć, jakie zadanie chcemy wykonać. Najpopularniejsze kontrolki w formularzu to: przyciski, pola edycji, przyciski opcji, pola wyboru, listy rozwijane.

Jak przejść do kontrolki?

Możemy zastosować jedną z dwóch metod.

Sposób pierwszy polega na naciśnięciu litery **f**, aby przejść do kolejnej kontrolki formularza (bez względu na jej rodzaj). Przejście do kontrolki poprzedniej wymaga naciśnięcia **Shift-f**. Program poda nam informacje o przypisanej nazwie kontrolki i jej typie (np. szukanie połączeń, przycisk). Jeśli chcemy zmienić coś w wartości danej kontrolki, naciskamy klawisz **Enter**, a następnie np. wpisujemy dane.

Sposób drugi, pozwalający szybko dotrzeć do konkretnego pola, wymaga naciśnięcia litery przypisanej do rodzaju kontrolki. Bardzo szybka i wygodna metoda. Przydatna, gdy już znamy pola formularza.

Wymaga:

1. Naciśnięcia litery

- **e**: pole edycji (służy do wpisania np. nazwy miejscowości, gdy korzystamy z rozkładu jazdy)
- **c**: lista rozwijana (np. gdy uszczegółowić musimy nazwę stacji docelowej – Bydgoszcz Główna)

- **x**: pole wyboru (oznaczenie możliwości wymusza jej zastosowanie np. oznaczenie przewóz roweru spowoduje wyszukiwanie tylko połączeń z takim oznaczeniem)

- **r**: przycisk opcji (wybór jednej z kilku przedstawionych możliwości np. wybór odjazd lub przyjazd)

- **b**: przycisk (np. Szukanie połączeń)

2. Naciśnij ENTER, aby przejść w Tryb Formularza

3. Wprowadź wartość (np. wpisz, wybierz z listy)

4. Aby przejść do kolejnego pola bez opuszczania trybu formularza, naciśnij klawisz **Tab** (kolejne) lub **Shift-Tab** (poprzednie pole)

5. Aby wyjść z trybu formularza, naciśnij klawisz ESC

Uwaga:

1. Jeżeli przejdziemy do pola formularza, ale wprowadzimy dane bez przejścia w Tryb Formularza, żadne zmiany nie zostaną wprowadzone. Ponieważ zazwyczaj mamy włączone czytanie pisanych znaków, NVDA wymawia litery (co może dla nas brzmieć jakbyśmy wpisywali tekst, ale przypomnijmy - dostęp do zmiany danych mamy wyłącznie po przejściu w Tryb formularza).

2. Jeśli często będziemy korzystać z formularza na jakiejś stronie (np. www.rozklad.pkp.pl) warto poświęcić kilka a nawet kilkanaście minut na zapoznanie się z typami kontrolek i ich rozmieszczeniem. Przyspieszy to znacznie późniejszą pracę.

opracowała Renata Olszewska

SeeYou Phone



W listopadzie br. firma Humann S.A. przedstawiła nowatorskie rozwiązanie – całkowicie głosowo

obsługiwany telefon komórkowy. Na dzień 20.11.2012 (gdy powstaje niniejszy tekst), SeeYou Phone potrafi w pełni głosowo obsługiwać m.in.:

- Funkcje telefoniczne (dzwonienie; dodawanie, edytowanie i usuwanie kontaktów; sms)
- Funkcje organizacyjne (zegarek, alarm/budzik, Kalendarz, Notatki głosowe, pogoda)
- Funkcje internetowe (Przeglądarka www – kanały RSS, E-mail, Facebook, Twitter, Wikipedia)
- Funkcje nawigacyjne (Piesza nawigacja GPS)
- Informacje o telefonie (np. stan baterii, wersja)

W swoich materiałach prasowych firma podaje następujące informacje:

(...) Rozwiązania oferowane w ramach projektu SeeYou obejmują: SeeYou Phone – pierwszy na świecie smartfon w całości obsługiwany głosowo, przystosowany do potrzeb osób niewidomych i słabowidzących, SeeYou Mobile – sieć komórkową uzupełnioną m.in. o usługę osobistego asystenta, SeeYou Platform – system operacyjny, zastosowany w SeeYou Phone, umożliwiający przekształcenie określonych modeli telefonów z systemem Android w urządzenia obsługiwane wyłącznie za

pomocą głosu oraz SeeYou Apps – wybrane aplikacje, wchodzące w skład SeeYou Platform, które pozwalają na udźwiękowanie konkretnych funkcji telefonu.

(...)Fundamentem SeeYou Phone jest system Android, który do tej pory był nieprzystosowany dla osób niewidomych oraz smartfon Samsung Google Nexus. Zmiany, jakie wprowadził w tym obszarze Humann S.A., sprawiają, że wszystkie funkcje nowego smartfona (m.in. obsługa książki adresowej, SMS, korzystanie z kalendarza, notatek głosowych, obsługa Internetu, portali społecznościowych, poczty e-mail, nawigacja piesza GPS czy lupa elektroniczna z systemem odczytu tekstu) są obsługiwane łącznie za pomocą głosu. Proces ten odbywa się w chmurze za pośrednictwem rozwiązań internetowych, dzięki czemu nie obciąża systemu i pozwala na szybką analizę danych. Urządzenie jest także kompatybilne z zestawem słuchawkowym.

Uzupełnieniem SeeYou Phone jest SeeYou Mobile, czyli wirtualny operator komórkowy. Sieć ta pozwala nie tylko na wygodną komunikację – w pakiecie oferuje również wiele:

- opiekę prywatnego asystenta, który działa podobnie jak concierge – może np. zarezerwować wizytę u lekarza, kupić bilety do kina, zamówić prezent, znaleźć i zarezerwować bilet na pociąg czy samolot.
- ubezpieczenie telefonu i polisę OC

- bezpłatne aktualizacje systemu
- wsparcie techniczne.

Ceny abonamentów w sieci SeeYou Mobile wynoszą od 38 zł do 76 zł brutto miesięcznie. W ramach tej opłaty, oprócz wyżej opisanych usług dodatkowych, użytkownik otrzymuje pakiet minut wymiennych na SMSy oraz pakiet transferu danych. Sieć SeeYou Mobile powstaje przy wsparciu firmy Telogic. Działa na terenie całego kraju, a dzięki roamingowi również zagranicą.

SeeYou Phone kosztuje 2 500 zł brutto.

Twórcy SeeYou Phone planują wprowadzenie wielu także innowacyjnych funkcji (np. rozpoznawanie twarzy), mam więc nadzieję, że niniejszy tekst jest dopiero wprowadzeniem do tematu.

opracowała Renata Olszewska

KSIAŻKI DO PODUSZKI

W dzisiejszym odcinku chciałabym Państwu polecić książki Marcina Szczygielskiego, które posiadamy w naszych zbiorach. Są to: „Farfocle namiętności”, „Nasturcje i ćwoki”, „PL-BOY”, „Wiosna PL-BOY”.

Młody autor lekkim piórem przedstawia problem swoich rówieśników. Ukazuje nam ich życie w lekko krzywym zwierciadle. Przy jego utworach nie można się nudzić, ale też nie trzeba zamyślać się głęboko.

Mogą one służyć jako odskocznia od własnych problemów a jednocześnie bawić.

Krystyna Skiera

OKIEM NA PRZYRODĘ CZ.V

Jak zareaguje przyroda, gdy człowiek przegrodzi bieg rzeki?

Pierwsze plany budowy sztucznego zalewu w okolicach miejscowości Koronowo powstały już w 1929 roku, lecz koncepcja ta wcielona w życie została dopiero w 1962 roku. Dzięki przegrodzeniu biegu rzeki Brdy w miejscowości Romanowo, powstał zbiornik koronowski o powierzchni 1600 ha i objętości wód 81,0 mln m³. Co działo się w środowisku po tak drastycznej zmianie?

Napełnianie zbiornika trwało dwa lata. W tym czasie woda płynąca rzeką Brda została podpiętrzona do wysokości około 18 metrów przy zaporze. W miarę przesuwania się w górę biegu rzeki Brdy, wysokość ta oczywiście maleje, osiągając na końcu wartość około 2 metrów. Wszystkie tereny znajdujące się poniżej rzędnej 80,0 m n.p.m. zostały zatopione wodą. Wymagało to usunięcia wszystkich przeszkód topograficznych znajdujących się poniżej tej wysokości, „pod topór” poszło tysiące drzew. Powstały dzięki temu szerokie baseny jak Zalew w Pieczyskach czy Sokole Kuźnicy oraz wąskie zatoki przypominające wijące się rzeki. Doliny cieków

odprowadzających niegdyś wody do rzeki Brdy zostały również zatopione, dzięki czemu wyglądają jak wąskie rynny jeziorne ze stromymi, zalesionymi zboczami. Po powstaniu zbiornika, podniósł się poziom wód gruntowych na obszarach przyległych, powstało dzięki temu ponad 200 małych śródlęśnych zbiorników wodnych w odległości do 4 km od brzegu zalewu. W nowym środowisku doskonale zaadaptował się bóbr (*Castor fiber*), którego ślady działalności odnajdujemy wzdłuż całego brzegu zbiornika liczącego 108 km, nawet po 50 latach funkcjonowania.

Głównym celem powstania zbiornika koronowskiego była produkcja energii elektrycznej, choć nie były to jeszcze czasy, gdy priorytetem było jej pozyskiwanie ze źródeł alternatywnych. Projektanci zalewu wpadli na pomysł, aby nie budować hydroelektrowni na zaporze, tylko skierować główny odpływ wód ze zbiornika rynną południową dalej w kierunku południowym do miejscowości Samociążek. Wykonano szereg sztucznych przekopów i podpiętrzano kil-



ka jezior, m.in. Lipkusz, Białe, aby wykonać 10 kilometrowy kanał lateralny. Dzięki temu rozwiązaniu otrzymano dodatkowy 7-metrowy spad na łopatach turbin, co przełożyło się na większą wydajność energetyczną hydroelektrowni. Jednak wybór takiego zastosowania przyniósł konstruktorom w początkowych latach funkcjonowania elektrowni poważny problem. Lżejsze od wody osady torfowe, zgromadzone w zalanych jeziorach kanału lateralnego, odczepiały się od podłoża i zaczynały spływać w kierunku elektrowni. Taka „pływająca wyspa”, stanowiąca podłoże dla młodych drzew i krzewów, potrafiła dopłynąć do turbin i nieraz skutecznie zablokować pracę hydroelektrowni, przynosząc przy tym niemałe straty.

Nie można zapomnieć o aspektach społecznych powstania zbiornika. Z terenów przeznac-

zonych pod zalew, należało wysiedlić wiele gospodarstw, m.in. cała miejscowość Olszewka bezpowrotnie zniknęła z mapy Polski. W celach sanitarnych należało ekshumować kilka cmentarzy, choć na ślady niektórych z nich, już zapomnianych, można natknąć się zwiedzając brzegi zbiornika. Ciekawostką, na którą można natknąć się po dziś dzień, są pozostałości zatopionego młyna koło Srebrnicy, na głębokości około 5 metrów.

Dziś mało kto już pamięta, jak wyglądała rzeka Brda w miejscu, gdzie dziś funkcjonuje zbiornik koronowski. Gdy udajemy się na plażę do Pieczysk czy popływać na jachcie w Sokole Kuźnicy, miejmy na uwadze, że jest to środowisko sztuczne – stworzone ręką człowieka, które po 50 latach wygląda ładząco naturalnie.

Dawid Szatten

ŻYCIE BEZ KSIĄŻEK JEST PO PROSTU NUDNE

To hasło obchodów 60-lecia Biblioteki Centralnej Polskiego Związku Niewidomych im. dr Włodzimierza Dolańskiego. Przyłączamy się do najszczerzych życzeń powodzenia w pracy!

Aby poznać „co nieco” z historii biblioteki, warto zajrzeć na stronę www.bcpzn.pl i wybrać np. linki 60 lat biblioteki, Informacje.

15 października 2012 r. w Bibliotece Uniwersytetu Warszawskiego z okazji jubileuszu zorganizowano konferencję: „E-książka - czy tylko dla widzących?”

Na stronie Biblioteki Centralnej PZN umieszczono nagrania referatów i udostępniono do poczytania i obejrzenia teksty tych wykładów i prezentacje wystąpień. Aby skorzystać z tych materiałów, na stronie głównej należy wybrać link Nagranie i materiały po konferencji:

http://wypozycz.bcpzn.pl/pliki/konferencja_2012_10_15/

REO

60 LAT SPORTU NIEWIDOMYCH

KSN „Łuczniczka” w 2012 roku korzystając z dotacji PFRON zorganizował cykl ogólnopolskich turniejów sportowych (brydż, szachy, warcaby i kręgle), w których uczestniczyło 168 zawodników. Godny zauważenia jest turniej szachowy z okazji 60-lecia szachów niewidomych w Polsce, w którym uczestniczyli zawodnicy z co najmniej 40-letnim stażem startowym. Zwycięzcą został Roman Staruch a najstarszy zawodnik Jerzy Brycki zajęli 9. miejsce.

Zawodnicy naszego klubu uczestniczyli w wielu imprezach rangi mistrzostw Polski zdobywając medale: w biegu na 10 km w Pucharze Polski rozgrywanym na ulicach bydgoskiego Szwedzkiej zwyciężył Tomasz Chmurny. Podczas tych zawodów wystartowała również grupka słabo widzących kobiet w marszu z kijkami! Impreza była profesjonalnie zorganizowana i budziła same dobre emocje nie tylko

u uczestników, ale również mieszkańców osiedla, którzy dopingowali zawodników na trasie.

Tradycyjnie panie brydżystki wróciły z medalami Mistrzostw Polski w Mikstach - Halina Miler z brązowym w parze ze Zbigniewem Kozakiewiczem, a Antonina Markiewka i Krystyna Skiera zajęły kolejno 4. i 5. miejsce.

W bowlingu trwa dobra passa Karoliny Rzepy i Honoraty Borawy, które systematycznie poprawiają wyniki wygrywając turnieje. Systematyczna praca zawodników znajduje potwierdzenie w srebrnym medalu na Mistrzostwach Polski Cross zespołu złożonego z trzech mistrzyń kraju: Karoliny Rzepy z asystentem Krystianem Malcherkiem (niewidoma B1), Mirosławy Malcherek (słabo widząca B2) i Honoraty Borawy (słabo widząca B3) oraz Arkadiusza Gęstwińskiego (słabo widzący B2).

J. Henselek

Z żalem pożegnaliśmy podporę drużyny szachowej naszego klubu Irenkę Wójcik, która zmarła w dniu 21 września. Zналиśmy ją jako medalistkę w lekkiej atletyce, a ostatnie 40 lat poświęciła szachom. Należała do czołówki polskich niewidomych szachistek, plasując się na wysokich miejscach. Brała też udział w IV Mistrzostwach Świata Niewidomych Kobiet w 2009 roku. Irenka lubiła muzykę, śpiewem umiała turnieje. Pisała monologi i skecze, które sama wykonywała, korzystając z brajlowskich zapisów.

Lubiana przez wszystkich, licznie żegnana przez rodzinę oraz sportowych i muzycznych przyjaciół, spoczęła na cmentarzu przy ul. Wiślanej w Bydgoszczy. Cześć Jej pamięci!

„NA ROZGRZEWKĘ I FRASUNEK NAJLEPSZY DOMOWY TRUNEK”

Cytrynówka



Składniki:

6 dużych cytryn
12 łyżek cukru
1,5 l. alkoholu 40%

Sposób wykonania:

5 cytryn umyć i obrać ze skórki, szóstą wyszorować i sparzyć. Wszystkie pokroić w plastry, wrzucić do około 2-litrowego słoja, zasypać cukrem i odstawić na godzinkę. Po tym czasie zalać alkoholem do pełna. Szczelnie zamknąć i odstawić na 5-6 dni. Okresowo wstrząsać. Ciecz zlać, przefiltrować, rozlać do butelek i odstawić do dojrzewania na minimum 1 miesiąc. Im dojrzewa dłużej tym jest smaczniejsza. Wyśmienite!!!

ELZA

NA KARNAWAŁ – LIKIER KAWOWY ANIELI



Składniki:

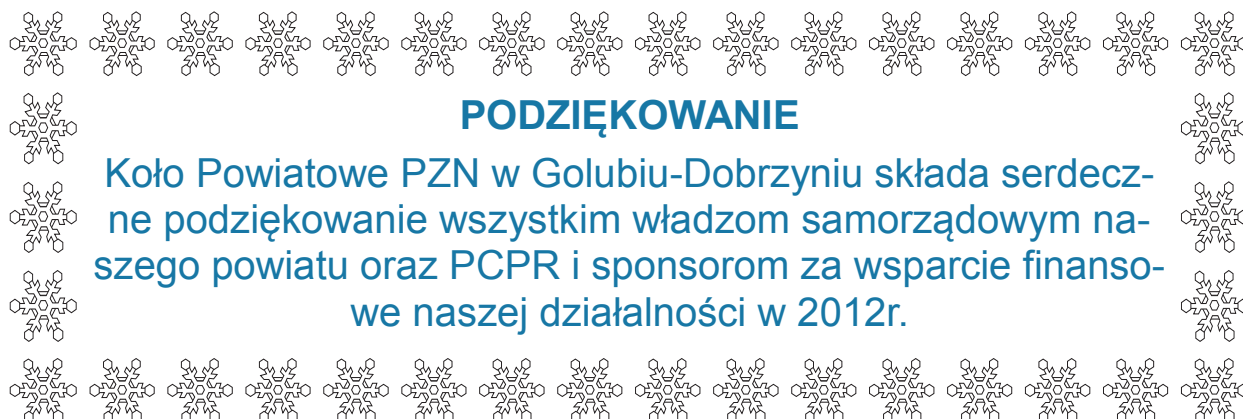
1 szklanka wódki
1 puszka mleka skondensowanego
1 szklanka cukru
6 łyżeczek kawy rozpuszczalnej
1 cukier waniliowy

Sposób wykonania:

Mleko, kawę, cukier gotujemy do rozpuszczenia się cukru. Następnie naczynie z zawartością wstawiamy do zimnej wody i cały czas mieszając, schładzamy. Do zimnej mikstury wolno wlewamy alkohol ciągle mieszając. Całość wstawić do lodówki. Z tego przepisu wychodzi 0,7l likieru.

Uwaga, przy gotowaniu kipi !!!

Aniela Siedlecka



PODZIĘKOWANIE

Koło Powiatowe PZN w Golubiu-Dobrzyniu składa serdeczne podziękowanie wszystkim władzom samorządowym naszego powiatu oraz PCPR i sponsorom za wsparcie finansowe naszej działalności w 2012r.

PODARUJ SWÓJ 1% NA PZN

KRS: 0000060750

Twoje pieniądze przeznaczymy na pomoc niewidomym i słabo widzącym:

Dzieciom w wieku 0-6 lat poprzez rehabilitację prowadzoną w ich domach rodzinnych, organizację turnusów integracyjno-rehabilitacyjnych

Uczniom tworząc przyjazne im środowisko edukacyjne poprzez wyposażanie najbardziej potrzebujących w odpowiednie pomoce szkolne, organizowanie bezpiecznego wypoczynku

Osobom tracącym wzrok, szkoląc ich w zakresie samodzielnego poruszania się, wykonywania czynności samoobsługowych, ucząc pisma punkowego Braille'a.

Kontakt

POLSKI ZWIĄZEK NIEWIDOMYCH
Okręg Kujawsko-Pomorski

ul. Powstańców Wielkopolskich 33
85-090 Bydgoszcz tel. (52) 341-32-81

e-mail: zopznbydgoszcz@wp.pl

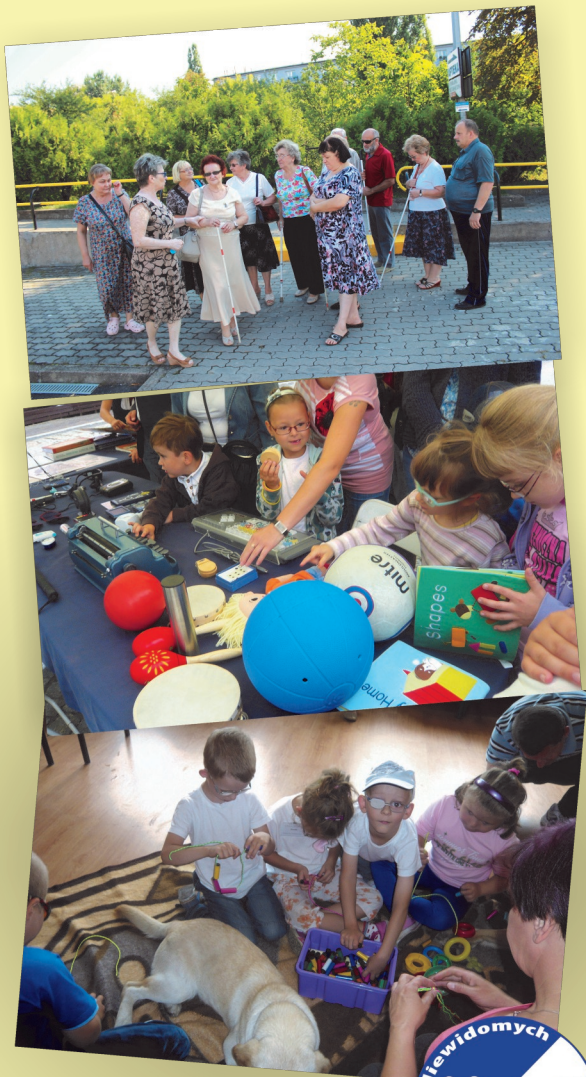
www.kujawskopomorski.pzn.org.pl

NIP 554-23-72-189

nr konta:

Kredyt Bank S.A.

10 1500 1360 1213 6006 0379 0000



Jak to zrobić? To proste !!!

H. WNIOSEK O PRZEKAZANIE 1% PODATKU NALEŻNEGO NA RZECZ ORGANIZACJI POZYTKU PUBLICZNEGO (OPP) Należy podać numer wpisu do Krajowego Rejestru Sądowego (Numer KRS) organizacji wybranej z wykazu prowadzonego przez Ministra Pracy i Polityki Społecznej oraz wysokość kwoty na jej rzecz.		
122. Numer KRS 0000060750	Wnioskowana kwota Kwota z poz. 123 nie może przekroczyć 1% kwoty z poz. 116, po zaokrągleniu do pełnych dziesiątek groszy w dół.	123. kwota 1% podatku
I. INFORMACJE UZUPEŁNIAJĄCE Podatnicy, którzy wypełnili część H, w poz. 124 mogą podać cel szczegółowy 1%, a zaznaczając kwadrat w poz. 125 wyrazić zgodę na przekazanie OPP swojego imienia, nazwiska i adresu wraz z informacją o kwocie z poz. 123. W poz. 126 można podać dodatkowe informacje, np. ułatwiające kontakt z podatnikiem (telefon, e-mail).		
124. Cel szczegółowy 1%	125. Wyrażam zgodę ☐	
126.		