

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





Na urodziny nasze 50.

Po raz 50. jesteśmy z Państwem. A jak to z reguły bywa, czas rocznicowy, odświeżony skłania do zadumy i refleksji, do spojrzenia wstecz do dni, miesięcy i gazetowych lat, które przeszły, które już za nami... Ileż to zdarzeń, ile spraw, problemów - tych drobnych i tych poważnych całkiem, ile tematów, sprawozdań, informacji o tym, co tu i teraz na podwórku naszym środowiskowym. A ludzi jak wielu, którzy „Oko” tworzyli, poświęcając czas swój, energię, by pismo nasze trwało, by przetrwało, by było z nami, pośród nas. I trwa przede wszystkim dzięki temu, że są z nami Czytelnicy nasi... To dla Was jesteśmy, to do Was nieustannie od lat 12 mrugamy naszym gazetowym „Okim”.

Czas rocznicowy - czas refleksji, ale i radości wielkiej, że coś się udało, że jesteśmy czytani, że jesteśmy oczekiwani. Za to wszystko dziękujemy i obiecujemy, że będziemy nadal z Wami.

Redakcja

W wersji audio biuletynu zamieszczamy nagrania z koncertu laureatów IV Festiwalu Widzących Duszą „Muzyka otwiera oczy”, który odbył się w dniach 18-19 października 2014 r. w Bydgoszczy. Zwyciężył Roland Świstek (Bydgoszcz), miejsce trzecie zajął Kamil Czeszel (Toruń), a wyróżnienie otrzymał Przemek Cackowski (Grudziądz).

Przypominamy, że nasz biuletyn dostępny jest w wersji elektronicznej na stronie www.kujawskopomorski.pzn.org.pl/?a=czasopisma_oko
Zapraszamy!

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

REDAKCJA	Renata Olszewska, Janina Śledzikowska, Dominika Tomaszewska-Szatten e-mail: biuletynoko@tlen.pl
KOLEGIUM REDAKCYJNE	ks. Piotr Buczkowski, Jadwiga Henselek, Magdalena Turek
KOREKTA	Ludmiła Mokańska
WYDAWCA	Polski Związek Niewidomych, Okręg Kujawsko-Pomorski Al. Powstańców Wlkp. 33, 85-090 Bydgoszcz, tel. 52 341 32 81
DRUK	EPEdruk Sp. z o.o., ul. Kamińskiego 20 lok. 56, 03-130 Warszawa
DRUKARNIA	ul. Konwiktorska 9, 00-216 Warszawa
WERSJA DŹWIĘKOWA	realizacja akustyczna - Jerzy Olszewski czyta - Ludmiła Mokańska

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



Biuletyn Informacyjny „OKO” jest wydawany w ramach projektu współfinansowanego ze środków PFRON w ramach 13 konkursu.

Nieco historii.

W czerwcu 2002 r. po raz pierwszy w powojennej historii bydgoskich niewidomych Kujawsko-Pomorski Zarząd Okręgu PZN wydał własne czasopismo Okręgowy Biuletyn Informacyjny Kujaw i Pomorza Polskiego Związku Niewidomych obrazujący działalność ludzi niewidomych i słabo widzących OKO. Od początku naszym zamierzeniem było wyłowienie z szumu informacyjnego tych spraw, które dotyczą środowiska osób niewidomych i słabo widzących z naszego okręgu. W skład pierwszej redakcji weszli: Jerzy Deja, Renata Olszewska, Helena Skonieczka, Janina Śledzikowska. Przez pewien czas w redakcji działała także Anna Kruczkowska. Wersję brailowską początkowo przygotowywał Marek Andraszewski. Wersję dźwiękową zaczęliśmy tworzyć od numeru drugiego. Wziął to na siebie Jerzy Olszewski. Pierwsze numery czytała Janina Śledzikowska. Pierwszą drukarnią była firma „Skonpres” Jana Skonieczki.

Nasze działania były możliwe dzięki życzliwości wielu osób służących nam bezinteresowną pomocą. Bardzo, bardzo dziękujemy za wszystkie słowa wsparcia i za życzenia, które otrzymaliśmy.

Redakcja



DZIEKUJEMY ZA 12 WSPÓLNYCH LAT!!!

„Z okazji wydania jubileuszowego pięćdziesiątego numeru „Oka”, składamy gratulacje. Mimo licznych zawirowań, zachowano ciągłość pisma. Życzymy, aby zawsze aktualne i prawdziwe informacje przekazywano czytelnikom”.

Czytelniczki: Zofia i Krystyna Krzemkowskie

W NUMERZE:
WYDARZENIA I AKTUALNOŚCI

PZN NASZE STOWARZYSZENIE	5
DO AUTOBUSÓW INACZEJ.....	7
KLUB ABSOLWENTÓW.....	7
WSPOMNIENIA ZE STUDIÓW	8
WRZESIEŃ BYŁ BARDZO GORĄCY	9
BIAŁA ŁASKA INACZEJ	9
PODSUMOWANIE ROKU LUDZI WOLNOŚCI.....	10
WIEŚCI Z KÓŁ	11

DUSZPASTERSTWO

ADWENTOWE ZAMYŚLENIE	21
----------------------------	----

KU SAMODZIELNOŚCI

ŚWIETNĄ REHABILITACJĄ JESTEŚMY SAMI DLA SIEBIE	23
PRACA DLA MŁODEJ OSOBY GŁUCHONIEWIDOMEJ.....	24
PRZYGODA Z GRETA.....	26
WARSZTATY TERAPII ZAJĘCIOWEJ	28

PORADY PRAWNE

NIEWIDOMI KONSUMENTCI NA ZAKUPACH	29
PORTAL WIEDZY DLA KONSUMENTA.....	31

ZDROWIE

ZAKRZTUSZENIE. CO ZROBIĆ?.....	32
--------------------------------	----

DLA KAŻDEGO COŚ CIEKAWEGO

DOSTĘPNOŚĆ STRON INTERNETOWYCH.....	33
JAK Z IPHONE'A ZROBIĆ ODTWARZACZ KSIĄŻKI MÓWIONEJ?.....	36
NASZE PASJE	38
PŁYNOMIERZ DO WANNY	39
OKIEM NA PRZYRODĘ – CZ. XIII.....	40
KSIĄŻKI DO PODUSZKI.....	40
SPORT	41
TAKICH LUDZI NAM POTRZEBA.....	42
PRZEZ ŻOŁĄDEK DO SERCA.....	43
PRAKTYCZNE DROBIAZGI DO KUCHNI	43

PZN NASZE STOWARZYSZENIE

Misja Polskiego Związku Niewidomych: „Tracisz wzrok u nas uzyskasz pomoc. Jesteśmy organizacją kompetentną, dzięki której możesz osiągnąć samodzielność i aktywność życiową, zrealizować potrzeby społeczne i zawodowe. Pomagamy niewidomym i słabo widzącym oraz ich bliskim w adaptacji do nowych warunków życia na terenie całego kraju. Udzielamy porad i informacji. Zapewniamy odnalezienie sensu życia poprzez wsparcie psychologiczne w procesie rehabilitacji i integracji. Realizujemy indywidualne i grupowe szkolenia. Wyznaczamy standardy funkcjonowania osób niewidomych i słabo widzących w Polsce. Zmieniamy ich postrzeganie poprzez edukację społeczeństwa. Integrujemy środowisko i jesteśmy jego rzecznikiem”.

Polski Związek Niewidomych jest organizacją samopomocową, powołaną przez samych niewidomych, działającą na rzecz niewidomych i zarządzaną przez nich. Przynależność do PZN jest dobrowolna.

PZN zrzesza osoby niewidome i słabo widzące w celu ich społecznej integracji, rehabilitacji, wyrównywania szans w dostępie do informacji, edukacji, zatrudnienia i szeroko pojętej aktywności społecznej, a także w celu ochrony ich praw obywatelskich.

Działalność PZN opiera się na pracy społecznej członków oraz zatrudnionych pracowników.

Co cztery lata w naszym stowarzyszeniu wybieramy spośród siebie osoby, które deklarują gotowość do pracy na rzecz środowiska osób niewidomych, chcą swój czas wykorzystać na pomoc drugiemu człowiekowi, chcą docierać bezpośrednio do osób nowo ociemniałych i pomóc im w tym najtrudniejszym okresie. Pokazać im możliwości, jakie daje rehabilitacja podstawowa i społeczna. Chcą pomagać także w rozwiązywaniu problemów życiowych i mimo własnej niepełnosprawności, swoim przykładem dawać nadzieję na aktywne życie. Dlatego też od nas samych zależy charakter działalności stowarzyszenia i jego postrzeganie.

Wśród nas jest wielu biernych członków, którzy mogliby podzielić się swoim doświadczeniem, pomóc osobom mniej zrehabilitowanym w życiu środowiska lokalnego np. w korzystaniu z dóbr kultury. Mają potencjał, trochę czasu i zechcą włączyć się w działalność na rzecz członków koła.

Koła są podstawowymi ogniwami związku. W Okręgu Kujawsko-Pomorskim jest ich 18. Najwyższą władzą w kole jest walne zebranie koła, które odbywa się raz na 4 lata; jego głównym zadaniem jest

udzielenie absolutorium ustępującemu zarządowi, zatwierdzenie programu działania na następną 4-letnią kadencję oraz wybór nowego zarządu koła.

Zarząd koła działa na podstawie statutu Polskiego Związku Niewidomych oraz Regulaminu Pracy Zarządu Koła. W skład zarządu koła wchodzi: prezes oraz 3 do 6 członków, w tym wiceprezes, sekretarz i skarbnik (o ile zostanie wybrany).

Do zakresu działania zarządu koła należy m.in.:

- reprezentowanie związku na terenie działania koła,
- współpraca z organami administracji państwowej i samorządowej, organizacjami społecznymi i innymi działającymi na terenie koła,
- organizowanie działalności rehabilitacyjnej, a także integracyjnej, głównie w zakresie kultury i turystyki,
- informowanie członków o uprawnieniach osób niewidomych i możliwościach uzyskania pomocy,
- pomaganie członkom w załatwianiu dofinansowań na turnusy rehabilitacyjne i na inne cele,
- opiniowanie wniosków członków koła w sprawie zwolnień z opłacania składek członkowskich lub obniżania ich kwoty. Występowanie z wnioskiem do prezydium ZO o podjęcie decyzji w sprawie składek, w przypadku niewidomych znajdujących się w trudnej sytuacji materialnej,

- podejmowanie działań interwencyjnych w sprawach członków koła,
- decydowanie o wydatkowaniu części składek członkowskich będących w dyspozycji koła na pokrycie potrzeb koła (w pierwszej kolejności utrzymanie lokalu i ewentualnie pracownika),
- podejmowanie działań zmierzających do uzyskania środków finansowych lub materialnych, umożliwiających rozszerzenie działalności koła,

Posiedzenia zarządu koła odbywają się co najmniej 6 razy w roku. Członkowie zarządu koła mają obowiązek brania czynnego udziału w pracach zarządu koła m.in. przez:

- uczestniczenie w jego posiedzeniach,
- bieżące zapoznawanie się z problemowymi materiałami oraz aktami normatywnymi związku dot. spraw niewidomych,
- aktywne uczestniczenie w załatwianiu spraw niewidomych zrzeszonych w kole, w rozwiązywaniu ich problemów oraz udzielanie członkom właściwej pomocy.

Aby stowarzyszenie spełniało oczekiwania swoich członków, muszą oni aktywnie włączyć się w działalność na rzecz środowiska, ponieważ razem można zrobić więcej. Najbliższe wybory czekają nas już w 2015r. Zachęcamy do udziału!

opracowanie: A. Kruczkowska

DO AUTOBUSÓW INACZEJ

Od 01 września 2014 r. na klimatyzowanych liniach autobusowych 55, 67 i 69 wprowadzona została zasada otwierania drzwi samodzielnie przez pasażerów za pomocą przycisków. Aby ułatwić osobom niewidomym i słabo widzącym korzystanie z komunikacji miejskiej, zamieszczamy bardziej szczegółowe informacje. Uzyskałyśmy je z firmy KDD dzięki Krzysztofowi Kosiedowskiemu, rzecznikowi prasowemu ZDMiKP w Bydgoszczy.

„Przycisk automatycznego otwierania drzwi tzw. ciepły guzik podczas wsiadania do autobusu znajduje się po prawej stronie. Jest to okrągły, czerwony, podświetlony na zielono przycisk, lekko wypukły, wyczuwalny dłonią. Przy każdych drzwiach znajduje się jeden przycisk. Wyjątkiem są drugie drzwi, gdzie znajdują się dwa przyciski: jeden informuje o otwarciu drzwi - umieszczony jako pierwszy od strony drzwi, a drugi do wózka inwalidzkiego - umieszczony tuż obok. Każdy informuje

kierowcę o tym, iż pasażer chce wejść do autobusu.

Podczas wysiadania z autobusu automatyczne otwieranie drzwi znajduje się po lewej stronie. Jest to podłużny przycisk zamontowany na słupku, również wyczuwalny dłonią.

Prosimy osoby słabo widzące o korzystanie z przedmiotów (np. białej laski), które ułatwiają naszym kierowcom rozpoznanie i okazanie pomocy pasażerom o szczególnych potrzebach. Kiedy kierowca widzi osobę z białą laską, zatrzymuje autobus na wysokości pierwszych drzwi i otwiera je, informując pasażera o numerze linii.

Z poważaniem
Marzena Biały”

Odpowiedź z dnia 02.11.2014

Uzupełnienie

Przy pierwszych i ostatnich drzwiach przycisk do otwierania drzwi zewnątrz znajduje się po stronie lewej.

Redakcja

„KLUB ABSOLWENTÓW”

Drodzy Absolwenci SOSW Nr 1 im. L. Braille’a w Bydgoszczy, pragniemy poinformować Was, że od ubiegłego roku na terenie ośrodka działa „Klub Absolwentów”. Wszyscy zainteresowani są mile widziani – najbliższe spotkanie planowane jest w drugiej połowie stycznia 2015 roku. Będzie to spotkanie z PODRÓŻNIKIEM! Szczegółowe informacje zostaną podane na stronie ośrodka w zakładce *Absolwenci*, a także na Facebooku i za pośrednictwem Polskiego Związku Niewidomych w Bydgoszczy.

Klub Absolwentów

WSPOMNIENIA ZE STUDIÓW

Jestem osobą niedowidzącą od urodzenia. Od zawsze chciałam realizować swoje pasje i zainteresowania, a muszę przyznać, że łatwo nie było. Moja przygoda z uczelnią zaczęła się 6 lat temu. Do podjęcia studiów namówiła mnie koleżanka, która podobnie jak i ja miała kłopoty zdrowotne i udało jej się skończyć studia. Stwierdziła, że nie jest tak źle studiować. Uczelnia otwarta jest dla wszystkich. *Idź a nie pożałujesz* - zachęcała. Miałam obawy, ponieważ od ukończenia przeze mnie szkoły średniej do podjęcia studiów minęło 9 lat. Z natury jednak jestem osobą otwartą na nowe wyzwania, więc pomyślałam, że zaryzykuję i spróbuję. Tak w wieku 30 lat zdecydowałam się na rozpoczęcie 3-letnich studiów niestacjonarnych na kierunku kulturoznawstwo, o specjalności turystyka kulturowa w Wyższej Szkole Kultury Społecznej i Medialnej w Toruniu, gdyż od zawsze chciałam pogłębiać swoją wiedzę z zakresu kultury europejskiej, dziedzictwa narodowego, historii oraz lubię podróżować. Ten kierunek był strzałem w dziesiątkę. Początki nie były łatwe, bo i lata przerwy edukacyjnej i kłopoty ze wzrokiem, jednak szybko odnalazłam się w grupie. Zaletą tej uczelni jest to, że grupy są kameralne, panuje specyficzny klimat i atmosfera. Nigdy nie starałam się korzystać z ulg i uprawnień, poza zgodą na nagrywanie niektórych wykładów. Mile zaskoczyło mnie wybranie na szefową grupy, którą byłam przez całe 5 lat. Miałam trochę dodatkowych spraw do załatwienia, ale i radość z zaufania kolegów. Chciałam udowodnić wszystkim, a przede sobą, że można na mnie polegać

w różnych sprawach. Po uzyskaniu licencjatu z kulturoznawstwa, zdecydowałam się na kontynuowanie studiów magisterskich na kierunku politologia o specjalności polityka społeczno-ekonomiczna. Sprawy społeczne również mnie interesowały i dlatego chciałam pogłębić swoją wiedzę, ponieważ wszystko, czego się nauczyłam, pragnę wykorzystać w PZN, w którym wiele osób motywowało mnie do nauki i wspierało, gdy pojawiały się chwile wątplenia. W końcu jednak moja silna wola i determinacja opłaciły się i przyszedł moment, kiedy usłyszałam, że pomimo swojej dysfunkcji wzrokowej, o wiele poważniej traktuję studiowanie i zaangażowanie, ale na to sama zapracowałam dzięki systematycznej nauce i terminowemu zdawaniu egzaminów. Studia ukończyłam z bardzo dobrym wynikiem i na tym się nie zatrzymałam, dalej idę do przodu. Zdecydowałam się na podyplomowe dziennikarstwo, co też okazało się dobrym wyborem. Czy będę dalej się uczyć, tego nie wiem, ale na dziś jestem pewna, że chcę jeszcze coś dokonać w życiu. Reasumując, cieszę się, że nie słuchałam „dobrych rad” typu po co ci studia, na nic nie są potrzebne, nie dasz rady, będzie ciężko. Jeżeli ma się pasje i zainteresowania, to nikt nie ma prawa nikomu zabraniać realizowania się i poszerzania swoich horyzontów. Może moja historia będzie inspiracją dla niejednego z Czytelników, aby nie patrzył na swój wiek, dysfunkcje zdrowotne, tylko próbował swoich sił w studiowaniu, a może to okaże się tak niesamowitą przygodą, jak było w moim przypadku.

Małgorzata Gulakowska

WRZESIEŃ BYŁ BARDZO GORĄCY

- 4-6 września czterech członków naszego klubu uczestniczyło w Ogólnopolskim Przeglądzie Twórczości Artystycznej OPTAN w Grudziądzu.
- Helena Skonieczka odebrała stypendium artystyczne od prezydenta miasta Bydgoszczy na wydanie nowego tomiku poezji, którego promocja odbędzie się w październiku. Wzięła również udział w Międzynarodowym Sympozjum Wiersza, które zorganizował ZLP w Urzędzie Miasta Bydgoszczy.
- 19 września odbyły się eliminacje Ogólnopolskiego Przeglądu

Artystycznego Seniorów ARS 2014, w którym Janusz Kamiński zdobył nagrodę w imieniu Teatru Wspólnego.

- 21–27 września sześcioro członków naszego klubu, uczestników warsztatów, które prowadzi Waldemar Zyśk, wzięło udział w plenarze plastycznym organizowanym przez Fundację ARKA w Piechyskach. 26 września uczestnicy prezentowali swoje prace na wystawie w Koronowie. 29 września Klub Seniora zorganizował „Imieniny w Klubie”.

OKATIK

BIAŁA LASKA INACZEJ

Zgodnie z ustaleniami okręgu, organizujemy to święto (na szczeblu okręgowym) co 5 lat, więc OKATIK uczcił Międzynarodowy Dzień Białej Laski w tym roku w nieco inny sposób, uświadamiając środowisku nasze potrzeby i możliwości w zakresie twórczości artystycznej. 13 października, wspólnie z Okręgową Biblioteką Książki Mówionej i Klubem Polskiej Książki, zaprosiliśmy do nas poetów, którzy mieli już spotkania w naszym środowisku, a także tych, którzy dopiero zamierzali po raz pierwszy spotkać się z nami.

Chcieliśmy uświadomić, jak osoby niewidome czytają, jak radzą sobie z odbiorem sztuki i uczestnictwem w kulturze. Mogliśmy posłu-



Bydgoscy poeci na spotkaniu z okazji Międzynarodowego Dnia Białej Laski

chać wierszy z najnowszych tomików 8 bydgoskich poetów i wspominać nasze dotychczasowe spotkania. Bieżące prowadzili w formie rozmowy o poezji Stefan Pastuszewski z Krystyną Skierą. Nad całością czuwała Helena Skonieczka, prezentując sylwetki

poetów i zdjęcia ze wspólnie przeżytych spotkań. Nie zabrakło też przygotowanego przez nią konkursu, w którym należało odgadnąć autorów przedstawianych tekstów. Wspomniano zaprzyjaźnio-

nego z naszym klubem poetę Leszka Łęgowskiego, który zmarł kilka tygodni temu. W udanym spotkaniu uczestniczyło ponad czterdzieści osób.

OKATIK

PODSUMOWANIE ROKU LUDZI WOLNOŚCI

17 listopada OKATiK zorganizował spotkanie podsumowujące Rok Ludzi Wolności w Okręgu Kujawsko-Pomorskim PZN.

W Akademickiej Przestrzeni Kulturalnej WSG, wspólnie ze Zrzeszeniem Studentów Niepełnosprawnych przywitano 120 przybyłych gości i uczestników. W spotkaniu uczestniczył weteran wojenny, autor wydanych niedawno „Wspomnień zaplutego karła reakcji” - Mieczysław Perzanowski (91-letni członek PZN), któremu zadedykowano pierwszą partyzancką piosenkę.

Później odbył się koncert kameralnego chóru „Belcanto” Kujawsko-Pomorskiego Centrum Kultury w Bydgoszczy i wspólne śpiewanie pieśni patriotycznych, połączone ze wspominaniem osób, które odeszły od nas w ostatnim czasie.

To tradycyjne wspomnieniowe spotkanie organizowane jest przez Helenę Skonieczkę w klubie „OKATiK” już od siedmiu lat. Tym razem najważniejszym punktem programu było docenienie

osób, które od lat współpracują z naszym środowiskiem na niwie kultury i przyznanie im odznaki „Przyjaciel Niewidomych”.



Stefan Pastuszewski i Maciej Puto odbierają odznaki „Przyjaciel Niewidomych”

Nominacji tej dokonała dyrektorka Okręgu K-P PZN Anna Kruczkowska, przekazując odznaczenia dr Stefanowi Pastuszewskiemu i całemu zespołowi Kujawsko-Pomorskiego Centrum Kultury w Bydgoszczy pod dyktando Macieja Puto. To właśnie dzięki pomocy takich osób nasza rehabilitacja łączy się z działalnością kulturalną i przynosi coraz ciekawsze efekty.

OKATIK

W klubie OKATiK zawsze bardzo dużo ciekawych rzeczy się dzieje. Po więcej informacji i relacji z jego działalności serdecznie zapraszamy do kroniki, która mieści się pod adresem internetowym:

<http://www.kujawskopomorski.pzn.org.pl/?a=kronika>

Redakcja

OKO NR 50 IV/2014

ALEKSANDRÓW KUJAWSKI

24 października br. odbyło się spotkanie z okazji Dnia Białej Laski, połączone z wystawą prac członków koła, aktywnie uczestniczących w spotkaniach świetlicowych w biurze naszego koła mieszczącym się przy ul. Długiej 8. Jest to projekt pod nazwą „Organizacja wystawy prac stworzonych techniką rękodzieła i malarstwa propagujących kulturę i tradycje Aleksandrowa Kujawskiego”, finansowany ze środków Gminy Miejskiej Aleksandrowa Kujawskiego oraz ze środków własnych. Następnie przedstawiono nową prezes koła Krystynę Hołtyn oraz powitano zaproszonych gości m.in.: starostę Wioletę Wiśniewską, burmistrza Andrzeja Cieślę oraz licznie przybyłych przedstawicieli urzędów, szkół, okręgu PZN i biura „Europejczyk”.



Przywitanie nowego prezesa koła

Starostwo powiatowe ufundowało okolicznościowe dyplomy i albumy przedstawiające powiat aleksandrowski, które starosta wręczyła w podziękowaniu za współpracę zasłużonym działa-

czom naszego koła. Burmistrz na ręce prezes koła przekazał list gratulacyjny z okazji Dnia Białej Laski. Były podziękowania, życzenia i ciepłe słowa pod adresem działaczy koła. Po zwiedzeniu wystawy rękodzieł, goście i członkowie uczestniczyli w uroczystym poczęstunku, następnie bawiono się przy muzyce. Zarząd koła serdecznie dziękuje aleksandrowskiemu starostwu i urzędowi gminy za wsparcie finansowe, bez którego nie odbyłaby się ta uroczystość.

30 i 31 października na cmentarzu parafialnym przy ul. Chopina odbyła się kwesta na rzecz renowacji pomników zasłużonych dla miasta mieszkańców zorganizowana przez urząd miasta, w której jak co roku uczestniczyli członkowie naszego koła, za co im dziękujemy.

Krystyna Hołtyn

BRODNICA

15 września odbył się kolejny pokaz sprzętu rehabilitacyjnego, który wzbudził duże zainteresowanie. 24 września na zaproszenie koła PZN w Golubiu-Dobrzyniu delegacja z naszego koła uczestniczyła w imprezie integracyjnej pod nazwą „Książka cyfrowa i obiektyw kluczem dostępu niewidomych do dóbr kultury”. 26 września 4-osobowa delegacja wzięła udział w konferencji zorganizowanej przez Urząd Miasta w Brodnicy oraz Wojewódzki Ośrodek Koordynujący Populacyj-

ne Programy Wczesnego Wykrywania Raka, dotyczące realizacji programu profilaktyki onkologicznej regionu brodnickiego. 13 października delegacja z naszego koła uczestniczyła w imprezie integracyjnej z okazji Dnia Białej Laski w kole w Rypinie. 6 listopada 4-osobowa grupa weźmie udział w gali „Integracji” – czasopisma zajmującego się problemami osób niepełnosprawnych. Przejazd oraz koszty wstępu pokrywa Urząd Miasta w Brodnicy.



Grupowe zdjęcie z sierpniowej wycieczki do Kwidzyna.

Mamy także osiągnięcia w rehabilitacji sportowej. Nasi sportowcy zrzeszeni w Brodnicko-Włocławskim Klubie „Pionek” we wrześniu i październiku uczestniczyli w turniejach bowlingowych w Olsztynie, Rzeszowie i Włocławku. Podczas X Ogólnopolskiego Turnieju Niewidomych i Słabo Widzących w Tucholi (18-21 września), brodnicki kręglarze zajęli znaczące lokaty. Największy sukces indywidualny odniosła J. Lewandowska w Turnieju w Kręglach Klasycznych Osób

Niewidomych i Słabo Widzących Stowarzyszenia „CROSS”, które odbyły się w październiku w Tomaszowie Mazowieckim, zdobywając pierwsze miejsce, pokonując zawodników z kadry narodowej Polski. Kolejne zawody odbędą się w listopadzie w Przemyśle oraz w grudniu w Raciborzu.

Sławomir Domański

BYDGOSZCZ

15 października o godzinie 10:00 w Bydgoszczy w Pałacu Młodzieży odbyły się obchody Międzynarodowego Dnia Białej Laski – święta niewidomych i słabo widzących. Honorowymi gośćmi byli: wiceprezydent Bydgoszczy Elżbieta Rusielewicz, dyrektor MOPS Renata Dębińska, kierownik działu rehabilitacji Jerzy Karwowski, przewodniczący Rady Miejskiej SLD Jan Szopiński, prezes Okręgu Kujawsko-Pomorskiego PZN Zbigniew Terpiłowski, dyrektor okręgu Anna Kruczkowska, prezes „OKATIKA” Helena Skonieczka, prezes Klubu Sportowego KSN „Łuczniczka” Andrzej Sargalski, duszpasterz niewidomych ks. Piotr Buczkowski, wolontariusz z Bułgarii Georgim Gergov oraz zaproszeni goście wraz z mediami (radio PiK, Telewizja Regionalna „Zbliżenia”). Impreza składała się z trzech części:

I informacyjna – powitania i wystąpienia zaproszonych gości, wręczenie Odznaki Przyjaciół Niewidomych dla Ulricha Jahra za

otwartość oraz bezinteresowną pomoc niesioną niewidomym i słabo widzącym, wręczenie dyplomu z podziękowaniem dla Mieczysława Perzanowskiego za wydanie „Wspomnienia zapłutego karła reakcji”, referat o białej lasce wygłoszony przez Georgima Gergova.

II część artystyczna, w której wystąpiła młodzież z Ośrodka Szkolno-Wychowawczego im. Louisa Braille’a pod kierunkiem Jerzego Olszewskiego, prezentując utwory muzyczne oraz program artystyczny pt. „Teleexpres”. Skecz pt. „Mariolka” oraz dwa utwory wokalne przygotowali podopieczni WTZ „Victoria”. W występach muzycznych udział wzięli: Daria Barszczyk, Natalia Smogulecka, Marian Olszowski i Krzysztof Wysocki.

III część – poczęstunek: kawa, herbata, ciastka, obiad.

Uroczystość spotkała się z dużym zainteresowaniem zaproszonych i uznaniem dla organizatorów. Wniosła w życie naszych członków trochę radości i zapomnienia od życia codziennego.

Przed wejściem na salę widowiskową ustawione były stoiska WTZ „Victoria” oraz „mega-Art”, które reprezentowały swoje wspaniałe wyroby. Można było również zapoznać się ze sprzętem rehabilitacyjnym, który prezentowała Magdalena Bindek-Gąbka – pracownik działu rehabilitacji PZN w Bydgoszczy.

Honorata Borawa

CHEŁMNO

Zarząd koła zorganizował 11 września br. wyjazd turystyczno-integracyjny do Torunia. Przewodnik oprowadzając nas po starówce, pięknie opowiadała o mieście.



Na pokładzie statku.

Pogoda sprzyjała i całą grupą płynęliśmy zachwyceni stateczkiem po Wiśle, podziwiając Toruń od nieznanej nam wcześniej strony. Z żalem wracaliśmy do domów.

Barbara Knoppek

GOLUB-DOBRZYŃ

24 września zorganizowaliśmy imprezę integracyjną pod nazwą „Książka cyfrowa i obiektyw kluczem dostępu niewidomych do dóbr kultury”, współfinansowaną ze środków urzędu miasta. W krzewieniu wiedzy i kultury książka w wersji elektronicznej (mówiona) jest niezbędnym narzędziem do pełnego uczestnictwa w edukacji dla nas niewidomych. Również technika cyfrowa aparatów fotograficznych daje możliwość korzystania z dobrodziejstw fotografowania. Przygotowaliśmy wystawę zdjęć pt. „Pomniki i miejsca pamięci w Golubiu-Dobrzyniu”. Za wykonane

w ramach konkursu fotograficznego zdjęcia oraz konkurs czytelnicy z treści książek Stanisławy Fleszerowej-Muskat „Pozwólcie nam żyć” i „Przerwa na życie” uczestnicy otrzymali upominki. W spotkaniu uczestniczyli przedstawiciele władz samorządowych, władze okręgu oraz delegacje kół powiatowych PZN. Starosta Wojciech Kwiatkowski na ręce prezesa koła Józefa Wernera przekazał naszemu kołu medal 15-lecia ustanowienia powiatu.



Medal 15-lecia ustanowienia powiatu.

Dyrektor okręgu Anna Kruczkowska wręczyła brązowe Honorowe Odznaki PZN zasłużonym działaczkom koła Grażynie Hartwig i Elżbiecie Zapiór. Przez cały czas trwała demonstracja sprzętu rehabilitacyjno-specjalistycznego, ułatwiającego codzienne życie osobom z dysfunkcją wzroku, przygotowana przez dział rehabilitacji okręgu PZN w Bydgoszczy. Dziękujemy sponsorom za umożliwienie nam zorganizowania spotkania.

Elżbieta Zapiór

GRUDZIĄDZ

Zarząd koła oraz wszystkie współpracujące sekcje działają zgodnie z planem. Lato zakończyliśmy festynem integracyjnym w Ośrodku „Delfin” nad Jeziorem Rudnickim. We wrześniu 52 osoby z naszego koła uczestniczyły w turnusie rehabilitacyjnym w Darłówku. Święto z okazji Dnia Białej Laski obchodziliśmy uroczystie w świetlicy koła. W listopadzie będzie zumba, kijki i andrzejki. Grudzień to spotkanie z Mikołajem dla podopiecznych dzieci oraz spotkanie wigilijne dla 120 członków koła. Uroczystym zakończeniem trudny rok. Dziękujemy władzom powiatu, miasta i kierownikom poszczególnych wydziałów za zrozumienie potrzeb środowiska niewidomych i niesioną nam pomoc.

Krystyna Kaczorowska

INOWROCŁAW

Na terenie aeroklubu w Inowrocławiu odbył się piknik integracyjny dla członków koła z udziałem inowrocławskich władz, MOPS, PCPR, Stowarzyszenia „Flandria”, policji, straży pożarnej i okręgu



Piknik integracyjny

PZN. Odbływały się pokazy strażackie, policyjne, sprzętu rehabilitacyjnego, były konkursy z nagrodami. Imprezę zorganizowano ze środków PFRON, urzędu miasta i udziału własnego.

W dniach 1-14 września 40 osób uczestniczyło w turnusie rehabilitacyjnym w Ustce. 18 września w saloniku biblioteki miejskiej odbył się dla osób niepełnosprawnych pokaz sprzętu rehabilitacyjnego.

W siedzibie koła 19 września rozegrano turniej w warcabach stołowych o puchar prezesa koła PZN w Inowrocławiu. Koszt imprezy w kwocie 1.510, obok udziału własnego, był dofinansowany ze środków PFRON. 6 października przy współpracy z biblioteką miejską odbył się wernisaż rękodzieł osób niepełnosprawnych z udziałem naszych członków. 17 października świętowaliśmy Dzień Białej Laski. Impreza, w której uczestniczyło 80 osób, mogła odbyć się dzięki dofinansowaniu PFRON, urzędowi miasta, i udziałowi własnemu.

W listopadzie, jak co roku, wspominamy tych, którzy odeszli. Listopad to także plany i projekty na 2015 rok oraz andrzejki. Od 1.11.2014 biuro czynne we wtorki 9–15, środy 9–16, czwartki 9–15.

W grudniu zorganizujemy mikołajki i spotkanie opłatkowe.

Ryszard Grześkowiak

LIPNO

Jak pisze „Tygodnik Regionu Lipnowskiego” z 16 października br.



*Dzień Białej Laski w kole w Lipnie
fot. Lidia Jagielska www.cwa.info.pl*

11 października w Zespole Szkół im. Waleriana Łukasińskiego w Skępem spotkali się niewidomi i niedowidzący z całego powiatu lipnowskiego. Patronem imprezy był starosta lipnowski Krzysztof Baranowski, patronem medialnym – tygodnik „CLI”, a gościem honorowym – aktor serialu „Ranczo” Piotr Pręgowski. Zarząd koła zorganizował jak corocznie spotkanie z okazji Dnia Białej Laski w hali sportowej Zespołu Szkół w Skępem. Frekwencja naszych członków była 100-procentowa. W spotkaniu udział wzięli przedstawiciele lokalnych władz, samorządowcy, władze okręgu PZN. Dyrektor okręgu Anna Kruczkowska uhonorowała grawertonami osoby zasłużone dla lipnowskiego środowiska niewidomych – starostę lipnowskiego Krzysztofa Baranowskiego i dyrektora Zespołu Szkół w Skępem Agnieszkę Skoczylas. Były życzenia, podziękowania dla zarządu koła, szczególne dla prezesa Krzysztofa Suchockiego. Impreza mogła się odbyć dzięki dofinansowaniu przez samorząd po-

wiatu i sponsorów, za co bardzo dziękujemy. W grudniu odbędzie się spotkanie wigilijne.

Krzysztof Suchocki

RADZIEJÓW KUJAWSKI

13 listopada odbyły się obchody Międzynarodowego Dnia Białej Laski. W spotkaniu uczestniczyło 30 członków oraz zaproszeni goście – burmistrz miasta Radziejów, przedstawiciele okręgu PZN wraz z dyrektorem Anną Kruczkowską. Były słowa uznania, kwiaty i uroczysty poczęstunek w miłej, rodzinnej atmosferze, co długo pozostanie w naszej pamięci. Podczas spotkania prezentowany był przez instruktorów naszego okręgu sprzęt rehabilitacyjny, ułatwiający codzienne życie osób z dysfunkcją wzroku. 27 listopada odbędą się andrzejki.

Wiesław Miętkiewicz

RYPIN

W tym roku wybraliśmy się do Gdańska, by zwiedzić zabytki tego miasta. Przewodnik Wojciech Romiejko oprowadził nas po najważniejszych obiektach na Westerplatte. Następnie zwiedzaliśmy katedrę w Oliwie, gdzie wysłuchaliśmy koncertu organowego. Przejeżdżaliśmy obok stoczni, zwiedziliśmy palmiarnię, podziwiając egzotyczne rośliny. Po obiedzie udaliśmy się do Jelitkowa na plażę. Pogoda dopisała, humory też, aż żal było wracać do domu. Wycieczkę zorganizowali-

śmy dzięki dofinansowaniu PFRON oraz sponsorów, za co w imieniu uczestników zarząd koła serdecznie dziękuje.



Zdjęcie grupowe przed pomnikiem na Westerplatte

13 października zorganizowaliśmy spotkanie z okazji Dnia Białej Laski.

Zofia Zalewska

SĘPÓLNO

16 grudnia zarząd koła w Sępólnie zorganizuje opłatkowe spotkanie połączone ze świętem Białej Laski.

Nowo wybranym prezesem koła jest Jan Kluch. Koło urzęduje w każdy wtorek od godz. 10-12 w biurze przy ul. Jeziornej 6.

Jan Kluch

ŚWIECIE

We wrześniu członkowie koła mający dofinansowanie z PCPR uczestniczyli we wczasach rehabilitacyjno-wypoczynkowych nad morzem. 18 września delegacja z koła pożegnała naszego członka Janusza Jędrykiewicza.

W październiku na zaproszenie OKSiR uczestniczyliśmy w spotkaniu „Jesień z klasyką”. 16 października zarząd koła zorganizował obchody Dnia Białej Laski. Obok licznie przybyłych członków koła uczestniczyli zaproszeni goście m.in.: starosta, przedstawiciele urzędu miasta, PCPR, biblioteki, okręgu PZN. Dyrektor okręgu Anna Kruczkowska uhonorowała Odznaką Przyjaciół Niewidomych 5 osób zasłużonych dla świeckiego środowiska niewidomych. Uroczystość uświetnili artyści Małgorzata Mówińska-Zyśk oraz Waldemar Zyśk. 3 listopada w sali OKSiR odbyła się II część spotkania z okazji Dnia Białej Laski, w której obok zaproszonych gości uczestniczyła młodzież szkolna. Prezes koła przedstawiła rys historyczny, problemy i zadania stojące przed świeckim kołem. Imprezę uświetnili artyści – Waldemar Zyśk wystawił swoje prace malarskie i przedstawił slajdy tzw. warsztaty na temat malarstwa, natomiast Małgorzata Mówińska-Zyśk umiliła spotkanie utworami na skrzypcach oraz recytowano jej poezje. 18 listopada byliśmy zaproszeni do starostwa na prelekcję „Projekty - likwidacje barier architektonicznych.” 27 listopada zorganizujemy we własnej świetlicy andrzejki. 9 grudnia odbędzie się spotkanie wigilijne, natomiast 13 grudnia - wyjazd do opery w Bydgoszczy na komedię „Napój miłosny”.

30 grudnia będzie podsumowaniem mijającego roku. Spotkanie sylwestrowe odbędzie się w świetlicy koła – oczywiście z tzw. własnym koszyczkiem.

Alicja Frank

TORUŃ

Tegoroczna impreza z okazji Dnia Białej Laski odbyła się 12 września na terenie Ośrodka Sportu i Rekreacji „Tramp” w Toruniu. Przybyłych członków i opiekunów powitał prezes koła Edmund Janke. Jak co roku, szczególny apel skierował do ludzi młodych, aby w miarę możliwości i sił wdrożyli się w pracę koła. Na wstępie przedstawiono informację podsumowującą działalność koła, a następnie rozpoczęła się zabawa. Spotkanie przebiegało w miłej atmosferze, nie zabrakło też wspólnych rozmów przy kawie. Imprezę można było zorganizować dzięki dofinansowaniu otrzymanemu z Gminy Miasta Toruń na usługę cateringową oraz ze środków koła pozyskanych od sponsorów. Jak co roku impreza cieszyła się bardzo dużą popularnością.

Grażyna Kowalska

Proponowane tematy spotkań w świetlicy PZN na początek 2015

Styczeń

- Domowe sposoby w walce z przeziębieniem.
- Dziadkowie i ich rola w wychowaniu wnuków.

Luty

- Tłusty czwartek na przełomie wieków.

- Pojęcie miłości od starożytności do czasów współczesnych.

Marzec

- Jaka była, a jaka jest współczesna kobieta.

- Święta Wielkanocne dawniej i dziś.

Kwiecień

- Anna Jantar. Gwiazda muzyki lat 70.

- Najciekawsze miejsca w Toruniu.

Małgorzata Gulakowska

TUCHOLA

Członkowie koła wraz z opiekunami 6 września wybrali się na wycieczkę do Poznania. Miasto to zostało wybrane nie przez przypadek – jako miejsce, gdzie można odnaleźć ślady początków państwa polskiego oraz jako przyjazne zwiedzaniu przez osoby z dysfunkcją wzroku. Przewodnik Stachowski oprowadzał nas po Poznaniu piastowskim i średnio-wiecznym, a dzięki makietom opisanym także brajlem można było wyobrazić sobie ogrom i piękno zwiedzanych zabytków. Oprócz Starego Rynku ze słynnymi koziółkami, zwiedziliśmy Ostrów Tumski z katedrą i farą, ratusz i Wzgórze Przemysława. Byliśmy pod wrażeniem odzwierciedlenia na ścianie kamienicy karty ze starodawnego atlasu świata, gdzie Poznań został umieszczony jako znaczący ośrodek polski. Byliśmy również w palmiarni. Odpoczywając przy dużej kawce, dzieliliśmy się wspomnieniami, starając się nie myśleć, że trzeba wracać do domu.

Zadanie było dofinansowane przez Urząd Gminy w Tucholi, za co składamy serdeczne podziękowania.



Spotkanie z okazji Dnia Białej Laski

18 października członkowie koła uczestniczyli w prezentacji sprzętu rehabilitacyjnego przygotowanego przez dział rehabilitacji okręgu PZN w Bydgoszczy oraz w spotkaniu z okazji Dnia Białej Laski.

Kolejne - opłatkowe jest planowane w grudniu.

Elżbieta Kotras

WĄBRZEŻNO

14 października zorganizowano w Domu Kultury w Wąbrzeźnie uroczystość z okazji Dnia Białej Laski. O godz. 11 na spotkanie przybyli członkowie, zarząd koła oraz zaproszeni goście. Serdecznie powitał ich prezes Stanisław Pytel, a Danuta Heberlejn odczytała sprawozdanie z działalności koła. Następnie głos zabierali: burmistrz, starosta, przedstawiciel PCPR, dyrektor biblioteki, przedstawiciele kół PZN w Brodnicy, Grudziądzu, władze okręgu PZN z Bydgoszczy.



Wspólne zdjęcie z okazji Dnia Białej Laski

Wspólne zdjęcie zakończyło część oficjalną. Następnie wszyscy zostali zaproszeni na poczęstunek, gdzie przy kawie zaczęły toczyć się wspólne rozmowy, umilane muzyką.

Stanisław Pytel

WŁOCŁAWEK

9 października br. we wrocławskim kole PZN przy ul. Łaziennej 6, odbył się kolejny pokaz sprzętu ułatwiającego życie osobom niewidomym i słabo widzącym, zorganizowany przez przedstawicieli placówki rehabilitacyjnej „Nasze Centrum” działającej przy Kujawsko-Pomorskim Okręgu PZN w Bydgoszczy - Magdalenę Bindek-Gąbkę i Szymona Deję.

Tym razem zostały przedstawione urządzenia najnowszej technologii dostosowane dla osób z dysfunkcją wzroku: laptopy, telefony dotykowe tzw. smartfony, tablety z wbudowanym systemem udźwiękowiająco-powiększającym. Przy ich pomocy słabo widzący mogą czytać w powiększonym druku, oglądać filmy, słuchać muzyki. Poinformowano, jak w prosty

sposób można dostosować funkcje posiadanych telefonów komórkowych do swoich potrzeb lub pobrać z Internetu darmowe programy komputerowe.

W tym dniu gościliśmy również uczniów Szkoły Podstawowej nr 10 z kl. III b z wychowawczynią, którzy przybyli do nas z inicjatywy kierownik filii książki mówionej Renaty Ziółkowskiej.



Dzieci z SP nr 10 poznają świat dotykem

Filia książki mówionej jest biblioteką udostępniającą książki na kasetach, płytach i w formie cyfrowej do odtwarzania przez czytaka. Korzystać z jej usług mogą osoby z dysfunkcją wzroku oraz dzieci dyslektyczne. Organizuje ona lekcje biblioteczne i podejmuje działania przeciwdziałające wykluczeniu społecznemu ludzi niewidomych i słabo widzących.

Z okazji Światowego Dnia Wzroku, przypadającego na 11 października, Renata Ziółkowska zorganizowała dzieciom wycieczkę do naszej placówki, korzystając z faktu odbywającego się pokazu. Były one bardzo zainteresowane i w skupieniu słuchały przekazywanych im wiadomości. Obejrzały film „N jak niewidomy” i brały

czynny udział w dyskusji, w jaki sposób można pomagać osobie niewidomej. Kilkoro zostało nagrodzonych książeczkami do kolorowania, wszystkie otrzymały wzory pisma brajlowskiego. Wielkie zaciekawienie wzbudził mówiący detektor kolorów. Dzieci z chęcią zakładały gogle i próbowały rozpoznawać podawane im przedmioty, a niektóre przy pomocy instruktora przechadzały się z białą laską.

Takie spotkania pozytywnie wpływają na kształtowanie się odpowiednich postaw i zachowań wobec osób niepełnosprawnych. Uczą szacunku oraz zasad umiejętnego i taktownego pomagania.

Maria Kapuścińska

ŻNIN

8–12 września dzięki dofinansowaniu z PCPR zorganizowaliśmy wycieczkę do Sarbinowa dla 47 osób. Pogoda nam dopisała i pełni wrażeń wracaliśmy do domu. Jak co roku odbyło się spotkanie pt. „Laska moim przewodnikiem” - integracyjna impreza poświęcona obchodom Dnia Białej Laski. 7 października nasi członkowie spotkali się w restauracji „Parkowa” w Żninie, gdzie prezes koła Jadwiga Jurkowska przekazała historię powstania tego międzynarodowego święta. Następnie głos zabrała dyrektor PCPR w Żninie Maria Zwolankiewicz, składając życzenia z okazji tego święta, jednocześnie udzieliła wyczerpującej informacji dotyczących dofinanso-

wania pomocy rehabilitacyjnych, turnusów itp.

W części artystycznej wystąpił zespół „Czerwona Róża” z Brzysko-rzystewka. Śpiewano piosenki pa-luckie i biesiadne. Był poczęstu-nek, rozmowy na różne tematy, upominki dla uczestników. Spotkanie sprawiło naszym członkom wiele radości upewniając ich, że nie są sami.



Zespół „Czerwona Róża”
z Brzysko-rzystewka

Serdecznie dziękujemy gminie Żnin za wsparcie finansowe.

Jadwiga Jurkowska

KLUB OKATIK

2015 rok rozpoczniemy tradycyjnie karnawałem w Inowrocławiu.

- 6 stycznia (w święto Trzech Króli), po mszy św. w kościele Ruina spotkamy się w gościnnych progach koła PZN w Inowrocławiu (wyjazd autobusem PKS – zbiórka godz. 10:00).
- 12 stycznia (aula PZN, godz. 11:00) - koncert kolęd i pastorałek, wspólne śpiewanie wraz z zaproszonymi chórmi.

ADWENTOWE ZAMYŚLENIE



Czas adwentu i Bożego Narodzenia przypada w szczególnym okresie. Otaczająca nas przyroda zamiera i szykuje się do snu. Z drzew opadają liście, ptaki śpiewają ciszej. Dzień staje się coraz krótszy, zimniejszy i ponury. Często o poranku świat jest spowity głęboką mgłą. To wszystko powoduje przygnębienie.

Długie, chłodne wieczory zachęcają do przebywania w ciepłym domu i snucia wspomnień. W tym czasie chętnie sięgam do wakacyjnych fotografii. W nich odkrywam radosne krajobrazy malowane przepięknymi promieniami światła. By to uchwycić, wykorzystuję manualne ustawienia aparatu fotograficznego. Manipulując przysłoną i czasem migawki, udaje się wydobyć ducha danego miejsca i uwypuklić jego piękno. Takie możliwości dają nawet proste cyfrowe aparaty fotograficzne, w których możemy na bieżąco zobaczyć owoce swojej pracy.

Jedno ze zdjęć z archiwum wakacyjnego pragnę zaprezentować. Jest to fotografia portu o wschodzie słońca, które figlarne oświetla radosnymi i ciepłymi promieniami zaspane maszty przycumowanych przy nabrzeżu

jachtów. Stojąc na wybrzeżu z aparatem fotograficznym, poczułem mieszający się z promieniami słońca zapach świeżo parzonej kawy i smażonej jajecznicy na boczku. Taki poranek jest nadzieją nadchodzącego upalnego dnia.

Można zadać pytanie, jaki jest związek tej fotografii z adwentowym oczekiwaniem na Boże Narodzenie? Kolory budzącego słońca przypominają mi kolory jesiennego poranka, gdy w dzieciństwie wracałem z porannej mszy roratnej do domu, gdzie czekał zapach świeżo sparzonej kawy zbożowej i pyszne śniadanie. Są to dla mnie kolory i zapachy wspomnień z radosnego oczekiwania na święta Bożego Narodzenia.

Przeglądając te fotografie odkrywam, że obiektywem aparatu fotograficznego, którym utrwala się światło malujące obraz, można odnaleźć działanie dobrego, kochającego Boga. Dzięki światłu, na ziemi istnieje i rozwija się życie i jest ono potrzebne dla roślin, zwierząt oraz ludzi. Gdyby człowiek żył w ciemności, szybko popadłby w przygnębienie i różnego rodzaju depresje. Możemy takie zjawiska obserwować w krajach podbiegunowych, gdzie przez pół roku panuje kompletna ciemność.

W liturgii Kościoła też jest miejsce na symbol światła. Zapalone świece na ołtarzu przypominają o obecności Jezusa Chrystusa - prawdziwej Światłości rozświecającej mroki grzechu i zła tego świata. Zapalony paschał przy

ołtarzu mówi nam, że Jezus Chrystus zmartwychwstając, pokonał ciemności śmierci, grzechu i szatana, który jest sprawcą wszelkiego zła na świecie. Jest on zapalany w szczególnych momentach: w okresie wielkanocnym, podczas chrztu św. i na mszach św. pogrzebowych.

W adwencie pojawiają się w naszych świątyniach również wymowne symbole związane ze światłem. Jest to świeca roratnia - symbolizująca Najświętszą Marię Pannę, która niesie ludziom Chrystusa - Światłość prawdziwą. W kościołach umieszcza się ją w prezbiterium obok ołtarza. Biała lub niebieska kokarda, którą jest przepasana roratka, mówi o niepokalanym poczęciu Najświętszej Marii Panny. Kolejnym takim znakiem jest wieniec adwentowy w formie okręgu, składający się z gałązek choinki, na których są umieszczone cztery świece, symbolizujące poszczególne niedziele adwentu. Co niedzielę zapala się kolejną świecę. Pierwsza oznacza pokój, druga - wiarę, trzecia - miłość, czwarta - nadzieję. Elementy wieńca symbolizują wspólnotę ludzi oczekujących w nadziei i radości na przyjście Pana. Inny przepiękny zwyczaj adwentowy to lampiony, z którymi dzieci przychodzą na roraty. Są one wykonane w kształcie czworoboku, którego ścianki przypominają gotyckie witraże z symbolami chrześcijańskimi lub scenami biblijnymi. Wewnątrz lampionu umieszczona jest świeca lub mała żarówka na baterię. Te lampiony płoną w czasie pierwszej części mszy świętej roratnej, kiedy w kościele są po-

gaszone światła i panuje ciemność. Jest to symboliczne nawiązanie do przypowieści Jezusa o roztropnych pannach, które z płonącymi lampami oczekiwały na przyjście Oblubieńca. (Mt. 25, 1-13).

Gdy doczekamy świąt Bożego Narodzenia, to usłyszymy podczas liturgii mszy św. prolog z ewangelii św. Jana, który pisze: *Na początku było Słowo, a Słowo było u Boga, i Bogiem było Słowo. Ono było na początku u Boga. Wszystko przez Nie się stało, a bez Niego nic się nie stało, co się stało. W Nim było życie, a życie było światłością ludzi, a światłość w ciemności świeci i ciemność jej nie ogarnęła.*

Za każdym razem, gdy wracam do tego fragmentu z Pisma św., przypominają mi się słowa niewidomych przyjaciół, którzy niekiedy powtarzają: *Gdy widzi się światło, nie jest jeszcze tak źle. Ciągłe jest nadzieja.* Za pomocą obiektywu aparatu fotograficznego odkryłem, że w otaczającym nas świecie nie ma idealnej ciemności, zawsze jest odrobina światła. Wystarczy tylko mieć prosty statyw i dużo cierpliwości, a wyjdzie przepiękne zdjęcie. Można sparafrazować to doświadczenie w taki sposób - gdy widzę maleńką Światłość, jaką jest Chrystus, nie jest jeszcze tak źle. Jest nadzieja, że nie zagubię się w życiu.

Na te zbliżające się święta Bożego Narodzenia życzę droгим Czytelnikom, by światło płynące od Bożej Dzieciny przyniosło wiele radości, pokoju i prawdziwej Bożej Miłości.

ks. Piotr Buczkowski

ŚWIETNĄ REHABILITACJĄ JESTEŚMY SAMI DLA SIEBIE

Tematyka rehabilitacji niewidomych i słabo widzących jest stosunkowo mało znana naszemu otoczeniu i niestety także samym osobom z dysfunkcją wzroku. Anna Krychowiak opowiada, jak ona przystosowała się do nowych dla niej warunków życia.

R.O. Kiedy u Pani pojawiły się kłopoty ze wzrokiem?

A.K. Zaczęło się już w szkole podstawowej. Ale to były drobne problemy - niedowidzenie z tablicy. W wieku 17 lat zaczęło się pogłębianie wady wzroku. Mając 19 lat wyjechałam za granicę celem operacji (odwarstwienie siatkówki). Wielokrotnie operowano mnie w Rosji. Dzięki temu wada cofnęła się o kilka dioptrii i przez 15 lat nie miałam problemów wzrokowych. Aktualnie moje widzenie pogorszyło się znacznie.

R.O. Czy korzystała Pani z rehabilitacji podstawowej?

A.K. Do PZN zapisałam się w wieku 25 lat, ale z racji stosunkowo sprawnego wzroku nie szukałam szkoleń. Byłam „martwym” członkiem stowarzyszenia. Pierwszy kontakt to szkolenie dla telemarketerów w Ośrodku „Homer” w Bydgoszczy w roku 2009. Poza zawodowymi, miałam także zajęcia z czynności dnia codziennego. Faktem jest, że do tego momentu nie dopuszczałam do siebie myśli, że ja mogę mieć jakiegokolwiek bariery z powodu wzroku, ale z chwilą, gdy poznałam środowi-

sko osób z problemami wzrokowymi bliżej, zaczęłam akceptować i niedowidzenie i to, że niepełnosprawności nie trzeba się wstydić.

W miejscu, w którym mieszkam, nikt nie odbiera mnie jako osoby niepełnosprawnej. Zawsze starałam się radzić sobie i nie dawać nikomu odczuć, że czegoś niedowidzę. Wiedziałam, że można wypracować sobie takie techniki działania, które mi w tym pomogą. Bo skoro osoba niewidoma sobie radzi, to niedowidząca też. Jest to dla mnie ważne i zaliczam to do kultury osobistej.

Chciałabym podkreślić, że warto jeździć na szkolenia i poznawać innych z podobnymi problemami, ponieważ to nas otwiera, rozumiemy się bowiem dobrze, nie blokujemy się.

R.O. Jak potoczyło się Pani życie później?

A.K. Rozpoczął się zupełnie nowy etap mojego życia. Nowe spojrzenie. Były kolejne szkolenia zawodowe, a następnie praca. W ramach projektu „Poznaj siebie” (edycja II i III), byłam animatorem. W Aleksandrowie Kujawskim utworzono Centrum Animacji Lokalnej. Praktycznie poświęciłam temu cztery lata. To pozwoliło mi spojrzeć także na swoje życie i siebie z innej strony. Bardzo mnie wzmocniło. Wzmocniła mnie praca dla innych, przynależność do tego środowiska wspólne dzia-

łania, wyjazdy, organizacja imprez. Pomimo trudności i barier. Bo to wszystko nie było łatwe.

Nasze Centrum Animacji Lokalnej działa nadal. Spotykamy się raz w tygodniu, a czasami częściej. Działamy bardzo prężnie. Organy samorządowe nas zauważyły i doceniły istnienie. Na duże spotkania przychodzi około 50 osób, a na cyklicznych pojawia się grupa, 15-20-osobowa. Całe koło to 87 osób.

Chcemy pokazać naszemu otoczeniu, mieszkańcom Aleksandrowa i nie tylko, świat niewidomych. Chcemy, by zapoznali się z barierami, z jakimi mamy na co dzień do czynienia. By zobaczyli, jak radzimy sobie z naszą niepełnosprawnością i jak realizujemy się w aktywnym życiu.

Te spotkania pokazały, że warto wyjść z domu, spotkać się z innymi, porozmawiać, wymienić poglądy. I pomyśleć o tym, że nie jestem chory, tylko mam problem ze wzrokiem. I cieszyć się życiem. W tej pracy dla innych, a zarazem takich samych jak ja, widzę sens działania i istnienia stowarzyszenia.

R.O. Czy jest coś, co chciałaby Pani przekazać od siebie innym?

Tak. Korzystajmy z rehabilitacji podstawowej, a potem idźmy do innych. Spełniając swoje pasje i marzenia, idąc przez życie, dokonujmy rzeczy śmiałych i odważnych.

*Dziękuję za rozmowę
Renata Olszewska*

PRACA DLA MŁODEJ OSOBY GŁUCHONIEWIDOMEJ

Wszystko, co się zaczyna, musi się kiedyś skończyć. Z dużym niepokojem myślałam o ukończeniu szkoły przez moich pierwszych uczniów. Co stanie się z nimi na początku ich dorosłego życia? Zdawałam sobie sprawę, że dla niektórych z nich powrót do domu będzie życiową tragedią. Dobrze znałam domy moich wychowanków, wiedziałam, że nie wszyscy rodzice potrafią porozumieć się z własnymi dziećmi, że nie wszyscy poświęcą im tyle czasu, ile one potrzebują. Wyobrażałam sobie to życie bez szkoły i pustkę, która będzie ich otaczać. Wiedziałam, że zdecydowana większość

z moich uczniów jest przygotowana do życia na tyle, że mogłaby pracować, wykonywać proste czynności, wyjść z domu do ludzi. Nie miałam jednak żadnego pojęcia, w jaki sposób podejść do szukania miejsc pracy i to często w odległych zakątkach kraju. Często mówiłam o swoich niepokojach na zebraniach Zarządu Towarzystwa Pomocy Głuchoniewidomym (TPG).

Wszyscy byli zgodni co do tego, że młode osoby głuchoniewidome są chętne i zdolne do wykonywania pracy. Wiedzieliśmy też, że ci młodzi ludzie ze względu na charakter i złożoność niepełnospraw-

ności często niezdolne są do podejmowania samodzielnych działań celem szukania pracy. Dotyczy to również ich rodziców, którzy często nie wyobrażają sobie, że ich dziecko może pracować zarobkowo i w związku z tym nie będą podejmować żadnych działań w tym kierunku.

W 2000 roku uczestniczyłam w pracy zespołu przygotowującego program rehabilitacji zawodowej dla byłej mojej uczennicy – Beaty. Realizowany był on wspólnie przez TPG w Warszawie i Fundację Hiltona Perkinsa w Stanach Zjednoczonych.

Odbyły się spotkania z rodziną Beaty, omawialiśmy jej sytuację życiową. Była też wizyta w radzie gminy, właściwej dla jej miejsca zamieszkania. Powstał plan rehabilitacji zawodowej dla pierwszej absolwentki oddziału głuchoniewidomych SOSW nr 1 w Bydgoszczy. Miała być zatrudniona na terenie gminy Milejów. Obejmował on takie punkty jak: konkretne działania, termin realizacji i osoby odpowiedzialne za wykonanie. Krok po kroku realizowaliśmy te punkty. Wyjeżdżałam do Milejowa celem szukania miejsca pracy. Znalazłam je dzięki życzliwości, właściwemu podejściu i zrozumieniu pani sekretarz gminy, a przede wszystkim dyrektora Przedszkola Samorządowego w Milejowie. Nie ukrywała ona swoich obaw, ale zgodziła się przyjąć do pracy Beatę w charakterze pomocy nauczyciela. I tak Beata rozpoczęła pra-

cę 01 września 2001 roku. Przez dwa tygodnie wdrażałam ją do pracy w ww. placówce. Celem mojego pobytu było umożliwienie sprawniej adaptacji osoby niepełnosprawnej do warunków pracy w przedszkolu. Przez cały ten czas pomagałam swojej podopiecznej w poznaniu terenu przedszkola, warunków pracy oraz personelu placówki. Uczyłam też pokonywać drogę na trasie dom-przedszkole i przedszkole-dom. Przybliżałam współpracownikom podstawy języka migowego, co miało ułatwić im dalsze kontakty z Beatą. W porozumieniu z panią dyrektorem opracowałam zakres zadań należący do pomocy nauczyciela. Z Beatą omawiałam je każdego dnia jeszcze dodatkowo w domu. Początkowo wspólnie wykonywałyśmy wszystkie prace porządkowe, które należały do jej obowiązków. Od drugiego tygodnia wszystkie wykonywała już sama. Dodać tu jeszcze muszę, że przez cały ten czas mieszkalam w domu rodziców Beaty. Ich, a szczególnie mamę i siostrę, uczyłam języka migowego. Zachęcałam do rozmów z Beatą i właściwego traktowania jej problemów.

W późniejszym okresie wielokrotnie odwiedzałam to przedszkole. Służyłam radą i pomocą, pomagałam rozwiązywać pojawiające się problemy. Podnosiłam też umiejętności komunikowania się pracowników z Beatą. Beata pracuje w tym samym miejscu do dziś.

Jest lubiana przez dzieci, ich rodziców i współpracowników.

W ten sam sposób szukałam, znalazłam i wdrażałam do pracy czterech kolejnych absolwentów bydgoskiego oddziału.

Cieszy mnie fakt, że wszyscy znaleźli się wśród ludzi doświadczonych, życzliwych i przyjaznych. Takich pracodawców życzę wszystkim niepełnosprawnym absolwentom.

Podjęłam wyzwania, znalazłam

miejsca pracy dla kilku naszych byłych uczniów. Ciśnie się na usta jednak pytanie: Co dalej? Problem dotyczy bowiem bardzo wielu głuchoniewidomych. Kończąc edukację, poznają inny świat, nowe możliwości, a po szkole najczęściej pozostają sami ze swoją pustką. Trzeba dalej szukać dróg i możliwości zatrudniania tych młodych ludzi, chcących coś osiągnąć i znaleźć swoje miejsce w życiu.

Krystyna Klugiewicz

PRZYGODA Z GREĄ...

Drodzy Czytelnicy, jak zapewne pamiętacie, tytułową bohaterką jest mój pies przewodnik o imieniu Greta. Kiedy po zdaniu egzaminów z bezpiecznego poruszania się razem z psem wróciliśmy do domu, (zarówno szkolenie, jak i egzamin odbywały się w Pile), to jedynym łącznikiem z życiem, które znała Greta, byłam ja. Nie odstępowała mnie na krok, wszędzie gotowa służyć pomocą. W mieszkaniu schodziła mi z drogi, a kiedy siadaliśmy do stołu, by zjeść posiłek, wracała na swoje miejsce. Nie było mowy o „żebraniu” przy stole. Również kiedy szykowałam jedzenie w kuchni, pies leżał spokojnie z boku, nie przeszkadzając mi w pracy. Podczas krojenia, np. warzyw czy mięsa, czasem kawałek spadał mi na podłogę. Wówczas pies czekał na komendę, pozwolenie, że może wziąć sobie np. kawałek kiełbaski. Greta nie sięgała również jedzenia pozostawionego na stole lub szafce. Jej porcja karmy i woda były zawsze



Greta

w misce. Kiedy zaczęła się moja współpraca z psem, nie było jeszcze przepisów prawnych regulujących status psa przewodnika, musieliśmy przecierać szlaki. Chodziłam i pytałam, czy mogę wejść z psem do danego sklepu lub urzędu. Często spotykałam się z odmową, najczęściej zastłaniano się sanepidem. Udałam się więc do tej placówki i okazało się, że nie istnieje przepis zabraniający wchodzenia z psem przewodnikiem do sklepów, restauracji itp.

Mogłam więc jedynie liczyć na zrozumienie sytuacji i życzliwość osób pracujących w takich miejscach. Pamiętam, jak było mi przykro, kiedy z Gretą weszłam do małego punktu z pieczywem, gdzie od kilku lat robiłam codzienne zakupy i sprzedawczyni powiedziała, że mam wyjść z tym psem, bo ona mnie nie obsłuży. Greta ubrana w szorki spokojnie siedziała przy nodze, nigdzie nie podchodziła, niczego nie wahała. W kolejce przede mną stało kilka osób, nikt się nie odezwał, na nic też się zdały tłumaczenia, że to pies przewodnik, który razem ze mną grzecznie stoi w kolejce. Po kolejnym „proszę wyjść”, ze ściśniętym gardłem powiedziałam: „Nie życzę pani, aby musiała kiedyś korzystać z pomocy takiego psa” i wyszłam ze sklepu. Nigdy więcej ja ani nikt z moich znajomych nie kupił tam pieczywa. Teraz mam za sobą prawo, na które mogę się powołać, ale to nie zmienia faktu, że mentalność ludzi jeszcze długo się nie zmieni. Najtrudniej jest z osobami starszymi, które ciągle wierne są stereotypowi psa przy budzie i najlepiej na łańcuchu. Nie twierdzę, że tak jest zawsze, bo to byłoby krzywdzące dla wielu osób. We wszystkim trzeba zachować zdrowy rozsądek, tak więc mimo że mogę wejść z psem do szpitala czy przychodni specjalistycznych, to nie pójdę z Gretą do poradni alergologicznej, gdzie mogę spotkać ludzi uczulonych na sierść psa. Na szczęście, mam też miłe

i zabawne wspomnienia dotyczące Greta. Pracowałam wówczas w sanatorium w Inowrocławiu, miałam zgodę prezesa i zarządu na przebywanie psa razem ze mną w pracy. W miejscu, gdzie leżał kocyk Greta, była powieszona kartka z wyraźną informacją: „Pies przewodnik, prosimy nie karmić i nie głaskać psa”. Część osób pytała: „A dokąd ten pies zaprowadzi, czy pokaże nam miasto?”. Jeden z kuracjuszy oburzony na napis, aby nie karmić psa, powiedział, że takie kartki to są w zoo, na co odpowiedziałam, że pies to nie śmietnik i nie będzie zjadał resztek ze stołówki. Pewnego dnia wychodząc z pracy, schodziłam w dół po schodach, a kuracjuszka właśnie chciała wejść do góry. Zapytała, czy na tego psa można usiąść? Odpowiedziałam: „Nie, proszę pani to nie koń, tylko pies”. Koleżanka, z którą wychodziłam, wybuchnęła śmiechem. Nie wiem, skąd taki pomysł przyszedł tej pani do głowy, ale takie pytanie padło z jej strony. Na jednej z ostatnich pogadanek w przedszkolu chłopiec powiedział: „Proszę pani, ale Greta jest zasyfiona”. Spytałam, czy może powtórzyć, gdyż myślałam, że źle zrozumiałam w tym hałasie. Chłopiec powtórzył i wtedy wychowawczyni powiedziała, że Greta ma całą sierść oprószoną okruszkami biszkoptów, którymi karmiły ją dzieci. No dopiero by było, gdyby dzieciak powiedział w domu, że w przedszkolu była pani z zasyfiałym psem, hi, hi, hi. Gre-

ta oczywiście jest czystym psem, regularnie badanym i szczepionym przez weterynarza. Bardzo lubi smakołyki, jednak jak każdy labrador ma tendencję do tycia. Podczas jednego ze spacerów re-zolutna 5-lotka stwierdziła, że „Greta jest uwięszona”. To taki

delikatny sposób, by dać jej do zrozumienia, że przytyła... Nasi milusińscy mają naprawdę cieka-we postrzeganie świata. Z pozdrowieniami i uśmiechem na twarzy dla wszystkich czytelników.

Katarzyna Głowacka

WARSZTATY TERAPII ZAJĘCIOWEJ

Pragnę Państwu przypomnieć, że na terenie naszego okręgu PZN działają cztery Warsztaty Terapii Zajęciowej – w Toruniu i we Włocławku (organem prowadzącym tych placówek jest Zarząd Główny PZN w Warszawie), i dwa w Bydgoszczy przy ul. Bernardyńskiej i Stawowej, gdzie organem prowadzącym jest Okręg Kujawsko-Pomorski PZN.

Przybliżę placówkę WTZ „mega – Art” z ul. Stawowej, powstałą z inicjatywy lekarzy psychiatrii Henryki i Andrzeja Cholewińskich. Rozpoczęcie działalności datuje się na 8 lutego 1993 r. Od 1 września 2008 organem prowadzącym jest zarząd okręgu PZN, a kierownikiem placówki - Arkadiusz Kucharski.

Cel działalności to rehabilitacja społeczna i zawodowa, głównie dla osób cierpiących na zaburzenia psychiczne. Korzystając z dotychczasowych doświadczeń i wzbogacając o nowe, kierownictwo stara się kontynuować pierwotną ideę misji powstania. Na przestrzeni kilkuletniej działalności wielu uczestników otrzymało możliwość powrotu do życia społecznego i zawodowego. Uczest-

nicy biorą czynny udział w konkursach plastycznych, spartakiadach sportowych, wystawach, kiermaszach, odnosząc sukcesy. W ramach warsztatów działają pracownie: haftu i dziewiarstwa, komputerowa, kulinarna, krawiecka, ogrodnicza (uczestnicy zajmują się zabiegami pielęgnacyjnym w ogrodzie oraz porządkowaniem terenu), plastyczna, rzeźbiarsko-stolarska, tkaniny artystycznej.



Porządkowanie ogrodu

Dodatkowo prowadzi się muzykoterapię. Nieodłącznym elementem rehabilitacji jest terapia psychologiczna, kontynuowane są zajęcia z kultury zdrowotnej. A wszystko to pod okiem wykwalifikowanej kadry.

Janina Śledzikowska

NIEWIDOMI KONSUMENCI NA ZAKUPACH

Okres przedświąteczny to czas dokonywania ponadprzeciętnych zakupów. Któż z nas nie chciałby obdarować swoich najbliższych choćby symbolicznym upominkiem? Rozwój nowych technologii oraz dodatkowych kanałów sprzedaży sprawił, że także osoby starsze i niewidome mają coraz większe możliwości samodzielnego dokonywania zakupów.

Pod koniec każdego roku handlowcy zachęcają nas różnego rodzaju ofertami i promocjami do dokonywania zakupów zarówno towarów, takich jak: artykuły spożywcze, kosmetyki, elektronika czy usług, np.: pielęgnacyjno-kosmetycznych, turystycznych, telewizyjnych, telefonicznych i internetowych oraz finansowych, w tym bankowych i ubezpieczeniowych. Mnogość różnorodnych ofert oraz związana z tym ograniczona ilość czasu, jaką mamy na podjęcie decyzji sprawia zazwyczaj, że decydując się na zakup, robimy to intuicyjnie, bez szczegółowego analizowania każdej z ofert. W efekcie może się zdarzyć, że po świętach dojdziemy do wniosku, że któryś zakup nie był trafiony, nie spełnił naszych oczekiwań bądź też zakupiony towar lub usługa nie mają takich cech, co do których przekonywał nas sprzedawca.

Każdy z nas, dokonując zakupu towaru lub usługi od przedsiębiorcy działającego jako osoba fizyczna lub spółka, staje się z mocy prawa konsumentem, o ile zakup ten nie jest związany z pro-

wadzoną przez nas działalnością gospodarczą lub zawodową. Ze statusem konsumenta wiąże się szereg uprawnień, które mają na celu uchronić nas przed nieuczciwymi praktykami handlowymi. Przede wszystkim określają zakres informacji, jakie sprzedawca powinien nam przekazać przed dokonaniem zakupu oraz zasady odstąpienia od umowy i zwrotu towaru.

Zakres naszych uprawnień konsumenckich zależy zarówno od rodzaju kupowanych przez nas towarów lub usług, jak i od sposobu dokonania zakupu. Kupować możemy na 3 sposoby. Pierwszym z nich jest zakup w lokalu przedsiębiorcy, np.: w sklepie, salonie sprzedaży lub biurze turystycznym. Innym jest kupno poza lokalem przedsiębiorcy, a więc wówczas to sprzedawca, np. przedstawiciel handlowy, przychodzi do nas z ofertą. Warunkiem jest jednak osobisty kontakt ze sprzedawcą i możliwość dokonania zakupu bez konieczności stawienia się w lokalu przedsiębiorcy. Trzecim sposobem jest kupowanie za pomocą środków komunikowania się na odległość, a więc przez telefon, SMS-em lub przez Internet.

Niezależnie od rodzaju produktu i wybranej metody zakupu, przedsiębiorca nie może żądać od nas zapłaty za towar lub usługę, której nie zamawialiśmy. Ma to istotne znaczenie w przypadku niektórych stron internetowych, tzw. serwisów pobieraczkowych,

których właściciele domagają się zapłaty za korzystanie z serwisu, mimo że wejście na daną stronę nie było w żaden sposób ograniczone koniecznością złożenia oświadczenia o gotowości zakupu. Przedsiębiorca ma obowiązek uzyskania naszej zgody na dokonanie każdej dodatkowej płatności. Niedopuszczalne jest stosowanie w sprzedaży internetowej domyślnych opcji, które należałoby odrzucić, aby uwolnić się od konieczności ponoszenia dodatkowych kosztów.

Jeżeli zdecydujemy się na zakup towaru lub usługi, to najpóźniej w chwili poinformowania o tym sprzedającego, ma on obowiązek przekazać nam w sposób jasny i zrozumiały informacje o głównych cechach kupowanego produktu, danych identyfikacyjnych przedsiębiorcy oraz formach kontaktowania się z nim, wysokości wszystkich kosztów lub sposobie ich obliczania, sposobie i terminie dostawy towaru lub rozpoczęcia świadczenia usługi, a także sposobie rozpatrywania reklamacji i warunkach gwarancji.

Przedsiębiorca świadczący powszechnie dostępne usługi telefoniczne ma obowiązek udostępniać we wszystkich punktach obsługi klientów informacje w postaci elektronicznej w formie tekstowym oraz na papierze z powiększoną czcionką dotyczące udogodnień dla osób niepełnosprawnych oferowane przez tego operatora, ogólne warunki świadczenia usług, wzór umowy, regulamin świadczenia usług oraz

cenniki, a także informacje o miejscach zainstalowania aparatów publicznych dostosowanych do potrzeb osób niepełnosprawnych. Osoby niewidome i słabo widzące mają prawo zażądać od operatora telekomunikacyjnego, z którym zawarły umowę o świadczenie usług telekomunikacyjnych, udostępnienia danych zawartych na fakturze oraz podstawowego wykazu wykonanych usług telekomunikacyjnych na papierze w alfabecie Braille'a lub przy użyciu dużej czcionki, a w przypadku wysyłania pocztą elektroniczną - w formie tekstowej. Rachunek szczegółowy osoba niewidoma może uzyskać wyłącznie w formie elektronicznej lub powiększonego druku. Operator realizuje żądanie takiej osoby w terminie 30 dni. Realizacja takiego żądania może być uzależniona przez operatora od okazania przez osobę niepełnosprawną orzeczenia o stopniu niepełnosprawności w celu weryfikacji uprawnień.

Jeżeli dokonaliśmy zakupu poza lokalem przedsiębiorcy lub za pośrednictwem środków komunikowania się na odległość, to przysługuje nam prawo do odstąpienia od umowy w terminie 14 dni od otrzymania zakupionego towaru lub zawarcia umowy na świadczenie usług. W przypadku umów ubezpieczenia, z wyłączeniem ubezpieczeń emerytalnych, termin ten wynosi 30 dni. Sprzedający ma obowiązek poinformować nas o tym uprawnieniu. Jeśli tego nie zrobi, prawo to wygasa po upływie 12 miesięcy. Jeżeli

sprzedający udzieli nam informacji o odstąpieniu od umowy przed upływem 12 miesięcy, to termin 14-dniowy będzie biegł od daty przekazania nam tej informacji. Prawo do odstąpienia od umowy nie będzie nam jednak przysługiwać w przypadku zakupu towarów na zamówienie, np.: ubrań czy zasłon na wymiar, wykonanych w pełni usług naprawczych, remontowych czy instalacyjnych, zakupu towarów szybko psujących się lub gdy otworzyliśmy her-

metyczne opakowanie, w które towar był zapakowany.

Ochrona praw konsumenta nie będzie nam przysługiwać w przypadku zakupów z handlu obwoźnego artykułami spożywczymi, napojami i innymi produktami przeznaczonymi do bezpośredniego spożycia, dostarczanych do domu lub pracy, a także zakupów dokonywanych poza lokalem sprzedającego, których wartość nie przekracza 50 zł.

Wojciech Zieliński

Podstawa prawna:

1. DYREKTYWA PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY 2011/83/UE z dnia 25 października 2011 r. w sprawie praw konsumentów, zmieniająca dyrektywę Rady 93/13/EWG i dyrektywę 1999/44/WE Parlamentu Europejskiego i Rady oraz uchylająca dyrektywę Rady 85/577/EWG i dyrektywę 97/7/WE Parlamentu Europejskiego i Rady (Dz. Urz. UE L 304/64 z dnia 22.11.2011).
2. Ustawa z dnia 30 maja 2014 r. o prawach konsumenta (Dz. U. 2014 poz. 827).
3. Rozporządzenie Ministra Administracji i Cyfryzacji z dnia 26 marca 2014 r. w sprawie szczegółowych wymagań dotyczących świadczenia udogodnień dla osób niepełnosprawnych przez dostawców publicznie dostępnych usług telefonicznych (Dz. U. 2014 poz. 464).

PORTAL WIEDZY DLA KONSUMENTA

Urząd Ochrony Konkurencji i Konsumentów uruchomił serwis z informacjami o nowych prawach klientów, które zaczną obowiązywać 25 grudnia.

Jak odstąpić od umowy, jakie są zasady stosowania rękojmi i czego konsument może się domagać od sprzedawcy – to informacje, które można znaleźć na stronie www.prawakonsumenta.uokik.gov.pl.

Portal adresowany jest do konsumentów i przedsiębiorców. Ci pierwsi dowiedzą się, jak będą mogli załatwić daną sprawę, a sprzedawcy i usługodawcy mają

poznać nowe obowiązki względem klientów.

Portal uwzględnia nową ustawę o prawach konsumenta, która wejdzie w życie 25 grudnia 2014 r. Uwaga o tym jest widoczna na stronie. A to ważne, bo nowe przepisy znacznie się różnią od obecnych. Pozwolą konsumentom odstąpić od umowy zawieranej przez Internet w ciągu 14 dni od daty zakupu, a nie w ciągu dziesięciu. A w wypadku wadliwego towaru będzie można żądać nie tylko naprawy, ale także zwrotu pieniędzy, gdy usterka jest poważna.

Wojciech Zieliński

ZAKRZTUSZENIE. CO ZROBIĆ?

KLEPNIJ W PLECY!

Chyba nie ma osoby, której nigdy nie zdarzyło się zakrztuszenie, czyli fachowo mówiąc - zablokowanie dróg oddechowych przez ciało obce. Najczęściej krztusimy się pokarmem, bądź w przypadku małych dzieci – drobnymi elementami zabawek. Jak pomóc w takim wypadku?

Objawami zakrztuszenia są: nagły kaszel, bezgłos, siniejąca twarz. Może wystąpić także łzawienie oczu. Zadławienie bywa mylone z atakiem astmy, dlatego warto poznać zasadniczą różnicę między nimi. W przypadku zadławienia nie występuje charakterystyczny dla astmy świszczący oddech, poprzedzający atak kaszlu. Inne jest też zachowanie samego poszkodowanego. Osoba krztusząca się wpada w panikę, łapie się za szyję, często podnosi ręce. Z kolei astmatyk w momencie wystąpienia ataku zwykle zachowuje spokój oraz przyjmuje pozycję ułatwiającą oddychanie. Dlatego też tak ważne jest, aby zwrócić uwagę na zachowanie poszkodowanego, które może pomóc nam w rozpoznaniu zakrztuszenia.

Jak pomóc?

Pierwszy krok to zapytanie poszkodowanego, czy się krztusi, w celu upewnienia się, czy na pewno mamy do czynienia z podejrzanym stanem. Wiadomym jest, że zwykle nie możemy liczyć na słowną odpowiedź, jednak ski-

nienie ręką lub głową jest już dla nas wyraźnym potwierdzeniem. Drugi krok polega na zachęcaniu poszkodowanego do kaszlu i przyjęciu odpowiedniej pozycji. Stań za poszkodowanym. Jeżeli jesteś praworęczny: przełóż swoją lewą rękę pod pachą poszkodowanego i ułóż dłoń na jego klatce piersiowej. Prawą stopę ustaw między stopami poszkodowanego. Prawą dłoń połóż na plecach poszkodowanego, w okolicy międzyłopatkowej. Jeżeli jesteś leworęczny, ustaw się analogicznie, zamieniając kończyny. Taka pozycja zapewni Ci pełną kontrolę nad poszkodowanym oraz jego bezpieczeństwo np. w przypadku opadnięcia z sił i utraty przytomności. Co, jeżeli kaszel staje się nieefektywny? Wówczas płaską dłońią wykonaj do pięciu uderzeń w okolicę międzyłopatkową. Po każdym uderzeniu zapytaj poszkodowanego, czy mu to pomogło. Jeżeli uderzenia nie spowodowały odblokowania dróg oddechowych, należy wykonać uciśnięcia nadbrzusza. W jaki sposób? Prawą dłoń zaciśnij w pięść i ułóż na brzuchu poszkodowanego, powyżej pępka (fachowo określa się to miejsce jako „pomiędzy pępkiem, a wyrostkiem mieczykowatym”), lewą rękę połóż na prawej i uciśnij nadbrzusze poszkodowanego ruchem wypychającym („do siebie i do góry”). Algorytm

postępowania mówi, że wykonujemy pięć uderzeń w okolicę międzyłopatkową na przemian z pięcioma uciśnięciami nadbrzusza. Pamiętaj jednak, że uciśnięcia nadbrzusza to ostateczność. Wykonujemy je dopiero, kiedy poszkodowany przestał kaszleć i uderzenia nie przyniosły rezultatu. Oczywiście jest, że jak od każdej zasady i tu występują wyjątki. Uciśnięć nadbrzusza nie wykonujemy u: małych dzieci, (ponieważ mają słabo rozwinięte narządy wewnętrzne i moglibyśmy spowodować ich uraz), kobiet w ciąży (ponieważ mogłoby to spowodować uszkodzenie płodu), osób starszych oraz osób bardzo otyłych (których nie jesteśmy w stanie objąć). W przypadku niemowląt wykonujemy jedynie ude-

rzenia w okolicę międzyłopatkową, dostosowując ich siłę do budowy dziecka, wcześniej układając niemowlę na płaskiej dłoni i opierając je na kolanie.

Kiedy poszkodowany w następstwie zakrztuszenia traci przytomność, należy ułożyć go na płaskiej powierzchni, na wznak (w przypadku kobiet w ciąży wyjątek – zawsze na lewym boku!), i przystąpić do resuscytacji (pamiętaj o sprawdzeniu jamy ustnej i usunięciu ewentualnych ciał obcych). Po instrukcję, jak prawidłowo wykonać resuscytację, zapraszam do kolejnego numeru.

*Atena Zdanowicz
przewodnicząca*

*Grupy Pierwszej Pomocy
PCK przy XV LO w Bydgoszczy*

DOSTĘPNOŚĆ STRON INTERNETOWYCH

Do końca maja 2015 r. wszystkie strony administracji publicznej muszą być dostępne dla osób niepełnosprawnych.

Co oznacza, że strona internetowa jest dostępna?

Serwisy internetowe są dostępne, jeśli mogą z nich korzystać wszyscy bez problemu, nie tylko ludzie zdrowi. Stosowane są międzynarodowe wytyczne – WCAG 2.0, które dostępne są także w języku polskim na stronie <http://www.fdc.org.pl/wcag2/index.html>. Mówią one m.in. o tym, że wszystkie grafiki na stronie muszą mieć alternatywę w postaci tekstu.

Przykładowo, jeśli jest to zdjęcie, to musi być opisane dla osób niewidomych. Jeżeli jest to link graficzny, to czytnik ekranu musi osobie niewidomej przeczytać, dokąd ten link prowadzi. Muszą być podane tytuły stron, tak by po otwarciu kilku kart przeglądarki wiadomo było, gdzie jesteśmy. Wszystkie elementy menu muszą być dostępne także z klawiatury. Stosowanie właściwego kontrastu. Jest on bardzo ważny także dla osób starszych. Jedno z badań pokazało, że poprawienie kontrastu wpłynęło na zwiększenie ilości odwiedzin na stronie.

Osoby pełnosprawne wzrokowo wybierały lepszy kontrast intuicyjnie. Materiały zamieszczane w postaci filmów, dla osób niesłyszących powinny być z napisami, a przy wyższym poziomie dostępności, z tłumaczeniem migowym.

Na informatyce nie ma przedmiotu „dostępność”, dlatego twórcy stron nie znają tego problemu. W jaki sposób można więc im pomóc?

Największy problem jest w świadomości. Gdy wyjaśni się, wytłumaczy, dlaczego tak ma być, jest to rozumiane.

Pod względem świadomości mamy trzy ogniwa odpowiedzialne za stronę:

1. dyrektor lub kierownik rozdzielający pracę,
2. informatyk, który musi zrobić dostępny szablon strony,
3. redaktor, czyli osoba która przygotowuje treść na stronę.

Osoba zarządzająca musi dać więcej czasu na przygotowanie, bo dodatkowy opis zajmuje więcej czasu.

Rozmawiając z twórcami uświadamiamy im, że strona musi być jak najlepiej zrobiona dla wszystkich. Zachęcamy, by nie tworzyć wersji alternatywnych tylko dla niepełnosprawnych, bo użytkownicy nie są przygotowani do korzystania z nich. Wersja dla niepełnosprawnych oznaczona jest ludzikiem na wózku inwalidzkim. Przykładowo, osoba starsza, której być może wysoki kontrast by się przydał, nie jest mentalnie

przygotowana, by kliknąć na ludzika na wózku, bo nie identyfikuje się z osobami niepełnosprawnymi.

Praca redaktora jest bardzo ważna. To właśnie on pisze tekst. Jeśli napisze go w jednym ciągu, to osoba czytająca za pomocą czytnika ekranu, nie może przejść do interesującej ją treści od razu, musi wszystko czytać. Ważne jest więc, by dodawać w tekstach śródtytuły, oznaczając je odpowiednio w kodzie strony. Widzący przewinie tekst myszką. Jeśli nie opíše zdjęcia, tylko pozostawi jego nazwę liczbową, to niewidomy niczego się nie dowie. Tekst powinien być zrozumiały (wytyczne podają, że powinien być na poziomie gimnazjum).

Na czym polega badanie dostępności strony?

Dostępność to jest proces. To audyt, szkolenia i pomoc przy tworzeniu stron.

Często klientowi wydaje się, że potrzebuje audytu. Tymczasem w praktyce potrzebna jest mu pomoc w dostosowaniu strony. Ważne są szkolenia nie tylko dla informatyków, ale także dla redaktorów. Przykładowo, urzędnicy skanują dokument i zamieszczają go na stronie w formacie PDF. Czytnik ekranu mówi „grafika” i osoba niewidoma nie może go przeczytać. Lub w zakładce kontakt podaje się wyłącznie numer telefonu stacjonarnego, a osoba głucha z niego skorzystać nie może.

Gdyby podany był też tel. komórkowy, może wysłać SMS i tak się skontaktować.

PFRON także działał na rzecz dostępności. Wraz ze Stowarzyszeniem Przyjaciół Integracji od stycznia 2011 r. prowadził dwa projekty - „Wsparcie osób niepełnosprawnych w swobodnym dostępie do informacji i usług zamieszczonych w Internecie”. Druga edycja zakończyła się październiku 2014 r.

Byłem audytorem technicznym w tym projekcie. Druga edycja polegała na tym, że przygotowywaliśmy raporty z audytu dostępności. Następnie pomagaliśmy instytucjom realizować zalecenia. W raporcie weryfikacyjnym pokazywaliśmy instytucji, co zrobiła, a czego nie.

Jest także kilka podmiotów, które zajmują się tematyką dostępności. Należą do nich Spółdzielnia Socjalna Akceslab

(www.akceslab.pl), Fundacja „Widzialni” (www.widzialni.org).

A co w regionie kujawsko-pomorskim?

Bydgoszcz jest mi bliska. Współpracowałem z Miejskim Ośrodkiem Pomocy Społecznej, który swoją stronę bardzo dobrze dostosował.

W pierwszej edycji projektu integracji i PFRON audytowałem stronę transportu miejskiego w Bydgoszczy.

Fundacja „Widzialni” przyznała certyfikat „Strona internetowa bez

barier” Urzędowi Pracy w Aleksandrowie Kujawskim.

A co dalej?

Może za tym pójdą dobre praktyki biznesu czy banków. Przykładowo, bank Milenium współpracował z fundacją „Widzialni” przy dostosowaniu swojej strony. Tymczasem MBank wprowadził nowy system transakcyjny, który nie jest w ogóle dostępny dla osób niewidomych.

Jednocześnie w dziedzinie dostępności stron internetowych na świecie dzieje się bardzo dużo. W USA wszyscy są bardziej wyczuleni na punkcie dyskryminacji. Gdyby osoba niepełnosprawna sama nie mogła przez Internet zakupić biletu, to mogłaby pozwać linie lotnicze do sądu o odszkodowanie, co zresztą robiono. Aktualnie Unia Europejska pracuje nad przepisami, by dostępność była na poziomie dyrektywy.

Ważna jest świadomość samych osób niepełnosprawnych. W ramach projektu PFRON i Integracji wydany został podręcznik (w tym w standardzie DAISY czytany przez Henryka Pijanowskiego), który omawia zasady dostępności dla wszystkich. Można go znaleźć na stronie: www.dostepnestrony.pl Na zakończenie zapraszam Państwa do odwiedzenia jeszcze jednego serwisu internetowego www.akceslab.pl.

Mateusz Ciborowski

JAK Z IPHONE'A ZROBIĆ ODTWARZACZ KSIĄŻKI MÓWIONEJ?

Najczęściej stosowanymi funkcjami smartfonów są: telefon, poczta elektroniczna i SMS. Tymczasem iPhone ma bardzo wiele ciekawych funkcji, między innymi za jego pomocą można słuchać książek.

Być może w pierwszym momencie brzmi to dziwnie. Jeszcze niedawno do dzwonienia był telefon, do słuchania książek były dedykowane odtwarzacze. Teraz zanoszą się na to, że powoli te urządzenia mogą być wypierane. Przyznam, że wiele osób, które zaczęły słuchać książek na iPhone lub innym telefonie, po pewnym czasie stwierdziło, że jest to bardzo wygodne rozwiązanie.

iPhone posiada rozbudowane funkcje multimedialne. Za pomocą odtwarzacza systemowego, można posłuchać muzyki, podcastów i audiobooków. Program jest wyposażony w funkcję zapamiętywania miejsca zakończenia słuchania (tzw. zakładka), przewijanie nagrania, zmianę głośności odsłuchu. Regulacja prędkości odtwarzania dostępne ma tylko trzy wartości: wolniej, normalnie i szybciej. Ze względu na sposób umieszczania w iPhone nagrań, ta droga jest nieco skomplikowana. Aby materiał audio był traktowany jako książka i by w nim były pamiętane zakładki, należy w trakcie wgrywania poprzez program iTunes, nadać im status au-

diobooków. Moja praktyka wskazuje także na to, że takie audiobooki często tracą zakładkę oraz że nawigowanie po nagraniu jest utrudnione (przewijanie tylko co 15 sekund).

Opisaną powyżej metodę stosowałem aż do momentu zakupu dedykowanego programu – odtwarzacza książek – Voice Dream Reader. Kosztuje 8,99 euro i uważam to za bardzo dobrze wydane pieniądze. Osobno możemy dokupić głosy syntetyczne dla różnych języków (polskie to Acapella Ania – 1,79 euro, każdy głos Iwona po 4,49 euro). Zakupić je możemy podczas instalacji programu lub później, także za pośrednictwem naszego odtwarzacza. Od systemu iOS 7, stosować możemy także głos systemowy. Aplikacja jest łatwa w obsłudze.

Podstawowe funkcje programu:

- Czytanie książek tekstowych; Program odtwarza takie formaty tekstowe jak txt, doc, docx, rtf, pub, PDF, html,
- Odtwarzanie plików audio w formacie mp3,
- Czytanie książek w formacie daisy (wspieranych przez dział zbiorów dla niewidomych).

Przygotowując tekst dla iPhone'a, musimy pamiętać o odpowiednim kodowaniu polskich liter. Aby były poprawnie odczytywane, stosujemy kodowanie utf8. W systemie Windows stosujemy CP1250.

Darmowym narzędziem do konwersji tekstu jest np. program o nazwie „Gzegżółka”. Można w nim ustawić automatyczne rozpoznawanie formatu wejściowego i zapis na utf8.

Bardzo praktyczną możliwością Voice Dream Reader jest odsłuchiwanie książki spakowanej (archiwum zip). Odtwarzacz wypakowuje na bieżąco tekst lub nagrania. Możemy także wpisać własny tekst lub wkleić go z innego programu.

Ekran główny programu

Po przejściu do niego zobaczymy listę wszystkich tekstów i książek audio. Obok nazwy wyświetlany jest czas całkowity i procent odsłuchanej treści. Program oferuje także możliwość tworzenia folderów, tak by użytkownik mógł sortować książki według własnych potrzeb.

Czynności *Przenoszenie* i *Usuwanie plików*, pojawią się po wybraniu przycisku *Edycja* (znajduje się w górnej części ekranu). U dołu ekranu dostępne są następujące przyciski: dodaj, odśwież, sortuj według, ustawienia, teraz czytane.

Po otwarciu książki

Przyciski służące do przemieszczania się po tekście lub nagraniu umieszczone są u dołu ekranu. Dostępne są przewijanie odczytywanego tekstu o: zdanie, akapit, stronę, rozdział, wyróżnienie, zakładkę, 15, 30 lub 60 sekund. Są to tzw. „jednostki nawigacji”. Zmieniamy je dwukrotnie stukając

i przytrzymując palec na przycisku przewijania w tył lub przód lub stukając w jednostkę nawigacji wyświetloną w stopce.

Aby rozpocząć odsłuchiwanie książki, możemy stuknąć dwukrotnie w przycisk *Odtwarzaj* lub wykonać w dowolnym miejscu ekranu podwójne stuknięcie dwoma palcami. Możemy rozpocząć także czytanie od konkretnego słowa. W tym celu stukamy dwukrotnie w to słowo.

Funkcja sleep timer (automatycznego zakończenia czytania)

Po dwukrotnym stuknięciu i przytrzymaniu przycisku odtwarzania, wywołana zostanie lista, po jakim czasie ma być wyłączone czytanie. Jeśli po włączeniu timera przejdziemy np. do ekranu głównego iPhone'a, czytanie będzie kontynuowane. Ręczne zakończenie czytania wywołamy, stukając dwoma palcami dwukrotnie w dowolne miejsce.

Ustawienia audio i wizualne

Prędkość odsłuchiwania książek tekstowych program przelicza na ilość wyrazów na minutę i na podstawie tego wylicza czas trwania. Dostępny zakres to 110 do 700 wyrazów na minutę.

Dla osób słabo widzących jest m.in. możliwe: regulowanie wielkości czcionki, odstępu pomiędzy znakami, odstępu pomiędzy liniami, wyróżnianie czytanego wyrazu. Można także zmienić kolor tła i tekstu.

Konfiguracja programu

Przycisk *Ustawienia* znajduje się na ekranie głównym (u dołu). Wybierając go, przechodzimy do wszystkich możliwych opcji programu.

Umieszczanie książek w iPhone

Pliki z książkami i innymi materiałami możemy dodawać korzystając z iTunes, Dropboxa czy Goo-

gle Drive. Najczęściej stosuję Dropboxa.

Uwagi dodatkowe

Aby sprawdzić program przed jego zakupem, możemy pobrać wersję lite. Wersja testowa przerywa czytanie po kilku zdaniach.

Program „Gzegzółka” można pobrać ze strony

<http://www.gzegzolka.com/?m=down>

Wolverine

NASZE PASJE

Przedstawiam Państwu ciekawą sylwetkę Mieczysława Perzanowskiego – żołnierza Armii Krajowej obwodu Wołomin.

Urodził się 25.12.1923 roku w Wołominie, gdzie mieszkał do 1943 r.

Patriotyzmu uczył się od ojca, następnie w szkole – jak mówi – miał dobrą nauczycielkę od historii, a potem przez dwa lata uczyło Go harcerstwo. W wieku 17 lat wstąpił do drużyny Strzelców. Przeżył wszystkie okropności wojny. W 1942 wstąpił do ZWZ, późniejszej AK. Przybrał pseudonim „Chętniak”. Gdy w 1943 Niemcy zorganizowali łapankę w Warszawie, uniknął Pawiaka, dzięki fałszywemu ausweisowi. Nie uniknął jednak całkowicie obozu, była to wywózka do Paderborn, gdzie pracował w walcowni blachy Walzwerk. 9 kwietnia 1945 obóz wyswobodzili Amerykanie, jednak nim to się stało, Niemcy chcieli wywieźć ich do środkowych Niemiec do Hamm, jednak dojechali tylko do Alteny. Tam już byli Angli-



*Mieczysław Perzanowski
fot. OKATiK*

cy, mieli więc wolną rękę i grupą około 20 osób udali się do Polski. 10 sierpnia 1945 wrócił do rodziny. Był poszukiwany przez „bezpiekę”. Jego mama miała w Bydgoszczy ciotkę, więc 1 września 1945 przyjechał tu i już został, następnie ściągnął rodzinę, zamieszkał przy ul. Sienkiewicza 20. Pracę podjął w „Kobrze”. Tak się stało, że z chwilą tzw. „obalenia komuny”,

w czerwcu 1989 roku przeszedł na emeryturę. W tym samym czasie reaktywowano Związek Kombatanów Armii Krajowej, znany odtąd pod nazwą Światowego Związku Żołnierzy Armii Krajowej. W tym czasie zaangażował się w pracę społeczną, która stała się Jego pasją. Przez kilka lat był prezesem 92-osobowego koła warszawskiego, przewodniczył komisji weryfikacyjnej, był członkiem komisji historycznej, piastował stanowisko do spraw kontaktów z młodzieżą. Za pracę społeczną został odznaczony Złotym Krzyżem Zasługi. W momencie utraty wzroku załamał się, czegoś mu zabrakło. Dzisiaj, dzięki dyrekcji szkół, które go zapraszają, stara się swoją wiedzę i doświadczenie życiowe przekazywać młodzieży, pragnie, by wspomnienia stały się częścią prawdziwej historii Polski okresu przedwojennego, wojennego oraz powojennego, by przy-

niosły pożytek młodzieży. Zachęcony przez przyjaciół, kolegów i młodzież, napisał wspomnienia i na własny koszt wydał książkę pt. „Wspomnienia zaplutego karła reakcji”. Jak mówi: „Sam sobie się dziwię, jakim cudem dożyłem tak sędziwego wieku, jestem szczęściarzem, dochodzę dziewięćdziesiątki. Na swojej drodze miałem szczęście spotkać wielu dobrych ludzi. Tych złych starałem się omijać”.



Biblioteka okręgowa przekazała książkę Mieczysława Perzanowskiego do Stowarzyszenia Pomocy Osobom Niepełnosprawnym Larix do wydania wersji na

czytaka. Spodziewamy się, że będzie dostępna u nas i w dziale zbiorów dla niewidomych pod koniec marca 2015 r.

Janina Śledzikowska

PŁYNOMIERZ DO WANNY



Płynomierz do wanny

Na pierwszy rzut oka może ktoś powie – ekstrawagancja. Przecież wanna ma odpływ, pilnować nalenia wody nie trzeba. Ale, ale,

jaka to wygoda, że pilnować właśnie nie trzeba. Gdy woda sięgnie czujnika, dźwięk słyszany jest w całym domu. Płynomierz zawieszony jest na sznurku o długości 45 cm, zakończonym przyssawką. Przyznam, że wolę mocować go nieco inaczej, zawieszając np. na kranie. Przydaje się również przy zapełnianiu wodą innych pojemników, ale do takich celów wymieniam mu sznurek. Płynomierz kosztuje 65 zł.

oprac. Renata Olszewska

OKIEM NA PRZYRODĘ – CZ. XIII

Sól - kujawskie złoto

Każdy z nas używa jej codziennie – gotując ziemniaki czy jedząc kanapkę z pomidorem i ogórkiem, jednak nie zastanawiamy się skąd biorą się jej pokłady? Mowa o soli kamiennej, złożonej głównie z chlorku sodu, tworzącej minerał o nazwie halit. Na pytanie, gdzie w Polsce znajduje się kopalnia soli, większość bez wahania wskaże wpisaną na listę UNESCO, działającą nieprzerwanie od średniowiecza, kopalnię w Wieliczce. Jednak na granicy naszego województwa także znajdują się duże pokłady tego surowca, tworzące tzw. środkowopolski region występowania wysadów solnych. Powstanie pokładów soli kamiennej m.in. na obszarze Kujaw, związane jest z bardzo starym okresem w historii ziemi – permu, trwającego od 300 do 250 mln lat temu. W epoce cechsztynu występowały korzystne warunki do wytworzenia osadów solnych w ciepłym i płytkim morzu. Następnie zostały one przykryte kolejnymi pokładami skał osadowych, by pod wpływem ruchów tektonicznych ulec uplastycznieniu i wyciśnięciu „ku górze” w postaci wysadu solnego. Słup ten nosi nazwę diapiru. Jaki kolor ma sól? W solniczce z reguły biały, co wynika z procesu jej oczyszczenia. Natomiast barwa „oryginalna” w czasie „fedrowania” w kopalni zależy od występujących mineralnych domieszek i zanieczyszczeń. Sól z Wieliczki posiada kolor szary - od bardzo drobnych zanieczyszczeń ilastych, sól z Kł-



Sól w kolorze białym i niebieskim.

dawy kolor różowy - od zawartego w niej hematytu. Również w kopalni Kłodawa występują bardzo rzadko odnajdywane niebieskie kryształy halitu. Pochodzenie ich barwy nie jest do końca wyjaśnione, teorie wskazują na oddziaływanie nieokreślonych roztworów w czasie powstawania kryształów. Wspomniana sól - biała, różowa czy niebieska, jest w rzeczywistości od wieków złota! A dlaczego? Dawniej stanowiła wymienny środek płatniczy, a obecnie stanowi nieodzowny element diety każdego człowieka oraz produkt wykorzystywany w wielu dziedzinach gospodarki.

Dawid Szatten

KSIĄŻKI DO PODUSZKI

„Kupował nawet miednicę do prania”. W dzisiejszym odcinku chciałabym polecić książki Macieja Grabskiego „Ksiądz Rafał” i „Niespokojne czasy”, w których autor w przystępny i sympatyczny sposób przedstawia wyjątkowego księdza, pokazuje jego pracę i kontakty z ludźmi.

Krystyna Skiera

SPORT

Organizatorzy V Biegu na Szwederowie spotkali się w siedzibie „Expressu Bydgoskiego”. Celem było podziękowanie za partnerskie wsparcie naszego projektu i wręczenie pamiątkowych medali. W spotkaniu wzięli udział: Jan Szopiński, Marek Leśniewski, prezes „Express Media” Tomasz Wojciekiewicz oraz organizatorzy biegu Georgina Myler, Tomasz Chmurzyński i dyrektor biegu Krzysztof Badowski.

W dniu 30.08.2014 odbyły się Międzynarodowe Mistrzostwa Polski w Nordic Walking Złotoryja 2014, w tym pierwsze Mistrzostwa Polski Osób Niewidomych i Słabo Widzących na dystansie 5 km Nordic Walking, które zorganizował Cross Warszawa. W zawodach wzięło udział dziewięciu zawodników, w tym jedna osoba z przewodnikiem w uprząży dla niewidomych. Trasa była trudna i wymagająca, pomimo to wszy-

scy zawodnicy dotarli na metę. Z naszego klubu KSN Łuczniczka Bydgoszcz wzięli udział Ewa i Grzegorz Bosek. Zajęła ona drugie w kategorii kobiet, a jej mąż - trzecie miejsce w kategorii mężczyzn.

Otrzymali oni pamiątkowe ceramiczne medale, śliczne ręcznie robione i malowane wazony, ufundowane przez burmistrza Złotoryi oraz wspaniałe puchary, których fundatorem był Cross.

Mistrzostwa Polski Niewidomych i Niedowidzących w Maratonie Poznań 12.10.2014

W niedzielę rano, przy optymalnej do biegania (i kibicowania) pogodzie, odbyła się piętnasta, jubileuszowa edycja Poznań Maraton, biegu, który przez wielu biegaczy uznawany jest za nową Mekkę polskiego maratonu.

Wiele osób ekscytowało się pytaniem, czy Poznań wróci na pozycję największego maratonu w Polsce - ostatecznie do pokonania wrześnieowego Maratonu Warszawskiego zabrakło 370 uczestników. Rekord frekwencji jednak padł, maraton w Poznaniu ukończyło 6315 biegaczy, o 637 więcej niż rok temu. Kwestia tytułu największego maratonu w Polsce zostaje więc otwarta na przyszły rok.

Trasa maratonu uległa zmianie w stosunku do zeszłorocznej i mimo że była przez biegaczy chwalona za urodę, to wycisnęła z oczu niejedną łzę i niejedno ciężkie słowo poleciało po 30. jej kilometrze. Czemu? Organizato-



Grzegorz i Ewa Bosek

rzy zapewniali biegaczy, że trasa przebiega z pominięciem ulicy Serbskiej, która w zeszłym roku stanowiła chwilę bolesnej prawdy dla uczestników końcówki maratonu. Jednakże myliłby się ten, kto wysnułby wniosek, że jeżeli nie ma ulicy Serbskiej, to nie będzie podbiegów...

Były. Zaczęły się na 30. kilometrze trasy i ciągnęły do 42. To raczej dużo ;) Już dawno nie zdarzyło mi się widzieć tylu ofiar bolesnych skurczy tuż przed samą metą i to wśród zawodników biegnących na wszelkie możliwe czasy. Po 30. kilometrze zbiegów już się nie czuje, a podbiegi czuje się podwójnie...

Mistrzostwa Polski Niewidomych i Niedowidzących na tym królewskim dystansie miały być ukoronowaniem całego sezonu biegowego. Ciężka trasa przerzuciła także naszą kategorię, wielu nie ukończyło biegu. Brązowy medal zdobył Krzysztof Badowski, dzięki swojej niezwyklej ambicji. Z powodu kontuzji do Poznania nie pojechali Chmurzyński, Debner czy Machnikowski.

To jedenasty medal biegaczy KSN Łuczniczka Oculus Bydgoszcz w tym sezonie, ale najważniejszy, bo zdobyty na królewskim dystansie i na trudnej trasie.

Łuczniczka

TAKICH LUDZI NAM POTRZEBA

Pani Krystyna Misterek od marca 1962 r. swój los związała z naszym środowiskiem, co oznacza, że w marcu bieżącego roku minęły Jej już 52 lata współpracy z nami. Pracowała w okręgu PZN i w Spółdzielni Niewidomych „Gryf”, najpierw przy ulicy Kołłątaja, a później aż do emerytury przy ul. Fordońskiej 26. Po przejściu na zasłużony wypoczynek, a właściwie już od powstania Klubu „Łuczniczka”, była jego sekretarzem. Pani Krystyna cały czas zajmowała się kulturą i sportem. W czasie, gdy jeszcze nikt nie słyszał o książce mówionej, to Ona setkom ludzi zapewniała wzruszenie, wprowadzając ich w piękny świat literatury i umilała monotonną pracę przez prowadzenie radiowęzła w Spółdzielni „Gryf”. Wielu z nich zawdzięcza Jej to, iż czasami po raz pierwszy spotkało

się z literaturą. To ona jeździła z zespołem muzycznym i wokalami na różne, nawet zagraniczne występy. Była dobrym duchem tych zespołów, starała się dla nich o ładne stroje, dbała o ich wygląd. Z niewidomymi była na dobre i złe. Nigdy, co jest bardzo ważne, nie wstydziła się odezwać do niewidomego spotkanego na swojej drodze, co nie zawsze jeszcze ma miejsce. Pani Krystyna jest osobą sumienną. Jej protokoły mogą stanowić wzór, są jasne i przejrzyste. Mamy nadzieję, że nie zerwie z nami współpracy i dopóki Jej siły pozwolą, będzie służyła nam swoim doświadczeniem i dobrą radą. Dzisiaj, kiedy za swoją działalność została honorowym sekretarzem klubu „Łuczniczka”, dziękujemy Jej za już i prosimy o jeszcze.

Krystyna Skiera

PRZEZ ŻOŁĄDEK DO SERCA**KURCZAK W POMARAŃCZACH**

Naszych świątecznych gości na pewno zachwyci soczysty kurczak z lekkim posmakiem pomarańczy.

Składniki:

- jeden kurczak (ok. 1,3-1,5kg)
- 2 pomarańcze
- 1 cytryna
- 2 łyżki tymianku
- 2 łyżki oregano
- 3 łyżki oliwy z oliwek
- sól
- świeżo mielony pieprz

Wykonanie:

Wszystkie cytrusy sparzyć. Z jednej pomarańczy i jednej cytryny zetrzeć skórkę. Następnie wycisnąć sok z jednej pomarańczy i połowy cytryny. Do powstałego soku dodać oliwę z oliwek, otarte skórki, doprawić solą i pieprzem. Kurczaka umyć, osuszyć. Oddzielić ręką skórę z piersi od mięsa, wlać pod skórę trochę soku, resztę wylać na kurczaka. Natrzeć oregano i tymiankiem, porządnie doprawić solą i pieprzem. W środek kurczaka włożyć dwie ćwiartki pomarańczy, pozostałą połówkę pokroić w plastry i obłożyć kurczaka. Piec pod przykryciem około godziny na 1 kg kurczaka. Podczas pieczenia kilka razy polewać kurczaka sosem pomarańczowym, w którym dusi się mięso. Podawać np. z ryżem i sałatą.



Kurczak przed włożeniem do piekarnika

DIM

PRAKTYCZNE DROBIAZGI DO KUCHNI

Do przygotowania naszego soczystego kurczaka z posmakiem pomarańczy przydadzą się:

Obieraczka do cytrusów – wygląda trochę jak szydełko, ale dzięki ostrej końcówce z łatwością przeniesiesz skórkę pomarańczy, a drugą płaską i szeroką stroną łatwo ściągniesz skórę z cytrusów. Koszt takiej obieraczki to ok. 12 zł.



Obieraczka do cytrusów

Skrobaczka do cytrusów – służy do ścinania aromatycznych skórek cytrusowych w cieniutkie paseczki lub wiórki dodawane do ciast i potraw. Koszt skrobaczki to ok. 15 zł.



Skrobaczka do cytrusów

DIM

PODARUJ SWÓJ **1%** NA PZN



KRS: 0000060750



Twe 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 je w zakresie samodzielnego poruszania się, wykonywania czynności samoobsługowych, ucząc pisma punktowego 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:

BZ WBK

10 1500 1360 1213 6006 0379 0000