

Z punktu A do B – jak poruszać się „po niewidomemu”?

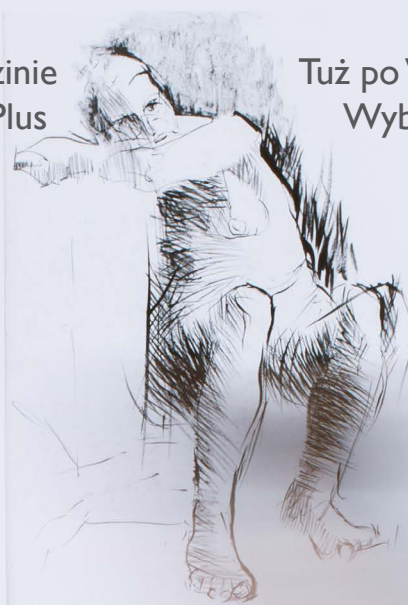
Nowość w rodzinie drukarek ViewPlus

Tuż po Wielkim Wybuchu

help

jesteśmy razem

nr 82 lipiec 2022 ISSN 2083-2788



„Pewnie za następne dwadzieścia lat technologia zrobi kolejny krok do przodu, a wówczas niewidomi będą mogli funkcjonować jeszcze bardziej samodzielnie.”

Radosław Nowicki

DOSTĘPNE OTOCZENIE
JEST CZY RACZEJ DOPIERO BĘDZIE?

help

jesteśmy razem

MIESIĘCZNIK O ŚWIECIE DOTYKU I DŹWIĘKU

Fundacja Szansa dla Niewidomych

Chlubna 88

03-051 Warszawa

+48 22 827 16 18, +48 22 510 10 99

E-mail: szansa@szansadlaniewidomych.org

www.szansadlaniewidomych.org

Daj szansę niewidomym! Twój 1% pozwoli pokazać im to, czego nie mogą zobaczyć



Nr konta bankowego:

22124010821111000005141795

KRS: 0000260011

Projekt „HELP – jesteśmy razem – Miesięcznik, informacje o świecie dotyku i dźwięku dla osób niewidomych, słabowidzących oraz ich otoczenia” jest dofinansowany ze środków PFRON i ze środków własnych Fundacji Szansa dla Niewidomych.



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych

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



**Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego**

WYDAWCA

SZANSA CHANCE
Fundacja Szansa dla Niewidomych
Chance for the Blind Foundation



**WYDAWNICTWO
TRZECIE OKO**

[https://www.facebook.com/
WydawnictwoTrzecieOko/](https://www.facebook.com/WydawnictwoTrzecieOko/)

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

REDAKTOR NACZELNY

Marek Kalbarczyk

OPRACOWANIE GRAFICZNE

I SKŁAD

Anna Michnicka

KONTAKT Z REDAKCJĄ

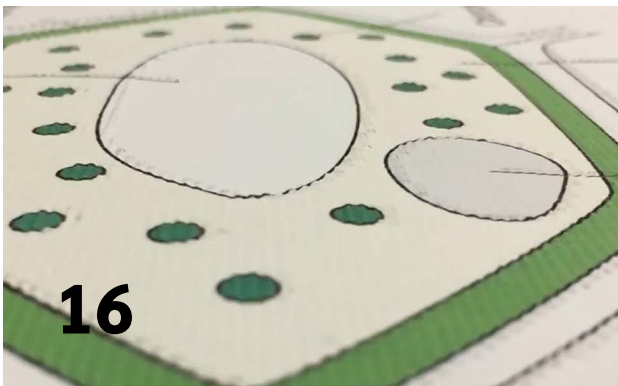
help@szansadlaniewidomych.org

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

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

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

Na okładce prezentujemy wewnątrz muzeum i rozmyte sylwetki zwiedzających.



Spis treści

■ OD REDAKCJI

Helpowe refleksje _____ 4

■ AKTUALNOŚCI I WYDARZENIA _____ 7

Szlaki turystyczne dostępne dla niewidomych__ 9

Kartka z kalendarza krakowskiego tyflopunktu – lipiec 2022 _____ 11

■ CO WIECIE O ŚWIECIE?

Wielokulturowe Podlasie zaprasza na urlop!__ 13

Śladami przodków _____ 15

■ TYFLOSFERA

Nowość w rodzinie drukarek ViewPlus – dwie technologie w jednej drukarce _____ 16

Z punktu A do B – jak poruszać się „po niewidomemu”? _____ 22

Hulajnogi elektryczne a niewidomi _____ 25

■ ŚWIAT MAGNIGRAFIKI

Moje mistrzostwo Europy _____ 27

■ NA MOJE OKO

Tuż po Wielkim Wybuchu _____ 31

■ JESTEM...

Opolska Pętelka _____ 33

Niebezpieczne chodniki _____ 36

Eksperti przez doświadczenie w Fundacji Imago _____ 37

■ KULTURA DLA WSZYSTKICH

Wspólne odkrywanie miasta – gra miejska w Lublinie _____ 41

Kampania społeczna „Nie hejtuję – motywuję” z „Szansowym” akcentem _____ 43

Percepcja Tatr _____ 46

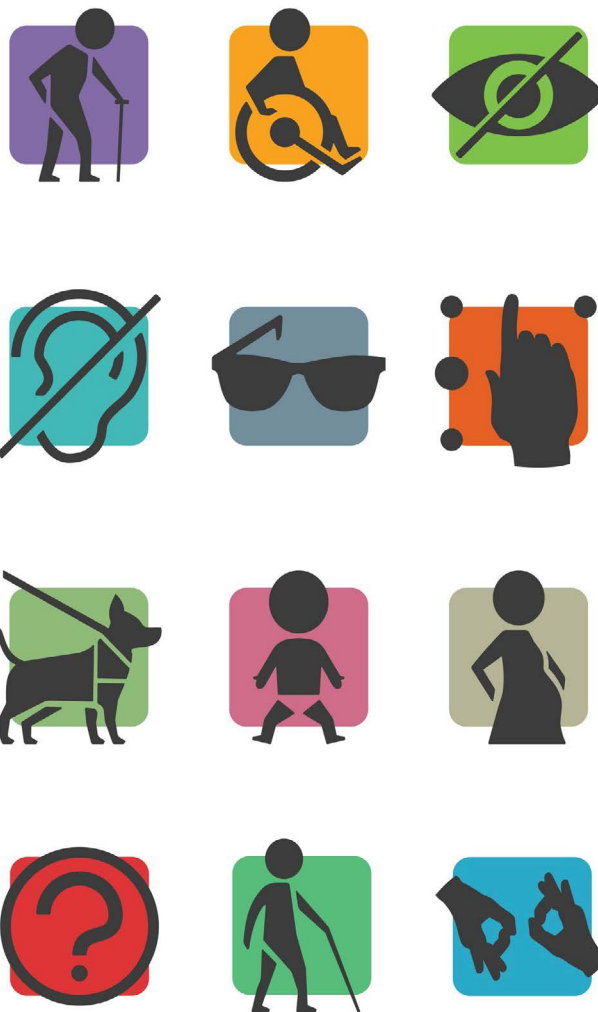
Helpowe refleksje

Dostępne otoczenie – jest czy raczej dopiero będzie?

Marek Kalbarczyk

Wiele lat niemyślenia o potrzebach osób z niepełnosprawnościami powodujące rosnące zaległości w dziedzinie wyrównywania naszych życiowych szans tym bardziej dają o sobie znać w dobie programu Dostępność Plus – również w czasie wakacji. Może teraz są nawet bardziej odczuwalne? Wakacje to przecież czas urlopów, wyjazdów i zwiedzania. Kończymy pracę, przekazujemy sprawy, których nie sfinalizowaliśmy, zamykamy szuflady w biurkach i pokoje, w których pracujemy, i udajemy się do domu, by się spakować i ruszyć w świat. Sprawy zawodowe odkładamy na bok – mają nam od tego momentu nie zaśmiecać umysłu, chociaż, kiedy pracę się lubi, można nią się zajmować nawet „waka-cjując”. Właśnie – można, a nie trzeba! To ważne rozróżnienie. Tak czy inaczej, o pracy nie myślimy wcale, albo o wiele mniej niż zazwyczaj. Ruszamy w świat i jesteśmy niemal zupełnie niezależni od wymagań, które stawia nam pracodawca albo zadania, których rozwiązania się podjęliśmy. Skoro podczas wakacji mamy mniej obowiązków, możemy zainteresować się rzeczami, na które kiedy indziej nie mamy wystarczająco dużo czasu. Mogą być ważne, poważne, ale kiedy ich rozstrzygnięcie nie jest w naszej gestii, w natłoku różnych spraw i codziennych kłopotów ich unikamy. Co nam da roztrząsanie kwestii dostępności miejsc, w których się znaleźliśmy, kiedy nie mamy czasu i możliwości zgłoszenia wymagań dotyczących dostępnościowych zmian. Co innego w wakacje. W miejscach obcych także nic nie zmienimy, ale możemy je oceniać i narzekać do woli. Wyjeżdżamy i do naszego myślenia wkraczają tematy rzadziej rozważane.

Właśnie wróciłem z wyjazdu do Gdańska, Szczecina, Niemiec i Danii. Zaniósł mnie tam kostki Rubika, a mówiąc ściślej zafascynowanie się nimi



przez naszego syna Cypriana. Jest speedcubingowcem. Zainteresował się tą dyscypliną sportu kilka lat temu i – jak się okazało – kostki stały się jego hobby. Ba, „hobby” to nawet za mało powiedziane. Na początku bawił się układaniem pomieszanych kostek 3 na 3 na 3 na czas. Niedługo potem układanie kompletnie go pochłonęło. Nie spodziewaliśmy się, że tak będzie w sytuacji, kiedy Cyprian jest chłopcem wyraźnie słabowidzącym, a nie jest to jedyny jego handicap. Wpa-trywał się w kostki tak zawzięcie, że aż znudziły

mu się te najprostsze, o kształcie sześcianu. Wtedy zaczęliśmy kupować kostki różnokształtne: piramidki, dwunastościany, „ogromne” kostki 7 na 3 na 3, albo zmiennokształtne. Uf, stało się to tak zajmujące dla całej rodziny, że trudno było odbyć rozmowy bez dyskusji o kostkach. Niedługo potem Cyprian zgłosił się na zawody w układaniu kostek. Dyscyplinę tę nazywa się speedcubingiem, a zawodników speedcubingowcami. Do tego, że układanie na czas, czyli jak najszybsze doprowadzenie pomieszanej kostki do porządku, nie jest najlepszym dla niego zajęciem, doszedł po pewnym czasie sam Cyprian. Zajął się wtedy FM – wyszukiwaniem najkrótszych ułożeń kostki 3 na 3 na 3, czyli odnajdywaniem najkrótszego ciągu ruchów prowadzących do ułożenia. Właśnie ta fascynacja stała się głównym powodem wyjazdu. Najpierw pojechaliśmy na mistrzostwa Polski do Gdańska, a następnie na mistrzostwa Europy w tej dyscyplinie – do Kopenhagi. Proszę nie lekceważyć tego sportu! Jest mało znany i mało popularny, ale przecież tej samej rangi intelektualnej co szachy, które są powszechnie szanowane i uznawane jako poważna dyscyplina sportu. Tak się składa, że w speedcubingu Polacy mają niebywałe osiągnięcia. Szkoda, że mało się o tym mówi w sytuacji kiedy liczne sukcesy naszych reprezentantów imponują i mogą, i powinny stanowić powód do dumy nie tylko dla wybrańców, lecz dla wszystkich. Jak bardzo cieszymy się z medalu w lekkiej atletyce albo siatkówce! W przypadku speedcubingu podczas lipcowych mistrzostw Europy zdobyliśmy aż 11 złotych medali w 17 kostkowych dyscyplinach i dołożyliśmy do nich 4 medale srebrne i 4 brązowe. Coś nieprawdopodobnego. Inne kraje wywalczyły co najwyżej 2 złote medale!

Uczestnictwo Cypriana w mistrzostwach dało nam okazję do sprawdzenia dostępności dla niewidomych odwiedzanych miast i obiektów. Okazało się, że nie jest dobrze. Wygląda na to, że dostępne otoczenie może dopiero być, a nie już jest. Jeśli spodziewacie się, że w naszych miastach jest gorzej niż za granicą, to się mylicie. Nigdzie się nie potwierdziła ta teza. Myślałem, że jest odwrotnie, tymczasem w Polsce jest mniej

więcej tak samo jak tam. Wszędzie brakuje linii naprowadzających, a te, które są, często prowadzą na manowce. Nie bardzo wiadomo dlaczego nagle linia doprowadza do ściany budynku i się kończy. Myśleliśmy o tym intensywnie i nic mądrego nie wymyśliśmy. Zauważyliśmy też, że linie na chodnikach w Danii czy Niemczech są jakieś dziwne. Ja w każdym razie nie wiem, czy gdybym tam sam chodził, nie zgubiłbym kierunku. Laska „lubi” „ślizgać się” po liniowej wklęsłości, tam jednak ścieżka jest tylko mniej więcej wypukła i zmusza do nieustannego wyszukiwania. Wolę, kiedy wzdłuż wypukłości linii mamy wklęsłość. Laska wędruje po niej jak po szynie. Kiedy nie ma tej wklęsłości, laska nieuchronnie spada z wypukłości. Zmusza to do większej koncentracji. Na dodatek przeszkadza nam każda wypukłość na chodniku. Każda z nich może nas mylić.

Nie wiem dlaczego, ale na wielu skrzyżowaniach nieprawidłowo udźwiękowiono światła. Zmieniały się one wizualnie, ale nie dźwiękowo. „Stukały” tak samo przy świetle czerwonym i zielonym! Kiedy więc mógłbym bezpiecznie przechodzić? Kilka przejść było udźwiękowionych prawidłowo, zatem Duńczycy wiedzą o co im chodzi, ja natomiast nie wiem. Najprawdopodobniej to jakaś „niedoróbka”, a ktoś mi mówił, że zdarzają się one tylko Polakom!

Czy myślicie, że muzea w Niemczech czy Danii są lepiej dostosowane do naszych potrzeb? Nic podobnego. Czasem miałem wrażenie, że przeciwnie. Tak samo jak u nas, interesujące przedmioty, obiekty są w gablotach. Nie spotkałem żadnych trójwymiarowych modeli albo wypukłych rycin (tyflorycin). Audioprzewodniki? Nic takiego nie widziałem. Może się zagapiłem i jednak gdzieś były dostępne, ale kiedy kupowałem bilety albo jako niewidomy dostawałem je bezpłatnie, kasjerki nie wspominały o takiej możliwości. Proszę sobie wyobrazić, że w niektórych obiektach kultury bezpłatne wejście miałem ja, w innych moja żona, a jeszcze gdzie indziej za bilety należało zapłacić, tyle że nieco mniej. Najwyraźniej nie ma tam jednolitej zasady. W tej sytuacji, kiedy naszym rodzinnym

“ Wygląda na to, że dostępne otoczenie może dopiero być, a nie już jest. Jeśli spodziewacie się, że w naszych miastach jest gorzej niż za granicą, to się mylicie. Nigdzie się nie potwierdziła ta teza. Myślałem, że jest odwrotnie, tymczasem w Polsce jest mniej więcej tak samo jak tam.

celem było nie tylko umożliwienie Cyprianowi wzięcia udziału w mistrzostwach, ale także pokazanie mu Niemiec i Danii, a ściślej ujmując tamtejszych muzeów, zamków i kościołów, nie raz znalazłem się w pozycji niewygodnej – musiałem zapłacić i nie obejrzeć dokładnie niczego! A mówiono mi przez wiele lat, że tam jest cudownie dla niewidomych. Niech potwierdzeniem tego mojego krytycznego podejścia będzie wspomnienie, że na ulicach Kopenhagi, Esbjergu, Arhus, Hamburga czy Brunszwiku w zasadzie nie spotkaliśmy niewidomych przechodniów. Proszę jednak nie myśleć, że w tamtych krajach ludzie są niemili. Generalnie są uprzejmi i chętni do pomocy. W bajki należy włożyć jedynie nieco albo bardziej przesadne zachwyty, że u nas tak ciężko i trudno, a tam jedynie szczęśliwość wielka i eldorado.

Przy okazji – co zobaczyliśmy i co podobało się nam najbardziej? Nietrudno odgadnąć – muzyka – każda poważna, a szczególnie organowa – w kościołach. Namawiam do pojechania do Kopenhagi i odwiedzenia katedry. Byliśmy tam na luterańskiej mszy. Odprawiła ją kobieta – pewnie należy ją nazwać pastorką, chociaż akurat tego nie wiem. Cała celebrowanie odbyła się oczywiście w języku duńskim, toteż nie mogę powiedzieć o czym mówiła. Zagrały tak wspaniałe organy, że żałuję, iż już ich nie usłyszę. Zaśpiewał chór tak świetny, że aż dech mi zapierało. Słyszałem

wiele chórów i organów, ale tamtejsze wywarły na mnie wrażenie po prostu niesamowite. Z kolei w innej katedrze w Hamburgu byliśmy na pray by the music – modlitwie przy muzyce, gdzie wysłuchaliśmy trzech wystąpień prowadzącego (po niemiecku), a następnie prezentacji chyba trojga organów. Te także były wspaniałe. Czym się różnią od tych, które mamy w kraju? Mają bardziej miękkie brzmienie. Przypominają nieco brzmienie nowoczesnych syntezatorów wykorzystywanych w muzyce elektronicznej albo rockowej, to jednak jedynie moje subiektywne wrażenia. Oczywiście także w kościołach nic nie jest dostępne i musiałem zadowolić się omówieniami żony.

Wróciliśmy do kraju i odetchnęliśmy z ulgą. Skończyły się trudności z hotelami, a są niepomijalne, wydatki tak potężne, że lepiej nic nie kupować, i mrożne powiewy, które czy to z powodu bliskości wybrzeża, czy jakiegoś pecha bardzo nam dokuczały. W Polsce upał – 35 stopni, a w Danii 17! W Anglii rekord wszechczasów – 40,3 stopnia, a w Danii słońeczko ledwie widoczne, na niebie chmury, pomiędzy niebem a nami deszcz za deszczem, a dookoła wiatr zimny jak na biegunie. Przy temperaturze 17 stopni temperatura odczuwalna nie przekraczała chyba dziesięciu stopni.

W Warszawie opowiadanie bliskim o podróży i odwiedzanych miejscach, no i oczywiście relacje Cypriana o medalach, które zdobył. Jest słabowidzący a konkuruje z młodzieżą pełnosprawną. O ile układanie kostki na czas stawiałoby go w trudnej sytuacji, to poszukiwanie najkrótszych rozwiązań jest dla niego dostępne. Jako ojciec oraz szef Fundacji Szansa dla Niewidomych mam ogromną przyjemność poinformować, że Cyprian najpierw w Gdańsku zdobył złoty medal i został mistrzem Polski, a tydzień później w Kopenhadze został mistrzem Europy. Przy obu okazjach pobił rekord kraju i od tej pory algorytm ułożenia kostki 3 na 3 na 3 wynosi mniej niż 23 kroki (ruchy). Jako organizator nowoczesnej rehabilitacji niepełnosprawnych wzrokowo nie mogę nie zauważyć sukcesu niedowidzącego studenta pierwszego roku matematyki na UW.



Niepełnosprawność nie stoi w sprzeczności z kobiecością

Piękna wystawa zagościła we Wrocławiu, na ulicy Świdnickiej, przy Operze. Ekspozycja „Kobiecość nie jest niepełnosprawna” poświęcona jest kobietom niepełnosprawnym. Stanowi kolejne wydarzenie projektu Rok Dobrych Relacji, realizowanego przez wrocławski magistrat – czytamy w tekście Bartosza Senderka na portalu wroclife.pl.

Niepełnosprawne wrocławianki prezentowane są na zdjęciach w przestrzeni miejskiej stolicy Dolnego Śląska. Autorzy wystawy udowadniają, że niepełnosprawność nie wpływa na ich kobiecość i atrakcyjność. Judyta Pożerniuk, prezes Fundacji Para-NORMAL Activity, inicjatorka wystawy, tak mówi o ekspozycji i o kondycji kobiet w ogóle, w szczególności kobiet z niepełnosprawnościami: „Pomysł projektu zrodził się już dawno, w związku z różnymi wydarzeniami, które mnie jako kobietę niepełnosprawną i moje koleżanki spotykają na co dzień. Kobiety bez względu na swoją sprawność podlegają

ogromnej presji wyglądu, zachowania i oceny. Wpadają w wir kompleksów i niskiej samooceny. Niepełnosprawne kobiety przedstawiane są jako bierne, zależne i słabe oraz niezdolne do odgrywania społecznie akceptowanych ról. Te stereotypy sprawiają, że dużo trudniej jest pogodzić się ze swoją niepełnosprawnością”.

Do obejrzenia jest dziesięć bardzo dużych zdjęć pięciu kobiet. Są wśród nich trzy panie na wózkach, jedna poruszająca się o kulach i jedna niewidoma. Wszystkie czują się spełnione w rolach, które wykonują. Pracują zawodowo lub wychowują dzieci, udzielają się w sporcie. Zdjęcia są naprawdę piękne i piękne są pozujące na nich modelki, atrakcyjne kobiety z niepełnosprawnościami.

Zwykła niezwykła osiemnastolatka

Tak się nam jakoś dzisiaj złożyło, że górą kobiety i dziewczyny z niepełnosprawnościami. Na portalu kobieta.wp.pl czytamy o ciemnoskórej Victorii Bueno, 18-latkce, o której śmiało można

powiedzieć, że stała się gwiazdą Tik Toka. Ba, można nawet obejrzeć filmiki prezentujące jej niezwykle talenty. Na portalu obserwuje ją blisko 75 tys. osób. Victoria nie ma obu rąk, ale to w żaden sposób jej nie ogranicza. Jest tancerką, często nagradzaną na konkursach tanecznych, ponadto prowadzi online mini warsztaty makiażu. Ten w jej wykonaniu jest perfekcyjny, choć akcesoria kosmetyczne chwyta stopami. Energia, urok, egzotyczna uroda i talent taneczny sprawiły, że na Instagramie obserwuje ją dodatkowo 415 tysięcy osób. Nic dziwnego, że komentarze pod jej postami brzmią tak: „Jesteś niesamowita”, „Masz wielki talent. Jestem pełnosprawna i nie potrafię tak się pomalować”, „Jesteś piękną, silną kobietą”.

Ścieżka zmysłów w Lublinie

Czas wakacji sprzyja zwiedzaniu. Ciekawe ilu spośród niewidomych i niedowidzących mieszkańców Lublina wie, że w Ogrodzie Botanicznym Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej już sześć lat temu została zaaranżowana tzw. ścieżka zmysłów. Donosi o tym portal *mir.org.pl*. Ścieżka wkomponowana jest w przestrzeń ogrodu, aczkolwiek stanowi odrębny obiekt usytuowany obok Działu Roślin Ozdobnych „Nad Stawami”.

Na dwóch dużych rabatach i w altanach posadzone są rośliny w sposób szczególny działające na zmysły. Rabaty z zielenią znajdują się powyżej powierzchni ścieżki, na murkach oporowych, tak by mogły ją dotykać i podziwiać osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich, a także osoby niewidome i niedowidzące. Murki otaczające rabaty pełnią ponadto funkcję miejsc do siedzenia.

W ziołowej altanie, w wiszących skrzyniach, rosną wonne zioła – melisa, bazylika czy rozmaryn. Wszystkie rośliny opatrzone są brajlowskimi tabliczkami z nazwami i opisami. Poza wonnymi ziołami rosną tu mocno pachnące rośliny – kłosowiec fenkułowy, lawenda czy pelargonie pachnąca. Z punktu widzenia osób niewidomych

istotne są również rośliny o nietypowej fakturze liści bądź kwiatów – wawrzyn, czyściec wełnisty czy jeżówka purpurowa.

Ścieżka jest w pełni dostępna dla osób z niepełnosprawnością ruchową, dla seniorów i dla osób z różnymi dysfunkcjami wzroku.

Automatyczne ładowanie pojazdów wyręczy osoby z niepełnosprawnością ruchową

Jedna z kluczowych firm motoryzacyjnych opracowała prototyp automatycznej stacji ładowania, którą kierowcy z niepełnosprawnością ruchową będą obsługiwać za pomocą smartfona, z wnętrza elektrycznego pojazdu. Dzięki takiemu rozwiązaniu ładowanie będzie się odbywać bez ich udziału – donosi portal *moto.pl*. Tą metodą będą w przyszłości ładowane zarówno zwykłe pojazdy elektryczne, jak i elektryczne pojazdy autonomiczne.

Wstępne testy w kontrolowanych warunkach były na tyle zachęcające, że zdecydowano się przetestować urządzenie w realnych warunkach. Po uruchomieniu osłona stacji się rozsuwa, a ramię ładujące kieruje się automatycznie do portu ładowania, prowadzone przez specjalną kamerę. W czasie testu kierowcy mogą kontrolować stan naładowania, korzystając z dedykowanej aplikacji. Po zakończeniu procesu ładowania ramię powraca na swoje miejsce i wsuwa się do wnętrza stacji.

Automatyczne stacje ładowania, identyczne z prototypem stworzonym przez inżynierów z Uniwersytetu w Dortmundzie na zlecenie firmy motoryzacyjnej, mogłyby być instalowane na miejscach do parkowania dla pojazdów osób z niepełnosprawnościami, ale także na ogólnodostępnych parkingach lub w prywatnych domach.

Szlaki turystyczne dostępne dla niewidomych

Janusz Mirowski

Żyjemy w kraju, w którym pod względem zróżnicowania terenu mamy prawie wszystko. Od gór wysokich o charakterze alpejskim, poprzez Beskidy, wyżyny, pogórza, niziny, pojezierza, aż do dostępu do morza. Takie ukształtowanie Polski sprawia, że możemy wędrować po niemalże każdym rodzaju szlaku. Sieć szlaków, zwłaszcza tych górskich, jest w Polsce bardzo rozbudowana i zróżnicowana pod względem zarówno trudności, jak i długości. Każdy wędrowiec na pewno znajdzie odpowiedni wariant dla siebie.

Pomimo tego, rzadko zdarza się, by szlaki wyposażone były w ułatwienia umożliwiające ich zwiedzanie przez osoby z niepełnosprawnościami. Specyfika szlaków w dużej mierze wyklucza możliwość zapoznania się z nimi bez zmysłu wzroku nawet z przewodnikiem. Szlaki są także trudno dostępne dla osób ze specjalnymi potrzebami oraz innych niepełnosprawności, osób głuchych, niedosłyszących czy poruszających się na wózku inwalidzkim. Wyłącza to prawie 5 milionów Polaków z możliwości użytkowania i ogranicza popularność samej turystyki.

Fundacja Szansa dla Niewidomych postanowiła przyjrzeć się temu problemowi i razem z Polskim Towarzystwem Turystyczno-Krajoznawczym złożyła projekt w konkursie PFRON o przyznanie grantu w ramach Modułu I Turystyka i rekreacja pilotażowego programu „Dostępność ponad barierami”. Szczęśliwie udało się uzyskać dofinansowanie!

Projekt będzie polegał na dostosowaniu popularnych szlaków turystycznych dla osób ze szczególnymi potrzebami, z uwzględnieniem najnowszych technologii, tak by wpłynąć na



zwiększenie aktywności osób z niepełnosprawnościami w turystyce, a samą turystykę uczynić bardziej dostępną i czytelną dla wszystkich zgodnie z zasadami projektowania uniwersalnego.

Wybraliśmy 5 szlaków: **Sudecki Szlak Turystyczny, Beskidzki Szlak Turystyczny, Świętokrzyski Szlak Turystyczny, Nadmorski Szlak Turystyczny, Główny Szlak Puszczy Kampinoskiej**. Nasi eksperci wybiorą odcinki każdego z nich, które zostaną dostosowane. Podjęcie poszczególnych działań poprzedzi audyt przeprowadzony na trasach wybranych szlaków. Następnie sporządzony zostanie projekt wykonawczy, który określi umieszczenie poszczególnych instalacji w konkretnych miejscach. Fundacja posłuży się systemem znaczników dźwiękowych.

Szacujemy, iż do wyposażenia każdego szlaku potrzebować będziemy: 30 znaczników wyposażonych w głośniki, 50 opartych o beacons, 50 tabliczek tyflograficznych oraz 5 multimedialnych

planów tyflograficznych. Każdy szlak zostanie wyposażony w przenośną pętlę indukcyjną oraz dostosowany do potrzeb osób poruszających się na wózku inwalidzkim. Efektem realizacji projektu będą także przewodniki oraz aplikacja ułatwiająca poruszanie się po wyposażonych w znaczniki szlakach turystycznych. Przewodniki planujemy wydać zarówno w czarnodruku (500 egz.) jak i brajlu (50 egz.), dzięki czemu publikacja ta będzie w pełni dostępna także dla odbiorców z niepełnosprawnościami wzroku. Będziemy promować dostępne szlaki turystyczne, przy okazji promując szlaki i turystykę w ogóle.

Co więcej, takie dostosowania nie są żadną przeszkodą dla zwykłych turystów, a są bardzo przydatne i dla nich, ponieważ przekazują informacje nawigacyjne oraz merytoryczne. Służą jako swego rodzaju audioprzewodniki. Zarówno osoba niewidoma, jak i widząca, mogą za pomocą znaczników zapoznać się z ważnymi informacjami bieżącymi, zostać „poprowadzone” po szlaku, usłyszeć historię miejsca, które odwiedzają itd. Na każdym szlaku w strategicznych miejscach zostanie rozmieszczonych pięć multimedialnych planów tyflograficznych, dzięki którym użytkownicy będą mogli obejrzeć dotykową kontrastową mapę szlaku oraz uzyskać informacje dźwiękowe.

Realizacja opisanego projektu pozwoli zbliżyć narodową turystykę do całego społeczeństwa,



Szacujemy, iż do wyposażenia każdego szlaku potrzebować będziemy: 30 znaczników wyposażonych w głośniki, 50 opartych o beacony, 50 tabliczek tyflograficznych oraz 5 multimedialnych planów tyflograficznych.

a także przyczyni się do jej popularyzacji, również w wymiarze międzynarodowym. Polska ma szansę być pierwszym krajem na świecie z turystyką udostępnioną dla niepełnosprawnych odbiorców, co także zwiększy atrakcyjność Rzeczypospolitej na gruncie międzynarodowym.

Słowniczek

Znacznik wyposażony w Beacon – to małe nadajnik o rozmiarach pudełka do zapalek, który sygnalizuje swoją obecność urządzeniom mobilnym z zainstalowaną aplikacją. Służy do nawigowania po pomieszczeniach lub w terenie. Może dostarczyć dowolnych informacji tekstowych, które telefon odczyta głosowo. Mogą być to informacje nawigacyjne opisujące miejsce, w którym znajduje się osoba niewidoma lub merytoryczne, opisujące eksponat, budynek itd. Jego zaletą jest dyskrecja i niska cena. Beacon instalujemy tam, gdzie nie możemy zainstalować wersji z głośnikiem, bo będzie przeszkadzać innym lub tam, gdzie jest wymagana duża liczba nadajników, np. wiele pokoi na korytarzu.

Znacznik z głośnikiem – nadajnik może sygnalizować swoją obecność za pomocą głośnika. Może się to dzieć automatycznie, gdy w jego pobliżu znajdzie się urządzenie mobilne lub na życzenie użytkownika. Oprócz opisowej informacji, osoba z dysfunkcją wzroku otrzymuje informację dźwiękową i może łatwiej zlokalizować nadajnik korzystając ze słuchu. Tę wersję nadajnika umieszczamy w ważnych nawigacyjnych miejscach, jak wejścia, miejsca z planami tyflograficznymi czy punkty informacyjne.

Terminal – plan tyflograficzny, dzięki któremu osoba z niepełnosprawnością otrzymuje dotykową mapę miejsca, w którym się znajduje, ale może także uruchomić komunikaty: nawigacyjny, merytoryczny lub audiodeskrypcyjny.

Aplikacja – darmowy program do pobrania na telefon, pozwalający bezproblemowo planować podróż i pozyskiwać informacje zawarte w znacznikach.

Kartka z kalendarza krakowskiego tyflopunktu – lipiec 2022

Magdalena Peszko-Doktor

Zdjęcia: archiwum krakowskiego Tyflopunktu

W natłoku atrakcji kulturalnych w Krakowie i jego okolicach, nawet nie spostrzeżliśmy jak nadeszło lato. Chwilami upalne, a chwilami spływające strugami deszczu. Wraz z latem nadeszły też upragnione przez wielu wakacje. Ale czy na pewno oznacza to ciszę i błogie nicnierobienie? Ależ skąd! Załoga i podopieczni krakowskiego Tyflopunktu nie próżnują. Z każdym tygodniem przybywa spotkań nie tylko w przestrzeni miejskiej, ale również w naszym Tyflopunkcie. Warto śledzić informacje na profilu Fundacji na Facebooku oraz dołączyć do krakowskiej grupy, gdzie publikowane są informacje o planach wydarzeń na najbliższy czas.

Co tym razem ciekawego się wydarzyło? Co jeszcze przed nami? Zaczęło się niezwykle gorąco – dosłownie i w przenośni.

4 lipca – Finał Tygodnia Osób Niepełnosprawnych w Krakowie „Kocham Kraków z Wzajemnością”

Lato i wakacje rozpoczęliśmy podobnie jak działalność nowego zespołu w Tyflopunkcie, czyli na



niezłej petardzie. Wraz z pracownikami Altixu przygotowaliśmy stoisko prezentujące działalność Fundacji, firmy i Wydawnictwa Trzecie Oko podczas finału Tygodnia Osób Niepełnosprawnych „Kocham Kraków z Wzajemnością”. Stoisko mieliśmy tuż obok sceny. Poznaliśmy też przedstawicieli wielu organizacji działających w naszym mieście na rzecz osób niepełnosprawnych, które w przyszłości zaowocują ciekawymi współpracami. Byliśmy też świadkami pokazu mody, w którym udział wzięły... głuche modelki.

5 lipca – pierwszy trening samoobrony

Wszyscy podopieczni czekali z niecierpliwością i zaciekawieniem na rozpoczęcie zajęć z samoobrony. Mimo obaw jak sobie poradzą i czy to jest dla nich, z uwagą słuchali instruktora i wykonywali prezentowane i omawiane przez niego ćwiczenia. Po zajęciach zapadła decyzja, że na stałe zostają w grafiku. Tak więc wszystkich chętnych zapraszamy do dołączenia w każdy wtorek o godz.16.

8-10 lipca – warsztaty „Poznajmy się na cztery ręce”

Tym razem gościliśmy w przestrzeni CRICOTE-KI, czyli Ośrodka Dokumentacji Sztuki Tadeusza Kantora. Adresatami warsztatów były osoby niewidzące, z dysfunkcją wzroku, a także osoby widzące, które chciałyby opowiedzieć o swoim sposobie postrzegania świata. Celem warsztatów było stworzenie filmu animowanego przybliżającego świat osób niewidomych, ale równie ważny był proces „poznawania się”, otwarcia na drugiego człowieka i na samego siebie.

14 lipca – wystawa Leona Wyczółkowskiego w Zamku Królewskim na Wawelu

Zamek Królewski na Wawelu to miejsce, którego chyba nikomu przedstawiać nie trzeba. Oprowadzanie, w którym uczestniczyliśmy, odbyło się z audiodeskrypcją. Twórczość artysty można było poznać również dzięki tyflografikom, w której wyposażona jest instytucja.



18 lipca – wystawa „Bogowie Starożytnego Egiptu” w Muzeum Archeologicznym

Dzięki kolejnym odwiedzinom w placówce mogliśmy poznać niesamowite rekwizyty, zobaczyć mumie czy sarkofagi. Mieliśmy możliwość prawdziwie dotknąć i zatopić się w historii starożytnego Egiptu. Dla części eksponatów muzeum przygotowało kopie, które zostały nam udostępnione do poznawania dotykowego.



20 lipca – Ogród Botaniczny

Korzystając z pięknej i ciepłej aury wybraliśmy się do miejsca wyjątkowego. Nie przesadzę pisząc, że są tu rośliny z każdego zakątka na świecie. Dodatkową pomocą w odwiedzeniu ogrodu jest plan tyflograficzny, który w namacalny sposób przybliżył nam piękno roślin znajdujących się w ogrodzie.

27 lipca – wystawa „Fortece na Bagnach” w Muzeum Archeologicznym

Zapoznaliśmy się z epoką brązu na terenie Europy Środkowo-Wschodniej. Mogliśmy dotknąć części eksponatów, np. naczyń, biżuterii czy broni z tamtego okresu.

28 lipca – warsztaty ogrodnicze al. Słowackiego 46/46 (siedziba krakowskiego oddziału Fundacji)

Czy słyszeliście kiedyś, że osoba niewidoma nie może zostać ogrodnikiem? W krakowskim Tyflopunkcie obalamy ten mit. Jeśli jesteście ciekawi co wyszło z naszego eksperymentu, to zapraszamy do odwiedzin i na kolejne warsztaty ogrodnicze, które planujemy w sierpniu.

31 lipca – wycieczka do miejscowości Biecz

Jak już zapewne zdążyliście się zorientować, bardzo lubimy podróżować. Mamy do tych podróży też świetnych kompanów w postaci specjalistów w zakresie audiodeskrypcji z Fundacji Pełni Kultury. Serdecznie polecamy zarówno wyprawę do Biecza, jak również do współpracy z tymi wyjątkowymi ludźmi. Program mieliśmy dość napięty, ale udało się zwiedzić kolegiatę oraz rynek miejski, wypić kawę ze smacznym ciastkiem, posilić się pożywnym obiadem, a także wysłuchać koncertu muzyki barokowej w ramach Kromer Festival Biecz w zabytkowym kościele w Binarowej.

Zapraszamy do lektury kolejnych numerów Helpa, gdzie będziemy relacjonować wydarzenia, w których będą uczestniczyć nasi podopieczni.

Wielokulturowe Podlasie zaprasza na urlop!

Zuzanna Anna Kozłowska

Czy ktoś jeszcze nie słyszał o „zielonych płucach Polski”? Podlasie to wspaniała kraina z dużą ilością terenów zielonych, lasów, jezior i rzek. To idealne miejsce na spędzenie urlopu z daleka od miejskiego zgiełku, blisko natury. Dziś zapraszam na wycieczkę po Podlasiu. Będą to miejsca zarówno na słoneczną pogodę, jak i na deszczowy urlop.

Zaczynając zwiedzanie Podlasia, warto poznać historię tego terenu. Dlaczego jest tak wyjątkowe? Podlasie to historyczna kraina zajmująca część północno-wschodniej Polski. To teren nie tylko cenny przyrodniczo, ale także unikalny w skali kraju ze względu na ścieranie się różnych kultur. W przestrzeni województwa znaleźć można wiele miejsc świadczących o wielokulturowości, zarówno etnicznej, jak i religijnej. Znajdziemy tutaj ślady religii prawosławnej, kultury tatarskiej i żydowskiej. Warto wybrać się na wycieczkę trasą wielokulturowości Podlasia, na którą serdecznie zapraszam!

Święta Góra Grabarka

To miejsce obowiązkowe na liście atrakcji turystycznych Podlasia. Grabarka zwana jest „prawosławną Częstochową” i jest najważniejszym miejscem kultu i pielgrzymek wyznawców prawosławia. Wokół cerkwi Przemienienia Pańskiego wśród wysokich sosen jest wiele krzyży przynoszonych co roku przez pielgrzymów przybywających na obchody święta Przemienienia Pańskiego. Poświęcone przez duchownych i następnie wkopane w ziemię krzyże z każdym rokiem bardziej „otulają” świątynię. Przypomnę, że budowa krzyża prawosławnego różni się od krzyża katolickiego dodatkową dolną belką pod



nogami Chrystusa. Jeden koniec dolnej belki jest podniesiony – wskazuje niebo, dokąd udał się Dobry Łotr, ukrzyżowany razem z Chrystusem. Podróż do Grabarki to idealna okazja do zapoznania się z pięknem kultury prawosławia.

Meczet w Kruszynianach

Meczet to święte miejsce kultu muzułmańskiego. Skąd wzięły się meczety na Podlasiu? Otóż za sprawą zamieszkujących na tym terenie Tatarów. Meczet w Kruszynianach pochodzi z XVIII wieku, ale jego historia sięga króla Jana III Sobieskiego. Jest to najstarszy w Polsce meczet muzułmański. Konstrukcja świątyni jest drewniana i postawiona na planie prostokąta. Ozdabiają ją dwie wieże wykończone półksiężycami. Wnętrze jest podzielone na dwie części, oddzielna dla mężczyzn i kobiet. Zwiedzanie meczetu w środku jest dostępne przez cały rok. Tuż za świątynią





znajduje się mizar – miejsce pochówku wyznawców islamu. Ciekawostką jest to, że wszystkie nagrobki zwrócone są na wchód.

Synagoga w Tykocinie

Nie sposób nie wspomnieć tutaj o spuściznie kultury judaistycznej na terenie Podlasia. Oprócz wielu miejsc z wiązanych z kulturą żydowską na terenie samego Białegostoku, jednym z najważniejszych miejsc jest Tykocin. Znajduje się tam Wielka Synagoga, obecnie Oddział Muzeum Podlaskiego w Białymstoku. Wnętrze budynku ozdabiają ogromne tablice z cytatami biblijnymi oraz modlitwami w języku hebrajskim i aramejskim. W centralnym punkcie sali modlitewnej znajduje się birma – miejsce w kształcie kwadratu z filarami, balustradą i baldachimem. Birma

to pewnego rodzaju ambona, z której odczytywana jest Tora. Na wschodniej ścianie sali mieści się szafa ołtarzowa – Aron ha-kodesz, która przechowuje zwoje Tory. Tykocin to miasteczko atrakcyjne architektonicznie, z zabytkowym rynkiem. Uroku dodaje mu położenie wokół trzech kompleksów przyrodniczych – Narwiańskiego Parku Narodowego, Biebrzańskiego Parku Narodowego oraz Puszczy Knyszyńskiej. To pozycja obowiązkowa w takcie podróżowania po Podlasiu!

Supraśl

To malownicze miasteczko położone w Puszczy Knyszyńskiej, znajdujące się niecałe 15 km od Białegostoku. Pełen terenów zielonych Supraśl otrzymał miano uzdrowiska. Obecność tężni i bulwarów nad rzeką Supraśl jest na pewno jedną z największych atrakcji tego miejsca. W miasteczku znajduje się jeden z nielicznych w Polsce prawosławnych klasztorów męskich – Monaster Zwiastowania Przenajświętszej Bogarodzicy.

W Supraślu możemy zwiedzić Muzeum Ikon. Pomiędzy eksponatami spaceruje się w półmroku, słuchając jednocześnie śpiewu liturgii prawosławnej, a ikony są oświetlone wąskimi promieniami światła. Polecam zwiedzić to miejsce z przewodnikiem. Supraśl, moim zdaniem, to jedno z najbardziej malowniczych miejsc na Podlasiu. Piękno natury z wyjątkową architekturą, czego chcieć więcej?

Mam nadzieję, że mój miniprzewodnik zachęcił Was chociaż trochę do zwiedzenia Podlasia. To teren z malowniczą przyrodą, ale również z piękną architekturą i dziedzictwem kulturowym. Gdy przy okazji zatrzymacie się w Białymstoku, zachęcam Was do odwiedzenia Centrum im. Ludwika Zamenhofa – siedziby Białostockiego Ośrodka Kultury. Dowiedcie się tam wiele o postaci, jaką był Ludwik Zamenhof – prekursor wielokulturowości, twórca międzynarodowego języka esperanto. Zapraszam was serdecznie do odwiedzenia tego miejsca i oprowadzania z przewodnikiem. Czekają na Was tyflografiki i wiele ciekawostek na temat historii wielokulturowości Podlasia!

Śladami przodków

Aleksandra Dobkowska

Stare polskie przysłowie głosi, że podróże kształcą. Bez wątplenia jest to słuszna teza, gdyż poznawanie nowych obiektów kulturowych poszerza horyzonty, pobudza wyobraźnię, rozwija kreatywność, a także zmienia perspektywy i pozwala spojrzeć na wiele kwestii z innego punktu widzenia. Wybierając miejsce wypoczynku, ludzie kierują się różnymi motywami. Niektórzy wolą rozrywkę i szukają obiektów pełnych klubów nocnych, koncertów lub innych form zabawy. Inni relaksują się leżąc na plaży lub kąpiąc się w jeziorze. Ja w tym roku wzięłam udział w wycieczce, którą można określić żywą lekcją historii, gdyż miałam okazję zwiedzić pierwszą stolicę Polski i jej okolice.

Pisząc o Gnieźnie nie sposób nie wspomnieć postaci czeskiego biskupa – św. Wojciecha. Imienia nie wybrano mu przypadkowo, ponieważ początkowo miał zostać przeznaczony do wojska. Jednak okoliczności zmusiły jego rodziców do podjęcia innej decyzji. Ich plany pokrzyżowała ciężka choroba, z której ledwo odratowano Wojciecha. Sprawiała, że w ramach wdzięczności przeznaczono go na służbę Bogu. Zmarł trzy lata przed zjazdem gnieźnieńskim i utworzeniem pierwszego arcybiskupstwa w Gnieźnie, na którego czele stanął jego brat – Radzim Gaudenty. Został on odrzucony przez rodzinę i tylko Wojciech go zaakceptował. Relikwie św. Wojciecha zostały na krótko złożone w katedrze gnieźnieńskiej, gdyż w 1038 r. została ona zniszczona przez czeskiego księcia Brzetysława, a szczątki wywiezione do Pragi. W katedrze dokonano koronacji pięciu królów: Bolesława Chrobrego, Mieszka II Lamberta, Bolesława II Szczodrego, Przemysła II i Wacława II. Warto podkreślić, iż również po przeniesieniu stolicy Polski do Krakowa, aktu koronacji zawsze dokonywał arcybiskup gnieźnieński. Zwiedzając katedrę można zobaczyć również jej podziemia, w których znajdują się

m.in. fragmenty murów bazyliki Mieszka II. Katedra to także siedziba prymasów Polski, obecnie funkcję tę pełni Wojciech Polak.

Zwiedzając Gniezno warto udać się do muzeum początków państwa polskiego. Znajdują się tam wystawy ilustrujące powstawanie Polski od zarania dziejów oraz funkcję Wielkopolski i Gniezna w procesie jej kształtowania.

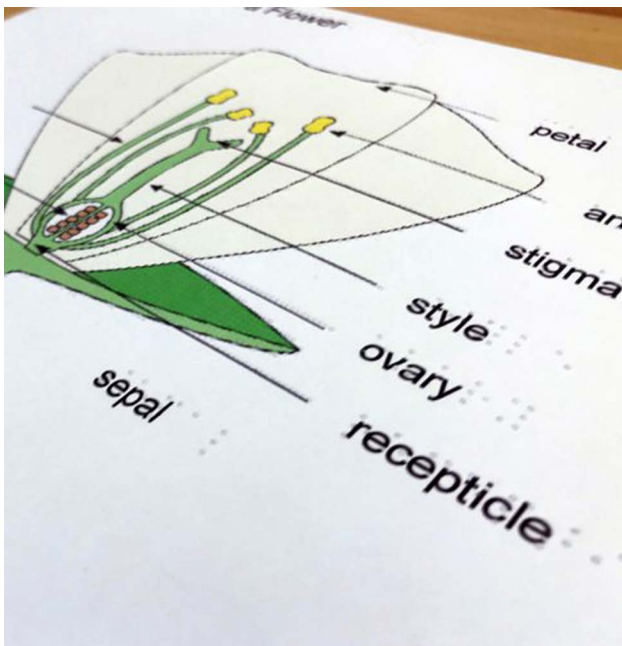
Okolice Gniezna to nie tylko szlaki historyczne, lecz również odkrycia archeologiczne, z których mieszkańcy przez długi czas nie zdawali sobie sprawy. Dopiero uczniowie biskupińskiej szkoły poinformowali o nietypowych znaleziskach nauczyciela – Walentego Szwajcera, a ten powiadomił o tym archeologa – Józefa Kostrzewskiego. Podjęto wówczas wiele badań wykopaliskowych. Początkowo na mniejszą skalę, gdyż trzeba było zdobyć potrzebne ku temu fundusze. Osadę obronną w Biskupinie otaczał wał drewniano-ziemny, a nieopodal znajduje się muzeum, w którym można zobaczyć ekspozycje z wykopalisk. W 1994 r. osadę w Biskupinie uznano za pomnik historii Polski. Jest to jedyne stanowisko archeologiczne, dla którego utworzono odrębny program długoterminowej konserwacji zabytków.

Nadmiar wiedzy archeologiczno-historycznej może wywołać potrzebę wyciszenia i skupienia, dlatego, wybierając się do Gniezna, warto również odwiedzić Licheń. Atmosfera bazyliki wycisza i skłania do refleksji. Wewnętrzne skupienie pozwala na przemyślenie wielu aspektów. Niezależnie od etapu życia, w którym znajdujemy się obecnie, przewartościowanie priorytetów oczyszcza duszę. Jest to potrzebne, by w pełni zrozumieć wiele kluczowych kwestii natury egzystencjalnej.

Podróże pełnią różne funkcje w życiu człowieka. Często jedna wycieczka może mieć charakter dydaktyczno-duchowo-rozrywkowy. Wówczas jest najbardziej wartościowa. Warto podróżować po to, by zdobywać nowe doświadczenia i umiejętności niezbędne w procesie prawidłowego rozwoju.

Nowość w rodzinie drukarek ViewPlus – dwie technologie w jednej drukarce

Igor Bustowicz



John Gardner to amerykański doktor fizyki, który w pewnym momencie swojego życia stracił wzrok. Nie chciał jednak rozstawać się z uprawianą dziedziną nauki. Uznał, że aby móc kontynuować zajmowanie się fizyką, przede wszystkim potrzebuje móc analizować rysunki i wykresy. Ta potrzeba okazała się matką wynalazku, którym jest drukarka drukująca grafikę wypukłą. Z jego perspektywy drukowanie tekstu brajlowskiego było pochodną drukowania grafiki. Tak powstała firma ViewPlus, w której produkuje się takie drukarki, cały czas rozwijając technologie drukowania. W trakcie rozwoju bywało tak, że konkretny model drukarki, zachowując swoją nazwę, zyskiwał coraz lepsze cechy użytkowe. Było tak w przypadku drukarki ViewPlus Max. Pierwszy jej model był wyposażony w port równoległy Centronics i port szeregowy RS-232C. Wypukłe punkty, jakie wyłaczała ta drukarka, dobrze

nadawały się do przedstawiania grafiki. Doświadczenia czytania tekstu były jednak nie tak przyjemne, bo punkty w kształcie piramidy kłuły w palce. Dlatego w nowym modelu ViewPlus przede wszystkim ulepszono kształt wyłazanego punktu. Zastąpiono też porty równoległy i szeregowy portem USB. Później powstały drukarki Columbia i Delta, które wyłaczają punkty o kształcie kulistym, które bardzo dobrze nadają się do drukowania tekstu. Drukarka ViewPlus Max zyskała dużą renomę. W następnym kroku rozwojowym firma ViewPlus chciała stworzyć drukarkę, która z jednej strony będzie wyłaczać kuliste punkty, a z drugiej będzie mogła drukować pliki zawierające wydruki przygotowane na drukarkę Max. W ten sposób, zamiast drukarki Max, powstały dwie drukarki – Rogue Trac i Rogue Sheet. Ta pierwsza drukuje na papierze perforowanym, a druga na pojedynczych arkuszach papieru.

W tym artykule przedstawiam Czytelnikom technologie, w oparciu o które działają drukarki ViewPlus. Opisuję również, jak korzysta się z takich drukarek, by uzyskać wydruk konkretnej grafiki, albo konkretnego dokumentu tekstowego. Na końcu krótko przedstawiam wszystkie obecnie produkowane drukarki ViewPlus.

Istotne cechy drukarek ViewPlus

Drukarki ViewPlus działają w oparciu o technologię, którą firma ViewPlus nazwała Tiger i/lub jej nowszą odmianę Tiger +. Technologia Tiger umożliwia drukowanie z rozdzielczością 20 punktów na cal. Nie ma technologii drukowania, która umożliwiałaby wyższą rozdzielczość, a co za tym idzie lepsze odwzorowanie obrazu

drukowanego w postaci wypukłych punktów. 20 punktów na cal w technologii Tiger oznacza, że cal kwadratowy dzielimy w pionie i w poziomie na 20 równych odcinków. Powstaje więc 400 malutkich kwadracików. Tam, gdzie stykają się rogi tych kwadracików, są środki drukowanych punktów. Innymi słowy przy technologii Tiger punkty mogą pojawiać się w ściśle określonych miejscach i nie ma możliwości przesuwania ich w ramach tego umownego cala kwadratowego.

Aby można było na wypukłym wydruku odwzorowywać kolory i odcienie szarości, technologia Tiger umożliwia uzyskiwanie punktów o różnych wysokościach. W tej technologii można uzyskać 7 różnych wysokości punktów.

Wypukłe punkty, jakie uzyskuje się przy tak wysokiej rozdzielczości dotykowej, są mniejsze (drobniejsze) od tych, które napotykamy w brajlowskich publikacjach czytanych dotykiem. Co więcej, by punkty były dobrze wyczuwalne, muszą być dostatecznie wysokie. Gdy są jednocześnie drobne i dostatecznie wysokie, są dość strome. Mają kształt jakby ostrej piramidy, a czytelnicy pisma brajla są przyzwyczajeni do punktów kulistych.

Aby doświadczenie czytania brajlem wydruków z drukarek było coraz lepsze, firma ViewPlus coraz bardziej ulepsza technologię. Drukowanie punktami kulistymi zapewnia technologia Tiger +. Ta ulepszona technologia pozwala na drukowanie wypukłymi punktami z rozdzielczością „tylko” 17 punktów na cal. Istota ulepszenia technologii polega na tym, że wypukłe punkty można umieszczać w różnych miejscach cala, czyli jakby przesuwając w ramach cala. Tym razem cal kwadratowy dzielimy w pionie i w poziomie na 100 równych odcinków. Drukowane punkty można umieszczać w miejscu styku wybranych malutkich kwadracików, z tym że w jednym pionie i na jednym poziomie można umieścić nie więcej niż 17 punktów. Technologia uwzględnia to, że średnica pojedynczego punktu jest większa niż jedna setna cala. Pilnuje więc, żeby punkty położone blisko siebie na siebie nie zachodziły,

bo inaczej drukarka będzie dziurawić papier. O to wszystko dba jej sterownik. Wybiera on właściwe miejsca pojawiania się punktów, tak by wydruk wypukły jak najdokładniej odwzorował obraz, jaki przedstawiany jest na ekranie czy drukarce osobom widzącym. Dzięki możliwości umieszczania punktów w wybranych miejscach, przy drukowaniu tekstów brajlem możliwe jest uzyskiwanie wydruków brajlowskich w różnych standardach brajla, takich jak używany w Polsce standard Marburg Medium albo Standard Biblioteki Kongresu Amerykańskiego.

EmBraille, najmniejsza i najtańsza drukarka firmy ViewPlus, drukuje w technologii Tiger + punktami kulistymi o czterech możliwych wysokościach, a drukarki Columbia, Delta i Rogue udostępniają wszystkie 7 wysokości punktów.

Do każdej drukarki ViewPlus dołączony jest pakiet oprogramowania Tiger Software Suit (TSS). Umożliwia on drukowanie dokumentów stworzonych w różnych programach, a w szczególności MS-Word i MS-Excel. Zawiera też program Tiger Designer umożliwiający edycję grafiki wypukłej, tak by uzyskiwać jak najbardziej czytelne wydruki.

Każdą drukarkę ViewPlus można podłączyć do komputera przez port USB, a niektóre z nich przewodowo do sieci komputerowej. W ofercie firmy ViewPlus jest specjalne akcesorium o nazwie TigerBox umożliwiające podłączenie każdej drukarki ViewPlus do sieci Wifi.

Firma ViewPlus produkuje drukarki stolikowe, które drukują tylko wydruki wypukłe z różną szybkością, jak i wydruki wypukłe połączone z wydrukami czarnodrukowymi. Są też drukarki przeznaczone do zastosowań profesjonalnych. Jedne drukarki drukują jednostronnie, a inne dwustronnie. Do drukowania na nich można wykorzystywać pojedyncze arkusze papieru, jak i składany papier perforowany.

Jak drukuje się na drukarkach ViewPlus?
Po tym teoretycznym wstępie technologicznym przejdziemy do praktyki.

Jeśli mamy do wydrukowania rysunek albo zdjęcie, to właściwie nic prostszego. Otwieramy naszą grafikę w programie do podglądu bądź edycji grafiki i wydajemy zwykłą komendę drukowania. Postępujemy dokładnie tak, jak gdybyśmy chcieli drukować na drukarce atramentowej czy laserowej. Wybieramy naszą drukarkę ViewPlus i gotowe. Od chwili wciśnięcia Enter na przycisku Drukuj wszystkim zajmie się sterownik drukarki. Jeśli nasza grafika jest czarno-biała lub ma wyraźnie zróżnicowane odcienie szarości, będziemy zadowoleni z rezultatu drukowania, bo wszystko, co ciemne, będzie drukowane punktami o dużej wysokości, a wszystko jaśniejsze – punktami delikatnymi. Możemy być mniej zadowoleni, jeśli nasza grafika ma różne kolory o zbliżonej jasności. Problem jest spowodowany tym, że kolorów jest bogactwo, a drukarka ma do dyspozycji tylko 7 różnych wysokości punktów. Może się na przykład okazać, że kolory zielony i czerwony o zbliżonej jasności są drukowane punktami takiej samej wysokości. Widzący wyraźnie widzą różnicę, a niewidomi są bez szans. Co z tym zrobić? Nie ma możliwości rozróżnienia kolorów pojedynczych punktów na podstawie ich wysokości, ale jeżeli mamy do czynienia z sąsiadującymi ze sobą w grafice obszarami o różnych kolorach, możemy na wypukłym wydruku zaznaczyć te obszary różniącymi się teksturami. Jak to zrobić? Najpierw drukujemy grafikę do pliku, zaznaczając odpowiednie pole wyboru w okienku drukowania aplikacji graficznej. Następnie wpisujemy nazwę pliku, w którym będzie zapamiętany wydruk. Taki plik ma rozszerzenie .PRN. Teraz korzystamy z programu Tiger Designer i otwieramy w nim zapisany plik wydrukowy. Tekstury wskazujące obszary o różnych kolorach wybieramy korzystając z narzędzi Tiger Designera.

A co z drukowaniem tekstu brajlem? Z punktu widzenia drukarki Viewplus tekst niczym nie różni się od grafiki. Dla tekstu do wydrukowania trzeba stworzyć grafikę przedstawiającą odpowiednie punkty brajlowskie właściwie rozmieszczone na stronie wydruku. Można to zrobić albo w prostym programie Viewplus Translator, albo w zaawansowanym narzędziu Tiger formatter.

Oba są składnikami pakietu Tiger Software Suit. Gdy nasz dokument jest w Wordzie albo Excelu otwieramy go i korzystamy z zakładki Tiger, na której dokonujemy translacji na brajla. W wyniku tej operacji otrzymujemy również w Wordzie albo Excelu dokument, w którym zamiast zwykłych liter widnieją kropki imitujące litery zapisane brajlem. Żeby taki dokument wydrukować na drukarce ViewPlus, po prostu w naszym Wordzie czy Excelu wydajemy zwykłą komendę drukowania. Prawdopodobnie naszą domyślną drukarką jest jakaś atramentowa albo laserowa, ale w okienku drukowania zobaczymy, że niczego nie musimy przestawiać, bo nasz Word czy Excel już wie, że dokument brajlowski ma być drukowany na drukarce ViewPlus.

Bardziej musimy napracować się, jeśli nasz dokument nie jest dokumentem Worda czy Excela, np. zwykły tekst. Wtedy nasz tekst otwieramy w Notatniku i kopiujemy do schowka. W następnej kolejności uruchamiamy ViewPlus Translator i wydajemy komendę tłumaczenia tekstu w schowku. W rezultacie będziemy mieli w schowku tekst przetłumaczony na brajla. Na końcu jeszcze raz otwieramy pusty Notatnik, wklejamy ze schowka przetłumaczony tekst, zaznaczamy cały tekst i zmieniamy mu czcionkę na taką, jaka była podana w komunikacie od ViewPlus Translatora po dokonaniu translacji. Prawda, że z pakietem Office dużo łatwiej?

Krótki przegląd drukarek i akcesoriów ViewPlus

Ten artykuł to nie miejsce, żeby szczegółowo opisywać poszczególne drukarki. Po prostu je tutaj wymienię i podam podstawowe cechy. Po szczegóły zapraszam do odwiedzenia strony firmy Altix.

Drukarka VP EmBraille

Jest to najmniejsza drukarka stolikowa ViewPlus. Drukuje jednostronnie w technologii Tiger + na papierze o szerokości od 3 do 8,5 cala z szybkością do 25 znaków na sekundę na papierze perforowanym. Jest też wyposażona w podajnik na jedną kartkę papieru. Można na niej uzyskać



rozdzielczość grafiki wypukłej 17 punktów na cal, a punkty mogą mieć 4 wysokości. Drukarkę podłącza się do komputera przez port USB.

Drukarka VP Max

Była to drukarka stolikowa, drukująca jednostronnie w technologii Tiger z szybkością do 60 znaków na sekundę. Można było na niej drukować na papierze perforowanym. Była wyposażona również w podajnik na pojedynczą kartkę papieru. Można było na niej uzyskiwać wydruki wielkoformatowe, gdyż przyjmowała papier o szerokości od 4 do 14 cali. Uzyskiwało się na niej rozdzielczość grafiki wypukłej 20 punktów na cal. Punkty mogły mieć 7 wysokości. Drukarkę podłączało się do komputera przez port USB. O tej drukarce napisałem w czasie przeszłym. Była bardzo ceniona wśród użytkowników drukarek ViewPlus. Wycofano ją z oferty, gdyż została zastąpiona przez dwa modele – VP Rogue Trac i VP Rogue Sheet, które są wspomniane poniżej.

VP Columbia 2

Jest to drukarka stolikowa, która drukuje dwustronnie na papierze perforowanym o szerokości od 7 do 12 cali z szybkością do 120 znaków na sekundę. Drukuje w technologii Tiger+ z rozdzielczością 17 punktów na cal. Punkty mogą być umieszczane na siatce o gęstości 100 punktów na cal i mogą mieć 7 wysokości. Na potrzeby modelu Columbia 2 we współpracy z firmą Braillo firma ViewPlus ulepszyła jakość drukowanych

punktów. Otrzymały one nazwę PowerDot. Drukarkę można podłączyć do komputera przez port USB, albo przewodowo do sieci komputerowej przez port Ethernet.

VP Delta 2

Jest to drukarka stolikowa, która drukuje dwustronnie na pojedynczych kartkach papieru o szerokości od 7 do 12 cali z szybkością do 120 znaków na sekundę. Podajnik papieru mieści 50 kartek. Drukuje w technologii Tiger+ z rozdzielczością 17 punktów na cal. Punkty mogą być umieszczane na siatce o gęstości 100 punktów na cal i mogą mieć 7 wysokości. Na potrzeby modelu Delta 2 we współpracy z firmą Braillo firma ViewPlus ulepszyła jakość drukowanych punktów. Otrzymały one nazwę PowerDot. Drukarkę można podłączyć do komputera przez port USB, albo przewodowo do sieci komputerowej przez port Ethernet.



Drukarki VP Rogue

Są dwie drukarki Rogue. Rogue Trac drukuje na papierze perforowanym i jest bardzo podobna do Columbi, a druga na pojedynczych kartkach papieru – i jest bardzo podobna do Delt. W odróżnieniu od swoich pierwowzorów są jednostronne jak ViewPlus Max, którego są następcami. Drukują w Technologii Tiger +, ale gdy zostanie do nich wysłany plik wydrukowy stworzony w oparciu o Technologię Tiger dla drukarki ViewPlus Max, to też taki plik wydrukują. Tak więc Rogue mogą drukować zarówno



w rozdzielczości 20 punktów na cal punktami na sztywno umieszczanymi na siatce, jak i z rozdzielczością 17 punktów na cal punktami elastycznie umieszczanymi na gęstej siatce o rozdzielczości 100 punktów na cal. Ostatnią ich cechą wartą podkreślenia jest to, że drukują z szybkością 120 znaków na sekundę. Rogue, czyli nowe Max są więc dwukrotnie szybsze od dotychczasowych Maxów.

Drukarka VP Premier

Jest to drukarka przeznaczona do zastosowań profesjonalnych. Drukuje dwustronnie w technologii Tiger na papierze perforowanym o szerokości od 4 do 12 cali z szybkością do 100 znaków na sekundę. Można na niej uzyskiwać grafikę wypukłą o rozdzielczości 20 punktów na cal. Punkty mogą mieć 7 różnych wysokości. Gdy do drukarki jest dołączony moduł czarnodrukowy InkConnect, można na niej uzyskiwać wydruki wypukłe połączone z wydrukami czarnobiałymi o rozdzielczości 100 punktów na cal. Drukarkę można podłączyć do komputera przez port USB albo przewodowo do sieci komputerowej przez Port Ethernet.

Drukarka VP Elite

Jest to drukarka przeznaczona do zastosowań profesjonalnych. Drukuje dwustronnie w technologii Tiger na papierze perforowanym o szerokości od 4 do 12 cali z szybkością do 200 znaków na sekundę. Można na niej uzyskiwać grafikę wypukłą o rozdzielczości 20 punktów na cal. Punkty mogą mieć 7 różnych wysokości. Gdy do drukarki jest dołączony moduł czarnodrukowy InkConnect, można na niej uzyskiwać wydruki wypukłe połączone z wydrukami czarno-białymi o rozdzielczości 100 punktów na cal. Drukarkę można podłączyć do komputera przez port USB, albo przewodowo do sieci komputerowej przez Port Ethernet.



Drukarka VP SpotDot

To połączenie drukarki brajlowskiej opartej na technologii Tiger z kolorową drukarką atramentową w technologii firmy HP. Drukuje jednostronnie na pojedynczych kartkach papieru o szerokości od 4,33 do 8,5 cala z szybkością do 50 znaków na sekundę. Można na niej uzyskać rozdzielczość grafiki wypukłej 20 punktów na cal. Punkty mogą mieć 7 różnych wysokości. Grafika kolorowa jest drukowana w rozdzielczości 300 punktów na cal. Podajnik papieru mieści 150 arkuszy zwykłego papieru albo 60 arkuszy papieru brajlowskiego. Drukarkę można podłączyć do komputera przez port USB.

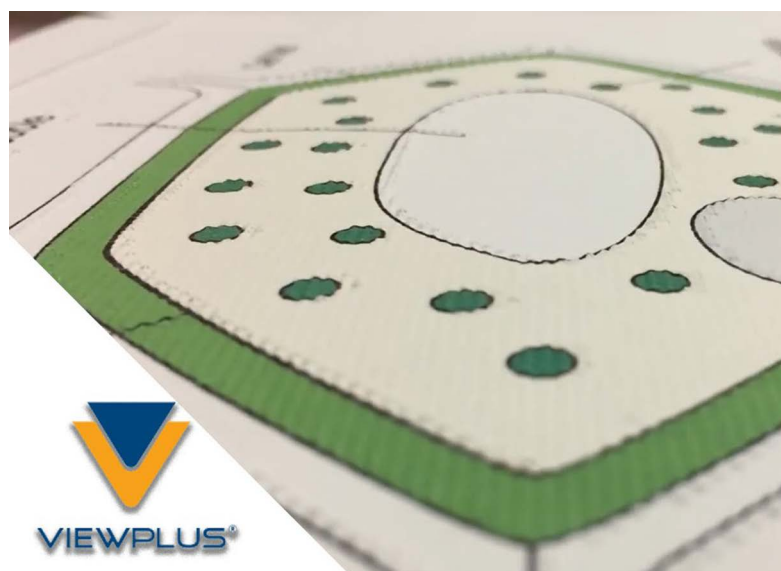


“ To połączenie drukarki brajlowskiej opartej na technologii Tiger z kolorową drukarką atramentową w technologii firmy HP. Drukuje jednostronnie na pojedynczych kartkach papieru o szerokości od 4,33 do 8,5 cala z szybkością do 50 znaków na sekundę. Można na niej uzyskać rozdzielczość grafiki wypukłej 20 punktów na cal. Punkty mogą mieć 7 różnych wysokości.

Proces drukowania na drukarce SpotDot przebiega w ten sposób, że najpierw jest drukowany wydruk kolorowy. Po jego zakończeniu drukarka czeka przez ustalony czas, w ciągu którego wysycha atrament. Następnie ponownie wciąga zadrukowaną kolorową kartkę i drukuje na niej wypukły wydruk.

Moduł czarnodrukowy InkConnect

To akcesorium do drukarek Premier i Elite sprawia, że taka drukarka może drukować jednocześnie wydruk wypukły i czarnodrukowy w odcieniach szarości o rozdzielczości 100 punktów na cal. Jednoczesne drukowanie brajla i czarnodruku odbywa się z szybkością do 110 znaków na sekundę.



Moduł bezprzewodowy TigerBox

To małe pudełko umożliwia podłączenie każdej drukarki ViewPlus do sieci bezprzewodowej. To urządzenie podłącza się do używanej sieci bezprzewodowej, a drukarki podłącza się do TigerBoxa przewodami USB. Wtedy drukarki ViewPlus stają się elementami sieci bezprzewodowej i można na nich drukować przez tę sieć z dowolnego komputera, smartfonu bądź tabletu. Do portu USB TigerBoxa można również włożyć nośnik danych z plikami do drukowania i wydrukować je na drukarce podłączonej do TigerBoxa. TigerBox wspiera drukowanie dokumentów w wielu powszechnie używanych formatach plików i różne formaty plików graficznych.

Z punktu A do B – jak poruszać się „po niewidomemu”?

Radostaw Nowicki



„Autobus czerwony przez ulice mego miasta mknie. Mija nowe jasne domy i ogrodów chłodny cień” – mimo że słowa piosenki śpiewanej przez Andrzeja Boguckiego i chór Czejanda wybrzmiały już ponad pół wieku temu, to wciąż są aktualne. Oczywiście, zmieniła się technologia, większe są możliwości komunikacyjne, a i kolory autobusów są różne, ale nadal wraz z tramwajami stanowią jeden z najpopularniejszych środków służących do przemieszczania się po mieście, szczególnie dla osób niewidomych.

Wsiądź do tramwaju, ale nie byle jakiego

Nie każdy z nas, niewidomych, na co dzień ma dostęp do samochodu, którym członkowie rodziny czy przyjaciele mogliby nas zawieźć we wskazane miejsce. Nie każdego stać też, aby wydawać setki na taksówki, Ubery, Bolty tudzież inne usługi związane z odpłatnym przewozem samochodem. Nie skorzystamy także z wyrastających jak grzyby po deszczu hulajnóg

elektrycznych, które stanowią dla nas bardziej zagrożenie w trakcie poruszania się po chodnikach niż środek transportu. Rower to też nietrafione rozwiązanie komunikacyjne, bo w przypadku osoby niewidomej można by co najwyżej skorzystać z tandemu, ale do niego trzeba byłoby angażować dodatkową osobę. Pozostają nam więc głównie autobusy i tramwaje, czyli najpopularniejsze środki komunikacji miejskiej. Owszem, jest jeszcze metro, ale z niego w Polsce mogą korzystać tylko przebywający w stolicy, bo inne miasta jeszcze nie doczekały się takich udogodnień.

Przemieszczanie się jest jedną z najtrudniejszych czynności dla osób z dysfunkcją wzroku. Owszem, mogą one korzystać z pomocy kogoś bliskiego albo asystenta osoby niepełnosprawnej, ale część z nich stawia na samodzielność i przy pomocy białej laski lub psa przewodnika próbuje załatwiać swoje sprawy i przemieszczać się po mieście. Szczególnie w dużych aglomeracjach nie jest to łatwe zadanie, kiedy trzeba np. korzystać z kilku przesiadek, przechodzić przez ruchliwe skrzyżowania i przedzierać się przez miliony klombów, słupków i innych elementów małej architektury miejskiej, które osobę niewidomą mogą doprowadzić do białej gorączki.

Pomocne aplikacje

Ułatwieniem dla niewidomych w poruszaniu się w przestrzeni mogą być aplikacje służące do nawigowania. Jedną z nich jest SeeingAssistant Move, która została stworzona właśnie dla osób niewidomych i niedowidzących. Ma cztery zakładki: ekran główny, punkty, ustawienia oraz więcej. W górnej części ekranu na każdej zakładce jest umieszczona belka składająca się z kilku przycisków, między innymi

monitorowanie, powtórz lub wymuś komunikat, polecenia głosowe, śledzenie, opisy skrzyżowań. Najczęściej korzystamy z pierwszej zakładki, w której są takie funkcje jak: najbliższe punkty z OSM, najbliższy adres/gdzie jestem, znajdź adres, znajdź w bazach (szukanie punktów przy braku dostępu do Internetu), śledzone punkty (uzyskanie informacji w stosunku do danego punktu), zapisz bieżącą pozycję (tworzenie własnej listy ważnych punktów), nawigacja zakręt po zakręcie (doprowadzenie do konkretnego punktu). Ważna jest także druga zakładka, czyli punkty, w której istotna jest funkcja służąca do rejestrowania trasy. Dzięki niej z pomocą bliskiej osoby możemy przejść daną trasę, a kolejnym razem poruszać się już po niej samodzielnie po śladach, które wcześniej zostały zapisane. W tej zakładce umiejscowione są również takie odnośniki jak lista baz danych, w której można wybrać sobie bazę, punkty orientacyjne, zapisane punkty czy ostatnie monitorowane punkty. W ustawieniach można nawet metodą prób i błędów zmienić sporo funkcji pod własne preferencje. Można rzec, że aplikacja jest fajna, ale mnogość jej funkcji powoduje, że dla nowych użytkowników może wydawać się zbyt rozbudowana i trudna do opanowania. Bez wątplenia trzeba poświęcić trochę czasu, aby się z nią zaznajomić i się do niej przekonać. Jest jednak przydatnym narzędziem służącym do samodzielnego poruszania się, które warto przetestować i korzystać z niego na co dzień.

Komunikacyjna ruletka

W komunikacji publicznej teoretycznie powinno być łatwiej. Wydawać by się mogło, że komunikaty dźwiękowe zarówno wewnątrz, jak i na zewnątrz pojazdów powinny być w obecnych czasach chlebem powszednim, jednak w rzeczywistości nie jest to taka – jak mawiał klasyk – „oczywista oczywistość”. Są miasta, w których działają one całkiem dobrze, ale są też takie, w których wiele pod tym względem jest jeszcze do zrobienia. Za przykład mogę podać swoje miasto – Szczecin. W teorii wszystkie autobusy i tramwaje mają wewnętrzne komunikaty, ale w praktyce często kierowcy i motorniczowie ich nie włączają. Swego czasu toczyłem nawet boje

z Zakładem Dróg i Transportu Miejskiego. Zgłaszałem wszelkie nieprawidłowości, wyliczając kursy, na których nie było komunikatów dźwiękowych. Jednak była to walka z wiatrakami, bo nie otrzymywałem odpowiedzi na zgłoszenia. Zaczęły one przychodzić dopiero, kiedy sprawę skierowałem do „Czasu Reakcji” w Polskim Radiu Szczecin. Jeszcze gorzej jest z komunikatami zewnętrznymi, bowiem ZDiTM nie widzi potrzeby wprowadzania takich rozwiązań, a przecież nie wymagają one wielkiego zachodu. Można by się pokusić chociażby o wprowadzenie dodatkowego zapisu do przetargów na nowe tramwaje czy autobusy, aby posiadały one zewnętrzne głośniki i system, który informowałby o nadjeżdżającej linii i kierunku jazdy. Niby to tak niewiele, ale dla osób odpowiadających za transport publiczny wciąż zbyt dużo. Skoro więc informacje głosowe w środkach transportu zbiorowego są swego rodzaju loterią, warto wspierać się wytyczaniem trasy w Moovit, czyli aplikacji, o której jeszcze wspomnę. Dzięki niej uzyskamy komunikaty typu „Nadjeżdża twój transport”, „Przygotuj się, najbliższy przystanek to xyz”, „Wkrótce dotrzesz do miejsca docelowego”, „Jesteś na miejscu”.

Brak komunikatów dźwiękowych nie jest jedynym utrapieniem. Problemem są również przystanki na żądanie. Czasami autobusy i tramwaje się na nich zatrzymują, innym razem nie, co może wprowadzić zamieszanie. Podobnie jak nieotwieranie drzwi na przystankach przez kierowcę lub motorniczego. Pół biedy jak jesteśmy wówczas wewnątrz, bo zlokalizujemy rurkę z przyciskiem lub drzwi, na których umieszczony jest przycisk. Gorzej jest na zewnątrz, gdyż średnią przyjemnością jest macanie brudnego autobusu lub tramwaju w poszukiwaniu przycisku, który na dodatek w zależności od modelu pojazdu umieszczony jest w różnych miejscach. Stąd też przydałaby się aplikacja, przy pomocy której można by wirtualnie otwierać drzwi w środkach komunikacji w przypadku, kiedy kierowcy i motorniczowie by tego nie robili.

Jak dla mnie, mało trafionym pomysłem są także dźwiękowe informacje o tym, za ile minut z przystanku odjedzie dany środek komunikacji,

bowiem trzeba je aktywować przyciskiem znajdującym się na słupku. Dla osób niewidomych często ogromnym problemem jest odnalezienie tego właśnie słupka. Istnieje jednak sposób, aby temu zaradzić. Niewidomy może otrzymać informację o nazwie ulicy, przystanku i możliwościach komunikacyjnych. Co jednak najistotniejsze, przy pomocy aplikacji można uruchomić wirtualny przycisk, który aktywuje komunikaty głosowe, czyli stanie się to samo, co po naciśnięciu przycisku znajdującego się na przystankowym słupie.

Moją ulubioną aplikacją służącą do korzystania z transportu miejskiego jest wspomniany już powyżej Moovit. Jest to bardzo intuicyjna i przejrzysta aplikacja, która na dolnym pasku ma trzy karty – kierunki, stacje i linie. W karcie kierunki istnieje możliwość wyszukania optymalnej trasy z miejsca x do miejsca y, przy czym można ustawić zarówno czas przyjazdu, jak i czas odjazdu. Jest to bardzo przydatna opcja nie tylko wtedy, gdy podróżuje się pierwszy raz do danego miejsca, ale także w sytuacji, kiedy w mieście dochodzi do częstych zmian w kursowaniu komunikacji miejskiej, chociażby ze względu na liczne remonty. Na ekranie tej karty są też najczęściej odwiedzane miejsca, gdzie można wprowadzić np. adres domu, uczelni, pracy, ulubionej kawiarni, aby jednym kliknięciem wyszukać możliwości dojazdu do tego miejsca z obecnej lokalizacji. Są też ulubione rozkłady linii z danego przystanku, dzięki czemu równie łatwo można sprawdzić rozkład jazdy. W karcie stacje są w pobliżu miejsca, w którym się obecnie znajdujemy, wraz z informacją, jakie środki transportu i o której godzinie z nich odjeżdżają, oraz ulubione przystanki, dzięki czemu w łatwy sposób możemy wybrać kilka przystanków, z których najczęściej korzystamy, i szybko sprawdzać ich rozkłady jazdy. Z kolei w karcie linie można przeglądać rozkłady jazdy różnych środków transportu, dodawać konkretne do ulubionych, aby szybciej można było sprawdzić dane kursy.

Zasada ograniczonego zaufania

Wszelkie aplikacje mogą bardzo ułatwiać życie osobom niewidomym, ale zawsze trzeba być

czujnym i zachować ograniczone zaufanie do nowinek technologicznych. Wszak nie zawsze Seing Asistant Move dobrze nas wszędzie zaprowadzi albo dokładnie poinformuje o tym, co znajduje się w okolicy. Z kolei w Moovidzie też można czasami się naciąć. Sam kilkakrotnie złapałem się na tym, że przy wybraniu konkretnej trasy i przykładowo oczekiwaniu na tramwaj, komunikaty na podstawie GPS-u pojazdów przychodziły z opóźnieniem albo wcale. W efekcie, w najlepszym przypadku komunikat „nadjeżdża twój transport” pojawiał się wtedy, kiedy ja już kilkadziesiąt sekund przebywałem w autobusie lub w tramwaju. Do ludzkich wskazówek również warto podchodzić z rezerwą. Nie można ludziom ułatwiać zadania i pytać np. „czy to tramwaj linii 12?” albo „czy to przystanek Plac Kościuszki?”. Wszystko dlatego, że część z nich z własnej wygody przytaknie, nie do końca sprawdzając daną informację. Poprawnie zadane pytania powinny brzmieć raczej: „jaki numer tramwaju nadjechał?” albo „jaki teraz będzie przystanek?”.

Dla osób niewidomych smartfony stają się pewnego rodzaju centrum dowodzenia własnym życiem, bowiem umożliwiają nie tylko najprostsze czynności, do których należą: wykonywanie połączeń, pisanie wiadomości tekstowych czy korzystanie z serwisów społecznościowych, ale coraz częściej również ułatwiają im samodzielne poruszanie się w przestrzeni publicznej. Dzięki aplikacjom mogą nie tylko przemieszczać się pieszo z punktu A do punktu B, lecz także korzystać z komunikacji miejskiej. Nie wszystko jest doskonałe, w wielu aspektach wiele jest jeszcze do zrobienia, ale nie mamy co narzekać. Co mają mówić niewidomi, którzy funkcjonowali sto czy nawet dwadzieścia lat temu, kiedy o mówiących autobusach czy aplikacjach dedykowanych niewidomym można było tylko pomarzyć? Pewnie za następne dwadzieścia lat technologia zrobi kolejny krok do przodu, a wówczas niewidomi będą mogli funkcjonować jeszcze bardziej samodzielnie. A może powstanie aplikacja, która będzie umożliwiała nie tylko pieszą nawigację, ale także komfortowe korzystanie z komunikacji miejskiej, czego sobie i wszystkim niewidomym Czytelnikom życzę.

Hulajnogi elektryczne a niewidomi

Hubert Jankowski



Hulajnogi elektryczne stały się bardzo popularnym środkiem transportu. Szczególnie w okresie letnim ich użytkownicy są bardzo aktywni. Niestety są one również zagrożeniem dla pieszych, a szczególnie dla osób niewidomych.

Hulajnoga elektryczna jest pojazdem, który z definicji napędzany jest za pomocą silnika elektrycznego, a budową nie różni się od tradycyjnej hulajnogi. Konstrukcja tego sprzętu pozwala na poruszanie się jednej osobie.

Hulajnoga na drodze osoby niewidomej

Agnieszka przyznała, że gdyby widziała, to korzystałaby z hulajnóg elektrycznych. Jednak irytuje ją, jak ludzie z nimi postępują. Przytacza sytuację, gdy szła dobrze sobie znaną drogą. Wie, że nie ma tam przeszkód, aż tu nagle... hulajnoga. Potyka się, upada na kolana, drąc nowe spodnie i uszkadzając nogę. Innym razem wychodziła z autobusu. Zawsze wysiada pierwszym wejściem, przy kierowcy. Ktoś postawił hulajnogę tuż przy chodniku w miejscu, gdzie właśnie wysiadała

“ Mimo, że hulajnogi elektryczne są rewelacyjnym i szybkim środkiem transportu, należy z nich rozważnie korzystać i zostawiać je we właściwych miejscach.

Agnieszka i: „Powiedziałyśmy sobie dzień dobry”. Kiedyś weszła na kładkę nad ruchliwą ulicą i natknęła się na stojącą na jej środku hulajnogę. „Zdziwiłam się, że komuś się chciało wprowadzić hulajnogę w takie miejsce i zostawić ją byle gdzie. To straszne...” mówi – Agnieszka.

Katarzyna jest osobą niewidomą, pochodzi z Krakowa. Mimo swojej niepełnosprawności działa prężnie, próbując pokazywać innym, że niepełnosprawność jest czymś do ominięcia. Zrobiło na mnie wrażenie to, że Katarzyna ukończyła filologię polską na Uniwersytecie Jagiellońskim. Postanowiłem z nią porozmawiać, gdyż uświadamia ona ludzi, jakim zagrożeniem dla osób niewidomych są hulajnogi elektryczne. Mówi: „Początkowo, gdy pojawiły się one w moim mieście, czułam niepokój i było to dla mnie bardzo stresujące, że spotkam na swojej drodze hulajnogę”. Nie wiedziała, gdzie może je spotkać. Wspomina, że niegdyś poruszała się pieszo dość szybko. Określa to jako szybki marsz. Jednak po pojawieniu się hulajnóg elektrycznych musiała całkowicie zmienić swój sposób przemieszczania się i ubolewa nad tym. Mówi, że „nawet dobrze zaparkowana hulajnoga stwarza zagrożenie, bo mimo wszystko może stać na znajomej drodze osoby niewidomej”. Katarzyna nie zna osoby niewidzącej, która spaceruje, większość z nich porusza się szybko. Zdałem sobie wtedy sprawę, że mam podobnie. Katarzyna odniosła się również do starszych osób niewidomych, które od wielu lat poruszają się w tych samych miejscach, nie zmieniając swojej trasy.

Większość osób przyzna, że osoba starsza mimo wszystko ma słabszą kondycję niż osoba młoda i w momencie potknięcia się o hulajnogę może

nie zdążyć uchronić się przed upadkiem. Świat nie składa się jedynie z osób sprawnych, ale też z takich, o których po prostu należy pamiętać. Kasia zaznacza, że mimo wszystko nie jest przeciwna hulajnogom elektrycznym. „Wiadomo, że dla mojego komfortu byłoby lepiej, gdyby tych hulajnóg nie było, ale pewnie gdybym widziała, to korzystałabym z nich. To fajny środek transportu”.

Jak zapewnić bezpieczeństwo innym?

Wspólnie z Katarzyną przygotowaliśmy kilka rad jak parkować hulajnogi, aby nie stanowiły niebezpieczeństwa dla innych użytkowników, a w szczególności osób niewidomych.

- Starać się zaparkować hulajnogę równolegle do krawężnika.
- Ustawić ją jak najbliżej krawężnika, aby nie stała na środku.
- Nie blokować ciągów komunikacyjnych (parkować ją w miejscu, gdzie ludzi porusza się po prostu mniej)
- Unikać parkowania hulajnóg przy miejscach stałych (słupy, znaki, drzewa)
- W miarę możliwości unikać jazdy chodnikiem. Szczególnie szybka jazda jest niebezpieczna, gdyż osoba niewidoma może mieć trudność z usłyszeniem nadjeżdżającego pojazdu i nie zdążyć się usunąć.
- Zalecane jest również nie zastawianie przystanków dla autobusów komunikacji miejskiej hulajnogami. Sugeruje się, aby w konieczności stawiać ją z tyłu przystanku, aby nie stanowiła niebezpieczeństwa.

Mimo, że hulajnogi elektryczne są rewelacyjnym i szybkim środkiem transportu, należy z nich rozważnie korzystać i zostawiać je we właściwych miejscach. Zarówno moi rozmówcy, jak i ja uznaliśmy, że gdybyśmy widzieli, to z pewnością korzystalibyśmy z tego środka transportu. Moi drodzy, bądźmy rozważni i ostrożni!

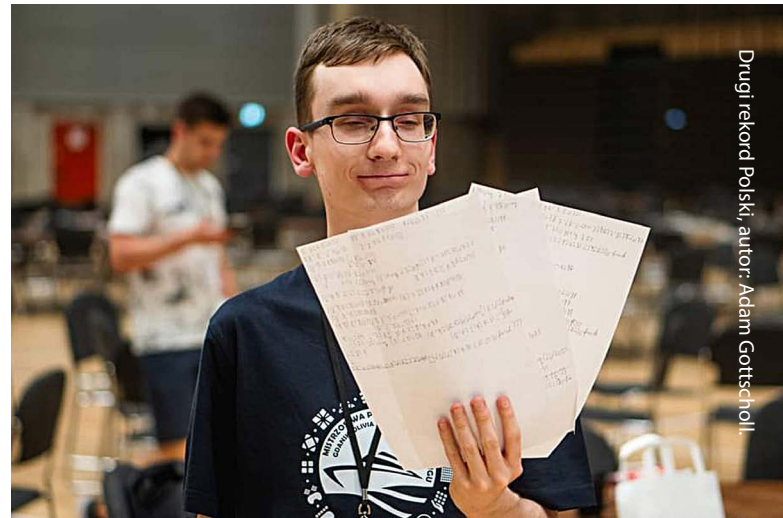
Moje mistrzostwo Europy

Cyprian Kalbarczyk

Jest studentem pierwszego roku matematyki na Wydziale Matematyki, Informatyki i Mechaniki Uniwersytetu Warszawskiego. Ma 19 i pół roku i słabo widzi. Jego osiągnięcia w kolejnych szkołach i na studiach imponują. Podobnie w dyscyplinie sportu, która go zafascynowała – speedcubingu. Niniejszym przedstawiamy jego relację z mistrzostw, podczas których został mistrzem Polski i mistrzem Europy, a nasza reprezentacja okazała się absolutnie najlepsza – 11 złotych medali na 17 do zdobycia to wynik, jaki nie zdarza się często!

Kostkami Rubika zacząłem interesować się, kiedy miałem 12 lat. Najpierw próbowałem samodzielnie układać nowe kostki i powiększałem swoją kolekcję układanek. Interesowałem się układaniem na czas, nauką nowych metod i algorytmów optymalizujących układanie. Poprawiałem osiągnięte czasy, aż wreszcie stały się wystarczające, by móc konkurować z innymi i zapisałem się na moje pierwsze zawody. Przy tej okazji, w listopadzie 2016 roku, dowiedziałem się, że można kostkę układać na inny sposób.

Jedną z 17 konkurencji na zawodach speedcubingowych rozpoznawanych przez World Cube Association jest 3x3x3 fewest moves, w skrócie FM. W przeciwieństwie do standardowych konkurencji nie wygrywa w niej ten, kto ułoży kostkę najszybciej, ale ten, kto w ciągu godziny znajdzie rozwiązanie zawierające najmniejszą liczbę ruchów. Jeszcze nie znałem tzw. „technik



Drugi rekord Polski, autor: Adam Gottscholl

FM-owych” i nie wiedziałem, jak właściwie działa kostka. Skończyłem tamte zawody z wynikiem 49 ruchów i z dwoma zdyskwalifikowanymi rozwiązaniami.

Następnie układałem różne kostki na czas, co zmieniło się dopiero w 2019 roku. Szukałem konkurencji, w której poziom w Polsce jest najniższy: najłatwiej zdobywać medale, a także rekord Polski jest najłatwiejszy do pobicia. Wtedy była to wspomniana konkurencja – FM.

Okazało się, że mam talent – szybko zacząłem osiągać średnie wyniki na poziomie niższym niż 30 ruchów. Niektórzy, mimo solidnego treningu, nie są w stanie tego osiągnąć. Na Mistrzostwach Polski 2019 zająłem ósme miejsce. W tamtym czasie układałem kostkę prymitywnymi metodami. Tymczasem na świecie nastąpiła w tej konkurencji rewolucja, która spowodowała ogromne zmiany w rankingach i doprowadziła do pobicia wielu rekordów.

Na przełomie lat 70. i 80. ubiegłego wieku opracowano najłatwiejszy dla komputera sposób, w jaki można znaleźć optymalne rozwiązanie dla danego scrambla (układu elementów na kostce). Po wielu latach okazało się, że każdą sytuację na kostce Rubika można ułożyć wykorzystując 20 ruchów, a średnio do ułożenia wystarczy około 17,5 ruchu. Komputer układał kostkę w dwóch etapach. Najpierw „redukował do domina”, czyli doprowadzał kostkę do takiego

stanu, że na górnej i dolnej ścianie znajdują się tylko elementy dwóch kolorów – np. białego i żółtego; dodatkowo środkowa warstwa zawiera tzw. zorientowane krawędzie, czyli takie, które można ułożyć ruchami o 180 stopni. Często kostkę będącą w takim stanie łatwo ułożyć. Może się okazać, że żaden element nie jest poprawnie ułożony tuż po redukcji, ale np. po ośmiu kolejnych ruchach ułoży się cała kostka. Komputery sprawdzają wiele domino: najpierw krótkie, później coraz dłuższe, a następnie z łatwością układają całą kostkę. Później wystarczy wybrać najkrótsze z tych ułożeń.

Przez wiele lat myślano, że domino reduction (sposób układania oparty na dwóch wspomnianych etapach) nie jest metodą, która przyda się FM-owcom, czyli osobom zajmującym się układaniem kostki w jak najmniejszej liczbie ruchów. Przełom nastąpił na początku roku 2019, kiedy dzięki domino reduction udało się pobić rekord świata w pojedynczym ułożeniu, a później także w średniej z trzech ułożeń, a także powstały pierwsze poradniki opisujące tę metodę w nieznanym wcześniej ujęciu. W 2018 roku rekordowa średnia wynosiła 24,00, teraz – 21,00. Oczywiście domino to nie wszystko – w ten sposób (bez żadnych usprawnień) nie dojdziemy do średnich wyników na poziomie 18, a pewnie nawet 20 ruchów. Po pierwsze w ciągu godziny nie można sprawdzić wszystkiego. Po drugie czasem jest tak, że w optymalnym rozwiązaniu „dojście do domina” zajmuje 16 ruchów, a druga część

ułożenia – 2 ruchy. Wtedy trzeba sobie radzić innymi metodami. Jeszcze nie wiadomo czy takie metody istnieją – rozwiązania proponowane przez komputer zwykle są chaotyczne i człowiek nie potrafi ich zrozumieć.

Faktem jest, że wyniki bardzo poprawiły się, gdy kolejny zawodnicy zaczęli uczyć się nowej metody. Ja byłem jednym z pierwszych Polaków, którzy na poważnie zaczęli się nią zajmować. Początki były trudne i przez kilka pierwszych miesięcy miałem ogromne problemy z różnymi etapami układania. Bardzo przejąłem się tym, że domino nie jest obiektywnie najlepsze i zacząłem szukać innych sposobów. Najbardziej przypadło mi do gustu tzw. blokino, czyli połączenie domino reduction z drugą stosowaną metodą: blockbuildingiem (budowaniem bloków). Dzięki temu i innym pomysłom udało mi się wykształcić własny oryginalny styl. Już w 2020 roku podczas domowych treningów osiągałem wyniki na poziomie rekordów Polski, jednak nie mogłem tego potwierdzić podczas zawodów, które nie odbywały się ze względu na pandemię.

Sytuacja zmieniła się we wrześniu 2021 roku podczas zawodów Szansa Cubing Open Warsaw 2021, na których zdobyłem „tylko” brązowy medal ze średnim wynikiem 25,33. Nie byłem zadowolony, ponieważ w drugiej próbie źle zarządzałem czasem, przez co zakończyłem ją z wynikiem 29 ruchów, a mogłem mieć nawet o 5 ruchów mniej. Wystarczyło zmienić drugą połowę ułożenia w całkiem standardowy sposób, co pewnie bym zauważył, gdybym wcześniej nie stracił czasu.

Na mistrzostwach Polski 2021 zdobyłem srebrny medal, a pierwsze złoto oficjalnych zawodów zdobyłem w kwietniu 2022. Uzyskałem wtedy średnią 25,00 ruchów, a był to dopiero początek prawdziwych sukcesów. Warto dodać, że już wtedy dobrze znałem metody układania – zarówno te nowe (wszystko związane z domino reduction), jak i stare (różne aspekty budowania bloków). Trenowałem jednak znacznie mniej niż wcześniej, ponieważ studia są dla mnie znacznie ważniejsze.



Polska reprezentacja na Mistrzostwach Europy 2022
autor: Adam Gottscholl.

FOT. ADAM GOTTSCHOLL

Mistrzostwa Polski 2022 miały odbyć się w pierwszej połowie lipca, a już w następnym tygodniu, w Kopenhadze, miałem wystartować w Mistrzostwach Europy. Niestety, ze względu na trudne egzaminy, musiałem porzucić trening. Sytuacja zmieniła się, gdy zachorowałem na COVID-19. Nie mogłem przystąpić do dwóch najważniejszych egzaminów, więc przez ostatnie 10 dni mogłem intensywnie trenować. Na początku wyniki były słabe, ale tuż przed mistrzostwami, kiedy już wyzdrowiałem, miałem bardzo dobrą formę.

Potwierdziłem swoje dobre wyniki na mistrzostwach Polski, które po raz pierwszy w mojej karierze były porównywalne, a nawet lepsze od moich średnich wyników, które uzyskuję w domu. Na zawodach zawodnicy mają trzy próby, a końcowy wynik jest średnią długością rozwiązań. W pierwszej próbie w Gdańsku uzyskałem 20 ruchów (mój rekord życiowy). Scramble był łatwy, ale tak dobry wynik uzyskałem dzięki wykorzystaniu zaawansowanych technik FM-owych. Dwóch innych uczestników także uzyskało 20 ruchów. Przewagę nad innymi uczestnikami miałem dopiero po drugim ułożeniu – 23 ruchy – po którym czułem niedosyt, ponieważ nie potrafiłem znaleźć optymalnego rozwiązania po pierwszych 12 ruchach. Później

okazało się, że poprzez wykorzystanie „insercji i skrótów” mogłem ułożyć 7 krawędzi w 5 ruchach, co ostatecznie dałoby 20 ruchów. Gdyby mi się to udało, potrzebowałbym 23 ruchów w ostatniej próbie do wyrównania rekordu świata.

Trzeci scramble był najtrudniejszy. Tylko jeden uczestnik mistrzostw miał na nim mniej niż 26 ruchów. Dodatkowo miałem pecha – nie mogłem znaleźć żadnego dobrego początku. W czasie około 15 minut musiałem wybrać najlepszy z nich, a następnie jak najkrócej zakończyć ułożenie. Dokonałem dobrego wyboru, potem zamieniłem kilka ruchów, aby uzyskać „symetryczną” sytuację, doprowadziłem do stanu, w którym do ułożenia kostki brakuje 3 rogów, a następnie ułożyłem je w 6 ruchach i skróciłem kolejne 2 ruchy. Ostatecznie zakończyłem zawody z wynikami 20, 23, 26, które dały średnią 23,00 – nowy rekord Polski pobity o 0,67 ruchu. Zostałem mistrzem Polski z przewagą 1,67 ruchu. Jednak to nie był koniec rywalizacji, ponieważ już po kilku dniach miałem walczyć o medal mistrzostw Europy.

Zawody w Kopenhadze były dla Polaków bardzo udane. W 2018 roku polska reprezentacja zakończyła udział w Euro z 4 złotymi medalami w 18 konkurencjach. W 2022 roku zdobyliśmy

aż 11 złotych medali w 17 konkurencjach. Druga najlepsza reprezentacja – Szwecja – tylko 2. Polacy zdobyli też 4 srebrne i 4 brązowe medale.

Pierwsze medale rozdano właśnie w konkurencji FM, w której do ostatniej chwili nie było wiadomo, jak będzie wyglądało podium. Po pierwszej próbie prowadził Radomił Baran (22 ruchy) – jeden z tych, którzy znaleźli 20-ruchowe rozwiązanie podczas mistrzostw Polski. Drugie miejsce zajmował Theodor Nordstrandt ze Szwecji (23 ruchy), a trzecie miejsce z wynikiem 24 zajmowały 3 osoby, w tym ja. Nie byłem zadowolony z tej próby. Scramble był w mojej opinii łatwy. Było wiele możliwości – gdzieś musiałem popełnić błąd, przez co uważałem, że moje 24 nie było dobrym rezultatem. Okazało się, że miałem rację, ponieważ popełniłem głupi błąd, przez co przegapiłem 22-ruchowe ułożenie.

W drugiej próbie miałem 22 ruchy razem z Theodorem Nordstrandtem, a Radomił Baran znalazł 24-ruchowe rozwiązanie. Dzięki temu awansowałem na drugie miejsce ze średnią z dwóch ułożeń 23,00. Kolejny zawodnik, Mauro Moisés Ortega López, tracił do podium 1,5 ruchu. Trzecia próba była najważniejsza, a scramble, jaki nam się trafił, był idealny do rozstrzygnięcia, kto zostanie mistrzem Europy. Był bardzo trudny, ale, gdy ktoś znał skomplikowane techniki wykorzystywane w FM-ie, mógł sobie z nim poradzić – z tego powodu bardzo przypadł mi do gustu. Zarówno Theodor, jak i Radomił, w przeszłości często psuli swoje średnie – miewali wyniki typu

28, 20, 29 albo 20, 25, 30. Dlatego byłem spokojniejszy i próbowałem wykorzystać swoją szansę. Ostatecznie znalazłem 22-ruchowe rozwiązanie. To bardzo dobry wynik. Swoje rozwiązanie oddałem 7 minut przed końcem czasu. Byłem prawie pewny, że osiągnąłem nowy rekord Polski (24, 22, 22 dało średnią 22,67), ale wystarczyło, że Szwed znajdzie to samo rozwiązanie, żeby mnie wyprzedzić. Niestety, nie oddał żadnego rozwiązania! Nie znalazł niczego dobrego, co oznaczało, że cała średnia została zdyskwalifikowana. Radomił Baran miał 33 ruchy, czyli wpisał na kartę "cokolwiek". W ten sposób obaj odpadli z walki o podium i mogłem cieszyć się ze zwycięstwa. Ostatecznie drugi był Jan Bentlage (24,33), a trzeci Mauro Moisés Ortega López (25,00). Dla porównania: drugie miejsce w mistrzostwach Polski zajął Jan Zych (24,67), a trzecie Bartosz Karpiński (25,00).

Udało mi się dwukrotnie pobić rekord Polski i zdobyłem dwa tytuły mistrzowskie w ciągu tygodnia, co jest dużym osiągnięciem, szczególnie w FM-ie, w którym na zawodach tej rangi organizowana jest tylko jedna runda, a każde ułożenie jest wliczane do końcowego wyniku (w innych konkurencjach do średniej nie liczy się najlepszy i najgorszy wynik). Po latach treningu zostałem najlepszym FM-owcem na kontynencie. W rankingu globalnym, w którym zawodnicy są klasyfikowani na podstawie ich rekordów życiowych, zajmuję ósme miejsce. Niewiele mi zabrakło do rekordu Europy, ale i tak jestem zadowolony z moich rezultatów.



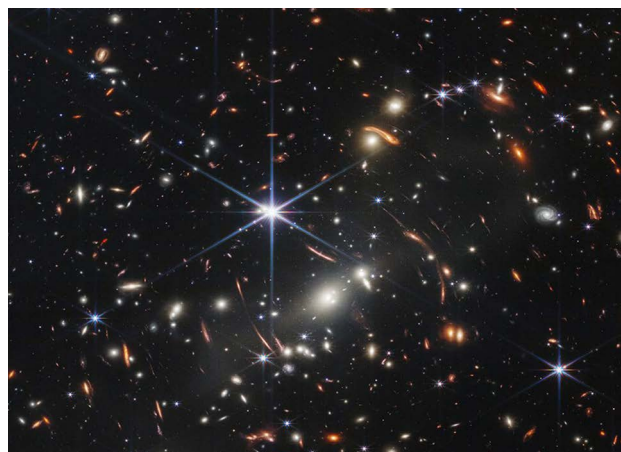
Felieton skrajnie subiektywny

Tuż po Wielkim Wybuchu

Elżbieta Gutowska-Skowron

Odkąd pamiętam, zawsze fascynował mnie kosmos, ten bliższy i ten dalszy. W domu mojej babci, w Karkonoszach, był ogromny taras, a właściwie dach pierwszego poziomu budynku pokryty papą. Wszystkie dzieci z rodziny, a było ich mnóstwo, wraz z dorosłymi, kładły się nocą na tym tarasie. Wakacyjne obserwacje nieba to był niemal codzienny rytuał. Rarytasem były przelatujące satelity. W latach 60. i 70. minionego wieku nie było ich tak wiele jak dziś, więc ten, kto pierwszy spostrzegł satelitę, z wypiekami na twarzy sygnalizował to innym. Prawdziwą gratką był jednak fantastyczny, sierpniowy pokaz Perseidów, doskonale widoczny w górach.

Dziś też bardzo często spoglądam w niebo, jest to u mnie niemal odruchowe. Dzięki temu często widuję przelatujące satelity, co nie jest może niczym szczególnym, zważywszy na ich ilość. Niedawno obserwowałam przelot orbitalnej stacji kosmicznej ISS nad moim domem. Nieodmiennie fascynują mnie i przyciągają Księżyc, Wielka Niedźwiedzica i piękna Wenus. Zadzierając głowę do góry zobaczyłam w ubiegłym roku sznur 90 satelitów Starlink ze stajni Elona Muska, z wolna przemierzających niebo. Większość domorosłych astronomów nazywa je kosmicznym pociągiem, moje skojarzenia są nieco inne. Przelot Starlinków wygląda tak, jakby ktoś przeciągał po nieboskłonie sznur diamentowych



korali. Zapewniam, że widok wart jest obserwacji. Księżyc widziany obiektywem teleskopu mojego siostrzeńca też wciąż stoi mi przed oczami.

Wyobraźnię wszystkich patrzących w niebo pobudziło wyniesienie w kosmos teleskopu Jamesa Webba, a przede wszystkim pierwsze zdjęcia wykonane przez jego kamery 11 i 12 lipca. Urzekające pięknem, zadziwiające rozdzielczością, sięgające do początków wszechświata. Pierwsze doniesienia po analizie tych zdjęć wskazywały, że teleskop natrafił na najstarszą ze znanych galaktyk. Wiek obiektu sklasyfikowanego pod nazwą GLASS-z13, oszacowano na około 300 milionów lat po Wielkim Wybuchu. W wymiarze kosmicznym takie datowanie oznacza praktycznie początek znanego nam wszechświata. W końcu lipca rekord został jednak pobity.

Z danych zebranych przez Kosmiczny Teleskop Jamesa Webba wynika, że sfotografował jeszcze starszą galaktykę, którą nazwano CEERS-93316. Jej odległość od Ziemi to 35 miliardów lat świetlnych. Wedle astronomów istniała ona już 235 milionów lat po Wielkim Wybuchu. Zaobserwowano, że ma ponadprzeciętne przesunięcie ku czerwieni. A przesunięcie ku czerwonemu widmu światła pozwala oszacować odległość galaktyki od naszej planety i wiek jej powstania. Im jest ono większe, tym bardziej odległa i wczesna jest galaktyka.

Warto przyjrzeć się samemu teleskopowi, który powstawał we współpracy amerykańskiej agencji NASA z Europejską Agencją Kosmiczną

(ESA) i Kanadyjską Agencją Kosmiczną (CSA), jako bardziej zaawansowane technologicznie i znacznie bardziej szczegółowe uzupełnienie teleskopu Hubble'a. Projekt rodził się w bólach, wciąż przesuwana była data startu rakiety nośnej z teleskopem, a także niebotycznie rosły koszty projektu, by ostatecznie osiągnąć kwotę 6,5 miliarda dolarów.

Cel powstania teleskopu to przede wszystkim obserwacje pierwszych gwiazd powstałych po Wielkim Wybuchu, badanie formowania się i ewolucji galaktyk, badanie narodzin gwiazd i systemów planetarnych, a także poszukiwanie tzw. egzoplanet, czyli planet podobnych do Ziemi, tyle że znajdujących się poza naszym Układem Słonecznym, obiegających gwiazdę podobną do naszego Słońca. Na takich planetach hipotetycznie mogło narodzić się życie. Takie planety mogłyby też w przyszłości służyć ludzkości, gdyby z jakichś powodów zaistniała konieczność opuszczenia Ziemi. Notabene odkryto już ponad 2400 takich planet.

Teleskop Jamesa Webba został wyniesiony na orbitę okołosłoneczną na odległość 1,5 miliona kilometrów od Ziemi, w takie miejsce, gdzie zapewnione jest stałe położenie względem środka Ziemi i niemal stałe położenie naprzeciw Słońca, co nie oznacza, że całkowicie uniknie się korekt jego kursu, wykonywanych przez silniki rakietowe.

Platforma satelitarna, bo to na niej znajduje się teleskop, wykonana jest niemal w całości z kompozytu grafitowego, waży zaledwie 350 kilogramów. Zaledwie, zważywszy na to, że musi udźwignąć 6,5-tonowy teleskop. W platformie znajdują się centralny komputer, pamięć i system komunikacyjny. Procesor i oprogramowanie zapewniają dwutorową wymianę danych pomiędzy instrumentami naukowymi, pamięcią i anteną. Sprawia to, że możliwe jest ich wyszukiwanie i gromadzenie, a także przesyłanie do centrów operacyjnych na Ziemi i do samego teleskopu. Komputer steruje ustawieniem Webba

w przestrzeni, posiłkując się informacjami z żyroskopów i tzw. szukaczy gwiazd, urządzeń określających położenie teleskopu.

Na system optyczny teleskopu składają się cztery zwierciadła wklęsłe, wypukłe i płaskie, a także system chłodzący w postaci radiatorów z czystego aluminium, znajdujący się za zwierciadłem głównym. Taki układ zwierciadeł eliminuje różnego rodzaju zakłócenia, których nazwy mogą przyprawić o ból głowy i z pewnością nic nie powiedzą laikom. Główne zwierciadło ma kształt plastra miodu i składa się z 18 elementów formujących sześciokąt o rozpiętości 6,5 metra. Jego powierzchnia to 25 metrów kwadratowych. Dla porównania główne zwierciadło teleskopu Hubble'a ma rozpiętość 2,4 metra i powierzchnię 4,2 metra kwadratowego, ponadto znajduje się on na orbicie okołosłonecznej w odległości około 600 kilometrów od naszej planety. Zwierciadła Webba wykonane są z lekkiego berylu i pokryte warstwami złota i krzemionki.

Do spodniej części konstrukcji teleskopu zamocowany jest moduł urządzeń naukowych wykonany z kompozytu grafitowo-epoksydowego. W module tym znajdują się cztery wysokospecjalistyczne, zaawansowane technologicznie przyrządy naukowe – kamera bliskiej podczerwieni, spektrograf bliskiej podczerwieni, kamera i spektrograf średniej i dalekiej podczerwieni, a także zintegrowane urządzenie o nazwie FGS/NIRRS – spektrograf i detektor.

Cała misja przygotowania teleskopu do działania od momentu startu rakiety nośnej trwała bez mała cztery miesiące, z czego sam proces kalibracji luster zwierciadła głównego zajął aż trzy miesiące. Sądząc po efektach, było warto. Teleskop Kosmiczny Jamesa Webba rozpoczął pracę od razu sięgając po krańce wszechświata i cofając nas do czasu tuż po Wielkim Wybuchu. Naukowcy oczekują, że odkryta niedawno galaktyka nie będzie najstarszą odkrytą przez teleskop. Tym sposobem zbliżamy się do momentu, kiedy wszechświat był osobliwością – nieskończenie gęstym i gorącym punktem, od którego wszystko się zaczęło.

Opolska Pętelka

Alicja Stelmaszczyk

Trudno oprzeć się wrażeniu, że w ostatnich latach kolarstwo rekreacyjne stało się sportem narodowym Polaków. Coraz więcej z nich rezygnuje z grillowego biesiadowania na działce albo z przesiadywania na kanapie przed telewizorem, wybierając rowerowy wypoczynek na świeżym powietrzu. Dla wielu czytelników tego tekstu pewnie rower bardziej kojarzy się ze zmęczeniem niż z wypoczynkiem, ale na swoim przykładzie mogą zaświadczyć, że wysiłek w trakcie jazdy na tandemie można odbierać jako coś pozytywnego. W trakcie jazdy wydzielają się bowiem endorfiny, czyli hormony szczęścia, które pozwalają czerpać jeszcze więcej radości z jazdy na rowerze. Dla niektórych przejechanie już 5 czy 10 kilometrów będzie stanowiło wielki wyczyn, a inni nie widzą sensu wsiadania na rower, kiedy wycieczka jest krótsza niż 50 czy 100 kilometrów. Jednak są i tacy, którzy szukają jeszcze większych wyzwań. Dla nich w kalendarzu rowerowych imprez dostępnych jest coraz więcej różnej maści maratonów. Niektóre z nich odbywają się na podłożu asfaltowym, inne na mieszanym, a jeszcze inne nastawione są typowo na jazdę w terenie MTB. Jedne liczą 500 kilometrów, a inne ponad 1000. Chyba najslawniejszymi są „Wisła 1200” oraz „Bałtyk-Bieszczady Tour”. W nich jednak startują tylko najwytrwalsi pasjonaci rowerowych wyzwań, choć tandemy czasami również podejmują takie wyzwanie.

Nie ma co jednak ukrywać, że do tej pory wszelkie tego typu imprezy nastawione były na pełnosprawnych kolarzy. Postanowiliśmy jednak



trochę to zmienić, my czyli fundacja „Na Kole”, która stawia na rehabilitację przez sport osób niewidomych i niedowidzących. Sami konstruujemy tandemy, organizujemy rajdy rowerowe, jeździmy na tandemach i uprawiamy różne sporty, włączając w to innych bez względu na wiek czy stan zdrowia. Mieścimy się w Opolu i działamy od 2018 roku. Fundację tworzą: Karolina Włodarska, Alicja Stelmaszczyk i Łukasz Jurkowski.

Skąd pomysł na Opolską Pętelkę?

Pomysłodawcą i twórcą trasy na taki rodzaj zawodów był Łukasz, który jest miłośnikiem turystyki rowerowej, zwłaszcza lasów i szutrów, oraz całego regionu opolskiego. Ale mój start w ultramaratonie „Wisła 1200” też się przyczynił do powstania takiej imprezy na Opolszczyźnie. Pokazało to, że na podwójnym rowerze da się pokonać trudne tereny. Tymczasem osoby z uszkodzonym wzrokiem nie mają w Polsce dedykowanego tandemom takiego survivalu. Postanowiliśmy to zmienić i dać im możliwość sprawdzenia się na opolskiej trasie. Ponadto odpowiadając na zdiagnozowane potrzeby mieszkańców województwa opolskiego oraz chęć promocji walorów turystycznych, krajoznawczych, kulinarnych i przyrodniczych regionu

zajęliśmy się organizacją „Opolskiej Pętki”. To był pierwszy na tym terenie ultramaraton rowerowy. Odbył się w dniach 16.06.2022 – 19.06.2022.

Wyścig dodatkowo był wzbogacony i wyróżnił się na tle innych tego typu wydarzeń dostępnością dla osób o szczególnych potrzebach. Jedną z kategorii był rower tandem, a jego trasa liczyła około 420 kilometrów, w tym ponad 3800 metrów przewyższeń. Ze względu na specyfikę tandemów trasa wcześniej została sprawdzona przez zespoły tandemowe, w których skład wchodziły osoby z dysfunkcją wzroku. Wszystko po to, aby projekt mógł trafić do jak najszerzej grupy rowerowych miłośników. Wziąć w nim mogli udział zarówno pojedynczy pasjonaci dwóch kółek, jak i drużyny tandemowe. Nieopuszczalne było za to używanie rowerów z jakimkolwiek wspomaganie elektrycznym. Zawody rozgrywane były bez zewnętrznego wsparcia, czyli każdy z uczestników musiał samodzielnie zapewnić sobie jedzenie, picie, spanie i serwis sprzętu. Trasa maratonu wiodła przez najbardziej urokliwe części Opolszczyzny, a dokładniej rzec ujmując przez 108 miejscowości w ośmiu powiatach (nyskim, prudnickim, głubczyckim, kędzierzyńsko-kozielskim, strzeleckim, opolskim, grodzkim i brzeskim). Przygoda rowerowa zaczęła się w Paczkowie, skąd uczestnicy maratonu kierowali się na południowy-wschód Polski w kierunku Pilszcu wzdłuż granicy polsko-czeskiej, po drodze odwiedzając najbardziej wysunięte na południe części Opolszczyzny. Z jej południa kierowali się na północ. Przejechali przez Baborów, Polską Cerekiew, Kędzierzyn-Koźle, Górę św. Anny, aż dojechali do Opola, gdzie przejechali przez urokliwy rynek i wyspę Bolko, mijając i słysząc próby w amfiteatrze do Krajowego Festiwalu Polskiej Piosenki.

Dalej podążyli w kierunku Niemodlina, Grodkowa, Rogowa, Szklar i Paczkowa, gdzie zaplanowana była meta.

Trasa maratonu w dużej części poprowadzona jest starymi szlakami turystycznymi, np. Głównym Szlakiem Sudeckim, tym samym reaktywuje niektóre zapomniane ścieżki. Ich podłoże jest

bardzo mieszane. Występują asfalty, szutry, lasy, bezdroża, pola, kamienie, błoto, potoki górskie, rzeki i góry. Poza tym, biorąc udział w imprezie było można zobaczyć zamki, pałace, zabytkowe ruiny i malownicze wioski Opolszczyzny. Zawodnicy mieli różne sposoby na pokonanie trasy. Jedni jechali ciągiem bez spania, inni spali w agroturystykach, a jeszcze inni w hamakach, namiotach lub na ławkach spotkanych po drodze. Na trasę wyjechały też różne rodzaje rowerów, pośród których był tandem, rower poziomy i szosowy. Zwycięzca pokonał kilometry w 24 godziny.

Uczestnikom w ramach opłaconego przez nich pakietu zapewniono wodę, kawę i herbatę oraz poczęstunek na startcie, przekąski energetyczne oraz ciepły posiłek na mecie. Każdy otrzymał komin z logo imprezy, torbę, los niespodziankę oraz możliwość noclegu przed i po jeździe w salach obiektu sportowego z pełnym węzłem sanitarnym. Każdy rowerzysta, który ukończył wyścig w określonym limicie, otrzymał medal oraz rowerową koszulkę. Zawodnik dostaje ślad trasy w pliku GPX, który wgrywa do swojego urządzenia nawigacyjnego i jedzie po śladzie.



“ Wyścig dodatkowo był wzbogacony i wyróżnił się na tle innych tego typu wydarzeń dostępnością dla osób o szczególnych potrzebach. Jedną z kategorii był rower tandem, a jego trasa liczyła około 420 kilometrów, w tym ponad 3800 metrów przewyższeń. Ze względu na specyfikę tandemów trasa wcześniej została sprawdzona przez zespoły tandemowe, w których skład wchodziły osoby z dysfunkcją wzroku.

Specjalne urządzenie GPS (tracker) przypisane do danej osoby śledzi i rejestruje trasę, po której jedzie zawodnik. Na tej podstawie jest sprawdzany każdy z rowerzystów. Dla bezpieczeństwa zawodników niezbędne jednak było przejechanie i sprawdzenie trasy przed samym startem zawodników, co robiliśmy na tandemie po raz kolejny. Konieczne również było zbudowanie mostku na rzeczce oraz wycięcie i udrożnienie paru krzaczastych miejsc na trasie.

Bez wątpienia nie każda osoba niewidoma może wziąć udział w takim maratonie. Musi mieć już jakieś doświadczenie związane z jazdą na tandemie, ponieważ, aby zostać sklasyfikowanym, należy zmieścić się w limicie czasu, który wynosi 60 godzin. Ktoś musi bowiem wygrać, ale nikt nie przegra. Czas jest liczony non stop od startu do momentu zameldowania się na mecie. Zapewne w trakcie jazdy kryzysów nie brakowało, ale satysfakcja z ukończenia „Opolskiej Pętelki” może przykryć wszelkie problemy napotkane po drodze.

Dla każdego uczestnika trudność maratonu jest w innym miejscu. Przykładowo Łukasz z perspektywy pilota tandemu stwierdził, że największą trudnością było dla niego opisywanie całej trasy, szczególnie górzystego odcinka od Paczkowa aż do Pilszcza, a później okolic Góry św. Anny oraz terenów za Głogówkiem. Poza tym tak naprawdę każdy w pewien sposób mierzy się ze swoimi słabościami. Na pewno emocje przeplatały się, ale na mecie satysfakcja z ukończenia maratonu była niewyobrażalnie duża. Zarówno w tym roku, jak i w kolejnych latach będziemy starali się dotrzeć z informacjami do jak największej liczby osób korzystających z tandemów. Jeśli ktoś czuje się na siłach wziąć udział w takim przedsięwzięciu, a nie ma odpowiedniego tandemu albo brakuje mu pilota, to może zgłosić się do fundacji, która oferuje pomoc w skompletowaniu zarówno tandemowego duetu, jak i rowerowego sprzętu. Jeśli osoba z dysfunkcją wzroku będzie kondycyjnie przygotowana do udziału w maratonie, ale nie będzie miała tandemu lub pilota, to może się z nami skontaktować, a nasz fundacyjny zespół postara się temu zaradzić. Dysponujemy rowerami i trzeba z nich korzystać.

„Opolska pętelka” to okazja nie tylko do dobrej zabawy, odkrycia najciekawszych miejsc Opolszczyzny, promocji zdrowego trybu życia oraz aktywnego spędzania czasu, ale także do wymiany doświadczeń między widzzącymi i niewidomymi sympatykami rowerowego szaleństwa.

Fundacja „Na Kole” działa już jakiś czas. Braliśmy udział między innymi w akcji „Nakręć się z nami kilometrami”, realizowaliśmy także takie projekty jak: „Tandemomania”, „naKole na kajaki”, „Rajd rowerowy na Biskupią Kopę”, „Wolontariat NaKole” czy „Solidarni Nakołach”. W tym roku naszym największym przedsięwzięciem była „Opolska Pętelka”, w której udział wzięło prawie 100 osób.

W przyszłym roku będzie kolejna edycja wydarzenia, a jak się rozkręcimy, to może zorganizujemy inne rowerowe zawody dla miłośników turystyki, rywalizacji i dwóch kółek.

Niebezpieczne chodniki

Zdzisław Pogoda – TyfloTurysta

Do napisania tego tekstu skłoniły mnie sytuacje, których byłem i jestem nadal zarówno obserwatorem, jak i pośrednio uczestnikiem. I nie tylko ja, lecz wielu przechodniów na ulicach Opola i innych miejscowości w naszym pięknym kraju. A problem, pomimo starań i ustawowych rozporządzeń nie został rozwiązany i należy zrobić więcej, by nie dochodziło do kolizji i wypadków, w wyniku których ich uczestnicy są i będą narażeni na utratę zdrowia, życia, trwałe kalectwo.

Problem dotyczy określonej grupy – użytkowników elektrycznych hulajnóg, zwłaszcza teraz, w okresie wakacji, którzy poruszają się często z dużą szybkością nie tylko po ścieżkach dla rowerów, ale też po chodnikach, alejach i placach, gdzie tych miejsc wyznaczonych nie ma. I nie jest to tylko domena dzieci, młodzieży, ale też osób dorosłych. Zdarza się, iż prowadzący hulajnogę z dużą lub nieco zmniejszoną szybkością ociera się o przechodniów lub o pasażerów oczekujących na przystanku na autobus. Wśród nich są dzieci z rodzicami, osoby starsze z problemami wzroku, słuchu czy narządu ruchu. Pół biedy, jeśli ktoś zdoła hulajnogę zauważyć i zrobi krok w bok lub w tył. Ale jak zareagować w sytuacji, gdy pojazd pędzi z tyłu?

Hulajnogi są wyposażone w światła z przodu i z tyłu, lecz nie słyszałem, by prowadzący używali sygnałów ostrzegawczych. I nie wiem, czy dzwonek jest na wyposażeniu pojazdu czy prowadzący go nie używa.

Nie jestem przeciwnikiem tych pojazdów. Ich prawidłowe użytkowanie w zatłoczonych miastach i miejscowościach rozwiązuje w pewnym stopniu problemy z przemieszczaniem się, np.



w drodze do pracy, szkoły, na zakupy etc. Gdyby mi mój stan zdrowia na to pozwolił, też bym ich używał. Wzrok jednak mam taki jaki mam i stąd moja obawa o moje bezpieczeństwo w miejscu publicznym.

I na koniec, aby ten tekst nie był tylko narzekaniem na oczywisty problem, proponuję rozwiązanie tej sytuacji. Możemy organizować kampanie społeczne w radiu, w prasie, w telewizji, w internecie z udziałem przedstawicieli policji, towarzystw ubezpieczeniowych, organizacji pozarządowych czy władz regionalnych. Można prowadzić prelekcje w przedszkolach, szkołach podstawowych i średnich. Ktoś powie, że to są koszty. Tak, są i ja o tym wiem, ale w drodze wolontariatu tego nie rozwiążemy. Jednak trzeba od czegoś zacząć, gdyż samo nic się nie robi. Chętnie zapoznam się na łamach miesięcznika HELP ze zdaniem i oceną naszych czytelników.

Eksperci przez doświadczenie w Fundacji Imago

Monika Łojba



Nie od dzisiaj jest nam znane pojęcie dostępności, jednak dopiero od 2019 roku, kiedy weszła w życie ustawa o zapewnieniu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami, naprawdę zrobiło się o niej głośno. W Polsce jest wiele instytucji i specjalistów dbających o to, by infrastruktura, architektura, usługi, wydarzenia, dokumenty i sieć były dostosowane do potrzeb osób z trudnościami, m.in. w zakresie poruszania się i korzystania z wszelkich informacji. Przez wiele lat takie osoby postrzegane były jednak przez społeczeństwo dość negatywnie, czego powodem był brak zrozumienia i wiedzy na temat funkcjonowania np. osób z niepełnosprawnościami, a także o ich potrzebach.

Wychodząc z zamkniętego środowiska

Placówki wyspecjalizowane we wsparciu klientów z niepełnosprawnościami często oddzielały ich od świata, zapewniając wewnątrz opiekę, edukację i rozrywkę. Dając pole do rozwoju wewnątrz, nie do końca miały możliwość przygotowania zewnętrznego środowiska do przyjęcia i zaakceptowania grupy osób z różnego rodzaju dysfunkcjami i schorzeniami.

W krótkim czasie osiągnęliśmy jednak duży postęp w zakresie dostępności, jak i przygotowania i doinformowania społeczeństwa w zakresie wiedzy i obsługi osób ze szczególnymi potrzebami. Można śmiało powiedzieć, że oprócz wyszkolonej kadry specjalistów dobrą praktyką staje się przyjmowanie do zespołów tak zwanych ekspertów przez doświadczenie, którzy na standardy dostępności mogą spojrzeć z jeszcze innej perspektywy. Tak też stało się w Fundacji Imago, która rozpoczęła współpracę z „ekspertami przez doświadczenie”, inspirując się angielskimi praktykami w tym zakresie.

Osoba niepełnosprawna a osoba ze szczególnymi potrzebami

Szacuje się, że około 10% ludności w Polsce to osoby z niepełnosprawnościami. Przez niepełnosprawność rozumiemy dysfunkcję cech fizycznych, intelektualnych lub psychicznych, które określone są stopniem niepełnosprawności, a także orzeczeniem wydanym przez lekarza orzekającego, będące formalnym potwierdzeniem niepełnosprawności. Można jednak odwołać się do grupy jeszcze szerszej niż osoby z niepełnosprawnościami, czyli osób ze szczególnymi potrzebami. Są to osoby, które ze względu na czasami chwilowy stan, w jakim się znajdują, wymagają dodatkowego wsparcia lub



udogodnienia, aby mogły funkcjonować na równi z resztą społeczeństwa. Najlepiej obydwie te definicje określone są w poniższych ustawach:

Ustawa z dnia 27 sierpnia 1997 roku O rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych:

Niepełnosprawnymi są osoby, których stan fizyczny, psychiczny lub umysłowy trwale lub okresowo utrudnia, ogranicza bądź uniemożliwia wypełnianie ról społecznych, a w szczególności ogranicza zdolności do wykonywania pracy zawodowej.

Ustawa o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami z dnia 19 lipca 2019 roku:

osoba, która ze względu na swoje cechy zewnętrzne lub wewnętrzne, albo ze względu na okoliczności, w których się znajduje, musi podjąć dodatkowe działania lub zastosować dodatkowe środki w celu przezwyciężenia bariery, aby uczestniczyć w różnych sferach życia na zasadzie równości z innymi osobami.

W jakim celu uchwalono w/w ustawy?

Ustawa te wskazują, że wszystkie instytucje publiczne i obiekty użytku publicznego powinny zostać przygotowane do przyjęcia osób poruszających się m.in. na wózkach inwalidzkich, przy pomocy balkoników, kul, lasek, jak również białej laski czy psa przewodnika, a także korzystających z aparatów słuchowych oraz innych sprzętów i aparatur niezbędnych do bezpiecznego i sprawnego funkcjonowania. Powinien być zapewniony dogodny dojazd z wydzielonym miejscem parkingowym, wejście możliwe do przebycia z wykorzystaniem wspomnianych sprzętów, windy, platformy, podnośniki, które pomogą dostać się

“Można śmiało powiedzieć, że oprócz wyszkolonej kadry specjalistów dobrą praktyką staje się przyjmowanie do zespołów tak zwanych ekspertów przez doświadczenie, którzy na standardy dostępności mogą spojrzeć z jeszcze innej perspektywy. Tak też stało się w Fundacji Imago, która rozpoczęła współpracę z „ekspertami przez doświadczenie”, inspirując się angielskimi praktykami w tym zakresie.

w każde miejsce. Wnętrze budynków powinno zostać prawidłowo oznaczone, by przy pomocy kontrastów, oświetlenia i innych znaków ułatwić korzystanie z pomieszczeń, a także powinny być zachowane odpowiednie wysokości blatów, odległości, szerokości, tak by jednocześnie dało się swobodnie przemieszczać, a także istniała bezpieczna droga na wypadek ewakuacji.

Ustawy dotyczą również dostosowania mediów, a konkretnie dokumentów, stron internetowych, urządzeń do komunikacji, aplikacji i innych działań administracyjnych i cyfrowych. Jednak jedną z najbardziej istotnych rzeczy jest kadra pracownicza przeszkolona do przyjmowania, obsługiwania i wspierania osób ze szczególnymi potrzebami. Należy pamiętać, że wśród nich są nie tylko osoby z niepełnosprawnością wzroku, słuchu czy ruchu, ale również z niepełnosprawnością intelektualną czy psychiczną, które będą wymagały łatwej formy tekstów i zwrotów, miejsca do wyciszenia i odpoczynku i atmosfery, która nie będzie wzbudzała stresujących, niepokojących czy nerwowo rozpraszających bodźców. Do tej grupy zaliczają się również kobiety w ciąży i karmiące piersią oraz z małymi

dziećmi. Wymagają one miejsca do odpoczynku, do przewinięcia i nakarmienia dzieci oraz w tym pierwszym wariancie szybszej obsługi. Należy pamiętać także o seniorach, którzy również wymagają miejsca i chwili na oddech, czasem noszą ze sobą aparaturę służącą do mierzenia ciśnienia, poziomu cukru lub wymagają miejsca do przewijania osób dorosłych.

Jak wiele osób, tak wiele potrzeb, na które można odpowiedzieć tak zwanym „projektowaniem uniwersalnym”. Dotyczy to również zatrudnienia osób z niepełnosprawnością i szczególnymi potrzebami, dostosowania stanowiska pracy i samego obiektu, na które można pozyskać dofinansowanie ze środków PFRON. Podobnie sprawa ma się z asystentem pracownika lub dofinansowaniem okresowego wsparcia w zaaklimatyzowaniu się pracownika w miejscu pracy przez osobę już pracującą u danego pracodawcy. Wspomniane ustawy mają jednak dwie strony medalu, gdyż oprócz zgłaszania potrzeb dostępności, istnieje również prawo zgłoszenia skargi na obiekt niedostosowany pod kątem dostępności. Warto więc zawczasu skorzystać ze wsparcia profesjonalnych zespołów do spraw audytów dostępności, najlepiej posiadających w swoim składzie ekspertów przez doświadczenie.

Kim są eksperci przez doświadczenie?

Można studiować i nabywać wiedzę latami, jednak teoria nie da nam tyle, co praktyka. I to nie symulacja wizualna czy zadaniowa, a po prostu własne doświadczenia. Takimi doświadczeniami mogą pochwalić się osoby, dla których powstają dostępne obiekty i media, a także w oparciu o których potrzeby prowadzi się dostępnościowe szkolenia. Ekspertami przez doświadczenie mogą być na przykład osoby niewidome i niedowidzące, poruszające się przy użyciu białej laski lub z psem przewodnikiem, a czasem i bez laski czy psa, korzystające ze specjalnych oprogramowań powiększających lub udźwiękawiających. Będą to również osoby poruszające się o kulach czy przy pomocy wózka inwalidzkiego, Głuche, korzystające z aparatów słuchowych i pętli indukcyjnych, czy osoby z niepełnosprawnością intelektualną wymagające specjalnych

warunków do skupienia, wyciszenia się, prostego języka wypowiedzi i w dokumentach. Przykładów można oczywiście wymienić dużo więcej. Chodzi tu jednak przede wszystkim o różnorodność potrzeb i różnorakie sposoby radzenia sobie w danym środowisku.

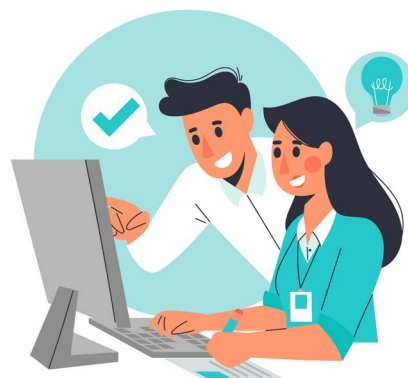
Osoby te nierzadko poruszają się w towarzystwie opiekuna czy asystenta. Zarówno jeden, jak i drugi może mieć ograniczony czas, który dzieli na wsparcie osoby ze szczególnymi potrzebami i inne sprawy. Dlatego tak istotne jest przystępowanie do kas czy stanowisk urzędowych bez kolejek, by osoba towarzysząca nie traciła czasu na bezczynne oczekiwanie, w którym może jeszcze w inny sposób pomóc beneficjentowi. To przykład budzący wiele kontrowersji, gdyż nie każdy rozumie sens przepuszczania niektórych klientów w kolejkach, a także wiele osób twierdzi, że beneficjent jest wyręczany przez swojego towarzysza, który działa sprawnie i szybko, jak reszta społeczeństwa.

Każdy jednak chce być samodzielny i po to właśnie powołuje się ekspertów przez doświadczenie. Po szkoleniu uświadamiającym kandydatów w ich prawach i możliwościach, a także pod kątem emancypacji swoich potrzeb, osoby, które chcą podjąć aktywność zawodową w tym zakresie mogą brać udział w audytach dostępności z wyszkoloną kadrą i wskazywać bariery do poprawy. Ich zadaniem jest informowanie o doświadczanych trudnościach, w czym czują się niepewnie, co jest dla nich niewidoczne bądź niezrozumiałe oraz zaproponowanie możliwych rozwiązań.

Innowacyjność ekspertów przez doświadczenie

Zdrowym i pełnosprawnym osobom trudno będzie wyobrazić sobie, jak to jest przemieszczać się nie widząc, niedowidząc, nie słysząc czy nie mogąc pokonać prostych przeszkód, takich jak schody czy progi. Na moment przesiadają się na wózek inwalidzki, zakładają gogle, odcinają dopływ dźwięków, by przez chwilę wziąć udział w ćwiczeniach, po czym wracają do swojej codziennej rzeczywistości i prędzej czy później

“ **Każdy jednak chce być samodzielny i po to właśnie powołuje się ekspertów przez doświadczenie. Po szkoleniu uświadamiającym kandydatów w ich prawach i możliwościach, a także pod kątem emancypacji swoich potrzeb, osoby, które chcą podjąć aktywność zawodową w tym zakresie mogą brać udział w audytach dostępności z wyszkoloną kadrą i wskazywać bariery do poprawy.**



wiele cennych spostrzeżeń im umyka. Osoby z niepełnosprawnością w większości przypadków nie mają możliwości zmiany swojej sytuacji, a sama niepełnosprawność może postępować i jeszcze bardziej komplikować życie. Co ważne, eksperci przez doświadczenie nie są szkoleni po to, by rozczulać i budzić litość, a po to, by jak najdokładniej uświadamiać pracowników obiektów przestrzeni publicznej o niedogodnościach, których nie można przeskoczyć.

Udział osób z niepełnosprawnościami w audytach czy projektach nieraz otwiera oczy na problemy, niezauważalne lub błahe dla pełnosprawnej części społeczeństwa. Na przykład odkrycie istoty nieprzymocowanych do progów wycieraczek, na których osoba mająca problem ze sprawnym poruszaniem się mogłaby łatwiej się poślizgnąć, lub informacje ukryte za szklaną witryną umiejscowioną na wprost okna, które odbija w szkło światło i utrudnia lub uniemożliwia przeczytanie treści. Nieraz okazuje się, że plakat ukazujący jakąś postać i umiejscowiony przy okienku do obsługi klientów może wywołać negatywne emocje lub wprowadzić w zakłopotanie klienta. Osoby z niepełnosprawnością

w roli ekspertów przez doświadczenie zatem obserwują i są obserwowane, by móc wyciągnąć jak najwięcej wniosków i refleksji względem poprawy dostępności otoczenia społecznego.

Fundacja Imago rozpoczęła cykliczne szkolenia dla osób ze szczególnymi potrzebami, dzięki którym nie tylko wzbogaci liczbę ekspertów w Polsce, ale i opracowuje nowe perspektywy i metody audytowe. Inspiracją dla działań i szkoleń w Fundacji Imago stała się angielska grupa CQC (Care Quality Commission), która prowadzi szereg działań z zakresu wsparcia osób ze szczególnymi potrzebami, z którą nawiązał współpracę zespół ds. dostępności Fundacji Imago.

Na zakończenie parafrazujemy kilka wypowiedzi ekspertów przez doświadczenie, aby w ten sposób najlepiej odzwierciedlić ich wartość w działaniach audytowych prowadzonych przez Fundację Imago:

Nie dlatego mamy pierwszeństwo w kolejkach, że jesteśmy w jakimś sensie lepsi, tylko dlatego, że współpracujemy z asystentem, który ma dla nas określony czas pracy i marnowałby go czekając na moją, naszą kolej.

Sami najlepiej znamy swoje potrzeby, wiemy, jak jest dla nas najwygodniej i możemy o tym powiedzieć podczas audytu.

Miło słyszeć, że profesjonaliści w tym fachu mogą się od nas uczyć i że możemy ich zainspirować naszymi pomysłami na lepszą i praktyczną dostępność.

Wspólne odkrywanie miasta – gra miejska w Lublinie

Katarzyna Piekarczyk

Jaki napis znajduje się na Archikatedrze Lubelskiej? Czyjego imienia muzeum mieści się przy ulicy Złotej? W której łapie lew pod zamkiem trzyma herb? Między innymi z takimi zagadkami mierzyli się uczestnicy gry miejskiej zorganizowanej w Lublinie.

Zabawa została poprzedzona wspólnym spacerem ulicami miasta. Zwiedzanie rozpoczęło się wczesnym popołudniem 8 lipca. Uczestnicy zebrali się pod gmachem głównym Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego. Idąc wzdłuż Alei Racławickich, a potem Krakowskiego Przedmieścia, zapoznawali się z historią miasta i ciekawostkami dotyczącymi znanych lublinian. Pod Trybunałem Koronnym zwiedzający zostali podzieleni na trzy grupy. Każda z nich otrzymała mapkę oraz zadania do rozwiązania. Zagadki przygotowane przez Fabrykę Turystyki dotyczyły zabytków ulokowanych głównie na Starym Mieście, ale również w niewielkiej od niego odległości. Skąd pomysł na zorganizowanie gry miejskiej dla beneficjentów Fundacji?

– Pomysł wziął się z chęci przybliżenia naszym beneficjentom historii Lublina w nieco inny sposób, wymagający od nich aktywnego zaangażowania, a nie tylko biernego słuchania. Chcieliśmy pokazać, że osoby z dysfunkcją wzroku mogą sobie radzić w przestrzeni publicznej równie dobrze jak każdy z nas – mówi Monika Drażek, kierownik tyflopunktu Fundacji Szansa dla Niewidomych w Lublinie.

Grupy miały różne zadania. Pierwsza rozpoczęła grę od spaceru pod Bramę Grodzką. Tam z pomocą wolontariuszki wspólnie odczytali złożoną z rzymskich cyfr datę jej przebudowy.



Na kamienicy przy ulicy Grodzkiej 24 odnaleźli portret słynnego pisarza, na kolejnej tablicę poświęconą bajkopisarce urodzonej w Lublinie. Na placu Zamkowym trzeba było odnaleźć pomnik lwa i odpowiedzieć, w której łapie trzyma herb. Przy wejściu do Muzeum Lubelskiego, dawnego więzienia, należało na płycie pamiątkowej odszukać nazwisko pisarza, który był tu osadzony. Kolejne grupy odpowiadały na pytania o wizerunek zwierzęcia znajdujący się na kamienicy przy ulicy Archidiakońskiej. Biorący udział w grze widzący patrzyli na Archikatedrę Lubelską i odszukali znajdujący się na niej wysoko łaciński napis „Soli Deo”. Na wskazanej kamienicy wypatrywano na wysokości pierwszego piętra tablicę ze skrzypcami, poświęconą znanemu kompozytorowi i wirtuozowi. Przy ulicy Złotej należało odszukać muzeum znanego poety i zapisać, że to właśnie Józef Czechowicz był autorem wielu utworów lirycznych poświęconych Lublinowi.



Oprócz zagadek uczestnicy gry mieli za zadanie ułożenie krótkiej wierszowanej historii powstania Lublina, najlepiej w języku staropolskim. Inne grupy próbowały swoich sił w stworzeniu krótkiego wierszyka o mieście, w którym miały znaleźć się słowa „koziółek” i „Brama Krakowska”. Oto tekst stworzony przez jedną z grup:

*Przybywajcie do Lublina,
bo to piękna jest kraina.
W herbie koziółka tu mają,
turyści przy nim przystają,
zdjęcia sobie pstrykają.
Wielu poetów tu przebywało,
Lublinem się zachwycało.
Myśmy też tu przybyli
w grę miejską się zabawili.
Po przybyciu do Lublina
czasem komuś zrzędzie mina,
gdy przy studni ujrzy capa,
którego nie ma za co złapać!
Wszyscy tu przybywajcie,
i tym pięknym miastem się zachwycajcie!*

W grze miejskiej wzięło udział około 50 osób z różnych powiatów województwa lubelskiego. Beneficjenci przybyli z Hrubieszowa, Radzyna, Opola Lubelskiego i Tomaszowa. Pojawiły się

również osoby spoza województwa. Zabawa trwała około godziny. Rozpoczęła się pod Trybunałem Koronnym, a zakończyła przy wejściu do kościoła Dominikanów.

– Takie przedsięwzięcia są bardzo ważne, ponieważ pokazują, że osoby ze szczególnymi potrzebami, pomimo swoich ograniczeń, chcą w pełni uczestniczyć w życiu nie tylko społecznym, ale również korzystać z zasobów kulturalnych i turystycznych. Niewielka pomoc ze strony różnych instytucji i otwartość na potrzeby tych osób pozwala na to, aby wszyscy brali czynny i aktywny udział zarówno w życiu kulturalnym, turystycznym, jak i sportowym – dodaje Monika Drajtek.

Głównym celem było pokazanie, że kultura i turystyka powinny być dostępne dla wszystkich, także dla osób ze szczególnymi potrzebami. Organizatorzy chcieli też przybliżyć historię miasta Lublina i zareklamować je jako interesujące pod względem kulturalnym i turystycznym. Taki sposób spędzenia czasu pozwolił na nawiązywanie nowych kontaktów i zacieśnianie już istniejących – uczestnicy współpracowali ze sobą i aktywnie brali udział w zabawie. Zwykłe zwiedzanie zostało również urozmaicone o element rywalizacji.



Kampania społeczna „Nie hejtuję – motywuję” z „Szansowym” akcentem

Magdalena Peszko-Doktor

Zdjęcia: Ilona Adamska

24 maja 2022 było mi niezwykle miło wziąć udział w sesji fotograficznej stanowiącej kolejną odsłonę kampanii społecznej „Nie hejtuję – motywuję”. Sesja odbyła się w warszawskim studio fotograficznym „Kapsel”.

Ambasadorami kampanii są znani i lubiani muzycy: Dominika Gawęda-Szczepanik, Paweł

Rurak-Sokal (Blue Caffe) oraz Piotr Kupicha (Feel), którzy również pojawili się na planie zdjęciowym.

Za obiektywem stanęła Lidia Skuza. Specjalizuje się w fotografii kobiet. Jest autorką wystawy zdjęć czarno-białych pt. „Kobieta”, przedstawiających portrety znanych kobiet takich jak Beata

Tyszkiewicz, Hanna Śleszyńska czy Małgorzata Kożuchowska. Ma na swoim koncie udział w takich akcjach społecznych jak „Nasze Dzieci w Sieci”, w której udział wzięli m.in. Michał Żebrowski, Małgorzata Socha, Paweł Małaszyński, Edyta Olśzówka, Emilian Kamiński, Daria Widawska czy Krzysztof Tyniec. Jest również współorganizatorką akcji „Jestem widoczny”, która uświetniona została przez plejadę polskich projektantów mody, a także wielu kalendarzy charytatywnych i okładek książek. Wielokrotnie była nagradzana za swoją działalność. W bieżącym roku została laureatką nagrody „Kobieta, która inspiruje” przyznanej przez Europejski Klub Kobiet Biznesu.

Inicjatorką kampanii „Nie hejtuję – motywuję” jest Ilona Adamska. Przez wiele lat można było obserwować ją na koszykarskim boisku czy wybiegu podczas pokazów mody znanych projektantów. Od kilkunastu lat mieszka w stolicy. Bliski jej sercu jest też Kraków, gdzie ma rodzinę i ukończyła studia w Uniwersytecie Papieskim Jana Pawła II. Całym sercem związana jest jednak z Podkarpaciem i ukochanym Sanokiem, z którego pochodzi i do którego wraca tak często jak to tylko możliwe.

Wśród realizowanych przez Ilonę projektów znaleźć można działania wydawnicze, jak choćby portale Szczypta Luksusu czy Law Business Quality, oraz eventowe i certyfikacyjne, jak Lwice Biznesu, Diamenty Kobiecego Biznesu czy Europejski Klub Kobiet Biznesu, w ramach którego realizowana była sesja.

Nie od dziś zauważyć można w jej aktywności działania charytatywne i społeczne. Nie są one działaniami na pokaz, a wynikają z potrzeby serca i własnych, wieloletnich doświadczeń. Bo kto lepiej niż sportowiec czy modelka będzie wiedział, czym jest hejt? Ile razy w swojej karierze osoba medialna spotyka się z przykrymi docinkami na swój temat?

Jak zatem przebiegła sesja? Kto poza gwiazdami wziął w niej udział? I po co to całe zamieszanie? Aby odpowiedzieć na powyższe pytania, warto w pierwszej kolejności zastanowić się nad

tym, czym tak naprawdę jest hejt i kogo może dotyczyć. Czy to na pewno zjawisko dotyczące wyłącznie znanych i medialnych osób?

Jest to jedna z form cyberprzemocy, która ma na celu obrażenie, ośmieszenie i poniżenie innej osoby. Najbardziej widoczna jest w Internecie, gdyż wydaje się on przestrzenią anonimową. Dlatego też często można mieć wrażenie tzw. podwójnego standardu, czyli zupełnie innego zachowania w świecie realnym i wirtualnym.

W związku z faktem, iż hejter nie widzi krzywdy, którą wyrządza drugiej osobie, często nie zdaje sobie sprawy, jak bardzo raniące mogą być jego słowa i zachowania. Przeglądając czeluści Internetu można też trafić na opinie, iż hejt bywa reakcją na nudę, sposobem na zdobycie pozycji w sieci, pokazaniem znajomym swojej siły, a nawet sposobem na odreagowanie swoich niepowodzeń czy przejawem zazdrości. Zazwyczaj jest nieprzemyślany i czyniony pod wpływem emocji.

Czy można ufać przyjacielowi-hejterowi?

Wyobraź sobie, że któryś z Twoich znajomych hejtuje innych internautów. Czy zatem możesz być pewny, że nie staniesz się jego kolejną ofiarą? A może zaczniesz myśleć, że skoro robi to innym, może podobnie zachować się wobec Ciebie? Ktoś, kto zachowuje się w ten sposób, traci w naszych oczach. Czy zatem wart jest naszego zaufania? Czy nadal może być naszym przyjacielem? Warto również zastanowić się nad tym, jak hejt może wpłynąć na nasz wizerunek w przyszłości. Musimy pamiętać, że treści, które trafiają do Internetu, zostają tam na zawsze.

A co z tematem hejtu i zamieszanem wokół sesji ma wspólnego Fundacja Szansa dla Niewidomych?

Otóż za namową współpracujących z autorką projektu psychologów, do udziału w majowej sesji zaproszona została młodzież niepełnosprawna. Wśród młodych adeptów fotomodelingu znalazła się Wiktoria Wiejak – podopieczna warszawskiego oddziału Fundacji. Wiktoria jest tegoroczną maturzystką i stażystką w realizowanym

przez Fundację projekcie „Niepełnosprawni pełnosprawni na otwartym rynku pracy”. Jest osobą skromną, ale jednocześnie ciekawą świata i gotową na nowe wyzwania. Marzy o tym, aby w przyszłości pracować jako opiekunka dziecięca.

Co niepełnosprawna młodzież myśli o hejcie? Czy ich ten problem też spotyka?

– Hejt to jeden z negatywnych problemów w społeczeństwie. Traumatyzuje i prowadzi do głębokich urazów psychicznych, problemów emocjonalnych, zaburzeń depresyjnych i lękowych, myśli i prób samobójczych. W dzisiejszym świecie jest zjawiskiem dość popularnym. Choć czasem zaczyna się niewinnie – od potrzeby wyrażenia własnej opinii – to bywa źródłem cierpienia. Może przyczyniać się do zagrożenia życia i zdrowia. Poradzenie sobie z bólem psychicznym przerasta często możliwości młodych ludzi. Zwykle nie radzą sobie z hejtem, co może stać się przyczyną samookaleczeń, myśli i prób samobójczych. Wiąże się z częstymi absencjami w szkole czy pracy, zaniedbywaniem obowiązków, a nawet codziennych czynności. W niektórych przypadkach może też być powodem do zmiany szkoły. Nastolatki są szczególnie narażone na hejt, z uwagi na powszechność korzystania z Internetu i uwarunkowania rozwojowe związane z wiekiem. Ma na to wpływ wrażliwość, strach przed krytyką czy odrzuceniem, a także potrzeba akceptacji ze strony rówieśników i grupy, do której się należy – mówi Wiktoria.

Trudno się nie zgodzić z jej wypowiedzią. Jednocześnie, wracając do postawionego wyżej pytania, uzyskujemy odpowiedź, że właściwie każdy z nas może zarówno być hejterem, jak również ofiarą hejtu.

A co o samym udziale w projekcie mówi Wiktoria?

– Kiedy weszłam do studia na plan wiedziałam, że będzie dobrze. Był to dzień jedyny w swoim rodzaju. Poznałam mnóstwo osób z różnymi niepełnosprawnościami. Urzekł mnie chłopczyk z zespołem Downa. Opowiadał o swoim życiu. Bardzo go polubiłam. Na plan zdjęciowy musiałam wyjść z białą laską. Było to dla mnie ogromnie wyzwanie, gdyż



na co dzień niezbyt często z niej korzystam. Czułam się pewnie, ponieważ uwielbiam robić zdjęcia. Makijaż i fryzura były przepięknie dopracowane przez panie stylistki. Bardzo fajnie spędziłam czas na planie. Dziękuję organizatorom sesji, że mogłam wziąć w niej udział.

A Ty, Drogi Czytelniku, co myślisz o hejcie, hejterach i kampaniach społecznych na te tematy? Czy według Ciebie potrzebne są takie akcje? Zapraszamy do dzielenia się swoimi opiniami drogą mailową na adres: krakow@szansadlaniewidomych.org.

Percepcja Tatr

Marcin Mańdziuk



Idąc za słowami klasyka: „Śpiewać każdy może”, nie wahałem się wstąpić w szeregi chóru Akademii Handlowej Nauk Stosowanych w Radomiu. Okazało się, że jestem jedynym niewidomym członkiem tej grupy. Moc naszej integracji odczułem nie tylko podczas prób i koncertów, ale także w trakcie warsztatów muzycznych, na które wybraliśmy się w Tatry. By móc głębiej przeżyć górską przygodę, korzystałem z pomocy zaprzyjaźnionych chórzystów-turystów. Ważnym aspektem minionej wyprawy są spostrzeżenia moich przewodników.

Milena Matuszewska-Birkowska – doktor nauk humanistycznych, dziekan Wydziału Nauk Społecznych Akademii Handlowej Nauk Stosowanych w Radomiu

Bardzo zależało mi na jeszcze lepszym zintegrowaniu członków Akademickiego Chóru Naszych Studentów. Pomysł warsztatów narodził się w czasie prób, jednak ostatecznie został zrealizowany dzięki Panom Założycielom naszej Uczelni, którzy docenili starania zespołu i po koncercie wiosennym ufundowali kilkudniowy wyjazd. Stał się on świetną okazją do wspólnych prób,

śpiewania w mniejszych i większych grupach, a także integracji. Wybór miejsca był prawie oczywisty. Wszyscy kochamy góry, zwłaszcza w okresie kwiecień-maj, kiedy nie jest jeszcze zbyt gorąco. Poza tym osobiście jestem fanką gór, w przeciwieństwie do wody. Razem z przewodniczącą Chóru, panią Karoliną wyszukałyśmy kilka miejsc, odpowiednich dla prawie 20-osobowej grupy. Następnie pani Ewelina, członek Chóru, prywatnie miłośniczka gór, znalazła kilka tras, które wspólnie mogliśmy pokonać. Wzięła pod uwagę kilka istotnych kwestii: fakt, że będzie to pierwszy dla większości wyjazd w góry w sezonie, kondycję i możliwości fizyczne grupy oraz przystępność szlaków dla pana Marcina. Ważne, by każdy z nas mógł zdobyć ten wyższy i nieco niższy szczyt.

Wrażenia osobiste z wyjazdu.

Był to jeden z najlepszych wyjazdów prywatnych bez mojej rodziny. Wspólnie osiągnęliśmy założone cele, ponieważ zintegrowaliśmy się i między studentami narodziły się lub wzmocniły więzi, które przetrwają okres studencki i będą trwały wiele lat po zakończeniu studiów. To był główny cel, oczywiście z muzyką w tle. Miałam też nadzieję, że dzięki wyjazdowi zżyjemy się na tyle mocno, by nadal wspólnie tworzyć coś pięknego, coś, co wykracza poza nazwę „chór”, jednocześnie coś, co do tej pory nas definiuje. Spotykamy się regularnie, by uczyć się śpiewać i spędzać wspólnie czas. Każdy z członków chóru podkreśla, że przychodzi na próby dla nas, ponieważ czuje się w zespole dobrze.

Myślę, że moje wrażenia z wyjazdu są spójne z wrażeniami całej grupy. Świetnie się bawiliśmy, spędzając czas wyjątkowo aktywnie.

Moje turystyczne tyfłodoświadczenia są bardzo szerokie, ponieważ mój tata jest niewidomy. Zwiedzaliśmy z tatą Polskę wzdłuż i wszerz. Jako dzieci doszliśmy z bratem i tatą do najwyższego bezpiecznego i możliwego do przejścia dla osoby niewidomej szczytu Giewontu. Mój tata nie poradziłby sobie na łańcuchach. Jednak zdobyliśmy z tatą Kasprowy Wierch. Tata jeździł z nami

w góry również w okresie zimowym, kiedy instruktor uczył nas jazdy na nartach. Tata „obserwował” wszystko z oślej łączki. Z tatą chodziłam wszędzie – do sklepu, restauracji czy na spacer. Jest on wyjątkowo aktywną osobą, niebojącą się wyzwań.

Regularnie jeździliśmy również nad morze.

Podczas turnusu dla niewidomych nad Jeziorem Białym chodziłam w goglach i jeździłam z tatą i bratem na tandemie. Pewne umiejętności mam po prostu zakorzenione od dziecka.

Wracając do akademickiego wyjazdu, plany wycieczkowe ani o cal nie zostały zmienione ze względu na osobę niewidomą w naszej drużynie. Stało się wręcz przeciwnie, zostały one wzbogacone. Na przykład o skrót – trudniejszy w podejściu, po stromych kamieniach – nad Morskim Okiem, który został, jak opowiadali prowadzący pana Marcina studenci, wybrany na jego prośbę. Pan Marcin jest osobą absolutnie gotową na wszystkie wyzwania. Miałam ogromną przyjemność obserwować wyczyny i zabawy naszych studentów w Termach, kiedy uczyli pana Marcina pływać, prowadzili go na szczyt zjeżdżalni, po której zjeżdżał bez żadnego problemu, a także korzystali wspólnie ze wszystkich atrakcji. To było piękne doświadczenie obserwować te wszystkie wyczyny i zabawy, które zbliżyły do siebie studentów jeszcze bardziej.

Wniosek jest tylko jeden. Należy regularnie organizować wydarzenia, w których będą mogły wziąć udział osoby zarówno sprawne, jak i niepełnosprawne. Uważam, że organizowanie wydarzeń, które nie wykluczają nikogo, bez względu na to, jaką dysfunkcję dana osoba posiada, jest i powinno być jednym z priorytetów wszystkich nauczycieli i wykładowców, ponieważ integracja z osobami niepełnosprawnymi jest nie tylko potrzebna, ale i nieoceniona.

Jeżeli chodzi o miejsca, które odwiedziliśmy, to wydaje mi się, że żadne z nich nie było dla pana Marcina niedostępne. Jednak uważam, że wynika to w ogromnym stopniu z jego charakteru,

który nie tylko jest niezwykle ciekawy świata, odważny, ale też żądny przygód i gotowy na wyzwania. Nie jestem pewna czy wszystkie osoby niewidome byłyby na tyle odważne, żeby skorzystać ze wszystkich atrakcji w aquaparku, albo by wybrać się nad Morskie Oko idąc na skróty, trzymając się liny.

Bezcenna jest gotowość na zmiany, otwartość na każdego z nas, na inność, odmienność. Na to, czego nie znamy, co jest jeszcze nie do końca „oswojone”. To, że Pan Marcin nie widzi, nie jest i nigdy nie powinno być przeszkodą w nawiązywaniu więzi i relacji. Szczególnie biorąc pod uwagę fakt, że jest on niesamowitym człowiekiem, który ma tak wiele do zaoferowania, że „grzechem” byłoby z tego nie skorzystać. Wiele osób zamyka się na inność i, choć o tym nie wiedzą, tracą na tym obie strony.

Mam przed oczami moment, kiedy wspólnie śpiewaliśmy pewnego wieczoru. Pan Marcin wziął do ręki gitarę i tamburyno, a następnie dosłownie „rozkręcił” zabawę.

Magdalena Kopycka – studentka pedagogiki

W górach podoba mi się to, że można znaleźć tam spokój oraz zrelaksować się w otoczeniu pięknego krajobrazu. Można zdobywać szczyty i pokonywać własne ograniczenia.

Nad Morskim Okiem byłam już kolejny raz, ale lubię tam wracać. Droga nad jezioro daje różne możliwości zwiedzania. Bardzo lubię również okolicę Bukowiny Tatrzańskiej. Jest tam dużo strumyków, nad którymi można odpocząć, a także niewielkie wzniesienia łatwe do pokonania dla osób z niepełnosprawnością lub dla dzieci. Często także odwiedzam Tatrzański Park Narodowy, z którego można wyjść na różne szlaki.

Na naszej wyprawie nastawiałam się na możliwość wyboru tras do pokonania. Znam pana Marcina na tyle dobrze, że wiedziałam, że będzie to nasza wspólna, niezapomniana przygoda, pełna dobrego humoru i rozrywki. Pan Marcin jest osobą bardzo otwartą i nieposiadającą

ograniczeń pomimo swojej niepełnosprawności. Nie ma dla niego szlaku nie do przebycia, co ewidentnie potwierdził nasz wyjazd. Czasem nawet miałam wrażenie, że to ja mam więcej ograniczeń, które związane były z lękiem o pana Marcina. Bardziej bałam się o niego niż on sam. Trasy, którymi podążaliśmy, cechował piękny krajobraz ze strumykami w tle, z którymi pan Marcin miał kontakt wielozmysłowy. Podchodziliśmy do tych strumyków na tyle blisko, by mógł nie tylko skosztować lodowatej wody, wypływającej prosto z gór, ale jednocześnie się ochłodzić i delektować pięknymi odgłosami natury.

Podprowadzałam pana Marcina do źródeł, by mógł ich dotknąć, cieszyć swoje zmysły. Dookoła nas było mnóstwo drzew. Kiedy dotarliśmy nad Morskie Oko, lekkim utrudnieniem był leżący tam śnieg, na którym się ślizgaliśmy i nie udało mi się ochronić pana Marcina przed upadkiem. Byłam także pod wrażeniem wspinaczki chóralnego kolegi na Morskie Oko, który wciągał się po linie w ekspresowym tempie, pokonując jednocześnie wysokie, nierównomiernie rozłożone schody ze śliskich kamieni. Bardzo się wtedy bałam, w przeciwieństwie do pana Marcina, który po prostu świetnie się bawił, dochodząc do celu szybciej niż ja. Warto dodać, że cała trasa urozmaicona była wystającymi nad ziemię konarami, niebezpiecznymi urwiskami, chaotycznie ułożonymi kamieniami, a także wysokimi schodami, zbudowanymi z drewnianych pali o różnych kształtach, o które łatwo było się potknąć, a nawet z nich spaść.

Myślę, że nigdy nie zapomnę drewnianych odpływów wody, nazywanych przez nas „rynienkami”, w które pan Marcin notorycznie wpadał, chociaż bliżej prawdy byłoby stwierdzenie: „w które notorycznie był wprowadzany”, mając z tego niezły ubaw. Tak bardzo chcieliśmy go uchronić przed wejściem we wspomnianą „rynienkę”, że efekt był całkowicie odwrotny.

Świetnym uwiecznieniem naszej powrotnej trasy z Morskiego Oka była wizyta w schronisku w Dolinie Roztoki, którą pan Marcin nie bez powodu żartobliwie nazwał „Doliną Rozkoszy”,

ponieważ serwowane tam dania były prawdziwą uczcą dla podniebienia i nagrodą za nasz ogromny wysiłek.

Wspólne chwile uwiecznialiśmy setkami zdjęć i filmików, które stanowią niezapomnianą pamiątkę. Bardzo bawiła mnie chęć oglądania tych wszystkich multimediiów przez pana Marcina. Nigdy wcześniej nie spotkałam się z tym, by osoba niewidoma była tak otwarta na wizualną archiwizację wspomnień.

Najpiękniejszą przygodą były dla mnie niezapomniane chwile spędzone w towarzystwie przyjaciół, dzięki którym nie tylko dobrze się bawiłam, ale także miałam okazję lepiej poznać samą siebie. Jedynym utrudnieniem była nasza słaba kondycja fizyczna, z którą jednak sobie poradziliśmy.

W roli przewodniczki podobał mi się fakt, że w inny sposób mogłam spojrzeć na świat, bardziej oczami pana Marcina, z którym wspólnie pokonywałam własne ograniczenia. Na pewno wzrosło poczucie mojej wartości i czułam się bardziej potrzebna. Mogłam także sprawdzić się w nowej roli, będącej jednocześnie wyzwaniem.

Nie mogę się doczekać naszej kolejnej wyprawy i szczytów, które razem zdobędziemy.

Dorota Stępniewska – studentka pedagogiki, specjalność pedagogika resocjalizacyjna

W górach fascynuje mnie piękno przyrody, niesamowite widoki, możliwość bycia w samotności ze swoimi myślami. Oczywiście zdobywanie szczytów jest dla mnie wyzwaniem, pokonaniem swoich słabości, ale również ogromną przyjemnością. Jako osoba wierząca mogę powiedzieć, że im wyższy szczyt, tym jestem bliżej Boga, co jest miłe mojemu sercu.

W Tatrach bywam kilka razy w roku. Czasem tylko na weekend, czasem dłużej.

Niemal zawsze odwiedzam Morskie Oko i z przyjemnością jem obiad w schronisku w Dolinie

Roztoki. Nie wiedziałam, że w trakcie wyjazdu będę przewodniczką pana Marcina. Wszystko wyszło zupełnie niespodziewanie. Jednak ponieważ jest on osobą o niezwykłym poczuciu humoru i dystansem do dysfunkcji wzroku, udało nam się z przyjemnością przemierzyć szlak nad Morskie Oko, na Rusinową Polanę i na Wiktorówki, gdzie pokonywanie drewnianych schodów sprawiało nam wiele trudności, również kondycyjnych. Chociaż przy wspomnianym już uśmiechu na twarzy, udało nam się pokonać wszelkie trudności.

Niemal każda trasa górską, poza asfaltową nad Morskie Oko, przebiega wśród drzew, wyznaczona jest kamieniami, polnymi wąskimi dróżkami, ścieżkami biegnącymi raz w dół, raz w górę. Bardzo często takie szlaki przecinają strumyczki górskie. Większe strumienie płyną wzdłuż szlaku. Na ścieżkach towarzyszą nam niezwykle widoki, również gór, które wyłaniają się spomiędzy konarów drzew. Wyższe partie gór pokryte są kosodrzewiną. Są to iglaste i niskie krzewy sięgające do kolan. Wędrując szlakami wśród takich krzewów i kamieni można cieszyć oczy przepiękną panoramą gór, które otaczają turystów ze wszystkich stron. Należy jednak uważać i nie tracić czujności, ponieważ wiele górskich ścieżek prowadzi na skraj przepaści. Często wystarczy jeden za duży krok lub chwila nieuwagi i nieszczęście gotowe. Góry uczą nas pokory i uważności.

Największym utrudnieniem były dla nas rynienki i odpowiednie wyliczenie kroków między jedną a drugą. Założenie było takie, by je omijać, stawiając większe kroki nad każdą z nich, co nie zawsze się udawało. Można nawet powiedzieć, że rzadko udawało się ominąć tę przeszkodę, jednak nie zniechęcało nas to, wywołując wyłącznie śmiech. Doświadczenie to było dla nas przygodą pełną radości i satysfakcji.

Najmniej bezpiecznym miejscem było zejście i wejście z Rusinowej Polany na Wiktorówki. Czułam się odpowiedzialna za siebie i pana Marcina, a jak wspomniałam trasa była bardzo trudna i wyczerpująca.

Bycie przewodnikiem było dla mnie niesamowicie przyjemnym doświadczeniem. Z partnerem takim jak pan Marcin można pójść na koniec świata z nieschodzącym uśmiechem z twarzy. Jestem pewna, że zdobędziemy jeszcze niejedną szczyt.

Konrad Budzyński – student psychologii

Każdy wyjazd z osobą niepełnosprawną to jednocześnie przygoda i wyzwanie, ponieważ trzeba się tą osobą opiekować. Wynika to z faktu, że osoba niepełnosprawna nie w każdej sytuacji jest w stanie poradzić sobie samodzielnie. Takie doświadczenie jest również przygodą, która często kończy się dobrą zabawą i szczerym śmiechem.

Wycieczka w góry była o tyle łatwiejsza dla pana Marcina i jego przewodników, że grupę stanowiły osoby, które wcześniej się już znały. Podczas wyjazdu miały poznać się jeszcze lepiej, poprzez integrację.

Jeśli chodzi o stosunki towarzyskie, to było swobodnie i przyjemnie, więc nie mieliśmy kłopotu z wzajemną pomocą. Na co dzień asystentką pana Marcina jest pani Kasia, ale w czasie wyjazdu wiele osób chętnie angażowało się w to, by pan Marcin również z nimi przeżył górską przygodę.

Naturalnym zachowaniem osoby pełnosprawnej jest wyrażanie podziwu, ponieważ pan Marcin pokonuje trudności, które – wydawałoby się – mogą go przerosnąć. Dziewczyny z naszej grupy nagrały filmik, na którym widać, jak pan Marcin wspina się na skrót nad Morskie Oko. Mimo że nie miał już siły, to trzymał się lin i wspinał dalej po trudnej nawierzchni z nierównych i nieregularnych kamieni. Obejrzałem to nagranie i byłem pozytywnie zaskoczony. Między innymi właśnie z takiego powodu obcowanie z osobami niepełnosprawnymi jest świetnym bodźcem dla osób pełnosprawnych, ponieważ mogą docenić to, co mają.

Przebywając z osobami niepełnosprawnymi można również zaobserwować, jak pokonywać

przeszkody. Nam, osobom widzącym, wydaje się, że do tak wielu czynności niezbędny jest zmysł wzroku, a okazuje się, że wiele rzeczy – o ile nie wszystkie – można dokonać bez niego.

Pan Marcin świetnie adaptuje się do różnych warunków. Przykładem jest wejście do Term. Na basenie towarzyszył mi strach. Najpierw z obawy o to, że pan Marcin poślizgnie się lub przewróci na schodach, jednak po zlokalizowaniu pierwszego stopnia bez problemu pokonał kolejne. Później obawiałem się pływania. Szybko okazało się, że pan Marcin w bezpieczny sposób utrzymuje się na wodzie, oczywiście pod naszym baczny okiem. Następnie, gdy byłem już nieco pewniejszy możliwości naszego podopiecznego, przeszliśmy do części basenowej z przestrzenią rekreacyjną. Właśnie tam świetnie bawiliśmy się w miejscu, gdzie powstają sztuczne fale. Było to trudne przeżycie, bo zabawa polegała na walce z żywiołem. Pan Marcin zachłysnął się wodą. Myślę, że wzrok pomógłby mu przygotować się na nadchodzącą falę, jej wielkość i siłę. Mimo wszystko nie zniechęcił się. W innej części obiektu, gdzie korzystaliśmy z wirów wodnych, o wiele łatwiej było mi asekurować pana Marcina, szczególnie biorąc pod uwagę fakt, że jestem od niego wyższy. Kolejnym punktem programu w Termach była sauna, do której początkowo pan Marcin nie chciał wejść twierdząc, że jest tam za gorąco. Jednak uległ naszym namowom i z ciekawości wszedł z nami na parę minut. W środku przydała się moja asekuracja, by nie dotknął niczego zbyt gorącego i usiadł w przeznaczonym do tego miejscu. Słyszałem również, że świetnie się bawił na zjeżdżalniach, chociaż niestety tego nie widziałem. Podzielałam opinię pana Marcina na temat paska elektronicznego, którego używaliśmy podczas korzystania z basenów. Przykładając pasek do specjalnego skanera mógł bez problemów poruszać się po całym obiekcie, przechodzić do różnych stref, a także otworzyć szafkę w szatni lub zapłacić za zakupy w barze wodnym. Myślę, że dużą wartością zarówno dla pana Marcina, jak i dla reszty naszej grupy był fakt, że stanowimy zgrany zespół, nie tylko muzyczny.



Uważam, że dobrą formą aktywności dla osób niepełnosprawnych są wycieczki w grupie. Dzięki temu kilka osób może na zmianę pomagać osobie niepełnosprawnej w różnych sytuacjach. Dodatkowo podczas takich wyjazdów osoby pełno- i niepełnosprawne mogą się lepiej poznać, a także dostosować do siebie nawzajem. Jest różniej.

Jakub Barański – student psychologii

Byłem kierowcą samochodu, w którym jechali z Radomia w Tatry: pani Kasia, pani Basia oraz pan Marcin. Naszego niewidomego uczestnika wyprawy odebrałem z konkretnego punktu, do którego było mu łatwo trafić.

Podróż przebiegała wspaniale. Nowym i ciekawym doświadczeniem było dla mnie opisywanie widoków mijanych za oknem. Wytlumaczenie, na czym polega piękno krajobrazu (podczas gdy osobom widzącym wydaje się to oczywiste), zmusza do refleksji, pobudzając przy tym

kreatywność. W czasie jazdy samochodem z Radomia do Białki Tatrzańskiej i z powrotem, mimo ustawionej nawigacji dyskutowaliśmy o trasie, mijanych miejscach i sytuacjach na drodze. Pan Marcin nie zawsze mógł aktywnie uczestniczyć w tych rozmowach.

Podczas przerw w podróży z osobą niewidomą kluczową kwestią jest podprowadzenie jej do sklepu lub toalety. To jednak nie utrudnia wyjazdu.

Wracając z przerwy w trasie, pan Marcin wprowadził nas w zdumienie chęcią prowadzenia samochodu, czym rozbawił nas do rozpuku.

Już na miejscu, mieszkając z panem Marcinem, nie zauważyliśmy większych różnic związanych z funkcjonowaniem podczas pobytu, ponieważ wszystko robił samodzielnie. Gdyby widział, pomógłby pewnie także przy rozpalaniu grilla, ale brak jego zaangażowania w takich czynnościach nie był dla nas obciążeniem.

Pewnego dnia wybraliśmy się całą grupą na basen. Mieliśmy pewne obawy związane z reakcjami osób postronnych, a także z zachowaniem najwyższego bezpieczeństwa pana Marcina. Szybko okazało się jednak, że dzięki jego zaradności nasze obawy okazały się niesłuszne. Wszyscy świetnie się bawiliśmy. Zauważyłem, że największą przyjemność sprawiają mu atrakcje takie jak: zjeżdżalnie, jacuzzi, wiry oraz bar.

Pan Marcin dzięki swojej charyzmie i ogromnemu poczuciu humoru sprawił, że wyjazd stał się niezwykły. Myślę, że mogliśmy się od niego dużo nauczyć.

W takim regionie i z takim towarzystwem chce się zdobywać szczyty. Działania podejmowane przez moich przewodników stanowią impuls do dalszych integracyjnych przedsięwzięć. Żyje się śpiewająco, gdy tak ogromną wartość społeczną tworzy zgrany zespół nie tylko muzyczny.

Ich zaangażowanie było moją genialną górską wieżą widokową.

NA WAKACJE



-30 gr/l

**Miesięcznie
aż 3 promocyjne
tankowania**

z Programem **VITAY.**

Każde do 50 litrów taniej!

-40 gr/l
**z KARTĄ DUŻEJ
RODZINY**

Ważna karta VITAY lub Wirtualna Karta VITAY uprawnia do uzyskania rabatu na 50 l benzyny lub oleju napędowego w wysokości 30 gr/l lub 40 gr/l w przypadku posiadaczy Karty Dużej Rodziny. Każdy dodatkowy litr powyżej 50 l rozliczany jest według ceny ofertowej podanej na dystrybutorze w trakcie tankowania. Promocja nie obejmuje autogazu (LPG), nie łączy się z innymi programami rabatowymi i promocyjnymi i jest ograniczona czasowo – termin obowiązywania w Regulaminie promocji. Promocja dla Zarejestrowanych Uczestników ORLEN VITAY. Regulamin promocji oraz lista stacji uczestniczących w promocji na stronie vitay.pl/rabaty