



# DÚHA

Sociálny časopis pre nevidiacich a slabozrakých občanov



Autor: Maňo Štrauch

Keď vás opantajú emócie také silné, že vám slová nestačia, preneste ich na plátno. Keď sa vám zdá, že u susedov je tráva zelenšia, započúvajte sa do podcastu EBU. Keď sa na Dušičky prebudil váš súťaživý duch, predložte mu naše 4 goralské jazykové záhady. Keď sa vám v triede objaví nevidiaci či slabozraký žiak a vy neviete, čo si počať, prelistujte si najnovšiu príručku ÚNSS. Keď tápate pri triedení odpadu a hľadáte spôsob, ako byť samostatný, inšpirujte sa v martinských a bratislavských uliciach. Keď sa obzeráte po tipoch na to, ako tvorivo prečkať snehy a mrazy, začnite rubrikou Z diania v ZO. Keď hľadáte zaujímavé čítanie, pretočte stránku.

**6/2023 · ročník XXIII.**

**Dátum vydania: 28. 11. 2023**

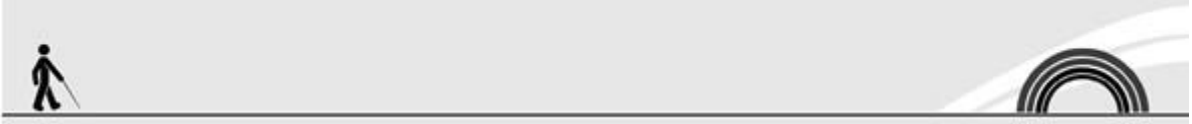
**Cena: 0 €**





## **Obsah**

<b>Úvodník .....</b>	<b>3</b>
<b>Projekty .....</b>	<b>5</b>
Učili sme učiteľov .....	5
<b>Z diania v ZO .....</b>	<b>14</b>
Dva v jednom .....	14
Keď Orava vydá svoje tajomstvá .....	21
<b>Náš tip .....</b>	<b>28</b>
Spoznajte život nevidiacich v zahraničí prostredníctvom podcastu EBU .....	28
<b>Rozhovor .....</b>	<b>33</b>
Chodbami Nitrianskej galérie .....	33
<b>Kampane a zbierky .....</b>	<b>37</b>
Biela pastelka odmeňovala .....	37
<b>Správy z regiónov .....</b>	<b>39</b>
Keď človeka predbehnú aj najsmelšie očakávania .....	39
<b>Spravodajstvo .....</b>	<b>46</b>
Triedenie bez prekážok .....	46
Prečítajte sa rokom 2024! .....	50



# Úvodník

Milí čitatelia,

zababušte sa, ale ozaj poriadne! Pretože vetrisko je škodoradostné, mráz krutý a slnko zubaté, a keď sa spoja...! Lepšie nemyslieť! Zo spoľahlivých zdrojov ale viem, že prevychovať sa dajú. A veru načim, pretože zima si veľa pamätá, a keď vám raz všetko spočíta, pokojne môžu v súpise následkov vašich ľahkovážností a podcenení figurovať aj vaše oči.

Prudký mrazivý vietor, ostré slnko, suchý vzduch v prehrievaných miestnostiach, nedostatočný pitný režim a dlhé hodiny strávené pri umelom svetle sa môžu ohlásiť okamžite, napr. slzením, pálením, svrbením, bolesťami či zápalmi, niektoré ťažkosti sa však môžu prejavíť aj po rokoch. Príroda sa pred naším nezodpovedným počínaním trochu poistila, zaopatrac nás prirodzeným ochranným mechanizmom v podobe teplých sĺz, proti nárazom studeného vzduchu to však nestačí, čo by sme čo žmurkali. Lyžovačka, korčuľovačka či sánkovačka bez poriadnych okuliarov vám môže tak vysušiť oči, že to spojivky a rohovka nevydržia a zapália sa. Tie okuliare by mali byť športové, aby zabránili prúdeniu vzduchu z bočných strán, a s UV filtrom, pretože nielen leto nám vie uškodiť. Do očí nám totiž okrem slnečných lúčov vniká aj svetlo odrazené od snehovej či ľadovej pokrývky, čo môže podráždiť nielen povrchové štruktúry oka, ale aj sietnicu, ktorá bude mať problém zabezpečiť ostrý výhľad. Našťastie tento prst býva zdvihnutý len dočasne. Zarobiť si tým ale môžete aj na šedý zákal či tzv. snežnú slepotu (teda akoby popálenie žltej škvryny), ale to je, našťastie, pomerne zriedkavý scenár.

Jasné, kto sa bojí, nech nejde do zimy. Ale nech aj tak dáva pozor. Či vychádza teplo domova z radiátora, kozubu či piecky, všetko jedno. Vzduch vo vykurovaných miestnostiach oči vysušuje a tie sa potom ohlásia nadmerným slzením, pálením, štipaním, zvýšenou svetloplachosťou, začervenaním, dokonca sa vám môže zdať, akoby ste pod viečkami mali zrnká piesku. Vlastne aj romantické chvíle pri hľadení do praskajúceho ohňa môžu skončiť mimoriadne neromanticky. Často vetrajte, zvlhčujte vzduch a minimálne dvoma litrami denne aj svoj organizmus – oveľa ľahšie sa mu budú produkovať slzy, ktoré sa na jeseň a v zime rýchlejšie vyparujú. Ak by to stále nestačilo, siahnite po slzách umelých. To je ale jediná umelina, ktorá pomáha. Umelé osvetlenie, na ktoré sme v zime odkázaní, totiž našim očiam takisto nepraje, o monitoroch počítačov, mobilov či televízorov ani nehovorím. Oplatí sa šošovke občas pripomenúť, aké je to pre zmenu hľadiet do



diaľky. No a napokon, doprajte si dostatok spánku. Hneď po tiráži si to skúste! O necelý mesiac vás zobudíme publikáciou o umení a kultúre ľudí so zrakovým postihnutím.

Dušana Blašková

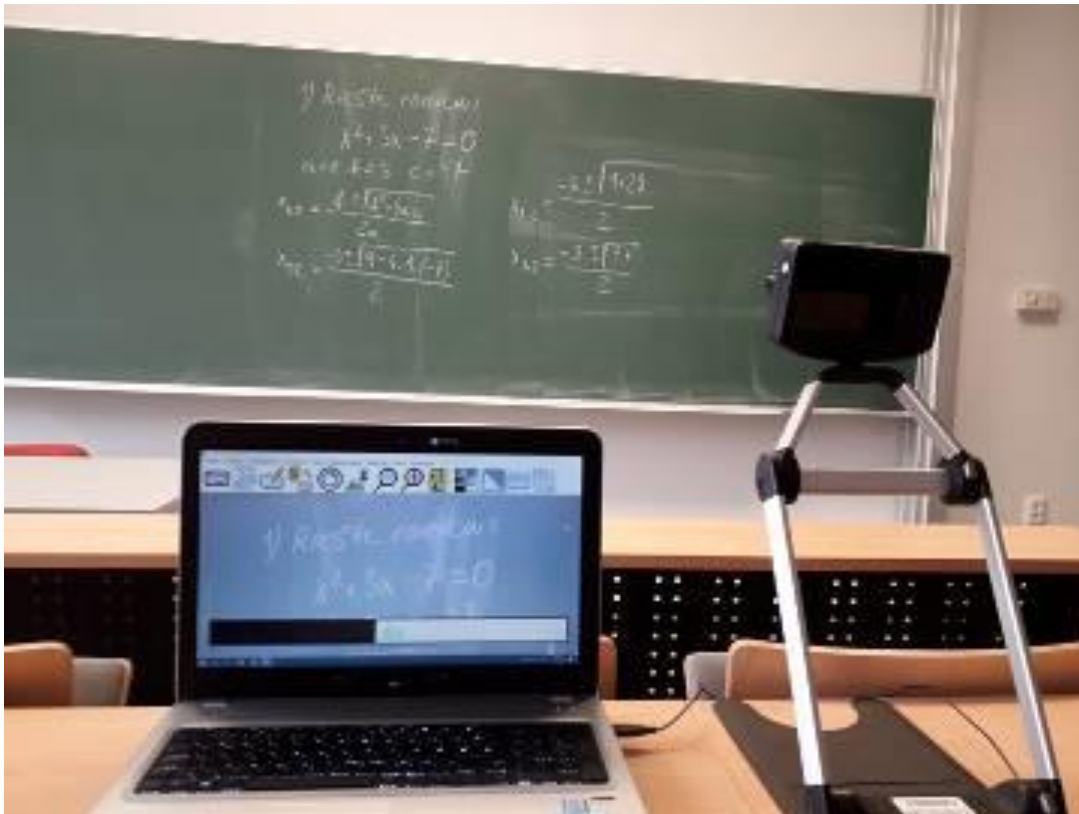
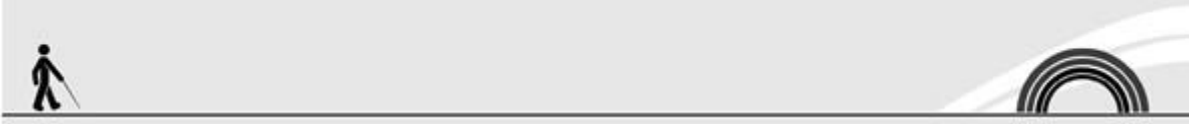


# Projekty

## Učili sme učiteľov

**Rozhodnutie študovať integrovane väčšinou v kabinetoch a zborovniach spustí lavínu otázok. Čo vlastne slabozrakí a nevidiaci dokážu? Ako im pomôcť včleniť sa do kolektívu? Čo je v našich podmienkach dostupné a čo prístupné? Kam sa obrátiť s prosbou o konzultáciu? Kde získať učebné materiály a didaktické pomôcky? Zreálniť predstavy školy, rodičov i študentov o vzdelávaní medzi rovesníkmi bez postihnutia pomohlo v rámci projektu Možnosti podpory zrakovo postihnutých žiakov a študentov asistenčnými technológiami Krajské stredisko ÚNSS v Košiciach. Sériou prezenčných i on-line školení, niekoľkými krátkymi videami a napokon informačne nabitou príručkou.**

Inklúzia v školstve je komplexom pomoci inštitúcií, odborníkov, asistentov učiteľa, osobných asistentov a rodiny, zvládnutia a využívania optických, kompenzačných a zdravotníckych pomôcok a napokon pripravenosti všetkých zúčastnených.



ReaditScholar je asistenčná technológia určená slabozrakým študentom. Skladá sa z kamery, ktorá zabezpečuje snímanie obrazu do diaľky (napr. na tabuľu), alebo do blízka (napr. na vytlačené texty či obrázky), osobného počítača a obslužného softvéru.

Zdroj: Centrum podpory študentov so špecifickými potrebami pri UK

„Projektový zámer napísali naše skúsenosti, my sme sa vlastne len prizerali,“ hovorí s úsmevom jeden z iniciátorov aktivity a autorov príručky Ján Podolinský. „Stávalo sa, že sa na nás obrátil pedagóg, pre ktorého bol nevidiaci či slabozraký žiak v triede prvým kontaktom so zrakovým postihnutím (ZP). V podstate bol postavený pred hotovú vec a to, čo žiak zvládne a ako mu učivo priblížiť, sa učil za pochodu. neraz mal len niekoľko dní či hodín, aby modifikoval existujúcu didaktickú pomôcku, alebo zaimprovizoval a vymyslel niečo nové. Keď sme naďabili na projektovú výzvu spoločnosti SK-NIC, s kolegyňou Erikou Forgáčovou sme dali hlavy dokopy a zosumarizovali to, čo učiteľov straší a zneisťuje najčastejšie.“

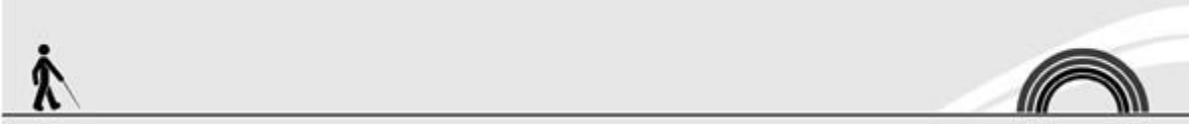
Po schválení projektu sa to všetko začalo. Košičania pripravili prehľad optických, kompenzačných a zdravotníckych pomôcok, ktoré môžu slabozrakí a nevidiaci počas vyučovacieho procesu i domácej prípravy využiť, okrajovo sa však dotkli aj tých, po ktorých inštruktori sociálnej



rehabilitácie siahajú pri nácviiku sebaobsluhy či kurzoch priestorovej orientácie a samostatného pohybu, špeciálni pedagógovia počas individuálnych tyflopédických cvičení. Vysvetlili, prečo je dôležité upraviť veľkosť a font písma, dbať na dostatočný kontrast, držať sa schematickeho znázornenia (niekedy dokonca zvoliť iné ilustračné obrázky než pre zvyšok triedy), poskytnúť textovú alternatívu k video obsahu, dodať materiály v prístupnej elektronickej podobe, ale aj to, prečo by si mali osvojiť prácu so špeciálnymi aplikáciami (napr. s aplikáciou na riešenie matematických úloh LAMBDA). Upozorňovali však aj na to, kde možno nájsť napr. databázu prístupných didaktických materiálov pre matematiku a informatiku, kde reliéfne mapy či texty v Braillovom písme, upriamili pozornosť na inštitúcie, ktoré podajú pomocnú ruku.



Ak na špeciálny mikrokapsulový papier vytlačíme čierne línie a následne zahrejeme v Zy-Fuseri, v štruktúre papiera sa aktivuje chemická látka a línie sa vydujú. Vznikne reliéfny obraz, ktorý je možné vnímať hmatom. Týmto spôsobom sa dá vyhotoviť komplexný učebný materiál obsahujúci znázornenie priebehu funkcie v súradnicovej sústave s jej popisom v Braillovom písme. Materiál je použiteľný pre študenta i pedagóga.



Zdroj: Centrum podpory študentov so špecifickými potrebami pri UK

„Veľa sme sa zhovárali aj o tom, aké kompetencie tieto inštitúcie majú. Objasňovali sme, že žiakovi so ZP musí tyflopéd z levočského alebo bratislavského centra špeciálno-pedagogického poradenstva vyhotoviť posudok, konkretizovať opatrenia, ktorými sa má škola riadiť, a, pravdaže, v určitom časovom intervale situáciu zmonitorovať, príp. odporúčania upraviť,“ pokračuje Erika Forgáčová. „Úlohou UNSS je zas usmerniť pedagogický zbor v otázkach komunikácie či usporiadania triedy, aby sa v nej žiak so ZP bezpečne pohyboval, kde ho usadiť, aby ho, povedzme, neoslepovalo slnko z okna a pod. Pokiaľ ide o našu prácu s dieťaťom, pomáhame pri začleňovaní sa do kolektívu, učíme trasy do a zo školy, ale, pravdaže, aj v samotnej budove, brailujeme (aj na stroji, aj na riadku), venujeme sa nácviku práce s technikou a technológiami. Zdôraznili sme ale aj to, že my učiteľov nesuplujeme, nemôžeme napr. so žiakom so ZP preberať učivo informatiky daného ročníka. Na to nemáme kvalifikáciu.“





Reliéfna mapa Afriky

Zdroj: Spojená škola internátna v Levoči

## **Zrakové postihnutie ako pedagogický oriešok**

Jednou z diskutovaných tém boli aj zmysly, ktoré môžu nedostatočný alebo úplne chýbajúci zrakový vnem vo vyučovacom procese nahradiť. Áno, sluch možno využiť okamžite a od učiteľa si to vyžaduje „len“ výdatnejší výklad, Košičania však upozorňovali na to, že vzdelávanie založené čisto na zvukových informáciách má svoje limity. Spomínali napr. na miestami skomolenú výslovnosť slovenského jazyka v hlasovom



výstupe, čo pri učebných textoch, najmä pri štúdiu cudzích jazykov nemožno asistenčnej technológii prepáčiť. Zdôrazňovali výhody hmatu, objasňovali, že pri rovnomernom rozložení zaťaženia zmyslových orgánov medzi sluch a hmat žiaci a študenti nepociťujú takú únavu a dokážu sa dlhšie venovať štúdiu, ale aj to, že vedieť sa „učiť rukami“ nie je samozrejmé a vyžaduje si to tréning tak brušiek prsta, ako aj mozgu, ktorý si musí zvyknúť vyhodnocovať hmatové podnety.



Rysovacie potreby s reliéfnym označením

Zdroj: Centrum podpory študentov so špecifickými potrebami pri UK

„Pri vytváraní predstavy o priebehu goniometrickej funkcie, vzhľade kužeľosečky, vzdialenosti zo Zeme na Mesiac, trecej sile, litosferických doskách, veľrybe, dĺžke ale aj mnohých ďalších pojmov vám nepomôže ani Cicero v rodokmeni. Tak ako si pri týchto učebných látkach vyžaduje obrázok trieda, vyžaduje si ho aj nevidiaci,“ vysvetľuje Erika Forgáčová. „Učiteľov sme preto povzbudzovali k tomu, aby z kabinetov povytáhovali všetko, čo možno chytiť do rúk. Dvoj- a trojrozmerné modely, vďaka

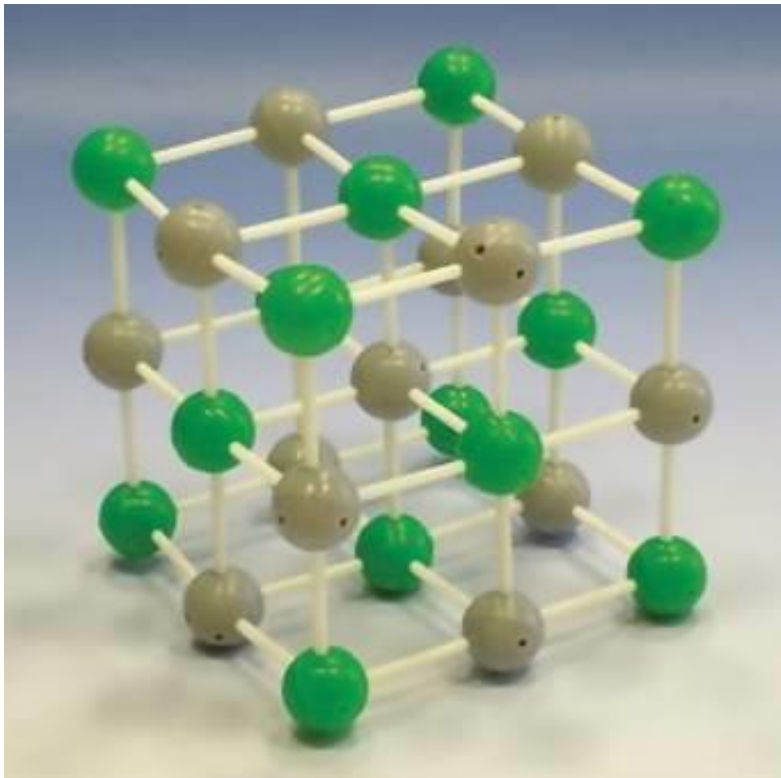


ktorým získajú žiaci so ZP predstavu o tvaroch a rozmeroch telies a rovinných útvarov, schematické modely kocky, kvádra, gule či ihlanu (najlepšie také, ktoré sa dajú rozložiť, aby na nich mohli demonštrovať, čo znamená obsah plášťa), či modely molekúl, aby bolo zrejmé, ako sa chemické prvky viažu. Ak sa v kabinete nič vhodné nenájde, treba sa spoľahnúť na vlastnú fantáziu a využiť to málo, čo je po ruke. Stačí napr. tvrdý papier vložiť do euroobalu, ten zas na mäkkú alebo gumenú podložku a perom vybodkovať žiakovi rastlinnú či živočíšnu bunku. Pravdaže, treba brať do úvahy, že hmat má oveľa nižšiu rozlišovaciu schopnosť než zrak, reliéfne znázornenia musia byť preto primerane zjednodušené. Treťou možnosťou je popozerať sa po rukolapných pomôckach, ktoré sa dajú bežne kúpiť v obchodoch (napr. reliéfne mapy, podložky so suchým zipsom a textilnou šnúrkou, ktorou môžeme znázorniť napr. priebeh funkcie), štvrtou zaobstarať pomôcky v špecializovanom pracovisku či inštitúcii (napr. v reliéfnej či bodovej grafike alebo vyhotovené na 3D tlačiarňi),“ uzatvára jedna z lektoriek školení a autorov príručky.



Prierez kvetu v reliéfnom zobrazení

Zdroj: Spojená škola internátna v Levoči



Model kryštalickej mriežky – chlorid sodný

Zdroj: [www.ucebnepomocky.sk](http://www.ucebnepomocky.sk)

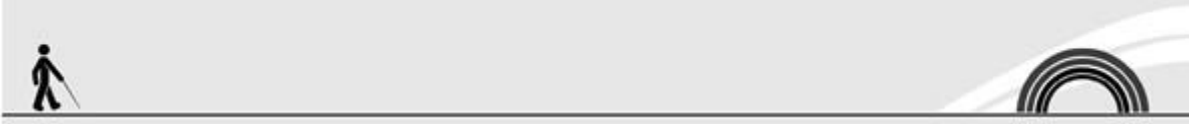
## Skončili sme, hoci nekončíme

V rámci projektu Možnosti podpory zrakovo postihnutých žiakov a študentov asistenčnými technológiami sa uskutočnili 3 semináre a 2 webináre. Viac než stovku účastníkov tvorili špeciálni pedagógovia, asistenti učiteľa a učelia základných a stredných škôl. Výstupom niekoľkomesačnej aktivity je ucelený materiál, ktorý je k dispozícii na internete. Príručku, ktorá ponúka základný pohľad na optické a kompenzačné pomôcky pre nevidiacich a slabozrakých, prehľad inštitúcií, ktoré môžu byť pri vzdelávaní nápomocné, a rady, ako si vyrobiť či zadovážiť didaktické pomôcky, si možno stiahnuť z [www.unss.sk](http://www.unss.sk), videá, ktoré sú akýmsi vstupom do problematiky, sa nachádzajú na [www.blindrevue.sk](http://www.blindrevue.sk) a na YouTube kanáli ÚNSS.

Na záver len pripomíname, že rok 2023 nebol prvým, ktorý sa v projektovej histórii ÚNSS so spoločnosťou SK-NIC spája. Vlni vzniklo prostredníctvom nadácie Pontis 21 inštruktážnych videí, v ktorých je reč o spustení, konfigurácii či práci s asistenčnými technológiami. K dispozícii sú na [YouTube kanáli ÚNSS](https://www.youtube.com/channel/UC...) a na [www.blindrevue.sk](http://www.blindrevue.sk).



Dušana Blašková



## Z diania v ZO

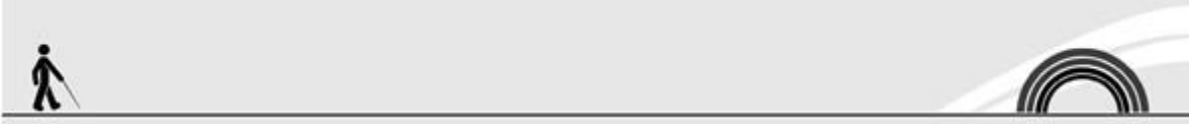
### Dva v jednom

Čo sa vám vybaví, keď začujete toto slovné spojenie? Nám napadli napr. dva žĺtky v jednom vajci, dve krivky v jednom grafe, dve fotografie v jednom ráme. Ak si však zaspomíname na uplynulé obdobie, príde nám na um predovšetkým náš projekt, ktorý sme zrealizovali vďaka podpore grantovej komisie ÚNSS. Pýtate sa, prečo sme zvolili práve takéto názov? Dôvod je veľmi jednoduchý! Zámerom časti aktivít totiž bolo spojiť členov jednotlivých ZO v Banskobystrickom kraji, zvyšok plánov sa týkal len členov ZO Lučenec. Pozývame vás nahliadnuť do našich spomienok!

### Bud'me spolu

Tak sme nazvali prvý súbor aktivít, určený nevidiacim a slabozrakým členom ZO v Banskobystrickom kraji. Cieľom bolo overiť si naše vedomosti a zručnosti, prebudiť tvorivosť, zašportovať si, ale zároveň sa navzájom lepšie spoznať a tak obyčajne – ľudsky sa spolu zasmiať. Kto by takémuto pozvaniu odolal? Zo skúseností vieme, že členovia ZO Banská Bystrica, Rimavská Sobota a Zvolen rozhodne nie.

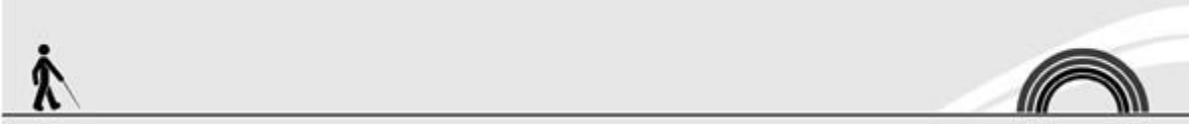
Prvým bodom programu bol návrat do školských lavíc. Štyri trojčlenné družstvá si za neustáleho povzbudzovania obecnstva z našich radov, overili svoje vedomosti z chémie, zemepisu či anatómie, popasovali sa s otázkami o histórii miest, z ktorých k nám súťažiaci zavítali. Ale áno, aj nápovede boli po ruke. Počas prestávok sme dokonca do súťaže zapojili aj divákov. Ak vás láka autentická atmosféra tohto podujatia, odporúčame siahnuť po májovom vydaní časopisu Prameň (č. 9).



Ako by ste v učive základnej školy obstáli vy?



Najväčšmi sa darilo hosťom zo Zvolena



Akí sme zdatní? Túto otázku sme si položili v rámci prípravy projektu a odložili sme ju až po tom, čo na zrekonštruovanej Lučeneckej priehrade predviedli 4 trojčlenné družstvá, ako si poradia s hádzaním na cieľ, umiestňovaním obruče na správny stojan, chôdzou po prekážkovej dráhe (s bielou palicou a navigátorom) a triafaním kolkov, ktoré sme vyrobili z plechoviek. Po splnení úloh dostalo každé družstvo indíciu, ktorá im odhalila motto stretnutia.



Ako ZO-čkári zdolali všetky prekážky





Jednou z disciplín bol hod na cieľ

Kde dokážeme tvorivosťou posunúť svoje hranice, sme si vyskúšali v rámci aktivity s názvom Aj zrakáč môže byť tvorivý. Pustili sme sa do tvorby ikebán a techniky makramé.

„Do piafloru som zapichovala rastlinky, ihličie a rôzne ozdoby a po chvíli mi pod rukami vznikla krásna ikebana,“ povedala na margo stretnutia 52-ročná Kvetka. „Pri Makramé mi postupnosť krokov opisovala moja dcéra, ktorá nespúšťala oči z lektorky Evky. Dostala som okrúhle podložky s dierkami, do rúk som si vzala šnúрку, spojila jej dva konce, prevliekla

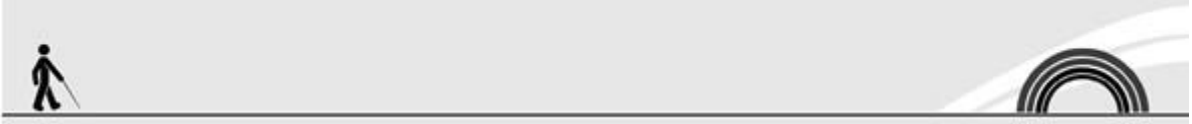


ich do dierky, urobila si očko, opäť prevliekla a takto som si dookola vypletla celú podložku. Svoje dielko som síce ukončiť nestihla, ale som rada, že som si techniku makramé vyskúšala a som sama na seba hrdá, pretože spočiatku som si myslela, že to nedokážem. Teším sa, že v našej ZO budeme mať tvorivé dielne a budeme sa tejto technike ešte venovať. Možno si vyrobím nejakú peknú vianočnú dekoráciu,“ dodáva s úsmevom nevidiaca členka ZO.



Technika makramé Lučenčanov uchvátila

Naše ďalšie spoločné stretnutie sa uskutočnilo v Novohradskom múzeu a galérii v Lučenci. Pýtate sa, prečo práve tu? Pretože v tejto kultúrnej inštitúcii nájdete nielen vodiace línie, ale aj sprievodcu stálej expozície nazvanej [Poklady minulosti](#) – textového (v čiernotlači a v Braillovom písme) i zvukového (aplikácia v tabletoch, ktoré si môžete zapožičať pri



kúpe lístka, obsahuje nahrávky, texty, fotografie a orientačné informácie v slovenskom, maďarskom a v anglickom jazyku). Vybrané zbierkové predmety môžete spoznať aj vďaka štítkom v braili, s jedným z najcennejších exponátov – obrazom Volavka od Teodora Kosztku Csontváryho – sa môžete oboznámiť prostredníctvom jeho reliéfnej repliky.

## **Hodnotová gramotnosť**

O túto tému obohatilo náš projekt OZ Fénix a dve úžasné lektorky Veronika Chudjaková a Katarína Kubaliaková. Pred členov ZO Lučenec nepredstúpili s hotovými návodmi, ale s premyslenou taktikou, ako ich povzbudiť k zamysleniu a nachádzaniu vlastných odpovedí. Počas siedmich takmer dvojhodinových stretnutí sme sa venovali napr. tomu, čo je pre každého z nás v živote dôležité, ako sa k tomu približovať a postupom času prichádzať na to, v čom spočíva naše životné bohatstvo. Boli to stretnutia plné dôvery a vzájomnej úcty, silné príbehy a svedectvá o tom, ako vnímame život, v nás vyvolávali emócie, obdiv, silu, ktorú nám dáva rodina, priatelia, známi, ale aj viera.



Ikebana, ktorá rozžiari každý dom



## Zo spätných väzieb

„Popustila som uzdu svojej predstavivosti a urobila som si veľmi peknú, farebne zladenú ikebanu. Využívala som prevažne hmat, ale keďže som prakticky nevidiaca, pomáhala som si aj zvyškami zraku. A hoci mám 82 rokov, makramé som robila prvý raz, ale veľmi rýchlo som pochopila, čo a ako mám robiť. Lektorky boli naozaj skvelé, a to ani jedna nemala skúsenosti s tým, ako s ľuďmi so zrakovým postihnutím pracovať.“

Elena Nagyová



Na umelecké dielo stačí zopár uzlíkov

## Pod'akovanie

Projekt ako taký nám priniesol spoluprácu s členmi už spomínaných ZO v Banskobystrickom kraji, so združením Fénix, s Mestským úradom



Lučenec, s TAXI Choice Lučenec, s Inštitútom znalostného pôdohospodárstva a inovácií Lučenec, s Novohradským múzeom a galériou Lučenec, s Ing. Evou Novou zo Strednej odbornej školy hotelových služieb a dopravy Lučenec a s kvetinárkou a aranžérkou Jankou Filipovou. **ĎAKUJEME!**

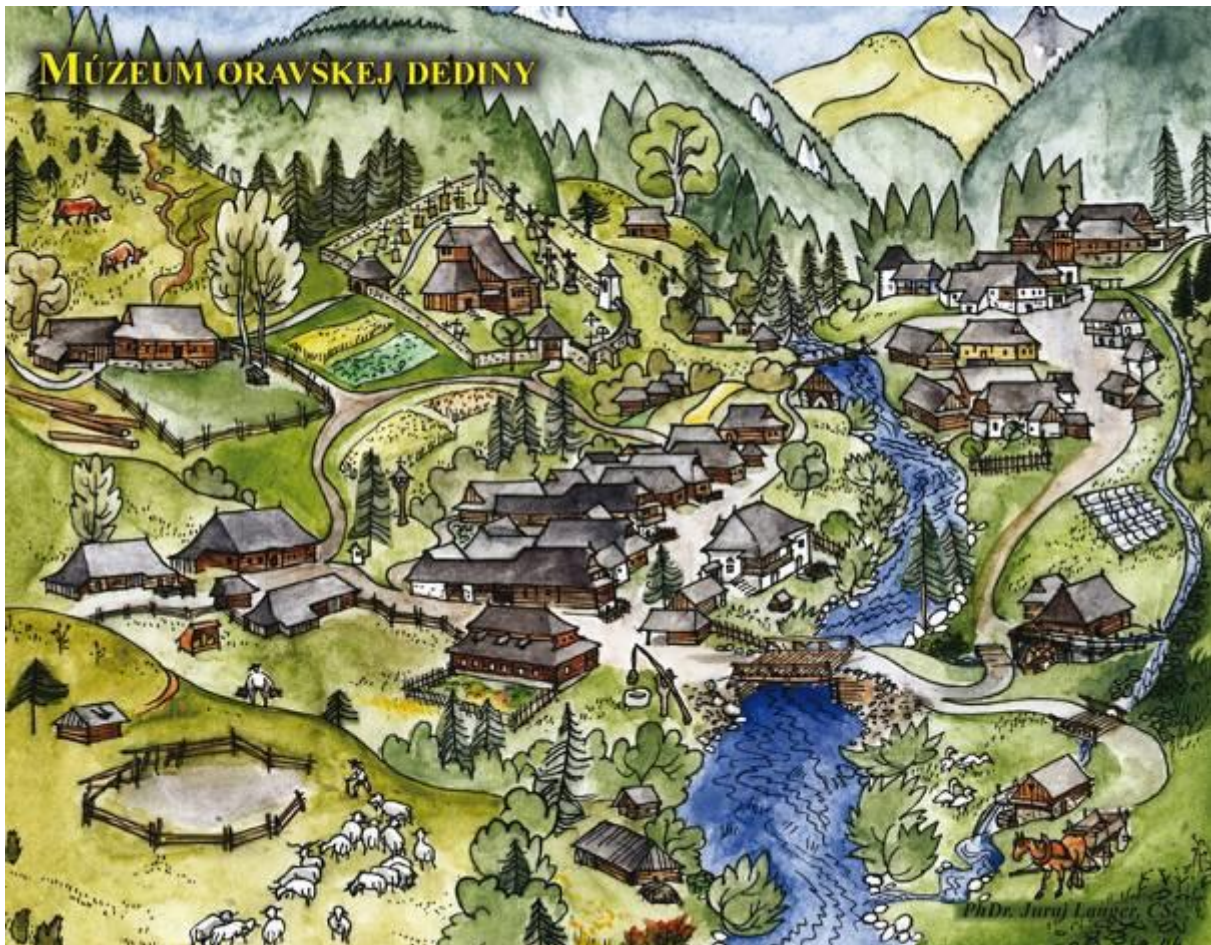
Renata Oláhová a Jarmila Paučová

## **Keď Orava vydá svoje tajomstvá**

**Členovia ZO Námestovo sa tentokrát vybrali na cestu do minulosti. Do sídla richtára, príbytkov mešťanostov, remeselníkov i roľníkov, zavítali do školy, zaskočili do olejárne, usadili sa za hrnčiarsky kruh, zašli do vodného mlyna, vyškriabali sa na pastviny k salašu, dokonca sa zamiešali medzi Goralov. Akcia dostala názov Po stopách minulosti a balíčky na cestu pripravila výletníkom aj grantová komisia ÚNSS.**

## **Na poľane Brestová, v podhorí Roháčov**

Prvá výprava viedla Do Zuberca, pozdĺž Studeného potoka. K objektom, z ktorých väčšina bola od pôvodných majiteľov odkúpená, následne rozobratá, prevezená a nanovo poskladaná. Slovom, do Múzea Oravskej dediny.



Aby sa nám ZO-čkári po ceste do minulosti nestratili

Zdroj: [www.muzeum.zuberec.sk](http://www.muzeum.zuberec.sk)

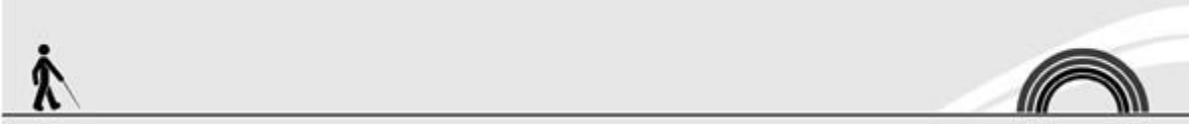
„Prekvapení nebolo konca kraja,“ spomína hospodárka ZO Námestovo Helena Gičová. „Vstupnej expozícii, Dolnooravskému rínku, dominuje baroková zvonica zo Záskaľia, ktorej múry pamätajú obecný archív a požiarňu zbrojnicu (preto sa na vrchole jej strechy ako symbol ochrany pred požiarom točí kovový kohút), obrovský záujem v nás však vyvolala aj neďaleká Zemianska kúria Meškovcov z Vyšného Kubína so súkromnou latinskou školou. Mimochodom, jej lavice kedysi dral aj malý Paľko, chlapec, ktorý vyrástol na veľkého Hviezdoslava,“ hovorí s úsmevom. „O pár krokov ďalej sa nás ale opäť zmocnilo nadšenie, pretože tam ako svedok začiatku 19. storočia stojí plátennícky mangel, dôležité technické zariadenie, ktoré vďaka konškému pohonu slúžilo na konečnú úpravu modrotlače, za ním o čosi starší zrubový dom želiara – bezzemka.“



Na konečnú úpravu modrotlače sa používal plátennický mangel

Zdroj: [www.muzeum.zuberec.sk](http://www.muzeum.zuberec.sk)

Ukážku radovej zástavby mnohých oravských dedín predstavuje Hornooravská ulica, ktorá ukrýva napr. zrekonštruovanú hrnčiarsku pec z Trstenej (predstavte si, naraz dokázala prehltnúť až 3500 nádob), samostatné usadlosti zas expozícia nazvaná Goralské lazy. Múzejníci totiž nezabudli ani na obyvateľov severných svahov Beskýd, ktorí sa živili obrábaním pôdy, chovom hydiny, ale predovšetkým oviec, predajom spracovaných a vyúdených mliečnych výrobkov. Pri roľníckej usadlosti z Oravskej Lesnej mali ZO-čkári možnosť obzrieť si ukážky pestovania poľnohospodárskych plodín ako ovos, raž, ľan, mak, pohánka či kapusta, zástávka pred šoltýskym domom z Novote ich preniesla do roku 1813. Ocitli sa, takpovediac, v kancelárii, pretože šoltýs bol v stredovekom Uhorsku zakladateľom dediny s niektorými privilégiami a určitou súdnou a správnu právomocou (od konca 17. stor. sa týmto pojmom označoval



aj richtár, ktorý nemal nijaké výsady) a v izbe, kde sa dievčatá a ženy schádzali na priadky, páračky a iné domáce práce.



Uličkou oravskej dediny

Zdroj: [www.muzeum.zuberec.sk](http://www.muzeum.zuberec.sk)



Hrnčiarska pec z Trstenej

Zdroj: [www.muzeum.zuberec.sk](http://www.muzeum.zuberec.sk)





„Na návršie k drevenému kostolu sv. Alžbety Uhorskej zo začiatku 15. storočia a ku kópii márnice z Rabčíc si trúfla zhruba polovica z nás, poslednú časť expozície s názvom Mlynisko si však nenechal ujst' nik,“ pokračuje Helena Gičová. „Z miest, kde sa natáčali rozprávky Láska na vlásku, Sedem zhavranelých bratov a Vianočné želanie nás vypravádzal veselý gagot husí, ktoré tu múzejníci na dotvorenie dedinskej atmosféry chovajú.“



Členovia ZO Námestovo v Zuberco

## Ludia hôr a lesov

Po starej obchodnej ceste prúdili z Krakova cez Nový Targ na Oravu nielen vrchovato naložené vozy, ale aj chuťovky pre jazykovedcov, zvlášť pre dialektológov. Staršia generácia vás aj dnes zaplaví úsmevným slovníctvom poľského pôvodu, patriacim do skupiny spišských, oravských, kysuckých goralských nárečí alebo do nárečia enkláv. Goralskú nárečovú oblasť na Orave tvorí 11 obcí, a to Oravská Lesná, Zákamenné, Novoť, Suchá hora, Sihelné, Oravská Polhora, Hladovka, Oravské Veselé, Mútne, Rabča a Rabčice.

Že pijatyka je nápoj, zbonek krčah, moskoľ osúch, bavidlo znamená hračka a gydľač štekliť, možno viete, trúfate si ale aj na slová, ktoré do krátkeho kvízu vybralo ZO Námestovo?



Výrazným prvkom Goralov, obyvateľov hôr a lesov, je bohato zdobený kroj

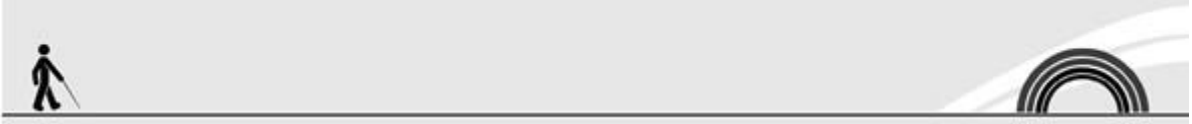
Autor: Bohuslav Zemiar

Zdroj: [www.zoznam.sk](http://www.zoznam.sk)

### **Dohovoríte sa s Goralmi?**

1. Čo znamená goralské slovo „gorki“?

- A. horúci
- B. hračky
- C. hrubý



D. hrnce

2. Keď Goral povie „vyrek“, čo má na mysli?

A. posteľ

B. plač

C. pierko

D. palica

3. Čo znamená goralské slovo „vongľe“?

A. vozík

B. uhlie

C. vľavo

D. uhorky

4. Čo si treba predstaviť pod pojmom „gynš“?

A. kosť

B. vinš

C. hus

D. kľúč

Svoje odpovede nám posielajte do konca januára elektronicky na adresu [duha@unss.sk](mailto:duha@unss.sk) alebo na Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska, Sekulská 1, 841 04 Bratislava. Poradíme si aj s rukopisom, aj s čiernotlačou, aj s brailom. Trojica, ktorá goralské slová preloží správne, bude môcť na jar korzovať v tričku s logom Kráasy Oravy, ktoré pre víťazov zabezpečila ZO Námestovo.

Dušana Blašková



## Náš tip

### **Spoznajte život nevidiacich v zahraničí prostredníctvom podcastu EBU**

**Môžeme s istotou povedať, že slovičko podcast sa stáva, resp. už sa stalo pevnou súčasťou našich slovníkov. Tento populárny formát a jeden z fenoménov dneška si našiel cestu k mnohým audiochtivým surferom. Od decembra 2022 pribudol do podcastovej rodiny ďalší člen s názvom Pohľady na život (View of Life) z produkcie Európskej únie nevidiacich (EBU).**

Pohľady na život vychádzajú v angličtine v spolupráci s rakúskou ORF pod moderátorskou taktovkou novinára Juliusa Kratkeho približne raz za mesiac, nie však so striktnou pravidelnosťou. A keďže v prípade EBU je zvuk podcastu obohatený aj o obraz, tvorcovia ho prezentujú ako videocast. Jednotlivé epizódy v dĺžke 6 až 12 minút si môžete prehrať cez web portál Vimeo, alebo [stránku EBU](#).

### **Čomu sa videocast venuje?**

EBU v ňom prezentuje situáciu nevidiacich a slabozrakých naprieč Európou vďaka rozhovorom so zástupcami členských organizácií EBU a s ďalšími ľuďmi z rôznych krajín. Cieľom je poukázať na výzvy, ktoré treba na ceste za inklúziou osôb so zrakovým postihnutím (ZrP) prekonať, informovať o existujúcich riešeniach, príkladoch dobrej praxe z jednotlivých krajín, prinášať debatu v kľúčových oblastiach a celkovo prispieť svojou trochou k rozvoju hnutia nevidiacich a slabozrakých.

V hľadáčku tvorcov je viacero oblastí. Napr. inkluzívne vzdelávanie, digitálna prístupnosť, prístup k zdravotnej starostlivosti a ďalším službám.

„Šírenie povedomia o existujúcich možnostiach, riešeniach, problémoch i výzvach je pri budovaní inkluzívneho prostredia veľmi podstatné,“ hovorí Lars Bosselmann, výkonný riaditeľ EBU a jeden z iniciátorov tohto projektu.

Na Vimeo momentálne nájdete 9 epizód, v rámci ktorých odprezentovali ľudí a organizácie napr. z Fínska, Poľska, Írska, Nemecka, Čiernej Hory



či Dánska. Predstavíme si teraz niektoré z nich. Takže, pripútajte sa, budeme cestovať naprieč Európou!

## **Fínsko**

Hostkou druhej epizódy bola Elisa Montonen, členka Fínskej federácie ľudí so ZrP z Helsínk. Elisa pracuje vo federácii ako poradkyňa pre práva ľudí a sociálne zabezpečenie, jej úlohou je byť v priamom kontakte s nevidiacimi a slabozrakými klientmi.

„Zavolá mi napr. 80-ročná pani, ktorej práve diagnostikovali zrakové postihnutie, alebo ma kontaktuje mladší klient so ZrP v produktívnom veku, ktorému úrad neschválil pracovného asistenta a je potrebné pripraviť odvolanie, príp. konzultovať s právnikom,“ vysvetľuje Elisa Montonen svoju pracovnú náplň. Sama má zrakové postihnutie, používa hlasový výstup a brailový riadok. Niekedy sama potrebuje pomoc osobného asistenta.

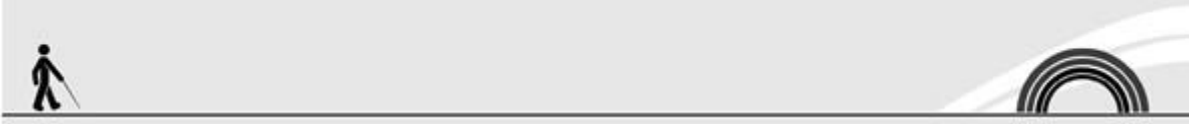
A aká je situácia nevidiacich a slabozrakých vo Fínsku? „Tu sa najčastejšie stretnete so zrakovým postihnutím u seniorov najmä kvôli zelenému zákalu. Prístupnosť v oblasti digitálnych technológií a zastavaného prostredia sa neustále zlepšuje, no stále je čo vylepšiť, a preto sme tu,“ zdôrazňuje Elisa Montonen a dodáva, že predovšetkým kvôli starším ľuďom nepresadzujú len digitálne riešenia, keďže je pre nich náročnejšie začať vo vyššom veku používať asistenčné technológie. „Máme zákon o službách pre ľudí so zdravotným postihnutím, čo znamená, že môžete získať určité služby. Musí to však prejsť schvaľovacím procesom vo vašej domovskej komúne, a keď splníte kritériá, získate pomoc.“

Nevidiaci a slabozrakí bežne študujú a pracujú s vidiacimi v mnohých oblastiach a rôznych profesiách. Zhruba 40% z nich má zamestnanie.

Budúcnosť vidí Elisa predovšetkým v zlepšovaní digitálnej a architektonickej prístupnosti. „Nesmieme do budúcnosti zabudnúť ani na seniorov so ZrP, ktorí sú veľmi početnou skupinou a vyžadujú si tradičné formy komunikácie,“ uzatvára Elisa Montonen.

## **Česká republika**

Hostom tretej epizódy bol prezident Sjednocené organizace nevidomých a slabozrakých (SONS) Ľuboš Zajíc.



„SONS je jedinou organizáciou svojho druhu u nás, ktorá zastupuje ľudí so ZrP a aktívne pre nich vykonáva advokačnú činnosť. Pôsobíme vo viac ako šesťdesiatich mestách. Nevidiaci a slabozrakí sú u nás rozptýlení po celej krajine, nie sú koncentrovaní do niekoľkých zariadení, ako to bolo pred rokom 1989. Často majú nedostatok špecifických zručností napr. v oblasti orientácie či používania braila. Je oveľa viac možností vzdelávania vrátane univerzít. Reálna zamestnanosť je však v porovnaní s minulosťou zrejme nižšia. Životné podmienky, a to predovšetkým vďaka dostupnosti kompenzačných pomôcok, sú výrazne lepšie ako kedysi.“

„Do budúcnosti musíme pokračovať v obhajobe práv ľudí so ZrP a sústrediť sa na prístupnosť zariadení, IT služieb či zabezpečiť práva držiteľom vodiacich psov. Nesmieme sa zmieriť s poklesom životnej úrovne našej komunity spôsobenej infláciou,“ myslí si prezident SONS Ľuboš Zajíc.

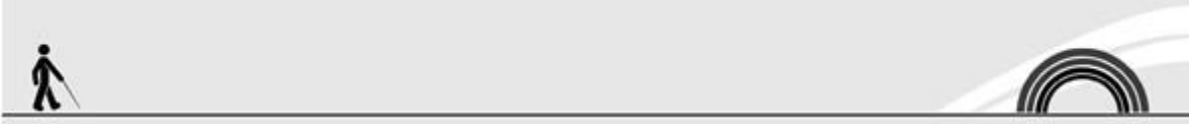
## Nemecko

V štvrtej epizóde podcastu sa Julius Kratky rozprával s Reinerom Delgadam z Nemeckej federácie nevidiacich a slabozrakých, kde má na starosti sociálne záležitosti. Federácia je strešnou organizáciou, ktorá združuje 19 regionálnych členských asociácií a 35 ďalších organizácií pracujúcich pre ľudí so ZrP.

„Snažíme sa pomáhať v mnohých oblastiach. Ako v strešnej organizácii značnú časť agendy tvorí legislatívna činnosť, a to nielen na národnej úrovni, ale takisto v spolupráci s EBU na úrovni EÚ, čo má čoraz väčšiu dôležitosť. Osobne sa špecializujem na vzdelávanie, ktoré je u nás tak trochu zložitý. Je organizované v jednotlivých spolkových republikách, preto je ťažšie nachádzať spoločné celonárodné riešenia. Ďalšou oblasťou je práca pre hluchoslepých ľudí, pre ktorých je veľký problém dosiahnuť právo na osobného asistenta,“ podčiarkuje Reiner Delgado.

Jednou z najdôležitejších vecí v oblasti vzdelávania sú podľa Delgada špecifické zručnosti detí so ZrP, ktoré nazývajú druhé kurikulum. Ide o výučbu čítania a písania, matematické znalosti atď. „Trpíme nedostatkom skúsených učiteľov – špecialistov na rozvoj týchto zručností. Musíme presvedčať štát a univerzity, aby venovali väčšiu pozornosť špeciálnej pedagogike a platili za túto prácu adekvátnu mzdu,“ vysvetľuje Delgado.

Pre ľudí so ZrP v Nemecku je stále čo zlepšovať. Nevidiaci si dosť ťažko nájdu prácu. Zamestnávateľia nie sú presvedčení, že môžu vykonávať



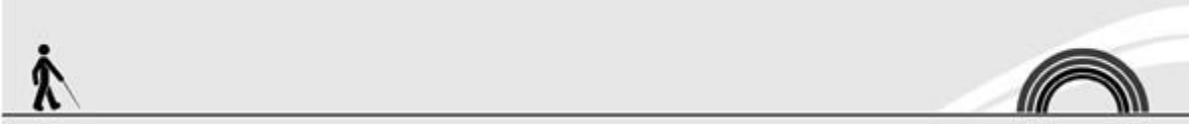
svoju prácu dobre. Je možné získať pracovného asistenta či technické pomôcky ako brailový riadok, zväčšovací softvér a pod. Problémom však je, že dostať túto formu podpory trvá aj pol roka, čo je pre zamestnávateľa príliš dlhá doba.

„Keď človek stratí zrak v seniorskom veku, dostane podstatne menej podpory a možností rehabilitácie než ostatní. Toto musíme zmeniť. Myslím si, že rovnaký problém majú i ďalšie krajiny. Spoločnosť by si mala uvedomiť, že ľudia vo vyššom veku potrebujú nielen opatrovateľskú starostlivosť ale aj rehabilitáciu,“ hovorí Reiner Delgado. Z hľadiska budúcnosti vkladá nádej najmä do ďalšieho rozvoja technológií: „Zoberme si smartfóny, ktoré dnes dokážu zaujímavé veci a pre nevidiacich sú už vcelku prístupné. Toto bolo pred pätnástimi rokmi nepredstaviteľné. Verím, že oblasť techniky a umelej inteligencie ponúkne ďalšie riešenia, ktoré uľahčia život ľuďom so ZrP a prinesú im väčšiu nezávislosť.“

## Dánsko

Hostom deviatej epizódy bol prezident Dánskej asociácie nevidiacich Ask Lønbjerg Abildgaard, ktorý činnosť svojej organizácie predstavil týmito slovami: „Ponúkame viacero služieb, napr. poradenstvo pri poskytovaní pomoci miestnymi úradmi. Ďalšou oblasťou sú mladí ľudia, u ktorých, žiaľ, badáme klesajúci trend v úrovni vzdelania, čo je prekvapivé, nakoľko vo všeobecnosti táto úroveň u nás stúpa. Je to tiež v protiklade s faktom, že situácia väčšiny ľudí sa vďaka pokroku technológií zlepšuje. Toto je jeden z dôležitých problémov, ktoré nás aktuálne zamestnávajú. Ďalej by som spomenul staršiu generáciu ľudí, ktorí strácajú zrak. V Dánsku nemáme jasne ukotvené právo na rehabilitáciu po strate zraku. V súvislosti so staršími je situácia zložitá, pretože často stratu zraku berú ako prirodzený dôsledok veku, no aj v ich prípade ide o vážne zdravotné postihnutie a mali by dostať rovnakú pomoc, akú majú k dispozícii iní.“

Prezident Abildgaard sa intenzívne angažuje v oblasti tvorby politiky pre ľudí so ZrP. Ako hlavné princípy tu vidí – primäť miestne úrady, aby pochopili, že rehabilitácia ľudí so ZrP, špeciálne tých mladších, je veľmi špecializovaná úloha, na ktorú nie sú úplne pripravení a mali by ju posunúť na úroveň dánskych regiónov. Ďalej sa snažia, aby štátne authority zaviedli štandardy kvality v službách pre ľudí so ZrP rovnaké pre celú krajinu. Dialóg s partnermi hodnotí nasledovne: „Máme dobrú komunikáciu s členmi parlamentu a s úradníkmi, avšak výzvou zostáva



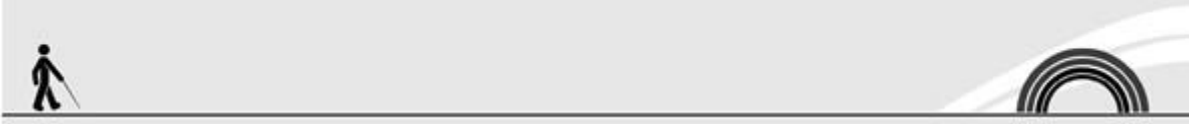
fakt, že do debaty musíme zahrnúť všetkých aktérov súčasne, aby sme dosiahli reálny výsledok.“

Aj v Dánsku, podobne ako v iných krajinách, znižuje inflácia životnú úroveň ľudí so ZrP, z ktorých mnohí sú závislí od podpory štátu a tá za infláciou zaostáva. Dôkazom toho je skutočnosť, že v poslednom období dostávajú v asociácii viac žiadostí o individuálnu finančnú pomoc odôvodnenú zlou ekonomickou situáciou.

Ako vidíme, viaceré problémy sú v krajinách EÚ podobné tým našim. Práve to je jedným z hlavných cieľov videocastu Pohľady na život – dozvedieť sa o sebe viac. Veríme, že séria rozhovorov vás zaujala a niektoré z nich si pozriete.

Stanislav Sokol





# Rozhovor

## Chodbami Nitrianskej galérie

Pred zhruba pol rokom preletela našou komunitou pozvánka na haptickú výstavu [Dotkni sa výtvarného umenia](#), na ktorú nadväzovali tvorivé dielne určené prednostne nevidiacim a slabozrakým. V októbri sa možnosť prezrieť si vybrané exponáty skončila, v novembri sa uskutočnil záverečný workshop a od 5. do 31. decembra potrvá výstava prác, ktoré v rámci aktivity vznikli.

V snahe dozvedieť sa, ako sa tieto projekty zrodili, vybral som sa do Nitrianskej galérie, aby som kurátorku výstavy, lektorku tvorivých dielní, autorku i realizátorku v jednej osobe Elene Tarábkovej položil niekoľko otázok.

**Hneď na úvod mi dovoľte takú všeobecnú: v čom spočíva práca galerijnej pedagogičky?**

„Musím povedať, že v súčasnej dobe je práca galerijného pedagóga veľmi obširná. V prvom rade ide o neformálne vzdelávanie v profesionálnej kultúrnej inštitúcii, pri ktorej galerijný pedagóg podporuje záujem žiakov a širokej verejnosti o rôzne druhy súčasného výtvarného umenia. K tomuto zámeru vytvára vzdelávacie programy, workshopy, tvorivé dielne, súťaže, didaktické pomôcky, pracovné listy a edukačné výstavy. Jednou z týchto výstav bola aj spomenutá haptická výstava s názvom *Dotkni sa výtvarného umenia!*, určená pre ľudí so zrakovým postihnutím. Moja práca je však aj o podpore a rozvoji kreativity a výtvarnej činnosti u návštevníkov.“

**Nepochybne Vám pri tom pomáha aj vlastná skúsenosť, keďže sa sama venujete širokej škále výtvarného umenia – maľbe, ilustrácii, keramike i ľudovým textilným technikám. Edukačné aktivity v oblasti výtvarného umenia, ktoré zastrešujete, sú určené pre ľudí všetkých vekových kategórií – od detí až po seniorov. Program *Tvoriť* môže každý realizujete už od roku 2009, dokonca Vás zaň ocenilo aj mesto Nitra. Môžete nám, prosím, jeho históriu trochu priblížiť?**



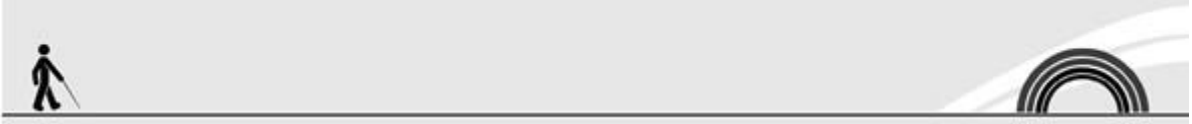
„Musím povedať, že vlastná výtvarná skúsenosť i tvorivá práca s rôznym výtvarným a alternatívnym materiálom sa mi viackrát osvedčila práve pri skupinách návštevníkov so špeciálnymi potrebami. Preto vzdelávací program Tvorit' môže každý od začiatku obsahoval cyklus tvorivých dielní k dielam zo zbierky galérie, v ktorom sa striedali kresliarske, maliarske, grafické, sochárske a kombinované techniky. Prvé roky som pracovala so školskými skupinami. Išlo o žiakov s mentálnym postihnutím, neskôr mi však na vzdelávacie aktivity začali chodiť aj deti s poruchami autistického spektra a telesným postihnutím. Po roku 2015 som začala pripravovať viac podujatí aj pre seniorov, aktuálny ročník bol zas určený hlavne nevidiacim a slabozrakým návštevníkom.“



Tvorivá atmosféra v Nitrianskej galérii

Autor: Elena Tarábková

**Predpokladám, že pri Vašom entuziazme bolo len otázkou času, kedy príde rad aj na nás. Pôvodnou myšlienkou boli tvorivé dielne a k tomu výstava, alebo prístupnenie umenia zo zbierok galérie a k tomu sa pridala snaha tvoriť s ľuďmi so zrakovým znevýhodnením?**



„Viete, pri tvorivom procese vás neustále veci inšpirujú, ovplyvňujú a niekam posúvajú. Mňa inšpirovala výstava diel Majstra Pavla z Levoče, inštalovaná v krásnych priestoroch Bratislavského hradu, ktorá bola obohatená o špeciálnu zónu pre nevidiacich. Ešte dnes si pamätám svoj údiv, keď som si prezerala reliéfne zobrazenia vybraných diel. Od tej chvíle som vedela, že raz aj ja zrealizujem výstavu pre nevidiacich. Pôvodnou myšlienkou teda bola expozícia, ktorej by sa ľudia so zrakovým postihnutím mohli dotýkať.“

**Kto chce zapáľovať, musí horieť. Naozaj názorný príklad tejto sentencie a tiež toho, ako kultúra dokáže inšpirovať. Počiatočné plány zahŕňali 5 letných workshopov, nakoniec ich bolo 7 a na týždennej báze pokračovali v septembri a októbri, čo nepochybne svedčí o veľkom záujme účastníkov. Ako tieto tvorivé dielne naplnili Vaše očakávania?**

„Určite moje očakávania naplnili. Pre mňa je prioritou, aby mali prítomní radosť z vlastnej tvorby, z pocitu, že sa im podarilo vytvoriť niečo, o čom netušili, že to vôbec dokážu.“

**Prejdime k samotnej výstave. Pozostáva z dvadsiatich umeleckých diel z rokov 1880 až 1980. Prevažujú medzi nimi trojrozmerné artefakty najmä z bronzu, ale nájdeme tu aj zvárané železo, kameň a drevo, vďaka Slovenskej knižnici pre nevidiacich Mateja Hrebendu v Levoči sa podarilo sprístupniť aj 8 obrazov. Všetko je doplnené popismi v Braillovom písme a zväčšenej latinke. Ako sa Vám s touto inštitúciou spolupracovalo?**

„Mne osobne sa spolupracovalo veľmi dobre. Pravdepodobne aj preto, že v minulosti som robila slepotlače z papierových matríc a viem si predstaviť procesy a postupy spomínanej technológie.“

**Viem, že výstavu si prišli prezrieť nevidiaci a slabozrakí z viacerých končín Slovenska. Ako hodnotíte návštevnosť a aké boli ohlasy?**

„Netušila som, že výstava bude mať až taký ohlas. Veľmi milo ma prekvapil aj záujem pedagógov a žiakov zo základných a stredných škôl.“

**Máte nejaké silné zážitky, či už z výstavy alebo workshopov, o ktoré by ste sa s nami chceli podeliť?**



„Často ma prekvapovalo práve to, že som nemala pocit, že pracujem s nevidiacimi a slabozrakými. Vznikli nádherné keramické práce, maľby a batiky. Áno, bol aj pracovný neporiadok a stoly zablatené od keramickej hlíny, áno, občas sa čosi hľadalo, ale rovnaký neporiadok, ako aj nadšenie z výtvarnej tvorby pozorujem aj pri vidiacich návštevníkoch.“

**Napriek svojmu náročnému letnému programu svoju účasť a pomoc neodriekla ani úspešná nevidiaca keramikárka Soňa Zelisková a neľutovala opakovanú cestu z Dubnice nad Váhom do Nitry. Išli by ste do takýchto projektov znova?**

„Áno, v galérii máme podobný projekt v plánoch.“

**Veľmi pekne ďakujem za rozhovor a želám, aby ste k tvorbe priviedli ešte veľa kreatívnych ľudí a aby sa naplnili všetky Vaše ciele v autorskej umeleckej tvorbe.**

Projekt finančne podporilo Mesto Nitra a Ministerstvo kultúry SR. Partnermi podujatia sú Krajské stredisko ÚNSS v Nitre, Slovenská knižnica pre nevidiacich Mateja Hrebendu v Levoči a Katedra výtvarnej tvorby a výchovy Pedagogickej fakulty Univerzity Konštantína Filozofa v Nitre.

Josef Zbranek



## Kampane a zbierky

### Biela pastelka odmeňovala

V rámci našej verejnej zbierky sa snažíme nielen o rôzne inovácie či formy spoluprác, ale hľadáme aj možnosti, ako sa poďakovať tým, ktorí nám pomáhajú v uliciach, teda žiakom, študentom i členom základných organizácií. Ani tento rok nie je výnimkou.

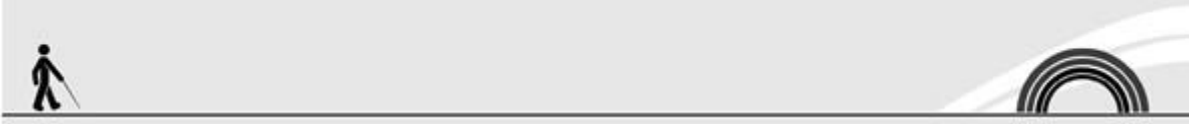
### Najlepší z najlepších

Motivačné súťaže boli určené členom ZO i študentom. „Praktické darčeky pre mladých nám venovali spoločnosti Eviden a Eldamar. Z reakcií kolegov viem, že žiakom a študentom sa veľmi páčili a s nadšením sa pustili do zbierkovania. Výsledok potešil nielen nás, ale aj našich partnerov,“ dopĺňa manažérka pre fundraising Michaela Holíková.

Z reproduktorov zn. JBL GO3 sa tešia študenti a študentky Strednej zdravotníckej školy v Žiline, ktorí spoločne vyzbierali takmer 550 eur. Suma 565,25 eur priniesla SMART hodinky značky Canyon do ZŠ v Michalovciach. Takmer 700 eur vyzbierali žiaci z Gabčíkova, vďaka čomu si každý člen tímu už môže vytlačiť prezentácie, školské projekty, ale aj fotografie na vlastnej tlačiarňi značky EPSON.



Zlatí dobrovoľníci



Autor: Eva Amzler

## **Potešíme ZO-čky**

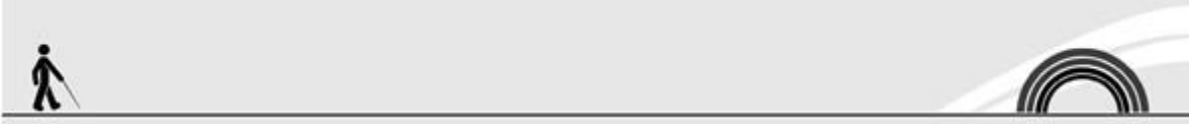
S odmenami však nezabúdame ani na členov základných organizácií. Stoeurový kredit pre svoju základnú organizáciu vybojoval tím Silvie Hanovej z Trnavy, ktorému sa podarilo vyzbierať úžasných takmer 860 eur. Aby načerpali dostatok síl na ďalší ročník, členom tímu venujeme i voucher na pobyt v štvorhviezdičkovom Hoteli Apollo v Bratislave.

„Pani Hanovej srdečne gratulujem a ďakujem za vynaložené úsilie. Viem, že zbierkovanie nie je jednoduché, reakcie ľudí v uliciach nebývajú len príjemné. O to viac sa teším, že sa nevzdali a dosiahli krásny výsledok. Verím, že v našom hlavnom meste prežijú pekné chvíle a v hoteli sa im bude páčiť,“ povedala riaditeľka ÚNSS Tatiana Winterová.

V priebehu nasledujúceho roka ešte odmeníme tri základné organizácie, ktorým sa podarilo získať najvyšší výnos v rámci celého ročníka zbierky. Najúspešnejšie ZO-čky si na konto pripíšu 300, 200 a 100 eur.

Na záver by sme sa chceli ešte raz poďakovať všetkým, ktorí sa na 22. ročníku VZ Biela pastelka podieľali. Ďakujeme za vaše nasadenie, trpezlivosť, kreativitu a voľný čas. Aj vďaka tomu sa môžeme tešiť z čiastky vyše 260-tisíc eur.

Eliška Fričovská



## Správy z regiónov

### **Keď človeka predbehnú aj najsmelšie očakávania**

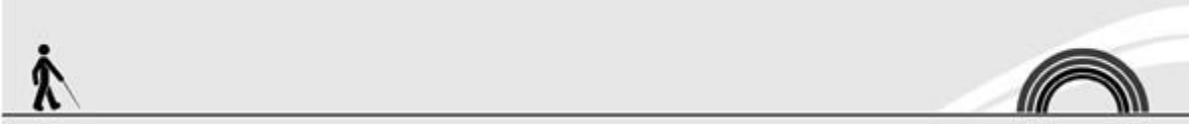
V Evanjelickej spojenej škole internátnej v Červenici si deti žijú svoj vlastný svet. Učitelia, pedagogickí asistenti a vychovatelia, ktorí sa o ne dennodenne starajú, im neúnavne otvárajú dvere do neznáma a pomáhajú odkrývať tajomné zákonitosti všedného dňa. Spoločne sa hrajú a vzdelávajú, spoločne hľadajú svoje miesto medzi rovesníkmi a v najbližšej rodine, spoločne sa orientujú v oblasti obliekania, stolovania či hygieny. Osud im dal do vienka ťažké zdravotné znevýhodnenie – k poruche zraku a sluchu sa pridružilo mentálne či telesné postihnutie, Downov syndróm, autizmus, poruchy správania, epilepsia a mnoho ďalších diagnóz –, radosti detstva im však neodoprel.

### **Neučíme sa pre školu, ale pre život**

Tento rok sa u nás, v jedinej škole na Slovensku, ktorá poskytuje výchovu a vzdelanie deťom a mladým ľuďom s hluchoslepotou, nesie v znamení osláv 30. výročia nášho vzniku.

Treba priznať, že začiatky boli veľmi ťažké, plné hľadania postupov, metód i foriem práce. História sa v Červenici začala písať so štyrmi žiakmi, neskôr pribudli ďalší a niekoľko rokov sme sa počtom držali na dvanástke. Kvalifikovaný personál zastrešoval výchovu a vzdelávanie, pokrýval poobedňajšiu činnosť i nočné služby. Ináč to nie je ani dnes, hoci škola za ten čas prešla viacerými zmenami. Podarilo sa rozšíriť okruh našej činnosti, takže dnes zastrešujeme 3 organizačné zložky, a to špeciálnu materskú školu, špeciálnu základnú školu pre hluchoslepých a praktickú školu, našou súčasťou je aj internát a jedáleň. Čo je ale najdôležitejšie, neustále sa rozrastáme. Dnes poskytujeme útočisko pre 37 žiakov a študentov, ktorí nielenže dostávajú adekvátnu pomoc, podporu a vzdelávanie, ale predovšetkým nachádzajú uplatnenie v bežnom živote.

Pýtate sa, či je vzdelávanie po tých rokoch jednoduchšie? Rozhodne nie! Univerzálnej cesty u nás niet! Každý žiak našej školy je jedinečný, každý potrebuje špecifický prístup a individuálne tempo. Každý s nami komunikuje po svojom, preto aj vzdelávanie a dosahovanie cieľov je zakaždým trošičku iné. Spolu tápame a napokon nachádzame, čo



ktorému dieťaťu vyhovuje a vďaka čomu môže, hoc len maličkými krôčikmi, ale predsa napredovať.



Aj cez záblesky svetla možno vnímať svet v jeho rozmanitosti a žiť podľa svojich možností plnohodnotný život

Zdroj: ESŠI v Červenici

Okrem výchovy a vzdelávania však žiakom ponúkame aj množstvo terapií a podporných aktivít. Canisterapiu, hipoterapiu, tvorivé dielne, účasť na rôznych vystúpeniach či výlety do okolia. Aktívne sa zapájame do života obce, dva roky sme pri príležitosti mesiaca úcty k starším roznášali do poštových schránok vlastnoručne vyrobené darčeky. S deťúrencami však zhotovujeme aj masky na karneval, oslavujeme ich narodeniny a MDD, nacvičujeme vianočnú besiedku. Rozhodne ich od vonkajšieho sveta neizolujeme. Práve naopak, pomáhame im vystierať ruky tak ďaleko, ako je to len možné. Pretože svet hluchoslepých je veľký „len“ potiaľ, kam dosiahnu končekmi svojich prstov.





Už niekoľkokrát sa žiaci presvedčili aj o liečivej sile zvierat

Zdroj: ESŠI v Červenici

### **Kresba ako nástroj vyjadrovania sa**

Výtvarný prejav našich žiakov je výborným komunikačným prostriedkom, prostredníctvom ktorého vieme preniknúť do ich duše a lepšie ich spoznať. Kresba sa v našom výchovno-vzdelávacom procese zaraďuje medzi najobľúbenejšie a najžiadanejšie aktivity – pre nich je jednoduché čmáranie, čas strávený pri vmaľovačkách a vystrihovačkách hrou, pre nás možnosťou, ako rozvíjať jemnú motoriku a orientáciu v priestore, podporovať ich samostatnosť, predstavivosť i pamäť. Kresba zobrazuje vedomé i nevedomé prania detí, prezrádza, čo ich teší a čo trápí, vyzýva nás k rozhovoru. Niečo podobné sa dialo aj počas výtvarnej činnosti so Stankom.



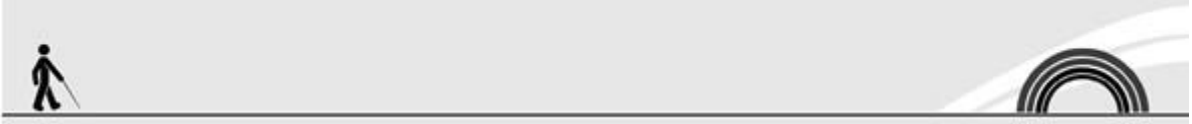
Učenie hrou

Zdroj: ESŠI v Červenici

### **Takto to celé začalo**

Stanko je veľmi šikovný a talentovaný žiak. V decembri to bude rok, čo spolu so svojím bratom (dvojčaťom) prišiel do Červenice. Prestúpili k nám zo ŠZŠ, v ktorej sa nedočkali pochopenia a prijatia. Stanka to veľmi ranilo a uzavrel sa do seba. My sme však vnímali, že napriek istým limitom (Stanko je nepočujúci, komunikuje výlučne posunkovým jazykom a má pridružené zrakové, mentálne i telesné postihnutie) má veľký talent.

Chceli sme ho podporiť v tom, čo rád robí, a zároveň mu vrátiť sebadôveru, preto sme ho zapojili do projektu Nadácie SPP. Nik z nás



nevedel predpovedať, ako mladý teenager zareaguje, ako skíbime lehoty, ku ktorým sme sa zaviazali, a zároveň doprajeme Stankovi toľko času, koľko sám potrebuje. A hoci naše obavy znásobila aj nečakaná choroba, napokon sa všetko podarilo a prekonal naše očakávania.



Stanko dal do maľovania naozaj všetko!

Autor: Maňo Štrauch



## Od machule k umeleckému dielu

Každé popoludnie sa Stanko voľne pohrával s plátnom a farbami. Do jeho výtvarného vyjadrenia sme nijako nezasahovali, nechali sme vyniknúť abstraktnosť, ktorú do tvorby vložil. Keďže sa maľovalo na plátna veľkých formátov a Stanko je vzhľadom na svoj vek veľmi nízky, maľovanie bolo pre neho fyzicky náročné, najmä samotné presúvanie sa od jedného rohu plátna k druhému. Kropaje potu striedal úsmev od ucha k uchu, odhodlanie a túžba dotiahnuť každý obraz do podoby, ktorá by spĺňala jeho očakávania, však vždy zvíťazili. A tak po niekoľkých týždňoch vznikli diela, za ktoré by sa nemusel hanbiť ani ozajstný maliar.

Koncom októbra sme v priestoroch školskej jedálne zorganizovali vernisáž. Pani učiteľka, ktorá sa v našej improvizovanej galérii zhostila úlohy sprievodkyne, pre nás pripravila súťaž, do ktorej zapojila všetkých prítomných. Žiakov, zamestnancov školy, blízkych príbuzných i hostí z obce. Obrazom vymyslela názvy, plátna preniesla na fotografie a spoločne sme pomenovanie i snímku priradovali k skutočnému obrazu. Také pexeso po našom! Posunkami sme pomenovali každú farbu, ktorú Stanko pri svojej práci použil, a keďže posunky sme neodpustili ani jedinému prítomnému, vernisáž sa na chvíľu zmenila na vyučovaciu hodinu a školská jedáleň na triedu.

Pocit slávy zo Stanka dodnes nevyprchal. Jednoducho sme mu to nedovolili. Jeho diela si našli svoje čestné miesto na stenách jedálne, kde minimálne päťkrát denne (pri raňajkách, desiate, obede, olovrante a pri večeri) ukazujú celej našej škole, kam môže viesť vytrvalosť a umelecký zápal. Ale to stále nie je všetko! Predstavte si našu radosť, keď sa nám 3 Stankove obrazy podarilo umiestniť aj v interiéri jednej košickej kaviarne!



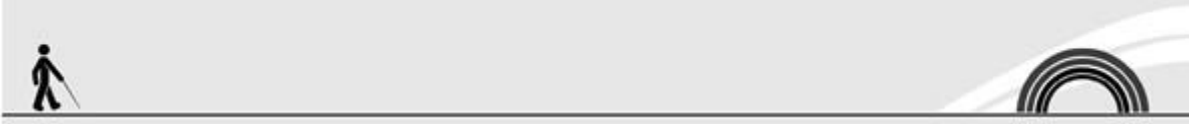
Zo školskej jedálne obrazová galéria

Zdroj: ESŠI v Červenici

### **Výzvam treba čeliť**

Ako vidíte, nepohybujeme sa len vo vodách, v ktorých dokážeme plávať ako ryby. Práve naopak! Projekt s Nadáciou SPP nás vtiahol do tajomných hlbín a ukázal nám, čo všetko v nás ešte nie je objavené. Často ani nami samými.

Príjemné ponáranie sa do vlastnej duše praje všetkým čitateľom Dúhy Iveta Krajčirovičová, riaditeľka Evanjelickej spojenej školy internátnej v Červenici



# Spravodajstvo

## Triedenie bez prekážok

Separovanie odpadu je povinnosťou každého, tak ako chodenie do školy či platenie daní. Nádoby na sklo, plast a papier sa však neraz od seba odlišujú len farbou a nálepkou s nápisom, čo nevidiacim, slabozrakým a ľuďom s poruchou vnímania farieb výrazne sťažuje ich identifikáciu, spoľahnúť sa často nemôžu ani na to, že ich nájdú zakaždým v tom istom poradí. Ale keďže odpad produkujú aj ľudia so zrakovým postihnutím a aj oni chcú mať možnosť správať sa voči životnému prostrediu zodpovedne, sami prišli s iniciatívou, ktorej výsledkom je označenie zberných nádob štítkami s reliéfnym piktogramom, reliéfnou latinkou a Brailom. Koncom roka 2022 sa ich 50 objavilo v Martine, v týchto dňoch ich na vybrané stojiská nainštaluje bratislavské OLO až 150.

Triedený zber odpadov na Slovensku nie je jednotný, bežne sa stretávame až so šiestimi rôznymi variáciami. Bratislavčania majú k dispozícii modré nádoby na papier a žlté na nápojové kartóny, plastové a kovové obaly. Do zelených sa vhadzuje sklo, do hnedých kuchynský bioodpad, čierne sú určené na odpad zmesový.

„Kým neprišiel podnet od Dušky Blaškovej, nikdy sme sa nezamysleli nad tým, ako si s takou bežnou činnosťou, ako je triedenie odpadu, radia nevidiaci a slabozrakí. Keď som vedeniu OLO a kolegom z odvozu odpadu túto problematiku načrtla, okamžite sa nadchli, a tak som sa mohla pustiť do zhromažďovania informácií a prípravy projektu. Musím povedať, že som sa nestretla ani s najmenším zaváhaním, s odporom už vôbec nie. Ba naopak, na všetkých tvárach som videla prijatie a zvedavosť,“ hovorí manažérka externej komunikácie mestskej zberovej spoločnosti Odvoz a likvidácia odpadu (OLO), a. s., Zuzana Balková. „Základné informácie som získala [z článku v časopise Dúha 4/2022](#), a keďže slovenská legislatíva v súvislosti s reliéfnymi štítkami na zberných nádobách zatiaľ neurčuje ich parametre, umiestnenie ani iné odporúčania, obrátila som sa na kolegov z Pražských služieb, a. s., s ktorými spolupracujeme aj na iných projektoch. Vedela som totiž, že práve oni v spolupráci s Metodickým centrom odstraňovania bariér Sjednocené organizace nevidomých a slabozrakých ČR takéto pravidlá vypracovali a v roku 2014 v rámci pilotného projektu označili kontajnery



v mestskej časti Praha 4. Upozornili ma hlavne na Braillovo písmo, ktoré musí spĺňať stanovenú normu, nakoľko sa kvôli každej (hoci nepatrnej) odchýlke stane nečitateľným. Zaslali mi fotografie štítkov a popis, kam ich umiestňovali. Veľmi mi tým pri príprave a implementácii štítkov v Bratislave pomohli.“



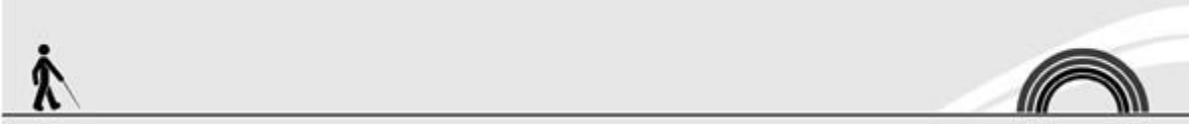
Štítky s reliéfnym piktogramom, reliéfnou latinkou a brailom

Zdroj: OLO

## Konkrétna a adresná pomoc

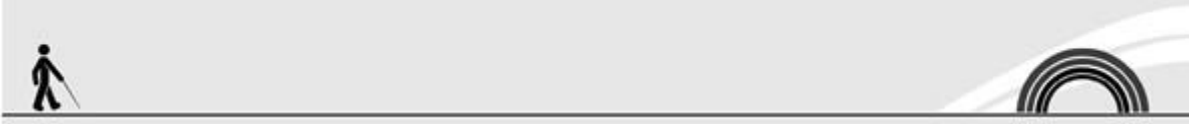
V spolupráci s ÚNSS boli vytipované stojiská, ktoré v Bratislave využívajú aj ľudia so zrakovým postihnutím. Reliéfne štítky, ktoré budú na tieto miesta inštalované, sú vyrobené z plastu, každý z nich má rozmer 10 x 10 centimetrov a farbu príslušnej zbernej nádoby. V jeho hornej časti sa nachádza reliéfny piktogram symbolizujúci druh odpadu, ktorý do nádoby patrí, pod ním si obyvatelia môžu prečítať nápis v reliéfnej latinke a napokon v Braillovom písme.

„Veľkú pozornosť sme počas prípravy projektu venovali najmä trom bodom,“ pokračuje Zuzana Balková. „Dbali sme na to, aby boli piktogramy a nápisy v porovnaní s plochou štítkov farebne odlišené a naozaj dostatočne kontrastné, nech je triedenie odpadu komfortné a hygienické aj pre slabozrakých. Spolu s Jánom Lešňovským zo spoločnosti Cestné prvky, s. r. o., ktorá štítky vyrába, a Duškou Blaškovou, ktorá projekt iniciovala, sme veľa diskutovali aj o dizajne štítkov. Hľadali sme totiž čo najvýstižnejšie a najzrozumiteľnejšie piktogramy. Posledná vec, na ktorú sme sa sústredili, bolo umiestnenie štítkov a ich upevnenie, aby pri manipulácii s nádobami a ich vyprázdňovaní, nedošlo k poškodeniu alebo odtrhnutiu,“ dodáva Zuzana Balková.



Ako teda štítky v Bratislave vyzerajú? Na zbernej nádobe, ktorá je určená na papier, bude modrý štítok s bielym piktogramom – dvoma hárkami papiera – a bielymi nápismi PAPIER. Nádobu na nápojové kartóny, plastové a kovové obaly bude možné identifikovať podľa žltého štítka s čiernym piktogramom konzervy (vľavo), obalom od mlieka (vpravo) a čiernym nápisom PLASTY. Sklo sa v Bratislave zbiera do zelenej nádoby, na ktorej bude štítok s čiernym piktogramom sklenenej fľaše (vľavo) a pohárom na stopke (vpravo) a čiernym nápisom SKLO. Nádoby určené na vyhadzovanie kuchynského bioodpadu označí OLO štítkom s bielym piktogramom ohryzku z jablka s jadierkami a bielym nápisom BLOODPAD, záhradný bioodpad patrí do hnedej nádoby so štítkom s bielym piktogramom dvoch lístkov na stonke a bielym nápisom ZÁHRADA. Čierny štítok s bielym nápisom ZMESOVÝ ODPAD v latinke i v braili, ktorý sa bude upevňovať na nádoby na zmesový odpad, ako jediný neobsahuje piktogram. Štítky budú umiestnené do stredu veka nádoby (na úrovni, kde sa nachádzajú úchyty na otvorenie), na zvonoch na sklo v strede medzi otvormi na vhadzovanie, ak sa na príslušnom stojisku zmesový odpad zbiera do kovovej nádoby, štítky budú nalepené najbližšie napravo od rúčky, aby bolo jeho prezeranie čo najpohodlnejšie. Štítky budú nalepené a vo všetkých štyroch rohoch pevne prinitované.





Štítok na kovovú alebo čiernu plastovú nádobu

Zdroj: OLO

## Ekologicky a prístupne

Štítky nie sú jediným ústretovým krokom smerom k nevidiacim a slabozrakým, ku ktorému spoločnosť OLO pristúpila. Intenzívne pracuje aj na tom, aby bola sprístupnená Alchýmia triedenia komunálneho odpadu, tzn. komplexný návod, ktorý majú Bratislavčania k dispozícii, zároveň inštruuje posádky v teréne, aby po odvoze odpadu



ukladali nádoby so štítkami vždy na rovnaké miesto a v rovnakom poradí.

„V prvotnej fáze plánujeme na zberné nádoby, ktoré využívajú aj ľudia so zrakovým postihnutím, umiestniť 150 štítkov, v prípade záujmu však veľmi ochotne tento počet navýšime. Teší nás snaha a motivácia nevidiacich a slabozrakých triediť a urobíme maximum pre to, aby to pre nich bolo jednoduchšie a komfortnejšie než doteraz. Zároveň spolu s ÚNSS ponúkame pomocnú ruku a poradenstvo samosprávam, ktoré by sa chceli k tejto iniciatíve pridať,“ hovorí Zuzana Balková. „Na verejných priestranstvách miest a obcí, vo vzdelávacích, kultúrnych inštitúciách, v športových či obchodných centrách, na úradoch, v zdravotníckych zariadeniach, na železničných a autobusových staniciach, na letiskách, všade tam sa denne pohybujú aj ľudia so zrakovým postihnutím – aj oni sa učia, pracujú a aktívne trávia svoj voľný čas. Malý plastový štítok, ktorým možno označiť akýkoľvek kontajner, vonkajší i vnútorný, je skvelou príležitosťou, ako prispieť k ich samostatnosti a zároveň k čistejšiemu životnému prostrediu,“ uzatvára manažérka externej komunikácie spoločnosti OLO Bratislava.

## **Kontakty**

V prípade, že ste obyvateľ Bratislavy a máte záujem o inštalovanie reliéfnych štítkov na zberné nádoby, ktoré používate, adresujte, prosím, svoju požiadavku na e-mail [blaskova@unss.sk](mailto:blaskova@unss.sk).

V prípade, že ste z inej samosprávy a chcete si objednať výrobu štítkov, kontaktujte, prosím, priamo výrobcu: Ján Lešňovský, Cestné Prvky, s. r. o., Borová 3295 / 36, 010 01 Žilina. e-mail: [info@cestneprvky.sk](mailto:info@cestneprvky.sk), mobil: 0911 87 87 89.

Dušana Blašková

## **Prečítajte sa rokom 2024!**

Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska a Slovenská knižnica pre nevidiacich Mateja Hrebendu v Levoči majú redakčné ambície aj v budúcom roku. Pozrite sa, čo sme si pre vás pripravili.



## S logom ÚNSS

Články, ktoré raz za dva mesiace do aktuálneho čísla Dúhy zviažeme, sú určené komukoľvek, kto sa o každodennosti so zrakovým postihnutím chce niečo zaujímavé dozvedieť. Informujeme o činnosti ÚNSS, príslušnej národnej i medzinárodnej legislatíve, prelistovať sa však môžete aj k tipom na trávenie voľného času či k rozhovorom s ľuďmi z radov nevidiacich a slabozrakých. U nás možno naďabiť na pozvánky do prístupných múzeí a galérií, vyhľadávame však aj zaujímavosti na tému oči a zrak a novinky v sortimente kompenzačných a optických pomôcok, nezriedka ale zaradíme aj rubriku Z histórie, kde sa tiež zmesť veľa pozoruhodného. V predvianočnom čase vhadzujeme do komínov publikáciu o umení a kultúre ľudí so zrakovým postihnutím v názvom Dúhovka. Keď sfúknete všetky sadze, objavia sa portréty nevidiacich a slabozrakých hudobníkov, spevákov, tanečníkov, literátov, fotografov, dizajnérov, ilustrátorov či maliarov. Vďaka Dúhovke môžete nahliadnuť do zbierkových fondov viacerých múzeí a galérií, vkročiť do zákulisia divadiel, do strižne nahrávacích štúdií alebo do ateliérov a dielní, kde vznikajú najrôznejšie umelecké výrobky.

Dúhu i Dúhovku si môžete čítať na stránke [www.casopisduha.sk](http://www.casopisduha.sk), ak však túžite po vône a šušťaní papiera, nech sa páči! Naše periodiká vychádzajú vo zväčšenej čiernotlačí i v Braillovom písme, stačí len o ich zasielanie prejavíť záujem a na adresu ÚNSS, Sekulská 1, 841 04 Bratislava poslať objednávku, ktorá je k dispozícii na webe a na všetkých krajských strediskách ÚNSS. Nižším organizačným zložkám bude Dúha i Dúhovka naďalej zasielaná bezplatne, individuálnym čitateľom ju budeme distribuovať po úhrade predplatného 9 € na číslo účtu SK12 0200 0011 6970 0033 6032. Pri vyplňaní údajov, prosím, uveďte ako variabilný symbol číslo 5090105 a v poznámke meno a priezvisko čitateľa. Verziu v Braillovom písme ako i newsletter budeme záujemcom prinášať zdarma. Do dúhového šatu sme však obliekli aj Digibooks, odkiaľ si môžete sťahovať nielen aktuálne čísla, ale všetky do roku 2017 (vrátane), postupne navyšujeme počty článkov aj v archíve Digitálnej knižnice SKN Mateja Hrebendu v Levoči.

Viac informácií vám ochotne poskytneme, keď sa ozvete e-mailom na [duha@unss.sk](mailto:duha@unss.sk) alebo telefonicky na 0907 103 366.

## Čo vám prinesie Matej Hrebenda?

Levoča opäť ponúka časopisy Nový život, Mladosť, Nádej, Vierka, Akord, Pohyb, Dotyky, Kultúrno-literárny výber, Šach, Prameň, Rozhlady,



NOVET, QUARK, Zem&vek, výbery z časopisov Život, Slovenka, Zdravie a Diabetik a kalendáre (pozn. nástenný obrázkový kalendár vás budúci rok zavedie pod zem za chrobákmi). Je na vás, či uprednostníte verziu vo zväčšenej čiernotlači, v braillovom písme, vo formáte mP3 (na CD alebo na audiowebe knižnice), alebo si predplatíte elektronický balíček. Pripomínáme, že nie všetky periodiká sú dostupné vo všetkých podobách a že výška predplatného sa v závislosti od verzie mení.

Pravidelnú porciu zaujímavých informácií si môžete zabezpečiť viacerými spôsobmi:

1. V [e-shope](#) na stránke [www.skn.sk](http://www.skn.sk) si v hlavnej ponuke vyberiete daný časopis podľa formátov (zvuk, brail, zväčšená čiernotlač), vložíte ho do košíka a jeho obsah potvrdíte. Ak nie ste prihlásení, je potrebné vyplniť objednávkový formulár, ak sa prihlásite, formulár sa vyplní automaticky, stačí ho len skontrolovať, príp. opraviť nesprávne údaje. Následne si zvolíte úhradu prostredníctvom platobnej brány (platobnou kartou alebo pomocou Google Pay) či prevodom na účet. Po potvrdení záväzného objednania budete presmerovaní do platobnej brány Štátnej pokladnice. Ak si časopisy a kalendáre objednáвате po prihlásení, e-shop si všetko zapamätá a nebudete musieť rok čo rok vkladať do košíka to isté. Objednávky možno duplikovať v sekcii Moje objednávky po otvorení konkrétnej objednávky z tabuľky s vypísanými objednávkami z histórie. Ak by ste počas procesu objednávania predsa len tápali, dávame do pozornosti video na YouTube kanáli SKN Levoča, ktoré vám pomôže v e-shope nakupovať.

2. Telefonicky na čísle 053/2451 211. Platobné údaje vám pracovníci knižnice pošlú SMS správou, následne môžete objednávku uhradiť poštovou poukážkou alebo bankovým prevodom.

3. Poštovou poukážkou, pričom v správe pre adresáta, prosím, nezabudnite uviesť skratky časopisov, resp. kalendárov, o ktoré máte záujem. Knižnica tieto informácie dostane, zasielať ústrižok o zaplatení do expedície preto nie je potrebné.

4. V prípade bezhotovostnej platby pošlite, prosím, do expedície e-mail s názvami časopisov a kalendárov, ktoré si chcete objednať.

5. Za časopisy môžete zaplatiť aj osobne, priamo na Štúrovej 36 v Levoči.

Predplatné za časopisy, prosím, uhradte najneskôr 20. decembra 2023. Pri objednávkach po tomto termíne vám knižnica nedokáže zaručiť



spätné zaslanie chýbajúcich čísel. Objednávky je potrebné poslať na adresu Slovenská knižnica pre nevidiacich Mateja Hrebendu, expedícia, Štúrova 36, 054 65 Levoča. Časopisy si môžete objednať aj prostredníctvom e-mailu na [expedicia@skn.sk](mailto:expedicia@skn.sk). Žiacke časopisy Naše ráno a Za svetlom si, prosím, objednávajte na adrese Spojená škola internátna, Nám. Štefana Kluberta 2, 054 01 Levoča alebo e-mailom na [riaditel@nevidiaci.sk](mailto:riaditel@nevidiaci.sk).

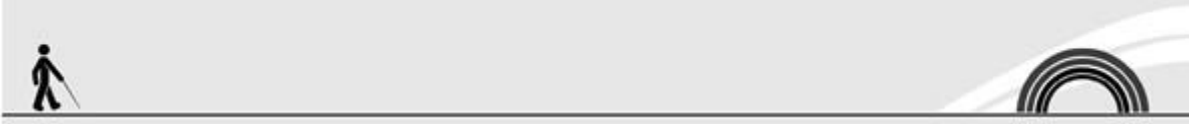
Na záver pripájame údaje k platbe:

IBAN: SK67 8180 0000 0070 0006 9835

Variabilný symbol: 60104

Všetky svoje otázky zverte telefónu (053/2451 211) alebo e-mailu ([expedicia@skn.sk](mailto:expedicia@skn.sk)), 053/2451 004, 0918 809 472, [redakcia@skn.sk](mailto:redakcia@skn.sk)

(red.)



# DÚHA



---

DÚHA – Časopis pre nevidiacich a slabozrakých občanov so sociálnym zameraním

Periodicita: dvojmesačník

Vydavateľ: Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska, Sekulská 1, 841 04 Bratislava

IČO: 00683876

ISSN 1339-1755

Redakcia: Dušana Blašková, Eliška Fričovská

Zostavila: Dušana Blašková

Jazyková korektúra: Michaela Hajduková

Fotografie, pri ktorých nie je uvedený zdroj, sú z archívu ÚNSS.

Grafika a tlač: Starion, s. r. o.

Registrácia: Ministerstvo kultúry SR, EV 4496/11

Príspevky posielajte písomne na adresu Úradu ÚNSS, Sekulská 1, 841 04 Bratislava alebo e-mailom na: [duha@unss.sk](mailto:duha@unss.sk).

Uzávierka nasledujúceho čísla: 31. januára 2024

Realizované s finančnou podporou Ministerstva práce, sociálnych vecí a rodiny Slovenskej republiky