

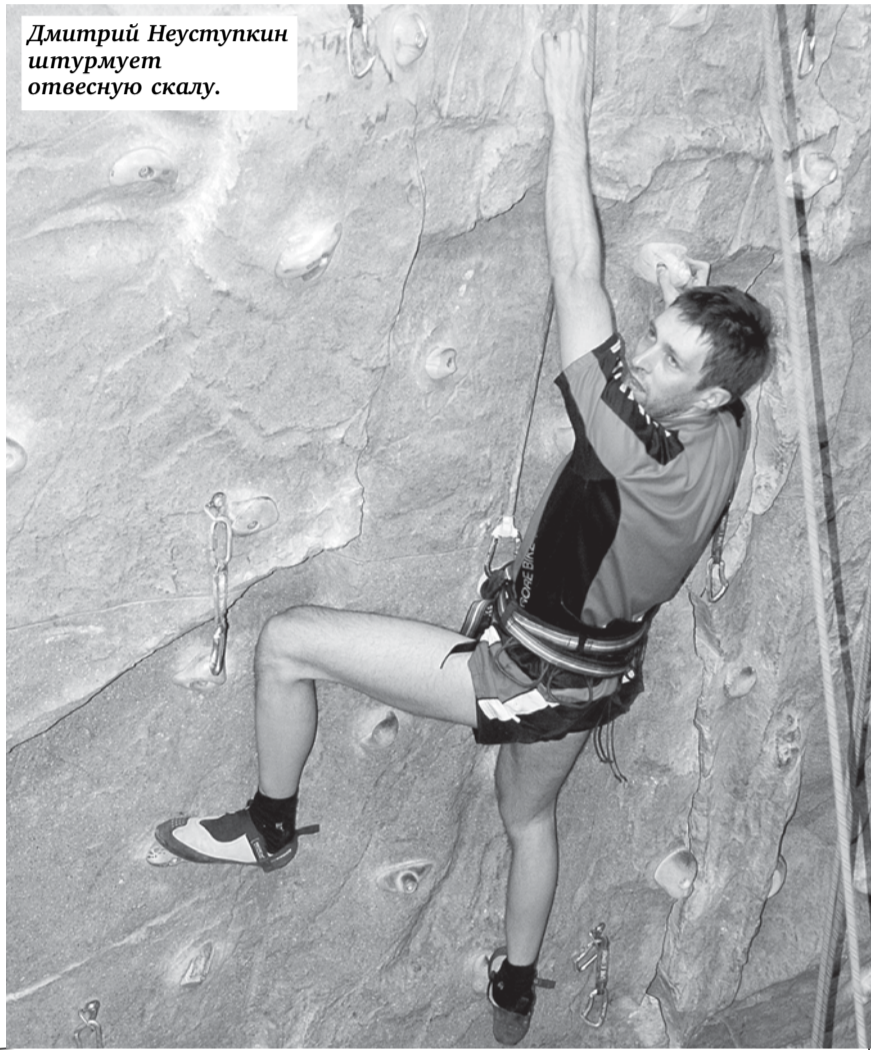
ПОКОРЯЕМ СКАЛЫ

Танцы в темноте уже наскучили? Добро пожаловать в скалолазный центр на Бронницкой улице! Именно здесь проходят занятия Санкт-Петербургского туристического клуба инвалидов по зрению «Масштаб плюс».

Незрячие люди, разумеется, не могут визуально оценить рельеф скалы, а также найти «зацепки», то есть уступы, щели, маленькие камушки, на которые надо ставить ноги при движении вверх. Поэтому спортивные занятия всегда проходят с индивидуальным тренером-ассистентом. Сначала помощник подробно описывает предполагаемый маршрут. Потом необходимо взять рацию и приступать к подъему. Во время движения ассистент постоянно дает по рации рекомендации незрячему спортсмену, каким образом надо двигаться вперед...

Таким же образом могут поступить и зрячие туристы. По договоренности с руководителем клуба Андреем Гостевым (телефон: (812) 295-21-97) они также могут воспользоваться услугами тренера-ассистента и попытаться в полной темноте покорить искусственную двенадцатиметровую скалу. Успехов!

Дмитрий Неуступкин штурмует отвесную скалу.



ВЫБРОС АДРЕНАЛИНА ОБЕСПЕЧЕН

Дмитрий НЕУСТУПКИН (слепой массажист, член сборной команды России по адаптивному скалолазанию):

— Адаптивное скалолазание на сегодня является одним из наиболее популярных методов реабилитации инвалидов по зрению, особенно молодого возраста. Оно способствует выработке навыков пространственного ориентирования, что жизненно необходимо всем слепым людям. Кроме того, скалолазание дает прекрасную физическую нагрузку, задействует все группы мышц, способствует хорошей осанке, улучшает координацию движений.

Для зрячих соотечественников также будет полезно и приятно почувствовать себя в нашей шкуре. Выброс адреналина обеспечен! У новичков страх перед скалой часто смешивается со страхом перед темнотой. Каждый шаг воспринимается как шаг в бездну... Преодолейте себя!

НИКОГДА НЕ СДАВАЙСЯ, НЕЗРЯЧИЙ БЕГУН!

В Северной столице обязательно нужно посетить Народный музей Санкт-Петербургской региональной организации Всероссийского общества слепых. В музее зрение тоже не понадобится, ведь почти все экспонаты можно трогать руками.

Вот перед нами первая в России книга, изданная в 1885 году рельефно-точечным (брайлевским) шрифтом. Она имеет длинное название — «Сборник статей для детского чтения, изданный и посвященный слепым детям Анною Адлер». В своем имени Дубровское Подольского уезда Московской губернии Анна Александровна Адлер (1856 — 1924) основала первую в России специализированную типографию для выпуска рельефно-точечной литературы.

Экспозиция музея также рассказывает о «слушачах» — двенадцати незрячих ленинградцах, которые во время Великой Отечественной войны и блокады Ленинграда добровольно пошли служить в армию. Слепые бойцы обслуживали акустические аппараты — звукоулавливатели, предупреждающие горожан о налетах вражеской авиации. Каждый прибор состоял из набора труб разного диаметра, прислушиваясь к которым, можно было заранее узнать о приближении вражеских самолетов.

Украшением народного музея стали произведения незрячего скульптора Олега Зиновьева: скульптурные изображения Александра Невского, Валентина Гаюи, Анны Адлер и других исторических деятелей. Мастер нередко и сам приходит в экспозиционный зал, чтобы пообщаться с посетителями и представить свои работы.

А еще Зиновьев серьезно увлекается бегом. «Никогда не сдавайся, незрячий бегун!» — эта оптимистичная надпись украшает его спортивную майку. «Я бегаю в тандеме со зрячими друзьями, привязывая себя к ним веревочкой. Тренируюсь на домашней беговой дорожке. Бегаю за велосипедом своей внучки... Для меня это возможность убежать от депрессии, от гнетущей темноты», — поясняет Олег Ефимович.

ЧИТАЕМ ПАЛЬЦАМИ

Окулист — пациенту:

— У меня для вас две новости. Хорошая и плохая. С какой начать?

— С хорошей, доктор.

— Скоро вы сможете читать без очков.

— Боже! Доктор! Это чудо! Но как же? Я ведь и в очках почти ничего не вижу. Как же я буду читать без очков-то?!

— Пальцами, мой дорогой, пальцами!

Этот бородачатый анекдот из разряда черного юмора точно передает процесс чтения незрячими людьми. Слепые читают пальцами, используя специальный рельефно-точечный шрифт, создателем которого стал незрячий французский педагог и просветитель Луи Брайль (1809 — 1852).

С помощью всевозможных комбинаций из шести точек, расположенных в два столбца, по три в каждом, можно обозначить любую букву, цифру, знак препинания, математические, физические, химические и нотные символы. Например, для обозначения русской буквы «А» нам понадобится всего одна выпуклая точка. Для буквы «Б» — два пупырышка. «В» — четыре выпуклые точки. «Г» — тоже четыре выпуклые точки, но они расположены по-другому...

В Санкт-Петербурге находится крупнейшее в России издательство, выпускающее литературу с рельефно-точечным шрифтом, — «Чтение». Издательство и типография располагаются в одном здании. На экскурсию сюда могут прийти все желающие, чтобы познакомиться с процессом создания тактильных книг. Также организуются индивидуальные мастер-классы по обучению чтению пальцами.

ЧИТАТЬ И ПОЧИТАТЬ КНИГУ

Олег ПИЛЮГИН (слепой поэт и литературовед, директор издательства «Чтение»):

— Чтение пальцами дарит непередаваемые тактильные ощущения, усиливающие воздействие литературного текста на человека. Зрячие люди при желании также могут приобрести этот опыт. Звуковые книги и речевые компьютерные программы никогда не заменят рельефно-точечную литературу, потому что чтение — это активный творческий процесс, а слушание — процесс пассивный.

Чтение брайлевской литературы способствует развитию чувствительности пальцев и мелкой моторики. В русском языке слово «чтение» является однокоренным со словами «почтение», «почитание». Поэтому цель нашего издательства состоит в том, чтобы люди читали и почитали, ценили книгу.



Так выглядит прибор для письма по Брайлю.

УЧИМСЯ ПИСАТЬ ГРИФЕЛЕМ

Если вы хотите не только научиться читать пальцами, но и писать так, как это делают слепые, то можно посетить Санкт-Петербургский комплекс реабилитации инвалидов «Контакт» на Полустровском проспекте. В качестве рабочих и специалистов здесь работают незрячие и слабовидящие люди. Это единственное предприятие в нашей стране, которое производит приборы для письма по Брайлю.

Кстати, с середины XIX века, со времени Луи Брайля, эти приспособления не изменились. Речь идет о специальной железной доске с крышкой. В крышке имеются прямоугольные окошечки, а на железной доске каждому окошечку соответствует шесть углублений.

В трафарет вставляют особую плотную бумагу. Пишут слепые не ручкой и не карандашом, а грифелем — тупым шилом с ручкой. Грифель нажимает на бумагу, но не продавливает ее. На обратной стороне листа образуются пупырышки, осязаемые точки. Строго говоря, незрячие люди не пишут, то есть не скользят ручкой по бумаге, а выстукивают текст грифелем.

Во время посещения «Контакта» можно не только понаблюдать за процессом изготовления необычных приспособлений, но и попробовать научиться ими пользоваться. Особенностью «Контакта» также является собственная радиостудия, которая каждый день ведет трансляцию концертов и радиоспектаклей. Сотрудники заводского радио берут интервью у передовых рабочих и руководителей предприятия.

МАССАЖ В ТЕМНОТЕ

Вас утомило путешествие в темноте? Посетите медицинский техникум №2 на Волковском проспекте, 106 (телефон (812) 766-05-40), где существует специализированное отделение для инвалидов по зрению. В процессе обучения будущие массажисты нуждаются в моделях, на которых они могут тренировать свои навыки. Поэтому сеанс массажа любой желающий здесь может получить совершенно бесплатно. Нужно только заранее созвониться!