



KSSN

KRAKOWSKI SEMESTRALNIK STUDENTÓW NIEPEŁNOSPRAWNYCH



DOBRE PRAKTYKI UCZELNIANEGO WSPARCIA

**KRAKOWSKI SEMESTRALNIK
STUDENTÓW NIEPEŁNOSPRAWNYCH**

kssn@academica.org.pl
www.kssn.pl

Koordynator merytoryczny: Andrzej Wójtowicz

Koordynator prac wydawniczych: Anna Lulek

Zespół redakcyjny: Anna Lulek, Joanna Puła, Lilianna Rudnik, Marek Świerad, Joanna Szpak, Anna Wesołowska, Andrzej Wójtowicz

Redakcja techniczno-graficzna: Kasia Kornelia Kowalczyk

**Biurowo ds. Osób Niepełnosprawnych,
Zrzeszenie Studentów Niepełnosprawnych
Akademii Górniczo-Hutniczej w Krakowie**



ul. Reymonta 17/10, 30-059 Kraków,
tel./fax. 12 622 26 04, 12 617 46 30
bon@agh.edu.pl, www.bon.agh.edu.pl,
zsn@agh.edu.pl, www.zsn.agh.edu.pl

**Biurowo ds. Osób Niepełnosprawnych,
Zrzeszenie Studentów Niepełnosprawnych
Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie**



UNIwersytet
EKONOMICZNY
W KRAKOWIE

ul. Rakowicka 27 (Paw. D), 31-510 Kraków,
tel. 12 293 51 20, fax. 12 293 51 19
bon@uek.krakow.pl, www.bon.uek.krakow.pl,
zsn@zsn.uek.krakow.pl, http://zsn.uek.krakow.pl

**Biurowo ds. Osób Niepełnosprawnych
Akademii Ignatianum w Krakowie**



ul. Kopernika 26, 31-501 Kraków,
tel. 12 399 95 86,
lilianna.rudnik@ignatianum.edu.pl,
www.ignatianum.edu.pl

**Pełnomocnik Rektora Uniwersytetu Rolniczego
im. Hugona Kołłątaja w Krakowie
ds. Studentów Niepełnosprawnych**



UNIwersytet ROLNICZY
im. Hugona Kołłątaja w Krakowie

Al. Mickiewicza 21, pok. 416
31-120 Kraków, tel. 12 662 4367,
rrpula@cyf-kr.edu.pl, jpula@ur.krakow.pl

**Fundacja Studentów i Absolwentów AGH w Krakowie
ACADEMICA**

Referat ds. Osób Niepełnosprawnych
ul. Rostafińskiego 10, 30-072 Kraków,
referat-on@academica.org.pl, www.academica.org.pl



Fundacja Instytut Rozwoju Regionalnego



ul. Wybickiego 3A, 31-261 Kraków,
biuro@firr.org.pl, www.firr.org.pl,
tel. 12 629 85 14, fax. 12 629 85 15



Wersja elektroniczna dostosowana do potrzeb osób słabowidzących i niewidomych oraz filmy w PJM dostępne w Redakcji lub na www.kssn.pl

Podmioty, w których można wydrukować KSSN w brajlu:

- Biurowo ds. Osób Niepełnosprawnych AGH
- Biurowo ds. Osób Niepełnosprawnych UEK
- Pracownia tyfłoinformatyki AGH www.pt.agh.edu.pl
- Fundacja Instytut Rozwoju Regionalnego www.firr.org.pl

Nakład: 1500 bezpłatnych egzemplarzy

Redakcja zastrzega sobie prawo do zmieniania tytułów oraz skracania i adiustacji tekstów. Za treść ogłoszeń i reklam Redakcja nie odpowiada. Niezamówionych materiałów Redakcja nie zwraca. Przedruk materiałów dozwolony za zgodą Redakcji oraz pod warunkiem umieszczenia pod artykułem, że jest on przedrukiem z „Krakowskiego Semestralnika Studentów Niepełnosprawnych” z podaniem numeru i roku wydania.

DRUK: Drukarnia Beltrani www.drukarniabeltrani.pl

Drodzy Czytelnicy!

Z przyjemnością oddajemy w Wasze ręce kolejny numer „Krakowskiego Semestralnika Studentów Niepełnosprawnych”.

W tym numerze chcemy przedstawić Wam dobre praktyki wsparcia studentów z niepełnosprawnościami, które wypracowane zostały na polskich uczelniach. Przeczytacie o tym jak ośrodki akademickie realizują swoje zadania i jakich podejmują się wyzwień, w szczególności poprzez działalność Biur ds. Osób Niepełnosprawnych. A wszystko po to, by umożliwić osobom z niepełnosprawnościami zdobycie wykształcenia na poziomie wyższym. I nie chodzi tu o ułatwianie, lecz o stwarzanie MOŻLIWOŚCI studiowania.

Nie zaskoczmy Was zapewne relacjonując najważniejsze w środowisku osób niepełnosprawnych wydarzenia ostatnich miesięcy. Być może sami braliście w nich udział :) Sporo miejsca poświęcamy Kongresowi Osób z Niepełnosprawnościami, który – choć zorganizowany dopiero po raz drugi – zebrał bardzo duże grono uczestników i osób zaangażowanych w jego tworzenie. Poruszamy kwestię Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych, bo warto, by każdy z nas wiedział, że taki dokument istnieje i zawarte w nim postulaty powinny być realizowane. Przybliżamy także tematykę Polskiego Języka Migowego w edukacji pozaformalnej. Pokażemy, jak studenci spędzają wakacyjny czas kształcąc sportowe zainteresowania i integrując się.

Śledząc wydarzenia z innych miast Polski zaznaczymy, że nas – Krakowian niezmiernie cieszy fakt, że inne uczelnie biorą przykład z krakowskiego podwórka i wzorem Porozumienia łączą siły w kilka uczelni, by wspólnie działać na rzecz studentów niepełnosprawnych. Mowa tutaj o Bydgoszczy – Brawo Wy! :)

W sportowym klimacie przybliżamy Wam tematykę goalballu oraz blind footballu. Nic Wam jeszcze nie mówią te pojęcia? Tym bardziej zerknijcie na kolejne strony naszego Semestralnika! Niejedno zdanie i niejedno zdjęcie Was zaskoczy, wywoła uśmiech, a może nawet wzruszy i poruszy...

Wszystkich amatorów dziennikarstwa zachęcamy do aktywnego udziału w pracach redakcyjnych – czekamy na Wasze artykuły i reportaże z caaąej Polski i z zagranicy też! :) W Internecie też nas znajdziecie! Życzymy przyjemnej lektury!

Redakcja

SPIS TREŚCI

Warto wiedzieć

- 4 Poznajmy nasze prawa
- 8 Czy niewidomi potrzebują psychoterapii
- 11 Recenzja filmu „Teoria wszystkiego”
- 12 Kilka słów o naszym ubiorze
- 13 Uwaga - zmiany w programie „Aktywny samorząd”!
- 14 Ogólnopolski „Lodołamacz” za przełamywanie barier
- 15 Konfrontacja z niepełnosprawnością
- 16 AKADEMIA ŻYCIA zwiększa apetyt na życie
- 18 Wizyta Rzecznika Praw Obywatelskich w DON UJ
- 19 Goalball na UKW
- 20 Dobre praktyki uczelnianego wsparcia
- 23 II OFPSN w Katowicach

Nasza Integracja

- 24 Moje pierwsze spotkanie z niepełnosprawnością
- 26 II Kongres Osób z Niepełnosprawnościami
- 30 Obóz adaptacyjno-integracyjny w Szczyrku
- 32 Życie to pasja!
- 33 Bydgoskie uczelnie razem dla studentów niepełnosprawnych

Świat się zmienia

- 34 PJM w projektach edukacji pozaformalnej
- 38 Indonezja ach to Ty!

Na Sportowo

- 40 Obóz rekreacyjno-sportowy
- 41 Futbol zaklęty w dźwięku

Poznajmy nasze prawa!

Większość z nas słyszała o Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych. Swojego czasu sporo się o niej mówiło i niepełnosprawni wiązali z nią duże nadzieje na poprawę swojej sytuacji. Czym tak naprawdę jest ten dokument i co nam realnie daje? Na te i inne pytania postaram się odpowiedzieć w niniejszym artykule.

TROCHĘ HISTORII

Konwencja została przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne ONZ w dniu 13 grudnia 2006 r. Przez rząd polski podpisana niewiele później, bo w dniu 20 marca 2007 r. Sporo jednak czasu upłynęło do jej ratyfikacji, która nastąpiła w dniu 6 września 2012 r. Dopiero od tego momentu dokument ten w pełni obowiązuje w naszym kraju.

CO, JAK I PO CO?

Ogólnie rzecz ujmując, Konwencja ma na celu ochronę i zapewnienie pełnego i równego korzystania z praw człowieka i podstawowych wolności przez osoby z niepełnosprawnościami na równi ze wszystkimi innymi obywatelami. W tym miejscu warto podkreślić, że Konwencja zajmuje specyficzne miejsce w polskim systemie prawa, tj. ma ona rangę wyższą od krajowych ustaw i ustępuje jedynie Konstytucji. Nie oznacza to jednak, że jest to akt prawny w czymkolwiek przypominający znane nam ustawy i podobnie funkcjonujący. Rolą Konwencji jest przede wszystkim nałożenie na państwa strony pewnych zobowiązań, tj. określonego działania w zakresie zapewnienia ochrony praw osób z niepełnosprawnościami, a także powstrzymywania się od działań sprzecznych z jej założeniami. Rolą państwa jest zatem zaimplementowanie zawartych w niej regulacji do własnego systemu prawnego w taki sposób, by znalazły one odzwierciedlenie w obowiązujących aktach prawnych, a następnie zostały w nich uszczegółowione i doprecyzowane.

Choć Konwencja reguluje obowiązki państwa względem osób niepełnosprawnych dość ogólnie i stanowi wzorzec, w oparciu o który Państwa –

Konwencja kładzie szczególny nacisk na kwestię walki z dyskryminacją osób z niepełnosprawnościami, szczególną sytuację niepełnosprawnych kobiet i dziewcząt, a także niepełnosprawnych dzieci.

Strony mają budować akty prawa krajowego, nie znaczy to jednak, że nie może być stosowana wprost, zgodnie bowiem z art. 91 ust. 2 Konstytucji umowa międzynarodowa ratyfikowana za uprzednią zgodą wyrażoną w ustawie ma pierwszeństwo przed ustawą, jeżeli ustawy tej nie da się pogodzić z umową.

Konwencja definiuje pojęcie osób z niepełnosprawnościami, zaliczając do tej grupy osoby, które mają długotrwale naruszoną sprawność fizyczną, umysłową, intelektualną lub w zakresie zmysłów, co może, w oddziaływaniu z różnymi barierami, utrudniać im pełny i skuteczny udział w życiu społecznym, na zasadzie równości z innymi osobami.

OGÓLNE ZASADY I OBOWIĄZKI

Podstawowymi zasadami wyrażonymi w Konwencji są przede wszystkim: poszanowanie przyrodzonej godności, autonomii osoby, w tym swobody dokonywania wyborów, a także poszanowanie niezależności osoby,

- niedyskryminacja,
- pełny i skuteczny udział w społeczeństwie i integracja społeczna,
- poszanowanie odmienności i akceptacja osób niepełnosprawnych, będących częścią ludzkiej różnorodności oraz ludzkości,
- równość szans,
- dostępność,
- równość mężczyzn i kobiet,
- poszanowanie rozwijających się zdolności niepełnosprawnych dzieci oraz poszanowanie prawa dzieci niepełnosprawnych do zachowania tożsamości.

Jak już wspomniano, podstawowym zobowiązaniem nałożonym przez Konwencję na Państwa – Strony jest zapewnienie i popieranie pełnej realizacji wszystkich praw człowieka i podstawowych wolności wszystkich osób z niepełnosprawnościami, bez jakiegokolwiek dyskryminacji ze względu na niepełnosprawność.

W tym celu państwa zostały zobowiązane do zastosowania wszelkich regulacji prawnych, które zapewnią wdrożenie praw przyjętych w Konwencji, a także do podjęcia wszelkich środków celem wyeliminowania z systemu prawnego przepisów, które dyskryminują osoby z niepełnosprawnościami. Państwa, podejmując jakiegokolwiek działania dotyczące tych osób, muszą mieć na względzie ochronę praw człowieka. Nie mogą ani one same, ani ich instytucje, angażować się w działania sprzeczne z Konwencją. Konwencja idzie jeszcze dalej, zobowiązując państwa do działań w celu wyeliminowania dyskryminacji osób z niepełnosprawnościami przez wszelkie osoby, organizacje lub przedsiębiorstwa prywatne.

Duży nacisk Konwencja kładzie także na promowanie urządzeń, usług i rozwiązań zaprojektowanych w sposób uniwersalny, tj. wymagających jak najmniejszych dostosowań i jak najmniejszych kosztów celem dostosowania do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Państwa winny też popierać i promować różnego rodzaju rozwiązania specjalistyczne, które są dostępne po przystępnych cenach. Same zaś osoby niepełnosprawne winny mieć zapew-



fot. www.freepik.com

niony dostęp do informacji o różnego rodzaju urządzeniach ułatwiających im funkcjonowanie np. poruszanie się, a także o innych formach pomocy, usług i ułatwień. Duży nacisk kładzie się również na obowiązek popierania szkoleń osób pracujących z osobami niepełnosprawnymi, by mogły jeszcze lepiej realizować swoje zadania zgodnie z Konwencją.

Istotny jest także fakt zobowiązania państw do angażowania samych osób niepełnosprawnych w proces dostosowywania rodzimego systemu prawnego do zasad ustalonych Konwencją i konsultowania się z nimi w sprawach ich dotyczących.

RÓWNOŚĆ, NIEDYSKRIMINACJA I ŚWIADOMOŚĆ SPOŁECZNA

Konwencja kładzie szczególny nacisk na kwestię walki z dyskryminacją osób z niepełnosprawnościami, szczególną sytuację niepełnosprawnych kobiet i dziewcząt, a także niepełnosprawnych dzieci.

Państwa zobowiązane są ponadto do podnoszenia świadomości społeczeństwa dotyczącej poszanowania praw osób z niepełnosprawnościami, także na poziomie rodziny, zwalczania stereotypów, uprzedzeń i szkodliwych praktyk, promowania wiedzy o zdolnościach i wkładzie osób z niepełnosprawnościami. Cel ten ma zostać osiągnięty poprzez różnorakie działania, tj. inicjowanie i prowadzenie różnego rodzaju kampanii podnoszących świadomość społeczną dotyczącą praw osób z niepełnosprawnościami, przekazywanie ich pozytywnego wizerunku, uznanie dla ich kompetencji oraz wkładu w miejscu pracy. Konwencja stanowi również, że dzieci winny być od najmłodszych lat odpowiednio edukowane celem wyrobienia w nich postawy poszanowania dla osób z niepełnosprawnościami. Konwencja kładzie nacisk na promowanie wizerunku osób niepełnosprawnych, który byłby z nią zgodny, a także wdrażanie różnego rodzaju programów podnoszących świadomość społeczną w tym, co dotyczy osób z niepełnosprawnościami oraz ich praw.

DOSTĘPNOŚĆ

Konwencja wiele miejsca poświęca za-

gadnieniu dostępności, tj. zobowiązaniu państw do podejmowania środków w celu zapewnienia osobom z niepełnosprawnościami, na zasadzie równości z innymi osobami, dostępu do środowiska fizycznego, środków transportu, informacji i komunikacji, w tym technologii i systemów informacyjno-komunikacyjnych, a także do innych urządzeń i usług powszechnie dostępnych lub powszechnie zapewnianych, zarówno na obszarach miejskich, jak i wiejskich. Dotyczy to przede wszystkim budynków, dróg, transportu oraz innych urządzeń wewnętrznych i zewnętrznych, a także informacji, komunikacji i innych usług, w tym elektronicznych i służb ratowniczych.

Państwa zobowiązały się do opracowywania i wdrażania minimalnych standardów i wytycznych w sprawie dostępności urządzeń i usług ogólnodostępnych lub powszechnie zapewnianych, co dotyczy nie tylko instytucji państwowych, ale także prywatnych. Zobowiązały się także do zapewnienia szkoleń w przedmiocie dostępności. Co na pewno ciekawe i istotne dla osób niewidomych, Konwencja zobowiązuje państwa do zapewnienia brailowskich oznakowań w ogólnodostępnych budynkach oraz innych obiektach, a także do zapewnienia pomocy innym osobom lub zwierzętom, tj. przewodników, lektorów i tłumaczy języka migowego, oraz popierania dostępu niepełnosprawnych do nowych technologii i systemów informacyjno-komunikacyjnych, w tym do Internetu. Zdecydowany nacisk położono także na dążenie do minimalizacji kosztów dostępnych rozwiązań już na etapie ich projektowania.

DOSTĘP DO WYMIARU SPRAWIEDLIWOŚCI

Państwa-Strony zobowiązały się do zapewnienia osobom z niepełnosprawnościami skutecznego dostępu do wymiaru sprawiedliwości, na zasadzie równości z innymi osobami. Nastąpi to m.in. poprzez wprowadzenie dostosowań proceduralnych oraz dostosowań odpowiednich do ich wieku, w celu ułatwienia efektywnego udziału, bezpośrednio lub pośrednio, zwłaszcza jako świadków, we wszelkich postępowaniach, w tym na etapie wszelkich form postępowania przygotowawczego.

Państwa zobowiązały się ponadto do popierania odpowiednich szkoleń osób zatrudnionych w wymiarze sprawiedliwości, w tym w policji i więziennictwie.

MOBILNOŚĆ

Państwa-Strony zobowiązały się do podjęcia wszelkich środków celem zapewnienia osobom z niepełnosprawnościami mobilności osobistej i możliwie największej samodzielności w tym zakresie, m.in. poprzez ułatwianie im mobilności w sposób i w czasie przez niewybrany i po przystępnej cenie, ułatwianie dostępu do wysokiej jakości przedmiotów ułatwiających poruszanie się, a także do pomocy i pośrednictwa innych osób lub zwierząt po przystępnej cenie oraz zapewnienie odpowiednich szkoleń.

WOLNOŚĆ WYPOWIADANIA SIĘ, WYRAŻANIA OPINII ORAZ DOSTĘP DO INFORMACJI

Nie ulega wątpliwości, że osoby niepełnosprawne powinny mieć pełne prawo do wolności wypowiedzania się i wyrażania opinii, podobnie jak inni ludzie. To samo tyczy się wolności poszukiwania, otrzymywania i rozpowszechniania informacji i poglądów. W tym celu państwa zobowiązały się do dostarczania tym osobom informacji przeznaczonych dla ogółu społeczeństwa w dostępnych dla nich formach i technologiach, odpowiednio do niepełnosprawności, na czas i bez dodatkowych kosztów. Temu samemu celowi służyć ma umożliwianie osobom z niepełnosprawnościami korzystania np. z języka migowego czy alfabetu braila w sprawach urzędowych. Państwa winny nakłaniać również prywatne instytucje, świadczące usługi dla ogółu społeczeństwa, także przez Internet, do dostarczania ich w formie dostępnej dla niepełnosprawnych.

EDUKACJA

Konwencja podkreśla równe prawa osób niepełnosprawnych do korzystania z edukacji. W związku z tym nie mogą być one z powodu niepełnosprawności wykluczane z powszechnego systemu edukacji, mają też prawo do nauki w szkole podstawowej i średniej w społeczności, w której żyją. W ramach powszechnego systemu edukacji winny zatem być wprowadzane odpowiednie udogodnienia.

W związku z tym należy ułatwić m.in. naukę alfabetu brajla, zapewnić wsparcie w poruszaniu się i nauce orientacji przestrzennej, ułatwiać naukę języka migowego. W tym celu państwa winny podejmować środki zmierzające do zatrudniania odpowiednio wykwalifikowanych nauczycieli, także niepełnosprawnych, na wszystkich szczeblach edukacji.

Państwa Strony zobowiązały się też zapewnić równy dostęp niepełnosprawnych do powszechnego szkolnictwa wyższego, szkolenia zawodowego, kształcenia dorosłych i uczenia się przez całe życie.

PRACA I ZATRUDNIENIE

Państwa strony uznają prawo osób z niepełnosprawnościami do zarabiania na życie własną pracą, na równych zasadach z innymi. Chodzi tu o pracę swobodnie wybraną lub przyjętą na rynku pracy oraz w otwartym, integracyjnym i dostępnym dla tych osób środowisku pracy.

Konwencja wprowadza zakaz dyskryminacji w zatrudnieniu ze względu na niepełnosprawność, tyczy się to zarówno rekrutacji, przyjmowania do pracy i zatrudnienia, kontynuacji zatrudnienia, awansu zawodowego, jak i bezpiecznych i higienicznych warunków pracy.

Osoby z niepełnosprawnościami mają, na równi z innymi osobami, prawo do sprawiedliwych i korzystnych warunków pracy, w tym jednakowego wynagrodzenia za pracę jednakowej wartości czy bezpiecznych i higienicznych warunków pracy. Podobnie winny mieć one równe z innymi prawa do korzystania z praw pracowniczych oraz prawa do zrzeszania się w związki zawodowe. Niepełnosprawni winni mieć także równy dostęp do ogólnych programów poradnictwa specjalistycznego i zawodowego, usług pośrednictwa pracy oraz szkolenia zawodowego i kształcenia ustawicznego.

Państwa zobowiązały się także do popierania możliwości samozatrudnienia, przedsiębiorczości i tworzenia spółdzielni, zatrudniania osób z niepełnosprawnościami w sektorze publicznym oraz popierania ich zatrudniania w sek-

torze prywatnym poprzez odpowiednią politykę i środki. Ponadto zapewnią wprowadzanie racjonalnych usprawnień dla osób niepełnosprawnych w miejscu pracy, będą popierać zdobywanie przez te osoby doświadczenia zawodowego na otwartym rynku pracy oraz udostępnią programy rehabilitacji zawodowej, utrzymania pracy oraz powrotu do pracy.

UDZIAŁ W ŻYCIU POLITYCZNYM I PUBLICZNYM

Uznając, że osoby z niepełnosprawnościami mają równe z innymi prawo do udziału w życiu politycznym, Państwa Strony zobowiązały się do zapewnienia im efektywnego uczestnictwa w nim, na równi z innymi osobami, włączając w to możliwość korzystania z czynnego i biernego prawa wyborczego. Tu wprowadzono istotne regulacje dotyczące zapewnienia niepełnosprawnym dostępu do głosowania przy pomocy urządzeń i materiałów łatwych w użyciu, z uwzględnieniem zasad tajności głosowania. Podkreślono także prawo osób z niepełnosprawnościami do kandydowania w wyborach, a następnie efektywnego sprawowania urzędu i pełnienia wszelkich funkcji publicznych na wszystkich szczeblach rządzenia, z zastosowaniem odpowiednich technologii.

Podkreślono jednocześnie prawo niepełnosprawnych do korzystania z pomocy osób trzecich podczas głosowania, jeśli wynika to z ich własnej woli.

UDZIAŁ W ŻYCIU KULTURALNYM, REKREACJI, WYPOCZYNKU I SPORCIE

Osoby z niepełnosprawnościami mają równe z innymi prawo do udziału w życiu kulturalnym. W szczególności powinny mieć dostęp do materiałów w dziedzinie kultury w dostępnych dla nich formach, a także do programów telewizyjnych, filmów, teatru i innego rodzaju działalności kulturalnej, także do miejsc działalności kulturalnej, np. teatrów, kin, muzeów, bibliotek czyabytków ważnych dla kultury narodowej.

Istotną i szeroko niegdyś dyskutowaną kwestią jest także regulacja mówiąca o tym, iż Państwa Strony podejmą środki w celu zapewnienia, że przepisy chroniące prawa autorskie nie będą

stanowiły nieuzasadnionej lub dyskryminacyjnej bariery dla osób z niepełnosprawnościami w dostępie do materiałów w dziedzinie kultury.

Konwencja stanowi także prawo osób niepełnosprawnych do uznania ich szczególnej tożsamości kulturowej i językowej, w tym języków migowych i kultury osób niesłyszących, a także do uzyskania wsparcia w tym zakresie. Konwencja zawiera ponadto regulacje zmierzające do aktywizacji sportowej osób z niepełnosprawnościami, zwłaszcza dzieci i młodzieży.

INNE REGULACJE

Powyżej omówiono jedynie najistotniejsze, zdaniem autorki, elementy Konwencji, które bezpośrednio dotyczą wielu osób z niepełnosprawnościami, także w Polsce. Zawiera ona jednak szereg innych, nader oczywistych regulacji, kładąc ogromny nacisk na realizowanie podstawowych praw człowieka, takich jak np. prawo do życia, równość wobec prawa, wolność i bezpieczeństwo osobiste, wolność od tortur lub okrutnego, niehumanitarnego albo poniżającego traktowania lub karania, wolność od wykorzystywania, przemocy i nadużyć, ochrona integralności osobistej, poszanowanie prywatności, poszanowanie domu i rodziny, a także regulacje dotyczące zdrowia, rehabilitacji, warunków życia i ochrony socjalnej osób z niepełnosprawnościami.

KOMITET DO SPRAW PRAW OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Na mocy Konwencji powstał Komitet ds. praw osób niepełnosprawnych, składający się z maksymalnie 18 członków, wybieranych przez państwa strony na 4-letnią kadencję. Państwa Strony zostały zobowiązane do przedkładania Komitetowi sprawozdań dotyczących środków podjętych w celu realizacji Konwencji, nie rzadziej niż co 4 lata. Państwa strony winny spotykać się także na konferencjach, gdzie omawiane są istotne zagadnienia dotyczące wdrażania Konwencji.

PODSUMOWANIE

Jak ukazano powyżej, Konwencja ONZ o prawach osób z niepełnosprawnościami zawiera szereg regulacji zmierzających do poprawy sytuacji niepełnosprawnych na wielu polach, począw-

szy od zapewnienia im podstawowych praw człowieka, po dążenie do wyrównywania ich szans, dostosowywania otoczenia czy wyposażania w odpowiednie środki i urządzenia.

Patrząc na to, jak wiele zmienia się w ostatnich latach w naszym kraju, łatwo stwierdzić, że jej wdrażanie ma już dla polskich niepełnosprawnych wielorakie i namacalne skutki. Oczywiście, jest to proces długotrwały, którego nie da się czasem przyspieszyć, czasem też brak woli w tym względzie. Nie ulega jednak wątpliwości, że nasze otoczenie, mentalność i uprawnienia znacząco się zmieniają i są to na ogół zmiany w dobrym kierunku.

Co jednak wtedy, kiedy spotykamy się z jawnym łamaniem zasad ustanowionych w konwencji?

Jak już wspomniano, Konwencja stanowi pewien zbiór regulacji ramowych, które winny zostać wcielone do

systemu prawnego państwa, tj. ustaw i innych aktów prawnych. Choć zapisy Konwencji stoją w hierarchii aktów prawnych ponad obowiązującym prawem krajowym i, co bardzo istotne, mogą być stosowane wprost (można się na nie powoływać w celu dochodzenia swoich praw), dochodzenie sprawiedliwości przed krajowymi sądami może nie być łatwe. W tym właśnie celu powstał Protokół dodatkowy do Konwencji, który umożliwia kierowanie indywidualnych skarg do organu międzynarodowego, tj. Komitetu ds. Praw Osób Niepełnosprawnych, oczywiście po wcześniejszym wyczerpaniu krajowych dróg prawnych. Jak dotąd Polska nie ratyfikowała tego protokołu, Polacy są więc aktualnie pozbawieni takiej możliwości. Coraz głośniej mówi się jednak o konieczności jego ratyfikacji, regularnie apeluje o to Rzecznik Praw Obywatelskich.

Pozostaje zatem mieć nadzieję, że do takiej ratyfikacji w najbliższym czasie dojdzie, wówczas polscy niepełnosprawni będą mieli pełnię możliwości dochodzenia swych praw w wypadku ich nieprzestrzegania.

Zachęcam Czytelników do bliższego przyjrzenia się kwestii realizacji zapisów Konwencji. Doskonałym źródłem informacji na ten temat są publikacje Biura Rzecznika Praw Obywatelskich (<https://www.rpo.gov.pl/pl/content/publikacje>) oraz Społeczny Raport Alternatywny <http://Konwencja.org/raport-alternatywny/>.

Magdalena Szyszka

Źródło: TYFŁOŚWIAT KWARTALNIK NR 3 (32) 2016 www.tyfloswiat.pl



Konwencja została przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne ONZ w dniu 13 grudnia 2006 r.

Czy niewidomi potrzebują psychoterapii?

O psychoterapii osób niewidzących – zwłaszcza, jeśli samemu zmagam się z sytuacją braku wzroku, trudno jest pisać jedynie z perspektywy eksperta, w moim wypadku psychologa i psychoterapeuty. Stąd ośmielam się – Czytelniku tego artykułu – zwrócić do Ciebie bezpośrednio, w formie swego rodzaju listu, którego treść może Cię skłonić do podjęcia refleksji nad tym, jak przeżywasz swoją niepełnosprawność, a być może zachęcić do poszukiwania pomocy psychologicznej, jeśli uznasz, że masz z tym jakąś trudność.

fot. Designed by Bedneymimages / Freepik



To samo doświadczenie (w tym wypadku brak lub utrata wzroku) nie wywołuje bowiem identycznej reakcji u każdego z nas. Tym, co powoduje, że nie widząc generalnie będziemy czuli się szczęśliwi, smutni czy zrezygnowani, albo przekonani, że nie da się nas kochać, że jesteśmy nie do zaakceptowania, lub, że powinniśmy być „siedem razy lepsi niż inni” – widzący – albo, że nigdy innym nie dorównamy – nawet gdybyśmy angażowali się we wszystko na 100% – jest osobiste znaczenie, jakie ma dla każdego z nas to, że nie widzimy.

Po czym możemy je rozpoznać?

Wyraża się ono w głębokich przekonaniach o sobie (np. „jestem tak samo wartościowy, jak inni ludzie”, „jestem gorszy”, „inni ludzie nie traktują mnie jako partnera”, „świat jest nieprzyjazny dla osób niewidzących”, „mam pewne trudności w życiu, ale generalnie jest ok.” itd.). Zarówno my sami, jak i osoby, z którymi żyjemy na co dzień, możemy je też odnaleźć w powracających motywach naszych wypowiedzi o sobie (monolog wewnętrzny), jak również tych, które kierujemy do otoczenia. Wypowiedzi te podsumowują nasze osiągnięcia lub ich brak (obiektywny, bardzo często jednak postrzegany subiektywnie, wg naszych wewnętrznych standardów, mówią o tym, jak patrzymy na siebie w relacji do innych ludzi, a przede wszystkim

W wielu przypadkach (choć oczywiście są wyjątki) dużym problemem w początkowym okresie kontaktu z potencjalnym terapeutą może być przełamywanie jego własnych stereotypów dotyczących tego, czym jest niewidzenie i co z tego wynika

czy i w jakim stopniu akceptujemy samych siebie – niezależnie, a nawet pomimo tego, co myślą o nas inni.

ZNACZENIE WZROKU W ŻYCIU CZŁOWIEKA

W literaturze i/lub osobistej wymianie poglądów na ten temat można spotkać takie, które nie przypisują niewidzeniu jakiegoś szczególnego znaczenia (brak wzroku postrzegany jest po prostu jako zaburzenie lub brak analizatora). Kto z nas nie doświadcza jednak przynajmniej czasem wstydu z powodu swojego niewidzenia, poczucia niezrozumienia i/lub skrzywdzenia w związku z odmiennymi metodami realizacji jakiegoś działania. Komu z nas nie zdarzyło się pomyśleć, że najchętniej posiedzielibyśmy w domu, bo mamy dość nadmiernej dotykania, kontrolowania przez osoby widzące, wypytывania o to „co się stało” (patrz: dlaczego nie widzimy). Myślę też w tym kontekście o konkurencyjności rynku pracy, gdzie osoby niewidzące mają znacznie mniejsze szanse zarówno na znalezienie pracy, jak też na pełną samodzielność w jej wykonywaniu.

Podsumowując: Znaczenie wzroku lub jego braku nie ogranicza się jedynie do obecności lub nieobecności zaburzeń w sferze procesów poznawczych. Wpływa też na takie obszary naszego

funkcjonowania, jak: codzienne czynności, orientacja przestrzenna, procesy emocjonalne, porozumiewanie się z otoczeniem. Powody skłaniające nas do pójścia na psychoterapię mogłyby więc koncentrować się w tym kontekście na uczeniu się lub też wzmacnianiu umiejętności interpersonalnych, radzeniu sobie z sytuacjami codziennego stresu, rozpoznawaniu znaczenia własnych przeżyć emocjonalnych po to, by w pewnych sytuacjach móc je po prostu zaakceptować, a w innych uczynić częścią dialogu z otoczeniem.

OSOBY WIDZĄCE O NIEWIDZĄCYCH

Wśród różnych – często pozytywnych doświadczeń kontaktów osób niewidzących z widzącymi, funkcjonują też jednak powtarzające się schematy reagowania osób widzących na obecność osób niewidzących. Kto z nas nie doświadczył choć raz protekcjonalnego potraktowania przez osobę widzącą, kto nie usłyszał czasami od kogoś z otoczenia, że powinien bardziej ufać ludziom, albo być uległy wobec innych i wdzięczny za pomoc – niezależnie od tego, czy jej potrzebuje, czy też nie, albo, że nie powinien robić problemu z tego, co tym problemem nie jest itd.

Sęk w tym, że w przeważającej części (ok. 85%) komunikacja między ludźmi, a tym samym opis i ocena „rzeczywi-

stości”, dokonuje się za pomocą wzroku. Zarówno wnioski formułowane w oparciu o badania psychologiczne, jak i te, które ludzie wyciągają w procesie codziennych kontaktów interpersonalnych, uwzględniają w większym stopniu wrażenia czy informacje niewerbalne jako bardziej bezpośrednie, mniej subiektywne, wyzwalające szybsze reakcje w odpowiedzi na bodźce zewnętrzne, pozwalające „pełniej” kontrolować to, co dzieje się wokół nas. Jednym z głównych uzasadnień tego faktu jest wiedza o roli i funkcji mechanizmów obronnych, które mogą zniekształcać nasze uczucia, motywy działania, obraz siebie i innych osób. Ale chyba zbyt często ten podział na „werbalne” i „niewerbalne” obraca się jakby przeciwko osobom niewidzącym.

W komunikacji niewerbalnej możemy wyróżnić kody i gesty pozwalające w sposób do pewnego stopnia spójny na odczytanie i interpretowanie przez osoby widzące docierających z otoczenia informacji. Nie widząc, jesteśmy tego w dużej mierze pozbawieni, co ma swoje konsekwencje nie tylko dla naszego poznawczego, ale też interpersonalnego funkcjonowania. Preferowane w sytuacji braku wzroku metody radzenia sobie z codziennymi zdarzeniami, np. sposób orientowania się w przestrzeni, odczytywanie znaczenia zachowania osób widzących wobec nas, bywają przez nich korygowane jako mniej trafne lub wręcz wadliwe, co my, osoby niewidzące, odbieramy często jako przejaw niezrozumienia, bagatelizowania, czasem nawet lekceważenia naszych przeżyć.

Mimo wzrostu wiedzy ludzi widzących o specyfice funkcjonowania osób niewidzących, nadal obecne są jednak społeczne stereotypy stygmatyzujące lub zawierające w sobie oczekiwania co do tego, jak osoba niewidząca powinna albo nie powinna zachować się w danej sytuacji. W tym kontekście moje rekomendacje dotyczące wskazań do podjęcia terapii psychologicznej przez osoby niewidzące koncentrują się wokół takich celów, jak: budowanie zaufania do samego siebie, wzmocnienie asertywnego stylu zachowania wobec samego siebie i innych, jako alternatywy dla agresywnego czy uległego, umiejętność postawienia i obrony

swoich psychologicznych granic, szacunek do samego siebie (nie w opozycji, ale w takim samym stopniu, jak wobec innych).

TROCHĘ TEORII

Istnieją różne koncepcje psychologiczne wyjaśniające źródła samooceny. Opisują one także wpływ myśli na nastrój, jak również na relacje z samym sobą i z otoczeniem. Chciałabym przytoczyć tę, która jest mi najbliższa podczas codziennej pracy terapeutycznej i pomaga rozumieć przychodzących do mnie pacjentów – tak widzących, jak i niewidzących. Jest to model poznawczy psychopatologii Aarona Becka. Podkreśla on dominującą rolę myślenia w wywoływaniu i podtrzymywaniu uczuć negatywnych, w tym depresji, lęku i złości – sądzę, że osoby niewidzące stosunkowo często, ale nie częściej niż widzące, tylko z zupełnie różnych powodów, doświadczają takich przeżyć. Jeśli nasze myśli są negatywne (niezależnie od tego, czy „przebiegają” przez naszą głowę przez większość dnia, czy dotyczą tylko niektórych obszarów naszego życia), ale pojawiają się jako typowa reakcja na te sytuacje, to powodują zjawisko nazwane przez Becka tendencyjnością poznawczą. Jej funkcja polega na uwrażliwianiu nas na negatywne zdarzenia życiowe – wyolbrzymiamy wtedy straty i przeszkody, odbieramy je osobliście i interpretujemy negatywnie. Beck mówi o istnieniu kilku poziomów oceny znaczenia przeżyć szczególnie tych, które są dla nas ważne. Najbardziej dostępnym każdemu z nas poziomem są spontanicznie pojawiające się w naszej głowie myśli automatyczne; wydają się nam one trafne, czyli zgodne z rzeczywistością. Wiążą się bądź to z przykrymi dla nas emocjami, bądź też z problematycznymi zachowaniami, trudnymi i niezrozumiałymi tak dla otoczenia, jak i dla nas samych (np. wyrażamy wobec siebie lub innych złość niewspółmierną do wywołującej ją sytuacji, albo „spada” nam nastrój, jeśli często czujemy się odrzucony z powodu czyjejś negatywnej, a może po prostu neutralnej reakcji wobec nas), albo ulegamy innym, a potem jesteśmy niezadowoleni. Negatywne myśli automatyczne zawierają w sobie elementy zniekształceń poznawczych takie, jak: czytanie w myślach innych osób („on myśli, że ja

sobie nie poradzę, nie lubi mnie”); personalizacja („to z mojego powodu ona się nudzi” – myśl, która może pojawić się w reakcji na czyjeś chwilowe wycofanie się z kontaktu z nami); nadawanie etykiet („ci przemądrzali widzący, wszystko wiedzący lepiej”); przepowiadanie przyszłości („to się nie uda, i tak okaże się, że nikt nie będzie brał pod uwagę tego, co mówię”); katastrofizowanie czy myślenie dychotomiczne (typu „wszystko albo nic” („jeśli uda mi się zrobić to na 100%, będę zadowolona; jeśli nie, to tak, jakbym nie zrobiła niczego”).

Myśli automatyczne mogą, ale nie muszą mieć potwierdzenia w faktach. Np. myśl: „Ona mnie nie lubi” może być formułowana na podstawie czytania w myślach (nie mamy wystarczających dowodów, by wyciągnąć taki wniosek), ale może też oczywiście pokrywać się z rzeczywistością.

Emocjonalne uwrażliwienie na taką zniekształconą myśl ma źródło w leżących u jej podstaw osobistych, opartych na doświadczeniach z naszego domu rodzinnego i najbliższego środowiska założeniach lub zasadach (na przykład „Aby być wartościową osobą, muszę zdobyć aprobatę całego otoczenia”) oraz schematach osobistych (np. „Nie da się mnie kochać”, „Jako osoba niepełnosprawna jestem bezwartościowa”). Nieprzystosowawcze podstawowe założenia i zasady zwykle są usztywnione, niemożliwe do zrealizowania (nierealne jest np. bycie zawsze miłym dla innych albo spełnianie ich oczekiwań), kierują one wieloma obszarami codziennego życia takimi, jak: samoocena, relacje z otoczeniem, poczucie osobistej satysfakcji; i, co szczególnie ważne, mogą czynić nas bardziej podatnymi na przyszłe epizody depresyjne czy stany lękowe. Np. skłonność do „czytania w myślach” innych osób i obwiniania siebie za problemy lub zachowania innych sprawia, że dostrzegamy odrzucenie nawet tam, gdzie raczej go nie ma. Drugim poziomem oceny jest indywidualny zbiór podstawowych założeń (np. „Jeśli nie zyskam aprobaty, to znaczy, że jestem bezwartościowa”). Założenia mogą wiązać się ze schematem osobistym („Nie da się mnie kochać”, „Jestem bezwartościowy”, „Mam jakiś defekt”), wzmac-

niać negatywne przekonanie o sobie oraz potwierdzać słuszność lęku i nieufności w stosunku do otoczenia. Negatywne schematy powodują wybiórczość uwagi i pamięci - częściej wykrywamy, odbieramy i przypominamy sobie informacje zgodne ze schematem, co w rezultacie go wzmacnia. Opisany tu model jest spójny z treścią obszernej literatury psychologicznej poświęconej zachowaniom schematycznym leżącym u podstaw procesów uwagi i pamięci. Może to, choć oczywiście nie musi, prowadzić do głębszych problemów emocjonalnych, określanych przez terapeutów schematów jako życiowe pułapki. I tu również zaryzykowałabym wniosek, że osoby niewidzące nie „wpadają” w nie częściej, ale z zupełnie innych powodów niż widzące.

CZYM SĄ ŻYCIOWE PUŁAPKI?

Życiowa pułapka to wzorzec, który powstaje w okresie dzieciństwa i wywiera istotny wpływ na całe nasze życie. Kształtują go doświadczenia zdobywane w relacjach z najbliższymi znaczącymi osobami oraz z rówieśnikami. Porzuceni, krytykowani, otoczeni nadmierną opieką, narażeni na nadużycia, wykluczeni, odizolowani - w taki czy inny sposób zostaliśmy jakby „złapani” w pułapkę, która jednocześnie staje się częścią nas samych. Długo po opuszczeniu rodzinnego domu odtwarzamy sytuacje z dzieciństwa, pozwalając na niesatysfakcjonujące traktowanie, ignorowanie, krzywdzenie, nadmierną kontrolę, co utrudnia nam rozpoznanie i osiągnięcie zamierzonych celów.

Życiowa pułapka determinuje sposób, w jaki myślimy, czujemy, zachowujemy się czy odnosimy się do innych. Jest bodźcem spustowym, który aktywizuje intensywne uczucia złości, smutku czy niepokoju. Nawet w sytuacji, kiedy wydaje się, że życie ułożyło się nam stosunkowo dobrze: mamy określoną pozycję społeczną, fajne małżeństwo, szacunek najbliższych, sukces zawodowy – z jakiegoś bardziej czy mniej zrozumiałego dla nas powodu nie możemy jednak cieszyć się życiem i być dumni z naszych osiągnięć – niezależnie, a nawet pomimo tego, co myślą o tym inni.

JAK JE ROZPOZNAĆ?

Czy możesz powiedzieć o sobie, że zazwyczaj wchodzisz w relacje z ludźmi,

k którzy są wobec Ciebie oziębli?

Czy masz poczucie, że nawet najbliższe osoby są wobec Ciebie obojętne i tak naprawdę to nikt Cię nie rozumie?

- Czy masz głębokie przeświadczenie o tym, że jesteś bezwartościowa/bezwartościowy i gorsza/gorszy od innych, dlatego nikt, kto Cię bliżej pozna, nigdy Cię nie pokocha?
- Czy stawiasz potrzeby innych przed swoimi albo zbyt dużo wymagasz od innych, a w konsekwencji nigdy nie jesteś w stanie tych potrzeb zaspokoić, a być może nie potrafisz również ich sprecyzować?
- Czy często się obawiasz, że przydarzy Ci się coś złego?
- Czy niezależnie od tego, ile społecznej aprobaty i uznania otrzymujesz, czujesz się nieszcześliwy, niespełniony i niepotrzebny?

Jeśli odpowiedź na przynajmniej część z tych pytań jest twierdząca, kontakt z mądrym psychologiem, a być może podjęcie systematycznej terapii psychologicznej okażą się pomocne.

Terapeuci mówią o takich sposobach radzenia sobie z życiowymi pułapkami, jak: potwierdzanie ich w naszym życiu, unikanie ich poprzez kontratak (uważam, że jest to dość częsta postawa obronna przyjmowana przez osoby niewidzące) lub nadmierna kompensacja. Wśród różnych jej form (np. przecenianie swoich możliwości, nadmierny dystans albo zobojętnienie wobec otoczenia), trudno jest pominąć wcale nie tak rzadko spotykane u osób niewidzących uzależnienia – zwłaszcza, ale nie wyłącznie od alkoholu (również np. od seksu).

GDZIE W TAKIM RAZIE ZGŁOSIĆ SIĘ NA TERAPIĘ?

Melduję moją bezradność wobec możliwości jednoznacznej rekomendacji takich miejsc osobom niewidzącym i słabowidzącym. Zarówno internetowy research, własne doświadczenia, jak i rozmowy ze znajomymi – w tym psychologami, ale też mającymi swoje doświadczenia w poszukiwaniu możliwości podjęcia psychoterapii prowadzą mnie do wniosku, że osobiście na takie miejsca nie trafiłam. Myślę, że w wielu przypadkach (choć oczywiście są wy-

jątki) dużym problemem w początkowym okresie kontaktu z potencjalnym terapeutą może być przełamywanie jego własnych stereotypów dotyczących tego, czym jest niewidzenie i co z tego wynika. Ze względu na znajomość środowiska, pewną barierą dla niektórych z nas może być relacja z niewidzącym terapeutą. Nie jestem jednak odosobniona w przekonaniu, że ze względu na wspólnotę doświadczeń niewidzący terapeuta może stanowić atut przy podejmowaniu decyzji o zaangażowaniu się w intymną relację terapeutyczną – oczywiście nie jest to warunek konieczny. Najważniejsze, byśmy czuli się w takiej relacji rozumiani, akceptowani i żeby pomagała nam ona się rozwijać.



fot. Designed by Pressfoto / Freepik

Ważne, aby w relacji z terapeutą czuć się rozumianym, akceptowanym i żeby pomagała nam ona się rozwijać.

Przy Polskim Związku Niewidomych w Warszawie istnieje poradnia rehabilitacyjna (Warszawa, ul. Karmelicka 26). Nieocenioną rolę – moim zdaniem odgrywają takie miejsca, jak FIRr czy Fundacja Vis Maior, oferujące pomoc psychologiczną w mniejszym lub większym zakresie. Wydaje się, że pracownicy okręgów PZN mogą mieć informacje o nierozpropagowanych na większą skalę projektach, w których umożliwiają uczestnikom korzystanie ze wsparcia psychologicznego. A może niszowa specyfika problemu mogłaby być wyzwaniem dla niewidzących terapeutów do podjęcia wspólnych przedsięwzięć w tej sprawie?

Izabela Szwarocka

Źródło: TYFŁOŚWIAT KWARTALNIK NR 3 (32) 2016 www.tyfloswiat.pl

Recenzja filmu „Teoria wszystkiego”

„Dopóki jest życie, jest nadzieja” – ostatnie słowa Hawkinga są banalnym, ale jakże trafnym przesłaniem wynikającym z filmu w reżyserii Jamesa Marsha o życiu jednego z najwybitniejszych naukowców wszechczasów.

„Film opowiada historię genialnego naukowca Stephena Hawkinga – rozwoju jego choroby, rodzącego się uczucia do Jane, a w końcu rozpadu ich małżeństwa.”

OSOBLIWOŚCI ŻYCIA RODZINNEGO

„Teoria wszystkiego” to historia życia astrofizyka Stephena Hawkinga (Eddie Redmayne) u boku jego żony, Jane Wilde (Felicity Jones). Cała opowieść powstała na podstawie książki napisanej przez jego pierwszą żonę, Jane. Film nie jest biografią Hawkinga – można śmiało powiedzieć, że mamy dwoje pierwszoplanowych bohaterów: małżeństwo Hawkingów. Losy tej pary są przedstawione od miejsca, w których wszystko się zaczęło, na Uniwersytecie Cambridge w 1963 roku. Z początku wydają się, że jedno jest przeciwieństwem drugiego, lecz pomimo różnicowanych poglądów religijnych, wrogich sobie nauk, potrafią oni znaleźć nić porozumienia. To pełne fascynacji, młodzieńcze uczucie z czasem zamienia się w poważny związek. Można by rzec, że zapowiada się na idealną historię miłosną.

OSTATNIE LATA ŻYCIA

Kiedy Hawking dowiaduje się o chorobie – stwardnieniu zanikowym bocznym i ostatnich dwóch lata życia, to całkowicie chce odciąć się od najbliższych mu osób. Diagnoza jest okrutna, lecz zdeterminowana Jane, pewna swojej miłości, nie daje za wygraną. Utwierdza Hawkinga co do swej szczerzej miłości i zapewnia, że będą razem aż do końca jego dni. Wszystko dzieje się tak szybko – ślub, później dzieci. Wspólne życie, które trwać miało tylko dwa lata, potrwało zdecydowanie dłużej.

FENOMENALNA OBSADA

Zdobywca wielu nagród, Eddie Red-

mayne wcielił się w swoją rolę wręcz idealnie. Nie tylko pod względem wyglądu fizycznego, ale także samego przedstawienia kolejno następujących po sobie etapów życia genialnego naukowca. Na pewno nie było to łatwym zadaniem – grać osobą początkowo młodą, a z czasem rozwijania się choroby, naznaczoną męką i bagażem życiowym. Wyśmienitych scen z jego udziałem jest naprawdę wiele – chociażby wykład dla naukowców i amerykańskich słuchaczy.

Nie można zapomnieć o jego ekranowej partnerce, Felicitie Jones, która momentami była postacią nadrzędną filmu. Odegrała rolę kobiety silnej, czułej i bardzo delikatnej. Potrafiła pokazać, przez jakie trudy przechodziła podczas codziennych czynności. Także w relacji między postaciami widać prawdziwe emocje, które ukształtowały wspólne przeżycia. Interesujące jest to, że bohater nigdy nie wyznaje swojej żonie tego, co do niej czuje. Przykładem miłości ukazanej poprzez czyn jest scena, gdy Jane stawia mu ultimatum: albo zagra z nią w krokieta, albo zniknie na zawsze z jego życia.

Film w reżyserii Marsha, to dobór wspaniałych bohaterów pierwszoplanowych, jednakże role drugoplanowe też zostały pozytywnie odebrane przez widzów. Należy wspomnieć o Davidzie Thewlisie, która wcielił się w rolę mentora, a później przyjaciela Hawkinga. Nie można również zapomnieć o postaci przyjaciela od czasów studiów – Braina, którego roli podjął się Harry Lloyd. Obaj panowie zasłużyli na owacje na stojąco za wiarygodność i prawdziwość odgrywanych wcieleni.

MOJE ODCZUCIA

Moim zdaniem sama fabuła filmu jest świetna, ale... no właśnie. Jest parę szczegółów, do których muszę się przyczepić. Po pierwsze, kwestia potomków – dlaczego w scenariuszu jest tak mało scen ukazujących etapy ich dorastania? Powinno być ich znacznie więcej, aby docenić trud, jaki włożyła żona Hawkinga w wychowywanie ich dzieci. Po



Plakat promocyjny filmu „Teoria wszystkiego”

drugie, za mało jest scen dotyczących zmiany poglądów religijnych głównego bohatera. Po obejrzeniu całości filmu dalej nie wiem, jak to się stało, że Hawking zmienił swoje zdanie, co do istnienia Boga. Mimo wszystko, uważam, że „Teoria wszystkiego” jest jednym z lepszymi ekranizacjami, jakie udało mi się zobaczyć w przeciągu ostatniego roku. Zdecydowanie znajdzie się dla niego miejsce na mojej liście „TOP” filmów.

PORUSZAJĄCY I PEŁEN OPTYMIZMU

„Teoria wszystkiego” to film poruszający i pełen optymizmu, tak samo jak postacie pierwszoplanowe. Dzieło ma na celu pokazać, że zawsze warto wierzyć i być pełnym nadziei. Teorią wszystkiego w istocie jest teoria przede wszystkim miłości, ale także wytrwałości i wsparcia. Jest to film o tym, co w życiu najważniejsze i o co warto walczyć – mimo przeciwności życiowych.

Joanna Adamik
(WH AGH)

Kilka słów o naszym ubiorze

Człowiek nie jest istotą idealną, każdy z nas ma mankamenty, które chciałby ukryć przed innymi. Wiele ludzi ma kompleksy na punkcie swojego wyglądu. Nie każdy jednak wie, że niektóre z nich można bez problemu ukryć lub zniwelować za pomocą odpowiedniego doboru ubioru oraz elementów kroju odzieży.

W tekście znajdziemy proste wskazówki, które mogą przydać się szczególnie Paniom, dzięki którym można podkreślić swoje mocne walory, wyretuszować słabe strony. Myślę, że warto zagłębić się w lekturze i wypróbować na własnej skórze, a w zasadzie na elementach odzieży.

ZWYKŁA KIESZEŃ CZYNI CUDĄ

Czy pomyśleliście kiedyś, że zwykłą kieszonką naszytą na element ubioru bądź wszytą można dużo zdziałać? Czy kiedykolwiek przyglądaliście się np. spodniom przed ich zakupem pod kątem tego, jaką posiadają kieszeń? Zastanawialiście się na tym, jak ta kieszeń jest zbudowana i jaki ma kształt? Jeśli nie, to po przeczytaniu artykułu Wasze podejście może ulec zmianie. W takim razie teraz przejdźmy do szczegółów, jak poprawić swoją aparycję. Może tym razem skupmy się na biodrach. Na początek...

...KILKA UWAG ODNOŚNIE PIĘKNEJ PUPY!

Kieszenie są bardzo ważnym elementem naszego ubioru, mogą nam pomóc lub zaszkodzić. Źle dobrane mogą zaburzyć nasze proporcje. Dlatego należy pamiętać, że kieszenie przykuwają uwagę do miejsca, w którym się znajdują. Jeżeli więc zależy nam na ukryciu konkretnych mankamentów figury, to w tych miejscach na pewno ich nie przyszywamy. W zamian za to podkreślimy nimi to, co w nas najlepsze.

DLA ZMYŚLOWYCH BIODER

Na pierwszy ogień sytuacja, w której odnajduje się wiele kobiet (choć nie zawsze jest to zgodne z prawdą). Jeżeli mamy dużo centymetrów w biodrach, stosujemy kieszenie cięte, dłu-

gie, ukośne, które optycznie zmniejszą szerokość bioder. Następnym przykładem, jakim się zajmujemy, jest sytuacja, w której narzekamy na to, że brakuje nam kształtów. Najlepiej wtedy wydobyc elementy sylwetki poprzez zastosowanie kieszeni zaokrąglonych. Jeśli natomiast biodra są za wysokie w stosunku do górnej części ciała, warto wybrać kieszenie naszywane.

A może masz kompleksy związane ze zbyt wąskimi biodrami? Wtedy obowiązkowo dobieraj dolną część garderoby z kieszeniami poziomymi lub zaokrąglonymi. Jeszcze ostatni wariant, gdy biodra są nierówne, tzw. „bryczesy”. W tym wypadku należy wybrać kieszenie wysoko umieszczone lub wszyte w szew boczny.

DLA PONĘTNEJ PUPY

Mowa tutaj o kieszeniach z tyłu spodni. Żeby nasze pośladki wydawały się bardziej okrągłe, większe a może zupełnie odwrotnie – mniejsze, mniej wystające, trzeba przyswoić kilka dobrych rad. Gdy chcesz, aby Twoje pośladki wydawały się bardziej wystające i okrągłe, kieszenie powinny być naszyte ukośnie. Jeśli natomiast interesuje Cię optyczne powiększenie, kieszenie należy naszyć bliżej bioder. Pośladki będą bardziej okrągłe, gdy naszyte kieszenie również zaokrąglimy.

A może interesuje Cię wrażenie zmniejszenia? Wtedy na pewno spodobać Ci się elementy garderoby z kieszeniami naszytymi blisko siebie. Efekt szcuplejszych pośladków uzyskasz dzięki kieszeniom trójkątnym. Jednak, aby wydawały się mniej wystające, należy użyć kieszeni kwadratowych. W przeciwnym wypadku, gdy chcesz wrażenia bardziej wystających pośladków, zastosuj kieszenie z patką i guzikiem.

Na koniec jeszcze jedna drobna rada: dużą rolę odgrywa również wysokość umieszczenia kieszeni na garderobie. Kieszenie umieszczone nisko skracają nogi i niepotrzebnie wydłużają tułów. W odwrotnej sytuacji, czyli kiedy kieszenie wykonamy wysoko, mogą one

równoważyć pośladki o kształcie trójkąta – gruszki. Kieszenie umiejscowione pośrodku bardzo ładnie uwypuklają pupę.



Szkic sylwetki damskiej

fot. Archiwum autora

Pamiętaj! Przekuj swoje słabości w atuty i wypróbuj kilka powyższych wskazówek. Wtedy zobaczysz, czy tekst ma odniesienie do rzeczywistości, czy to tylko bajki. Może posuniesz się dalej i znajdziesz przyjaciela w maszynie do szycia, która jak widać może zdziałać cuda. A satysfakcja z własnych efektów jest bezcenna.

Ewa Wojciechowska (BON AGH)

Na postawie artykułu: „Zostań swoją własną stylistką! Część XIII: Kieszenie”
Agnieszka Rokosa

Uwaga - zmiany w programie „Aktywny Samorząd”!

18 października 2016 roku Zarząd PFRON wprowadził zmiany w realizacji Modułu II na rok 2016 umieszczając nowe „Kierunki działań oraz warunki brzegowe obowiązujące realizatorów pilotażowego programu „Aktywny samorząd” w 2016 roku”. Zmiany te dotyczą tych wniosków, które zostały złożone w terminie od 1.08.2016 r. do 10.10.2016 roku.

ZWIĘKSZONO WYSOKOŚĆ DOFINANSOWANIA

Wprowadzono możliwość zwiększenia do ponad 3.000 zł kwoty dofinansowania kosztów opłaty za naukę (czesne) lub dodatku na uiszczenie opłaty za przeprowadzenie przewodu doktorskiego dla Wnioskodawcy, którego przeciętny miesięczny dochód przekracza kwotę 583 zł netto na osobę w gospodarstwie domowym. Decyzję o wyrażeniu zgody na zwiększenie kwoty dofinansowania mogą podjąć Pełnomocnicy Zarządu PFRON w Biurze PFRON na podstawie wystąpienia i pozytywnej opinii samorządu powiatowego lub Oddziału PFRON.

ZMIANA CHARAKTERU DOFINANSOWANIA

Następuje zmiana charakteru dodatku na pokrycie innych kosztów kształcenia - na progresywny i motywacyjny. Wysokość wypłacanego dodatku będzie zależała obecnie także od postępów Wnioskodawcy w nauce. Wysokość dodatku wyniesie:

- do **25%** maksymalnej kwoty dodatku – w przypadku pobierania nauki na **pierwszym roku** studiów
- do **50%** maksymalnej kwoty dodatku – w przypadku pobierania nauki na **drugim roku** studiów, a w przypadku studiów II stopnia – do 75% maksymalnej kwoty dodatku,
- do **75%** maksymalnej kwoty dodatku – w przypadku pobierania nauki na **trzecim roku** danej formy edukacji na poziomie wyższym (studia wyższe I stopnia, magisterskie jednolite),
- do **100%** maksymalnej kwoty dodatku – w przypadku pobierania nauki

w kolejnych latach (od czwartego roku) danej formy edukacji na poziomie wyższym (studia magisterskie),
e. **uczestnicy studiów doktoranckich mogą otrzymać dodatek w kwocie maksymalnej na każdym etapie nauki.** Przekazanie Wnioskodawcy dodatku następować będzie **po przekazaniu Realizatorowi programu informacji o zaliczeniu semestru objętego dofinansowaniem** lub po złożeniu zaświadczenia z uczelni, że Wnioskodawca uczęszczał na zajęcia zgodnie z programem studiów.

MODYFIKACJA SPOSOBU WYPŁACANIA DOFINANSOWANIA

Następuje zmiana sposobu wypłacania kwoty dofinansowania na opłacenie czesnego oraz dodatku na uiszczenie opłaty za przeprowadzenie przewodu doktorskiego. Przekazanie dofinansowania będzie następowało w dwóch transzach:

1. pierwsza transza w wysokości **80%** przyznanego dofinansowania – **po zawarciu umowy dofinansowania,**
2. druga transza w wysokości **20%** przyznanego dofinansowania – **po przekazaniu Realizatorowi programu informacji o zaliczeniu semestru objętego dofinansowaniem** lub po złożeniu zaświadczenia z uczelni, że Wnioskodawca uczęszczał na zajęcia zgodnie z programem studiów, a w przypadku przewodu doktorskiego, po złożeniu zaświadczenia, że Wnioskodawca realizuje przewód doktorski zgodnie z przyjętym harmonogramem.

CO W PRZYPADKU POWTARZANIA SEMESTRU?

Następuje ograniczenie możliwości podejmowania decyzji przez Realizatora programu o wyrażeniu zgody na dofinansowanie powtarzanego przez Wnioskodawcę semestru. Obecnie **wypłata dofinansowania w sytuacji powtarzania semestru** akademickiego przez Wnioskodawcę **możliwa będzie nie więcej niż dwa razy w ciągu trwania nauki w ramach danej formy kształcenia** (szkoła wyższa, prze-



Aktywny samorząd – śledź zmiany na stronie PFRON!

wód doktorski otwarty poza studiami doktoranckimi) i tylko jeżeli powtarzanie semestru akademickiego przez wnioskodawcę nastąpiło z przyczyn od niego niezależnych (np. stan zdrowia). Wnioskodawca, który po raz trzeci nie zaliczy semestru, zobowiązany będzie do zwrotu kwoty dofinansowania kosztów nauki w tym semestrze i do czasu ukończenia nauki na rozpoczętym poziomie, nie będzie mógł korzystać z pomocy w module II.

ZWROT KOSZTÓW DOFINANSOWANIA?

Wnioskodawca, który w okresie objętym dofinansowaniem, z przyczyn innych niż niezależnych od niego (np. stan zdrowia) nie uczęszczał na zajęcia objęte programem studiów, a w przypadku przewodu doktorskiego – nie realizował przewodu doktorskiego zgodnie z przyjętym harmonogramem, zobowiązany będzie do zwrotu kwoty dofinansowania kosztów nauki w tym semestrze.

Ponadto wprowadzono zasadę, iż Wnioskodawcę, który ukończył 25 rok życia i nie osiąga własnych dochodów, zalicza się do wspólnego gospodarstwa domowego rodziców/ opiekunów.

Artykuł napisany na podstawie dokumentu, pt. „Kierunki działań oraz warunki brzegowe obowiązujące realizatorów pilotażowego programu „Aktywny samorząd” w 2016 roku” dostępnego na stronie internetowej PFRON: <https://www.pfron.org.pl/pl/komunikaty/3397,Uwaga-wprowadzono-zmiany-w-dokumentacie-pn-Kierunki-dzialan-obowiazujacym-w-2016-r.html>

**Paulina Łęczyńska
(FSiA ACADEMICA)**

Ogólnopolski „Lodołamacz” za przełamywanie barier

Kapituła ogólnopolskiego konkursu „Lodołamacze 2016” przyznała Akademii Górniczo-Hutniczej srebrny medal w kategorii instytucje.



AGH nagrodzona

fot. Piotr Bławicki

Uroczysta gala finałowa odbyła się 29 września br. na Zamku Królewskim w Warszawie. Jury przyznało wyróżnienia w trzech kategoriach: dla zakładów pracy chronionej, firm działających na otwartym rynku pracy oraz dla instytucji. Akademię Górniczo-Hutniczą reprezentowały Prorektor ds. Studentów AGH prof. Anna Siwik oraz Pełnomocnik Rektora AGH ds. Osób Niepełnosprawnych prof. Barbara Gąciarz.

IDEA KONKURSU

Ideą „Lodołamaczy” jest przełamywanie uprzedzeń związanych z zatrudnianiem osób niepełnosprawnych. Konkurs dzieli się na dwa etapy: regionalny i centralny. Przypomnijmy, że AGH zajęła I miejsce w regionie małopolsko-świętokrzyskim. Regionalni zwycięzcy poszczególnych kategorii zostali zakwalifikowani do centralnego etapu, w którym wyłoniono ogólnopolskich laureatów. Konkurs został zorganizowany przez Fundację Aktywizacji Zawodowej Osób Niepełnosprawnych założoną przez Polską Organizację Pracodawców Osób Niepełnosprawnych.

AGH DZIAŁA!

W Akademii od lat podejmowane są działania na rzecz aktywizacji i integracji osób z niepełnosprawnością w róż-



fot. Piotr Bławicki

Siedzący uczestnicy Gali, wśród nich Pani prof. Anna Siwik

nych dziedzinach życia społecznego i zawodowego. Uczelnia konsekwentnie i z powodzeniem realizuje program „AGH uczelnią przyjazną wobec osób niepełnosprawnych”. Jego celem jest wspieranie i kompleksowe rozwiązywanie problemów, z którymi zmagają się studiujące osoby z różnymi niepełnosprawnościami, a metody i formy kształcenia dostosowywane są do indywidualnych potrzeb studentów. Aby stworzyć warunki do realizacji programu w roku 2003 powołano Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych AGH, które współpracuje na mocy porozumienia z innymi krakowskimi uczelniami.

TROCHĘ LICZB

Uczelnia wspiera działalność oraz inicjatywy Zrzeszenia Studentów Niepełnosprawnych AGH – pierwszej, powstałej w 2001 r. tego typu organizacji w Polsce. W 2015 r. w Akademii studioowało 447 osób z niepełnosprawnością, w tym: 32 osoby niesłyszące i słabosłyszące, 38 osób niewidomych i słabowidzących, 147 z dysfunkcją narządu ruchu i 230 z innymi rodzajami niepełnosprawności. Uczelnia zatrudnia także 48 pracowników z niepełnosprawnością. Wszystkie działania w tym zakresie koordynuje Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych AGH.



Uroczyste wręczenie nagród

fot. Marek Lewkowicz



fot. Marek Lewkowicz

Weronika Szewczyk (Dział Promocji AGH)



fot. Marek Lewkowicz

prof. Barbara Gąciarz, Pełnomocnik Rektora AGH ds. Osób Niepełnosprawnych wraz z Pracownikami Biura ds. Osób Niepełnosprawnych AGH

Konfrontacja z niepełnosprawnością

Jak społeczeństwo postrzega osoby z niepełnosprawnościami? – można w zasadzie powiedzieć, że to temat rzeka. Czy widzi w nich herosów, bohaterów, ofiary losu, nieszczęśliwców, a może zwykłych ludzi zmagających się z różnymi problemami?

Na co dzień przebywam w środowisku osób niepełnosprawnych, więc osobiście nie dziwię się za każdym razem, gdy widzę osobę niewidomą samą korzystającą z komunikacji miejskiej, Głuchą w kolejce do lekarza, czy też na wózku na imprezie. Wiem, że dają radę! Że jak tylko pokonają tę największą barierę – barierę świadomościową i wyjdą do ludzi, to w zasadzie mogą wszystko, z większą bądź mniejszą pomocą innych.

„BO JA TAŃCZYĆ CHCĘ!”

Nie tak dawno organizowaliśmy własny ślub i wesele. Wśród gości weselnych były także osoby z niepełnosprawnościami. Nie zastanawialiśmy się nad tym, jak będzie to odebrane przez pozostałych weselników. Ważne było dla nas to, by osoby te dobrze się bawiły i by nie było dla nich przeszkód natury technicznej (czyli w głównej mierze lokal musiał być bez schodów i z przystosowaną łazienką). Dużym i jakże pozytywnym zaskoczeniem był więc dla mnie fakt, jak po weselu wielu znajomych, ciotek i wujków, a przede wszystkim rodzice – które świat ON znają bardziej z moich opowiadań – dostrzegło te osoby i w zasadzie podziwiał. Mówili, że są niezwykle otwarci, nie przejmują się swoimi deficytami, tylko po prostu dobrze się bawią. I tak – tańczący chłopak na wózku wprowadził nie jedną osobę w duże zakłopotanie... i w pewnym sensie zakłopotanie. Moja mama powiedziała, że jest pod dużym wrażeniem takiej postawy i od teraz nie będzie narzekać (a w ostateczności będzie mniej ;)), bo zobaczyła, jak można się bawić jeżdżąc na wózku, czerpać z życia radość mimo różnych problemów zdrowotnych.

SZACUN ZA POSTAWĘ!

Poruszyłam temat wśród znajomych. Jeden z nich powiedział: Niepełno-

Przy odpowiednim nastawieniu wszystko staje się możliwe.

sprawność jest czymś, z czym trzeba sobie poradzić. Tak jak każde utrudnienie, jest czymś, co hartuje daną osobę. Osobiście postrzegam osoby niepełnosprawne jak zwykłe osoby, które mają czasami mniej, a czasami bardziej utrudnione życie od osób teoretycznie „pełnosprawnych”. Z mojego doświadczenia wynika, że często osoby niepełnosprawne są o dużo bardziej aktywne pod wieloma względami od innych osób, których czasami największą niepełnosprawnością jest lenistwo. Wielu dzieliło się świadectwami, jak poznawali osoby, które bardzo dobrze radziły sobie z codziennością mimo różnych chorób. Podsumowując, mówili, że gdy widzą osoby, które pomimo trudności, jakie sprawia im niepełnosprawność, radzą sobie często lepiej niż większość „pełnosprawnych”, to czują podziw do ich wytrwałości, siły i pozytywnego nastawienia.

ŚWIADOMOŚĆ NIEŚWIADOMOŚCI

Wielu znajomych przyznawało, że często nie wie, jak się zachować wobec osoby niepełnosprawnej. Czy zaproponować pomoc, czy zapytać, czy przykładowo – po prostu złapać za rękę i przeprowadzić przez ulicę? W ich głowach rodzą się wtedy różne myśli, najczęściej w stylu „jeszcze urażę tą osobę i będzie jej przykro, albo jej zaszkodzię”, więc w wielu przypadkach nie robią nic. W różnych aspektach życiowych blokuje nas strach, w kontaktach międzyludzkich też. Wiadomo, możemy trafić na różne osoby, ale często wystarczy się przełamać i odezwać – wtedy osoba, która faktycznie potrzebuje naszej pomocy powie nam, co i jak. I nikomu nie zaszkodzimy. :)

IMPULSY DO DZIAŁANIA

W mediach spotykamy się z różnymi wizerunkami osób niepełnosprawnych i możemy je skategoryzować w dwie grupy – herosi i nieszczęśliwcy, którym trzeba pomóc. Ci pierwsi dają nam wzór do naśladowania, zastrzyk motywacji. Kolega powiedział, że jak widzi takie osoby, to ma wyrzuty sumienia względem siebie, nie wykorzystuje w odpowiedni sposób szansy, jaką jest bycie w pełni zdrowym. Ci drudzy – poruszają naszą wrażliwość i często... kiesznie. Powinny jednak przede wszystkich wzbudzić w nas refleksję nad długofalowym działaniem, które może im pomóc wejść i żyć w społeczeństwie. Zdaję sobie jednak sprawę z tego, że nie jest to takie łatwe. Jak można w krótkim czasie przekonać 30-letniego mężczyznę bez nóg, który prosi o pieniądze na ulicy, że może znaleźć pracę i sam na siebie zarabiać? Mamy duże pole do działania w tym obszarze. O ile kształtowanie odpowiednich postaw u dzieci i młodzieży przychodzi nam łatwiej, o tyle zmiana myślenia i nastawienia u dorosłych wymaga nie lada kreatywności każdego z nas. A skoro czytasz ten Kwartalnik, to świat osób niepełnosprawnych nie jest Ci obojętny. Nawet, jeśli trafiłeś tu przypadkiem, wiedz, że Ty też masz wpływ na los takich osób. Poczytaj o możliwościach, formach pomocy, trudnościach i podaj dalej! Może Twoja wiedza wpłynie na konkretną osobę i jej dalsze działania ku pełniejszemu życiu? Tego właśnie Ci życzę, Drogi Czytelniku! :)

Joanna Szpak
(FSiA Academica)

fot. Joanna Szpak

AKADEMIA ŻYCIA zwiększa apetyt na życie!

Aleksandra uczy się balansu na wózku pod okiem Przemka – instruktora niezależnego życia.



fot. Archiwum Fundacji PODAJ DALEJ

Samodzielne mieszkanie, ciekawa praca, niezależność, dalekie podróże i szczęśliwe życie – marzą o tym wszyscy ludzie. Szczególnie mocno marzą o tym osoby, które utraciły sprawność w ciągu swojego życia i poruszają się na wózku. Muszą nauczyć się wszystkiego od początku... Mogą to zrobić przyjeżdżając na pół roku do mieszkań treningowych w Koninie i biorąc udział w intensywnych zajęciach oferowanych w ramach Akademii Życia. Projekt realizowany jest przez Fundację im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ w latach 2013 – 2018.

Do Akademii przyjeżdżają osoby z niepełnosprawnością ruchową w wieku 18-25 lat, które są zależne od innych ludzi. Tutaj uczą się samodzielności, uruchamiają motywację do działania i rozwijają swoje mocne strony. Absolwenci Akademii, jak sami mówią, nabierają wiatru w żagle, nie boją się wyzwania i zaczynają układać sobie życie „po swojemu”. Niepełnosprawność nie jest już przeszkodą w stawianiu i realizacji celów!

- Dla osoby, dla której nawet podniesienie kubka jest trudne, Akademia Życia jest prawdziwym wyzwaniem. Mam ponad 70% porażonego ciała i samo

utrzymanie równowagi jest pewnego rodzaju zwycięstwem. Jestem przyzwyczajony do pracy nad sobą i bardzo wiele nauczyłem się w Akademii: umiem zakładać buty, szybciej się ubieram, samodzielnie korzystam z toalety i wiele więcej... to dzięki treningom. Najważniejsze jednak jest to, że mam stałą pracę, realizuję się zawodowo i wykorzystuję wiedzę zdobytą podczas studiów. Mam też możliwość uprawiania sportów: basen, koszykówka (choć nie mogę grać, to uczestniczę w trenin-

gach), aktywna rehabilitacja. Jest wiele dróg, gdzie mogą jeździć specjalnie przystosowanym rowerem - podkreśla Mateusz, który od ponad roku pracuje w sklepie medycznym jako doradca klienta.

JAK DZIAŁA AKADEMIA ŻYCIA?

Uczestnicy projektu przyjeżdżają do Konina na 6 miesięcy. Mieszkają w przystosowanych do ich potrzeb mieszkaniach treningowych przy ul. 3 maja 1-3 w Koninie. Jednorazowo w mieszkaniach mieszka 6–8 osób. Każdy z uczestników realizuje indywidualny plan dostosowany do stopnia jego sprawności, predyspozycji umiejętności, kompetencji i zainteresowań. Plany te zawierają: treningi samodzielności (np. w wykonywaniu czynności dnia codziennego, poruszania się środkami komunikacji miejskiej, przyrządzania posiłków, sprzątanie), udział w zajęciach aktywnej rehabilitacji (na sali gimnastycznej, na basenie i w plenerze), spotkania z własnym coachem, który dobiera i kieruje szkoleniami zawodowymi uczestnika, a także, dodatkowo, naukę języków obcych i pomoc psychologa. Najbardziej aktywni uczestnicy Akademii Życia odbywają półroczne, płatne staże zawodowe (zdalne lub w wybranym mieście). Udział w projekcie jest bezpłatny dzięki finansowaniu przez duńskie Fundacje VELUX. Po przyjeździe do Konina, uczestnicy we

Arek (z lewej) i Eryk działają w kuchni! Eryk, mimo niesprawnych rąk może samodzielnie kroić różne produkty dzięki specjalnemu wynalazkowi – desce z gwoździami!



fot. Archiwum Fundacji PODAJ DALEJ



fot. Marika Sypniewska

Szkolenie komputerowe dla uczestników trzeciej grupy Akademii Życia

własnym zakresie organizują sobie jedynie wyżywienie.

JAK SIĘ ZGŁOSIĆ DO AKADEMII ŻYCIA?

Wystarczy wejść na stronę <http://www.akademiazycia.org/> w zakładkę O Akademii/ rekrutacja i wypełnić krótki elektroniczny formularz zgłoszeniowy. Zgłosić można się w każdej chwili. Do 2018 roku do Konina przyjadą jeszcze 4 grupy uczestników.

PRZEKRACZANIE WŁASNYCH GRANIC

Z Polski docierają do nas wiadomości od uczestników poprzednich edycji Akademii – Natalia obroniła pracę magisterską w temacie turystyki osób

niepełnosprawnych. Monia po stażu została zatrudniona i jest moderatorem dużego forum internetowego. Patrycja pracuje jako grafik – freelancer i rozpoczęła studia na kierunku zarządzanie! Eryk pracuje dla firmy z branży IT z Gdańska, gdzie odpowiada za tworzenie opisów produktów i wprowadzanie ich na stronę internetową, a Karolina zakończyła staż i została zatrudniona – wykonuje precyzyjne prace chałupnicze.

Każdego dnia uczestnicy Akademii Życia odkrywają, że mogą osiągać znacznie więcej. Wierzą, że samodzielność to gwarancja niezależności. Rozwijając

się zdobywają pewność siebie i odwagę do podejmowania nowych wyzwań i przekraczają granice, które dotąd były poza ich zasięgiem...

Akademia Życia / Start up for young disabled people to 5-letni (2013-2018) ogólnopolski projekt, którego celem jest usamodzielnienie w codziennych czynnościach życiowych i aktywizacja społeczno-zawodowa 50 młodych osób (18-25 lat) z niepełnosprawnością narządu ruchu, głównie po urazach rdzenia. Projekt realizowany jest przez Fundację im. Doktora Piotra Janaszka PO-DAJ DALEJ z Konina (KRS 0000 197058) oraz dzięki wsparciu duńskich Fundacji VELUX i Miasta Konin.

Więcej na: www.akademiazycia.org

Olga Janaszek -Serafin



fot. Marika Sypniewska

Regularne zajęcia na basenie poprawiają sprawność uczestników.

Wizyta Rzecznika Praw Obywatelskich w DON UJ

12 października 2016 r. dr Adam Bodnar, Rzecznik Praw Obywatelskich, przebywał z wizytą w Dziale ds. Osób Niepełnosprawnych Uniwersytetu Jagiellońskiego zapoznając się ze standardami wsparcia edukacyjnego na uczelni oraz nową siedzibą jednostki w Collegium Paderevianum II wraz z całym nowoczesnym zapleczem technologicznym.

Pana Rzecznika powitali Prorektor UJ ds. rozwoju prof. Dorota Malec oraz Kierownik DON UJ Ireneusz Białek. Zespół Rzecznika zapoznał się z pracownikami DON, ich zadaniami i specyfiką pracy oraz obejrzał materiały edukacyjne, zaadaptowane do potrzeb osób niepełnosprawnych, które na co dzień przygotowują pracownicy jednostki dla studentów UJ.

Następnie Rzecznik wziął udział w dyskusji o upowszechnianiu idei wyrównywania szans edukacyjnych dla osób z różnorodnymi niepełnosprawnościami na polskich uczelniach. Podczas spotkania przedstawionych zostało siedem zasad wsparcia edukacyjnego, które umożliwiają realizację tej idei w praktyce wraz z rolą doradcy edukacyjnego. W spotkaniu nie zabrakło też głosu przedstawicieli społeczności studenckiej. W tej części wizyty wzięła również udział Prorektor Uniwersytetu Ekonomicznego ds. komunikacji i współpracy, a jednocześnie Przewodnicząca Komisji ds. Wyrównywania Szans Edukacyjnych przy Konferencji Rektorów Akademickich Szkół Polskich prof. Janina Filek.

„USTAMI USTAWY ...”

W czasie spotkania podniesiono również temat roli uczelnianych jednostek wsparcia dla realizacji art. 13 Ustawy Prawo o szkolnictwie wyższym gwarantującego osobom z różnorodnymi niepełnosprawnościami równego dostępu do wykształcenia uniwersyteckiego. Zgodzono się, że prawo takie jest fundamentalne i ważne dla realizacji idei równych szans. Jakiegokolwiek pomijanie tego zapisu w planowanych zmianach do Ustawy byłoby naruszeniem Konwencji o prawach osób niepełnosprawnych. Bardziej doświadczone uczelnie wdrażające w praktyce zapisy Konwencji powinny natomiast dzielić się wiedzą z innymi ośrodkami akademickimi, co mogłoby mieć miejsce poprzez działania Komisji ds. Wyrównywania Szans Edukacyjnych przy Konferencji Rektorów Akademickich Szkół Polskich.

Ireneusz Białek
(DON UJ)



Dr Adam Bodnar, Rzecznik Praw Obywatelskich ogląda grafiki wypukłe dla studentów z niepełnosprawnością wzrokową.

foto. Mariusz Kopiejka



Prof. Janina Filek, Przewodnicząca Komisji ds. Wyrównywania Szans Edukacyjnych przy KRASP.

foto. Mariusz Kopiejka



Dyskusja o wyrównywaniu szans edukacyjnych studentów z niepełnosprawnościami w Polsce, od lewej dr Adam Bodnar, prof. Dorota Malec, prof. Janina Filek.

foto. Mariusz Kopiejka



Dyskusja o wyrównywaniu szans edukacyjnych studentów z niepełnosprawnościami w Polsce.

foto. Mariusz Kopiejka

Goalball na UKW



Nietoperz – symbol bydgoskiej drużyny;
Autor: Barbara A. Cichańska

Goalball to dyscyplina paraolimpijska dla osób niewidomych i słabowidzących. Na Uniwersytecie Kazimierza Wielkiego studenci niepełnosprawni mogą goalball uprawiać w ramach alternatywnych zajęć wychowania fizycznego. Uniwersytet wspólnie z SOSW nr 1 oraz Fundacją ALUMNO organizują także w Bydgoszczy różnego rodzaju wydarzenia promujące goalball w środowisku akademickim.

sznurka (przyklejonego taśmą do podłogi). Mecz trwa dwa razy po 12 minut, przy czym gracz atakujący ma tylko 10 sekund na oddanie rzutu.

POCZĄTKI I ROZWÓJ

Goalball na Uniwersytecie pojawił się najpierw jako forma alternatywnych zajęć. Zajęcia prowadzone są przez nauczyciela wychowania fizycznego i tyflop pedagoga – mgra Miłosza Szypurę. Ze względu na duże zainteresowanie uczniów i studentów niepełnosprawnych UKW

mowanie goalball jako gry integracyjnej osób niepełnosprawnych z pełnosprawnymi. Ponieważ dzięki zastoniętych oczom szanse graczy się wyrównują, nawet osoby niewidzące mają dzięki temu lekką przewagę. W ramach akcji Juwenalia Bez Barrier od 2014 roku organizowany jest Integracyjny Turniej Goalball. W rozgrywkach tych startują głównie studenci i uczniowie Ośrodka, a także zaproszeni goście. W 2016 r. zainaugurowała rozgrywki Bydgoska Amatorska Liga Integracyjna Goalball, w której to wystartowało 5 drużyn.



Alicja Doang Hoang z Pucharem
III Integracyjnego Turnieju Goalball

fot. Andrzej Obiała



fot. Andrzej Obiała

Drużyna UKW
podczas
III Integracyjnego
Turnieju Goalball



Pokaz gry dla studentów z Reunion

fot. Archiwum BON UKW

Od 2014 roku z inicjatywy Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy oraz Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego nr 1 dla Dzieci i Młodzieży Słabo Widzącej i Niewidomej im. Louisa Braille'a w Bydgoszczy studenci i uczniowie zaczęli trenować goalball. Goalball jest to zespołowa dyscyplina paraolimpijska dla osób niepełnosprawnych z dysfunkcją narządu wzroku. W grze tej wykorzystuje się głównie dwa zmysły: słuch i dotyk. Grają w nią dwie trzyosobowe drużyny, gdzie każdy gracz ma zastonięte oczy plastrami medycznymi oraz zaciemnionymi goglami. Gra w goalball rozgrywana jest na obszarze boiska do siatkówki. Cechą charakterystyczną tej dyscypliny są bramki długości aż 9 metrów i 1,30 metra wysokości. Gracze grają ponad kilogramową piłką z dzwoneczkami. Orientacja na polu gry odbywa się za pomocą

wspólnie z Ośrodkiem uruchomiło dodatkowo sekcję sportową goalball. Na bazie tej sekcji zawodnicy w 2015 roku wystartowali w Mistrzostwach Polski Juniorów w Lublinie. Natomiast od tego roku uczestniczą w rozgrywkach seniorskich Mistrzostw Polski. Na razie największym osiągnięciem sportowym bydgoskiej drużyny jest 5 miejsce w Pucharze Polski w Wiśle.

PROMOWANIE GOALBALLU

Uniwersytet wraz z Ośrodkiem i Fundacją ALUMNO włącza się także w pro

Studenci UKW oraz uczniowie SOSW dopiero zaczynają przygodę z goalballem. Trzeba przyznać, że organizacyjnie i promocyjnie goalball rozwija się w Bydgoszczy dość szybko. Główną przyczyną sukcesu to połączenie sił Uniwersytetu oraz Ośrodka.

Radostaw Cichański
(BON UKW)

Dobre praktyki uczelnianego wsparcia

Wraz z początkiem nowego roku akademickiego studenci z niepełnosprawnościami oraz osoby odpowiedzialne za uczelniane wsparcie, wstrzymały oddech. Czyżby w rocznicę 10-lecia funkcjonowania dotacji przeznaczonej na stwarzanie studentom z niepełnosprawnościami właściwych warunków do studiowania, miała być ona uczelniom odebrana? Na szczęście pogłoskom docierającym do środowiska zaprzeczyło MNiSW. Jest to jednak dobry czas na to, aby przypomnieć dobre praktyki w zakresie wsparcia, wypracowane dzięki środkom ministerialnym.

10 LAT MINĘŁO...

W 2017 roku będziemy świętować pełną dekadę funkcjonowania dotacji na zadania związane ze stwarzaniem studentom i doktorantom, będącym osobami niepełnosprawnymi warunków do pełnego udziału w procesie kształcenia (art. 94 ust. 1 pkt 11 i ust. 4a ustawy Prawo o szkolnictwie wyższym). Środki finansowe, które popłynęły do uczelni wraz z rozpoczęciem obowiązywania zapisu, stały się konkretnym i skutecznym narzędziem otwierającym wielu uczelniom drogę do budowania mechanizmu profesjonalnego wsparcia (choć początkowo jedynie dla uczelni publicznych). Przed rokiem 2007 tylko nieliczne uczelnie w Polsce

zajmowały się szeroko pojętą tematyką dostępności. Działania finansowano głównie ze środków własnych oraz źródeł zewnętrznych (m.in. PFRON i samorządów). Warto wspomnieć, że od roku 2000 aż do dnia dzisiejszego realizowany jest program „AGH uczelnią przyjazną wobec osób niepełnosprawnych”. Jest to jedno z pierwszych tego typu przedsięwzięć w kraju. Również decyzja Komisji Europejskiej ustanawiająca 2003 Europejskim Rokiem Osób Niepełnosprawnych okazała się ważnym impulsem przemian. Wraz z pierwszym rokiem funkcjonowania dotacji Rektorzy wielu uczelni powołali Pełnomocników ds. osób niepełnosprawnych. W większych uczelniach ustanawiano wyspecjalizowane komórki organizacyjne, odpowiedzialne za stwarzanie kompleksowego systemu wsparcia, czyli Biura i Działy ds. Osób Niepełnosprawnych. Dzięki stabilnemu i pewnemu finansowaniu równy dostęp do edukacji stał się nie tylko kwestią dobrych chęci i empatii wobec potrzeb osób niepełnosprawnych, ale szeroko obowiązującym standardem.

WSZYSCY ZA JEDNEGO

Obecne warunki sprzyjają nawiązaniu współpracy pomiędzy szkołami wyższymi. Niektóre uczelnie szybko doszły do wspólnych wniosków, iż

w przypadku wyrównywania szans edukacyjnych, gra toczy się „do tej samej bramki”. Pierwszym ośrodkiem akademickim w którym uczelnie postanowiły zjednoczyć siły w trosce o swoich studentów był Kraków. 15 listopada 2007 roku AGH, UEK i PK zawarły Porozumienie, do którego na przestrzeni lat przystępowały kolejne uczelnie. Dziś Porozumienie to obejmuje 7 podmiotów. W 2017 roku planowane jest przystąpienie kolejnej, 8 uczelni (niepublicznej). Współpraca międzyuczelniana umożliwia zarówno wymianę doświadczeń i dobrych praktyk, jak i zwiększanie skali i jakości wsparcia. Pozwala również zoptymalizować wydatki na poszczególne działania. Obrany przez Kraków kurs jest, jak się okazuje słuszny. Świadczą o tym liczne wspólnie realizowane przedsięwzięcia, ale również to, iż inne ośrodki akademickie w Polsce podejmują podobne inicjatywy.

ZMIANY, ZMIANY

W 2011 roku wiele uczelni publicznych miało już wypracowane solidne fundamenty systemu pomocy. Tymczasem na mocy zmian w ustawie Prawo o szkolnictwie wyższym również studenci uczelni niepublicznych doczekali się podstawy dostępu do profesjonalnego wsparcia. Ustawodawca wprowadził dwie zasadnicze zmiany:

- Zmiana przedmiotu dotacji: z zakresu zadań, które mogły być finansowane usunięto działania rehabilitacyjne.
- Rozszerzenie grupy podmiotów uprawnionych do korzystania z dotacji: beneficjentami stały się również uczelnie niepubliczne.

Pomimo słusznej idei przyświecającej nowelizacji ustawy wzbudziła ona duże kontrowersje. Z jednej strony panowała zgoda co do faktu, iż państwo powinno zapewnić równy dostęp do wsparcia dla wszystkich studentów bez względu na rodzaj uczelni w jakiej studiuje. Z drugiej strony, w ślad za modyfikacją nie poszły zmiany w finansowaniu. Dotychczasowa kwota dotacji nie wzrosła, choć liczba studentów objętych wsparciem zwiększyła się o kilkadziesiąt procent.

Obecnie, pomimo upływu lat sposób wydatkowania dotacji w dalszym ciągu pozostawia pewne niejasności. Uczel-



Dostosowanie zajęć z wychowania fizycznego do potrzeb osób niepełnosprawnych jest elementem dostępnego systemu kształcenia.

foto: shutterstock



fot. shutterstock

Uczelnie biorące udział w badaniu ankietowym zapewniają dostęp do materiałów dydaktycznych osobom nie(do)widzącym w szczególności poprzez dostosowywanie materiałów dydaktycznych.

nie jednak radzą sobie bardzo dobrze, wypracowując własne systemy pomocy. Chętnie dzielą się swoimi doświadczeniami i praktykami między sobą. W 2011 roku odpowiadając na potrzebę upowszechniania wiedzy Fundacja Instytut Rozwoju Regionalnego, z upoważnienia MNiSW skierowało do uczelni wyższych ankietę, której wyniki stanowią zbiór wskazówek dla osób zajmujących się procesem dostosowania uczelni dla osób z niepełnosprawnościami. Na prośbę odpowiedziało 11 uczelni (w tym AGH), wspierających w tamtym okresie łącznie 2387 studentów z niepełnosprawnościami (co stanowiło blisko 10% wszystkich studentów z niepełnosprawnościami).

DOBRE PRAKTYKI AD 2011

Chociaż od 2011 upłynęło przeszło pięć lat, wyniki ankiety stanowiące katalog Dobrych Praktyk nie zostały zamieszczone na stronach MNiSW. Jednocześnie, poza samymi zmianami w prawie system wsparcia na uczelniach mocno ewoluował i sprofesjonalizował się. Znacząca część katalogu pozostaje wciąż aktualna i może stanowić punkt odniesienia (z pominięciem zadań związanych z usługami rehabilitacyjno-leczniczymi). Przytoczę najistotniejsze przykłady:

Wydatki bieżące w pierwszym roku budżetowym dotacji

- Dostęp do materiałów dydaktycznych: przeniesienie na alfabet brajla podręczników akademickich i bieżących materiałów dydaktycznych, przygotowanie grafik wypukłych, zakup materiałów dydaktycznych
- Efektywna nauka języków obcych: kształcenie lektorów języków obcych w zakresie specyficznej metodologii i wykorzystywanego sprzętu specjalistycznego oraz oprogramowania, realizacja specjalistycznych lektoratów dostosowanych do potrzeb osób niepełnosprawnych (specjalistyczna metodologia nauczania, czas nauki dostosowany do potrzeb studentów, niewielkie, umożliwiające efektywną naukę grupy zajęciowe), dofinansowanie indywidualnych lektoratów z języków obcych, dodatkowe lektoraty
- Likwidowanie barier komunikacyjnych ze studentami głuchymi: tłumaczenie zajęć dydaktycznych na język migowy
- Dostosowanie zajęć z wychowania fizycznego do potrzeb osób niepełnosprawnych
- Wsparcie merytoryczne konsultantów i podnoszenie ich kompetencji zawodowych
- Adaptacja sposobu sprawdzania postępów w nauce studentów posiadających uzasadnione specjalne potrzeby edukacyjne wynikające z niepełnosprawności, adaptacja egzaminów/zaliczeń do potrzeb osób niepełnosprawnych
- Wydawanie magazynu poruszającego szeroki zakres tematyki związanej z kształceniem studentów niepełnosprawnych
- Dodatkowe uzupełniające dydaktyczne zajęcia (na wniosek studenta)
- Obozy szkoleniowe dla studentów niepełnosprawnych, wyjazd studentów na Ogólnopolskie Spotkania Studentów Niepełnosprawnych
- Wydawanie publikacji (dotyczących kształcenia osób z niepełnosprawnościami lub metod stwarzania warunków do pełnego udziału w procesie kształcenia, komentarz autora)
- Integracja środowiska studentów pełno- i niepełnosprawnych
- Wynagrodzenia dla nauczycieli akademickich uczących studentów niepeł-

nego oraz oprogramowania, realizacja specjalistycznych lektoratów dostosowanych do potrzeb osób niepełnosprawnych (specjalistyczna metodologia nauczania, czas nauki dostosowany do potrzeb studentów, niewielkie, umożliwiające efektywną naukę grupy zajęciowe), dofinansowanie indywidualnych lektoratów z języków obcych, dodatkowe lektoraty

- Likwidowanie barier komunikacyjnych ze studentami głuchymi: tłumaczenie zajęć dydaktycznych na język migowy
- Dostosowanie zajęć z wychowania fizycznego do potrzeb osób niepełnosprawnych
- Wsparcie merytoryczne konsultantów i podnoszenie ich kompetencji zawodowych
- Adaptacja sposobu sprawdzania postępów w nauce studentów posiadających uzasadnione specjalne potrzeby edukacyjne wynikające z niepełnosprawności, adaptacja egzaminów/zaliczeń do potrzeb osób niepełnosprawnych
- Wydawanie magazynu poruszającego szeroki zakres tematyki związanej z kształceniem studentów niepełnosprawnych
- Dodatkowe uzupełniające dydaktyczne zajęcia (na wniosek studenta)
- Obozy szkoleniowe dla studentów niepełnosprawnych, wyjazd studentów na Ogólnopolskie Spotkania Studentów Niepełnosprawnych
- Wydawanie publikacji (dotyczących kształcenia osób z niepełnosprawnościami lub metod stwarzania warunków do pełnego udziału w procesie kształcenia, komentarz autora)
- Integracja środowiska studentów pełno- i niepełnosprawnych
- Wynagrodzenia dla nauczycieli akademickich uczących studentów niepeł-

nosprawnych na indywidualnym toku studiów

- Kształtowanie wśród pracowników uczelni prawidłowych postaw wobec osób niepełnosprawnych. Przygotowanie kadry akademickiej do pracy ze studentami niepełnosprawnymi
- Warsztaty edukacyjne dla studentów niepełnosprawnych
- Usługi asystentów osobistych osoby niepełnosprawnej

Wydatki inwestycyjne w kolejnych latach budżetowych

- Zakup komputerów wyposażonych w specjalistyczne oprogramowanie na potrzeby dostępu do materiałów dydaktycznych
- Likwidowanie barier komunikacyjnych ze studentami głuchymi: adaptacja wydziałów dla potrzeb osób słabo słyszących
- Pełna dostępność architektoniczna budynków dydaktycznych, administracyjnych, obiektów sportowych i zaplecza socjalnego miasteczka studenckiego, między innymi stołówek, klubów studenckich. Budowa podjazdów dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich, a także mających trudności z pokonywaniem schodów. Zakup schodolazów, organizacja szkolenia w bezpiecznej obsłudze urządzenia. Wyznaczenie i oznakowanie miejsc parkingowych dla osób niepełnosprawnych przy budynkach uczelni.
- Zakup sprzętu komputerowego do biblioteki i czytelnicy uczelni oraz instytutów w ramach stanowisk dla osób niepełnosprawnych.
- Wyposażenie wydziałów w sprzęt ratunkowy oraz przeszkolenie pracowników
- Zakup sprzętu i oprogramowania do wypożyczalni specjalistycznego sprzętu dla osób ze schorzeniami narządu wzroku i słuchu
- Dostosowanie warunków zakwaterowania do potrzeb osób niepełnosprawnych

CZAS NA UPDATE

Aktualnie Fundacja Instytut Rozwoju Regionalnego pozostając we współpracy z uczelniami z całego kraju pracuje nad aktualizacją katalogu. Ma on zostać ukończony jeszcze w tym roku akademickim. Kompletny materiał przygotowany przez FIRR w 2011 roku, którego fragmenty przytoczyłam w niniejszym

szym artykule jest dostępny do pobrania ze strony internetowej:

www.firr.org.pl.

Z OPTYMIZMEM W PRZYSZŁOŚĆ

Od roku 2007 liczba osób niepełnosprawnych studiujących na uczelniach wyższych wzrosła o ok. 40%. Wypracowany system pomocy oceniany jest przez ekspertów, jako jeden z nielicznych funkcjonujących efektywnie i bez zastrzeżeń element struktury wsparcia osób z niepełnosprawnościami w Polsce.

Mamy nadzieję, że MNiSW będzie w dalszym ciągu wspierać studentów z niepełnosprawnościami w ich drodze do zdobywania wykształcenia. Umożliwi to rozwój mechanizmu wsparcia, który potwierdził swoją skuteczność, przynosząc wymierne, pozytywne efekty.

Wsluchując się w pozytywne głosy studentów, śledząc statystyki oraz biorąc pod uwagę opinie ekspertów można pokusić się o stwierdzenie, iż w ciągu ostatniej dekady dokonały się doniosłe przemiany w tej dziedzinie życia społecznego.

**Anna Lulek
(BON AGH)**

Likwidowanie barier komunikacyjnych ze studentami nie(do)słyszącymi to w szczególności tłumaczenie zajęć dydaktycznych na język migowy

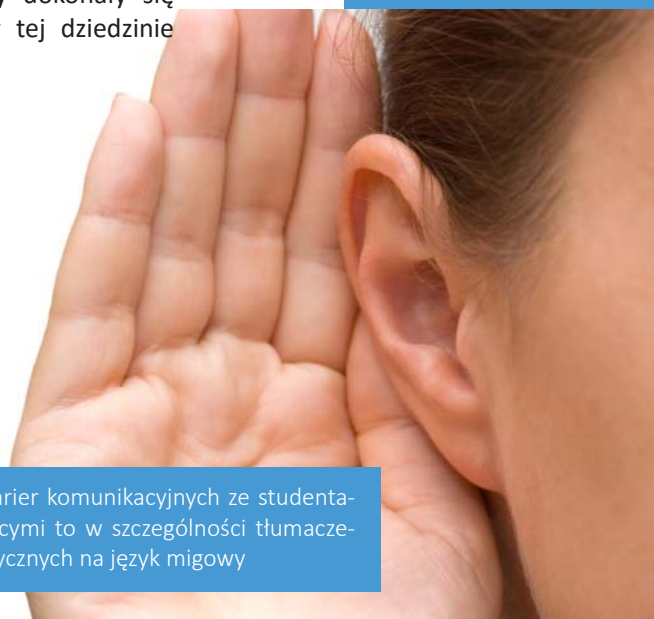


foto. shutterstock



Dostępne zajęcia wychowania fizycznego to m.in. treningi szermierki na wózkach.

foto. shutterstock

III OFPSN w Katowicach

W dniach 14 - 16 października br. odbyło się II Ogólnopolskie Forum Przedsiębiorczości Studentów z Niepełnosprawnościami, połączone z Integracyjnymi Mistrzostwami Polski AZS w szachach. Zorganizowane przez Organizację Studentów Niepełnosprawnych oraz AZS UE w Katowicach. Tematem przewodnim była przedsiębiorczość w środowisku studenckim. Uwaga została skierowana na aktywizację zawodową oraz kompetencje zarówno z punktu widzenia pracownika jak i pracodawcy.

Nie od dziś wiemy, że po zakończeniu studiów niepełnosprawni absolwenci mają problemy ze znalezieniem stałego zatrudnienia. Jednym z powodów jest ich niska samoocena i przekonanie, że nie są w stanie dorównać osobą pełnosprawnym. Podczas forum zwrócono uwagę, na to że dla pracodawcy główne znaczenie mają posiadane kompetencje i zdolność rzetelnego wykonywania pracy, a nie „nasza niepełnosprawność”.

KOMPETENCJE MIĘKKIE, TWARDE I ALDENTE

Pełnomocnik Rektora ds. Osób Niepełnosprawnych dr Maria Gorczyńska uroczystie powitała uczestników forum. Po inauguracji zabrali głos i przeprowadzili warsztaty przedstawiciele firmy Global BD Trading Sp. z o.o., które dotyczyły: kompetencji miękkich, twardych i al dente. Skupiały się one na tym, że w obecnych czasach, coraz większe znaczenie mają kompetencje miękkie takie jak: komunikatywność, punktualność, asertywność itp. W trakcie warsztatów uczestnicy zostali podzieleni na dwie grupy reprezentując pracodawcę i potencjalnych



Członkowie ZSN UEK podczas II OFPSN w Katowicach

fot. Joanna Kwiecińska

pracowników. Ćwiczenie to miało nam uświadomić jakie kompetencje już posiadamy, jakich oczekuje pracodawca i nad jakimi musimy popracować.

Po zakończeniu prelekcji miło spędziliśmy czas na integracji z przybyłymi gośćmi spacerując wieczorem po Katowicach.

EDUKACJA A NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ

Następnego dnia odbyła się seria prelekcji związana z nauką osób niepełnosprawnych. Pani Małgorzata zaprezentowała temat: „Nauka języków obcych wśród osób z niepełnosprawnościami”. Podczas swojego wystąpienia zapewniła, że niezależnie od posiadanej niepełnosprawności każdy jest w stanie uczyć się języka obcego dzięki odmiennym metodom. Szczególnie interesujące jest to, że język migowy może być również uważany za język obcy.

Kolejna prelegentka postawiła hipotezę: „Czy szkoła jest gotowa na kształcenie osób z niepełnosprawnościami...”. Prowadząca omówiła dostosowania architektoniczne szkół, a także posiadane kompetencje nauczycieli co do kształcenia osób z dysfunkcjami oraz stosunek ich rówieśników.

Po przerwie odbyły się także prelekcje dotyczące wspomnianych wcześniej kompetencji oraz ich roli w zatrudnianiu osób niepełnosprawnych we współczesnym rynku pracy. Na zakończenie bloku tematycznego odbyła się ożywiona dyskusja na temat pomocy jakie poszczególne uczelnie gwarantują studentom z niepełnosprawnością oraz jak zrzeszenia pozyskują nowych członków. Podczas debaty miała miej-

sce burzliwa wymiana zdań i sprzecznych poglądów przedstawiciele poszczególnych uczelni.

„MAGICZNE SŁOWA”

W ramach czasu wolnego reprezentanci ZSN UEK wspólnie ze studentami Łodzi i Lublina wybrali się do Muzeum Śląskiego, w którym mieliśmy możliwość podziwiać dzieła sztuki, historię II wojny światowej oraz codzienne życie mieszkańców Śląska w tamtych czasach. Dodatkową atrakcją dla zwiedzających była interaktywna gra polegająca na nauce gwary śląskiej. Po powrocie wzięliśmy udział w warsztacie „magiczne słowo”. Proszę, dziękuję, przepraszam - dzieląc się na 3 grupy mieliśmy odpowiedzieć na pytania: kiedy należy tych słów używać oraz czy warto.

WŁASNY BIZNES - „TO TAKIE PROSTE”

W ostatnim dniu forum miały miejsce dwa wystąpienia: „E-commerce” oraz „Spółdzielnie Socjalne wybrane aspekty rozwoju”. Dzięki nim dowiedzieliśmy się o alternatywnym sposobie pracy jaką jest prowadzenie własnego sklepu internetowego, a także o możliwości założenia Spółdzielni Socjalnych oraz formach dofinansowania, które możemy na nie pozyskać.

AZS W KATOWICACH

Po oficjalnym zakończeniu konferencji nastąpiło uroczyste ogłoszenie wyników i wręczenie nagród zwycięzcom Ogólnopolskiego Turnieju Szachowego osób niepełnosprawnych - AZS Katowice. Turniej ten odbywał się w trakcie przerw między poszczególnymi blokami tematycznymi konferencji.

W II OFPSN wzięło udział ok. 50 studentów z uczelni z całej Polski z czego 8 osób stanowili członkowie ZSN UEK. Poprzez udział w tym forum teraz jesteśmy w pełni świadomi własnych kompetencji i konkurencyjnej pozycji w stosunku do osób pełnosprawnych na obecnym runku pracy.

Ewelina Kłozyk, Katarzyna Migacz (ZSN UEK)



Członkowie ZSN UEK podczas II OFPSN w Katowicach

fot. Archiwum BON UKW

Moje pierwsze spotkanie z niepełnosprawnością



foto: www.freepik.com

Każdy obdarza uczuciem osoby, które także tym samym uczuciem je obdarzają.

Moje pierwsze zderzenie się ze światem niepełnosprawności było dla mnie czymś nowym. Czułam lęk, przerażenie, nie tyle przed osobami niepełnosprawnymi, co przed tym, czy odnajdę się w tej sytuacji. Potraktowałam to trochę jak „nowe wyzwanie”, ponieważ moja wiedza na temat zachowywania się wśród „takich” osób nie była zbyt duża.

OD TEGO TRZEBA ZACZĄĆ

Pamiętam ten dzień dokładnie, mimo, iż wszystko miało miejsce siedem lat temu, kiedy to byłam jeszcze uczennicą szkoły gimnazjalnej. Cała klasa niecierpliwie czekała na Panią uczącą wówczas matematyki. Owszem, zjawiała się – a razem z nią dwie wolontariuszki Stowarzyszenia na Rzecz Osób Niepełnosprawnych, które – jak się okazało – mieściło się w mojej rodzinnej miejscowości. Dziewczyny szukały chętnych podjęcia się pomocy w charakterze wolontariusza na zajęciach grupowych, integracyjnych z osobami z niepełnosprawnością intelektualną,

także ruchową. Postanowiłam podjąć się tego zadania.

PIERWSZE WRAŻENIE

Na zajęcia zapoznawcze jechałam pełna wątpliwości. Będąc coraz bliżej miejsca docelowego, zaczęłam się zastanawiać, czy aby na pewno sprostam zadaniu, jakie zostanie mi wyznaczone, czy będę potrafiła się odnaleźć i najważniejsze – czy zostanę zaakceptowana. Kiedy to już znalazłam się w budynku, zostałam bardzo serdecznie przywitana przez osoby kierujące ośrodkiem. Nagle poczułam się odrobinę spokojniejsza. Myślę, że spowodowała to atmosfera, którą dało się wyczuć już na wejściu. Wy tłumaczono mi, czym będę się zajmowała w czasie trwania zajęć. Okazało się, że głównie liczą oni na moją inwencję, jeżeli chodzi o zabawy edukacyjne, podkreślając przy tym, że najważniejsze jest „załapanie” kontaktu z uczestnikami. Chwilę później zaczęli przychodzić rodzice ze swoimi dziećmi, które zostawiali pod naszą opieką na czas trwania zajęć.

Moje pierwsze wrażenie, gdy zobaczyłam dziecko z niepełnosprawnością ruchową? Sądję, że nie było pierwszego wrażenia. Przedstawiłam się i zaczęłam odgrywać swoją rolę. Nie zastanawiałam się, dlaczego zachowuję się tak, a nie inaczej. Szczerze? Nie interesowało mnie to. Chciałam po prostu wkroczyć w ich świat. Zresztą, wygląd dzieci niepełnosprawnych również nie zrobił na mnie „wrażenia”. Nie myślałam wtedy o tym.

BLIŻSZY KONTAKT

Moje pierwsze, bliższe zabawy nastawiły mnie bardzo optymistycznie. Dzieci, które uczestniczyły w zajęciach, nawiązały dość łatwo kontakt z wolontariuszami, którzy byli nowi, w tym ze mną. Większość z nich rozumiała proste polecenia, a także naśladowała nasze ruchy. Początkowo moje pierwsze próby nawiązywania porozumienia opierały się na intuicji, a także były spontaniczne. Nie miałam czasu na to, aby zastanowić się, czy na pewno zwracam się do nich w sposób właściwy.

PIERWSZE WNIOSKI

Po zajęciach zdałam sobie sprawę z tego, że nie ma czegoś takiego, jak gotowy wzór postępowania wobec osób niepełnosprawnych. Im bardziej swobodniej się zachowywałam i traktowałam ich jak rówieśników, tym lepsza występowała między nami nić porozumienia. Uświadomiłam sobie, że dzieci te przy pomocy własnego intelektu i niesamowitej wyobraźni, wyrażają swoje potrzeby w sposób niezwykle. Myślę także, że przeszkody w komunikowaniu się z osobami niepełnosprawnymi tworzą ludzie pełnosprawni, ponieważ mają bardzo stereotypowe myślenie o ludziach niepełnosprawnych umysłowo, o obrazie ich funkcjonowania. Po pierwszych zajęciach z takimi osobami, śmiało mogę powiedzieć, że to nasza wyobraźnia jest ograniczona, a nie ludzi niepełnosprawnych. Zwłaszcza dzieci niepełnosprawne cieszą się z rzeczy i sytuacji, które dla pełnosprawnych nie są niczym wyjątkowym.

szenia na wspólną wycieczkę do Zatoru, gdzie udaliśmy się do Parku Rucho-myh Dinozaurów. Zobaczyłam wtedy radość tych dzieci, mogłam obserwować ich zachowanie w nowym dla nich miejscu. Myślę, że niezależnie od tego, jak bardzo duży jest defekt dziecka niepełnosprawnego i to, jakie postępy czyni w rozwoju – czy są minimalne, czy nie – to jest spora szansa na to, aby dostarczyć mu doświadczeń, które poprawią i zmienią jakość życia. Jednym z takich doświadczeń są wycieczki organizowane przez ludzi, którzy chcą pomóc i pokazać tym dzieciom, jak wiele różnych rzeczy mają do zobaczenia w swoim życiu.

OBUSTRONNA POMOC

Od tego, jakimi ludźmi się otaczamy, zależy to, czy przeżyjemy życie w sposób szczęśliwy bądź nie. Tak jest

Dzieci obdarowują nas tym samym, czym my je obdarowujemy. Opiekując się nimi podczas zajęć przez ponad rok czasu, nauczyłam się cierpliwości oraz doceniania tego, co posiadam. Sądzę, że ludzie są sobie nawzajem potrzebni i dzieci niepełnosprawne wcale nie różnią się w znaczącym stopniu od zdrowych rówieśników. Każde dziecko obdarza uczuciem osoby, które także tym samym uczuciem je obdarza.

WNIOSKI KOŃCOWE

Dzisiaj już szczerze mogę powiedzieć, że na pewno (choć w małym stopniu) udało mi się poznać świat dzieci niepełnosprawnych. Jest to świat, w którym dzieci są zawsze szczerze. Nigdy nie czułam się wyśmiewana, kiedy przypadkiem powiedziałam coś nie na miejscu, nie patrzono na mnie z pogardą. Dzięki „Przystani” uświadomiłam sobie, że jedyne, co dzieli dzieci



Od tego, jakimi ludźmi się otaczamy, zależy to, czy przeżyjemy życie w sposób szczęśliwy bądź nie

foto: www.freepik.com

PRZEŁOMOWY MOMENT

Z każdymi zajęciami byłam coraz bardziej podekscytowana. Zaczęło się od tego, że do Stowarzyszenia przychodziłam raz w tygodniu, po paru miesiącach już po trzy razy w tygodniu. Czułam się potrzebna, a także miałam coraz lepszy kontakt z dziećmi. Z czasem udało mi się pozyskać ich sympatię i zaufanie do tego stopnia, że wybrałam się razem z dziećmi i opiekunami Stowarzy-

w przypadku losu dzieci niepełnosprawnych. Za to odpowiedzialni są zdecydowanie wszyscy, którzy mają z nimi kontakt. Będąc wolontariuszem w Stowarzyszeniu miałam tego świadomość. Czułam, że pomagając tym dzieciom – pomagałam także samej sobie. Obdarzając uczuciem inne osoby i czynieniem ich szczęśliwymi (choć na tę parę chwil) sprawiamy, że sami czują się bogatsi przez szczęście innych.

niepełnosprawne od pełnosprawnych, to stopień i zaawansowanie niepełnosprawności. Łączy je natomiast chęć potrzeby wspólnego przebywania, funkcjonowania z innymi. Uważam, że każdy ma prawo do bycia akceptowanym. To, czy danej osobie się uda, zależy tylko od nas.

Joanna Adamik
(WH AGH)

II Kongres Osób z Niepełnosprawnościami

20 września 2016 r. w Warszawie już po raz drugi odbył się Kongres Osób z Niepełnosprawnościami, który zgromadził około 500 osób z całej Polski. W gronie uczestników najliczniejszą grupę stanowiły osoby z niepełnosprawnościami. Obecni byli również przedstawiciele ich środowiska, pracownicy administracji publicznej i mediów, a także liczne grono przedstawicieli różnych organizacji i stowarzyszeń, zajmujących się na co dzień pomocą osobom niepełnosprawnym.

60 organizacji zajmujących się pomocą osobom z niepełnosprawnościami i została zrealizowana dzięki ich zaangażowaniu i pracy. Podobnie jak w poprzedniej edycji, wydarzenie objął patronatem honorowym Rzecznik Praw Obywatelskich dr Adam Bodnar, który włączył się również w organizację tego wydarzenia.

Wydarzenie było transmitowane online, a wszystkie wystąpienia były tłumaczone na Polski Język Migowy.

KONTYNUACJA I KONGRESU OZN

II Kongres był kontynuacją zeszłorocznego wydarzenia, które cieszyło się ogromną popularnością i zgromadziło blisko 400 uczestników z całej Polski. Podczas I Kongresu zaprezentowane zostały efekty prac nad Raportem Alternatywnym i rekomendacjami dotyczącymi poprawy realizacji zapisów Konwencji ONZ oraz zgłaszano w nim rażące naruszenia prawa oraz zjawiska dyskryminacji. Ubiegłoroczny Kongres był pierwszym krokiem do bardziej aktywnego zaangażowania osób z niepełnosprawnościami w walkę o ich prawa. Dziewięć Konwentów Regionalnych

Wydarzeniami, które poprzedziły II Kongres, były Konwenty Regionalne, zorganizowane w 9 miastach – Warszawie, Łodzi, Krakowie, Poznaniu, Wrocławiu, Lublinie, Gdańsku, Białymstoku i Opolu. Ich celem było dotarcie do osób z niepełnosprawnościami, które nie mają możliwości uczestniczenia w Kongresie, a także wyłonienie tematów poruszanych podczas II Kongresu, oscylujących wokół Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych.

Każdy z konwentów regionalnych skupiał się na innym artykule Konwencji ONZ. W czasie ich trwania wybrano kilka tematów, które stały się tematami przewodnimi sesji równoległych podczas II Kongresu. W gronie wybranych tematów znalazły się: zagadnienie dotyczące dyskryminacji kobiet z niepełnosprawnościami, temat niezależne-



Rosemary Garland Thomson, professor of Emory University in Atlanta, director of Disability Issues Initiative podczas panelu tematycznego dotyczącego kobiet

go życia osób z niepełnosprawnościami w kontekście ubezwłasnowolnienia, tematyka aktywizacji zawodowej, zagadnienie związane z selfadwokaturą w Polsce.

TEMATYKA ORAZ GOŚCIE II KONGRESU OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

Na początku zgromadzeni uczestnicy zostali przywitani przez prowadzących – Annę Rutz (Fundacja Elektrownia Inspiracji) i Piotra Kowalskiego (Polski Związek Głuchych). Uroczystego otwarcia II Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami dokonał Rzecznik Praw Obywatelskich dr Adam Bodnar, który podkreślił ogromną potrzebę walki i ciągłego zabiegania o przestrzeganie praw osób z niepełnosprawnościami. Przedstawił również efekty działań, jakie prowadzi na rzecz osób niepełnosprawnych na terenie całej Polski. Zauważył jednocześnie, że w tym obszarze jest jeszcze wiele do zrobienia. Dr Bodnar podkreślał również, że bardzo ważne jest zwracanie uwagi na problemy osób głuchych. Język migowy nie powinien być czysto teoretyczną możliwością w kontaktach z administracją, powinien być powszechną praktyką. Jednocześnie zadeklarował wszelką pomoc zarówno w dużych sprawach, jak i w drobnych interwencjach.

Gościem specjalnym II Kongresu był Sekretarz Generalny ds. Praw Człowieka Rady Europy, Nils Muiznieks. W swoim wystąpieniu podkreślił swoje poparcie dla zapisów Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych. Podkreślił także zaangażowanie Polskiego Rzecznika Praw Obywatelskich w pomoc osobom z niepełnosprawnościami. W Polsce nie trzeba już „wyważać drzwi”, zostały otwarte dzięki aktywności rzecznika – zauważył komisarz.



Prowadzący: Piotr Kowalski (Polski Związek Głuchych) oraz Anna Rutz (Elektrownia Inspiracji).

fot. Marcin Tokarski

Od początku, a więc również podczas ubiegłorocznej, pierwszej edycji Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami, główną ośią tematyczną tego wydarzenia jest Konwencja ONZ o prawach osób niepełnosprawnych w Polsce. Kongres jest spotkaniem o charakterze ogólnopolskim, które ma służyć dyskusji na temat jakości działań związanych z wdrażaniem postanowień Konwencji oraz być szansą na wypracowanie wspólnego głosu całego środowiska osób z niepełnosprawnościami.

Idea przygotowania takiego wydarzenia powstała w gronie liczącym ponad



Rzecznik Praw Obywatelskich, dr. Adam Bodnar, z uwagą uczestniczył w Kongresie.

fot. Marcin Tokarski

Uczestnicy II Kongres Osób z Niepełnosprawnościami mogli również wystąpić. Wystąpienia amerykańskiego gościa, Mrs Rosemary Garland Thomson, professor of Emory University in Atlanta, director of Disability Issues Initiative.

Po wstępnych wystąpieniach uczestnicy Kongresu mogli wziąć udział w jednym z czterech paneli tematycznych:

1. Kobiety i niepełnosprawność, czyli o podwójnej dyskryminacji.
2. Self-adwokaci, czyli sami o sobie.
3. Aktywizacja zawodowa, czyli o pracy dla wszystkich.
4. Ubezpieczalność a niezależne życie, czyli o prawie do wsparcia.

W programie II Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami poruszono również zagadnienia dotyczące nowego systemu wsparcia i orzecznictwa, asystentury dla osób z niepełnosprawnościami, mieszkalnictwa wspomagane czy komunikacji alternatywnej z osobami niemówiącymi. Zostało poruszonych bardzo wiele różnych tematów i problemów, z jakimi każdego dnia zmagają się osoby z niepełnosprawnościami, jak również rodziny takich osób.

13 AMBASADORÓW KONWENCJI

Podczas II Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami, podobnie jak w roku ubiegłym, wręczono wyróżnienia „Ambasadorom Konwencji”. Tytuł ten przyznawany jest osobom i instytucjom, aby uhonorować ich działalność i szczególne dokonania na rzecz obrony praw i interesów osób z niepełnosprawnościami oraz wdrażania i popularyzowania Konwencji ONZ o prawach osób z niepełnosprawnościami w Polsce.

Kapituła wyróżnienia „Ambasador Konwencji” działała w imieniu organizacji na rzecz osób z niepełnosprawnościami w Polsce, które były zaangażowane w organizację II Kongresu. Kandydaturę do tytułu „Ambasadora” może zgłosić każda osoba oraz organizacja związana ze środowiskiem osób z niepełnosprawnościami – organizacje społeczne i ich członkowie, same osoby z niepełnosprawnościami, ich przyjaciele, członkowie rodzin, itd. Wyróżnienia wręczali: dr Adam Bodnar – Rzecznik Praw Obywatelskich, Nils Muižnieks – Komisarz Praw Człowieka Rady Europy i Justyna Kucińska z Fundacji Instytut Rozwoju Regionalnego. W gronie tegorocznych „Ambasadorów Konwencji” znaleźli się:

Barbara Abramowska

Dziennikarka, długoletnia redaktorka kwartalnika „Społeczeństwo dla Wszystkich”; od 1991 r. zaangażowana w działania na rzecz osób z niepełnosprawnościami, szczególnie w zakresie podnoszenia świadomości społecznej na temat ich praw, potrzeb i możliwości. Współpracując z TVP, była inicjatorką wielu działań na rzecz promocji społecznego paradygmatu niepełnosprawności. Jest autorką magazynu TVP o problemach osób niepełnosprawnościami, pt. „Tacy Sami”, cykli edukacyjnych m.in. o wychowaniu i wspieraniu osób z niepełnosprawnością intelektualną oraz o szkolnictwie integracyjnym. W latach 2008-2010 była koordynatorką projektów realizowanych przez Polskie Forum Osób Niepełnosprawnych wzywających do ratyfikacji Konwencji. Od 2009 r. pracuje na stanowisku Dyrektora Biura Zarządu Głównego Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób

z Niepełnosprawnością Intelektualną. Jej działania i osobiste zaangażowanie znacznie wykraczają poza obowiązki zawodowe. Kieruje się na co dzień zasadą godności, wolności i równości wobec każdego człowieka.

Bawer Aondo-Akaa

Mimo swojej niepełnosprawności зараża swoją pasją do życia oraz inspiruje wiele innych osób do działania. Swoim przykładem pokazuje, że niepełnosprawność nie jest przeszkodą w aktywnym życiu i realizowaniu marzeń. Od wielu lat angażuje się w działalność różnorodnych organizacji społecznych m.in. Katolickiego Stowarzyszenia Osób Niepełnosprawnych i Ich Przyjaciół „Klika” oraz Fundacji Pro – Prawo do Życia. W swoich działaniach angażuje się w obronę podstawowych praw osób z niepełnosprawnościami. Uczestniczy w licznych spotkaniach z młodzieżą, gdzie ukazuje wartość życia osób z niepełnosprawnościami.

Kazimierz Czaplicki

Jako kierownik Krajowego Biura Wyborczego brał aktywny udział w tworzeniu przepisów ułatwiających lub wręcz umożliwiających głosowanie osobom z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Uczestniczył w posiedzeniach komisji poselskich procedujących



Wręczenie tytułu „Ambasadora Konwencji”, na zdjęciu od lewej: Dariusz Dąbek, Nils Muižnieks, dr Adam Bodnar, Justyna Kucińska

fot. Marcin Tokarski



fot. Marcin Tokarski

Praca w grupach podczas panelu tematycznego dotyczącego ubezwłasnowolnienia

zmiany w Kodeksie Wyborczym w sposób aktywny i podpowiadał optymalne rozwiązania. Podczas organizowania wyborów rekomendował rozwiązania wykraczające poza zapisy ustawowe, na przykład przez zwiększenie liczby nakładek na karty do głosowania i dystrybucję w lokalach wyborczych wskazanych jako dostępne dla osób z niepełnosprawnościami. To dzięki jego doświadczeniu i rozumnym odpowiedziom mamy obecnie w Polsce bardzo rozbudowany system wsparcia w głosowaniu.

Dariusz Dąbek

Obecnie Zastępca Dyrektora Departamentu Telekomunikacji w Ministerstwie Cyfryzacji. W dużym stopniu przyczynił się do obecnego kształtu ustawy „Prawo telekomunikacyjne” oraz rozporządzenia wykonawczego do niej. Dzięki niemu pojawiły się w niej zgodne z Konwencją o prawach osób z niepełnosprawnościami, obowiązujące m.in. dostępność punktów obsługi klienta, dostępność stron www operatorów, dostępność umów, faktur, billingów itd. Jego postawa oraz działalność są doskonałym przykładem udostępniania usług i towarów dla osób z niepełnosprawnościami oraz prowadzenia dialogu z prywatnymi dostawcami usług publicznych.

Anna Drabarz

Osoba z niepełnosprawnością, która idee Konwencji o prawach osób z niepełnosprawnościami promuje przykładem własnego życia oraz działaniami realizowanymi w ramach jednostek

dialogu społecznego (m.in. Podlaskiej Rady Działalności Pożytku Publicznego II kadencji, Komisji ds. Dostosowania Przestrzeni Miejskiej do Potrzeb Osób z Niepełnosprawnością przy Prezydencie Miasta Białegostoku, Sieci „Równość i Różnorodność praktycznie”). Jest zaangażowana w rozwijanie idei self-adwokatury w województwie podlaskim. Zainicjowała powstanie Podlaskiego Sejmiku Osób z Niepełnosprawnościami.

Wallis Goelen Vandebrock wraz z kierowanym przez nią zespołem Pracując w Dyrekcji Generalnej ds. Zatrudnienia, Spraw Społecznych i Włączenia Społecznego Komisji Europejskiej prowadzą oni nieustępliwą walkę o realizację zasady dostępności dla osób z niepełnosprawnościami na posiedzeniach Komitetów Monitorujących w krajowych i regionalnych Programach Operacyjnych. Podczas forum „Fundusze Europejskie bez barier – (p) dostęp dla wszystkich” Pani Dyrektor W. Goelen przeprowadziła bezkompromisową

misową obronę Konwencji o prawach osób z niepełnosprawnościami wyrażoną krótkim stwierdzeniem: Jeśli projekty rozwojowe nie będą zgodne z zasadami dostępności, odpowiedź jest jedna: wydatek nie kwalifikuje się.

Barbara Imiołczyk współtworzyła i współprzewodniczyła Komisji Ekspertów ds. Osób z Niepełnosprawnością przy Rzeczniku Praw Obywatelskich. Zaangażowana również w działania Zespołu ds. Osób Głuchych przy RPO. Brała udział w działaniach, które doprowadziły do ratyfikacji Konwencji o prawach osób niepełnosprawnych. Od lat stale mobilizuje środowisko pozarządowe do aktywności i walki z dyskryminacyjnymi przepisami i praktykami. Zajmuje się niezwykle ważnymi zagadnieniami dla osób z niepełnosprawnościami, jak: równość praw i niedyskryminacja, prawo do edukacji, dostęp do usług.

Wojciech Kobus

Osoba z niepełnosprawnością intelektualną, aktywny self-adwokat oraz uczestnik Warsztatu Terapii Zajęciowej w Świdnicy. Współrealizator w Świdnicy radia internetowego Radio SoVo – projektu Polskiego Stowarzyszenia na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną oraz wielu audycji radiowych poświęconych prawom osób z niepełnosprawnością intelektualną. Wielokrotnie reprezentował osoby z niepełnosprawnością intelektualną podczas wydarzeń krajowych i zagranicznych. Od 2008 r. jest silnie zaangażowany w cykl szkoleń organizowanych przez PSONI dla dorosłych osób z niepełnosprawnością intelektualną – self-adwokatów. Wielokrotnie występował w roli prelegenta na konferencjach promujących niezależne życie zgodnie z Konwencją, wzywając władze do jej



Uczestnicy panelu tematycznego o selfadwokaturze

fot. Marcin Tokarski

ratyfikacji. Wielokrotnie występuje w roli mentora i osoby wspierającej inne dorosłe osoby z niepełnosprawnością intelektualną. Jest także uczestnikiem wielu projektów, dzięki którym stale podnosi swoją wiedzę i kompetencje.

Paulina Pietrasik

W ramach wewnętrznych prac Ministerstwa Rozwoju oraz koordynacji działań ogólnopolskiej Grupy roboczej ds. równości szans i niedyskryminacji wykazuje wielką determinację w promowaniu konwencyjnego podejścia do osób z niepełnosprawnościami, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami dla funduszy unijnych 2014-2020. Nieprzerwanie prowadzi otwarte, efektywne i nieograniczone do proceduralnego minimum dialog ze środowiskiem osób z niepełnosprawnościami skutkujący wdrażaniem zasady dostępności w administracji publicznej w Polsce.

Łukasz Pisarski

Kierownik Warsztatu Terapii Zajęciowej przy Zarządzie Głównym PSONI. Od 20 lat tworzy osobom z niepełnosprawnością intelektualną warunki do osobistego rozwoju i samostanowienia, motywując je do włączenia w życie społeczne. Każdą osobę z niepełnosprawnością intelektualną traktuje jako podmiot wszystkich wolności i praw człowieka, wspiera w podejmowaniu decyzji, uczy odpowiedzialności za swoje życie. Prowadzony przez niego Warsztat od wielu lat jest miejscem faktycznej realizacji postanowień Konwencji o prawach osób z niepełnosprawnościami. Jego postawa ogromnego poszanowania autonomii osoby z niepełnosprawnością intelektualną przy jednoczesnym zagwarantowaniu jej dostępu do informacji, zaowocowała podjęciem zatrudnienia na otwartym rynku pracy przez wielu uczestników Warsztatu. Na szczególną uwagę zasługują jego działania wobec jednego z uczestników Warsztatu, któremu po śmierci rodzica, w ciągu zaledwie kilku tygodni, zorganizował wraz z pracownikami Warsztatu wsparcie, chroniąc go jednocześnie przed umieszczeniem w domu pomocy społecznej.

Marek Sołtys

„Szalony wózkowicz”, najbardziej znany ze swojej walki o dostępność archi-

Uczestnicy panelu tematycznego



fol. Marcin Tokarski

tektoniczną przestrzeni i komunikacji miejskiej oraz uniwersalne projektowanie. Dąży do pełnego uczestnictwa osób z niepełnosprawnościami w życiu społecznym. Prowadzi starania o Asystenta Osobistego Osoby Nieśamodzielnej oraz Mieszkania Wspomagane jako alternatywy Domów Pomocy Społecznej.

Paweł Wdówik

Kierownik Biura ds. Osób Niepełnosprawnych Uniwersytetu Warszawskiego. Od dwóch dekad pracuje nad umożliwieniem studiowania osobom z niepełnosprawnościami. Zorganizował biuro zapewniające szerokie wsparcie studentom, a także uczniom z terenu całej Polski. Jest orędownikiem edukacji włączającej i niezależnego życia osób z niepełnosprawnościami. Członek Komisji Ekspertów przy Rzeczniku Praw Obywatelskich.

Instytucja – Muzeum Miasta Łodzi Aby większość dostępność swoich usług Muzeum wprowadziło program „Muzeum na wyciągnięcie ręki”. Zapewnia usługi dostępne przed, w czasie i po wizycie w Muzeum. Wyróżnienie „Ambasadora Konwencji” przyznano w szczególności za dostrzeżenie

potrzeb różnych odwiedzających z różnymi niepełnosprawnościami. Muzeum Miasta Łodzi może być przykładem, jak w relatywnie krótkim czasie zapewnić bardzo dużą dostępność dla wszystkich.

Jarmark NGO

Uczestnicy II Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami mieli również możliwość zapoznać się z działalnością kilkunastu różnych organizacji pozarządowych z całej Polski. Podczas tak zwanego „Jarmarku NGO” organizacje działające na rzecz osób z niepełnosprawnościami prezentowały swoje działania oraz bogatą ofertę przygotowaną z myślą o osobach niepełnosprawnych.

Wszystkie aktualne informacje dotyczące Kongresu Osób z Niepełnosprawnościami, w tym również videotransmisja wydarzenia oraz fotorelacja, znajdują się na stronie

<http://konwencja.org/program-ii-kongresu/>

Zapraszamy!

Magdalena Lubaś (FIRR)

Najwierniejsi towarzysze, na zdjęciu: Finka, pies towarzyszący Katarzynie Bierzanowskiej



fol. Marcin Tokarski

Obóz adaptacyjno-integracyjny w Szczyrku

Kolejna edycja obozu!

W długi niepodległościowy weekend listopada nie ma nudy. Jak co roku odbył się w tym czasie obóz szkoleniowo-adaptacyjny dla studentów z niepełnosprawnością.

GDZIE?

Szczyrk to malownicze miasteczko turystyczne znajdujące się w Beskidzie Śląskim, u podnóżu dwóch szczytów: Klimczoka i Skrzycznego. Leży na południe od Bielska-Białej w dolinie rzeki Żylicy, na Żywiecczyźnie. Lokalizacja ta gwarantuje, iż każdy przyjeżdżający znajdzie coś dla siebie. To tutaj znajduje się najwięcej w Polsce tras narciarskich i rowerowych (w obu przypadkach ok. 60 km), a także to właśnie tutaj panują najlepsze warunki do uprawiania saneczkarstwa czy lotniarstwa. Niezwykłe krajobrazy, doskonale rozwinięta baza gastronomiczna i atmosfera wiecznych wakacji sprawia, że każdego roku przybywają tutaj turyści z całej Polski i zagranicy.

W tej pięknej okolicy studenci krakowskich uczelni mieli okazję odpocząć od trudów życia codziennego, a także naładować akumulatory na nadchodzący czas. Mieli także okazję poznać studentów borykających się z innymi niepełnosprawnościami.

NIE PIERWSZY I NIE OSTATNI RAZ

Obóz po raz kolejny odbył się w Ośrodku Orle Gniazdo w Szczyrku, doskonale nadającym się na organizację pobytów grupowych bądź indywidualnych. Szerokie zaplecze konferencyjne i rekreacyjne zapewnia komfort użytkownika wszystkim gościom. Budynek jest całkowicie dostosowany dla osób poruszających się na wózkach. Atrakcyjna lokalizacja ośrodka gwarantuje piękne widoki na okoliczne szczyty, a kuchnia serwuje wyborne jedzenie, dopasowane do każdego gościa.

Wyjazd szkoleniowo-adaptacyjny już na stałe wpisał się w kalendarium wydarzeń studenckich - przede wszystkim z uwagi na dogodny czas, miejsce



Warsztaty PJM

fol. Mateusz Macalika

i atrakcyjny program - jak podkreślali uczestnicy. Wyjazd miał na celu przybliżenie studentom ważnych i kluczowych kwestii dotyczących ich praw i obowiązków jako studenta z niepełnosprawnością. Podczas wygłaszanych prezentacji były przekazywane informacje dotyczące wsparcia jakie oferują Biura ds. Osób Niepełnosprawnych, bieżące wydarzenia i plany na przyszłość. Wiele rozmów toczyło się w kulisach głównie za sprawą prezentacji Zrzeszeń Studentów Niepełnosprawnych AGH oraz UEK. Kto wie, może dzięki temu Zrzeszenie pozyska nowych członków, którzy będą się angażować w życie studenckie.

DUŻO SIĘ DZIAŁO

Plan obozu był urozmaicony, nie zabrakło jednak czasu na odpoczynek czy integrację. Jako atrakcję niespodziankę, organizatorzy zapewnili grupie zwiedzanie Muzeum Browaru w Żywcu. Na miejscu pierwszymi zajęciami, jakie się odbyły był „wieczorek zapoznawczy”. Gry i zabawy miały na celu zintegrować grupę, rozluźnić atmosferę, a przede wszystkim dać szansę poznać imiona wszystkich uczestników. Żadna niepełnosprawność nie stanęła na przeszkodzie, aby studenci poznali siebie nawzajem. Piątek do

południa to czas wolny spędzony na spacerach oraz w siłowni. Ani jedna chwila nie była zmarnowana, każdy student wykorzystał ją na miarę swoich możliwości. Pozytywna atmosfera sprzyjała wspólnym rozmowom i dyskusjom na tematy związane z niepełnosprawnościami, ale także zwyczajne tematy zwyczajnych studentów. Po południu mieliśmy okazję bliżej poznać ZSN UEK i ZSN AGH. Studenci opowiadali o swoich Zrzeszeniach, o tym czym się zajmują, a także jakie projekty realizują bądź zrealizowali, a jakie są w planach. Pracownik BON UEK przedstawił pracę biura, możliwości wsparcia oraz zarys historyczny powstania międzyuczelnianego „Porozumienia”. Korzystając z obecności tłumacza języka migowego na obozie udało zorganizować mini kurs Polskiego Języka Migowego (PJM). Mieliśmy to szczęście, iż w obozie uczestniczyli studenci z niepełnosprawnością słuchu, dzięki temu pozostali studenci mogli wykorzystywać poznane znaki w praktyce, przy okazji codziennego kontaktu. Każdy nauczył się podstawowych znaków ułatwiających codzienne porozumiewanie się z Głuchymi oraz alfabet PJM. Jednym z punktów mini kursu PJM było przydzielenie każdej osobie słyszącej swojego przydomka, czyli znaku, którego



Warsztaty taneczne

fol. Mateusz Macalika



Wspólne zdjęcie uczestników obozu

fot. Archiwum BON UEK

używamy określając daną osobę, bez potrzeby literowania całego imienia. Piątkowy wieczór upłynął pod wpływem wielkich emocji, ponieważ mieliśmy okazję oglądając zwycięski mecz Polski z Rumunią.

Sobota to dzień pełen warsztatów. W tym dniu psycholog Karolina Probosz prowadziła warsztaty dotyczące rozwoju osobistego. Zapytana o to jakby podsumowała warsztaty powiedziała jedno: „, do komunikacji nie są potrzebne zmysły, a ciekawość”. Mogliśmy to zaobserwować, kiedy studenci sami przełamywali pewne bariery, nie będąc przez nikogo namawianym. Mieliśmy niepowtarzalną szansę być świadkami, krótkiej rozmowy osoby Głuchej i niesłyszącej z osobą niedowidzącą.

Mimo intensywnych warsztatów i w ten dzień studenci mieli okazję odpocząć. W ośrodku dostępne jest zaplecze rehabilitacyjne oraz zabiegowe, dla wszystkich gości. Uczestnicy obozu mieli okazję skorzystać z siłowni, jacuzzi czy masażu.



Wieczorek zapoznawczy

fot. Mateusz Macałka

BARIERY, TO NIE DLA NAS!

Nowym elementem obozu, poza mini kursem PJM, były także warsztaty taneczne. Ze względu na krótki czas obozu uczestnicy mieli możliwość poznania tylko niektórych elementów dwóch tańców narodowych: Poloneza i Krakowiaka. Fenomenem grupy również był fakt, iż większość uczestników to mężczyźni, ale i z tym jakoś sobie poradziliśmy. Pokazywanie kroków osobom Głuchym czy niedowidzącym było ciekawym doświadczeniem dla prowa-

dzącej warsztaty. Sądząc po minach studentów można stwierdzić, iż warsztaty były udane.

A JAK O OBOZIE MÓWILI SAMI STUDENCI:

Pobyty w Hotelu Orle Gniazdo zaliczam do udanych, mogłem cieszyć się spokojem, odpocząć od zgiełku krakowskich ulic oraz szybkiego rytmu życia. Te cztery dni dały mi możliwość wyciszenia się, przemyśleń, ale przede wszystkim poznania nowych wspaniałych ludzi. Niektóre osoby widywałem wcześniej, ale nie miałem możliwości z nimi porozmawiać, a dzięki zajęciom z panią Marzeną z języka migowego kontakt z tymi osobami stał się łatwiejszy. Osobiście nie ubolewam nad swoim losem staram się mimo ograniczeń czerpać z życia ile mogę, ale niektórych czynności nie wykonuje z strachu przed rozczarowaniem, że kiedyś było inaczej a teraz jest gorzej, można powiedzieć że zrobiłem krok w stronę złamania bariery i ograniczeń, które tak naprawdę siedzą w mojej głowie. Tym krokiem była próba zagrania w tenisa stołowego, pierwszego dnia poszło mi lepiej niż przypuszczałem, że mógłbym grać, gdyby nasz wyjazd trwał dłużej pewnie ciężko byłoby mnie odciągnąć od stołu do tenisa.

Chciałbym zachęcić wszystkich zastanawiających się nad wyjazdem, na kolejny taki obóz, aby się nie zastanawiali tylko jechali, naprawdę warto. Nudy na wyjeździe nie zastaną, ponieważ Pani Ewa i Pan Mateusz dbali o plan dnia, aby był czas na zabawę, odpoczynek oraz poszerzanie swojej wiedzy w dziedzinie naszych praw, ulg i nawet obowizzków.

Marek Rusiniak, student AGH

Tegoroczny obóz w Szczyrku był dłuższy niż zwykle, ale nikt się tam nie nudził, wręcz przeciwnie myślę, że wszyscy świetnie się bawili. Dzięki kameralnemu gronu uczestnicy mieli okazję lepiej się poznać i zapamiętać swoje imiona. Na początku wyjazdu atrakcją niespodzianką było zwiedzanie Muzeum Browaru w Żywcu. Wieczorem tradycyjnie odbył się wieczorek zapoznawczy, na którym wszyscy się poznali oraz to co zwykle się nie zdarza, czyli warsztaty taneczne. Następnego dnia mieliśmy dużo czasu na wypoczynek i integrowanie się „na własną rękę”, ale

były też treści merytoryczne, czyli prezentacje BON-ów i ZSN-ów, które mogą być bardzo przydatne dla studentów zaczynających studia lub dla tych, którzy nie znają tych organizacji. Dość nietypowym elementem tego wyjazdu była nauka podstaw języka migowego, ale także było to bardzo potrzebne, a dla mnie ciekawe i wartościowe, gdyż dużą część obozowiczów stanowili Głusi. Niezwykle miłe było to, że uczestnikami byli Głusi i słabowidzący to umieliśmy się porozumieć i mimo barier komunikacyjnych spędziliśmy razem czas na zabawie, np. grając w kalambury. W sobotę odbyły się tradycyjnie warsztaty psychologiczne, tym razem o komunikacji. Niestety z powodu brzydkiej pogody nie odbyło się wieczorne ognisko, zamiast tego spędziliśmy czas na powtarzaniu znaków z języka migowego i zabawach. Ostatniego dnia przed wyjazdem wszyscy mieli czas na wypoczynek.

Dla mnie najfajniejsze w tym obozie było to, że mimo utrudnionej komunikacji nikt się nie zamknął na nowo poznane osoby i wszyscy znaleźliśmy takie gry i zabawy oraz sposób komunikacji, żeby móc spędzać razem czas.

Katarzyna Migacz (członek ZSN UEK)

TO CO DOBRE, NIESTETY SZYBKO SIĘ KOŃCZY

Tak również było i tym razem. Po trzech, świetnie spędzonych, dniach, miłej atmosferze, pięknej aurze, zimowej pogodzie, nadszedł czas wyjazdu. Niedziela była czasem na pakowanie, wspólne rozmowy oraz ostatnie spacerki. Powrót do Krakowa minął bezproblemowo i sprawnie. Kiedy już autobus dojechał na kampus UEK do uczestników obozu dotarł fakt, iż to już koniec i jesteśmy w domu.

Pozytywne wspomnienia z pewnością zostaną na długo w głowach studentów i kadry.

Ewa Krzywda, Mateusz Macałka (BON UEK)



Wystąpienie pracownika

fot. Archiwum BON UEK

Życie to pasja!

Nic w życiu nie dzieje się przypadkowo. To, w jakiej sytuacji się teraz znajdujemy wpływa pozytywnie lub negatywnie na nasze dalsze życie. Spotykani przez nas ludzie dają nam ważne lekcje życia, które pozwalają nam być lepszymi i czerpać z życia jak najwięcej. 1 października bieżącego roku Zrzeszenie Studentów Niepełnosprawnych UEK miało okazję uczestniczyć w „Życiu Bez Ograniczeń 2”. Było to spotkanie z wielkimi ludźmi, którym kiedyś udało odbić się od dna i teraz głoszą swoją historię. „Życie bez ograniczeń 2” to wydarzenie motywacyjne, na które zaproszeni zostali znani i lubiani ludzie. Przedstawiają oni swoją historię, jak los pokrzyżował ich plany, a mimo wszystko udało im się odbić, zaistnieć i spełniać swoje marzenia. Druga edycja Życia Bez Ograniczeń odbyła się na Tauron Arenie w Krakowie, dlatego też mogliśmy uczestniczyć w tym wydarzeniu znacznie liczniejszą grupą niż na pierwszej edycji w Poznaniu. Obie edycje tego wydarzenia wywarły na nas ogromne wrażenie.

NIE ZAWSZE JEST Z GÓRKI

Pierwszą osobą, której wystąpienie mieliśmy przyjemność wysłuchać była Ewa Minge. Opowiedziała nam swoją historię, kiedy to była na dnie, bez dachu nad głową, a ludzie wokół niej okazali się być prawdziwymi przyjaciółmi – pomogli jej. Ufali jej, ponieważ nigdy wcześniej ich nie zawiodła. Dzięki tym ludziom mogła zająć tu, gdzie jest teraz. Mogliśmy poznać ją, nie jako sławną projektantkę, tylko jako zwykłą osobę, która nie zawsze w życiu miała z góry.

WITH PASSION!

Drugim prelegentem był światowej sławy mówca motywacyjny Eric Thomas, który zrobił iście amerykańskie show i uaktywnił widownię po stonowanym występie pani Ewy Minge. Amerykanin przedstawił swoją trudną drogę do sukcesu, która zawierała czasy bezdomności, biedę, pracę fizyczną, aż do osiągnięcia stopnia naukowego doktora oraz występowania przed milionami widzów w wielu miejscach świata.

Jego przykład pokazuje, że można osiągnąć wszystko, jeśli ciężko się pracuje, swoją pracę wykonuje się z pasją, wierzy się w swoje możliwości oraz otacza się wartościowymi ludźmi.

NIE OCENIAJ KSIĄŻKI PO OKŁADCE

Ostatnią osobą występującą przed gwiazdą wieczoru był Andrzej Cichocki. Wysoki, umięśniony, wytatuowany mężczyzna, wyglądający jak groźny kryminalista... Faktycznie dość często odwiedza zakłady karne, ale jako pastor. Stara się pokazać osadzonemu, że można żyć inaczej - w zgodzie z prawem i nauką kościoła. W swojej karierze zawodowej piastował kilka stanowisk kierowniczych w największych, polskich przedsiębiorstwach. Poznał smak awansów, dużych pieniędzy, ale również spektakularnych porażek i załamania ludzkiej. Dzięki tym doświadczeniom zrozumiał, że relacje z najbliższymi są najważniejsze. Jak widać na Jego przykładzie nie należy oceniać ludzi po wyglądzie, czy wykonywanym zawodzie, ale po tym jak traktują innych i czy umieją dzielić się dobrem.

BEZ RĄK, BEZ NÓG, BEZ OGRANICZEŃ

Gwiazdą wydarzenia był Nick Vujicic. Chyba nikomu nie trzeba tłumaczyć, kim jest Nick. To jeden z najbardziej znanych mówców motywacyjnych. Podczas występów opowiada swoją historię, o tym jak zaczynał karierę mówcy, jak było ciężko, żeby się wybić, żeby ludzie pozwolili mu mówić ze sceny. Zawsze wydawało mu się, że nie będzie w stanie nic osiągnąć, nie spotka nikogo, kto będzie chciał dzielić z nim życie.

A mimo wszystko robi to, co kocha. Brak kończyn nie jest dla niego żadną przeszkodą. Ma śliczną żonę, dwójkę wspaniałych synów. Jest szczęśliwy. Swoją postawą pokazuje, że niepełnosprawność jest tylko w naszych głowach. Nick Vujicic powinien być wzorem do naśladowania dla każdego wątpiącego, który uważa, że nie da rady, że jest na coś zbyt słaby. Jego życie to pełna wzruszeń historia, kończąca się happy endem.

DUŻA DAWKA MOTYWACJI

Wydarzenie Życie Bez Ograniczeń 2 to niewątpliwie duża dawka motywacji. Osoby niepełnosprawne mają często już na starcie pod górkę. Takie spotkania z ludźmi, którzy wygrali walkę z trudną sytuacją życiową pozwalają znaleźć w sobie niezwykłą siłę do działania. By pokazać innym, że mimo trudności, mimo że jest nam dużo ciężiej niż innym, damy radę, osiągniemy to na czym bardzo nam zależy. Takie eventy powinny być częściej organizowane. Ludzie niepełnosprawni nie powinni się zamykać w sobie, powinni być otwarci i integrować się z pełnosprawnymi. Wydarzenie to także pozwala na pokazanie ludziom pełnosprawnym, że niepełnosprawność nie jest przeszkodą w budowaniu pięknej relacji z drugim człowiekiem.

Joanna Kwiecień, Kamil Bluż
(ZSN UEK)

Wspólne zdjęcie uczestników wydarzenia



foto: Joanna Kwiecień

Bydgoskie uczelnie razem dla studentów niepełnosprawnych

Na trzech największych uczelniach publicznych w Bydgoszczy: Uniwersytecie Kazimierza Wielkiego, Uniwersytecie Technologiczno-Przyrodniczym oraz Collegium Medicum UMK kształci się ponad 500 studentów i doktorantów niepełnosprawnych. Od tego roku szkoły wyższe postanowiły razem współpracować na rzecz osób niepełnosprawnych. Porozumienie międzyuczelniane uzyskało także poparcie władz Miasta Bydgoszczy.

Odnosząc się do zaleceń Rzecznika Praw Obywatelskich dotyczących zwiększania dostępności edukacyjnej dla osób niepełnosprawnych oraz do wzorców uczelni krakowskich w Bydgoszczy została podjęta wspólna inicjatywa, aby: UKW, UTP oraz CM UMK zawarły oficjalne porozumienie międzyuczelniane. Akt uroczystego podpisania umowy pomiędzy trzema bydgoskimi szkołami wyższymi odbył się 5 maja 2016 roku w bydgoskim Ratuszu. Umowę podpisali: Prorektor ds. Dydaktycznych i Jakości Kształcenia – dr hab. Mariusz Zawodniak, prof. nadzw. UKW, Prorektor ds. dydaktycznych i studenckich – dr hab. Anna Bochenek, prof. nadzw. UTP oraz Prorektor ds. Collegium Medicum – prof. dr hab. Jan Styczyński.



Podpisanie umowy w Ratuszu.

fot. Archiwum BOW UKW

Wydarzenie zostało objęte honorowym patronatem Prezydenta Miasta Bydgoszczy. Wzięli w nim udział członkowie Powiatowej Społecznej Rady do Spraw Osób Niepełnosprawnych oraz społeczności akademickiej, w tym również osoby, dla których ta inicjatywa została podjęta – studenci i doktoranci z niepełnosprawnością. Władze Miasta reprezentowała Zastępca Prezydenta Miasta Bydgoszczy – Iwona Waszkiewicz. Uroczystość podpisania umowy o współpracy połączona była z obchodami Europejskiego Dnia Walki z Dyskryminacją Osób Niepełnosprawnych.

CELE I ZADANIA POROZUMIENIA

Współpraca trzech uczelni obejmować będzie m.in. realizację wspólnych projektów, wymianę doświadczeń, wspólne pozyskiwanie środków zewnętrznych, wspieranie inicjatyw partnera, wspólne występowanie do instytucji publicznych działających na rzecz osób niepełnosprawnych. Dzięki porozumieniu uczelnie będą chciały poszerzyć swoją ofertę dla studentów niepełnosprawnych, a także dzielić się kosztami na wspólne przedsięwzięcia (racjonalizując swoje wydatki).

Bydgoskie uczelnie będą podejmować wspólne działania w obszarach: prowadzenia dostosowanych zajęć wychowania fizycznego, informatyki oraz języka obcego, organizacji szkoleń dla studentów, doktorantów i pracowników uczelni, korzystania z bibliotek uczelnianych, digitalizacji literatury naukowej, organizacji transportu między budynkami uczelnianymi, pomocy psychologicznej, korzystania z dostosowanej bazy noclegowej. Ponadto przewidziana współpraca ma prowadzić do aktywizacji społecznej i zawodowej, integracji studentów niepełnosprawnych z pełnosprawnymi, a także dostosowania juwenaliów oraz innych akademickich imprez kulturalnych i sportowych.

W ramach podjętej inicjatywy została powołana również Międzyuczelniana Rada ds. Osób Niepełnosprawnych w składzie: Magdalena Kozłowska (UTP), Ewa Niemielewska (CM UMK) oraz Radosław Cichański (UKW). Rada bezpośrednio odpowiedzialna jest za wdrażanie podpisanej umowy w życie.

Radosław Cichański
(UKW)



Członkowie Międzyuczelnianej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych.

fot. Archiwum BOW UKW

PJM w projektach edukacji pozaformalnej



Marek Mazurek

fot. Archiwum FMU

PJM w projektach edukacji pozaformalnej - aspekty teoretyczne i praktyczne na przykładzie działalności Krakowskiej Fundacji Rozwoju Edukacji Nieśłyszących im. Marka Mazurka „Między Uszami”

Krakowska Fundacja Rozwoju Edukacji Nieśłyszących im. M. Mazurka „Między Uszami” działa od 2005 roku. Realizuje przede wszystkim projekty edukacyjne w Polskim Języku Migowym dla nieśłyszącej młodzieży i angażuje się w przełamywanie barier w ośrodkach zdrowia i kultury. Od początków istnienia jej celem było uwrażliwianie słyszącej części społeczeństwa na problemy Głuchych i promowanie idei dwujęzyczności.

Fundacja powstała 8 października 2005 r. w pierwszą rocznicę nagłej śmierci Marka Mazurka, wieloletniego dyrektora Specjalnego Ośrodka Szkolno-Wychowawczego dla Nieśłyszących im. Janusza Korczaka przy ul. Grochowej 19 w Krakowie. Z wielkim zaangażowaniem walczył on o polepszenie sytuacji życiowej, czy to edukacyjnej, czy materialnej młodzieży nieśłyszącej.

Fundacja ma na celu kontynuację jego misji związanej z przełamywaniem barier pomiędzy światem ciszy a światem dźwięków, oraz łamania stereotypowego podejścia do osób nieśłyszących. Działalność Fundacji ma na celu uwrażliwienie słyszącej części społeczeństwa na odmienną, ale całkowicie pełnoprawną, tożsamość językowo-kulturową Głuchych. Fundacja promuje także

filozofię dwujęzyczności w odniesieniu do dzieci i dorosłych g/Głuchych, propaguje informacje na temat polskiego języka migowego oraz innych sposobów komunikowania się z osobami nieśłyszącymi.

Wykorzystując nowoczesne technologie, angażuje się w skierowane do Głuchych uczniów programy edukacyjne prezentujące treści w języku migowym. Wykorzystujemy PJM nie tylko w projektach dla Głuchych, ale też dla słyszących. Idea dwujęzyczności od początku w zamyśle z każdym kolejnym projektem stawała się silniejszą podstawą działalności FMU - jesteśmy głęboko przekonani o ważności równoznacznego traktowania PJM i języka polskiego w procesie edukacji Głuchych oraz popularyzacji PJM w społeczeństwie. Celem naszych projektów jest przełamywanie barier komunikacyjnych pomiędzy środowiskiem osób Głuchych i słyszących. Równorzędnym zadaniem jest również ćwiczenie u osób nieśłyszących umiejętności samodzielnego wypełniania ról społecznych.

KRÓTKA HISTORIA MARKA MAZURKA.

Urodził się w małej wsi pod Częstochową w 1943 roku. W dzieciństwie z powodu choroby stracił zupełnie słuch w prawym uchu, w lewym zaś ubytek wynosił 80dB. Po studiach inżynierskich na Politechnice Częstochowskiej przeniósł się do Krakowa. Na początku

lat osiemdziesiątych zatrudnił się jako wychowawca i nauczyciel w Ośrodku Szkolno-Wychowawczym dla Młodzieży Nieśłyszącej przy ul. Pędzichów w Krakowie. W 1989 roku został wybrany na dyrektora tej placówki. Warto w tym miejscu uświadomić sobie fakt, że wtedy właśnie, w 1989 roku, kierowanie państwową placówką edukacyjną powierzono oficjalnie po wygranym konkursie – po raz pierwszy w Polsce – osobie nieśłyszącej.

Przypomnijmy co działo się wtedy na świecie – rok wcześniej w Stanach Zjednoczonych ogromne protesty studenckie doprowadziły do powołania na stanowisko rektora Uniwersytetu Gallaudeta osobą głuchą – po raz pierwszy w historii. W Krakowie odbyło się to bez społecznych nacisków czy manifestacji. Marek Mazurek pozostał na stanowisku, aż do swej nieoczekiwanej śmierci w 2004 r. Piętnastoletni okres jego rządów to rozwój i modernizacja Ośrodka, który został przeniesiony na ul. Grochową. Jego misją było podnoszenie poziomu edukacji młodzieży nieśłyszącej. Przez cały czas był aktywnym działaczem w środowisku Głuchych. Był wieloletnim prezesem Polskiego Związku Głuchych w Krakowie. Zmarł nagle, 8 października 2004 roku na zawał serca. Poruszeni tą nagłą stratą, z marzeniem, by kontynuować dzieło, które prowadził przez całe swoje zawodowe życie, jego dzieci, Ewa i Tomasz, dzięki donacji złożonej przez żonę Wandę Kulczycką-Mazurek, założyli fundację Jego imienia. Jest jedną z pierwszych instytucji NGO w Polsce, której działania skupiają się na tworzeniu projektów edukacyjnych dla Głuchych.



Pełny 9-osobowy skład Rady Fundacji „Między Uszami”

fot. Piotr Kruszek



CZYM JEST EDUKACJA POZAFORMALNA?

Edukacja pozaformalna, to przede wszystkim działanie, mające na celu poszerzanie wiedzy poza sztywnym systemem edukacji formalnej (czyli poza szkołą).¹ Proces nauki jest elastyczny i dopasowany do potrzeb młodych osób. To oni sami decydują. Natomiast taka edukacja wymaga zaangażowania, aktywności świadomości młodych osób. Dużą zaletą edukacji jest nie tylko to, czego się uczymy, ale także to, JAK się uczymy. Wszyscy wiemy, że efekty uczenia się zależą od metod: im bardziej zainteresujemy się danym tematem, tym więcej wiedzy i pożytku wyciągamy z procesu uczenia się. Podamy tutaj przykład: osoba wykształcona, ma szeroki światopogląd, potrafi umiejętnie poruszać się w różnych dziedzinach – jest dobrze wyedukowana, to znaczy, że posiada szeroką wiedzę. Natomiast osoba, która spędza czas pod budką z piwem, nie ma żadnych innych zainteresowań, a książkę widuje tylko na wystawie sklepowej – to znaczy, że ma bardzo kiepską edukację.

Wiedzę zdobywa się nie tylko w szkole ale też poza nią. Wychowanie, wykształcenie, zainteresowania, wiedza – to wszystko składa się na poziom edukacji. Poprzez dobrą edukację człowiek wykształca u siebie odpowiedni sposób zachowania, wypowiedzi, stosun-

ków międzyludzkich. Widać więc, jak wiele zależy od dobrej edukacji (najlepiej od najmłodszych lat), pewne rzeczy zostają nabyte na całe życie.

A JAK JEST W PRZYPADKU OSÓB GŁUCHYCH?

Najważniejszy problem stanowi komunikacyjna między uczniami a nauczycielami: System Językowo-Migany (SJM) jest dominujący, nauczyciele słyszący. Brak materiałów dydaktycznych w Polskim Języku Migowym (PJM), a materiały dydaktyczne w języku polskim są niezrozumiałe dla Głuchych. Język polski dla Głuchych to drugi język, czyli obcy. Nie w każdej szkole prowadzone są zajęcia pozalekcyjne dla Głuchych. Uczą się oni na pamięć, nie rozumiejąc tematu – a to nie jest naturalne przyswajanie wiedzy, czy naturalne zdobywanie umiejętności praktycznych. Powoduje to z kolei sytuację, w której osoby Głuche nie radzą sobie z rzeczywistymi działaniami i zadaniami. Obecnie sytuacja w ośrodkach dla niesłyszących jest taka, że większość zajęć prowadzonych jest w języku polskim, jednak język ten nie jest percepcyjnie dostępny Głuchym. Z tego powodu nie mogą oni przyswoić fonicznego języka polskiego w sposób naturalny, w takim samym stopniu, jak przyswajają go słyszące osoby. Język foniczny nie może być pierwszym językiem niesłyszącego dziecka, ponieważ nigdy nie będzie miało ono do tego języka dostępu w stopniu wymaganym przez mechanizmy akwizycyjne.²

Drugą ważną barierą jest ograniczony dostęp do edukacji pozaformalnej – warsztatów, spotkań e-learningowych, eventów, dostępu do sztuki. W każdym miejscu Głusi napotykają bariery. Poza tym od barier językowych, brak tłumaczenia na PJM po bariery mentalne. Na szczęście inicjatyw działających na rzecz poprawy jakości edukacji jest coraz więcej. Głównym medium jest Internet, gdzie stopniowo pojawiają się materiały udostępnione w PJM np. o wojnach światowych albo o historii Dolnego Śląska. Z kolei Muzeum Emigracji w Gdyni, zapewniło tłumacza PJM. Jest informacja w PJM o warsztatach filmowych dla Głuchych lub o konferencji „Głusi Mają Głos”. Mimo coraz większego dostosowania, Głusi nie wiedzą o tych inicjatywach. Nie ma w Internecie bazy edukacji pozaformalnej dla Głuchych, co w efekcie powoduje zbyt małe zainteresowanie tematem. Ta sytuacja wymaga zmiany. Należałoby zebrać wszystkie inicjatywy krążące wokół tematyki edukacyjnej, a przedstawione w PJM w jednym miejscu.

IDEA DWUJĘZYCZNOŚCI - DLACZEGO JEST TAKA WAŻNA?

Dwujęzyczność to znajomość i regularne posługiwanie się dwoma językami lub więcej. Dwujęzyczność polegająca na znajomości języka migowego i języka mówionego to jedyna droga umożliwiająca dziecku głuchemu zaspokojenie jego potrzeb, umożliwiającą mu wczesne porozumiewanie się, rozwijanie zdolności poznawczych, zdobywa-

1. Słownik podstawowych terminów dotyczących krajowego systemu kwalifikacji pod red. Stanisława Sławińskiego, Warszawa 2013 r., s. 16.

2. Lipińska E. Język ojczysty, język obcy, język drugi. Wstęp do badań dwujęzyczności, 2003

nie wiedzy o świecie, oraz pełną komunikację z otaczającym je światem.

Badacz PJM, znany polski lingwista prof. Marek Świdziński pisze: „Idea dwujęzyczności w edukacji głuchych opiera się na założeniu, że głuche dziecko musi dostać najpierw język migowy. Dopiero na tej podstawie budować można nauczanie języka obcego, czyli polszczyzny.” Autor postuluje, aby dziecko głuche, od najwcześniejszych lat miało kontakt z innymi Głuchymi, dzięki czemu będzie mogło wykształcić swój język. Tak wyidealizowana sytuacja pozwoli uniknąć dziecku w przyszłości braków językowych i poznawczych. Będzie mogło ono, jak każde dziecko, rozpocząć edukację w swoim języku. Podstawowym warunkiem jest jednak kontakt z kadrą pedagogiczną oraz pracownikami administracyjnymi, którzy będą biegłe migać. Wraz z rozwojem języka migowego zaczną pojawiać się język pisany. Według autora „najpierw jej odmianę pisaną, jedyną dostępną ich zmysłom. Na mowę przyjdzie czas w trzeciej kolejności. To oczywiście konieczne, bo większość słysząca przecież nie miga.”³

Przykładem takiej edukacji pochwalić się może wiele państw, takich jak Szwecja, Stany Zjednoczone, Holandia, Francja czy Estonia. W Polsce wdrożyło ją zaledwie tylko kilka szkół... Młodzież skarży się, że nie wszyscy nauczyciele migają na lekcjach i oni nie rozumieją przekazywanych treści. I odwrotnie: część personelu nie zna migowego wystarczająco dobrze, by zrozumieć komunikat nadawany przez Głuchego. Wydaje się, że w szkołach dla Głuchych osoby takie jak: sekretarka, pedagog, psycholog, pielęgniarka, nauczyciel, wychowawca powinni bezdyskusyjnie, władać językiem migowym w stopniu co najmniej komunikatywnym.

Tę właśnie lukę stara się wypełnić Fundacja Między Uszami. Początkowo, przez 5 lat Fundacja prowadziła małe eventy i działania - głównie współpracując z SOSW przy ul. Grochowej w Krakowie. Były tam organizowane przez FMU lekcje pokazowe - np. spotkanie z podróżnikiem, pokaz slajdów z Azji. Była też wycieczka do Warszawy grupki najlepszych uczniów na plan zdjęciowy filmu reklamowego. To były małe działania angażujące uczniów.

Fundacja dostrzegła u nich większe zainteresowanie, większe zaangażowanie, więc postanowiła działać na ogólnopolską skalę. Większe projekty edukacyjne są realizowane przez Fundację od roku 2010 do dnia dzisiejszego.

Rezultaty tych projektów są zamieszczone na stronie internetowej – platformie edukacyjno e-learningowej, którą stworzyła FMU. Jest ona darmowa, dostępna dla wszystkich. Głównym medium przekazywania wiedzy w projekcie są filmy z udziałem lektora PJM, aczkolwiek dodatkowe informacje są zawarte także w zamieszczonych na stronie projektu materiałach dodatkowych (pliki PDF ze scenariuszami, infografiki, mapy, zdjęcia, itd. - w zależności od tematyki). Na stronie zamieszczane są też mini słowniki z wytłumaczeniem trudniejszych słów i nazw (w formie krótkich filmików, również z lektorem PJM. Jednocześnie w dole ekranu jest możliwość włączenia napisów. Jest to zgodne z ideą dwujęzyczności stosowaną przez Fundację we wszystkich swoich projektach.



Warsztaty organizowane przez FMU dla dzieci i młodzieży podczas Międzynarodowego Dnia Głuchych w Zarabiu k/Myślenic.

fot. Archiwum FMU

3. Świdziński Marek, Po głuchoniemsku, „Charaktery” nr 07/2003, dostęp: 16.09.2016, http://www.niepelnospawni.pl/ledge/x/11716?print_doc_id=3832

PROJEKTY REALIZOWANE PRZEF MU

Oto lista projektów edukacyjnych, w których PJM był językiem wiodącym, zrealizowanych przez FMU do tej pory (2016):

1. **Głuche dziecko w sieci** - cykl 7 filmów w języku migowym opowiadających o wybranych możliwych zagrożeniach w Internecie, o których każde dziecko i każdy rodzic, bez względu na to czy słyszący, czy niesłyszący, powinien wiedzieć.

2. **Bezpieczny Internet - bezpieczne dzieciństwo** - rozwija tematykę świadomego i rozsądnego korzystania z Internetu. Tym razem w formie 8 filmów z napisami.

3. **Migane Lektury** - 6 lektur szkolnych z zakresu szkoły podstawowej. Skrypt z ćwiczeniami do wykorzystania podczas lekcji języka polskiego lub do pracy w internecie czy w domu.

4. **Poza słowami - teatr w języku migowym** - realizowany był w 2013. Głucha młodzież ze szkoły na Grochowej w Krakowie wyjechała na warsztaty teatralne do Zakopanego. Tam, odbywały się próby do dwóch spektakli teatralnych: „Śluby panieńskie” i „Katarynka”. Spektakle oraz opracowanie historyczno-literackie w PJM zostały nagrane, a powstałe filmy są pomocą edukacyjną zarówno dla nauczycieli, jak i dla Głuchych.

5. **Powstanie Stycziowe, I Wojna Światowa, II Wojna Światowa, Orzeł bez korony** - poświęcone tematyce historycznej w PJM.

6. **Nie bądź Głuchy na Kulturę** - (2013-2014). Projekt obejmuje następujące działania: analiza dotychczasowej działalności instytucji i organizacji kulturalnych na rzecz osób głuchych; zweryfikowanie postaw, świadomości i motywacji samych osób głuchych względem aktywności w życiu kulturalno-artystycznym; zebranie i analiza różnych form artystycznych tworzonych przez głuchych artystów. Na koniec raport opracowany przez zespół badawczy z Uniwersytetu Jagiellońskiego, ale także szereg działań promujących Kulturę Głuchych i aktywizujących osoby głuche do uczestnictwa w kulturze. Odbył się Festiwal Poezji Miganej, który FMU zrealizowała w Krakowie.

7. **Cichy Kochanek oraz HIV - ojej, co to jest?** W ramach projektów powstały filmy edukacyjne w PJM, skierowane również dla osób głuchych zarażonych

wirusem HIV. Filmy przekazują dokładną wiedzę biologiczną związaną z wirusem HIV i chorobą AIDS. Filmy PJM, ankieta, słowniczek PJM, przydatne linki.

8. **Kultura przekracza granicę dźwięku**, którego cel to: przekazanie wiedzy na temat polskiej kultury i sztuki osobom głuchym w Polskim Języku Migowym, promowanie Kultury Głuchych jak również sztuki osób niesłyszących (Deaf Art) w polskim społeczeństwie.

Każdorazowo FMU do realizacji swych pomysłów angażuje osoby głuche nie tylko z terenu Krakowa lub okolic, lecz także z całej Polski. Poza projektami prowadzone są również inne działania, m. in. stoisko na Rynku Głównym podczas corocznych wydarzeń „Kocham Kraków z wzajemnością” Tydzień Osób Niepełnosprawnych, promocja Kultury Głuchych, nauka PJM poprzez zabawę. Organizacja Festiwalu Poezji Miganej, sesja zdjęciowa do kalendarza. Podczas 10-lecia Jubileuszu FMU organizowało wydarzenia świadomościowe, m.in. pokaz filmów związanych z Głuchymi i Kulturą Głuchych, Bobomigi, minikurs PJM, warsztat „Głuchy Tłumacz”.

KILKA SŁÓW NA KONIEC

Dzięki działalności Fundacji, my jako wolontariusze zdobywamy dużo doświadczenia, mamy coraz bogatszą wiedzę. Która poszerza nasze horyzonty. Będąc w projekcie też się uczymy. Projekty wzbogacają słownictwo. Przez zaangażowanie, walcząc o polepszenie sytuacji edukacyjnej g/Głuchych

w Polsce, dajemy też przykład innym młodym Głuchym, że warto się starać, angażować, by pomału zmieniać sytuację. Wspieramy inne organizacje, stowarzyszenia, zaangażowane na rzecz Głuchych. Materiałów edukacyjnych dla dzieci i młodzieży w polskim języku migowym w Polsce jest wciąż dramatycznie mało, jest to ogromne pole do sensownego, systematycznego uzupełnienia.

Rozwój samej Fundacji jest również bardzo ciekawy, z początku w jej skład wchodziły głównie osoby słyszące. Sprawiało to, że odbiór ze strony środowiska był znikomy. Na szczęście z czasem, Fundacja zaczęła przyjmować do swojego grona coraz więcej osób Głuchych. Dzięki ich spojrzeniu na swoją własną sytuację, a także doświadczenia, Fundacja zaczęła być bardziej aktywna w zrównaniu szans edukacyjnych (odzwierciedlając ideologię „Nic o nas bez nas”). Zmiana ta była też zauważona przez samo środowisko, które stawało się coraz bardziej zainteresowane pracą Fundacji i coraz chętniej brało udział w jej projektach.

A. Butkiewicz, E. Kozub, K. Motal
(Fundacja „Między Uszami”)

Warsztaty prowadzone przez FMU w ośrodku dla Niesłyszących na ul. Grochowej 19



fot.Archiwum FMU

Indonezja ach to Ty!

Chcielibyśmy zabrać Was w podróż po wspomnieniach z naszej wyprawy do Indonezji. I choć są one rozległe jak sam ten kraj, który leży na 17 tysiącach wysp, to opowiemy o tym co najbardziej zapamiętaliśmy. O miejscach, gdzie wierzy się w czarną magię, nurkuje pod wodą z olbrzymimi żółwiami. Gdzie istnieje większe prawdopodobieństwo ograbienia przez małpę niż przez człowieka.

MARZENIA SIĘ SPEŁNIAJĄ

Pomysł wyjazdu zrodził się z marzeń o nurkowaniu i ponownym ujrzaniu całkowitego zaćmienia słońca. Do podróży przygotowywaliśmy się ponad pół roku. Pojechaliśmy tam we czwórkę – my (Julita Kuczkowska i Rafał Michalczyk) oraz brat Julity – Bartek i przyjaciel Rafała – Maciek Rzemek. Plan był taki, aby w jednym miejscu być 2-3 dni, a następnie ruszać dalej.

NA BALI SŁOŃCE PALI

Pierwszą wyspą jaką odwiedziliśmy było Bali. To niezwykle barwne miejsce na skalę całej Indonezji. Wszystko to przez religię – choć prawie 90% mieszkańców tego państwa to muzułmanie, balijczycy są wyznawcami hinduizmu. Wierzą w czarną i białą magię, a każda większa rodzina na swoich podwórkach ma świątynię. Parne, gorące powietrze niczym w saunie unosi więc zapachy kadzideł – przez mieszkańców wyspy nazywanych dupami – które wkładane są w miniołtarzyki utkane z liści i kwiatów. Takie same wożą kierowcy w samochodach, niczym nasz odpowiednik świętego Krzysztofa. Będąc przy tematach transportu – na Bali głównym jego środkiem są skutery. My – że na wózkach – nie mogliśmy z nich korzystać. W efekcie chodziliśmy pieszo wśród aut i setek jednośladów, po drogach, bo chodniki były tam rzadkością. Będąc na Bali nie można ominąć dwóch atrakcji. Pierwszą z nich jest wizyta w lesie małp. To ogromny park porośnięty dżunglą, z świątyniami i dziełkami małp w środku. Są tak oswojone, że wchodzi na głowy, odpinają suwaki w plecakach i kradną co się da.

To miejsce, przy zachowaniu dozy rozważań, daje wspomnienia na całe życie. Kolejnym wzbogacającym doświadczeniem jest zobaczenie ichniejszego teatru, który w żaden sposób nie przypomina naszego. Dźwięki wprowadzają w trans, aktorzy zachwycają strojami i ruchem, a ogień podgrzewa emocje.

GILI TRAWANGAB

Po kilku dniach szybką łodzią dostaliśmy się na inną wyspę – Gili Trawangan. Jest tak maleńka, że obejście jej całej zajmuje 2 godziny. To istny raj dla imprezowiczów i pasjonatów nurkowania, bo w zasadzie tylko (i aż tyle!) ma ona do zaoferowania. Na rajskich plażach spędziliśmy 3 dni, nurkując na ogromnych rafach, razem z metrowymi żółwiami i innymi przedziwnymi stworami.

SULAWESI

Trzecią wyspą, na jakiej postawiliśmy swoje stopy (i koła) była Sulawesi – miejsce przez Europejczyków owiane tajemnicą. Nic dziwnego – jest tak rzadko odwiedzana przez turystów, że większość mieszkańców nigdy nie widziała na żywo białego człowieka. Naszą „bazą” na wyspie był multikulturowy festiwal transowy – Eclipse Festival. Przez 5 dni naszym apartamentem stał się namiot. Na wózkach nie było to łatwe – w tropikalnym upale, bez dostępu do łazienki i toalety, z nawierzchnią której samodzielnie nie byliśmy w stanie pokonać nawet 1 metra – festiwalowy czas zabawy przemieszany był z prawdziwym survivaliem. W pobliżu miejsca festiwalu znajdowała się mała miejscowość Ngata Baru. Chociaż ludzie mieszkali tam w drewnianych domkach, jak szafasy, to prawie każdy z nich posługiwał się nowoczesnym smartfonem. Mieszkańcy wyspy bez przerwy chcieli sobie robić z nami zdjęcia, wkradali się również na teren festiwalu, gdzie z otwartymi ze zdziwienia ustami przyglądali się „przybyszom”. Z pewnością ich wrażenie było wzbogacone różnorodnością ludzi, którzy na niego przybyli z całego świata.

SŁÓW KILKA O SAMYM ZAĆMIENIU

A jeśli chodzi o zaćmienie... ten fenomen każdy powinien móc zobaczyć. Po pierwsze ze względu na piękno tego zjawiska. W trakcie dnia nastaje noc, a na niebie widać czarną dziurę. Cały horyzont robi się czerwony, a na niebie pojawiają się gwiazdy. Z psychologicznego punktu widzenia konstrukty i wiedza o dotychczasowym świecie, jakie mamy w swoim umyśle upadają – od dziecka bowiem każdego dnia nasz mózg rejestruje, że jest dzień i noc, a podczas zaćmienia zostaje to zaburzone. W perspektywie dłuższego czasu zmienia się nasze myślenie o całym świecie i istnieniu. Każdy, kto choć raz zobaczył zaćmienie przyznaje, że zachęca go to do przemyśleń nad swoim życiem, jego sensem. Jesteśmy szczęściarzami na skalę kosmosu – Jowisz ma prawie 70 księżyców, ale tam zaćmienie nie jest możliwe. Ze wszystkich zbadanych dotąd planet w całym wszechświecie, tylko na Ziemi występuje zaćmienie słońca. Potrzebne są do tego idealne proporcje – rozmiarów ciał niebieskich i odległości między nimi. Jedni nazywają to niezwykłym zbiegiem okoliczności, a inni dziełem boskim. Odpowiedzcie sobie sami.

CZYM PACHNĄ WSPOMNIENIA?

Na pewno wspomnianymi kadzidłami, przywieźliśmy z Indonezji ich okazałą kolekcję. Porannym aromatem Kopi Luwak – kawy, której ziarna wydobywane są z odchodów zwierzęcia nazywanego cywetą (lokalnie luwak). Nie raz wraca do nas smak tamtejszej kuchni – słodkiej i pikantnej równocześnie, czasami w domowym zaciszu odtwarzamy popularne danie Nasi Campur. Jednak nie smakuje tak samo – brakuje towarzystwa wiecznie uśmiechniętych, przyjaznych ludzi, których tam poznaliśmy. Z pewnością w Indonezji została jakaś część nas, za którą już zawsze będziemy tęsknić.


AUTORZY:

Julita Kuczkowska – dziennikarka i blogerka, miłośniczka podróży i nurkowania, zafascynowana wpływem sztuki nowych mediów i wirtualnej rzeczywistości na ludzi, absolwentka Politechniki Łódzkiej, obecnie – studentka psychologii na Uniwersytecie SWPS

Rafał Michalczyk – grafik, fotograf, podróżnik, studiuje psychologię na Uniwersytecie SWPS, pasjonuje się lataniem na paralotni i nurkowaniem



Obóz rekreacyjno-sportowy

We wrześniu studenci krakowskich uczelni mieli okazję oderwać się od rzeczywistości i aktywnie wypocząć po sesji poprawkowej. Uczestniczyli w obozie rekreacyjno-sportowym, zorganizowanym w Centrum Sportowym PZSN Start w Wiśle. Była to sposobność nie tylko do chwilowego wytchnienia od wytężonej nauki, ale również do poprawy kondycji po przerwie wakacyjnej.



fot. Archiwum BON AGH

Uczestnicy Obozu Rekreacyjno Sportowego wraz z trenerem

KTO? DLACZEGO?

Organizatorami zgrupowania było Biuro ds. osób Niepełnosprawnych AGH oraz Fundacja Academica. W obozie wzięli udział studenci z dwóch krakowskich uczelni: Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie oraz Akademii Górniczo-Hutniczej im. Stanisława Staszica w Krakowie. Obóz dedykowany był studentom z niepełnosprawnościami. Nie miało znaczenia, z jakimi trudnościami zmagają się na co dzień uczestnicy. Liczyło się to, że mogli zmierzyć się z różnymi dyscyplinami sportu, wzmocnić siłę, a przede wszystkim poznać innych studentów, którzy również borykają się z różnymi problemami. Integracja uczestników była bardzo ważnym elementem obozu. Dzięki niej studenci mogli wymienić się spostrzeżeniami na różnorakie tematy, a atmosfera odbywających się wtedy Igrzysk Paraolimpijskich w Rio sprzyjała wymianieniu uwag na temat sportu osób z niepełnosprawnościami.

Wybór ośrodka, ulokowanego wśród malowniczych krajobrazów Beskidu Śląskiego okazał się strzałem w dziesiątkę. Aura panująca w tej przepięknej okolicy sprzyjała treningom, a sam obiekt dawał duże możliwości. Centrum sportowe posiada bogatą bazę sportowo-rekreacyjną oraz rehabilitacyjną i jest w pełni przystosowane dla osób niepełnosprawnych. Pod jednym dachem znajduje się m.in. hala sportowa, siłownia oraz pływalnia.

Krakowska grupa studentów spotkała się z niesamowitą przychylnością ze

strony obsługi ośrodka; w szczególności panie pracujące na stołówce dołożyły wiele starań, by serwowane posiłki były smaczne i dostarczały odpowiednią dawkę energii na czas intensywnego wysiłku fizycznego. Było to niemałe wyzwanie, ponieważ wraz z nowym tygodniem do ośrodka przyjechała grupa mężczyzn trenująca mieszane sztuki walki (MMA).

TRENINGOM NIE BYŁO KOŃCA

Niepełnosprawności, z jakimi na co dzień borykają się studenci są zróżnicowane. Od choroby przewlekłej, przez niedosłuch, po niepełnosprawność ruchową. Wszystko to jednak nie stanowiło dużego problemu. Dzięki atmosferze wzajemnego wsparcia i zrozumienia każdy z uczestników, mimo swoich ograniczeń, mógł wziąć udział w zajęciach. Doskonałym tego przykładem był rozegrany mecz siatkówki, w którym uczestniczyła osoba na wózku, a inny, niemający wcześniej kontaktu z tą dyscypliną, student raz po raz zaskakiwał przeciwników zagrywką.

Treningi odbywały się codziennie. Siłownia, basen i zajęcia na hali sportowej były nieodłącznymi elementami każdego dnia. Wszystko odbywało się pod czujnym okiem wykwalifikowanego trenera, który z cierpliwością tłumaczył studentom zasady panujące na siłowni, pokazywał jak powinno wyglądać dane ćwiczenie. Treningi odbywające się na basenie dostosowywał do indywidualnych potrzeb uczestnika, umożliwiając doskonalenie techniki

pływania. Natomiast ćwiczenia na hali sportowej nie pozostawiały na studentach suchej nitki. Każdemu starciu, czy to mecz w koszykówkę czy siatkówkę, towarzyszyły duże emocje i chęć zwycięstwa.

NIE SAMYM TRENINGIEM ŻYJE STUDENT

Bardzo intensywny plan nie tylko nie pozwolił studentom na chwilę nudy, ale także uwidocznił dotychczasową lukę w przestrzeganiu zasady regularnego uprawiania aktywności fizycznej, bowiem już na drugi dzień obozowicze odczuwali ból w większości mięśni. Pomocna okazała się odnowa biologiczna. Chwila w jacuzzi oraz w saunie przyniosły ukojenie oraz siłę na kolejne dni.

Na pozytywną atmosferę potreningowego relaksu wpłynęły także wieczorne spacerowanie na pobliskim deptaku oraz możliwość uczestnictwa w dożynkach, odbywających się w lokalnym amfiteatrze. Także tam nawiązywały się nowe relacje, ciekawe rozmowy, a także odbywały się wspólne tańce. Przy okazji istniała również możliwość spróbowania rarytasów prezentowanych przez lokalnych producentów.

Ten obóz to dobry początek nowego roku akademickiego i świetny start w nowy rok treningowy.

Ewa Krzywda, Jerzy Łukasz Jabcoń
(ZSN UEK)

Futbol zaklęty w dźwięku



Fotografia drużyny Tyniecka NWP Kraków

fot. Jerzy Sopa

Własnoręcznie robione piłki, nauczyciel wychowania fizycznego i garstka niewidomych uczniów pragnących grać w piłkę nożną. Takie były początki klubu Tyniecka NIE WIDZĘ PRZESZKÓD Kraków - pierwszego w Polsce klubu w blind futbolu.

POCZĄTKI W KRAKOWIE

Wszystko zaczęło się w 2008 roku w SOSW dla Dzieci Niewidomych i Słabowidzących w Krakowie. To tam po raz pierwszy rozbrzmiał grzechot profesjonalnych futbolówek prosto z Brazylii, które zastąpiły te własnej produkcji - rozcinane, zasypywane plastikowymi groszkami i klejone przez wulkanizatora. Piłki przekazała Międzynarodowa Federacja Sportu Osób Niepełnosprawnych na rzecz rozwoju dyscypliny w Polsce.

Treningi prowadzone przez nauczyciela wychowania fizycznego, Pana Mateusza Stawarza, obecnie trenera drużyny, były nieustannym poznawaniem dyscypliny, jej zasad oraz okazją do pogrania w piłkę po szkole przez niewidomych uczniów. Do kręgu graczy należał Marcin Ryszka - ówczesny reprezentant Polski w pływaniu, który o blind futbolu usłyszał podczas Igrzysk Paraolimpijskich w Pekinie i postanowił zarazić piłkarskim bakcylem swoich kolegów.

W zajęciach uczestniczyła garstka uczniów, którzy traktowali to jak od

skocznę od codzienności. Nikt nie spodziewał się, że kilka lat później klub będzie liczyć piętnastu niewidomych i słabowidzących graczy, w tym czterech reprezentantów Polski, i będzie mierzyć się z najlepszymi klubami świata w międzynarodowych turniejach.

ZASADY GRY

Drużyny w blind futbolu składają się z pięciu graczy - widzącego bramkarza oraz czterech niewidzących zawodników pola. Z racji, iż dyscyplina uprawiana jest przez osoby z różnymi dysfunkcjami wzroku piłkarze mają zaklejane oczy opatrunkami okulistycznymi oraz zakładają specjalne gogle nieprzepuszczające światła. Pozwala to wyrównać szanse i sprawia, iż każdy na czas gry jest niewidomy.

Mecz rozgrywany jest specjalną piłką, która wizualnie nie różni się niczym od zwykłej futbolówki. Różnica znajduje się pod skórą. Tam bowiem zamontowany jest system udźwiękwiający w postaci sześciu grzechotek, które pozwalają graczom lokalizować piłkę za pomocą słuchu.

Boisko do blind futbolu ma wymiary 20 na 40 metrów, a wzdłuż linii bocznych posiada specjalne bandy wysokie na około 1,2 metry. Ich celem jest zapewnienie graczom bezpieczeństwa w trakcie gry poprzez ograniczenie jej pola oraz sprawienie, by stała się płyn-

niejsza – piłka nie może wyjść na aut, odbija się i pozostaje w grze. Jeśli futbolówka wypadnie ponad bandą, gra wznowiana jest autem wykonywanym z ziemi.

Boisko podzielone jest na strefę obrony, środka i ataku. W każdej z nich znajduje się przewodnik, który pomaga swoim graczom podczas rozgrywki. Defensywą steruje bramkarz, jego rola jest zatem podwójnie ważna. Nie tylko broni dostępu do własnej bramki, jest także dyrygentem w obronie i pomaga kolegom poprawnie się ustawiać. Dodatkowym utrudnieniem jest niewielkie pole o wymiarach 2 na 5 metrów, po którym może się poruszać. Interwencja poza tym obszarem karana jest rzutem karnym. W strefie środka nawigator ustawiony jest za bandą, natomiast atakiem kieruje przewodnik ustawiony za bramką przeciwników.

Bardzo ważnym elementem boiskowej komunikacji jest słowo „voy” - po hiszpańsku „idę”. Do donośnego okrzyku „voy” zobowiązany jest każdy gracz drużyny przeciwnej, który znajduje się bez piłki będący w obrębie 3 metrów od futbolówki lub gracza, który jest w jej posiadaniu. Okrzyk sygnalizuje atakującemu gdzie znajduje się rywal. Piłkarz będący w jej posiadaniu nie musi oznajmiać innym swojej pozycji, robi to za niego grzechot. Brak okrzyku „voy” traktowany jest jako faul. Cztery faule w jednej połowie meczu, który trwa 2 razy 25 minut, zostają zamienione na rzut karny przedłużony.

Blind futbol to gra, w której kluczową rolę odgrywa zmysł słuchu. W trakcie meczu na stadionie musi panować absolutna cisza. Jedynie piłkarze i nawigatorzy mogą wydawać dźwięki. Kibice mogą dać upust swym emocjom w przerwach lub po golach.

IMPULS DO DZIAŁANIA

W 2014 roku powołana została reprezentacja Polski w blind futbolu, której selekcjonerem został Pan Lubomir Prask – trener powstałego w międzyczasie klubu z Wrocławia. Powołani do kadry gracze z Krakowa oraz trener ze -

społu, który został członkiem sztabu szkoleniowego otrzymali szansę zmierzenia się z innymi reprezentacjami i podpatrzenia, jak rozwija się blind futbol w innych krajach. Towarzyskie turnieje oraz eliminacje do mistrzostw pozwoliły zebrać doświadczenie i nabrać pewności, że dyscyplina, którą do tej pory uprawiano dla przyjemności na szkolnej sali gimnastycznej, może stać się czymś więcej niż okazją do spotkań po lekcjach.

Mistrzostwa Europy w Hereford w 2015 roku były dla reprezentacji Polski pierwszym poważnym debiutem na międzynarodowej arenie. Biało-czerwoni uplasowali się ostatecznie na dziewiątym miejscu, o które walczyli z reprezentacją Grecji. Polska wygrała 1:0, a zwycięskiego, jednocześnie historycznego gola na mistrzostwach zdobył Martin Jung – gracz Krakowian.

Trafienie klubowego napastnika stało się jednocześnie impulsem do profesjonalizacji dyscypliny oraz rozwoju drużyny. Promocja piłki nożnej niewidomych na terenie SOSW w Krakowie oraz udział kolegów ze szkoły na mistrzostwach zachęciły innych uczniów do spróbowania swych sił w blind futbolu.

ŚWIAT

Zanim grzechot piłek i donośne „voy” rozbrzmiały pod Wawelem, ktoś musiał zaadaptować piłkę nożną do potrzeb osób z dysfunkcją wzroku. Tym kimś okazali się Brazylijczycy i Hiszpanie, którzy postanowili zakłać futbol w dźwięku.

Początek lat 60. XX wieku to czas, w którym podjęto nieśmiałe próby dostosowywania dyscypliny pod kątem osób niewidomych. Pierwszy nieoficjalny turniej w blind futbolu zorganizowany został w Brazylii w 1974 roku.

Lata 80 XX wieku to początek propagowania dyscypliny na kontynencie europejskim przez Hiszpanów.

Pierwsze oficjalne turnieje w blind futbolu, które odbyły się pod egidą Międzynarodowej Federacji Sportu Osób Niewidomych (IBSA) miały miejsce w 1997 roku, były to Mistrzostwa Europy wygrane przez Hiszpanię oraz Mistrzostwa Ameryki, w których triumfowała Brazylia. Rok później zorganizowano pierwsze Mistrzostwa Świata, w których wygrali mistrzowie Ameryki. Gracze ze stolicy samby zdobyli też historyczne złoto na Igrzyskach Paraolimpijskich w Atenach w 2004 roku, podczas których rozegrano pierwszy turniej w blind futbolu. W roku 2005 do dyscypliny dołączyła Azja, a w roku ubiegłym Afryka. Obecnie blind futbol uprawia czterdzieści jeden krajów na świecie.

OBECNIE

Obecnie klub liczy piętnastu graczy, wśród których znajdują się uczniowie oraz absolwenci SOSW. Treningi odbywają się trzy razy w tygodniu pod okiem trenera Stawarza, a ich celem jest nieustanny rozwój i dobra zabawa, która kilka lat temu dała początek tej dyscyplinie w Krakowie.

Od połowy września bieżącego roku klub może pochwalić się mobilnymi bandami, bez których dotychczasowe treningi nie były tak efektywne, co bez wątpienia przekładało się na wyniki podczas międzynarodowych turniejów. Środki na ich wykonanie przekazane zostały przez PZPN. Na chwilę obecną są one zamontowane na boisku szkolnym gimnazjum nr 22 w Krakowie przy ul. Skwerowej 3. Brak własnego boiska nie daje możliwości rozwoju, jednak dzięki uprzejmości dyrekcji ośrodka gracze z Tynieckiej mają gdzie trenować.

Od września 2014 roku Tyniecka NIE WIDZĘ PRZESZKÓD Kraków wzięła udział w czterech międzynarodowych turniejach, podczas których największym sukcesem okazał się brąz na turnieju o Klubowe Mistrzostwo Centralnej Europy w Pradze. Klub miał także okazję zmierzyć się z reprezentacją Argentyny – czołową drużyną świata, która na Igrzyskach Paraolimpijskich w Rio w 2016 roku zajęła trzecie miejsce.

PRZYSZŁOŚĆ DYSCYPLINY

Tyniecka NIE WIDZĘ PRZESZKÓD Kraków to klub, który tworzą pełni pasji i chętni do działania ludzie. Nieustanna profesjonalizacja oraz coraz lepsza opinia wśród drużyn z innych krajów sprawia, że gracze mogą być spokojni o zaproszenia na zagraniczne turnieje. Jedynym problemem, z którym niewidomi i słabowidzący piłkarze zmuszeni są często radzić sobie na własną rękę jest brak wystarczających środków finansowych. Chęć rywalizacji i dobrej zabawy sprawia, że międzynarodowe wojaże opłacają z własnej kieszeni.

Obecnie nadrzędnym celem, o którym mówi się coraz głośniejsze jest przekonanie do dyscypliny innych ośrodków, których nie brak w kraju. Bydgoszcz, Warszawa czy Poznań to tylko kilka z nich, w których na wzór Krakowa mogłyby powstać drużyny. Dałoby to początek lidze blind futbolu, których nie brak na świecie. Pozwoliłoby to na równoległy rozwój reprezentacji i spełnienie marzeń niewidomych i słabowidzących o grze w piłkę nożną.

Mateusz Krzyszkowski
(Tyniecka NIE WIDZĘ PRZESZKÓD Kraków)



Zawodnicy walczą o piłkę



Zawodnicy walczą o piłkę

fot. Stefan Groenvel



Drodzy Państwo,

już dziś zapraszamy na jubileuszowe

X Krakowskie Dni Integracji

4 – 8 kwietnia 2017 r.

Więcej informacji wkrótce na:

<http://bon.uek.krakow.pl/kdi>



UNIwersytet
EKONOMICZNY
W KRAKOWIE



UNIwersytet
JAGIELLOŃSKI
W KRAKOWIE



Uniwersytet Papieski
Jana Pawła II
w Krakowie



UNIwersytet ROLNICZY
im. Hugona Kołłątaja w Krakowie



1% PODATKU POMOC DLA HUBERTA

W 2013 roku w wieku 13 lat w wyniku zdarzenia losowego syn osoby pracującej w AGH doznał uszkodzenia kręgosłupa odcinka lędźwiowego (tyłozmyk) kwalifikowanego do operacji. Niestety z powodu poważnej osteoporozy nie może być poddany zabiegowi. Aby mógł funkcjonować i chodzić potrzebuje stałej rehabilitacji. Dwutygodniowe przerwy

w rehabilitacji powodują, że choroba powraca do stanu początkowego powodując bardzo silne bóle kręgosłupa i problemy z poruszaniem oraz siedzeniem. Hubert ma problemy także z mięśniami, które częściowo nie pracują. Ze względu na długie przerwy w leczeniu finansowane przez NFZ trzeba było podjąć prywatne leczenie, którego koszt miesięczny to ok. 1000 zł. Rehabilitacja powoduje zmniejszenie dolegliwości bólowych oraz usprawnia pracę całego organizmu. Ponadto mama Huberta ponosi również bardzo wysokie koszty w związku z leczeniem Syna w poradni: reumatologicznej, gastrologicznej, kardiologicznej, okulistycznej. Hubert ma problemy z wchłanianiem się witaminy D3, leczony jest na nadciśnienie tętnicze, w związku z osłabieniem organizmu stale pogarsza się jego wzrok. Nie wszystkie badania, które są konieczne do oceny stanu zdrowia są refundowane przez NFZ.

Ponadto ze względu na dolegliwości i problemy z siedzeniem Hubert ma przyznane nauczanie indywidualne w warunkach domowych. Otrzymał także w 2016 r. orzeczenie o niepełnosprawności w stopniu umiarkowanym. Środki przekazane na konto pomogą mu sfinansować zabiegi i turnusy rehabilitacyjne, dodatkowe badania oraz konsultacje lekarskie. Dzięki Państwu pomocy Hubert może uniknąć siedzenia na wózku inwalidzkim, a także odzyskać część utraconej sprawności i złagodzić ból, z którym musi żyć. Bardzo prosimy o wszelką pomoc!

Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Słoneczko”

KRS 0000186434 cel szczegółowy nr. subkonta 482/B Hubert Bobela

– w celu przekazania 1%

Poza przekazaniem 1% można również dokonywać innych wpłat - darowizn na konto:

Fundacja Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Słoneczko” Stawnica 33A

77-400 Złotów

nr konta 89 8944 0003 0000 2088 2000 0010

KRS 0000186434 cel szczegółowy nr subkonta 482/B Hubert Bobela – darowizna



WWW.FACEBOOK.PL/KSSN.KRAKOW