

ZOBACZ (NIE)PEŁNOSPRAWNOŚĆ

CZEGO DOWIESZ SIĘ Z PRZECZYTANEGO TEKSTU

- *Poznasz definicję osoby z niepełnosprawnościami i ze szczególnymi potrzebami*
- *Poznasz różne rodzaje niepełnosprawności.*
- *Dowiesz się jakie są prawa osób z niepełnosprawnościami.*
- *Dowiesz się o potrzebach osób z niepełnosprawnościami w zależności od ich rodzaju.*
- *Zapoznasz się z dostępnymi formami wsparcia osób z niepełnosprawnościami, technologiami asystującymi i wspierającymi.*
- *Nauczysz się odpowiedniego słownictwa, które nie dyskryminuje wybranych osób*
- *Dowiesz się jak poprawnie zachować się wobec osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności*

WSTĘP

Osoba z niepełnosprawnością to osoba, która ma trwałe lub długotrwałe naruszenie sprawności fizycznej, psychicznej lub intelektualnej, które w znacznym stopniu ogranicza zdolność do wykonywania czynności życiowych. Natomiast osoby ze szczególnymi potrzebami to takie, które ze względu na swoje cechy albo okoliczności, w których się znajdują, muszą podjąć dodatkowe działania w celu przezwyciężenia barier uniemożliwiających lub utrudniających im udział w różnych sferach życia na równi z innymi osobami.

W praktyce, w Polsce, te dwa pojęcia są często używane zamiennie. Jednak warto pamiętać, że osoba ze szczególnymi potrzebami może mieć niepełnosprawność, ale niekoniecznie. Na przykład, osoba starsza, która ma problemy z poruszaniem się, może mieć

Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



szczególne potrzeby, ale nie ma niepełnosprawności. Oto kilka przykładów osób z niepełnosprawnościami:

- osoby z niepełnosprawnością ruchową, na przykład osoby poruszające się na wózkach inwalidzkich, osoby, które nie mają kończyn, są po amputacjach,
- osoby z niepełnosprawnością intelektualną, na przykład osoby z zespołem Downa
- osoby z niepełnosprawnością wzrokową, na przykład osoby niewidome lub słabo widzące
- osoby z niepełnosprawnością słuchową, na przykład osoby niesłyszące lub słabo słyszające
- osoby z niepełnosprawnością psychiczną, na przykład osoby z zaburzeniami psychicznymi

Natomiast osoby ze szczególnymi potrzebami to na przykład:

- osoby starsze, np. osoby po 65. roku życia
- osoby z chorobami przewlekłymi, na przykład osoby z cukrzycą lub astmą
- osoby z zaburzeniami rozwojowymi, na przykład osoby ze spektrum autyzmu
- osoby z niepełnosprawnościami sensorycznymi, na przykład osoby głuchoniewidome
- osoby z niepełnosprawnościami społecznymi, na przykład osoby bezdomne lub osoby dotknięte problemem ubóstwa



RODZAJE NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

Ważne jest, aby pamiętać, że osoby z niepełnosprawnościami i osoby ze szczególnymi potrzebami to ludzie tacy jak każdy inny. Mają swoje marzenia, cele i pragnienia. Zaslugują na szacunek i traktowanie na równi z innymi osobami.

Istnieje wiele różnych rodzajów niepełnosprawności, które można podzielić na następujące kategorie:

- Niepełnosprawność ruchowa dotyczy zaburzeń sprawności narządu ruchu, które mogą utrudniać lub uniemożliwiać poruszanie się. Do niepełnosprawności ruchowych należą między innymi:
 - porażenie mózgowe
 - mózgowe porażenie dziecięce
 - uszkodzenia rdzenia kręgowego
 - choroby układu mięśniowo-szkieletowego
 - choroby neurologiczne
- Niepełnosprawność intelektualna dotyczy zaburzeń rozwoju umysłowego, które wpływają na zdolność uczenia się, rozumowania i rozwiązywania problemów. Do niepełnosprawności intelektualnych należą między innymi:
 - Niepełnosprawność intelektualna
 - zespół Downa
 - spektrum autyzmu
- Niepełnosprawność wzrokowa dotyczy zaburzeń widzenia, które mogą utrudniać lub uniemożliwiać postrzeganie świata. Do niepełnosprawności wzrokowych należą

Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



zaburzenie ostrości widzenia, daltonizm, zaburzenie pola widzenia oraz liczne choroby oczu, które utrudniają widzenie.

- Niepełnosprawność słuchowa dotyczy zaburzeń słuchu, które mogą utrudniać lub uniemożliwiać komunikację. Do niepełnosprawności słuchowych należą między innymi:
 - głuchota
 - niedosłuch
 - choroby uszu
- Niepełnosprawność psychiczna dotyczy zaburzeń psychicznych, które mogą utrudniać lub uniemożliwiać funkcjonowanie w życiu codziennym. Do niepełnosprawności psychicznych należą między innymi:
 - zaburzenia afektywne
 - zaburzenia lękowe
 - zaburzenia osobowości
 - choroby psychiczne

Oprócz tych głównych kategorii, istnieją również inne rodzaje niepełnosprawności, takie jak:

- niepełnosprawność sensoryczna, która dotyczy zaburzeń w zakresie jednego lub więcej zmysłów, na przykład niepełnosprawności wzrokowo-słuchowej
- niepełnosprawność wieloraka, która dotyczy zaburzeń w zakresie dwóch lub więcej sfer funkcjonowania człowieka, na przykład niepełnosprawności ruchowo-intelektualnej



Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



- niepełnosprawność nabyta, która pojawia się w wyniku choroby, wypadku lub innego zdarzenia
- niepełnosprawność wrodzona, która jest obecna od urodzenia

SPOŁECZNY WYMIAR NIEPEŁNOSPRAWNOŚCI

Ważne jest, aby pamiętać, że niepełnosprawność to nie tylko problem zdrowotny, ale także społeczny. Osoby z niepełnosprawnościami często spotykają się z dyskryminacją i wykluczeniem. Dlatego ważne jest, aby tworzyć społeczeństwo, które jest przyjazne dla osób z niepełnosprawnościami. Dużą pomocą przy tworzeniu dostępnego społeczeństwa jest Konwencja ONZ o prawach osób niepełnosprawnych, która została przyjęta przez Zgromadzenie Ogólne Narodów Zjednoczonych 13 grudnia 2006 roku. Jest to pierwszy międzynarodowy dokument, który w kompleksowy sposób traktuje o prawach osób niepełnosprawnych. Konwencja określa osoby niepełnosprawne jako osoby, które mają długotrwałe fizyczne, umysłowe, intelektualne lub sensoryczne upośledzenie, które w interakcji z różnymi barierami mogą utrudniać im pełne i efektywne uczestnictwo w społeczeństwie na równi z innymi osobami. Celem Konwencji jest popieranie, ochrona i zapewnienie pełnego i równego korzystania ze wszystkich praw człowieka i podstawowych wolności przez wszystkie osoby niepełnosprawne na równi ze wszystkimi innymi obywatelami. Konwencja obejmuje szeroki zakres praw, w tym:

- prawa polityczne i obywatelskie, takie jak prawo do życia, wolność osobista, wolność od dyskryminacji, prawo do uczestnictwa w życiu politycznym i publicznym;
- prawa społeczne, ekonomiczne i kulturowe, takie jak prawo do pracy, do nauki, do opieki zdrowotnej, do kultury i rekreacji;
- prawa do dostępności, takie jak prawo do dostępu do przestrzeni publicznej, do transportu, do informacji i komunikacji;



Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



- prawa do ochrony przed przemocą i nadużyciami;
- prawa do godności i autonomii.

Konwencja zobowiązuje państwa lub strony do podjęcia działań w celu zapewnienia pełnego i równego korzystania przez osoby niepełnosprawne ze wszystkich praw człowieka i podstawowych wolności. Konwencja o prawach osób niepełnosprawnych jest ważnym dokumentem, który ma na celu zapewnienie osobom niepełnosprawnym pełnego i równego udziału w życiu społecznym, politycznym i gospodarczym. Została ona ratyfikowana to znaczy przyjęta do realizacji przez 182 państwa, w tym w 2012 roku przez Polskę, ale to nie jedyny akt prawny, bo prawa osób z niepełnosprawnościami są chronione przede wszystkim przez Konstytucję Rzeczypospolitej Polskiej, Ustawę o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych oraz inne przepisy prawa. Aby tworzyć społeczeństwo, które jest przyjazne dla osób z niepełnosprawnościami, należy podjąć następujące działania:

- Zmienić postawy społeczne. Ważne jest, aby społeczeństwo uświadamiało sobie, że osoby z niepełnosprawnościami to ludzie tacy jak każdy inny. Mają swoje marzenia, cele i pragnienia. Zaslugują na szacunek i traktowanie na równi z innymi. Takie podejście jest zbieżne z ideą Konwencji Praw Osób Niepełnosprawnych ONZ
- Upowszechnić dostępność to znaczy należy zapewnić osobom z niepełnosprawnościami dostęp do wszystkich sfer życia społecznego, w tym do edukacji, zatrudnienia, opieki zdrowotnej, kultury, sportu i rekreacji.
- Wspierać osoby z niepełnosprawnościami. Należy zapewnić im odpowiednie wsparcie, w tym wsparcie finansowe, techniczne i psychologiczne.

Oto konkretne przykłady działań, które można podjąć w celu tworzenia społeczeństwa przyjaznego dla osób z niepełnosprawnościami:



Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



- Wprowadzenie powszechnych rozwiązań ułatwiających dostęp osobom z niepełnosprawnościami, takich jak podjazdy, windy, ścieżki dla osób niewidomych czy tłumacze języka migowego.
- Dostosowanie programów nauczania do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.
- Wprowadzenie przepisów prawnych zakazujących dyskryminacji osób z niepełnosprawnościami.
- Wsparcie organizacji pozarządowych, które działają na rzecz osób z niepełnosprawnościami.

JĘZYK, KTÓRY NIE DYSKRYMINUJE

W aktach prawnych posługujemy się słowami, które są potężną bronią. Mogą być używane do wyrażania miłości, radości, nadziei, ale także do wyrządzania krzywdy. Czy słowa naprawdę mogą zranić drugą osobę? Odpowiedź na to pytanie jest jednoznaczna: tak, słowa mogą ranić. Mogą ranić na wiele sposobów. Mogą ranić fizycznie, gdy są wypowiedziane w formie groźby lub przemocy. Mogą ranić emocjonalnie, gdy są wypowiedziane w formie obelg, obraźliwych komentarzy lub poniżenia. Słowa mogą ranić, ponieważ mają moc wpływania na nasze emocje i myśli. Mogą wywołać w nas poczucie bólu, smutku, wstydu, gniewu lub strachu. Mogą zburzyć nasze poczucie własnej wartości, poczucie bezpieczeństwa lub poczucie własnej godności. Słowa mogą ranić szczególnie mocno, gdy są wypowiedziane przez osobę, której ufamy. Gdy ktoś, kto jest dla nas ważny, mówi nam coś bolesnego, może to mieć na nas jeszcze bardziej destrukcyjny wpływ. Gdy używamy słów, powinniśmy pamiętać o ich potężnej sile dlatego warto pamiętać o kilku zasadach prawidłowego wystawiania się w tematyce niepełnosprawności:

- Używaj określeń, które są neutralne i nie dyskryminujące.
- Nie używaj określeń, które traktują niepełnosprawność jako coś negatywnego lub upokarzającego.



Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



- Pytaj o zgodę osoby z niepełnosprawnością, zanim powiesz coś o jej niepełnosprawności.

Oto kilka przykładów dobrych i złych wyrażen dotyczących niepełnosprawności:

Dobre wyrażenia:

- Osoba z niepełnosprawnością
- Osoba z zaburzeniami ruchowymi
- Osoba z zaburzeniami wzroku
- Osoba z zaburzeniami słuchu
- Osoba z zaburzeniami intelektualnymi

Złe wyrażenia:

- Niepełnosprawny
- Inwalida
- Chory
- Upośledzony

Oto kilka przykładów, jak można prawidłowo zmienić zdanie, które zawiera niewłaściwe wyrażenie:

- Zamiast powiedzieć „niepełnosprawny człowiek” powiedz „Osoba z niepełnosprawnością”.
- Zamiast powiedzieć „Inwalida porusza się na wózku inwalidzkim” powiedz „Osoba z niepełnosprawnością ruchową porusza się na wózku inwalidzkim”.

Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



- Zamiast powiedzieć „ślepy” powiedz „Osoba z zaburzeniami wzroku”.
- Zamiast powiedzieć „Upośledzony umysłowo” powiedz „Osoba z zaburzeniami intelektualnymi”.

WSPARCIE OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

Nowoczesne technologie mogą odgrywać znaczącą rolę w poprawie jakości życia osób z niepełnosprawnościami. Mogą one pomóc im w codziennych czynnościach, w nauce i pracy, a także w integracji społecznej. Możemy wyróżnić technologie asystujące czyli urządzenia i oprogramowanie, które pomagają osobom z niepełnosprawnościami w wykonywaniu codziennych czynności. W przypadku osób niewidomych obejmują szeroki zakres produktów, które pomagają im w komunikacji, nauce, pracy i życiu codziennym. Technologie te umożliwiających większą **niezależność osób niepełnosprawnych**. Do najpopularniejszych technologii asystujących można zaliczyć np.

- Czytniki ekranu - programy komputerowe, które odczytują zawartość ekranu komputera i przetwarzają ją na mowę. Dzięki czytnikom ekranu osoby niewidome mogą korzystać z komputera do pracy, nauki, rozrywki i komunikacji.
- Syntezatory mowy - urządzenia, które przetwarzają tekst na mowę syntetyczną. Syntezatory mowy mogą być używane do czytania książek, artykułów, e-maili i innych dokumentów.
- Brajl - alfabet dotykowy, który umożliwia osobom niewidomym odczytywanie i pisanie. Brajlem można czytać książki, artykuły, e-maile i inne dokumenty.
- Klawiatury brajlowskie - urządzenia do pisania w alfabecie Braille'a. Klawiatury brajlowskie umożliwiają osobom niewidomym tworzenie własnych dokumentów i notatek.



Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



- Laski dla osób niewidomych - urządzenia, które pomagają osobom niewidomym poruszać się w przestrzeni. Laski dla osób niewidomych mogą być używane do wykrywania przeszkód i orientacji w terenie.

Oprócz wymienionych wyżej technologie asystujących, osoby niewidome mogą korzystać z wielu innych urządzeń i oprogramowania, które ułatwiają im codzienne życie. Do przykładów takich technologii należą:

- Aplikacje mobilne, które pomagają osobom niewidomym w nawigacji, zakupach, komunikacji i innych czynnościach.
- Urządzenia do sterowania głosem, które umożliwiają osobom niewidomym sterowanie urządzeniami elektronicznymi za pomocą głosu.
- Urządzenia do rozpoznawania mowy, które umożliwiają osobom niewidomym rozpoznawanie obiektów i osób w otoczeniu.

Technologie asystujące są coraz bardziej powszechnie wykorzystywane w pracy z osobami niewidomymi. Dzięki nim osoby niewidome mogą łatwiej i samodzielniej uczestniczyć w życiu społecznym, zawodowym i edukacyjnym. W przypadku osób głuchych technologie asystujące mogą pomóc im w komunikowaniu się, dostępie do informacji i uczestniczeniu w społeczeństwie. Oto kilka przykładów technologii asystujących wykorzystywanych w pracy z osobami głuchymi:

- Lingwista migowy to osoba, która jest przeszkolona w zakresie języka migowego. Lingwiści migowi mogą służyć jako tłumacze między osobami głuchymi a słyszącymi. Mogą również pomagać osobom głuchym w nauce języka migowego.
- Urządzenia do tłumaczenia języka migowego to urządzenia, które mogą przetłumaczyć język migowy na język mówiony lub pisany. Urządzenia te mogą być wykorzystywane przez osoby głuche do komunikacji z osobami słyszącymi, a także przez osoby słyszące do komunikacji z osobami głuchymi.



Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



- Urządzenia do wspomagania słuchu to urządzenia, które pomagają osobom z niedosłuchem w słyszeniu. Urządzenia te mogą obejmować aparaty słuchowe, implanty ślimakowe i systemy FM.
- Urządzenia do komunikowania się z komputerem to urządzenia, które pomagają osobom z niepełnosprawnościami, w tym osobom głuchym, w komunikowaniu się z komputerem. Urządzenia te mogą obejmować klawiatury z dużymi literami, klawiatury z ekranem dotykowym i oprogramowanie do rozpoznawania mowy.
- Urządzenia do dostępu do informacji to urządzenia, które pomagają osobom z niepełnosprawnościami, w tym osobom głuchym, w dostępie do informacji. Urządzenia te mogą obejmować tłumacze tekstu na język migowy, urządzenia do odczytywania ekranu i programy do tłumaczenia języków.
- Aplikacje i oprogramowanie ułatwiające dostęp do informacji i komunikacji. Na przykład, aplikacje na smartfony mogą pomagać osobom niewidomym w czytaniu tekstu, a aplikacje do tłumaczenia języków mogą pomagać osobom głuchym w komunikacji z otoczeniem.
- Urządzenia wspomagające komunikację. Mogą to być na przykład syntezy mowy, czy też systemy komunikacji alternatywnej i wspomagającej (AAC).

Technologie asystujące mogą być przeznaczone do pomocy w konkretnym zadaniu, takim jak komunikacja lub poruszanie się, lub mogą być bardziej ogólne, takie jak urządzenia ułatwiające dostęp do informacji. Mogą pomóc im w wykonywaniu codziennych czynności, w uczestniczeniu w życiu społecznym i zawodowym, a także w pełnieniu ról społecznych.

Nowoczesne technologie mają ogromny potencjał do poprawy jakości życia osób z niepełnosprawnościami. Mogą one pomóc im w zwiększeniu niezależności, rozwoju osobistym i uczestnictwie w życiu społecznym. Ważne jest, aby technologie były dostosowane do indywidualnych potrzeb i możliwości osób z niepełnosprawnościami.



ZASADY PRAWIDŁOWEGO ZACHOWANIA SIĘ WOBEC OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

Aby móc skutecznie i dobrze pomagać nie wystarczy wiedza o potrzebach osób z różnym rodzajem niepełnosprawności. Nie mniej istotne jest znajomość podstawowych zasad prawidłowego zachowania się wobec takich osób. Ważne jest aby mieć szacunek do drugiej osoby, prawidłowo się komunikować żeby udzielić dobrej pomocy.

- **Szacunek i równość dla drugiego człowieka.** Osoby z niepełnosprawnościami to ludzie tacy jak każdy inny. Zaslugują na szacunek i traktowanie na równi z innymi.
- **Komunikacja.** Komunikuj się, rozmawiaj z osobami z niepełnosprawnościami w sposób, który jest dla nich najwygodniejszy. Jeśli nie jesteś pewien, jak się zachować, zapytaj o to osobę z niepełnosprawnością.
- **Pomoc.** Jeśli widzisz, że osoba z niepełnosprawnością napotyka na trudności, zapytaj czy chce pomocy i pomóż jej, jeśli jest to możliwe.

Zasady właściwego zachowania się w towarzystwie wobec innych osób bądź przy stole nazywane są *savoir-vivre* [wym. sawuar wiwr]. To znajomość obyczajów i form towarzyskich, reguł grzeczności, to umiejętność postępowania w życiu i radzenia sobie w różnych trudnych sytuacjach. Zestaw kilku konkretnych przykładów właściwego zachowania się wobec osób, które poruszają się przy pomocy wózka inwalidzkiego:

- Jeśli spotkasz osobę poruszającą się na wózku inwalidzkim, zapytaj, czy chcesz jej pomóc w wejściu do budynku lub przejściu przez ulicę. Nie zakładaj, że osoba poruszająca się na wózku inwalidzkim potrzebuje pomocy.
- Zawsze pytaj o zgodę, zanim pomożesz osobie poruszającej się na wózku inwalidzkim. Nie zakładaj, że osoba ta potrzebuje pomocy.

Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



- Jeśli oferujesz pomoc, upewnij się, że wiesz, jak ją udzielić. Jeśli nie jesteś pewien, jak pomóc, zapytaj o to osobę poruszającą się na wózku inwalidzkim.
- Bądź cierpliwy i wyrozumiały. Osoby poruszające się na wózku inwalidzkim mogą potrzebować więcej czasu na wykonanie pewnych czynności.
- Nie blokuj drogi osobom poruszającym się na wózku inwalidzkim. Jeśli stoisz na chodniku, upewnij się, że masz wystarczająco dużo miejsca, aby osoba poruszająca się na wózku inwalidzkim mogła bezpiecznie minąć cię.
- Bądź uważny na przeszkody. Jeśli widzisz przeszkodę na drodze, upewnij się, że osoba poruszająca się na wózku inwalidzkim wie o niej.
- Bądź pozytywny i entuzjastyczny. Osoby poruszające się na wózku inwalidzkim chcą być traktowane jak każdy inny.
- Otwórz drzwi do budynku lub sklepu.
- Pomóż osobie poruszającej się na wózku inwalidzkim w wejściu do windy lub na schody.
- Pomóż osobie poruszającej się na wózku inwalidzkim z zakupami lub innymi przedmiotami.
- Pomóż osobie poruszającej się na wózku inwalidzkim przejść przez ulicę.

Oto kilka konkretnych przykładów właściwego zachowania się wobec osób głuchych:

- Przed rozpoczęciem rozmowy zapytaj, czy osoba głucha jest w stanie słyszeć.
- Mów wyraźnie i powoli, patrząc na osobę głuchą.
- Unikaj używania słów, które brzmią podobnie, ale mają inne znaczenie.
- Jeśli nie jesteś pewien, jak powiedzieć coś po języku migowym, użyj gestów lub napisz to na kartce.



Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



- Jeśli widzisz, że osoba głucha ma problem z porozumieniem się, spróbuj jej pomóc.
- Jeśli masz możliwość, warto nauczyć się podstawowych zwrotów w języku migowym.
- Bądź cierpliwy i wyrozumiały.
- Nie zakładaj, że osoba głucha nie rozumie, co się do niej mówi.
- Jeśli rozmawiasz z osobą niesłyszącą, mów wyraźnie i powoli. Jeśli znasz język migowy, możesz go użyć.
- Jeśli spotkasz osobę głuchą na ulicy, możesz pomóc jej, na przykład w przejściu przez ulicę lub dotarciu do miejsca docelowego.
- Jeśli spotkasz osobę głuchą w restauracji, możesz pomóc jej w zamówieniu jedzenia.
- Jeśli spotkasz osobę głuchą na spotkaniu, możesz pomóc jej w zrozumieniu tego, co się mówi.

Jeśli spotkasz osobę niewidomą bądź niedowidzącą możesz wykorzystać kilka wskazówek:

- Jeśli rozmawiasz z osobą słabo widzącą, upewnij się, że stoisz przed nią lub że ją widzisz. Jeśli chcesz jej coś pokazać, podejdź do niej i pokaż jej to.
- Jeśli chcesz zwrócić uwagę osoby niewidomej, upewnij się, że stoisz przed nią lub że ją widzisz. Możesz również dotknąć jej ramienia lub dłoni.
- Gdy rozmawiasz z osobą niewidomą, mów wyraźnie i powoli. Nie zakładaj, że osoba niewidoma nie słyszy.
- Jeśli chcesz pokazać coś osobie niewidomej, podejdź do niej i pokaż jej to. Nie krzycz ani nie mów do niej z boku.
- Jeśli chcesz pomóc osobie niewidomej w przejściu przez ulicę, zapytaj, czy możesz jej pomóc. Nie zakładaj, że osoba niewidoma potrzebuje pomocy.
- Jeśli spotkasz osobę niewidomą w przestrzeni publicznej, nie blokuj jej drogi.



Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



- Jeśli widzisz psa przewodnika, nie przeszkadzaj mu w wykonywaniu jego pracy.
- Nie zakładaj, że osoba niewidoma nie może sama sobie poradzić.

Jeśli rozmawiasz z osobą z niepełnosprawnością intelektualną, używaj prostych, jasnych słów. Jeśli rozmawiasz z osobą z niepełnosprawnością psychiczną, bądź cierpliwy i wyrozumiały. Oczywiście, w każdym konkretnym przypadku należy zachować zdrowy rozsądek i dostosować swoje zachowanie do indywidualnych potrzeb osoby z niepełnosprawnością. Pamiętaj, że małe gesty mogą mieć duży wpływ na życie osób z niepełnosprawnościami.

Twoje działania mogą mieć realny wpływ na życie osób z niepełnosprawnościami.

PODSUMOWANIE

Rola osób z niepełnosprawnościami w życiu społecznym. Osoby z niepełnosprawnościami są pełnoprawnymi członkami społeczeństwa. Mają takie same prawa i obowiązki jak wszyscy inni, a ich udział w życiu społecznym jest nieoceniony. Osoby z niepełnosprawnościami mogą wносить do społeczeństwa wiele wartości. Mogą być inspiracją dla innych, pokazując, że mimo przeciwności losu można osiągnąć sukces. Mogą również być źródłem wiedzy i doświadczenia, które mogą być wykorzystywane w różnych dziedzinach życia. Udział osób z niepełnosprawnościami w życiu społecznym ma również pozytywny wpływ na zdrowie psychiczne i fizyczne wszystkich członków społeczeństwa. Pomaga kształtować postawy tolerancji, otwartości i akceptacji. Pozwala również uczyć się szacunku dla różnorodności. Okazywanie szacunku i wsparcia osobom z niepełnosprawnościami to nie tylko kwestia dobrego wychowania. To również nasz obowiązek moralny, tym bardziej, że współczesna technika idzie nam z pomocą. Tymczasem poznanie podstawowych zasad prawidłowego zachowania się stawia nas jako ludzi kulturalnych, które umiejętnie, delikatnie i taktownie potrafią się odnaleźć w różnych sytuacjach życiowych wobec osób z różnym rodzajem niepełnosprawności.

Projekt pt. *Młodzieżowy Uniwersytet Ekonomiczny* realizowany jest w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020 współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, nr umowy: POWR.03.01.00-00-T220/18. Kwota dofinansowania ze środków europejskich: 2 505 178,95 zł. Całkowita wartość projektu to 2 972 447,73 zł.



LITERATURA

1. Bieganowska-Skóra A., *Savoir-vivre wobec osób z niepełnosprawnościami*, Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie, Lublin 2022
2. Gorajewska D., *Fakty i mity o osobach z niepełnosprawnością*, Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji, Warszawa 2009
3. Kuczkowska J., *Jak żyć...na wózku – poradnik*, Zakład Ubezpieczeń Społecznych, Warszawa 2016
4. *Savoir-vivre wobec osób z niepełnosprawnością*, Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji, Warszawa 2016
5. Konwencja prawach osób niepełnosprawnych sporządzona w Nowym Jorku dnia 13 grudnia 2006 r. (Dz. U. 2012 poz. 1169)
6. Ustawa z dnia 4 kwietnia 2019r. dostępności cyfrowej stron internetowych i aplikacji mobilnych podmiotów publicznych (Dz. U. 2019 poz. 848)
7. Ustawa z dnia 19 lipca 2019 r. o zapewnianiu dostępności osobom ze szczególnymi potrzebami (Dz. U. 2019 poz. 1696)

LINKI DO ŹRÓDEŁ INTERNETOWYCH

1. <https://isap.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=WDU20190001696>
2. <https://isap.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=WDU20230000100>
3. <https://www.gov.pl/attachment/6b11b000-cd1b-4357-bb06-94de154ddf00>
4. <https://turbotlumaczenia.pl/blog/aplikacje-do-tlumaczenia-jezyka-za-granica/>
5. https://www.fundacjaavalon.pl/abc/alternatywne_metody_porozumiewania_sie_czesc_i/

