



Helena Szczuka-Kalensky: Dzień dobry. Witam serdecznie w pierwszym odcinku serii podcastów Fundacji Avalon - "Wystarczy zacząć". Ja się nazywam Helena Szczuka-Kalensky i jestem przedstawicielką Fundacji. Dzisiaj będę rozmawiać z naszymi wspaniałymi gośćmi, z którymi spotkaliśmy się z okazji Miesiąca Walki z Dyskryminacją Osób z Niepełnosprawnościami. Będziemy rozmawiać dzisiaj o tym, między innymi, jak kreowany jest wizerunek osób z niepełnosprawnościami przez media, przez inne środki przekazu. Jakie są postawy społeczne wobec osób z niepełnosprawnościami. O tym też, w jaki sposób my postrzegamy osoby z niepełnosprawnościami. Naszymi gośćmi są: Renata Orłowska oraz Jan Mela.

Renata Orłowska i Jan Mela: Dzień dobry, cześć, cześć.

Helena: Chciałabym, żebyście powiedzieli o sobie może kilka słów, bo wiem, że bardzo dużo osób Was zna na pewno, ja też mogłabym kilka słów o Was powiedzieć, ale chciałabym jednak, żebyście powiedzieli o sobie to, co uważacie, że jest najistotniejsze. To Renato.

Renata: Parytety, tak? Bardzo fajnie. No tak, więc im więcej i dłużej działam w środowisku i w społeczności, tym mniej mówię o sobie, tym krótsze jest to przedstawienie, więc... pedagożka.

Jan: Okej, w jednym słowie, super. Jasiak Mela - podróżnik, działacz społeczny, mąż i ojciec, bo to tak najbardziej mnie angażuje ostatnimi czasy i pewnie na długo.

Helena: Dobrze, to mamy przedstawienie już za sobą. W Polsce żyje ponad 5 milionów osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Są to też często niepełnosprawności niewidoczne na tak zwany pierwszy rzut oka. I ostatnia kampania społeczna Fundacji Avalon, którą prowadziliśmy od grudnia do końca marca, "Teraz mnie widzisz?", mówiła o tej niezauważalności. I myślałam o tym, żeby zrobić z tego punkt wyjścia, bo będziemy rozmawiać o wizerunku. Mówiliśmy w kampanii o tym, że osoby z niepełnosprawnościami paradoksalnie czują się często niezauważalne, niewidzialne, mimo że w tym tak zwanym

tlumie ludzie zwracają często uwagę na ten wózek, protezę, czy u Ciebie, prawda, brak w pełni ręki - jeżeli tak mogę powiedzieć. Rozmawialiśmy o tym, że jednak nie czują się widoczni, Ten wizerunek badaliśmy z Fundacją Avalon w marcu. Przeprowadziliśmy badania, które są dostępne na stronie www.fundacjaavalon.pl, dotyczyły właśnie tego, jak kreowany jest wizerunek osób z niepełnosprawnościami przez media, przez inne środki przekazu, w jaki sposób on później determinuje nasze zachowanie, czy wpływa na dyskryminację. Postanowiliśmy się pochylić nad tym tematem. Tytuł dzisiejszego odcinka, "Jak nas widzą? Jacy jesteśmy? rodzi we mnie przede wszystkim pytanie: ta osoba z niepełnosprawnością, czy niepełnosprawny, niepełnosprawna, (bo do tego języka też dojdziemy), kto to w ogóle jest? Jak człowiek zamknie oczy, to zazwyczaj widzi ten piktogram. A grupa osób z niepełnosprawnościami, ona jest przecież bardzo złożona. I czy dla Was ta niepełnosprawność jest rzeczywiście częścią tożsamości? Czy Wy, jak o sobie mówicie, to stwierdzacie rano, okej, nie wiem, jestem kobietą, jestem mężczyzną, mam niepełnosprawność, czy w ogóle postrzegacie siebie w inny sposób?

Renata: Nasza perspektywa jest odmienna, myślę, że to jest też w ogóle fajnie, że zaprosiłaś dwie perspektywy. Ja jestem od urodzenia niepełnosprawna, Jasiak ma niepełnosprawność nabytą, więc to jest całkiem inaczej, jest inne podejście do tego. Ja ze swojej strony, co mogę powiedzieć, to że to nie jest tak, że moja niepełnosprawność jest niezauważalna dla mnie, ale ja po prostu z nią żyję. Więc to nie jest tak, że się budzę rano i "O jeny jestem niepełnosprawna". Nie. Natomiast wydaje mi się, że to bardziej społeczeństwo widzi tę naszą niepełnosprawność niż my sami. Dlatego że jesteśmy tu, gdzie jesteśmy i tę drogę, którą przeszliśmy, przeszliśmy właśnie będąc osobami niepełnosprawnymi, z niepełnosprawnością. Dla mnie ten język nie ma dla mnie znaczenia. Wkurza mnie "kaleka", więc to tyle. I ta droga była... jest taka właśnie dlatego, że jesteśmy... mamy tę niepełnosprawność. Natomiast kiedy myślę o sobie, to przede wszystkim myślę o sobie jako o kobiecie. Jako o kobiecie, jako o osobie, która wspiera, bo udzielam wsparcia różnorodnego - zarówno osobom z niepełnosprawnościami, osobom pełnosprawnym. To to jest takie moje postrzeganie.

Jan: To jest fajne to, co Renata powiedziałaś na początku, że jesteśmy tu we dwójkę, już mamy trochę inną perspektywę. Gdyby tutaj zaprosić 10 różnych osób z różnymi niepełnosprawnościami, to znowu ta perspektywa na każdym kroku będzie trochę inna. Bariery architektoniczne dla Ciebie, a dla mnie to jest inna rzecz. Ale mam na myśli też to, że jakby nasza sytuacja fizyczna to jest jedno, ale to właśnie jak sami siebie postrzegamy, no to

znowu jest sprawa zupełnie inna. Powiedziałaś, że do tematu języka dojdziemy i to jest bardzo, bardzo fajne, bo jednak język w dużej mierze nas kształtuje. Ja trochę podobnie jak Ty, mam tak, że jak się budzę i patrzę w lustro, to jakby nie jest tak, że przeliczam ilość kończyn, że myślę sobie "fajny dzień, słońce świeci, piękną żonę mam i dzieciaki, cholera! ale znowu nie mam ręki! Ale może jutro, weekend."

Renata: Podejrzewam, że się budzisz na zasadzie: "Jezu, znowu dziecko mnie tutaj woła, a ja bym jeszcze pospał."

Jan: Tak... Tu mnie rozgryzłaś (śmiej) i myślę, że pod tym względem się nie różnię od innych tatusiów. Tak się usprawiedliwię. Nie, nie jest to, więc, coś, na czym ja się bardzo na co dzień skupiam. I rzeczywiście jest tak, że częściej to ludzie bardziej to dostrzegają. Żyję z niepełnosprawnością za pan brat od 22 lat. I teraz dużo bardziej mam tak, że jadę sobie pociągiem, wiąże but na przykład i widzę, że ktoś się na mnie patrzy... O co chodzi? O co chodzi, nie? Umazałem się czymś? Staram się tak ubierać, żeby w miarę te różne sosy mi się jakoś w tych wzorkach rozmyły. Ale nie, nie jadłem nic z sosem. I dopiero potem sobie myślę, "no tak.. bo to nie jest normalne!" trochę się będę na tym słowie skupiał. Nie jest przeciętne, że się wiąże but jedną ręką, nie? I to trochę o to chodzi. Więc bardziej właśnie w tym, jak ludzie to postrzegają i zauważają te nasze odmienności, bardziej sobie właśnie zauważam swoją niepełnosprawność. Myślę, że niepełnosprawność jest czymś, co na pewno nas kształtuje i wpływa na nasze życie, ale myślę, że dobrze by było, żeby nie determinowało całego tego życia, Jeżeli więc nas zapraszacie i możemy porozmawiać o tym temacie, to super, nie? Ale niepełnosprawność nie jest czymś, o czym ja myślę od świtu do zmierzchu, no bo bym po prostu ześwirował.

Helena: Wchodzimy teraz w temat, który miał być troszeczkę później, ale myślę, że możemy go pociągnąć. Są różne cechy, które nas determinują, oczywiście. Natomiast wspomniałeś o tym, że my się dzisiaj spotkaliśmy i o tej niepełnosprawności będziemy rozmawiać. I to bardzo często się też pojawia w rozmowach z osobami, które są związane z Fundacją Avalon, czy z naszymi podopiecznymi. I stąd też wyszły nasze badania, bo my chcieliśmy sprawdzić, czy w mediach spotykamy w ogóle osoby z niepełnosprawnościami w innym kontekście. Jeden z bohaterów kampanii społecznej "Teraz mnie widzisz?" – Alan - powiedział, że on już jest zmęczony tym, że ciągle jest zapraszany do jakichś programów czy gdzieś do jakiegoś wywiadu i on ciągle opowiada o tym, że miał wypadek i że po tym wypadku jeździ na wózku.

Renata: To jest nasza narracja. Jasiiek, nie rozmawialiśmy nigdy na ten temat, ale myślę, że mamy podobny flow, bo jest coś takiego, że na początku, jak to się wszystko zaczyna, to występujemy w roli edukatorów. I uczymy, że to, że tamto, że tego nie wypada, tamto nie wypada, że w ten sposób trzeba rozmawiać i tak dalej. Ale słuchajcie, to już mija prawie 20 lat! Ja już mam po kokardę! Już najwyższa pora się nauczyć.

Helena: No dobrze. Prawda? No właśnie. I teraz tak, jak patrzymy na ten wizerunek, to według badań naszych wychodzi, że w mediach osoby z niepełnosprawnościami pojawiają się zazwyczaj w dwóch kontekstach. Pierwszy kontekst to jest apelowanie o pomoc, czyli to jest trochę budowanie takiego, tak, wizerunku, że jestem osobą, która potrzebuje wsparcia. Oczywiście osoby z niepełnosprawnościami często proszą o to wsparcie, bo jest im po prostu potrzebne. Natomiast drugi rodzaj, to przełamywanie tych barier: mimo niepełnosprawności codziennie chodzę do pracy, albo mimo niepełnosprawności się uśmiecham, mam męża, albo mimo niepełnosprawności odprowadzam dziecko do przedszkola, albo w ogóle coś tam jeszcze innego robię. I oczywiście są te bariery, z którymi trzeba sobie poradzić, bo jak to też Ania Dzieduszycka kiedyś powiedziała, to świat jest do nas często niedostosowany, ale czy...

Renata: Nie często, tylko cały czas! Cały czas, w sumie, no właśnie. To jest po prostu... stała - konstans, że jest niedostosowany. Czekaj, uciekło mi...

Jan: To ja tu wskoczę! Myślę, że to jest istotne to, co mówisz, że cały czas towarzyszy nam taka bardzo silna polaryzacja. Mnie też, podobnie jak Ciebie, z tego, co słyszę nie pierwszy raz, wścieka to, że to jest albo-albo. Albo właśnie: bidny kaleka - wrzuc pan pieniążek, bo inaczej to w ogóle zgniję, albo właśnie super bohater. No i mi się przypomina historia, jak jeden z moich znajomych, podopieczny fundacji, którą prowadziłem, po amputacji nogi miał taką rozmowę... Ktoś go pyta: "A, nie masz nogi, to jaki sport uprawiasz?" Mówi, no ale nie uprawiam. A, okej. I dla niego to było takie udarzące, że właśnie przez to pokazywanie takich superbohaterów, to się kojarzy właśnie, że jak jesteś na wózku, to na pewno na co dzień jeździsz w góry, jak nie masz nogi, to biegasz maratony. I żeby było jasne, jak ktoś nie ma nogi i ma ochotę biegać maratony, to świetnie, że dzisiaj świat daje mu takie możliwości.

Renata: Ale to też jest właśnie to, że media tak narzucają, bo oni pokazują, że właśnie osoby... Teraz też to jest cały czas... że my nie mamy prawa być po prostu normalni!

Jan: Ale na takie drobne usprawiedliwienie mediów i w ogóle opinii publicznej, to myślę sobie, że jest to też taki dosyć naturalny proces, w którym od tego, żeby trochę przychylić szalę z tego, co było kiedyś - czyli albo w ogóle niepokazywania osób z niepełnosprawnościami, bo to, przepraszam, takie brzydkie, nieestetyczne. Pamiętam taką sytuację, kiedy był może średnio dla mnie fascynujący czas mojego życia, ale miałem kiedyś taki epizod, że występowałem w Tańcu z Gwiazdami. I kiedy poszła taka informacja do mediów, że niepełnosprawny Jasiek Mela będzie występował w takim show, to ilość różnych i pozytywnych, i negatywnych informacji była dla mnie bardzo ciekawa. I to jak dużo było takiego przekazu negatywnego! Dla mnie było to takim potwierdzeniem tego, że ta dziwna decyzja miała sens, Bo kiedy czytałem komentarze typu "Kurde, nie po to włączam telewizor, żeby patrzeć na to jakiś tam pusty rękaw albo właśnie kalekę", to pomyślałem sobie "sorry gościu, jak ci nie pasuje, to nie włączaj telepułdła, nie wychodź z domu, a najlepiej nie patrz w lustro, bo się na pewno czegoś tam dopatrzysz, czegoś nieestetycznego!". I na tym trochę polega nasza rola, moim zdaniem, żeby to właśnie oswajać, żeby to normalizować. Ja myślę sobie, że jeżeli się trochę przetoczy to właśnie przeginanie w drugą stronę, to w którymś momencie to wahadło będzie mogło...się odbić. I to jest moim zdaniem ten czas.

Renata: Dobrze, że to dokończyłeś, bo... ja już mam poczucie, że już nie oswajamy. Już nie mówimy. Po prostu przyzwyczajajcie się do nas, że mamy prawo do seksu, że mamy prawo do nauki, że mamy prawo do tego, żeby być wrednymi, że mamy prawo do tego, żeby do wszystkich takich, do których mają prawo osoby pełnosprawne, dosyć. Po prostu jesteśmy, żyjemy, funkcjonujemy. No po prostu to jest ten czas, żeby ten wizerunek był już wizerunkiem takim, jaki jest faktycznie. Ja swoim studentom na pierwszych zajęciach, które prowadzę i prowadziłam od wielu, wielu lat, mówiłam, że wśród osób niepełnosprawnych są osoby złośliwe, są wspaniałe, są cudowne, ale są też marudy, są też osoby, które mają wszystko w nosie, są cwaniacy, są złodzieje.

Helena: My tworzymy w pewien sposób takie właśnie duże uproszczenia. Osoba z niepełnosprawnością to jest ten piktogram. Zamknę oczy, widzę to niebieskie pole i ten piktogram tego ludka na tym wózku. I musi być miły, musi być jakiś i wstawiamy go w tę rolę.

Renata: To jest też tak, że jeżeli miałaś doświadczenie, na przykład jakieś tam z osobą z

niepełnosprawnością, to tę kalkę przekładasz na całą grupę. I to mnie trzyma przed tym, że jak idzie małe dziecko, to żeby do niego miło odpowiedzieć, o co chodzi, a nie powiedzieć, że powinna cię tego nauczyć mama. Bo mama powinna tego nauczyć! Żeby osoba nie zachowywała się i media powinny nauczyć.

Helena: No dobrze, ale poczekaj, bo wprowadzasz temat, który mamy na kolejnym punkcie, a jeszcze domknijmy tamten, dobra? Fundacja Avalon przeprowadziła badanie i według jego wyników... Ankietowani zostali zapytani, czy widzą osoby z niepełnosprawnościami właśnie w różnych rolach, i było tak: Bohater reportażu, owszem, 71% uważa, że osoba z niepełnosprawnością może być bohaterem reportażu, ale nie pytaliśmy jakiego reportażu, po prostu reportażu. Bohaterem filmu 68%, serialu 67%, prezydentem programu informacyjnego 60%, ekspertem w tematyce niezwiązanej z niepełnosprawnością - blisko 60%. Osoba przedstawiająca prognozę pogody, - to jest ciekawe. Nam się marzy taka pani pogodyńka, pan pogodynek, który na przykład będzie miał jakąś... Będzie migał? No to już jest coś, ale ten migowy to też jeszcze jest jeszcze bardziej skomplikowany temat, prawda? Dalej... osoba prowadząca program rozrywkowy i teraz to jest 53%. I teraz z jednej strony można powiedzieć, że to są wysokie wskaźniki, z drugiej strony, że dość niskie. Jednak my nie jesteśmy w ogóle z tym oswojeni. I teraz, czy Wy uważacie, że my jesteśmy gotowi i powinniśmy do tego dążyć właśnie, albo wpływać na twórców, czy też osoby w mediach i tak dalej, żeby tworzyć takie wymogi, żeby oswajać? Wiecie, są różne grupy mniejszościowe. Dzisiaj, przecież włączając jakieś tam seriale czy filmy, mamy osoby ze środowisk LGBTQ+, mamy osoby o innych kolorach skóry. Dla mnie to jest takie zwykłe już.

Renata: To jest właśnie takie zwykłe. A ja bym chciała nawiązać do tego, że osoby z innych mniejszości, walczą o swoje prawa. I to społeczeństwo postrzega, to w ten sposób: "No tak, macie rację, to wam się należy, tam to wam się należy. Ja nie chcę tu wymieniać - są różne grupy. A kiedy my mówimy, że mamy przesrane w Polsce? Słyszymy: "No tak już jest, no wiecie, nie zmienimy wszystkich budynków". I jest taka pełna akceptacja naszej dyskryminacji. Totalna akceptacja tego, że np. organizujemy festiwal w miejscu, do którego osoby z niepełnosprawnością nie przyjdą. Że puszczaemy film, który nie ma napisów. Że wydajemy materiały, które są niedostępne dla osób niewidomych - w Braille'u. I to jest dyskryminacja w białych rękawiczkach!

Helena: Tak, bo często się te osoby mówią, że np. u mnie nie ma podjazdu do mojego salonu fryzjerskiego albo ruchomej myjki, bo nie przychodzą do mnie klientki, które...

Jan: A nie przychodzą, bo nie ma!

Renata: Ale nie przychodzą, bo nie ma i to się tak zamyka. Ale to jest znowu to, co powiedział Jasiak, to jest ta estetyka, bo "to jest salon prestiżowy i tutaj kaleka się nie będzie robiła!"

Helena: Okej, no ale gdybyśmy zaczęli właśnie w serialach, w filmach, w programach telewizyjnych, w mediach...

Renata: Ale to muszą być prawdziwe osoby! Prawdziwe osoby, a nie udawanki! I o tym to już głośno wszyscy mówimy, że już dosyć tych udawanek i dosyć robienia sobie "kaleka face", tak jak było black face, to kaleka face - na zasadzie takiej, że my nie mamy prawa do tego, żeby iść do szkoły aktorskiej, żeby np. zdawać i brać udział chociażby w przesłuchaniach, w castingach, bo one są często w miejscach niedostępnych. Ale zaje****ie się bierze nagrody za nasze role, za to jak się udaje niepełnosprawnego. To jest dziadostwo! Mam też apel, państwo aktorstwo, to już jest taki trochę obciach, duży obciach udawać niepełnosprawnych.

Helena: My też zapytaliśmy, czy powinien być ustawowy w ogóle takie wymaganie, żeby właśnie wprowadzić te kwoty dotyczące przedstawiania osób z niepełnosprawnościami. Bo to jest ponad 5 milionów osób i co więcej, to jest taka, powiedziałabym, nazwijmy to mniejszość, do której każdy może dołączyć. I każdy dołącza. I w końcu każdy dołącza, niezależnie od tego, czy to jest wynik wypadku. czy to jest wynik choroby, czy starzenia się, ale w końcu tak naprawdę większość z nas do tej grupy dołączy.

Renata: Czy nawet role, bo jak jesteś matką. To też masz pewne utrudnienia.

Helena: Tak, to prawda, chociażby to są te kwestie barier architektonicznych, które nagle ta hulajnoga na środku chodnika, czy zaparkowane auto na połowie chodnika, albo brak podjazdu jest po prostu ogromnym wyzwaniem.

Jan: Ale to właśnie, to jest moim zdaniem kwestia przede wszystkim tego, co jest źródłem danych problemów, a co jest jakimś efektem, bo jeżeli mówimy sobie, chociażby na

przykładzie takiego fryzjera, że podjazd nie jest potrzebny, bo i tak takie osoby by tutaj nie przychodziły, no tak, jeżeli mamy zakonotowane, że do fryzjera, czy do urzędu, czy do wielu innych miejsc się nie da wjechać albo nie da się tam dogadać, no to faktycznie nie wjeżdżam. A myślę, że podstawowym problemem jest taki brak empatii. Tutaj to, co powiedziałyście, czy o czym Renata wspomniałaś - chociażby matki z dziećmi. Mam trójkę maluchów w domu i jak były ostatnio dwie takie konkretne zimy, no to w centrum Krakowa, w Warszawie podobnie. Dojechanie na bliski przystanek tramwajowy wózkiem było nierealne. I wtedy ja dopiero, wiecie... I wtedy ja jako człowiek z protezą nogi, czyli tak jak powiedziałam na początku, niedoświadczający tych barier architektonicznych takich jak Ty, pomyślałem sobie, no dobra, my mówimy teraz o mojej... zdrowej, pełnosprawnej żonie z wózkiem, z trójką dzieciaków, ale ktoś inny może na wózku nie być w stanie w ogóle tam podjechać! I to już nie jest kwestia tylko tego, czy poproszę o pomoc, czy ktoś mi pomoże, czy nie. Bo tu znowu myślę, że w każdej z tych kwestii ważny jest ten środek.

Renata: Ale dlaczego mamy ciągle prosić o pomoc??? Ja nie chcę prosić o pomoc! Ja chcę sama móc wjechać do budynku, gdzie przyciskam sobie przyciskiem drzwi i te drzwi się otwierają. Ja już mam w nosie prośzenie!

Jan: Ale sama też bez żadnego takiego obciążenia emocjonalnego. No jakiś czas temu, a propos miast, to jechałam właśnie z Warszawy do Krakowa i pociąg był opóźniony pół godziny z powodu takiego, iż osoba z niepełnosprawnością, osoba na wózku jechała tym pociągiem i wpakowanie tej osoby za pomocą specjalistycznego podjazdu zajęło pół godziny. Więc wyobraźcie sobie jak siedzimy, wszyscy tam po prostu wkurzeni. Jest komunikat, że pociąg odjedzie pół godziny później. I słyszysz komunikat, pociąg zaraz odjedzie, bo już jesteśmy gotowi i wjeżdża osoba na wózku. I wszyscy myślimy sobie, to przez nią. Mogła nie jechać, mogła w domu siedzieć czy coś. No i gdzie tu jest godność? Taka zwykła godność tego, że płacąc za bilet, korzystasz jak inni z usługi?

Helena: Ale wiesz, bo to też jest związane z tym wizerunkiem, bo ciągle obserwując te przekazy związane z apelowaniem o wpłaty i super bohatera, no to my opieramy ten przekaz na takich emocjach jak współczucie, litość albo taki niepotrzebny podziw.

Renata: Znaczący podziw jest spoko, wiesz, Ja na przykład bardzo podziwiam to, że Jasiak się wybrał na wyprawę, bo ja, ale... Ale jest podziw i podziw.

Jan: To tak samo jak jest litość i jest empatia. Bo to znowu rozmawiamy sobie i ktoś mógłby pomyśleć, "a kurcze to mówią, żeby nie pomagać." Nie! Nie mówimy "nie pomagać", tylko nie generować takich sytuacji, gdzie my jesteśmy zmuszeni do tego, żeby prosić, prosić, dziękować, dziękować, bo kurcze chcesz pojechać tramwajem z punktu A do punktu B. Tylko żeby właśnie wspierać w sposób taki nienarzucający się, no i właśnie nie idący w litość. Bo litość zawsze generuje te poziomy. Ja patrzę na ciebie z góry, ja ci łaskawie pomogę. A czym innym jest wsparcie. Ja osobiście też chętniej... Wspieram takie osoby, takie instytucje, kiedy widzę nie bidaczka, które beze mnie sobie kaleka nie poradzi, tylko kiedy widzę, hej, jest tu fajny gość czy gościowa, w sumie dzięki mojemu wsparciu może realizować swoje zajawki, pasje, koniki. No, w ogóle fajnie mieć takich ludzi. A że tam jeździ na takim sprzęcie, czy na takiej nodze chodzi, czy się komunikuje w inny sposób, no... Każdy ma coś.

Helena: I tutaj dochodzimy do tego tematu, który też pojawił się w tegorocznej edycji Miesiąca Walki z Dyskryminacją Osób z Niepełnosprawnościami Fundacji Avalon, czyli postaw.

Reneta: Ale postaw czyich?

Helena: Ogólnie społecznych.

Renata: Niepełnosprawnych czy społecznych?

Helena: Społecznych. Kiedy się przygotowywałam do tej rozmowy, to mi się przypomniała taka, nazwijmy to "piosenka". To jest chyba koniec lat dziewięćdziesiątych, początek lat dwutysięcznych. To jest warszawski hip-hop. I tam padł w kawałku "Sensacja" taki tekst: "Zobacz Rower Błażeja, pytają jak się witamy." Bo faktycznie był kiedyś taki program Rower Błażeja dla młodzieży. My tam trochę z tego sobie żartowaliśmy, bo to było takie "fajne". Ale tam naprawdę był odcinek pod tytułem - jak się witają hip-hopowcy. I oni strasznie później sobie z tego żartowali. I teraz, czy właśnie to, z czym ja się bardzo często spotykam, przy pracy nad kampaniami społecznymi i tak dalej, chodzimy do mediów, są wywiady, to bardzo często to pytanie jednak pada: W jaki sposób rozmawiać z osobami z niepełnosprawnościami? Jakie są zasady takiego savoir vivre'u? I teraz my stworzyliśmy taki... poczekaj Renata (śmiech) ...my stworzyliśmy taki Poradnik. Ale dlaczego go

stworzyliśmy? Bo te pytania się pojawiają, bo ludzie nie mają często właśnie kontaktu takiego społecznego, nie są oswojeni, a z drugiej strony też często nie wiedzą, w jaki sposób pomóc, bo też ta pomoc powinna być w odpowiedni sposób przeprowadzana i w ogóle trzeba zapytać o to, czy ktoś potrzebuje pomocy. Więc stworzyliśmy ten Poradnik, ale powiedzcie, czy wy nie jesteście trochę tym zmęczeni, no jak rozmawiać ze sobą? Jak rozmawiać ze sobą z niepełnosprawnościami? To jest takie tworzenie chyba takich barier straszliwych, jakbyście byli taką jakąś grupą w ogóle, no wybaczenie określenie, trochę takich kosmitów, z którymi my w ogóle nie wiemy jak to w ogóle...

Renata: Ja bardzo lubię science fiction, mnie to nie obraża.

Jan: Był w ogóle taki film science-fiction pod tytułem Avalon!

Renata: Ja jeszcze na przykład wychowana na Przyjaciel Wesołego Diabła, gdzie tam był w ogóle chłopak z wózkiem elektrycznym, światełka i tak dalej. Ja marzyłam o takim wózku!

Helena: Ale powiedziałaś też o tym dziecku, że słyszysz jak dziecko mówi o jej, "a czemu ta pani jest na tym wózku?" albo y słyszysz... Nie.. "Co to jest? Bo one nawet nie wiedzą, co to jest.

Renata: Wiesz co, ja mam takie poczucie, bo ja prawie 10 lat pracowałam z osobami chorymi na Alzheimera. I taką analogię zrobię. I my robiliśmy bardzo dużo kampanii, bardzo dużo różnych informacji na temat tego, czym jest choroba Alzheimera. I mimo tego, że całe miasto było praktycznie oplakatowane, to zawsze się zdarzał ktoś, kto w ogóle nie wiedział, co to jest i nie wiedział, kto pomaga. I to jest trochę tak, że jeżeli ktoś chce, to będzie wiedział, jak się odezwać. Jeżeli ktoś chce, to będzie wiedział, w jaki sposób pomóc. a wszyscy pozostali będą na swoją... Ja słynę z tego, że jestem za szczerą czasami, ale taka jestem. Wszyscy pozostali będą swoją niechęć do niepełnosprawnych tłumaczyć nie wiedzą. Ja mam to w nosie! Ja tego nie kupuję już! Bo minęło już za dużo lat.

Jan: Poza tym każda generalizacja w ogóle jest durna. Jak się witają hip-hopowcy? Pewnie jeden się wita tak, a drugi się wita siak. Ja słyszę też często takie pytania jak którą rękę ci podać? Albo w ogóle o właśnie podejście do nas jako do grupy społecznej. Słyszę takie teksty. o, ty masz do siebie dystans, żartujesz sobie ze swojej niepełnosprawności, to można

tak rozmawiać, tak? Z osobami z niepełnosprawnością. No... stary, no nie wiem, możesz tak rozmawiać ze mną. Generalnie, jak podchodzić do osób z niepełnosprawnościami? Tak jak do ludzi, czyli po pierwsze kulturalnie, po drugie indywidualnie. No nie wiem, no masz, jeżeli masz osobę z otyłością na przykład, która ma dystans do siebie, żartuje sobie z tego, jesteście w takich bliskich relacjach, że możesz sobie z tego zażartować, to sobie zażartujesz. Ale z tego powodu, że masz taką koleżankę, jedną, to nie znaczy, że z automatu tak podchodzisz do innych i podobnie z nami.

Renata: Tak jak geje czy osoby czarne... Bardzo dużo grup społecznych w ten sposób funkcjonuje. Osoby pracujące na Mordorze - jak na siebie mówią? To jest różnorodne! Podchodzenie do osób z niepełnosprawnościami na zasadzie, że nie kontaktuję się, nie podejmuję, nie dostosowuję, nie, nie, nie, nie, nie - bo się boję? Nie kupuję tego!

Helena: Ale tu się pojawia też ten język, o którym zaczęliśmy rozmawiać. Dla nas w Fundacji Avalon ten język jest istotny. My faktycznie używamy i zachęcamy do tego sformułowania - osoba z niepełnosprawnością. Unikania takich stygmatyzujących, nieprzyjemnych. Już nie mówię o tych określeniach, których Ty używałaś, bo to jest dla mnie oczywiste, chociaż nie dla wszystkich jest to oczywiste. Natomiast też uważamy, że finalnie to człowiek indywidualnie ma prawo decydować o tym, w jaki sposób chce być nazwany, jak się utożsamia, z czym się utożsamia i jak siebie postrzega. Według naszych badań, słuchajcie, aż 40% osób badanych uważa, że język używany w mediach w odniesieniu do osób z niepełnosprawnościami jest odpowiedni, ale ponad 38% ankietowanych w ogóle nie potrafi ocenić tak naprawdę poprawności społecznej języka.

Renata: Dlatego, że te zbitki już są tak wdrożone w naszą kulturę i w nasz język, że w ogóle oni nie widzą nic z tym złego. Jest "cierpiąca na chorobę". Ja nie cierpię! albo "biedna niepełnosprawna". Jakby wiedzieli, ile kosztuje ten wózek, to by nie powiedzieli, że to jest bieda. I te zbitki są tak zakorzenione w naszym języku i w mediach, i w potocznym języku, i w społeczeństwie, że ludzie tego nie ogarniają. Tak samo jak per inwalida. Ludzie w ogóle nawet semantycznie nie rozkminiają tego, o co chodzi z inwalidą. Ja nie jestem inwalidą, ja w życiu na wojnie nie byłam!

Jan: W tym wszystkim istotne jest to, żeby niezależnie od tego, jakiego języka używamy, żeby po prostu myśleć, po prostu się zastanawiać. Dla mnie to by było jakieś oczywiste, że

zanim np. komuś pomogę, nieważne, czy osobie z niepełnosprawnością, czy bez niepełnosprawności, to się zastanowię, czy moja propozycja kogoś nie urazi. Przecież każdy człowiek ma tak, że z jednej strony fajnie, jak ci ktoś pomaga. Ja bardzo lubię, jak mi żona zrobi kanapkę, bo no fajnie, nie? Ale wiecie, jakby ktoś mi cały czas powtarzał, "daj naleję Ci wody, bo Ty przecież nie dasz sobie rady, nie?", "Porozlewasz jedną ręką", "daj Ci spodnie założyć". No to w którymś momencie ta jakaś taka ulga, że to ktoś ze mnie zdejmuje dany ciężar, no się przeradza właśnie w generowanie bezradności i my, przepraszam, ja właśnie czasem używam tego brzydkiego słowa, bo myślę, że my czasami swoim podejściem, takim nierozumnym, a osób z niepełnosprawnością robimy kaleki. Generujemy takie życiowe kaleki, pełne nieporadności, bo to, że Ty masz swoje wyzwania życiowe, ja mam swoje wyzwania życiowe, Helena ma wyzwania! Wszyscy mamy swoje wyzwania życiowe. To jest rzecz normalna! Ale nie sprawia, że jesteśmy właśnie "invalid", czyli w ogóle nie pasujemy.

Helena: To jest też trudne czasami, bo z drugiej strony ja oczywiście też mam swoje wyzwania życiowe, natomiast często wydaje mi się, że ludzie mogą myśleć, że w porównaniu? Tak, "że w porównaniu z Tobą to ja nie mam żadnych wyzwań."

Renata: Ja kocham to, wiesz? Ja po prostu kocham takich znajomych, którzy mówią tak: "wiesz co? Ja mam trudne życie, a jak spojrzałam na Ciebie, to tak sobie... Świetnie radzisz. Jak ja mam dobrze w życiu?!" Myślę sobie "K***a!" Oj przepraszam! (śmiej) Tylko strzelić sobie w łeb teraz.

Jan: Dobrze, że jesteś!

Renata: Dobrze, że jesteś! Tak się mogę skończować Twoją niepełnosprawnością. A propos pomocy, poczekajcie... Nie wiem, jak to potniecie, ale a propos pomocy, mam dowcip, który muszę opowiedzieć. To w zasadzie nie dowcip, ale sytuacja, która mnie spotkała i myślę, Jasiek, że na tyle się znam, że to łykniesz, że się nie obrazisz. Ale słuchajcie. Koleżanka, ja jeszcze na zwykłym wózku, wciąga mnie po trzech schodkach do takiej hali, u nas w Siedlcach jest taka hala, już teraz nie jest halą targową, ale wtedy były trzy schody i ona mnie sama wciągała. No i nie dała rady. Połowę lżejsza byłam, ale i tak nie dała rady. I stał sobie koleś - na chillu, sobie stoi, jedna ręka w kieszeni, tutaj papieroska, sobie pali luz. I ona się w końcu tak wkurzyła: "Może by pan nam pomógł chociaż jedną ręką???" A on... "Tylko jedną mam". Przysięgam! (śmiej) I my po prostu takie, ja piernicę, jaki wstyd!

Jan: Ale to wiecie, to jest trochę à propos tego, o czym powiedziałaś na samym początku, czyli tej niepełnosprawności widocznej i niewidocznej. Chociaż czasami jest tak, że to się zatracza, że to, co nam się wydaje oczywiste, to jednak nie dla każdego jest.

Helena: Ja pamiętam Ciebie, jak szedłeś na ten biegun i ja byłam wtedy... w którym to było roku?

Jan: 20 lat temu, 2004.

Helena: I Ty byłeś w ogóle dla mnie takim w ogóle, wiesz, idolem. Dla mnie to było fascynujące.

Renata: Ale zaskakiwała Cię niepełnosprawność czy w ogóle?

Helena: Nie, ja w ogóle nie wiedziałam, że Ty masz tę niepełnosprawność. Ja sobie mówiłam "taki młody chłopak leci na ten biegun!" Tak było zimno w ogóle. Nie? Nie! Że ekstra.

Jan: Bo człowiek młody to głupi - gdzie go zapraszają - to tam idzie (śmiech)

Helena: Ale mi niektóre osoby powiedziały, już nie powiem kto, ile ich było i tak dalej, ale to oni mi zwrócili uwagę: "Ty wiesz, ale on jeszcze jest niepełnosprawny". Ja mówię, tak? Bo ja widziałam te zdjęcia, te obrazy, całą opowieść o tym biegunie i tak dalej. I sobie uświadomiłam, i to mnie kilka razy już spotkało, myślę, że ta twoja koleżanka mogła też to mieć, że będąc może nieskupionym człowiekiem na tych elementach takich zewnętrznych, tylko bardziej gdzie skupiasz się na człowieku, na tym jakie role pełni, co robimy, czym się zajmujemy i tak dalej, że możemy tego po prostu czasami nie dostrzegać.

Jan: I w tym nie ma absolutnie nic złego, a wręcz przeciwnie. Z jednej strony bywa to męczące i upierdliwe, po tylu latach cały czas rozmawiamy o niepełnosprawności.

Renata: Ale Wy jesteście spolegliwi! Naprawdę! Podziwiam Was. (śmiech) Ja mam kompletnie inne podejście. Ja już mam po kokardę takiego tłumaczenia! Serio. Naprawdę. Jeżeli chcesz zrobić szparagi, to co robisz? Googlujesz, nie? Jeżeli masz w swojej otoczeniu niepełnosprawnych, to co robisz? Mówisz, że się boisz i masz to w dupie i że Google nagle

wyłączono?

Helena: Tak, gdy idziesz na spotkanie, wiesz, że będzie osoba g/Głucha, no to co robisz?
Wchodzisz na YouTube...

Renata: Chociaż "dzień dobry" się nauczysz!

Helena: Podstawowe zwroty: dzień dobry, dziękuję, przepraszam, no wiadomo - nie nauczysz się PJM-u w ciągu pięciu minut.

Renata: A Wy cały czas te leniwe były tłumaczycie.... (śmiech) No sorry.

Jan: No trochę tak... No to jest pytanie właśnie trochę o to, czyja jest za to odpowiedzialność. Ty w dużej mierze odpowiedziałas...

Renata: Ale my cały czas robimy to, Jasiu! Ty edukujesz, ja edukuję, Wy edukujecie, razem edukujemy.

Jan: Tak, ja myślę sobie, że czasami jest tak, że ta edukacja, nie chcę powiedzieć, że cała Wasza edukacja jest teoretyczna, bo absolutnie nie, bo macie bardzo wielu takich właśnie normalnych bohaterów, życia coś innego, z niepełnosprawnością za pan brat i jest bardzo ważna. Czasami jest tak, że my mamy też zakrzywiony obraz rzeczywistości. Mnie się wydaje, że osób z niepełnosprawnościami jest wokół dużo, dlatego że często jeżdżę w różne miejsca, spotykam się to z Wami, to z różnymi innymi NGO-sami i widzę tych osób sporo, a z drugiej strony doświadczam tego, że kiedy na przykład idę po dzieci odebrać je z przedszkola i kiedy jest ciepły dzień - idę w krótkich spodenkach i te dzieciaki... kiedy podbiegają inne... to że dla wielu z nich to jest być może pierwsza w życiu styczność z osobą z niepełnosprawnością. Ja akurat mam do tego, no nie wiem... gdybym nie miał dystansu, to bym sobie nie robił protezy we wzorek jakiegoś zielonego węża, który raczej przyciąga uwagę niż udaje, że jest nogą. Ale ja wychodzę z takiego założenia, że tak: raz te dzieciaki podbiegną, drugi, trzeci raz podbiegną, a potem będzie inaczej. Na początku jest takie: "aaaa to ten pan bez nogi!".

Helena: A później będzie fajny wąż!

Jan: A potem fajny wąż albo nic nie powiedzą. I to jest najfajniejsze. Nie będzie tego. Będzie: "a przyszedł Tata Jadzi!". Ten ma rękę, ten nie ma ręki.

Renata: Ale co innego są dzieci, a co innego są osoby dorosłe!

Jan: A tu się absolutnie zgadzam.

Renata: Dzieci mają prawo nie wiedzieć. I jak najbardziej ja się zgadzam z tym! Ale czasami mamy taki dzień, czasami taki, ale edukujemy i jest to ok. Na przykład dzieci siostry mojego męża to one mają totalny fejm, bo ciocia jest w gazecie, jest na wózku i można sobie pojeździć. Jest fajnie. I to jest dla nich taka perspektywa. Ja nie mówię tutaj, żeby zazdrościć niepełnosprawności, ale postrzegać to jako coś, co jest tą właśnie cechą pozytywną. Bo cały czas mamy narrację, że niepełnosprawność jest po prostu cierpieniem, bólem. Ja nie mówię, że nie. Niepełnosprawność to są różne historie. Ale to nie jest tak, że ja już z racji tego, że jestem niepełnosprawna, mam być cały czas smutna. Wczoraj wypełniałam ankietę kolejny raz w szpitalu i było tak: "stosunek do choroby: smutny, depresyjny, coś tam, coś tam". Piąty raz dopisuję "akceptacja"!

Helena: Jeszcze o tym języku tak chciałabym to trochę pociągnąć, czy też raczej o procesie komunikowania się. W przypadku mediów bardziej tradycyjnych, nie ma tego sprzężenia zwrotnego. My jesteśmy tylko odbiorcami i musimy to po prostu przyjąć. Możemy to w różny sposób interpretować, przemyśleć, później sobie ze znajomymi, czy rodziną, czy kimś tam, czy z samym sobą przedyskutować, ale nie ma tej możliwości takiego wejścia w interakcję. A social media nam to dają i Wy prowadzicie swoje kanały. I teraz mam do Was pytanie, czy w Waszej ocenie te social media rzeczywiście wpływają pozytywnie na to, że ludzie jednak mają możliwość obejrzenia życia osoby z niepełnosprawnością, mają możliwość obejrzenia na przykład Ciebie, na wycieczce z mężem w Skandynawii.

Renata: Tak, dzisiaj robiłam live, jak się malowałam i też było mnóstwo tam różnych pytań. I powiem wam, że znowu były pytania. "Czy mam czucie?" Nie chcę tam się w to zagłębiać, ale cały czas te same pytania. I odpowiadałam na nie, więc to też jest tak, że ja sobie tutaj mogę się buntować i nie, ale... to zależy jaki mam humor. Ale odpowiadam. I social media, wydaje mi się, że w ogóle cały Internet, Jasiek, nie wiem, czy masz takie odczucia, bo masz też tą właśnie inną perspektywę, ale ja na przykład jestem bardzo wdzięczna za Covid, za Internet, za to, że zostaliście zamknięci, wszyscy! My - w pandemii. Przynajmniej przez

chwilę poczuliście się może jak osoby niepełnosprawne, które są pozamykane w domach na czwartym piętrze, gdy na przykład nie zgadzacie się na zamontowanie windy.

Helena: Ale czy te social media dają Tobie możliwość budowania też wizerunku?

Renata: Tak! Wszyscy się mnie boją i uważają, że jestem zarozumiała i wredna. Spoko! I bardzo to kocham jak się potem poznajemy. "Ty jesteś całkiem fajna."

Jan: Tak, to jest ważne. Myślę, że bardzo istotne jest dla nas to, o czym powiedziałaś, czyli ta możliwość kontaktu, ale też czasami pewnego naprostowania, bo to znowu jest tak, że każdy ma trochę inną perspektywę. Ja pamiętam, jak kiedyś organizowaliśmy taki wyjazd w góry z osobami z różnymi niepełnosprawnościami i tam sobie właśnie z siebie żartowaliśmy, z takiego naszego kolegi Łukasza, niewidomego, który ma do siebie tak turbokosmiczny dystans, że to w ogóle głowa mała. I pamiętam, że szła koło schroniska, w którym nocowaliśmy taka pani w średnim wieku i mówi: "O Boże, jakie to w ogóle straszne, że zabierają tych niepełnosprawnych w góry, każą im tu włączyć zamiast siedzieć w domu, a potem jeszcze im tyłek obrabiają, śmieją się".

Renata: I potem jeszcze ich rzucają ze skały!

Jan: Tak. Ja mówię: "ale wie pani co? Pani nie widziała, że my się śmiejemy razem, a nie "z"! A koleś jest inteligentny, a nie z... I to on w ogóle zaczął to śmianie się z siebie. Więc okazujemy tym swój dystans. I znowu jest tak, że nie trafisz w gusta wszystkich. I to, co chcę powiedzieć, to to, że my mamy do siebie jakiś dystans. I że mi na przykład nie przeszkadza. Też oczywiście w jakichś tam granicach. Żartowanie czy okazywanie tego dystansu, to wcale nie oznacza, że każda osoba z niepełnosprawnością jest do tego zobligowana. Ja mam wężową protezę nogi, a ktoś inny może chcieć mieć taką protezę, która nie będzie się wyróżniała z tłumu i ma do tego absolutnie pełne prawo! Nie musi być tą kampanią społeczną każdego dnia! Na zasadzie, że: o, widzę taką osobę, to porozmawiam, "jak się to pani stało?"

Renata: Ludzie dają sobie często prawo, żeby po prostu w sytuacji z dupy totalnej, np. w kolejce do lekarza, znaczy do lekarza to jeszcze tłumaczy... ale np. w sklepie, w kinie, "a co się pani stało?" No matko i córko! A propos jeszcze tej komunikacji i tego wszystkiego, powiedz mi... czy Twoją żonę postrzegają jako bohaterkę, że się Kaleką zajęła?

Jan: Zdarza się czasami. Fajnie, co? Litościwa!

Renata: Taka samarytanka. Mój chłop też. ...Nie dość, że na wózku, to jeszcze wredna!

Jan: Chociaż czasem korzystam. Wczoraj byliśmy w ZOO, no to zniżka, wiecie, zniżka moja to moja, ale dla żony jako opiekuna...

Renata: Słuchaj, to ja mówię, że "idę na kalekę teraz".

Helena: Ale rzeczywiście tak, to jest ten drugi aspekt trochę social mediów, który obnaża nas i pozwala wszystkim innym użytkownikom na komentowanie. Kiedyś słuchałam takiego wywiadu z aktorką polską, która powiedziała, że ona nigdy nie pokazuje zdjęć swoich dzieci na social mediach. Dlatego, że dałaby wówczas ludziom możliwość prawo do tego, by oceniali to dziecko. I ona powiedziała, "no ktoś mi napisze, że śliczny babasek, a ktoś inny napisze, że o Jezu, jakie brzydkie dziecko!"

Renata: To teraz ostatnia ta dziewczyna, która, nie pamiętam nazwiska, co skasowała wszystkie zdjęcia, ona jest dziewczyną tego sportowca, tak? Bo przytyła, po ciąży.

Helena: Tak, ja znam tę historię. To też była głośna sprawa pewnej Australijki, która nie wpisuje się w ten kanon "chuda etc." a faceta, partnera czy męża miała bardzo wysportowanego. I ludzie zaczęli pisać. Że po pierwsze, że "wow, ale ci się ciacho w życiu przytrafiło!" - czyli on - ta zdobycz. Część mówiła "co on w niej tam widzi??", inny ktoś, że on na pewno jest z nią litości, a jeszcze była część osób, która mówiła, że "Ty powinienes sobie znaleźć inną, a najlepiej to mnie!". No bo my w ogóle uważamy, że powinniśmy się dobierać: chudy z chudym, a taki z takim.

Renata: Wiecie, co ja na to mówię? Właśnie a propos tego! Ja mam, naprawdę mam super, wspaniałego, fantastycznego faceta, bardzo dużo fajnych rzeczy przeżyliśmy razem i on jest, niezaprzeczalnie, jest najlepszy, on w ogóle jest inteligentny, fantastyczny, ale to też nie jest tak, że.. Kropka. Musimy to wyciąć! Jest inteligentny, fantastyczny i jest na przykład spotkanie, mam taką osobę, z którą się spotykam co jakiś czas i ona mówi: "co tam u Ciebie słyhać?". Ja mówię, że ja w porządku. A ona: "No ja tak patrzę, to ten Twój Paweł to jest taki wspaniały, taki cudowny, on się tak Tobą opiekuje, tak się Tobą zajmuje." I ja za każdym

razem z uporem maniaka powtarzam: "Pomyśl sobie, jaka muszę ja być zajebista, skoro taki koleś chce ze mną być!"

Helena: Ale czy my postrzegamy to, że on jest taki wspaniały, że się mną opiekuje? Przecież w każdym związku tak naprawdę, powinniśmy się sobą opiekować nawzajem.

Renata: Oczywiście! To tak samo jak fetyszyzacja, tak fetyszyzujemy to, ktoś sobie radzi z czymś. Znaczą tam dwie opcje tego: dewotes i fetyszyzacja względem osobowości. Ale kto nie ma fetyszyzmu osobowości? Kto by chciał być z pierdołą życiową?

Jan: A... pewnie są takie fetysze, że akurat ktoś by chciał być z pierdołą.

Helena: Może ktoś być nadmiernie opiekuńczy... Bardzo Wam dziękuję za tę rozmowę, bo musimy już kończyć... Tak szybko? Serdecznie zapraszam do śledzenia nie tylko działań Fundacji Avalon, ale również Waszych przedsięwzięć, bo też jesteście często zaangażowani w przeróżne akcje i nie zawsze skoncentrowane na niepełnosprawności. W następnych odcinkach będziemy gościć też osoby pełnosprawne, dlatego że będziemy rozmawiać na różne tematy, które nas w życiu zajmują i nie chcemy, żeby był to podcast tylko o niepełnosprawności, tylko bardziej żeby ta perspektywa osoby z niepełnosprawnością była uzupełnieniem pewnej opowieści. Bardzo, więc, Wam serdecznie dziękuję za dzisiejszą rozmowę.

Jan: Dziękuję.

Renata: Dziękuję. Pamiętajcie o nas!

Helena: Wszystkich Państwa zapraszam na stronę www.fundacjawalon.pl na nasze social media. No i spotykamy się w następnym odcinku. Do zobaczenia, do usłyszenia.

To już wszystko w dzisiejszym odcinku, ale na pewno nie wszystko w temacie. Jeśli masz pytania dotyczące poruszonych kwestii lub chcesz być na bieżąco z działaniami Fundacji Avalon, znajdź nas w mediach społecznościowych i na stronie internetowej. Wspieraj nasze działania na rzecz osób z niepełnosprawnościami i świata bez barier. Dane do przekazania darowizny znajdziesz na www.fundacjaavalon.pl. Wystarczy zacząć. Już teraz.