

Funded by
the European Union



PL-BY-UA
2014-2020



JAK UPRAWIAĆ TURYSTYKĘ BEZ BARIER



Funded by
the European Union



PL-BY-UA
2014-2020

JAK UPRAWIAĆ TURYSTYKĘ BEZ BARIER

Podręcznik



Lwów
Wydawnictwo Politechniki Lwowskiej
2021

Drodzy koledzy!

Partnerzy projektu transgranicznego zwracają Waszą uwagę na wspólny, dwujęzyczny, uniwersalny poradnik. Publikacja przeznaczona jest dla wszystkich zaangażowanych w sektor turystyczny na poziomie regionalnym i lokalnym, a w szczególności:

- dla przewodników i opiekunów osób niepełnosprawnych/oraz osób o ograniczonej sprawności ruchowej, aby uczyć ich pracy z osobami z różnymi rodzajami niepełnosprawności;
- dla pracowników biur podróży (przewodników wycieczek i pilotów), którzy na co dzień pracują z turystami i opracowują nowe programy lub trasy wycieczek. Publikacja pomoże przewodnikom, bez naruszania niczyjej godności, prezentować i lepiej promować lokalną kulturę oraz historię Polski i Ukrainy, regionu pogranicza, a w szczególności miast Przemyśla i Lwowa;
- dla instytucji państwowych zarządzających turystyką. Poradnik dostarczy przydatnych i praktycznych informacji na temat wdrażania i rozwijania dostępności we wszystkich obszarach związanych z turystyką;
- dla twórców prawa na szczeblu krajowym i regionalnym, odpowiedzialnych za wdrażanie Konwencji ONZ „o prawach osób niepełnosprawnych”;
- dla władz państwowych, regionalnych i lokalnych odpowiedzialnych za dostępność infrastruktury publicznej, w tym budynków i obiektów kultury.

Materiały szkoleniowe poradnika są opracowane i oparte na praktyce europejskiej (dotyczące specyfiki, zaleceń i wymagań pracy przewodników z niepełnosprawnymi turystami). Publikacja dostosowana jest zarówno do polskiego, jak i ukraińskiego ustawodawstwa oraz rynków turystycznych.

Życzymy wspaniałych wycieczek i pięknych wspomnień z podróży!

Niniejszy poradnik został opracowany przez LOKALNĄ ORGANIZACJĘ TURYSTYCZNĄ W PRZEMYŚLU w ramach projektu „OCHRONA PRAW OBYWATELSKICH OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH, POPRZEC STWARZANIE IM MOŻLIWOŚCI POZNANIA WYJĄTKOWEGO DZIEDZICTWA KULTUROWEGO I ARCHITEKTONICZNEGO MIAST LWOWA I PRZEMYŚLA”, przy pomocy finansowej Unii Europejskiej, w ramach PROGRAMU WSPÓŁPRACY TRANSGRANICZNEJ POLSKA–BIAŁORUŚ–UKRAINA 2014–2020.

Funded by
the European Union



PL-BY-UA
2014-2020

Niniejszy poradnik został przygotowany przy pomocy finansowej Unii Europejskiej, w ramach Programu Współpracy Transgranicznej Polska–Białoruś–Ukraina 2014–2020.

Odpowiedzialność za zawartość tej publikacji leży wyłącznie po stronie Lokalnej Organizacji Turystycznej w Przemyśle i nie może być w żadnym przypadku traktowana jako odzwierciedlenie stanowiska Unii Europejskiej, IZ lub Wspólnego Sekretariatu Technicznego Programu Współpracy Transgranicznej Polska–Białoruś–Ukraina 2014–2020.

SPIS TREŚCI

1. PRZEPISY PRAWNE TURYSTYKI PRZYSTĘPNEJ. POTRZEBY TURYSTYCZNE OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH W KONTEKŚCIE PRAW CZŁOWIEKA	4
1.1. Turystyka i osoby niepełnosprawne	6
1.2. Analiza najnowszych badań i publikacji na temat organizacji i świadczenia usług rekreacyjno- turystycznych dla osób niepełnosprawnych	9
2. OGÓLNE WSKAZÓWKI DLA PROFESJONALISTÓW Z BRANŻY TURYSTYCZNEJ DOTYCZĄCE PODRÓŻY I SZCZEGÓLNE WYMAGANIA PODCZAS PRACY Z OSOBAMI NIEPEŁNOSPRAWNYMI.....	21
2.1. Pracuj z turystami	21
2.2. Turystyka dla osób niepełnosprawnych.....	33
2.3. Opis rodzajów niepełnosprawności i cech organizacji usług rekreacyjnych i turystycznych.....	55
2.4. Dyskryminacja, bariery i dostępność	56
2.5. Rodzaje niepełnosprawności.....	59
3. KURS: „AKTYWNY WYPOCZYNEK I TURYSTYKA DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH”	88
3.1. Cel i zadania kursu	88
3.2. Instrukcje organizacyjne i metodyczne.....	89
3.3. Temat zajęć.....	90
Temat 1. Potrzeby turystów niepełnosprawnych w kontekście praw człowieka	90
Temat 2. Osobiste doświadczenia i kształtowanie postaw kursantów wobec osób z niepełnosprawnościami	91
Temat 3. Osobiste doświadczenia związane z korzystaniem z wózka inwalidzkiego. Technika jazdy i pokonywanie przeszkód. Sprzęt pomocniczy do ruchu i życia	93
Temat 4. Osoby niepełnosprawne w środowisku i społeczności. System świadczenia usług	94
Temat 5. Samodzielna praca	95
Przydatne linki.....	97

1. PRZEPISY PRAWNE TURYSTYKI PRZYSTĘPNEJ. POTRZEBY TURYSTYCZNE OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH W KONTEKŚCIE PRAW CZŁOWIEKA

Generalnie turystyka aktywna kojarzona jest z ludźmi zdrowymi, a nie z osobami niepełnosprawnymi. Jednak czasy się zmieniły i osoby z niepełnosprawnościami zaczynają wymagać od społeczeństwa swobodnego dostępu do wszystkich zasobów: terenów rekreacyjnych, szlaków turystycznych, ciekawych miejsc przyrodniczych, parków, plaż i innych atrakcji turystycznych.

Niestety okazało się, że wiele krajów, w tym europejskie, nie jest przygotowanych do świadczenia następujących usług osobom niepełnosprawnym: tereny rekreacyjne nie są dostosowane do ich potrzeb, brakuje specjalistów, sprzętu, doświadczenia itp. W ten sposób naruszane jest konstytucyjne prawo określonej kategorii społeczeństwa do w pełni odpowiedniego stanu życia i wypoczynku.

Historia aktywnego wypoczynku i turystyki jako zjawiska masowego dla osób niepełnosprawnych sięga lat sześćdziesiątych XX wieku, kiedy to doszło do powszechnego zrozumienia praw człowieka. Od tego czasu osoby niepełnosprawne są postrzegane jako pełnoprawni członkowie społeczeństwa. Ruch zakładał zaangażowanie osób niepełnosprawnych we wszystkich sektorach życia publicznego, w tym rekreacji i turystyce.

Transformacja społeczna obrała dwie równoległe ścieżki: zmiana świadomości człowieka przyczyniła się do rozwoju obszarów pomocy osobom niepełnosprawnym, a dostosowanie środowiska do ich potrzeb zapoczątkowało rozwój infrastruktury i środków technicznych pomagających osobom niepełnosprawnym stać się bardziej niezależnym w życiu codziennym. Opracowano normy dla budynków publicznych, dróg, parkingów, parków narodowych i terenów rekreacyjnych.

Dziś możemy obserwować rozwój tych dwóch modeli społecznych na przykładzie Niemiec i Szwecji.

Niemcy dostosowały wszystkie obiekty publiczne do potrzeb osób niepełnosprawnych. To dość droga ścieżka, na którą nie każdy kraj może sobie pozwolić. Szwecja ma dobrze rozwinięty system zabezpieczenia społecznego, a każdej osobie niepełnosprawnej mogą pomagać dwie osoby towarzyszące, które są odpowiedzialne za jej wygodny pobyt w dowolnym miejscu, w tym na wakacjach.

Dziś w Szwecji każda osoba niepełnosprawna może raz w roku złożyć wniosek do resortu ubezpieczeń społecznych o sfinansowanie

urlopu i opłacenie zakwaterowania jednej lub dwóch osób towarzyszących. Co więcej, osoba niepełnosprawna może wybrać miejsce na wakacje i to nie tylko w Szwecji. Jednak tylko w Szwecji państwo gwarantuje spełnienie wszystkich wymagań dotyczących komfortu i bezpieczeństwa osób niepełnosprawnych.

Obecnie opracowywane są standardy dostępu do budynków użyteczności publicznej, dróg, parkingów, parków narodowych, terenów rekreacyjnych. Wszystkie nowe budynki muszą spełniać standardy dostępności przyjęte w konkretnym kraju.

W krajach rozwiniętych droga do osiągnięcia tego poziomu dostępności dla osób niepełnosprawnych w turystyce i rekreacji trwała 30–40 lat. Nie da się osiągnąć jego poziomu za kilka lat, ale czas zacząć ten ruch. Musimy zdać sobie sprawę z tego, że w większości krajów, które zapewniają osobom niepełnosprawnym wysokiej jakości rekreację, wszystko to znajduje się na wczesnym etapie. Ten rodzaj rekreacji, taki jak turystyka wiejska, w rzeczywistości nie jest dostępny dla osób na wózkach inwalidzkich, nawet w rozwiniętej Europie. Opracowując określone wymagania i standardy, a także opracowując kursy szkoleniowe mające na celu szkolenie gospodarzy w zakresie przyjmowania osób niepełnosprawnych, mamy możliwość poprawy jakości życia takich osób.

Przed wszystkim pragnienie cywilizowanego społeczeństwa obywatelskiego zobowiązuje nas do zapewnienia integracji społecznej tej kategorii ludności. W związku z tym rynek usług rekreacyjnych będzie miał wielomilionową liczbę konsumentów, którzy będą szukać możliwości zaspokojenia swoich potrzeb. Dlatego rozwój infrastruktury technicznej, a także personelu obsługującego nowe kategorie konsumentów jest sprawą ważną i pilną. W ostatnich dziesięcioleciach świat przeszedł znaczące zmiany w traktowaniu osób niepełnosprawnych. U podstaw tych zmian leży uznanie równych praw osób z niepełnosprawnościami do pełnego życia społecznego oraz stworzenie przez państwo odpowiednich warunków rehabilitacji i integracji społecznej osób niepełnosprawnych.

Niepełnosprawność jest zjawiskiem powszechnym, którego nie można uniknąć w żadnym społeczeństwie. Na całym świecie co dziesiąty raport dotyczący różnego rodzaju ograniczeń jest związany z problemami zdrowotnymi. Wśród inwalidów prawie 470 milionów ludzi jest w wieku produkcyjnym (według Międzynarodowej Organizacji Pracy).

Dane te jasno wskazują na skalę i globalny charakter problemu niepełnosprawności.

Stopień niepełnosprawności zależy od wielu czynników, takich jak stan zdrowia narodu, rozwój systemu ochrony zdrowia, rozwój społeczno-gospodarczy, stan kultury środowiskowej, czynniki polityczne (udział w wojnach i konfliktach zbrojnych). Problemy w niektórych obszarach społecznych i różne katastrofy (środowiskowe, militarne, naturalne itp.) również znacznie zwiększają liczbę osób niepełnosprawnych.

Obecnie osoby niepełnosprawne należą do najbardziej narażonej społecznie kategorii ludności. W światowej praktyce na przestrzeni ostatnich 20 lat nastąpiły radykalne zmiany w poglądach i podejściu do rozwiązywania problemów osób z niepełnosprawnościami. Jeśli w przeszłości opierały się one głównie na motywach dobroczynnych, teraz jest to stan przestrzegania ich praw. Polityka państwa wobec osób z niepełnosprawnościami ma na celu: po pierwsze – zapewnienie im prawa do pełnego uczestnictwa w życiu gospodarczym i społecznym społeczeństwa, w szczególności poprzez promowanie ich zatrudnienia i uczestnictwa w rynku pracy, a po drugie zapewnienie im gwarantowanego dochodu, aby osoby niepełnosprawne nie były pozbawione możliwości godnego życia. <https://www.hhrguide.org/2014/03/21/disability-and-human-rights/>

1.1. Turystyka i osoby niepełnosprawne

Informacje te przeznaczone są przede wszystkim dla turystów z niepełnosprawnościami, a także dla specjalistów w zakresie turystyki (przewodników, tłumaczy, wolontariuszy), którzy na co dzień pracując z turystami reprezentują z honorem i godnością swoje miasto, region, a czasem cały kraj. Publikacja zawiera przydatne wskazówki, podpowiedzi i zasady pracy przy towarzyszeniu niepełnosprawnym turystom.

Słowo „turystyka” kojarzy się zwykle ze zdrowymi i silnymi ludźmi z plecakami. Począwszy od szkoły, w której organizowane są wycieczki do ciekawych miejsc, kończąc na wycieczkach po Europie i egzotycznych krajach, turystyka uważana jest za sprawę silnych fizycznie. Istnieje jednak coś takiego jak turystyka dla osób niepełnosprawnych.

Turystyka wpływa na powrót do zdrowia fizycznego, psychicznego i moralnego osób niepełnosprawnych, stwarza warunki do pełnej

komunikacji, pozbawia je poczucia niższości, pomagając integrować się ze społeczeństwem i stwarzając możliwości rozwoju osobistego.

Znajomość historii, kultury, życia innych narodów niesie ze sobą znaczny potencjał humanitarny, wzbogaca ludzi, poszerza światopogląd. Humanitarne znaczenie turystyki polega nie tylko na poznaniu, ale także na intelektualnym i edukacyjnym wpływie.

W wielu krajach na całym świecie osoby na wózkach inwalidzkich mogą z łatwością odwiedzać parki, kościoły, muzea, klasztory, miejsca święte, dostosowane do wszystkich kategorii podróżnych. Sklepy, muzea, parki, atrakcje, stacje benzynowe, toalety i inne miejsca są także przystosowane dla wszystkich kategorii odwiedzających. Są specjalnie wyposażone w rampy, windy, poręcze i inne pomoce.

W hotelach, centrach turystycznych, na dworcach kolejowych znajdują się stoiska informacyjne, na których umieszczane są bezpłatne materiały reklamowe o podróżach dla niepełnosprawnych turystów.

Na przykładzie Disneylandu w Paryżu, który odwiedza kilkadziesiąt osób na wózkach inwalidzkich dziennie, możemy pokazać możliwości turystyki dla osób niepełnosprawnych w Europie. Są wśród nich osoby w każdym wieku: zarówno goście indywidualni, jak i zorganizowane grupy turystów. Najciekawsze jest to, że wszyscy nie tylko spacerują po parku, ale także odwiedzają różne atrakcje, zapominając o swoich problemach zdrowotnych i czując radość z podróży.

Zauważmy, że kolorowe książeczki, które odwiedzający otrzymują przy wejściu do parku, zawierają informacje dla osób z niepełnosprawnościami, w szczególności jakie atrakcje są dla nich dostępne i gdzie potrzebują pomocy osoby im towarzyszącej. Wiele atrakcji dla osób z zaburzeniami narządu ruchu zapewnia specjalne krzesło, w którym turysta siedzi sam lub z pomocą.

Na świecie jest wielu ludzi, dla których inwalidztwo nie jest przeszkodą w podróżowaniu.

Duża liczba osób z upośledzeniem słuchu podróżuje po Europie i świecie. Na przykład jeden turysta z Łotwy, który nie słyszał, przejechał Europę na rowerze.

Osoby niewidome również podróżują. W większości krajów świata ta kategoria turystów może dotknąć niektórych zabytków, eksponatów, modeli lub przeczytać informacje o nich w alfabecie Braille'a.

Zarówno osoby niewidome, na wózkach inwalidzkich, jak i osoby niesłyszące mogą zdobywać szczyty gór, spływać kajakami po rzekach

czy podróżować po kraju. Potrzebują tylko odrobiny pomocy, by odważyć się spełnić marzenie...

Ukraina podjęła już pierwsze kroki w kierunku rozwoju turystyki dla osób niepełnosprawnych. Spływ po Dniestrze organizowany jest z udziałem osób poruszających się na wózkach inwalidzkich oraz osób niewidomych. Na Howerlę wchodzą osoby niewidome. Wycieczki organizowane są dla różnych kategorii turystów niepełnosprawnych.

W Polsce funkcjonują biura turystyczne wyspecjalizowane w obsłudze turystów niepełnosprawnych. Ogrody botaniczne organizują część ekspozycji w formie sensualnej. W wielu miejscach umieszczane są makiety dotykowe, ułatwienia dla podróżnych na wózkach. Niektóre zwiedzane obiekty dysponują przewodnikami znającymi język migowy.

Turystyka dla osób niepełnosprawnych nie jest łatwa do wprowadzenia. Wynika to z trudności, których nie da się pokonać samodzielnie ani w biurach podróży, ani w hotelach, czy przewodnikach. Konieczne jest promowanie idei dostępności miasta i kompleksowe podejście do jej realizacji. Tylko w takim przypadku turyści ze specjalnymi potrzebami będą mogli podróżować. Przewodnicy powinni umieć pracować z różnymi kategoriami turystów. Nie powinniśmy oczekiwać, że świat się zmieni, musimy to zmienić naszą wiedzą i pragnieniami.

Rozwój turystyki socjalnej oznacza pomoc osobom niepełnosprawnym wyjść z trudnego stanu umysłu, przezwyciężyć przeciwności losu, wrócić do aktywnego życia, zrozumieć, że w tej walce nie są sami.

Konieczne jest wdrożenie społecznej adaptacji i rehabilitacji osób niepełnosprawnych, oprowadzanie po miejscach atrakcyjnych i historycznych, opracowywanie i dostosowywanie odrębnych tras dla takich osób.

Rozwój turystyki dla osób z niepełnosprawnościami, rozwój programów turystycznych opartych na dostępności dla osób z niepełnosprawnościami – wszystko to stwarza równe szanse realizacji prawa do wypoczynku każdego.

Społeczeństwo powinno promować spełnianie pragnień osób z niepełnosprawnościami. Starając się żyć dobrze i interesująco, nie powinno się umierać w sobie, ale raczej rozwijać się, pomagając w ten sposób wzmocnić społeczne fundamenty społeczeństwa obywatelskiego i, co najważniejsze, pomóc WIERZYĆ W SIEBIE!

1.2. Analiza najnowszych badań i publikacji na temat organizacji i świadczenia usług rekreacyjno-turystycznych dla osób niepełnosprawnych

Organizacja i świadczenia rekreacji i turystyki dla osób niepełnosprawnych na Ukrainie i w Polsce – to dość istotne tematy badań naukowych i praktycznych, które zajmują się tymi obszarami. Jednocześnie kwestia specyfiki organizacji wycieczek w ramach zorganizowanej turystyki dla wszystkich i samodzielnej rehabilitacji osób niepełnosprawnych w regionie transgranicznym jest nadal praktycznie niezbadana, co wymaga dalszych badań naukowych, praktycznych i metodologicznych.

Turystyka zarówno dla zwykłych ludzi, jak i osób niepełnosprawnych jest niemożliwa bez świadczenia usług wycieczkowych jako najbardziej efektywnego i pouczającego środka poznania obiektów i miejsc. Dla osób niepełnosprawnych organizowane wycieczki, a nie samodzielne poznanie okolicy, są jeszcze bardziej istotne ze względu na szereg okoliczności: po pierwsze, zapoznanie się z obszarem odbywa się pod okiem wykwalifikowanego specjalisty, który ma nie tylko profesjonalną wiedzę z zakresu infrastruktury i terenu w ogóle oraz uwzględnia specyficzne potrzeby tej kategorii turystów (w przeciwieństwie do zwykłych turystów, ten kontyngent jest znacznie trudniejszy do zorganizowania tego procesu); po drugie, profesjonalny przewodnik zawsze dostosowuje do wymagań i potrzeb treści i zakres informacji, sposób jej przekazywania; po trzecie, dzięki zorganizowanej wycieczce rozwiązuje się problem transportu turystów; po czwarte, podczas zorganizowanej wycieczki wspomnianego kontyngentu szczególne znaczenie ma ułożenie trasy i dlatego zawsze będą brane pod uwagę wymagania dotyczące swobodnego dostępu do obiektów; po piąte, zorganizowana usługa turystyczna obejmuje zaangażowanie asystentów.

Wycieczki bezpośrednio w środowisku miejskim lub w miejscach przyrodniczych są nadal niezwykle rzadkim i odosobnionym zjawiskiem w transgranicznym regionie Ukraina – Polska.

Analizując ogólnie doświadczenia zagraniczne, możemy stwierdzić, że w większości krajów europejskich występuje wysoki stopień dostosowania środowiska do rozwoju turystyki inkluzywnej (jej poszczególnych rodzajów) i wycieczek turystycznych. Według badania np. W Hiszpanii wszystkie elementy infrastruktury turystycznej są przystosowane prawie w 90%; dla turystów niepełnosprawnych dostępna jest turystyka narciarska, żeglarska, naukowo-edukacyjna, plażowa. W Finlan-

dii wszystkie elementy infrastruktury turystycznej są przystosowane prawie w 70%, w szczególności w regionie Reima Country (safari na psach, koniach, quadach, skuterach śnieżnych, a także wędkarstwo, wioślarstwo, rafting, narty, golf, curling).

W Izraelu wszystkie elementy infrastruktury turystycznej są dostosowane prawie w 85%, w tym przeznaczone dla turystyki kulturowej, edukacyjnej, plażowej i religijnej. Grecja dostosowała wszystkie elementy infrastruktury turystycznej prawie w 65%, w szczególności najbardziej rozwinięta jest kulturowo i poznawczo dla niewidomych. Na Węgrzech wszystkie elementy infrastruktury turystycznej są przystosowane prawie w 65%, z dominacją kulturową, edukacyjną, plażową, medyczną i zdrowotną. W Czechach adaptacja wszystkich elementów infrastruktury turystycznej – prawie 95%, jej specjalizacja to – kulturalne, zdrowotne, dotykane świata, imprezy eventowe (organizacja międzynarodowych festiwali dla osób niepełnosprawnych, narciarstwo, turystyka intelektualna). W Niemczech, w celu rozwoju turystyki kulturowej i poznawczej, obiekty wypoczynkowe są przystosowane do potrzeb osób o ograniczonej sprawności ruchowej. Muzea i teatry zazwyczaj oferują wózki inwalidzkie, z których mogą korzystać osoby niepełnosprawne. Wszystkie elementy infrastruktury turystycznej zostały dostosowane prawie w 95%, dominują rodzaje turystyki integracyjnej, kulturowo-poznawczej i medyczno-zdrowotnej. Francja dostosowała wszystkie elementy infrastruktury turystycznej prawie w 85% i specjalizuje się w świadczeniu usług kulturalnych, edukacyjnych, zdrowotnych i narciarskich dla osób niepełnosprawnych. Austriacki region górski Tyrol jest jednym z najbardziej dostępnych dla wózków inwalidzkich obszarów w Europie, gdzie można nie tylko spacerować po tyrolskich ulicach i bez przeszkód oglądać zabytki, ale także wspinać się na określone wysokości.

Wiele uwagi poświęca się turystyce kulturowej i poznawczej „przystępnej cenowo” w Hiszpanii. Brytyjskie biura podróży specjalizujące się w wycieczkach integracyjnych dokonały inspekcji Barcelony i uznały miasto za jedno z najlepszych na świecie pod względem dostępności turystycznej. Stworzono specjalną stronę „Affordable Tourism”, która zawiera wszystkie informacje o odpowiednich wyjazdach do Katalonii, zawierającą szczegółowe informacje o 19 szlakach turystycznych, które stworzyły niezbędne warunki dla osób niepełnosprawnych i starszych. Wyposażenie techniczne serwisu umożliwia osobom niepełnosprawnym (w tym osobom z dysfunkcją wzroku) pełny dostęp do informacji bez pomocy (dzięki bardziej kontrastowemu obrazowi, specjalne-

mu urządzeniu ułatwiającemu czytanie z ekranu, audio itp.). Strona jest teraz dostępna w sześciu językach: katalońskim, hiszpańskim, angielskim, francuskim, włoskim i niemieckim. Wszystkie główne ulice miasta wyposażone są w podjazdy, wszystkie autobusy są przystosowane, hotele posiadają specjalne pokoje przystosowane dla osób niepełnosprawnych. Każda nowa stacja metra ma specjalne wyposażenie dla osób niepełnosprawnych.

Ciekawe strony o dostępności turystycznej:

<https://gowheeltheworld.com/>

<http://www.tourismforall.catalunya.com/en/>

<https://www.accessiblespaintravel.com/>

W tworzeniu programu i dalszej organizacji usługi turystycznej, należy pamiętać, że każda grupa turystów z określonego kontyngentu osób ma odrębne cechy, wszak przy zaburzeniu funkcji jednego lub kilku zmysłów następuje kompensacyjny rozwój zmysłów nieuszkodzonych. Ponadto odbiór określonego rodzaju wrażeń zależy od wielu czynników: poziomu czułości zmysłów, charakteru czynności, w której uczestniczy osoba, i innych.

Rezultatem kompensacji utraconych możliwości jest rozwój indywidualnych połączeń analitycznych oraz specjalnych wyobrażeń obrazów obiektów i zjawisk.

Dlatego przewodnik musi zrozumieć, że praca z osobami niepełnosprawnymi wymaga opanowania metod wycieczek dostosowanych do określonej grupy odbiorców.

Oczywiście istnieją ogólne wymagania dotyczące obsługi wycieczek dla osób niepełnosprawnych, ale wiele innych czynników wymaga zróżnicowanego podejścia do planowania i prowadzenia wycieczek. Ze względu na różnorodne ograniczenia możliwości turystów, do obsługi każdej z grup niezbędne jest stosowanie specjalistycznych metod i technik wycieczek.

1.2.1. Turyści z chorobami układu mięśniowo-szkieletowego

Na efektywność pracy z tą grupą turystów największy wpływ ma dostępność obiektów wycieczki. Konieczne jest ukształtowanie infrastruktury (rampy z poręczami, windy z szerokimi drzwiami lub podnośniki, specjalne toalety). Konieczne jest również zorganizowanie pomocy osób towarzyszących dla każdego turysty.

Zalecenia specjalne:

- *upewnij się wcześniej, że podjazdy przy wejściu do budynku są czyste, nie śliskie i nie zablokowane przez ciała obce;*
- *przejścia między salami oraz w salach muzeów, galerii nie należy zawężać przypadkowymi przedmiotami, dwuskrzydłowe drzwi powinny być otwarte;*
- *znaki wskazujące lokalizację specjalnej toalety muszą znajdować się w widocznym miejscu;*
- *podczas zwiedzania twarze przewodnika i turystów powinny znajdować się na tym samym poziomie, przewodnik powinien w miarę możliwości przykucnąć lub cofnąć się nieco, aby turyści nie musieli zadzierać głowy;*
- *wszystkie niezbędne przedmioty (np. włączniki, uchwyty, gniazda) umieszczone są nie wyżej niż 120 cm i nie niżej niż 40 cm, tak aby można było do nich sięgać stojąc lub siedząc;*
- *szerokość drzwi zwiedzanych obiektów nie jest mniejsza niż 85 cm, progi nie są wyższe niż 2 cm, nie trzeba wchodzić po schodach, aby dostać się do obiektu.*

Planując trasę, należy pamiętać, że szerokość miejskich ścieżek i alejek to co najmniej 180 cm: umożliwia to poruszanie się w różnych kierunkach, a także poruszanie się obok pieszego i osoby na wózku inwalidzkim.

1.2.2. Turyści z wadami wymowy

Normalna aktywność mowy wymaga integralności i zachowania wszystkich struktur mózgowych, normalnego słuchu i wzroku. Największe trudności w komunikowaniu się z otoczeniem mają osoby z patologią mowy, co wymaga szczególnej uwagi przewodnika w nawiązywaniu kontaktu z tą kategorią turystów.

Zalecenia specjalne:

- *nie przerywaj i nie poprawiaj wymowy turystów;*
- *nie przyspieszać pytań turystów i nie udzielać na nie odpowiedzi bez wysłuchania do końca;*
- *nie udawaj, jeśli nie rozumiesz tego, co się mówi, lepiej zadawać pytania lub prosić o wyjaśnienia;*
- *podczas wycieczki, utrzymać kontakt wzrokowy;*
- *nie używaj skomplikowanych zdań w przekazie;*
- *zadawać pytania wymagające prostych odpowiedzi lub przytaknięć;*
- *jeśli są problemy w komunikacji, zapytaj, czy turysta nie chce skorzystać z innej metody – pisać, drukować na urządzeniu elektronicznym.*

1.2.3. Turyści z hiperkinezą (spastycznością)

Hiperkineza – mimowolne ruchy ciała lub kończyn, które występują w wyniku urazu rdzenia kręgowego, najczęściej objawy u osób z mózgowym porażeniem dziecięcym (MPD).

Zalecenia specjalne:

- *nie próbuj udzielać pomocy bez dowiedzenia się, czy jest taka potrzeba (w niektórych sytuacjach pomoc będzie tylko przeszkadzać);*
- *nie rozpraszać się, nie zwracać uwagi na mimowolne ruchy turystów;*
- *jest pożądane, aby wokół turystów była wolna przestrzeń;*
- *w przypadku trzymania przez turystę jakiegokolwiek przedmiotu pożądane jest ubezpieczenie go od upadku.*

W niektórych przypadkach osoby te mają również problemy z wymową. Skorzystaj z zaleceń umieszczonych wyżej.

1.2.4. Turyści z wadami słuchu

Istnieje kilka poziomów głuchoty – są osoby niesłyszące i niedosłyszające. W zależności od tego tworzone są zalecenia dotyczące świadczonych usług.

Zalecenia specjalne:

- *jeśli turyści mają szczątkowy słuch, utrzymuj wolne i równe tempo wymowy, miej wyraźną dykcję;*
- *uważać, aby zewnętrzne źródła hałasu nie zakłócały odbioru;*
- *używać prostych zwrotów podczas rozmowy;*
- *nie odwracać twarzy i nie zasłaniać jej rękami, włosami ani żadnymi przedmiotami, aby turyści mieli możliwość obserwowania mimiki i ust;*
- *przekazywanie informacji zawierających liczbę, termin techniczny lub inny złożony termin, lepiej zapisać go na arkuszu i pokazać grupie;*
- *podczas komunikacji z osobami zupełnie niesłyszącymi przy pomocy tłumacza języka migowego należy zwracać się bezpośrednio do turysty.*

Podczas wycieczek z osobami niesłyszącymi i niedosłyszącymi należy korzystać ze sprzętu audiowizualnego.

Należą do nich: indywidualny audioprzewodnik (umożliwia słuchanie tekstu z komfortową głośnością bez obcych dźwięków), tablet / odtwarzacz DVD (osoby z dysfunkcją słuchu mają lepszy wzrok).

1.2.5. Osoby niedowidzące

Jest to jedna z najpoważniejszych form niepełnosprawności. Głównym problemem tej grupy turystów jest brak percepcji otaczającego świata. Formy ślepoty obejmują: słabe widzenie, całkowitą ślepotę i resztkowe widzenie. Dlatego przed wycieczką należy ustalić stopień utraty wzroku: czy turyści widzą przedmioty lub ich kontury, czy któryś z nich ma poczucie światła, czy też niczego nie widzą i na tej podstawie trzeba opracować trasę wycieczki.

Osoby niewidome mają duże trudności z poruszaniem się w przestrzeni, mogą poruszać się samodzielnie z laską lub z osobą towarzyszącą.

Osoba niedowidząca trzyma towarzysza za rękę (lub bierze go za ramię lub trzyma rękę tuż nad łokciem), pozostając pół kroku z tyłu. Zaleca się, aby grupa osób z dysfunkcją wzroku składała się z 5 turystów, w przypadku innego typu niepełnosprawności – 10 osób. Każdy turysta potrzebuje jednego towarzysza.

Zalecenia specjalne:

- *nie wykonywać gwałtownych ruchów, w przypadku przeszkód (kroki, doły, kałuże itp.) Ostrzec z wyprzedzeniem, lekko zwalniając;*
- *dokładnie mówić gdzie się znajdują;*
- *mów spokojnym głosem, nie unikaj patrzenia w twarz;*
- *używać więcej języka do opisywania wydarzeń i przedmiotów, zamiast gestów i mimiki;*
- *podczas wstępnej rozmowy wyjaśnić grupie, do kogo się zwracają;*
- *zwracać się bezpośrednio do niewidomego zamiast do jego opiekuna.*

Dla takich turystów podczas narracji zastosuj technikę wyświetlania dotykowego. Polega na doprowadzeniu turysty do eksponatu, umieszczeniu rąk na obiekcie i umożliwieniu mu spokojnego przestudiowania, jasno wyjaśniając, co jest pod jego palcami. Nie możesz skierować ręki niewidomego na prezentowany obiekt, pożądane jest, aby się nie spieszyć. Dlatego dla tej grupy turystów ważny jest odpowiedni dobór miejsc do zwiedzania, które są dostępne do takiego obejrzenia.

Podczas wycieczki można również scharakteryzować przedmioty za pomocą nazw kolorów, wiele z nich ma szczątkowe widzenie lub wyobrażenia o kolorach. Używanie czasownika „wyglądać” jest całkiem właściwe, nawet w przypadku osób całkowicie niewidomych.

1.2.6. Turyści ze złożoną niepełnosprawnością (np. osoby z upośledzeniem słuchu i wzroku).

Teraz jest więcej przypadków, gdy ludzie mają połączoną niepełnosprawność. Na przykład osoba z upośledzeniem słuchu i wzroku lub słuchu i układu mięśniowo-szkieletowego. Takie uszkodzenie dwóch najważniejszych ludzkich zmysłów nie zawsze jest całkowite. Często przy całkowitej głuchocie osoba używa resztkowego wzroku. Czasami przy całkowitej utracie wzroku mogą wykorzystać pozostałości słuchu.

W przypadku osób głuchoniewidomych stosuje się dwa sposoby komunikowania się:

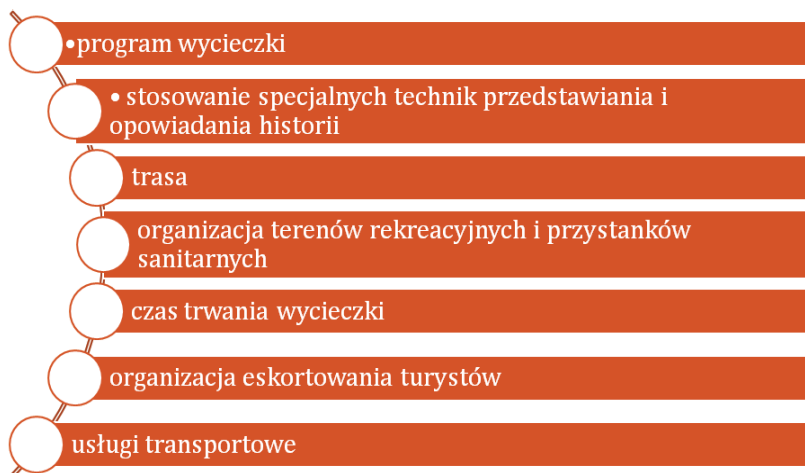


- niewerbalne środki komunikacji – gesty, obrazy, realne przedmioty;
- forma kontaktowa gestów (jeśli dana osoba utraciła zdolność wizualnego postrzegania gestów).

W drugim przypadku konieczne jest zaangażowanie tłumacza tyflo-surdu. To specjalista znający alfabet migowy dotykowy, w którym każda litera odpowiada określonej pozycji palców. Jeśli nie jest to możliwe, najprostszym środkiem komunikacji z głuchoniewidomym jest litera na dłoni (dermografia). Palcem lub tępym końcem długopisu należy pisać drukowane litery na dłoni turysty. Grupa takich gości powinna liczyć nie więcej niż trzy osoby z opieką.

1.2.6. Główne elementy organizacji i prowadzenia wycieczek dla osób niepełnosprawnych

W ten sposób można dokonać uogólnień co do elementów, które wymagają priorytetowej uwagi przy organizacji i prowadzeniu wycieczek dla osób z niepełnosprawnościami (rys. 1).



Rys. 1. Elementy obsługi wycieczek w organizacji i prowadzeniu wycieczek dla osób niepełnosprawnych.

1.2.7. Najważniejszym elementem wycieczki, który wymaga specjalnego przeszkolenia, jest program wycieczki

Przy wyborze informacji o obiektach należy wziąć pod uwagę najważniejsze i nie przeładowywać ich datami i danymi liczbowymi, oraz mało znanymi terminami specjalnymi. Nie ma konieczności budowania złożonych i długich zdań, zaleca się stosowanie rymowanych form i cytatów charakteryzujących obiekty w tekście, należy zwrócić większą uwagę na takie formy prezentacji materiału, jak wyjaśnienie, charakterystyka, opis; muszą być dokładniejsze i głębsze.

Świadcząc usługi turystyczne, organizator wycieczek dla osób niepełnosprawnych powinien zwracać uwagę na czas trwania i planowanie trasy wycieczki. Przede wszystkim należy wziąć pod uwagę możliwość dojazdu / dojścia do wybranych obiektów oraz dostępność wystarczającej ilości miejsca na zatrzymanie grupy, wymogi bezpieczeństwa turystów przebywających w obiektach. Czas trwania wycieczki należy skrócić, biorąc pod uwagę szybkie zmęczenie fizyczne i emocjonalne takich turystów. Muszą być miejsca do krótkotrwałego odpoczynku i postojów sanitarnych. Trasa powinna być funkcjonalnie kompletna, tzn. Jeśli jest to wycieczka krajoznawcza autobusem, konieczne jest zwiedzanie muzeum, galerii wystawowej (inne instytucje kultury) oraz części pieszej (historyczna część miasta, park, promenada).

Planowanie trasy części pieszej uwzględnia występowanie pochylni i poręczy przy schodach, łagodne zjazdy z chodników przy przekraczaniu ulic. Na Ukrainie usługi turystyczne dla osób niepełnosprawnych ze względu na brak tych elementów infrastruktury są nadal na niskim poziomie. Niestety najbardziej nawet rozwinięte miasta Ukrainy nie mają przyzwoitych warunków do organizowania wyspecjalizowanych wycieczek turystycznych, ale są zmiany w tym obszarze. Na przykład we Lwowie najbardziej odpowiednimi terenami do wycieczek dla osób niepełnosprawnych, w tym osób z dysfunkcją wzroku, są Park Kultury <https://www.centralpark.lviv.ua> i Park Stryjski, które mają duże obszary bez utrudnień dla pieszych i miejsca wypoczynku.

W parkach nie ma zewnętrznych źródeł hałasu, które mogłyby zakłócać odbiór informacji. Bezpośrednio dostępne są ozdobne drzewa parkowe (klony, kasztanowce, olchy, brzozy, buki, dęby, platany, robinie, lipy, sosny itd.), czy inne elementy infrastruktury parku. Za pomocą techniki wyświetlania dotykowego wygląd każdego obiektu można w pełni odtworzyć w wyobraźni turystów.

Przemysł dla turysty na wózku jest trudnym miastem. Duże różnice wysokości nie sprzyjają dłuższemu spacerowi powodując znaczne zmęczenie samego turysty czy jego opiekuna. Jednocześnie coraz więcej obiektów jest dostosowanych dla osób na wózkach. Zjazdy z krawężników przynajmniej w pewnej części umożliwiają samodzielne pokonywanie ulic. Starówka jest w zasadzie w całości dostępna dla turysty z dysfunkcją ruchu w przeciwieństwie do obiektów sakralnych. Najważniejsze przemyskie muzea czyli Muzeum Narodowe Ziemi Przemyskiej oraz Muzeum Archidiecezjalne są dostępne dla turysty na wózku.

Ze względu na bezpieczeństwo turystów i poprawę jakości usług turystycznych podczas zwiedzania niezbędne jest zapewnienie turystom opieki.

Opiekun to osoba, która zna problemy osób ze specjalnymi potrzebami i stwarza im komfortowe warunki na trasie. Przewodnik może być przewodnikiem dla grupy turystów, lub dla każdego turysty indywidualnie (w zależności od potrzeb i stopnia skomplikowania trasy). Pożądane jest, aby osoba towarzysząca była lekarzem lub pielęgniarzem, który rozumie potrzeby i problemy, jakie mogą pojawić się podczas obsługi wycieczki, osobą rozwiniętą fizycznie i przygotowaną psychicznie, a do tego wolontariuszem.

Opiekun musi:

- *zapewnić przewodnikowi pomoc organizacyjną podczas wycieczki;*
- *znać i przestrzegać środki ostrożności podczas pokonywania trasy;*
- *pilnować uczestników wycieczki poprzez kontrolę obecności każdego z nich oraz kontrolę niezbędnych dokumentów osobistych turystów;*
- *poinformować przewodnika o złym stanie zdrowia turysty i udzielić pierwszej pomocy;*
- *w razie potrzeby poprosić kierowcę o niezaplanowany postój.*

Podstawową funkcją asystenta osobistego jest opieka i pomoc, przy czynnościach codziennych i sanitarnych, przy wsiadaniu i wysiadaniu z pojazdu, a także przy poruszaniu się.

Przy organizacji wycieczek należy zwrócić szczególną uwagę na stan techniczny i wyposażenie pojazdu. Autobusy wycieczkowe muszą być wyposażone w klimatyzację, system audio i wideo, anatomiczne siedzenia z regulowanymi oparciami i spełniać najbardziej rygorystycz-

ne wymagania dotyczące wygodnej i bezpiecznej podróży. Nie zaleca się wybierania pojazdu, który ma wysokie podnóżki, wąskie drzwi, a także brak dodatkowego wyposażenia i konstrukcji zabezpieczających – pochylni, poręczy i wind. Podczas wsiadania do autobusu i wysiadania z niego, braki takich udogodnień w wyposażeniu autobusu mogą doprowadzić do wypadku.

Wyżywienie

Podczas długich wycieczek należy również zwrócić uwagę na specyfikę wyżywienia.

Istnieją dwie możliwości organizacji posiłków dla turystów – podczas postojów lub w wyspecjalizowanych miejscach publicznych.

W pierwszym przypadku warto przed wycieczką zaopatrzyć każdego turystę w tzw. „drugie śniadanie”. „Drugie śniadanie” może obejmować zwykłą czystą wodę, suszone owoce, ciastka, cukierki, jogurt, kanapki (10–15% dziennej diety).

Podczas jedzenia należy używać jednorazowych przyborów kuchennych, które są następnie zbierane i umieszczane w przeznaczonych do tego pojemnikach. Przed rozpoczęciem trasy przewodnik ma obowiązek poinformować turystów o zasadach żywienia i zbierania śmieci, a także o czasie postojów „żywieniowych”.

Wyżywienie na długich trasach może odbywać się w wyspecjalizowanych placówkach gastronomicznych. Potrzeby osób niepełnosprawnych mają swoją specyfikę, którą należy wziąć pod uwagę przy wyborze lokalu gastronomicznego, menu i formy obsługi.

Główne zalecenia, które powinno się zastosować przy wyborze obiektu gastronomicznego w obsłudze osób z zaburzeniami narządu ruchu i osób z dysfunkcją wzroku:

- krzesła muszą być wygodne, muszą zapewniać łatwość zajmowania w nich miejsc, muszą być stabilne;
- odległość między stolikami oraz siedzącymi przy tym samym stoliku turystami powinna pozwolić na rozluźnienie, rozprostowanie nóg;
- sadzając turystów przy stolikach należy pamiętać, że osoba niewidoma na jedno oko powinna usiąść w taki sposób, aby widzieć inne osoby, w tym kelnera.

Przydatne strony do organizowania wycieczek dla osób niepełnosprawnych:

<https://dostupno.ua>

https://pinchukartcentre.org/ua/education/inclusive_programmes

<http://socsvit.org/node/61>

https://pinchukartcentre.org/files/uploads/social_story/artfriends_buklet_pages_ua.pdf

<https://www.laski.edu.pl/pl/tono>

<http://noclegibezbarier.pl/>

https://www.youtube.com/watch?v=0XZLcmHCFWs&feature=emb_logo

<http://www.turystykadlawszystkich.pl/>

http://www.turystykadlawszystkich.pl/publikacje/tdw_rola_krajoznawstwa.pdf

<https://www.visitbritain.com/us/en/plan-your-trip/getting-around-britain/accessible-britain>

<https://www.tourismforall.org.uk/>

<https://www.disabilityrightsuk.org/>

<https://www.visitbritainshop.com/world/articles/disabled-travel-guide/>

<https://www.motability.co.uk/news/rough-guide-to-accessible-britain/>

<https://www.accessable.co.uk/>

<https://www.disabledholidays.com/>

2. OGÓLNE WSKAZÓWKI DLA PROFESJONALISTÓW Z BRANŻY TURYSTYCZNEJ DOTYCZĄCE PODRÓŻY I SZCZEGÓLNE WYMAGANIA PODCZAS PRACY Z OSOBAMI NIEPEŁNOSPRAWNYMI

2.1. Pracuj z turystami

Pilot wycieczek turystycznych to osoba towarzysząca turystom, posiadająca ogólną informację o kraju (miejscowości); będąca przedstawicielem organizatora w trakcie trwania imprezy turystycznej; dbająca o odpowiednią jakość zamówionych usług; świadcząca wszelką pomoc uczestnikom wycieczek. Potrafi dobrać informacje i stworzyć w grupie wycieczkowej przyjazną atmosferę.

Przewodnik przekazuje fachową informację w danym miejscu: obiekcie, trasie, miejscowości, regionie. Ma wysoki poziom wykształcenia w różnych dziedzinach wiedzy, ze szczególnym uwzględnieniem wiedzy lokalnej, historii, geografii, sztuki, architektury, ekonomii, polityki, religii i nie tylko. Stale podnosi swoją wiedzę i umiejętności zawodowe. Używa specjalnej terminologii zgodnie z tematem wycieczki i możliwościami komunikacyjnymi.

Zadania pilota:

- zarządzać grupą i zapewnić realizację wszystkich usług określonych w programie pobytu turystów;
- kompleksowo opiekować się członkami grupy i udzielać informacji o zasadach postępowania i bezpieczeństwa;
- udzielać ogólnych informacji o kraju, miejscu zamieszkania, zabytkach i dziedzictwie kulturowym;
- pełnić rolę animatora: urozmaicić wycieczki różnymi „atrakcjami”, które nie są przewidziane w programie i nie są wliczone w cenę wycieczki, ale uatrakcyjnają wycieczkę.

Zanim pilot lub przewodnik zgodzi się na współpracę z grupą, musi otrzymać następujące informacje:

- *miejsce i czas spotkania z grupą turystów;*
- *okres pobytu grupy na trasie;*
- *charakter wycieczki;*
- *jednorodność grupy;*
- *zakres obowiązków;*
- *możliwe trudności;*
- *oczekiwane wynagrodzenie;*
- *czas i miejsce zakończenia wycieczki.*

Jeśli trasa obejmuje długą podróż, pilot musi doprecyzować informacje o zakwaterowaniu turystów, możliwości wyżywienia w hotelach i restauracjach. Pilot musi wcześniej ustalić adresy i numery telefonów instytucji, przewodników, przedstawicieli biur podróży i menadżerów, którzy będą obsługiwać grupę na poszczególnych etapach.

Jeśli w grupie są turyści zagraniczni, pilot-tłumacz powinien znać numery telefonów, adresy ambasad i konsulatów krajów, z których przybędą cudzoziemcy. Nie jest wskazane, aby oczekiwać takich informacji od członków grupy.

Jeśli grupie turystów towarzyszy osoba, która jest liderem grupy, ustal z nią szczegóły programu pobytu i trasy wycieczki. Ta osoba będzie Twoim niezawodnym (niezastąpionym!) Asystentem podczas całej podróży.

Przygotowanie do pracy w grupie

Krótki czas od zlecenia obsługi grupy do wyjazdu powinien być jak najbardziej efektywnie wykorzystany.

1. Zapoznaj się z przepisami celnymi Ukrainy i Polski. Nawet jeśli nie pilotujesz grupy przez granicę, musisz dobrze znać przepisy celne. Turyści zawsze mają pytania: ile alkoholu i papierosów można przewozić przez granicę, jakie są zasady eksportu dzieł sztuki, antyków, lekarstw itp. Sukces grupy turystycznej przekraczającej granicę zależy od znajomości przepisów celnych.

2. Koniecznie zapoznaj się wcześniej z mapami obszaru i planem miasta.

3. Dokładnie przejrzyj program pobytu grupowego. Organizator, który opracował program, być może nigdy nie był na tej trasie tury-

stycznej lub w danym mieście albo nie ma doświadczenia w tworzeniu takich programów turystycznych. Dokładna osobista inspekcja programu pozwoli uniknąć irytujących niespodzianek. Np. W pół godziny trzeba przejść między obiektami znajdującymi się w odległości 6–7 km od siebie, lub mniej więcej w tym samym czasie grupa 40 osób powinna wejść na taras widokowy, znajdujący się na wysokości 60 m, który może pomieścić jednorazowo tylko 10 osób; dzień wolny w muzeum; koncert rockowy w operze zamiast baletu itp.

4. Przewodnik musi dogłębnie orientować się w lokalnej historii aby w miejscach gdzie towarzyszy grupie nie dochodziło do niezręcznej ciszy podczas wycieczki. W takim przypadku grupa będzie miała naturalne pytanie o możliwość opłacenia twojej pracy jako przewodnika.

5. Podczas pracy z turystami zagranicznymi może wystąpić bariera językowa. Biegła znajomość języka obcego nie zawsze temu zapobiega. Są terminy, których trzeba się nauczyć lub zapamiętać. Powtórz z wyprzedzeniem odpowiedniki terminologiczne i obcą interpretację nazw roślin, zwierząt itp.

Posiadanie wyczerpujących informacji o nowinkach krajowych i regionalnych pomoże komunikować się z członkami grupy na równych zasadach. Ważne jest śledzenie wydarzeń politycznych i kulturalnych w krajach, z których pochodzą turyści, aby grupa nie miała wątpliwości co do poziomu intelektualnego i zawodowego obsługujących ich osób.

Pilot/przewodnik i grupa turystyczna

Jakość współpracy z grupą wymaga oceny psychologicznej. Członków grup można podzielić na trzy kategorie: wyszkolonych, nieprzeszkolonych i pseudoturystów.

Wyszkoleni turyści to osoby, które interesują się historią, sztuką i kulturą. Przed wyjazdem zapoznają się z mapami terenu, do którego się wybierają, śledzą informacje o wydarzeniach, które mają miejsce na terenie ich planowanego czasowego pobytu, wyszukują informacje historyczne (z różnych źródeł). Ci turyści mogą stać się dla przewodnika groźnymi egzaminatorami. Jeśli czegoś nie jesteś pewien, lepiej to od razu przyznać, niż opowiadać bzdury. Tacy turyści mogą zostać wykorzystani przez przewodnika do doskonalenia umiejętności.

Turyści nieprzygotowani – ludzie, którym nie zależy, gdzie pójść i co zobaczą. To osoby, które nie kupią przewodników i nie przestudiują ich przed wyjazdem. „Słyszeli coś” o tym czy tamtym miejscu i nic więcej.

To pozwala „odkrywać Amerykę” na każdym kroku, ale myślenie o nich jako o głupich byłoby wielkim błędem.

I wreszcie **pseudoturysty**, którzy najwięcej kłopotów sprawiają liderom grupy turystycznej i pozostałym turystom. To są przypadkowe osoby w grupie. Są niezdyscyplinowani i nie punktualni, ciągle niezadowoleni z poziomu usług, zawsze rozczarowani, mają wiele pretensji do przewodnika i pilota grupy. Często takie osoby nadużywają alkoholu podczas podróży.

Zarządzanie grupą turystyczną

Praca z grupą tworzy pewną relację między uczestnikami a przewodnikiem/pilotem. Formy relacji między przewodnikiem/pilotem a grupą można uznać za system oczekiwania grupy wobec obsługi.

Czego grupa turystyczna od ciebie oczekuje?

Przed wszystkim wysokie kwalifikacje zawodowe, a mianowicie:

1. Wystarczający poziom wykształcenia i szeroko rozumianej inteligencji. Nawet dziesięciolecie może zapamiętać trasę wycieczki w teren, ale czy będzie umiał ciekawie porozmawiać jak przewodnik, który ma odpowiedni zasób wiedzy i odpowiedni poziom inteligencji?

2. Znajomość tematu. Jeśli masz nadzieję, że położysz na kolanach zeszyt z opisem wycieczki, a nikt w autobusie tego nie zauważy, to jesteś w błędzie.

3. Znajomość języka. Jeśli przewodnik/pilot dobrze zna temat, ale popełnia wiele błędów i ma złą wymowę, grupa może nie zrozumieć takiego przekazu.

4. Umiejętności organizacyjne. Jest to szczególnie trudne dla początkującego przewodnika/pilota, który ma obawy narzucić turystom, gdzie stać, poprosić o chwilę cierpliwości, czasem wyrazić krytyczną uwagę. Pamiętaj, że im bardziej jesteś pewny siebie w prowadzeniu grupy, tym bezpieczniej poczuć się turyści. Przewodnik/pilot musi utrzymać dyscyplinę wśród turystów. Czasami konieczne jest zastosowanie stylu autorytarnego, ale tylko wtedy, gdy istnieje zagrożenie dla bezpieczeństwa lub życia turystów. Zawsze pamiętaj, że przewodnik/pilot (czyli Ty) jest odpowiedzialny za grupę. Tutaj ważne jest, aby nie nadużywać stylu mentorskiego czy dyktatorskiego! Staraj się robić wszystko inteligentnie.

Czasami warto ograniczyć się do humorystycznej uwagi: „Umówmy się, że można się spóźnić, ale wtedy ten, kto się spóźnia, częstuje całą grupę szampanem”.

Umiejętność szybkiego reagowania. Wieloletnia praktyka pomaga rozwinąć tę cechę. Podczas pracy z grupą może się zdarzyć tysiąc kłopotów: kradzież paszportu turysty, ktoś upada i złamie nogę, psuje się autobus i nie tylko. Jeśli się pogubisz i nie będziesz wiedział, co robić, grupa od razu zapomni, jak kilka minut temu wspaniale mówiłeś o stylu „Empire” czy o osobliwościach łemkowskiej architektury sakralnej.

Idealne jest, aby móc przewidzieć problemy, które mogą się pojawić i ostrzec o nich turystów. Ale żaden kurs nie może tego nauczyć – wyłącznie doświadczenie.

1. Elastyczność zachowania i kompetencje psychologiczne (czyli umiejętność oceny potrzeb grupy). Polityka „Tak powiedziałem i tak będzie!” może spowodować otwarty konflikt w grupie. Na przykład zapowiedziałeś, że za trzy godziny będzie czas wolny. Ale grupa stała w kolejce na granicy przez całą noc, jest zmęczona i słucha twojej narracji raptem 2–3 osoby. W takim przypadku zmień zdanie i pozwól ludziom odpocząć szybciej; przyniesie to tylko korzyści.

Skróć czas opowiadania i nie wchodź w szczegóły historii obiektu, jeśli grupa jest nieprzygotowana, a jedyne, czego chcą, to pić piwo lub kupować słodycze.

2. Umiejętność nawiązywania kontaktów z ludźmi. Jeśli łatwiej jest ci pracować z komputerem, ponieważ nigdy nie zrobi ci krytycznej uwagi, a boisz się ludzi, to na próżno przeczytałeś wszystko, co powyżej, i nigdy nie będziesz przewodnikiem/pilotem. Przewodnik/pilot powinien być profesjonalnym psychologiem i bardzo szybko nawiązywać kontakt z członkami grupy, zwłaszcza gdy wycieczka trwa kilka dni. Dobry przewodnik-psycholog potrafi tak zbliżyć się do grupy, że żegnając się z nim turyści będą płakać i przysyłać mu przez wiele lat pocztówki z wakacji.

Chęć nawiązania przyjaznych stosunków z członkami grupy nie powinna prowadzić do braterstwa. Przewodnik musi być w stanie zachować dystans i być autorytetem dla grupy.

Zapamiętaj! Podczas komunikowania się z grupą nie można preferować konkretnych osób. Może to wywołać zazdrość.

Zawsze łatwiej jest pracować w małej grupie, wtedy można szybko znaleźć wspólny język z ludźmi.

Praca z grupą to dla przewodnika przyjemność

Praca przewodnika/pilota jest bardzo trudna i wymaga odporności psychicznej, jak każda inna praca z ludźmi. Pamiętasz komputer? Ale żaden inny zawód nie da tak szybkiego i wyraźnego wyniku jak ten. Zaledwie jeden dzień pracy i możesz ocenić swoje możliwości. Jeśli grupa pod koniec wycieczki oklaskuje Cię, daje kwiaty, komplementy, to znaczy, że zdarzyło Ci się być przewodnikiem. Pieniądze są bardzo ważne dla każdego profesjonalisty, ale nie każdy może czerpać taką emocjonalną przyjemność z pracy. Doceniajcie to!

Przewodnik jako aktor

Nie wszyscy myślą, że mogą być aktorami i grać na scenie, ponieważ wiąże się to z wrodzonym talentem. Ale większość ludzi uważa, że każdy, kto dobrze zna miasto, może być przewodnikiem. A efektem takiej postawy jest dezorganizacja, bieganie po mieście i nudny głos z obojętnym spojrzeniem opowiadający fakty z historii i architektury.

Mało kto rozumie, że żeby być przewodnikiem trzeba mieć takie same zdolności i talenty, jak aktorzy, piosenkarze i artyści. Czy wiesz, jak to sprawdzić? Jeśli turyści płaczą i śmieją się, kiedy chcesz, jesteś aktorem przewodnikiem i doskonale wykonujesz swoją rolę!

Na turystów może wpływać charyzmatyczny aktor-przewodnik, który wskazuje na czerń i mówi o bieli z taką pewnością, że ich przekonyje. Niestety takich przewodników jest niewielu.

Nieco więcej o ludzkich cechach i cechach, które powinieneś mieć, wybierając zawód przewodnika.

1. Nastrój. Dobry przewodnik, mimo ewentualnych kłopotów z rodziną, powinien nie tylko mieć dobry nastrój, ale także przekazać go grupie.
2. Przewodnik powinien być uprzejmy, opiekuńczy, cierpliwy i uczynny, po prostu kochać ludzi i wybaczać ich niedociągnięcia.
3. Kultura i punktualność. Nie możesz żądać punktualności od grupy, jeśli spóźnisz się choćby 5 minut.
4. Język. To niezwykle ważny czynnik podczas wycieczki. Przede wszystkim ma być poprawnie, bez zająknięć i wtrętów, bogato emocjonalnie i leksykalnie (używaj synonimów!). Przewodnik powinien mówić głośno, wyraźnie i niezbyt szybko. Jeśli będziesz mówić cicho, po prostu nie zostaniesz usłyszany przez dużą grupę, szczególnie podczas pieszej wycieczki, kiedy dzwonią tramwaje i hałasują samochody. W takim przy-

padku powinien użyć środków technicznych – głośników, indywidualnych aparatów słuchowych itp.

5. Przewodnik powinien być chętny do udzielania odpowiedzi na wszystkie pytania turystów. Nawet jeśli nie zawsze są logiczne. Bądź cierpliwy, nie rób wielkich oczu i nie komentuj: „Jak? Nie wiesz tego?” lub „Mówiłem o tym kilka razy!”. Czasami pytania są po prostu komiczne. Ale nawet wtedy musisz zebrać siły, aby się nie śmiać. Nie kpij i nie komentuj nawet najbardziej absurdalnych, twoim zdaniem, pytań.

Nie bój się przyznać, że czegoś nie wiesz. Człowiek nie może wiedzieć wszystkiego. Lepiej powiedzieć: „Tego nie wiem. Postaram się znaleźć odpowiedź i powiedzieć wam jutro”, niż gadać bzdury.

Inna sprawa, jeśli nie masz odpowiedzi na co drugie pytanie. Zastanów się, czy masz wystarczający poziom wiedzy.

Główne błędy przewodnika:

1. Brak punktualności.

2. Brak taktu. Obsceniczne żarty, chęć ciągłego mówienia o „tych sprawach”. Szanuj swoich turystów i siebie! Nie bądź ulicznym plotkarzem!

3. Estetyczny wygląd. Przede wszystkim schludność i czystość ubrań! Przewodnicy płci męskiej nie powinni odbywać wycieczki w garniturze, aby nie odbiegać od ogólnego wyglądu grupy. Nie należy też nosić białej koszuli w upale, bo za kilka godzin będzie nieświerza. Panie powinny unikać zbyt krótkich i skąpych ubrań. Turyści powinni być pod wrażeniem tego, o czym mówisz, a nie wyglądu. Makijaż powinien być delikatny i matowy. Upewnij się, że masz wygodne buty.

4. Arogancja, niedostępność i zadufanie. Przewodnik nie powinien chwalić się swoją wiedzą, nawet jeśli stoi przed nim grupa o niskim poziomie intelektualnym.

Przewodnicy często starają się pokazać grupie wyższy poziom wiedzy niż w rzeczywistości prezentują. W takiej sytuacji przewodnik bardziej skupia się na odbiorze swojej osoby niż na jakości wycieczki. Pamiętaj, ludzie zauważą Twój poziom wiedzy, nie trzeba im przypominać co 15 minut.

5. Brak emocjonalnego entuzjazmu. Suche, pozbawione emocji opowiadanie nie jest atrakcyjne. Taniej będzie dla turystów odsłuchanie nagrania przewodnika elektronicznego.

6. Mowa jest zbyt szybka i niewyraźna.

7. Nuda. Trzeba o tym powiedzieć osobno. W większości jest to przynależna tobie wada. Jeśli jesteś nudną osobą, jesteś takim samym przewodnikiem. Można współczuć turystom, którzy spotykają się z taką narracją. Nadmiar informacji powoduje jedynie zmęczenie. Nie skupiaj się stale na małych i nieistotnych szczegółach. Nie myśl, że musisz powiedzieć turystom wszystko, co wiesz. Posiąć umiejętność wyróżnienia głównych i interesujących informacji.

8. Irracjonalne tempo zwiedzania – częsty błąd wielu przewodników. Przewodnik prowadzi grupę, jego tempo jest zawsze szybsze od tych, którzy idą ostatni. Zatrzymaj się i poczekaj, zwłaszcza gdy przeszedłeś przez ulicę, a część grupy jeszcze tego nie zrobiła. Rozejrzyj się i obserwuj, co się dzieje z grupą.

Na przystankach poczekaj, aż przybędą ostatni. Starsza pani, która nie nadąza za tobą, też zapłaciła! Pozwól turystom robić zdjęcia obiektów.

9. Słaba znajomość języka obcego. Pracuj nad swoim językiem, poszerzaj słownictwo. Bez perfekcyjnego języka wycieczka nie jest wycieczką!

O czym powinien pamiętać przewodnik podczas zwiedzania miasta:

Bezpieczeństwo! Grupa powinna trzymać się razem. Przewodnik powinien przeprowadzać ludzi przez ulicę tylko przez przejścia dla pieszych. Jeśli nie ma przejścia, przewodnik podnosi rękę, aby zatrzymać ruch. Jeśli w grupie jest lider, powinien iść ostatni, upewniając się, że nikt się nie zgubi. Jeśli nie ma takiego przywódcy, przewodnik powinien być jeszcze bardziej ostrożny. Zatrzymaj się na dużych skrzyżowaniach, czekając na tych, którzy pozostają w tyle.

Staraj się nie korzystać z transportu publicznego w godzinach szczytu. Przewodnik musi głośno ogłosić numer tramwaju lub autobusu przed podróżą i poinformować na którym przystanku grupa wysiada. Na przedostatnim przystanku dodatkowo przypomnij. Jeśli grupa jest zbyt duża na jeden autobus, konieczne jest podzielenie jej na 2 lub 3 części, wyznacz w każdej podgrupie osobę odpowiedzialną.

Przed rozpoczęciem wycieczki przewodnik musi poinformować o godzinie i miejscu zakończenia wycieczki.

Wycieczkę najlepiej zakończyć w miejscu, w którym grupa wysiadła z autobusu.

Przypomnij grupie jeszcze raz, jak dostać się do hotelu lub restauracji na wypadek, gdyby ktoś się zgubił.

Podczas wycieczki objazdowej po mieście przewodnik uzgadnia trasę z kierowcą, wyjaśniając, gdzie się zatrzymać, dokąd pojedzie grupa. Pamiętaj, że nie możesz zmusić kierowcy do łamania przepisów ruchu drogowego! Z drugiej strony to Ty ustalasz trasę, a nie kierowca jeżdżący tam, gdzie mu się podoba.

Wybierz dogodne miejsca na przystanek. Chodnik nie powinien być zbyt wąski w miejscu, w którym się zatrzymujesz i coś omawiasz. W takim przypadku grupa będzie narażona na potrącanie przez przechodniów.

Przewodnik zawsze opowiada o obiekcie, twarzą do grupy! Pamiętaj o „prawej” i „lewej” stronie (gdzie dla ciebie „lewa”, dla grupy będzie „prawa”).

Turyści to też ludzie! Jeśli wycieczka trwa większość dnia, zrób sobie przerwę na kawę, zatrzymuj się co kilka godzin w toaletach i wskazuj, gdzie kupić pamiątki i pocztówki.

Wycieczki autokarowe po kraju

Przewodnik zajmuje miejsce w pobliżu mikrofonu. Przewodnik wyznacza trasę. Wszystkie instrukcje należy przekazywać kierowcy z wyprzedzeniem, aby miał czas na zajęcie odpowiedniego pasa ruchu.

Na początku wycieczki przewodnik informuje grupę o całkowitym czasie jej trwania (czasie i przebiegu), a także o godzinie i miejscu pierwszego przystanku.

Poruszając się, pamiętaj o związku między narracją a rzeczywistością za oknem. Nie mów o obiekcie, który już minąłeś bo tak dezorientujesz grupę. Jeśli jest dużo informacji o jakimś obiekcie, zacznij historię z wyprzedzeniem: „Za kilka minut po lewej stronie zobaczysz ... itd.”

Jeśli autobus nie ma mikrofonu (niestety tak się dzieje) to mów tylko na przystankach, a silnik musi być wyłączony, bo inaczej ryzykujesz podrażnienie strun głosowych.

Zadbaj o swój głos! To jest twój chleb!

Mówiąc o okolicy, spróbuj zacząć od panoramy, podstawowych informacji ogólnych, a następnie podaj szczegóły.

Przystanki są ustalane przez przewodnika wraz z liderem grupy, ale nie rzadziej niż co 2–2,5 godziny.

Zabroń grupie przekraczania autostrady! To jest bardzo niebezpieczne! Określ czas postoju i żądaj punktualności.

Zanim się zatrzymasz, dokładnie sprawdź okolicę. Nie zatrzymuj się w bagnistym miejscu, gdzie droga ma wysokie pobocza, w gęstych zaroślach. Najlepiej robić to na wyposażonych parkingach lub stacjach benzynowych przy autostradach, gdzie jest kilka toalet. W innych przypadkach czas postojów może się wydłużyć do kilku godzin.

Nigdy nie wyjeżdżaj bez sprawdzenia liczby turystów, chyba że chcesz przywieźć połowę...

Bezpieczeństwo podczas wycieczki

Problem zapewnienia bezpieczeństwa podczas wycieczki jest jednym z najważniejszych i najtrudniejszych problemów turystyki. W każdej podróży zawsze istnieje element przypadku i nie możemy go wyeliminować, tak jak w ogóle nie możemy wyeliminować przypadku z naszego życia. Jednak nie ma sensu stawiać zadania eliminacji zbiegu okoliczności, można spróbować go zminimalizować.

Organizatorzy wycieczek powinni podjąć jak najwięcej środków ostrożności, aby zminimalizować ryzyko wypadków. Wiele zależy od tego, jak dobrze znasz i przestrzegasz podstawowych zasad bezpieczeństwa, swojego, a także wszystkich turystów. Zasady te polegają na dokładnym zbadaniu trasy zwiedzania (szczególnie na terenach miejskich) oraz umiejętności pokonywania trudnych odcinków trasy.

Pod wieloma względami przyjemne wrażenia z podróży turystycznych zależą od osoby obsługującej turystów. Autorytet pilota jest podstawą skutecznego zarządzania grupą. Składa się na nią nienaganna znajomość trasy, właściwe wykorzystanie umiejętności i zdobyczy technicznych, umiejętność właściwej oceny trudnej sytuacji, podjęcia właściwej decyzji, podjęcia środków bezpieczeństwa w podróży, poczucia odpowiedzialności nie tylko za swoje czyny, ale także za działania i czyny członków grupy. Pilot musi być opanowany, rzeczowy, wyważony, uczciwy i przyjazny. Musi mieć poczucie własnej wartości, własną dumę, swoim przykładem kształtuje w turystach poczucie świadomości, odpowiedzialności i wymagania wobec siebie i swoich towarzyszy. Musi wziąć pod uwagę opinię każdego uczestnika. Jednak podejmując decyzję w imieniu grupy musi pamiętać, że odpowiedzialność za wszelkie wykroczenia i co najważniejsze za bezpieczeństwo turystów spoczywa wyłącznie na nim. Musimy wziąć pod uwagę opinie poszczególnych liderów i przed podjęciem ostatecznej decyzji upewnić się, że jest ona prawidłowa.

Należy pamiętać, że każda inicjatywa przewodnika/pilota musi uwzględniać efekt końcowy. Efektem końcowym jest odpowiednio zorganizowana, bezproblemowa i ciekawa wycieczka.

Możliwe błędy przewodnika na trasie:

- podział grupy;
- zmiana (skrócenie) trasy pieszej przez miejsce nieodpowiednie (przekraczanie ulic w miejscach, gdzie nie ma przejść dla pieszych, przez place budowy lub w pobliżu przebudowywanych obiektów itp.);
- brak jasnych wskazówek dotyczących zachowań turystów i wymagań podczas wycieczki;
- nieprawidłowe obliczenie sił i czasu wycieczki;
- brak dyscypliny w grupie, konflikt z grupą;
- niedociągnięcia przywódcze związane z chamstwem, niesprawiedliwością, niekompetencją i nieuczciwością.

Trasa turystyczna – pojęcie bardzo szerokie i niejasne. Obejmuje charakterystykę geograficzną obszaru, a przede wszystkim ocenę jego orohydrografii na przekroju poprzecznym terenu, zboczach, występowaniu bagien, piasków, skał, lodu i nie tylko. Każdy z tych naturalnych elementów stanowi zagrożenie dla ludzi.

Trasa obejmuje ocenę warunków pogodowych i klimatycznych. W tym samym miejscu w różnym czasie może być gorąco lub zimno, sucho lub mokro, jasno lub ciemno.

W związku z tym na trasie mogą wystąpić wypadki, sama trasa może spowodować wypadek, niezależnie od rejonu, pory roku, dnia tygodnia, pory dnia, pogody, rodzaju ruchu, formy podróży i znajomości niebezpiecznych miejsc.

Organizacja wycieczek pieszych

Przyjęcie grupy. Zazwyczaj w przyjmowaniu grupy turystycznej zajmują się firmy turystyczne (organizatorzy wycieczek). Zdarzają się jednak przypadki, gdy turyści (indywidualni) zwracają się do przewodnika, jako podmiotu gospodarczego, z prośbą o pokazanie już ustalonego i szeroko reklamowanego w mediach szlaku turystycznego.

Ważne jest wcześniejsze ustalenie optymalnego składu uczestników wycieczki pieszej. Najlepiej, gdy grupa liczy 10–15 osób. Zapewnia to manewrowość, dotrzymanie harmonogramu i oszczędza głos przewodnika.



Wycieczki, zwłaszcza piesze, często obejmują zwiedzanie muzeów, galerii i innych obiektów, do których wstęp jest płatny. Aby zoptymalizować czas wycieczek, należy od początku umówić się na zwiedzanie takich obiektów, wskazując ich nazwę i koszt biletu wstępu, a także poinstruować opiekuna grupy lub jednego z turystów, jeśli nie ma opiekuna, aby pozbierał środki na bilety wstępu do takich obiektów. Pozwoli to zaoszczędzić czas na wycieczce i wyeliminować niedogodności przy kasie.

Planowanie trasy. Staranne planowanie trasy jest ważne dla zapewnienia sukcesu wycieczki. Planowanie trasy oznacza przestudiowanie rejonu wycieczki, określenie odwiedzanych obiektów, wytyczenie trasy wycieczki, ustalenie jej harmonogramu, oszacowanie wysokości kosztów, innymi słowy – zrobienie programu turystycznego.

Część finansowa wycieczki turystycznej powinna obejmować:

- *całościowy koszt transportu;*
- *koszty transportu wewnętrznego (przejazd komunikacją miejską, transfery autobusowe na trasie itp.);*
- *koszty wyżywienia;*
- *koszty noclegu (jeżeli trasa turystyczna trwa dłużej niż jeden dzień);*
- *koszt opłacenia biletów wstępu do muzeów, galerii, zwiedzania atrakcji turystycznych (np. „tramwaj karpacki” czy wyciąg krzesełkowy na górę);*
- *koszty pracy lokalnych przewodników lub pracowników muzeum (jeśli są);*
- *opłata za obsługę turystyczną grupy na trasie;*
- *koszt polis ubezpieczeniowych, wiz itp.*

Przed wycieczką należy sprawdzić gotowość grupy, ponieważ program mógł zmienić liczebność grupy, czas trwania wycieczki czy liczbę obiektów do obejrzenia. Organizator powinien z wyprzedzeniem przemyśleć wszystkie związane z tym szczegóły i znaleźć najlepsze rozwiązania: najciekawsze, przy najmniejszym ryzyku dotarcia do obiektów, rozsądny czas powrotu; najkorzystniejszy czas rozpoczęcia uwzględniający godziny szczytu dla transportu i na ulicach miast.

2.2. Turystyka dla osób niepełnosprawnych

W naszej wyobraźni turystyka aktywna kojarzy się zwykle z ludźmi zdrowymi, a nie z wózkiem inwalidzkim. Ale czasy się zmieniają i ludzie ze specjalnymi potrzebami zaczynają żądać od społeczeństwa otwartości, swobodnego dostępu do wszystkich wspólnych zasobów: terenów rekreacyjnych, szlaków turystycznych, ciekawych obiektów przyrodniczych, parków, plaż itp. Coraz częściej organizują wyjazdy poznawcze, wycieczki, obozy, zawody.

Niestety okazuje się, że Ukraina i Polska nie są przygotowane na ekspansję osób niepełnosprawnych, ponieważ nasze tereny rekreacyjne nie są dostosowane do ich życzeń i wymagań, brakuje specjalistów, metod i doświadczenia. Tym samym naruszono konstytucyjne prawo określonej części społeczeństwa do pełnego i godnego życia oraz odpoczynku.

Historia aktywnego wypoczynku i turystyki jako zjawiska masowego dla osób niepełnosprawnych sięga lat sześćdziesiątych XX wieku, kiedy to narodziła się ogólna świadomość praw człowieka. Od tego czasu osoby niepełnosprawne traktowane są jak pełnoprawni członkowie społeczeństwa. Ruch zaczął angażować osoby niepełnosprawne we wszystkie sfery życia publicznego, w tym rekreację i turystykę.

Proces transformacji przebiegał dwójako równolegle: zmiana świadomości człowieka doprowadziła do rozwoju wsparcia i opieki nad osobami z niepełnosprawnościami, dostosowanie środowiska do ich potrzeb doprowadziło do rozwoju infrastruktury i środków technicznych pomagających osobom niepełnosprawnym dbać o siebie bez pomocy. Opracowano standardy dla budynków użyteczności publicznej, dróg, parkingów, parków narodowych, terenów rekreacyjnych.

Dziś możemy obserwować rozwój tych dwóch modeli w Niemczech i Szwecji.

Niemcy poszły drogą dostosowania wszystkich obiektów publicznych do potrzeb osób niepełnosprawnych. To dość drogi sposób i nie każdy kraj może sobie na to pozwolić. Szwecja ma bardzo dobrze rozwinięty system opieki społecznej, w którym każda potrzebująca osoba może skorzystać z pomocy maksymalnie dwóch osób, które muszą mieć zapewniony wygodny pobyt w dowolnym miejscu, w tym na wakacjach.

Obecnie w Szwecji każda osoba niepełnosprawna może raz w roku złożyć wniosek do resortu ubezpieczeń społecznych o dofinansowanie wakacji i opłacenie jednej lub dwóch osób towarzyszących. A miejsce

odpoczynku wybiera osoba z niepełnosprawnością i może to być nie tylko na terenie Szwecji! Jednak tylko w Szwecji państwo gwarantuje spełnienie wszystkich wymagań związanych z komfortem i bezpieczeństwem pobytu.

Do tej pory opracowano standardy dostępu do budynków użyteczności publicznej, dróg, parkingów, parków narodowych, terenów rekreacyjnych. Wszystkie nowe budynki muszą spełniać standardy dostępności przyjęte w każdym kraju. Droga do osiągnięcia takiego poziomu dostępu do rekreacji dla osób niepełnosprawnych trwała w krajach rozwiniętych 30–40 lat. Nie da się osiągnąć ich poziomu za kilka lat. Ale musimy już rozpocząć ten ruch. Aby nie czuć się na uboczu cywilizacji, możemy powiedzieć, że w większości krajów wokół nas zapewnienie wysokiej jakości wypoczynku osobom niepełnosprawnym jest na wczesnym etapie. A taki wypoczynek jak agroturystyka, nawet w rozwiniętej Europie dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich jest praktycznie niedostępny.

Mając to na uwadze, Polska może stać się pionierem w rozwoju tej branży. Po wypracowaniu określonych wymagań i standardów, opracowaniu kursów przygotowujących właścicieli gospodarstw agroturystycznych do przyjmowania osób z niepełnosprawnościami, mamy szansę przyczynić się do poprawy jakości życia osób niepełnosprawnych.

W Polsce turystyka osób z różnymi niepełnosprawnościami, to niemal osobny dział turystyki. Funkcjonują specjalistyczne biura turystyczne posiadające odpowiedni tabor i wykwalifikowaną kadrę. Nie jest to jednak zjawisko powszechne. Obiekty kultury, muzea, obiekty sportowe, infrastruktura sanitarna są już dość dobrze dostosowane do przyjmowania osób niepełnosprawnych. Gorzej jest z zabytkami i z infrastrukturą dedykowaną turystyce ruchowej.

Według ogólnych statystyk światowych w każdym społeczeństwie jest 8–12 procent osób niepełnosprawnych. Można stwierdzić, że w Polsce jest około 4 milionów osób niepełnosprawnych.

Dziś ci ludzie nadal do pewnego stopnia angażują się we wszelkiego rodzaju życie społeczne, rekreację. Ale nasze pragnienie cywilizowanego społeczeństwa obywatelskiego zobowiązuje nas do integracji tej części populacji z ogółem społeczeństwa. W rezultacie na rynku rozrywki pojawi się armia milionów konsumentów, szukających możliwości zaspokojenia swoich potrzeb. Dlatego przygotowanie infrastruktury technicznej i pracowników biur podróży, przewodników, pilo-

tów, hoteli, restauracji, kempingów i terenów rekreacyjnych do przyjęcia nowej kategorii konsumentów jest istotne i pilne.

Organizatorzy wycieczek, jako osoby zawodowo zaangażowane w komunikowanie się z różnymi kategoriami osób, również powinny być przygotowane do obsługi osób niepełnosprawnych. Dlatego podamy kilka przydatnych wskazówek, które pomogą Ci w kontaktach z osobami niepełnosprawnymi i zapewnieniu im dobrego wypoczynku.

Zwróć uwagę na możliwości. Konieczne jest określenie możliwości każdej osoby i uwzględnienie ich.

Nie lekceważ możliwości i zainteresowań człowieka. Często osoby niepełnosprawne nie osiągnęły pełnego potencjału z powodu braku nadziei. Oczywiście musisz uważnie monitorować sposób postrzegania informacji, które podajesz podczas wycieczki lub wędrowki.

Zachowaj szacunek. Komunikuj się z uczestnikami jak równy z równymi, pomimo ich braków, z godnością i szacunkiem, nie rozmawiaj z ludźmi z góry. Osoby niepełnosprawne są bardzo przewrażliwione i biorą to za litość, co jest dla nich bardzo bolesne.

Ofiaruj ostrożnie pomoc. Jeśli uważasz, że dana osoba potrzebuje pomocy, zaoferuj ją, ale poczekaj, aż Twoja oferta zostanie przyjęta. Być może osoba chce wykonać zadanie samodzielnie. Wówczas Twoja pomoc będzie postrzegana jako podkreślająca niepełnosprawność uczestnika. Nie wyciągaj przedwczesnych wniosków, że osobę na wózku inwalidzkim zawsze trzeba popychać. Jeśli naprawdę potrzebuje twojego wsparcia, zapewnij go.

Bądź cierpliwy. Niektórzy ludzie mogą poruszać się zbyt wolno w porównaniu z tobą, ale chcą robić rzeczy samodzielnie. Inni mogą mieć problemy z wymową, wtedy trzeba ponownie zapytać, aby przyzwyczaić się do sposobu wyrażania. Szanuj ludzkie ograniczenia. Kule, protezy, wózki inwalidzkie są dla takich osób niezbędnym urządzeniem, a czasami osoby niepełnosprawne postrzegają je jako część siebie, przedłużenie swojego ciała. Utrata tych rzeczy czyni człowieka bezbronnym, więc nie zabieraj ich, dopóki osoba o to nie poprosi.

Zmniejsz wpływ barier. Zminimalizuj naturalne przeszkody, które mogą ograniczać ruch: twarda powierzchnia jest lepsza do manewrowania wózkiem niż trawa lub piasek. Pomyśl z wyprzedzeniem o planie spaceru, biorąc pod uwagę rodzaj nawierzchni.

Pochwała. Reaguj pozytywnie na sukces, staraj się wspierać i zachęcać w trudnych sytuacjach. Nie wychwalaj na próżno i nie próbuj przeprosić osób niepełnosprawnych za ich uwagę i udział.

Współpracuj z ekspertami. Rodzice, opiekunowie, nauczyciele i przyjaciele osób z niepełnosprawnościami mogą być świetnym źródłem informacji o stanie i zdolnościach osoby ze specjalnymi potrzebami.

Ustal jasne normy zachowania. Bądź zrównoważony i odporny, jeśli potrzebujesz dyscypliny. Traktuj wszystkich członków grupy jednakowo.

Zadbaj o bezpieczeństwo. Zapytaj rodziców, opiekunów, nauczycieli lub przyjaciół osób niepełnosprawnych z wyprzedzeniem o szczególne zasady bezpieczeństwa podczas pracy z nimi. Na przykład osoba z upośledzeniem umysłowym może nie być świadoma, jakie sytuacje są dla niej niebezpieczne, a osoby z chorobą Downa mogą łatwo uszkodzić rdzeń kręgowy.

2.2.1. Wymagania wobec przewodników, przy obsłudze turystów niewidomych

Głównym wymaganiem jest przestrzeganie bezpieczeństwa swojego podopiecznego na całej trasie.

Przedstaw się. Poinformuj niewidomego o swojej obecności i na koniec o odejściu.

Nie próbuj prowadzić za rękę. W razie potrzeby osoba niedowidząca weźmie Cię za łokieć. Aby to zrobić, musisz zapytać: „Nie chcesz mnie wziąć za rękę?”.

Podczas narracji informacje muszą być podane w sposób jasny i jednoznaczny. Nie możesz wskazać kierunku ręcznie, ale tylko ustnie, używając terminów: „w lewo”, „w prawo”, „do przodu”, „do tyłu” i tak dalej. I nie wolno nam zapominać, że instrukcje te muszą być udzielane w odniesieniu do sytuacji turysty. Opisując przedmiot lub to, co dzieje się wokół ciebie, używaj kolorowego, opisowego języka, aby jak najbardziej zrekomensować brak wzroku. Zminimalizuj obcy hałas, ponieważ bardzo przeszkadza ludziom, którzy polegają na słuchowej percepcji otoczenia.

Jak komunikować się z osobą niedowidzącą

1. Zapraszam do zaoferowania pomocy. Dotknij ręki niewidomego i zapytaj: „W czym mogę pomóc?” Jeśli twoja pomoc zostanie przyjęta, poproś osobę, aby wzięła cię pod ramię i przeszła pół kroku do przodu. Ostrzeż osobę o przeszkodach: schodach, kałużach lub dołach.

2. Zawsze zwracaj się do osoby po imieniu. Jeśli odejdziesz w trakcie rozmowy, ostrzeż o tym osobę. Użycie słowa „zegarek” jest całkiem normalne. Dla osoby niewidomej oznacza to „patrzenie rękami”, czyli czucie.

3. Zapewnij przy stole bezpieczne miejsce, aby osoba niewidoma nie przewróciła czajnika z wrzątkiem, przyborów kuchennych lub wazonu z kwiatami. Jeśli jesz razem obiad, porozmawiaj o tym, jakie jedzenie jest przyniesione, gdzie zostało umieszczone i co jest na talerzu. Pomoże to osobie znaleźć odpowiednią potrawę.

4. Jeśli pracujesz z osobą niewidomą i musisz przekazać jej informacje, dowiedz się, w jakiej formie osoba ta chce je otrzymać: Braille, duża czcionka, audio.

5. Komunikuj się z osobą, która ma wadę wzroku w sposobie, w jaki komunikujesz się z innymi znajomymi. Jeśli na swojej drodze spotkasz osobę niedowidzącą, pamiętaj, że jest to ta sama osoba, co Ty, z tymi samymi uczuciami, myślami, zmartwieniami.

6. Osobie z dysfunkcją wzroku trudno jest samodzielnie poruszać się przy silnym wietrze, deszczowej pogodzie, na terenie pokrytym śniegiem; w warunkach dużego hałasu. Jeśli więc zobaczysz osobę, która w tych warunkach zmierza w Twoim kierunku – zaproponuj jej pomoc.

7. Nie używaj słowa „ślepy”, bardziej poprawne byłoby powiedzenie „niewidomy”.

Ogólne zalecenia

Trzymaj ramię zgięte w łokciu. Osoba niedowidząca podąża pół kroku za Tobą, trzymając dłoń tuż nad łokciem. Poprowadź podopiecznego po najbezpieczniejszej części trasy. Na przykład, jeśli jezdnia jest po lewej stronie, osoba niedowidząca powinna iść po prawej stronie chodnika. Poruszaj się z prędkością, która jest najwygodniejsza dla podopiecznego. Ostrzegaj turystę o wszystkich przeszkodach, które pojawiają się po drodze. Najlepiej robić to za pomocą sygnałów. Przykładowo, jeśli po drodze jest krawężnik lub schody, wystarczy wykonać dowolny ruch łokciem, który jest przytrzymywany przez osobę towarzyszącą (ruch do tyłu, do góry lub na boki). Jeśli towarzyszysz osobie po raz pierwszy

lub nie nawiązałeś jeszcze relacji opartej na zaufaniu, musisz wyjaśnić charakter przeszkody: próg, schody w górę. W takim przypadku lepiej zatrzymać się na sekundę przed przeszkodą. Pod żadnym pozorem podopieczny nie może chodzić po kałuzach, dołach, włazach itp. Jeśli trasa jest taka, że jest to nieuniknione, należy ostrzec niewidomych.

To samo dotyczy przeszkód u góry (gałęzie drzew, dachy, tarasy, znaki drogowe itp.). Jeśli to konieczne, uprzedź swojego podopiecznego: wolną ręką wskaż odpowiedni kierunek. Jednocześnie nie przechylaj głowy podopiecznego a jedynie zablokuj możliwość urazu wewnętrzną stroną dłoni. Tył dłoni służy jako przewodnik. Jeśli turysta chce kontrolować trasę, podpowiedz kierunek ruchu. Jeśli niemożliwe jest wspólne przejście w standardowej pozycji, np. Przy wąskim przejściu lub chodniku, przy gęstym napływie ludzi, przy drzwiach komunikacji miejskiej, przewodnik musi cofnąć łokieć. To sygnał, że osoba eskortowana musi iść za przewodnikiem aż do ominięcia przeszkody. Jeśli podczas ruchu konieczne jest, aby osoba towarzysząca przeszła z jednej strony na drugą, wyprostuj prowadzącą rękę, załóż ją za plecy i chwyć palcami tej dłoni za łokieć drugiej (wolnej) ręki. Towarzyszący, prowadzony zgitym ramieniem, przejdzie na drugą stronę bez zatrzymywania się. Marsz będzie kontynuowany jak poprzednio.

Eskorta w transporcie publicznym

Wsiadając do komunikacji miejskiej idź pierwszy, informując o schodach. Jeśli osoba towarzysząca musi trzymać się poręczy, połóż rękę na poręczy. Osoba eskortowana przesunie dłoni po twoim przedramieniu i w ten sposób odnajdzie poręcz. Drugą ręką dotknie twoich pleców. W ten sam sposób następuje wsiadanie do pociągów i samolotów. Przewodnik nie wchodzi do pojazdu jako pierwszy, jeśli drzwi nie pozwalają grupie na przejście bez schylania się (minibusy, samochody). W takim przypadku należy określić żądany kierunek ruchu, blokując przeszkody jak w przypadku przeszkód u góry (opisanych powyżej).

Przewodnik jest pierwszym, który wsiada do pojazdu, nawet jeśli towarzyszy mu więcej niż jedna osoba. Będąc w pojeździe, zapewnij podopiecznemu najwygodniejszą pozycję. Najlepszą opcją jest posadzenie turysty. Należy to zrobić w następujący sposób: wolną ręką chwycić poręcz siedziska, informując jednocześnie podopiecznego o jego położeniu. Osoba niedowidząca znajdzie poręcz po ramieniem przewodnika i usiądzie. Nie możesz usadzać osoby za ramiona. Jeśli nie ma wolnych miejsc, wybierz optymalną i najbezpieczniejszą pozycję

dla podopiecznego, upewnij się, że trzyma poręczy i osłaniaj go przed ludzkim przepływem.

Osoba z upośledzeniem wzroku powinna znajdować się w takiej pozycji, w której ryzyko obrażeń jest zminimalizowane w przypadku jakiegokolwiek zagrożenia. Pożądane jest, aby osoba niedowidząca siedziała przodem do kierunku jazdy. Zawsze pierwszy wysiadaj z pojazdu. Komentarz jest taki sam jak przy wsiadaniu, ale opuszczając pojazd należy szczególnie pomóc, zwłaszcza jeśli pojazd zatrzymał się w pewnej odległości od chodnika. Faktem jest, że w niektórych tramwajach, trolejbusach, autobusach czasami jest bardzo wysoki pierwszy stopień. **Poinformuj również niewidomych o liczbie kroków w pojeździe.**

Pomoc w pomieszczeniach

Duże znaczenie dla niewidomych ma szerokość drzwi, o czym również należy poinformować. Na schodach ruchomych (w metrze lub supermarkecie) zawsze stój o krok z przodu. Idąc do schodów ruchomych, prawą dłoń połóż na nieruchomej poręczy, po której podopieczny znajdzie ruchomą poręcz. Przewodnik musi pierwszy wejść na schody ruchome.

Przechodząc przez drzwi, zawsze staraj się być po stronie zawiasów drzwi. Otwórz drzwi towarzyszącą im ręką. Zrób krok, wskazując kierunek ruchu pozycją ciała. Osoba z dysfunkcją wzroku, prowadzona przez Twoją rękę, sama zamknie drzwi. Wchodząc na stację metra, wybierz skrajne drzwi po lewej lub prawej stronie. Wchodząc do windy zawsze idź pierwszy. Wychodząc z windy – przeciwnie, pierwsza wychodzi osoba z dysfunkcją wzroku, a przewodnik komentuje bezpieczny kierunek ruchu. Wchodząc do nieznanego pomieszczenia, w którym będziesz przez jakiś czas, szczegółowo opisz lokalizację mebli i strukturę pomieszczenia. Następnie zaproponuj obejście pokoju po obwodzie, umożliwiając dotknięcie ścian i mebli zewnętrzną stroną palców. Jednocześnie kontroluj bezpieczeństwo ruchu poprzez blokowanie stref niebezpiecznych, jak wspomniano powyżej, a jednocześnie wyjaśniając charakter przeszkód. Następnie poprowadź podopiecznego przez pokój, wzdłuż i w poprzek. Aby pomóc w zajęciu miejsca siedzącego, połóż dłoń na oparciu krzesła lub fotela z tyłu. Jeśli krzesło wymaga przesunięcia, poinformuj turystę. Podczas jedzenia, na prośbę podopiecznego, opowiedz o ułożeniu przyborów i naczyń na stole lub sam napętl

nij talerz. Przebywając w pomieszczeniu, poinformuj niewidomego o wszelkich zmianach sytuacji, jeśli takie wystąpią.

Wsparcie podczas otrzymywania usług

Odbierając usługi lub kupując określone rzeczy, należy szczegółowo poinformować osobę niewidomą o charakterze, cenie i cechach usług lub towarów, umożliwiając jej samodzielne dokonywanie zakupów lub korzystanie z usług, przy jednoczesnym kontrolowaniu bezpieczeństwa i jakości lub na życzenie zrobimy to sami. W każdym razie turysta musi być informowany o wszystkim, co się dzieje.

Towarzyszenie kilku osobom

Niepożądane jest, aby przewodnik towarzyszył więcej niż jednej niewidomej osobie. W tym przypadku trudniej jest kontrolować bezpieczeństwo turystów, oraz mamy zmniejszoną manewrowość. Ale jeśli nie ma innego wyjścia, należy podjąć pewne środki ostrożności. Jeśli musisz towarzyszyć dwóm osobom, musisz iść z obu stron, trzymając się przewodnika. Jeśli musisz towarzyszyć od dwóch do czterech osób, trzecia i czwarta trzymają za ręce pierwszą i drugą. Wtedy pierwsza i druga przekazują twoje sygnały w ten sam sposób jak ty. Jeśli musisz towarzyszyć więcej niż czterem osobom, to pierwsza trzyma przewodnika, zgodnie ze standardem. Wszyscy inni trzymają za ramię w kolejności jeden drugiego po stronie i ręką, którą prowadzisz. W takim przypadku znacznie trudniej jest przekazywać sygnały wszystkim, a prędkość jest odpowiednio bardzo niska.

Towarzyszenie osobom z niepełnosprawnością sprzężoną

Towarzysząc osobom z niepełnosprawnością sprzężoną, należy wziąć pod uwagę każdą z nich. Szybkość poruszania się musi być niezwykle wygodna dla turysty. I oczywiście musisz wziąć pod uwagę gwałtowny spadek manewrowości. Oczywiście w przypadku braku jednej kończyny górnej osoba niedowidząca trzyma przewodnika zdrową ręką. W przypadku braku dwóch kończyn, ale z możliwością kontaktu, turysta musi mieć również kontakt z ręką. Jeśli turysta nie ma takiej możliwości, trzymaj podopiecznego za ramię, kierując we właściwą stronę. Po raz kolejny zauważamy, że głównym zadaniem takiego przewodnika jest bezpieczeństwo i udana wycieczka osoby niewidomej, dodatkowo niewidomy musi otrzymać jak najwięcej informacji, zapewniając mu w ten sposób jego zrównoważony rozwój i satysfakcję.

Pomoc w uzyskaniu informacji

Zawsze dowiedz się, w jakiej formie dana osoba chce otrzymywać informacje: wydrukowane w alfabecie Braille'a, dużą czcionką, a może – na dysku lub w mp3... Jeśli nie możesz przetworzyć informacji na żądany format, podaj je w formie, w jakiej posiadasz – to lepsze niż nic.

Zanim niewidomemu coś przeczytasz, przekaż mu informację co to jest.

Mów normalnym głosem. Nie pomijaj informacji, chyba że zostaniesz o to poproszony. Jeśli jest to ważny list lub dokument, poinformuj o tym bez zwłoki. Nie zastępuj czytania tłumaczeniem. Kiedy osoba niedowidząca musi podpisać dokument, koniecznie go przeczytaj. Niepełnosprawność nie zwalnia osoby niewidomej z odpowiedzialności określonej w dokumencie.

Prawda, która prawdopodobnie wyda się jasna w każdym innym kraju: jeśli zobaczysz osobę niepełnosprawną na ulicy – nie oznaczaj to, że wyszła prosić o jałmużnę. Nie ma potrzeby być przesadnie współczującym, ponieważ fakt, że nie postrzegasz jej jako równej sobie, jest dla niej obraźliwy.

Fragmenty 10 ogólnych zasad etykiety, które dotyczą komunikacji z niewidomymi. Zasady te są używane przez pracowników socjalnych w USA.

- Podczas rozmowy z osobą niedowidzącą zwracaj się bezpośrednio do niej, a nie do opiekuna obecnego podczas rozmowy.
- Kiedy przedstawiasz się osobie niewidomej, uścisk dłoni nie jest naturalny. Jeśli chcesz to zrobić, powiedz jej o tym.
- Kiedy spotkasz osobę, która widzi słabo lub wcale, koniecznie przedstaw siebie i osoby, które z tobą przyszły.
- Jeśli prowadzisz ogólną rozmowę w grupie, nie zapomnij wyjaśnić, do kogo zwracasz się w tym momencie, a także podawaj swoje imię.
- Należy zaoferować pomoc, a nie od razu zakładać, że dana osoba potrzebuje pomocy.
- Kiedy oferujesz pomoc, poczekaj, aż Twoja oferta zostanie przyjęta, a następnie zapytaj, co i jak zrobić.
- Traktuj niepełnoletnich niepełnosprawnych jak osoby dorosłe. Zwracaj się do nich tylko po imieniu i „ty”, jeśli dobrze się znacie.
- Podczas rozmowy z osobą, która ma problemy z komunikacją, słuchaj jej uważnie. Bądź cierpliwy, poczekaj, aż osoba dokończy

zdanie. Nie poprawiaj go ani nie uzupełniaj! Nigdy nie udawaj, że rozumiesz, jeśli tak nie jest. Powiedz, że nie zrozumiałeś, pomoże to wam się pozrozumieć.

- Zawsze osobiście sprawdź dostępność miejsc, w których planowane są wydarzenia. Dowiedz się z wyprzedzeniem, jakie problemy lub bariery mogą się pojawić i jak można je rozwiązać.
- Nie zmuszaj rozmówcy do mówienia w pustkę: jeśli się ruszasz, ostrzeż go.
- Spróbuj wyrazić słowami mimikę i gesty.

Często nieznajomi, nie wiedząc, jak rozmawiać z niewidomym, zwracają się do jego towarzysza ze słowami: „Czy pan nie chce usiąść?”. lub „Czy możesz podpisać?”. Wynika to z faktu, że większość osób nie zdaje sobie sprawy z możliwości osób niewidomych, uważając je za całkowicie bezradne, niezdolne do samodzielnego zadbania o siebie, wykonywania najprostszych prac, nie mówiąc już o prowadzeniu gospodarstwa domowego. Taka postawa niektórych osób widzących jest bardzo obraźliwa dla osób niedowidzących. Dochodzi do niezręcznej sytuacji, gdy w obecności osoby niewidomej rozmowa o nim toczy się tak, jakby nie było go w pobliżu lub był głuchy. Czasami ci sami ludzie, rozmawiając z tymi, którzy nie widzą, próbują krzyczeć tak głośno, jak to możliwe. Można to wytłumaczyć tym, że osoby z dysfunkcją wzroku nie dysponują niewerbalnymi środkami komunikacji (kontaktem wzrokowym), przez co osoby widzące nie wiedzą, jak nawiązać z taką osobą kontakt.

Możesz nawiązać takie połączenie, kontaktując się z osobą niedowidzącą. Jednocześnie należy wziąć niewidomego za rękę, za ramię lub przynajmniej zbliżyć się do niego. Wiele osób nie ma odwagi używać słów „widzieć”, „patrzeć”, „ślepy”, „ślepotą” w rozmowie z niewidomymi. Należy zauważyć, że większość osób z dysfunkcją wzroku w humorystyczny sposób opowiada o swoim problemie lub przygodach z nim związanych, a czasownik „widzieć” jest używany do wyrażenia ich szczególnego sposobu postrzegania: „widziałem przyjaciela”, „oglądałem sztukę” itp. Zapytaj więc osobę niewidomą, na przykład: „Czy chcesz to zobaczyć?” i daj mu przedmiot, który go interesuje.

W razie potrzeby w rozmowie możesz używać słów „niedowidzący” i „ślepotą”. Ale pamiętaj, że powiedzenie: „Czy jesteś ślepy?” jest bardzo brzydkie i nietaktowne, „Całkowicie?”, „Czyli nic nie widzisz?” – co za horror! „Nie widzisz od urodzenia?” „Miałeś wypadek?”. Nie zapominać, że niewidomi dobrze słyszą i nie mów nawet po cichu w ich

obecności takich zdań: „Nie ma większego smutku niż ślepotą! Wolę zgodzić się na śmierć...” Niewidomi wcale tak nie traktują ślepoty, obrażają się takimi nietaktownymi uwagami.

Wręcz przeciwnie, chcą, aby inni ludzie nie zauważali ich wady fizycznej, nie podkreślali jej. Szczególnie w przyjaznym gronie lub w podróży. Niewidomi chcą być traktowani jak ludzie zdrowi. Dlatego słowo „widzieć”, używają w konwencjonalnym sensie.

W obecności osób niedowidzących unikaj dwuznacznych gestów podczas rozmowy z innymi osobami. Osoby niewidome często to zauważają, takie zachowanie też może ich urazić. Nigdy nie witaj się kiwnięciem głowy ani machaniem ręką. Konieczne jest powitanie go tylko słowami, nazywając osobę. Jeśli wchodzisz do pomieszczenia, w którym przebywają niewidomi, koniecznie poinformuj obecnych o swoim wejściu.

Kiedy mija Cię osoba niedowidząca, uprzedź ją o swojej obecności. Jeśli z kimś rozmawiałeś, nie milcz, zbliżając się do niewidomego, bo gdy stoisz w milczeniu, niewidomy może wpaść na Ciebie lub pomyśleć, że rozmowa dotyczyła jego. Nie należy nachalnie przyglądać się niewidomym, to co najmniej nietaktowne. Jeśli spotkasz się twarzą w twarz z osobą niewidomą, lepiej ustąp jej drogę, jeśli to możliwe, nie będzie musiała cię omijać. Tak będzie znacznie lepiej.

Pomoc niewidomym w restauracji, pizzerii, kawiarni

Pomóż niewidomemu dojść do szatni, ostrzegając w porę o wszelkich przeszkodach na jej drodze (statyw kolumnowy, rzeźba, schody itp.).

W szatni pomóż niewidomemu rozebrać się, a jeśli nie podano numerków, jasno wyjaśnij i pokaż, gdzie zostawiasz jego ubranie.

W razie potrzeby zabierz niewidomego do łazienki i szczegółowo ją opisz.

Zaproponuj niewidomemu stolik i zaprowadź go tam. Sadzając osobę, połóż dłoń na oparciu krzesła. W większości osoby niedowidzące siadają samodzielnie. Zanim zaprosisz osobę niewidomą do siedzenia, sprawdź miejsce: może być brudne. Powiedz niewidomemu, co jest na stole – serwetki, owoce, solniczki, sztuczce i gdzie się znajdują.

Przeczytaj niewidomemu menu i nie zapomnij podać cen.

Po przyniesieniu zamówienia należy ostrzec osobę niewidomą i poinformować, z której strony będzie podawane jedzenie.

Powiedz niewidomemu, jakie jedzenie znajduje się na jego talerzu. Aby to zrobić, możesz poprosić niewidomego, aby wyobraził sobie jego

talerz w postaci tarczy. Nazwij potrawy na talerzu zgodnie z tarczą zegara (12 – ziemniaki, 3 – kotlet itd.). Unikaj niejasnych definicji i instrukcji, którym zwykle towarzyszą gesty, a także wyrażenia typu „solniczka gdzieś na stole”, „to blisko Ciebie”. Staraj się być precyzyjny: „szkło na środku stołu”, „krzesło po Twojej prawej stronie”.

Jeśli zauważysz, że osoba z dysfunkcją wzroku zabrudziła swoje ubranie podczas jedzenia, taktownie jej powiedz i pomóż usunąć zanieczyszczenie. Na pierwszą wizytę postaraj się wybrać taki moment, kiedy w kawiarni, restauracji, jadalni czy pizzerii będzie mało osób, dzięki czemu możesz bezpiecznie pokazać niewidomemu wnętrze i dać możliwość dotyku i zapoznania się ze wszystkim. Opowiedz niewidomemu o menu, wyjaśnij, jak zamawiać potrawy i jakie zasady obowiązują w lokalu. Oznacza to, że pokażesz niewidomemu całą kolejność zachowań od momentu wejścia do końca posiłku.

W lokalu samoobsługowym osoba niewidoma może szczególnie potrzebować pomocy innych osób, ponieważ jest mało prawdopodobne, aby zechciała i mogła przynieść tacę wypełnioną talerzami.

Pomoc niewidomemu w sklepie samoobsługowym

W sklepie tego typu poruszanie się jest znacznie trudniejsze dla osób niewidomych niż w sklepie, w którym jest sprzedawca. Dlatego pomoc osoby widzącej jest dla niego niezwykle potrzebna. Zaproponuj swoją pomoc. Podczas spaceru nie należy pytać osoby z niepełnosprawnością o jej życie i problemy, bo macie inny cel. Ale jeśli sam turysta jest otwarty na komunikację – porozmawiaj z nim.

Zapytaj niewidomego, jakie produkty (towary) chciałby kupić. Powiedz mu, gdzie jesteś teraz i co jest wokół Ciebie. Wyjaśnij planowanie sklepu i lokalizację jego działów sprzedaży. To może mu pomóc następnym razem. Po podaniu informacji o wymaganym towarze poinformuj o kierunku, w którym będziesz się udawać. Osoba niedowidząca powinna znajdować się po przeciwnej stronie lady, aby nieumyślnie nie dotknąć ani nie stracić żadnych przedmiotów podczas chodzenia. Bądź taktowny i nie dawaj tej osobie dodatkowego powodu do wstydu.

Ostrzeż niewidomych o wszystkich przeszkodach na drodze!

Wybierz fragmenty, po których możecie swobodnie spacerować razem.

Idź w średnim tempie. Nie ciągnij za sobą niewidomego, ale też nie idź za nim. W żadnym wypadku nie opuszczaj niewidomego, zwłaszcza bez ostrzeżenia. Skomentuj słowami każde ze swoich działań. Nie rób nic bez ostrzeżenia.

Idąc wzdłuż lad, powiedz niewidomemu o towarach, które widzisz, i ich cenie. Jeśli jakiś produkt zainteresuje osobą niewidomą, zatrzymaj się i opisz go dokładniej (cena, waga, skład, producent). W razie potrzeby produkt należy podać niewidomej osobie, aby mogła go zbadać. Opisz miejsce, z którego wzięłeś ten produkt, i nazwij punkty orientacyjne, dzięki którym może go znaleźć następnym razem.

Gdy znajdziesz wszystko, czego potrzebujesz, pomóż niewidomemu zapłacić, nazywając nominały, które wyjmuje. Wszystkie zakupione towary zapakuj w torbę i włóż do ręki niewidomego turysty.

Pomoc w sklepie dla niewidomych z psem przewodnikiem

Pamiętaj: psy przewodnicy mają prawo znajdować się w sklepach, aptekach i komunikacji miejskiej. Nie podawaj psu przewodnikowi jedzenia!

Prawo nie zabrania wejścia psów przewodników do sklepów, domów towarowych, autobusów lub innych środków transportu publicznego, a także do kabin pasażerskich, pociągów, statków, autobusów między-miastowych. Psy przewodnicy są zwierzętami pracującymi. Są wyszkolone w zachowaniu cisy i czystości. Właściciel otrzymał wszystkie niezbędne instrukcje, jak dbać o psa i będzie regularnie wyprowadzał go na zewnątrz. Porozmawiaj z właścicielem psa, a nie z psem. Może to zabrzmieć niewiarygodnie, ale osoba niewidoma polega całkowicie na swoim psie jako przewodniku. Koncentracja psa spada, gdy z nim rozmawiasz. Nie rozpraszaj psa przez oferowanie mu zabawki, głaskanie lub gwizdanie. Proszę nie chwytać osoby ani psa za smycz. Najpierw zapytaj, czy potrzebują Twojej pomocy i jakiej dokładnie.

Zachowanie z psami przewodnikami

Gdy pies przewodnik kończy pracę, zdejmuje mu się smycz i znów staje się pupilem, który lubi leżeć na grzbiecie, chce być głaskany jak każdy inny pies. Ale nie wtedy, kiedy pracuje. Kiedy pies i jego właściciel czekają przed przejściem, aby przekroczyć ulicę, pogłaskanie psa może zrujnować dwa lata treningu.

Nie gwizdź, gdy psy pracują! Kiedy ktoś woła nas po imieniu, instynktownie odwracamy głowę. Psy robią to samo, gdy słyszą gwizdek. Jeśli

pies przewodnik jest „rozproszony”, prawdopodobieństwo wypadku staje się bardziej realne. Właściciele psów przewodników stale „czytają” sygnały od swoich partnerów za pomocą solidnej uprząży łukowej. Nieoczekiwany obrót głowy psa może dać właścicielowi zły sygnał, że ma zamiar zawrócić.

Labradory są doskonałymi psami przewodnikami. Są inteligentne, odpowiedzialne i bardzo kochają ludzi. Uwielbiają też jedzenie i jedzą praktycznie wszystko, co im jest zaoferowane. Dlatego nie podawaj psu przewodnikowi jedzenia. Inne psy również odwracają uwagę psów przewodników. Pamiętaj, że pracujące psy przewodnicy to psy specjalne. Nie dlatego, że są mądrzejsze lub ważniejsze, ale dlatego, że mają pracę, podczas gdy większość zwierząt jest na ciągłych, długich wakacjach.

W miejscach publicznych

Asystowanie niewidomym na lotniskach

Nowoczesne lotniska mają samozamykające się główne drzwi, które reagują na obecność człowieka. Powiedz o tym niewidomym. Nie zapomnij opowiedzieć mu o swoim otoczeniu i skomentować wszystkie swoje działania.

Eskorta na lotniskach to standard. Możesz potrzebować pomocy w przejściu przez punkt kontrolny i odprawie biletów. Bądź przygotowany, aby to zapewnić. Aby dostać się do bramki wejścia na pokład, zwykle trzeba skorzystać ze specjalnego autobusu. Nie zapomnij o podstawowych zasadach pomocy niewidomym w transporcie: pomocy przy wejściu na pokład, pomocy w znalezieniu miejsca i wyjściu.

Wspinając się po schodkach możesz mieć trudności ze znalezieniem pierwszego stopnia. Również przy wejściu do samolotu mogą wystąpić trudności, ponieważ koniec schodków może nie odpowiadać krawędzi drzwi (być nieco niższy lub wyższy). Dlatego bądź ostrożny i ostrzeż o tym niewidomych na czas.

W kabinie samolotu zabierz niewidomego na jego miejsce i powiedz mu, gdzie są jego rzeczy.

W kabinie samolotu

Kiedy steward wydaje napoje bezalkoholowe, ostrzeż niewidomego, że chcą mu podać szklankę i wskaż, którą ręką podaje lub z której strony. Pożądane jest, aby podać szklankę do ręki. W nagłych przypadkach należy osobiście przekazać niewidomemu zestaw ratunkowy, pokazać i wyjaśnić, jak go używać.

Udzielanie pomocy niewidomym w kinie

Pożądane jest, abyś zapoznał się wcześniej z treścią filmu, który będziesz oglądać. W takim przypadku łatwiej będzie Ci udzielić właściwego komentarza. Przyjedź do kina z wyprzedzeniem! Daj niewidomemu możliwość zapoznania się z salą. Pokaż mu kasę, pomóż kupić bilet i zabierz go na korytarz. W miarę możliwości zapoznaj niewidomego z salą kinową: wskaż, gdzie jest ekran, jak stoją krzesła, podaj ich liczbę i lokalizację. Zabierz niewidomego do innych pomieszczeń pomocniczych (przedpokój, toaleta, szatnia) i opisz je szczegółowo.

Podczas oglądania filmu osoba niewidoma potrzebuje Twojego komentarza na temat tego, co dzieje się na ekranie. Powiedz jej, czego nie widzi, zwłaszcza gdy nie słyhać żadnych dźwięków lub są one niezrozumiałe, a akcja toczy się w tym momencie. W trakcie filmu krótko opisz bohaterów filmu (jak wyglądają, w co się ubierają), przekaż niewidomemu tylko takie informacje, których nie może on wywnioskować z kontekstu rozmów (gdzie rozgrywa się akcja, czas, miejsce). Twoje komentarze powinny być krótkie, dokładne, bez zbędnych informacji. Staraj się mówić tak, aby osoba niedowidząca mogła Cię usłyszeć, ale nie przeszkadzaj jej w obserwowaniu tego, co się dzieje, czyli staraj się mówić podczas przerw. Podaj tylko fabułę, powstrzymaj się od własnej interpretacji tego, co się dzieje.

W teatrze

Wydarzenia teatralne bardziej niż kino są osiągalne percepcji niewidomych. Pobyt w teatrze powinno rozpocząć się od opowieści o nim, o aktorach, o samym spektaklu. Idąc do teatru zwróć uwagę niewidomego na to, jak się ubrać. W samym teatrze daj niewidomym możliwość zapoznania się z budynkiem, wejdź na scenę, na widownię, na balkon. Z założeniami teatru najlepiej jest zapoznać się przed przybyciem większości widzów. Podobnie jak w przypadku oglądania filmu, osoba niedowidząca nie może się czasami obejść bez komentarza. Staraj się mówić cicho, aby nie przeszkadzać sąsiadom, a jednocześnie aby osoba niedowidząca mogła Cię usłyszeć. Jeśli chce o coś zapytać, niech też powie to cicho.

W muzeum

W muzeach niewidomi mogą pod okiem kustosa delikatnie dotykać eksponatów, które nie leżą pod szkłem. Niektórzy pracownicy muzeum nie wiedzą, że istnieje specjalne rozporządzenie, które pozwala to zrobić,

więc możesz zgłaszać uwagi. W takim przypadku spokojnie i taktownie wyjaśnij, że osoba, która z Tobą przyszła, nie widzi, a podczas badania będziesz bardzo ostrożny. Zazwyczaj muzea nie są do siebie podobne, więc zwiedzanie muzeum powinno rozpocząć się od nauki orientacji w budynku.

2.2.2. Wymagania wobec przewodników, którzy zapewniają wsparcie turystyczne osobom z dysfunkcją słuchu

Dźwięk jest jednym z regulatorów ludzkiego zachowania i aktywności. Regulacja zachowań związanych z orientacją człowieka w przestrzeni charakteryzuje się doborem obiektów postrzeganych wizualnie oraz ich lokalizacją na podstawie słyszenia przestrzennego.

Otoczająca nas rzeczywistość odbierana jest znacznie pełniej poprzez dochodzące z niej dźwięki, niż gdy jest postrzegana jedynie wzrokiem. Brak lub upośledzenie czynności narządu słuchu w wyniku wrodzonej lub nabytej głuchoty we wczesnym dzieciństwie pozbawia człowieka jednego z najważniejszych źródeł informacji, ZMIENIA JEGO AKTYWNOŚĆ POZNAWCZĄ!

Na Ukrainie jest ponad dwa i pół miliona osób z wadami słuchu! W Polsce żyje około 6 mln ludzi z wadami słuchu z czego około 900 tys ma ten słuch uszkodzony poważnie. Według Światowej Organizacji Zdrowia prawie jeden procent światowej populacji jest całkowicie lub w znacznym stopniu głucha. Oznacza to, że są zmuszeni postrzegać świat inaczej niż większość populacji.

Nasi odlegli przodkowie uważali narodziny głuchoniemego dziecka za dopust Boży. Rząd carskiej Rosji, który obejmował większość Ukrainy, na mocy specjalnego prawa stawia głuchych na równi z obłąkanymi. Osoby głuche nie mogły być nawet świadkami w sądzie. Zostawali uznani za dorosłych nie w wieku 18 lat, ale znacznie później. Osoby niesłyszące pozostawiano same sobie, co niewątpliwie utrudniało im funkcjonowanie. Społeczeństwo tego czasu je odrzuciło, stawiało na równi z osobami ubezwłasnowolnionymi i gorszymi. Wśród osób niesłyszących było wielu utalentowanych i zdolnych ludzi, którzy chcieli się spełniać. Jednak tylko niektórym z nich udało się wyrwać z błędnego koła milczenia i stworzyć własny świat, na który zwróciła uwagę cała ludzkość. Artysta Goya, kompozytor Beethoven i naukowiec Ciotkowski zdołali nawet zdobyć światowe uznanie.

Dopiero w XIX wieku pojawiło się „światelko w tunelu” dla niesłyszących – powstał alfabet, który pomógł rozwinąć komunikację osób niesłyszących. Taki wynalazek natychmiast umożliwił tym, którzy nie słyszeli, nawiązanie kontaktu ze światem, światem, który nigdy nie cierpiał z powodu dominacji ciszy. Wiele osób niepełnosprawnych opanowało ten alfabet, co pomogło niesłyszącym szybciej przystosować się do otoczenia. W Europie i Ameryce osoby z wadami słuchu nie są już postrzegane jako osoby wykluczone, są w pełni zintegrowane ze społeczeństwem i przyczyniają się do jego rozwoju.

Wycieczki są bardzo potrzebne osobom niesłyszącym, aby poznać otaczający ich świat. Podczas wycieczki analizator wizualny aktywnie pracuje, uzupełniany jest zapas słów, pojęć, faktów itp.

Przewodnicy powinni wiedzieć, że osoby z dysfunkcją słuchu komunikują się ze sobą w języku migowym, zwracając uwagę na siebie nawzajem, na ruchy rąk i jednocześnie mogą nie zauważyć, co się dzieje wokół. Jest to bardzo niebezpieczne podczas poruszania się po mieście, przekraczaniu ulic, torów tramwajowych. Dlatego w przeddzień każdej wycieczki obowiązkowe jest pouczenie o zasadach zachowania się na ulicach podczas wycieczek pieszych lub autobusowych.

Grupa osób z wadami słuchu podczas wycieczki nie powinna liczyć więcej niż 15–17 osób. Jeśli grupa jest liczna, przewodnik nie jest w stanie przekazać materiału publiczności.

Osobie z wadą słuchu jest bardzo trudno przyswajać informacje dotyczące dat, wydarzeń, przez 2–3 godziny trwania wycieczki. Po 10–15 minutach od rozpoczęcia wycieczki ludzie z takimi wadami zaczynają siebie wzajemnie wypytywać, czego nie rozumieli, inni do nich dołączają a to rozprasza uwagę. Dlatego opowieść przewodnika powinna składać się z krótkich zdań, które zwięźle i łatwo wyrażą treść wydarzenia, okres historyczny i pewne fakty.

Przygotowując się do prowadzenia wycieczek dla osób z dysfunkcją słuchu, konieczne jest zrobienie z grubego papieru karteczek, na których można wpisać słowa kluczowe, pojęcia historyczne, nazwiska bohaterów opowieści. Pomoc to skupić uwagę i ułatwi wizualne zapamiętanie słów i dat. Również bardzo pomocne będą ilustracje, diagramy, mapy.

Zbyt duża ilość materiału daje wynik ujemny. Ale jest możliwe, że w grupie będzie kilka osób, które będą chciały bardziej szczegółowo porozmawiać o tym, czym są zainteresowane.

Oto lista kluczowych słów, które należy przygotować na kartach przed wycieczką: „Wieża”, „Arsenał”, „Renesans”, „Gotyk”, „Mitologia”, „Kaplica”, „Architekt”, „Fasada”, „Lira”, „Okap”, „Muza”, „Hol”, „Portal”, „Alegoria”.

Trudno jest pracować z osobami z wadami słuchu. Musisz biegle posługiwać się językiem migowym. Przewodnikowi, który nie posiada tej umiejętności, musi towarzyszyć tłumacz języka migowego. Jeśli w grupie są osoby niedosłyszące, możesz wybrać się na wycieczkę bez tłumacza języka migowego, ale musisz mówić wolniej, i zdecydowanie głośniej. Jeśli karty z głównymi słowami nie są przygotowane na wycieczkę, ludzie zaczynają się nudzić powtarzaniem nieznanymi słów, dekoncentrują się i tracą zainteresowanie czynnym uczestnictwem w wycieczce.

Często jedyną rzeczą do zrobienia jest upewnienie się, że na trasie turystycznej znajdują się niezbędne znaki wizualne, instrukcje, które zrekomensowałyby potrzebę ustnych komunikatów i odpowiedzi.

Jeśli potrzebujesz tłumaczenia, zapytaj uczestników, jakiego znaku lub systemu znaków używają do komunikacji. Tłumacze znają różne metody komunikacji i mogą pomóc w wyborze odpowiedniej.

Osoby z wadami słuchu trudno jest zrozumieć, kiedy mówią, z powodu błędów wymowy i nietypowej intonacji. Jednak cierpliwy słuchacz z czasem wszystko zrozumie.

Przewodnik musi zawsze ustawiać się twarzą do grupy. To pozwala czytać z ust.

Dodatkowe, przydatne informacje

Chcesz pomóc – poproś o zgodę. Jeśli czujesz, że osoby z dysfunkcją słuchu potrzebują pomocy – zaoferuj swoją pomoc, ale nie rób tego, dopóki nie uzyskasz zgody. Zanim zaczniesz rozmowę z osobą niedosłyszącą, upewnij się, że jesteś słuchany. Możesz przyciągnąć uwagę, dotykając dłoni lub używając jakiegoś gestu.

Mów wyraźnie, w spokojnym tempie i tonie. Nie podnoś głosu i nie zmieniaj tempa, chyba że zostaniesz o to poproszony. Nie zwiększaj ruchu ust. Staraj się nie jeść, nie żuć ani nie palić podczas rozmowy, ponieważ utrudnia to zrozumienie Twojej wymowy. Upewnij się, że jesteś zrozumiany, zanim zaczniesz mówić o czymś innym. Powtarzaj tyle razy, ile potrzeba, być może będziesz musiał sparafrazować zdanie, ponieważ możesz użyć słowa, które jest trudne do zrozumienia.

Wyrażaj siebie. Używaj mimiki, gestów i mowy ciała, aby podkreślić swoje wypowiedzi. Słabe zmiany tonu lub dźwięku używane do przekazywania uczuć lub niuansów znaczenia mogą być niezrozumiałe dla tych, którzy nie słyszą. Im więcej gestów wizualnych używasz, tym łatwiej druga osoba Cię rozumie.

Unikaj rozpraszania. Kiedy coś pouczasz lub wyjaśniasz, ogranicz hałas w tle do minimum, aby nie rozpraszać grupy. Jeśli jest bardzo głośno – idź tam, gdzie jest cicho lub poinstruuuj grupę przed wejściem do hałaśliwego pomieszczenia.

Twoja lokalizacja. Kiedy mówisz, zwracaj się do osób z wadami słuchu. Nie będa w stanie cię usłyszeć, jeśli się od nich odwrócisz. Upewnij się, że Twoja twarz i górna część ciała są dobrze widoczne. Podejdź wystarczająco blisko, aby być dobrze widocznym, a twoja twarz była oświetlona. Unikaj także cieni na twarzy, takich jak kapelusz lub okulary przeciwsłoneczne. Nie stawaj przed jasnym światłem skierowanym z okna lub z tyłu.

Nie wyłączaj światła. Pamiętaj, że przy dużej liczbie osób słuchanie dźwięku, gaszenie światła lub zamykanie oczu automatycznie ogranicza udział osób z wadami słuchu. Staraj się nie stwarzać takich warunków.

Kontaktuj się z rozmówcą. Pamiętaj, że rozmawiasz bezpośrednio z osobą niedosłyszającą, a nie z tłumaczem. Kontaktuj się z osobą, z którą rozmawiasz.

Jeśli pierwszy raz się nie powiodł...

Jeśli trudno ci zrozumieć, co mówi dana osoba lub nie rozumie cię – spróbuj powtórzyć. Jeśli to nie zadziała, spróbuj użyć ołówka i papieru. Jasne zrozumienie jest ważniejsze niż metody jego osiągnięcia. Pomoce wizualne – wykresy, instrukcje pisemne, zdjęcia lub media, oprócz instrukcji ustnych – są ważne dla osób z wadami słuchu i przyczyniają się do lepszego zrozumienia materiału wycieczki.

W razie potrzeby – dostosuj! Jeśli komunikacja jest istotnym elementem Twojej aktywności, potrzebne są pewne dostosowania i zmiany, aby ta aktywność była dostępna dla osób z wadami słuchu. Używaj wskazówek wizualnych w instrukcjach lub poleceniach. Niektóre urządzenia wymagają użycia flag lub światła do sygnalizowania początku lub końca lub dawania sygnałów ręcznie.

Urządzenia do obsługi turystów

Trudności w komunikacji można zmniejszyć, używając aparatów słuchowych lub innych aparatów, a także ćwicząc pokazy wizualne za pomocą prostych słów i zdań. Wycieczka może potrwać dłużej, jednak gdy osoba z wadą słuchu zdobędzie odpowiednie umiejętności, jej udział będzie pełny. Czytanie z ust może pomóc osobom z wadami słuchu lepiej zrozumieć niektóre słowa. Przewodnicy wycieczek mogą przeczytać poniższe wskazówki, aby poprawić komunikację.

Jak pracować z tłumaczem języka migowego

1. Podczas porozumiewania się z osobą z wadą słuchu mowa i wzrok zawsze powinny być skierowane na osobę niesłyszącą, a nie na tłumacza.

2. Zawsze zwracaj się do tej osoby bezpośrednio. Nie używaj wyrażen typu „Powiedz mu” lub „Zapytaj ją”. Eliminuje to osobę z wadą słuchu i dezorientuje tłumacza.

3. Pozwól tłumaczowi usiąść lub stanąć obok osoby mówiącej. Upewnij się, że osoba z wadą słuchu wyraźnie widzi zarówno tłumacza, jak i rozmówcę.

4. Nie kontroluj tłumacza w celu przetłumaczenia części tego, co zostało powiedziane. Tłumacz kieruje się profesjonalnym kodeksem etycznym, dlatego MUSI tłumaczyć wszystko, co jest powiedziane lub pokazane za pomocą gestów. Należy również zachować poufność i obiektywizm.

5. Wszystkie materiały i referaty przekazuj bezpośrednio osobie z wadą słuchu, a nie tłumaczowi. Oznacza to, że są one przeznaczone dla niej i wskazuje, że osoba słysząca uważa za normalne bezpośrednio kontaktowanie się z osobą niesłyszącą.

6. Pamiętaj, że tłumacz jest kanałem komunikacji, czyli odpowiada za równe usługi dla obu rozmówców.

7. Mów w normalnym tempie. Zaufaj tłumaczowi, który poinformuje Cię, kiedy mówić wolniej lub przerwać.

Przekazując instrukcje lub materiały wizualne, upewnij się, że masz wystarczająco dużo czasu na ich przejrzenie przed lub po wyjaśnieniu. Pamiętaj, że osoba z wadą słuchu nie może jednocześnie przeglądać materiałów drukowanych i patrzeć na tłumacza.

Upewnij się, że osoba niesłysząca patrzy na ciebie, gdy mówisz. Mów normalnie (nie krzycz!).

Poruszaj wyraźnie ustami, aby było jasne dla tych, którzy czytają z ust.

Przygotuj się na powtórzenie lub napisanie swoich słów w razie potrzeby.

Osoby, które nie słyszą, często używają języka migowego w taki sam sposób, jak zwykły język. Uczestnicy, którzy słyszą, nie muszą znać tego języka, chociaż niektórzy lubią uczyć się podstaw od swoich niesłyszących kolegów. Ułatwia to utrzymanie żywej komunikacji, sprzyja dobrym relacjom.

Czasami ludzie mogą się obawiać, że obrażą kogoś, gdy mają do czynienia z osobami z wadami słuchu, ponieważ komunikacja może być początkowo trudna. To czasami odstrasza ludzi przed okazjonalnymi rozmowami, chociaż ten okres już minął. Doświadczenie pokazuje, że osoba z wadą słuchu jest zwykle akceptowana. Komunikacja staje się łatwiejsza, gdy inni uczestnicy przyzwyczajają się do niej i przestrzegają zasad komunikacji wizualnej.

Należy zawsze mieć na uwadze potrzebę dobrej akustyki i oświetlenia. Wielu użytkowników aparatów słuchowych może odnieść znaczne korzyści z ich instalacji.

Aby pomóc osobie niesłyszącej, trzeba spróbować ją zrozumieć, poczuć jej problemy, zainteresować się jej bólem. Wówczas każda praca mająca na celu pomoc niesłyszącym przyniesie dobre rezultaty.

2.2.3. Wymagania wobec przewodników, którzy zapewniają wsparcie turystyczne osobom niepełnosprawnym na wózkach inwalidzkich

Podczas pracy z osobami niepełnosprawnymi przewodnik lub pilot może napotkać szereg problemów, które będą związane z koncepcją „usuwania przeszkód”. Dlatego już na początku pracy z osobami niepełnosprawnymi należy sprawdzić, czy zamówiony transport jest przystosowany do przewozu takich turystów i ich urządzeń (wózki inwalidzkie, kule itp.). Konieczne jest również poznanie wszystkich punktów przewidzianych w programie wycieczki, aby nie okazało się, że obiad jest zamawiany w restauracji w piwnicy bez windy lub rampy, lub planowana jest wycieczka do niezagospodarowanej jaskini, a wszyscy turyści są na wózkach inwalidzkich.

Musisz przyzwyczać się do wózka. Jeśli istnieje potrzeba pomocy osobie niepełnosprawnej na wózku inwalidzkim, nie można się bać,

bo lęk przenosi się na osobę z niepełnosprawnością. Wręcz przeciwnie, powinieneś poprosić go o pomoc w prowadzeniu wózka inwalidzkiego, bo pewnie zna go lepiej od Ciebie.

Przewodnik wycieczki musi zrozumieć, że osoba na wózku inwalidzkim jest taka jak pozostali. W związku z tym postawa i sposób prezentacji informacji nie powinny różnić się od sposobu, w jaki traktowane są inne osoby.

Praktyka podstawowego transportu

Kiedy po raz pierwszy pomagasz osobie poruszającej się na wózku inwalidzkim, nie powinieneś się nadmiernie niepokoić, ponieważ Twoje obawy zostaną przekazane Twojemu towarzyszowi. Lepiej zachowywać się naturalnie i odbyć swobodną rozmowę, która będzie sprzyjać zrozumieniu między wami.

Jednocześnie nie powinieneś przejmować całej inicjatywy, ponieważ twoja ignorancja w takiej sytuacji może prowadzić do nieprzyjemnych konsekwencji.

Nie bój się poprosić o radę opiekuna, jak zrobić to dobrze.

Pamiętaj, istnieją dwa sposoby transportu: na pełnej podstawie wózka (czyli na czterech kołach) oraz na wadze (na tylnych dwóch kołach przechylając wózek na siebie).

Jak pokonywać przeszkody:

– **Na dół.** Jeśli są to schody, krawężnik lub pochyłość, najlepiej to zrobić pochylając wózek na wadze, opuszczając przodem do kierunku ruchu. W każdym razie konieczne jest powolne opuszczanie, bez wykonywania niepotrzebnych wstrząsów, które mogą prowadzić do nadmiernego obciążenia.

– **W górę.** Jeśli są to schody lub krawężnik, najlepiej to zrobić pochylając wózek na wadze i wciągać go tyłem do kierunku ruchu. Konieczne jest wolne podnoszenie.

Aby uniknąć nadmiernego obciążenia pleców osoby towarzyszącej podczas wchodzenia po schodach, zaleca się przenoszenie wózka z dodatkową osobą.

Kiedy poruszasz się z wózkiem blisko krawędzi, konieczna jest jego asekuracja, aby uniknąć przewrócenia się.

Zawsze przed pokonaniem jakiegokolwiek przeszkody zapytaj turystę, jak najlepiej mu pomóc.

Wytyczne te ułatwią pilotom i przewodnikom turystycznym pracę z osobami niepełnosprawnymi, a osobom niepełnosprawnym umożliwią godne życie.

2.3. Opis rodzajów niepełnosprawności i cech organizacji usług rekreacyjnych i turystycznych

Definicja niepełnosprawności pojawiła się w związku z rozwojem społeczeństwa i świadomością funkcjonalnych ograniczeń, z którymi boryka się wielu obywateli. Takie kwestie, jak znaczenie zaangażowania osób niepełnosprawnych w życie publiczne i zmiana nastawienia ludzi zdrowych do nich, zmusiły nas do skupienia się na jakości życia i stały się drugim kluczowym punktem nowej definicji.

Zasady jakości życia osoby niepełnosprawnej – obok Ciebie.

Na jakość życia osób niepełnosprawnych składają się te same czynniki i relacje, które są ważne dla wszystkich ludzi.

Jakość życia poprawia się, gdy zaspokajane są podstawowe potrzeby danej osoby, gdy osoba niepełnosprawna ma takie same możliwości jak wszyscy inni osiągnięcia wyników w życiu codziennym, w pracy czy w szkole.

Jakość życia to aspekt wielofunkcyjny, co ostatecznie potwierdza szerokie grono osób reprezentujących różne aspekty życia konsumentów i ich rodzin.

Jakość życia poprawia się, gdy ludzie są zaangażowani w decyzje, które mają wpływ na ich życie.

Jakość życia poprawia się wraz z zaangażowaniem i pełną integracją osób niepełnosprawnych ze społecznościami lokalnymi.

Jakość życia to podstawowa koncepcja dotycząca czynności obejmujących podstawowe zasady jakości życia, obsługi klienta, uczuć, satysfakcji i dobrego samopoczucia ludzi.

Sposoby poprawy samodzielności:

1. Naucz się podejmować decyzje, które obejmują wyznaczanie celów, wybór możliwości, identyfikację zasobów i wsparcie w rozwiązywaniu problemów.

2. Określ niezbędną formę wsparcia i zapewnij osobie to wsparcie.

3. Naucz się wierzyć w zdolność osoby do odniesienia sukcesu, a także w umiejętność godnego przyjmowania porażek.



4. Daj każdemu szansę na podjęcie ryzyka.
5. Stwórz specjalne, pozytywne warunki do budowania samoświadcomości, pewności siebie i poczucia własnej wartości.
6. Pozwól każdej osobie samodzielnie decydować i brać odpowiedzialność za swoje czyny.

2.4. Dyskryminacja, bariery i dostępność

Przez lata miliony osób niepełnosprawnych na całym świecie było ofiarami fizycznej i duchowej dyskryminacji. Ta dyskryminacja jest spowodowana różnymi czynnikami.

1. Społeczeństwo stara się odizolować lub zdystansować się od osób niepełnosprawnych.
2. Osoby niepełnosprawne spotykają się zarówno z celową, jak i niezamierzoną dyskryminacją.
3. Dyskryminacja jest powszechna, występuje na wszystkich grupach społecznych.
4. Dyskryminacja przejawia się w ważnych dziedzinach życia, takich jak zatrudnienie, zarządzanie, dostęp do instytucji publicznych, transport, komunikacja i rekreacja.
5. Często jest brak zadowalającej pomocy prawnej dla osób niepełnosprawnych, które są dyskryminowane.
6. Osoby niepełnosprawne z reguły zajmują niskie pozycje społeczne.
7. Osoby niepełnosprawne jako grupa społeczna nie są w stanie samodzielnie walczyć z wykluczeniem społecznym.

Dyskryminacja nie jest łatwa do wyeliminowania, ponieważ pojawiła się wiele wieków temu, a długo oczekiwane zmiany wymagają wiele czasu. Izolacja i rozgraniczenie stały się normą dla osób niepełnosprawnych i pełnosprawnych. Izolacja jest powszechna dla wielu osób niepełnosprawnych, które przez długi czas żyły w tak zwanym wrogim środowisku, któremu towarzyszy dyskryminacja społeczna. Niektóre osoby niepełnosprawne doświadczają celowej lub niezamierzonej dyskryminacji od tak dawna, że same wybrały ścieżkę izolacji i separacji. Niektórzy są zmuszeni pozostać w domu i nie mogą oddawać się swoim pasjom z powodu dyskryminacji społecznej.

Zapewnienie dostępności oznacza, dla danej osoby spełnienie wszelkich warunków niezbędnych do komfortowego pobytu. Innymi słowy, kiedy wszystko jest robione dla adaptacji, osoby niepełnosprawne stają

się tymi samymi uczestnikami tego lub innego działania. Takie wymagania dotyczące zaangażowania ludzi w określone działania powinny dotyczyć wszystkich i nie powinny wykluczać poszczególnych uczestników, zwłaszcza osób niepełnosprawnych.

Pięć zasad komfortu

1. Adaptacja metod, zasad i procedur. Może to obejmować zmianę zasad korzystania z terenu i wyposażenia (np. zapewnienie niewidomej osobie, dla której zwierzę jest przewodnikiem, wyjątku od przepisów zabraniających przebywania zwierząt w pomieszczeniu).

2. Usunięcie barier w ruchu. Może to obejmować transport „od drzwi do drzwi” dla osób niepełnosprawnych, które nie są w stanie samodzielnie przyjechać na wycieczkę lub rekreację.

3. Świadczenie pomocy i usług. Może to obejmować między innymi (ale nie wyłącznie!) zapewnienie tłumacza języka migowego, systemów wspomagających audio, telefonów tekstowych dla osób niedosłyszących, specjalnych broszur z wypukłym alfabetem Braille’a oraz profesjonalnych czytników dla osób niedowidzących i niewidomych.

4. Usuwanie barier architektonicznych. Może to być stworzenie ścieżki między obiektami turystycznymi a terenem rekreacyjnym, ułożenie podjazdu przy drzwiach wejściowych.

5. Eliminacja strukturalnych barier komunikacyjnych. Może to polegać na przykład na zainstalowaniu alarmu wizualnego w hotelu lub ośrodku rekreacyjnym, co pozwoli osobom niesłyszącym na samodzielne odbieranie np. meldunków pożarowych pod nieobecność innych osób.

Trudność komunikacji

Rozwój stosunków społecznych może przysporzyć osobom niepełnosprawnym trudności, jeśli mają problemy komunikacyjne.

Nieznajomi rodzice

Rodzice zwykle pośredniczą w zaprzyjaźnianiu się niepełnosprawnych dzieci z rówieśnikami. W końcu mogą pojawić się trudności, jeśli rodzice dzieci nie znają się nawzajem.

Trudności w transporcie

Biorąc pod uwagę wszystkie aspekty życia osoby niepełnosprawnej, brak transportu może negatywnie wpłynąć na rozwój jego stosunków społecznych i zaspokajaniu potrzeb związanych z rozrywką. Ogól-

nie rzecz biorąc, jeśli dana osoba podczas transportu polega na innych, jej zdolność do spędzania przyjemnego i pożytecznego czasu z przyjaciółmi jest ograniczona. Może to stwarzać problemy u nastolatków, którzy nie chcą polegać na rodzicach podczas transportu, ale także nie mogą samodzielnie się poruszać.

Potrzeba informacji o osobie niepełnosprawnej

Osoby zdrowe na ogół potrzebują więcej informacji o tym, jak właściwie pomagać osobom niepełnosprawnym w ich mobilności.

Brak wspólnych interesów

Najczęściej komunikujemy się z osobami o podobnych zainteresowaniach. Problematycznym wydaje się być obecność wspólnych interesów między wszystkimi ludźmi.

Brak telefonu lub umiejętności korzystania z niego

Telefon zawsze był głównym środkiem komunikacji między przyjaciółmi. Jeśli osoba niepełnosprawna nie ma telefonu lub umiejętności korzystania z niego, może to powodować pewne problemy.

Sposoby przewodników do zachęcania do nawiązywania relacji

1. Zaprosz wszystkich uczestników wycieczki na zajęcia przewidziane w programie turystycznym.
2. Zapewnij dostępność architektoniczną.
3. Zapewnij dostępność programu wycieczki.
4. Naucz kolegów, jak zaspokajać indywidualne potrzeby osób niepełnosprawnych.

Efekt: Wzmacnianie przyjaznych relacji między osobami niepełnosprawnymi a osobami sprawnymi fizycznie.

2.5. Rodzaje niepełnosprawności

2.5.1. Osoby z upośledzeniem umysłowym

Stan upośledzenia umysłowego był od dawna uważany za nieuleczalną wadę, która nie dawała jednostce potencjału wzrostu i rozwoju. Jednak osoby upośledzone umysłowo są obecnie uważane za osoby o niezwykłym potencjale. Upośledzenie umysłowe nie jest już beznadziejne, ale można je poprawić, stosując odpowiednie podejście. Wcześniej rozpoznanie upośledzenia umysłowego było określane na podstawie wyników rutynowego testu na IQ (współczynnik rozwoju umysłowego). Obecnie upośledzenie umysłowe jest określane poprzez testy i zachowanie. Programy badawcze i innowacyjne, które wykazały znaczną poprawę w zakresie osób niepełnosprawnych umysłowo we wszystkich dziedzinach życia, w tym w edukacji, zatrudnieniu, zintegrowanym życiu i rekreacji, są obecnie zależne od tego.

Istnieją 4 poziomy niezbędne wsparcia, od których zależy poziom funkcjonowania osoby z upośledzeniem umysłowym:

1. Nie potrzebuje wsparcia. Osoba może sama funkcjonować i obejść się bez pomocy z zewnątrz, działać samodzielnie.
2. Minimalne wsparcie. Osoba potrzebuje niewielkiego wsparcia w takich dziedzinach, jak organizacja, transport, życie domowe, zdrowie fizyczne, zatrudnienie i własna reprezentacja.
3. Znaczące wsparcie. Osoba potrzebuje regularnego wsparcia, które obejmuje instruktaż, pomoc i nadzór w określonym obszarze umiejętności adaptacyjnych.
4. Bieżące wsparcie. Osoba potrzebuje stałej opieki przez 24 godziny, która może obejmować utrzymanie sprawności organizmu i odpowiednich urządzeń.

Upośledzenie umysłowe zwykle prowadzi do niepełnosprawności. Stosowanie obu terminów sprawia trudności pracownikom parków i terenów rekreacyjnych.

Coś, co powinieneś zrobić

Ucz się od rodziców, profesjonalistów i innych osób, które zajmują się osobami z upośledzeniem umysłowym w dziedzinie rekreacji i wypoczynku.



Accessible

Następnie oferujemy:

Skoncentruj się na możliwościach

Bardzo ważne jest, aby zidentyfikować możliwości każdej osoby i skupić się na nich. Nie lekceważ możliwości i zainteresowań człowieka! Często osoby z upośledzeniem umysłowym nie odkryły swojego wyjątkowego potencjału z powodu braku nadziei.

Wyjaśnij wszystko

Podziel instrukcję na proste czynności lub podstawowe pojęcia, których dana osoba będzie mogła się konsekwentnie uczyć. Istnieje wiele źródeł, które dostarczają informacji, jak najlepiej analizować elementy zajęć rekreacyjnych dla osób z upośledzeniem umysłowym. Instrukcje prawdopodobnie trzeba będzie powtórzyć. Zademonstruj, jeśli to możliwe, czego się oczekuje, wykorzystaj przykłady wizualne i materiały demonstracyjne. Bądź kreatywny w doborze metod nauczania. Tam, gdzie to możliwe, zamień wskaźniki numeryczne na kolorowe.

Traktuj z szacunkiem

Komunikuj się z uczestnikami na równych prawach, pomimo świadomości ich niedociągnięć, z godnością i szacunkiem. Nie rozmawiaj z osobą z góry! Często ludzka zdolność rozumienia języka jest bardziej rozwinięta niż zdolność wyrażania siebie. Trudności w rozmowie lub jej nieadekwatność nie wskazują, że dana osoba nie rozumie. Jeśli uważasz, że dana osoba potrzebuje pomocy, zaoferuj ją, ale poczekaj, aż Twoja oferta zostanie przyjęta. Może ona chcieć wykonać zadanie samodzielnie, nawet jeśli nie na oczekiwanym przez Ciebie poziomie.

Rozpoznaj indywidualne ograniczenia

Zrozum, że niektóre osoby upośledzone umysłowo mają znaczne ograniczenia. Nie trać samokontroli i cierpliwości, jeśli widzisz, że nie mogą zrobić tego, co uważasz za ważne. Pomyśl o innych sposobach zaangażowania osoby z istniejącymi ograniczeniami w zamierzonym programie.

Daj prawo wyboru

Pozwól każdemu wybrać program, w którym weźmie udział. Tam, gdzie to możliwe, musimy spotkać wybranych przez nich ludzi, pomóc im w podejmowaniu konstruktywnych decyzji, kiedy mogą wybrać to, czego potrzebują.

Pochwalaj

Pochwała za udane osiągnięcia. Staraj się wspierać i zachęcać w sytuacjach niepowodzeń. Podaj konkretne wskazówki dotyczące ulepszeń. Nie chwal i nie udzielaj pozytywnej odpowiedzi niezasłużenie. Jednocześnie nie przekupuj osób niepełnosprawnych za ich uwagę i udział. Osoba z upośledzeniem umysłowym może chcieć cię zadowolić i uzyskać za to pochwałę. Nie wykorzystuj czyjejś chęci do pracy do świadczenia przysług.

Skontaktuj się z ekspertami pomocy

Rodzice, nauczyciele, opiekunowie i przyjaciele osoby upośledzonej umysłowo mogą być świetnym źródłem informacji o jej zdolnościach i dotychczasowych osiągnięciach. Niektóre osoby z upośledzeniem umysłowym przyjmują leki i używają specjalnego sprzętu. Nie martw się o to! Jeśli będziesz pracować samodzielnie z osobą i osobami, które ją wspierają, szybko dostosujesz się do tych wymagań.

Zaaranżuj otoczenie

Ważna jest struktura działalności. Niektóre osoby z upośledzeniem umysłowym mają trudności z koncentracją na jednym przedmiocie lub jednej czynności przez długi czas. Twórz różnorodne zadania – aktywne i pasywne, proste i złożone. Poświęć wystarczająco dużo czasu na przestudiowanie i ukończenie pracy, powtarzanie jest ważne w opanowaniu materiału. Pozwól uczestnikom samodzielnie wypróbować nowe sposoby, wprowadzić gry i zadania niekonkurencyjne, które pozwolą Ci stworzyć całą grupę.

Ustal jasne normy zachowania

Omów oczekiwane zachowanie wymagane w tej sytuacji lub czynności. Bądź zrównoważony i odporny, jeśli potrzebujesz dyscypliny. Traktuj upośledzonego umysłowo członka w taki sam sposób, jak resztę grupy. Osoby zainteresowane pracą z upośledzonymi umysłowo mogą wziąć udział w kursach psychologii behawioralnej i poznawczej, aby poszerzyć swoją wiedzę w tym zakresie.

Zadbaj o bezpieczeństwo

Przed rozpoczęciem wycieczki zapoznaj wszystkich jej uczestników z zasadami bezpieczeństwa. Osoba z upośledzeniem umysłowym może nie być świadoma, które sytuacje są niebezpieczne.



Wartość rekreacyjna

Wiele osób z upośledzeniem umysłowym może z łatwością uczestniczyć w zbiorowych programach rekreacyjnych. Niektóre osoby z upośledzeniem umysłowym mogą wymagać nadzoru w ich codziennych sprawach i większej uwagi w programach rekreacyjnych. Nie ma gotowej listy programów dla osób upośledzonych umysłowo. Są zaangażowani w różnorodne programy. Pewne trudności mogą się pojawić, gdy osoba upośledzona umysłowo chce uczestniczyć w regularnym programie – np. Wolniejsze wykonywanie, rozumienie instrukcji, wykonywanie nie więcej niż jednej czynności na raz, wahania w trakcie i opór przed jakimikolwiek zmianami. Trudności można zmniejszyć poprzez wsparcie i zwrócenie szczególnej uwagi na ciągłe nabywanie umiejętności. Osoba upośledzona umysłowo może potrzebować dodatkowego czasu na przystosowanie się do nowej sytuacji i nauczenie się nowego zadania. Taka osoba będzie pożytecznym towarzyszem lub współnikiem, który może zapewnić przewyciężenie początkowych trudności, a tym samym zachęcić do ujawnienia wszystkich możliwości osoby z upośledzeniem umysłowym. Będziesz musiał poznać osobę upośledzoną umysłowo jako osobę, a dopiero potem udzielić jej wsparcia, pomocy, w razie potrzeby pomóc jej w dalszym uczestnictwie w programach rekreacyjnych.

Zdrowie i bezpieczeństwo

Osoby upośledzone umysłowo z powołaniem uczestniczą we wszystkich sportach, grach i innych programach rekreacyjnych. Większość z tych osób działa samodzielnie w społecznościach, w których żyją i nie potrzebuje żadnych dodatkowych środków związanych z ich bezpieczeństwem. Inne osoby mają niższy poziom umiejętności i dlatego potrzebują dodatkowego nadzoru, który zależy zarówno od rodzaju zajęć, w których zdecydowali się uczestniczyć, jak i od poziomu ich umiejętności w tym konkretnym działaniu. Zespół Downa to specyficzna kategoria upośledzenia umysłowego spowodowanego dodatkowym chromosomem. Niektóre osoby z zespołem Downa mają niestabilność górnych kręgów szyjnych. Osoby w tym stanie mogą odnieść poważne obrażenia: jeśli mocno zginają szyję, kręgi mogą się przesunąć i uciskać lub uszkodzić rdzeń kręgowy.

Jeśli prowadzisz grupę wycieczkową z osobami z zespołem Downa, pamiętaj o tym: taka osoba powinna być tymczasowo ograniczona we wszystkich ćwiczeniach, które powodują ucisk na szyję.

2.5.2. Osoby niepełnosprawne fizycznie

Niepełnosprawność fizyczna może być bardzo różna. Pamiętaj, że osoby, które są w tej samej kondycji fizycznej, będą różniły się doбором ćwiczeń i stopniem doskonalenia umiejętności związanych z tymi ćwiczeniami. Wiele osób zajmujących się rekreacją jest przytłoczonych różnymi informacjami technicznymi i terminami medycznymi dotyczącymi tej klasy niepełnosprawności, dlatego ważne jest, aby zrozumieć, do czego dana osoba jest praktycznie zdolna i jaki jest jej poziom funkcjonowania.

Coś, co powinienś wiedzieć

Niepełnosprawność fizyczna może wpływać na koordynację, mobilność, równowagę, zwinność, siłę, wytrzymałość lub kombinację wszystkich tych zdolności. Istnieje wiele definicji i stopni nasilenia fizycznej niewydolności, więc nie ma jasnego systemu jej postrzegania. Terminy takie jak paraplegia, porażenie mózgowe i dystrofia mięśniowa są często używane do opisu fizycznej niewydolności. Mimo to takie określenia nie zawsze są przydatne dla osoby, która to robi, ponieważ osoby o tej samej nazwie wady różnią się znacznie poziomem umiejętności.

2.5.3. Artretyzm

Termin „zapalenie stawów” obejmuje ponad 100 różnych chorób, które powodują stany zapalne stawów, powodujące ból, obrzęk, a w ciężkich przypadkach utratę zdolności poruszania się oraz uszkodzenie tkanek i kości. Słowo „artretyzm” składa się z dwóch greckich korzeni: „artro”, co oznacza „staw”, oraz „itis”, co oznacza „zapalenie”. Zapalenie stawów nie jest zaraźliwe.

Przyjaciele, koledzy i inne osoby mogą czasami pomyśleć, że osoby z zapaleniem stawów symulują objawy i ich nasilenie oraz że starają się zwrócić na siebie uwagę i brak im inicjatywy. Powikłanie wynikające z zapalenia stawów ma wiele form i kombinacji. Ci, którzy cierpią na artretyzm w nogach, mają trudności z chodzeniem na jakąkolwiek odległość, a ci, którzy mają ból stawów biodrowych, nie mogą chodzić po autobusie. Często nie mogą dosięgnąć czubków palców i mają trudności ze wstawaniem z niskiego siedzenia, szczególnie w toalecie. Niektórym może być bardzo trudno wykonywać czynności, gdy trzeba stać

przez długi czas. Ale mimo to tylko niektóre osoby w takich przypadkach potrzebują wózka – tymczasowo lub na stałe.

2.5.4. Osoby z porażeniem mózgowym

Porażenie mózgowe to powszechne określenie dla grupy schorzeń charakteryzujących się niemożnością pełnej kontroli funkcji motorycznych. Ten stan może dotyczyć jednej lub więcej kończyn i jest wynikiem nie postępującego uszkodzenia mózgu w okresie płodowym lub krótko po urodzeniu. Ten stan jest związany z szeregiem innych niepełnosprawności.

Istnieją trzy rodzaje porażenia mózgowego:

1. Spastyczne porażenie mózgowe. Najczęstsza postać porażenia mózgowego. Może to dotyczyć jednego lub więcej obszarów ciała, w tym tych, które wpływają na postawę, leżenie, siedzenie, stanie i chodzenie. Może dojść do upośledzenia funkcji i wrażliwości dłoni. Istnieją świadome ruchy, ale często są one ograniczone i impulsywne, zamiast płynnych i skoordynowanych. Mogą wystąpić zaburzenia mowy, żucia i połykania. Występuje również opóźnienie we wzroście i rozwoju dotkniętych części ciała.

2. Dyskinetyczne porażenie mózgowe. Charakteryzuje się nieprawidłowym napięciem mięśniowym, które wpływa na całe ciało. Napięcie mięśni może zmieniać się z godziny na godzinę w ciągu dnia. Często mięśnie osoby są nadmiernie napięte podczas aktywnej części dnia pracy i stają się normalne lub obniżają się, gdy dana osoba śpi. Często tej formie towarzyszą mimowolne ruchy.

3. Ataktyczne porażenie mózgowe. Charakteryzuje się brakiem równowagi i poczuciem kierunku. Świadome ruchy są możliwe, ale mogą być niezręczne i nieskoordynowane. Niedorozwój drobnych zdolności motorycznych rąk jest oczywisty. Może wystąpić oczopląs (mimowolne drganie oka).

Porażenie mózgowe ma wiele postaci i nie ma dwóch identycznych osób co do tej choroby. Termin „mieszana postać mózgowego porażenia dziecięcego” jest używany, gdy istnieje więcej niż jedna forma manifestacji motorycznej i żadna z nich nie dominuje. U niektórych dzieci objawy porażenia mózgowego są tak nieistotne, że nie ma oczywistych objawów niepełnosprawności. W innych, w których zmiana jest bardziej wyraźna, mogą wystąpić problemy z chodem, manipulacją rękami lub językiem, problemy z percepcją.

2.5.5. Urazy głowy (urazowe uszkodzenie mózgu)

Uszkodzenie mózgu jest często wynikiem urazu głowy i / lub mózgu. Uraz głowy może być wynikiem uderzenia w głowę (np. Podczas wypadku samochodowego). Inne zmiany mogą również powodować uszkodzenie mózgu, takie jak zawał serca, tętniak, reakcja chemiczna lub lekowa, niedotlenienie i tak dalej. W większości przypadków po urazie osoba potrzebuje wsparcia w takich obszarach życia, jak sprawność fizyczna (jak się poruszamy i manipulujemy rzeczami), zdolności emocjonalne i behawioralne (jak jemy, zachowujemy się i czujemy) oraz zdolności umysłowe (jak myślimy i manipulujemy informacjami).

Uraz mózgu różni się od innych typów urazów tym, że jego początek może być traumatyczny i nieoczekiwany. Uraz mózgu może spowodować nieuniknioną niezdolność do wykonywania zadań, które wcześniej były wykonywane z łatwością. Nie ma lekarstwa na uszkodzenie mózgu, więc najlepiej jest temu zapobiegać.

Różne części mózgu są odpowiedzialne za różne funkcje. Kiedy te różne obszary są uszkodzone, mogą wystąpić różne rodzaje niepełnosprawności. Na przykład uszkodzenie części mózgu odpowiedzialnej za język powoduje problemy z komunikacją lub jeśli obszar regulujący zdolność chodzenia jest uszkodzony, osoba potrzebuje wózka inwalidzkiego, aby się poruszać. Ale nie wszystkie osoby, które doznały urazu mózgu, mają problemy językowe i będą korzystać z wózka inwalidzkiego, ponieważ każdy jest inaczej kontuzjowany.

2.5.6. Stwardnienie rozsiane

Stwardnienie rozsiane to przewlekła, postępująca choroba ośrodkowego układu nerwowego (mózgu i rdzenia kręgowego), która dotyczy głównie ludzi młodych i dorosłych. Objawy pojawiają się między 20 a 40 rokiem życia, a kobiety są dwukrotnie bardziej narażone na tę chorobę niż mężczyźni. Około 50 procent pacjentów cierpi na upośledzenie umysłowe, ale z powodu depresji i lęku zawsze jest to trudne do ustalenia. Stwierdzono, że stres i lęk mogą niekorzystnie wpływać na układ odpornościowy chorego, pomimo wieku i stopnia nasilenia choroby. Niektóre osoby ze stwardnieniem rozsianym mogą korzystać z pomocy, takich jak przybory kuchenne, odzież, wózki inwalidzkie, kule i tak dalej. Inni używają cewników z powodu braku kontroli mięśni pęcherza i niemożności wypróżnienia w inny sposób. W ciężkich przypadkach

dana osoba wymaga dużej uwagi, aby zminimalizować wszystkie wtórne objawy. Na przykład ciężkie ćwiczenia lub wyczerpanie psychiczne mogą pogorszyć stan. W ciężkich przypadkach stwardnienia rozsianego osoba może mieć słabą koordynację fizyczną.

2.5.7. Dystrofia mięśniowa

Dystrofia mięśniowa to grupa postępujących chorób mięśni charakteryzujących się przede wszystkim osłabieniem i zmęczeniem. Może to mieć wpływ na serce i mięśnie oddechowe, powodując dalsze problemy. Najpoważniejsza jest dystrofia mięśniowa Duchenne'a (znana również jako dziecięca dystrofia mięśniowa), która dotyczy młodych chłopców, którzy rzadko dożywają trzydziestki. Istnieją inne formy dystrofii mięśniowej u dzieci i dorosłych, które mogą powodować umiarkowane lub poważne upośledzenie fizyczne u ludzi.

Wiele dzieci ma wiele problemów z powodu nieuchronności śmierci. Rodzice i rodziny doświadczają wielkiego stresu i poczucia winy. Ponieważ powstrzymanie się od nadmiernej opieki jest bardzo trudne, zachowanie samodzielności dziecka z dystrofią mięśniową jest szczególnie trudne. Rodzice stają przed trudnym pytaniem: jak długo dziecko ma pozostać w szkole. Ponieważ zdrowie dziecka jest niestabilne, nauka w szkole staje się dość problematyczna. Ale zakończenie zajęć można postrzegać jako uznanie beznadziejności. Dlatego wypoczynek i rekreacja mogą odgrywać ważną rolę w życiu dziecka z dystrofią mięśniową, ponieważ przynoszą mu radość.

2.5.8. Paraliż dziecięcy

Polio to ostra choroba zakaźna ośrodkowego układu nerwowego. Infekcja (wcześniej znana jako polio) jest wywoływana przez wirusa, który wnika do układu nerwowego przez nos lub usta. Wpływa na nerwy kontrolujące mięśnie, czasami prowadząc do paraliżu lub częściowego porażenia jednej lub więcej kończyn. Jeśli tułów i kończyny dolne są sparaliżowane, osoba jest zmuszona do korzystania z wózka inwalidzkiego, ale może zachować zdolność chodzenia o kulach. Polio wpływa na układ nerwowy i paraliż kończyn. Choroba nie wpływa na rozwój intelektualny.

2.5.9. Post poliomielitis

Syndrom post-polio powoduje chroniczne przeciążenie nienaruszonych mięśni, które muszą kompensować osłabienie chorego. Głównym czynnikiem jest przeciążenie przednich komórek rdzenia kręgowego, które kontrolują ruchy mięśni. Wirus polio atakuje i niszczy te komórki. Osoby z tą chorobą, przyzwyczajone do normalnego życia, borykają się z nieuleczalnymi objawami polio i muszą radzić sobie z nią na poziomie psychologicznym i fizycznym. Utworzono specjalne grupy wsparcia, aby pomóc ludziom w rehabilitacji i nauce wszystkiego od podstaw. Objawy: skrajne zmęczenie, osłabienie mięśni, ostry ból stawów, trudności w oddychaniu i zwiększona wrażliwość na zimno.

2.5.10. Uraz rdzenia kręgowego

Gdy rdzeń kręgowy (wiązka nerwów w kręgosłupie) zostanie uszkodzony w wyniku wypadku lub choroby, osoba może zostać sparaliżowana poniżej poziomu urazu. Poniżej tego poziomu osoba albo nie ma poczucia i kontroli nad funkcjami, albo ma upośledzoną wrażliwość i funkcjonalność. Urazy rdzenia kręgowego mogą obejmować od lekkich siniaków do znacznych uszkodzeń.

Stopień porażenia zależy od miejsca urazu rdzenia kręgowego. Kiedy rdzeń kręgowy jest uszkodzony, mózg pozostaje nienaruszony, więc zdolności poznawcze również pozostają nienaruszone.

Większość osób z urazami rdzenia kręgowego porusza się na wózkach inwalidzkich. Najważniejszą rzeczą do zapamiętania jest to, że osoba na wózku inwalidzkim jest taka sama jak wszyscy inni. Osoby z urazami rdzenia kręgowego napotykają na wiele trudności w życiu codziennym, związanych z ubieraniem, kąpielą i jedzeniem, w porównaniu do osób, które tych urazów nie mają. Ale dzięki specjalnemu sprzętowi i osobistej pielęgnacji możesz pokonać lub przynajmniej złagodzić wszystkie te trudności. Dla osób z urazami rdzenia kręgowego osoba niepełnosprawna jako taka nie jest przeszkodą, ale przeszkody takie jak schody, nieodpowiednie toalety, wąskie drzwi utrudniają lub uniemożliwiają im funkcjonowanie. Korzystanie z wózka inwalidzkiego stwarza pewne trudności, ale można je ograniczyć, zapewniając fizyczny dostęp do terenów rekreacyjnych i wokół nich.

Przepuklina kręgosłupa (przepuklina)

Przepuklina kręgosłupa jest najczęstszą formą wady cewy nerwowej. Jest to wrodzona deformacja kręgów, w której niektóre łuki kręgowie nie goją się w pełni podczas ich formowania.

Osoby, u których zdiagnozowano ten stan po urodzeniu, mogą mieć uszkodzone nerwy wzdłuż rdzenia kręgowego, czasem sam rdzeń kręgowy. Może to być przeszkodą w normalnym chodzeniu. Dlatego tacy ludzie potrzebują kijów lub kul, aby zrekompensować osłabienie mięśni nóg. Większość osób z przepukliną oponowo-rdzeniową musi w wieku dorosłym korzystać z wózków inwalidzkich od czasu do czasu lub stale. Ponadto osoby z tą chorobą mogą mieć niski wzrost.

Pomimo sukcesu technik chirurgicznych w kontrolowaniu wodogłowia, wiele osób nadal cierpi z powodu uszkodzenia mózgu, które ogranicza ich zdolności intelektualne lub powoduje rozwój padaczki. Wodogłowiu może również wpływać na koordynację i precyzyjne ruchy palców.

Coś, co powinienes zrobić. Zapytaj, zanim pomożesz.

Jeśli uważasz, że dana osoba potrzebuje pomocy, zaoferuj ją, ale najpierw poczekaj na odpowiedź. Jeśli osoba niepełnosprawna upadła, poczekaj, aż dowiesz się, czy potrzebuje pomocy, czy nie. Jeśli potrzebuje pomocy, osoba ta powie Ci, jak pomóc. Nie wyciągaj przedwczesnych wniosków, że osobę na wózku inwalidzkim zawsze trzeba popychać. Ale jeśli naprawdę potrzebuje twojego wsparcia, zapewnij go.

Skonsultuj się z ekspertami

Osoby niepełnosprawne najwięcej wiedzą o swojej niepełnosprawności. Specjaliści, którzy są przyzwyczajeni do pracy z takimi osobami i świadczenia im usług, są często doskonale świadomi ich specjalnych potrzeb. Przed stworzeniem różnych programów, pomysłów na adaptację i pracę zespołową skonsultuj się z ekspertami znającymi problemy osób niepełnosprawnych. Mając to na uwadze, warto posłuchać opinii profesjonalistów.

Bądź cierpliwy

Bądź cierpliwy, staraj się nie martwić ale zbytnio nie przesadzaj. Osoba może poruszać się powoli, ale może chcieć wykonać zadanie lub działanie samodzielnie. Niektóre osoby niepełnosprawne mogą mieć problemy językowe. Możliwe, że będziesz musiał poprosić ją, aby

powtórzyła słowo lub frazę, aż przyzwyczaisz się do sposobu, w jaki osoba mówi.

Szanuj różnice między ludźmi

Kule, wózki inwalidzkie, protezy, chodziki i inny sprzęt są dla niektórych niezbędne. Nie zabieraj ich, dopóki osoba o to nie poprosi, ponieważ osoba bez tych urządzeń pozostaje bezbronna. Pomóż innym zrozumieć, że osoba niepełnosprawna traktuje ten sprzęt jak część siebie.

Nie decyduj za kogoś

Pozwól uczestnikom uczestniczyć w zajęciach grupowych, które oferujesz całej grupie. Niech ci ludzie sami zdecydują, do czego są zdolni, a czego nie. Nie bierz odpowiedzialności za zdolności lub zainteresowania innych osób. Najlepszą praktyczną zasadą jest zakładanie aktywnego udziału każdej osoby, chyba że ta osoba powie ci inaczej.

Oblicz umiejętności i wyzwania

Upewnij się, że programy oferują możliwości odniesienia sukcesu, nowe doświadczenia i są wyzwaniem do przezwyciężenia dla wszystkich uczestników. Bądź kreatywny i gotowy do wypróbowania nowych lub starych gier, ale z innym nastawieniem. Twoja rola polega na pomaganiu osobom niepełnosprawnym w wyborze zajęć i doświadczeń, które zapewniają najlepsze połączenie nabytych umiejętności i czegoś niezwykłego.

W razie potrzeby zapewnij mocowania

Zapytaj osoby niepełnosprawne o specjalne urządzenia, sprzęt lub metody, których używają w życiu codziennym, które mogą im pomóc w zajęciach rekreacyjnych. Zapewnij osobie niepełnosprawnej wszystko, co niezbędne, aby zaangażować ją we wspólne działania. Personel rekreacyjny lub osoby niepełnosprawne mogą modyfikować istniejący sprzęt lub kupować nowy.

Zmniejsz wpływ barier

Zminimalizuj otaczające naturalne przeszkody, które ograniczają ruch. Twarda, równa powierzchnia jest lepsza niż trawa, kurz lub piasek do manewrowania wózkiem inwalidzkim. Zaplanuj swój plan chodzenia z wyprzedzeniem, biorąc pod uwagę rodzaj nawierzchni i skonsultuj się z osobą niepełnosprawną lub ekspertem, który ma doświadczenie w badaniu okolicy.



Coś, co musisz wiedzieć

Urządzenia i sprzęt osobisty

Osoby niepełnosprawne polegają na swoim sprzęcie głównie dlatego, że poszerzają zakres ich funkcjonalności. Ich wyposażenie może być zróżnicowane: od zwykłego, standardowego wózka inwalidzkiego po bardzo osobisty, robiony na zamówienie pasek, który pomaga podtrzymywać dłoń podczas pisania. Dla niektórych sprzęt często staje się tak osobisty i niezbędny jak odzież. Dlatego udzielając wszelkiej pomocy lub wsparcia związanego ze sprzętem należy zachować ostrożność i rozważę.

Pojazdy (wózki inwalidzkie, chodziki, kule, kije i protezy) są najbardziej widocznymi i łatwo rozpoznawalnymi środkami. Sprzęt wspomagający funkcje ciała obejmuje również sztuczne kończyny, ileostomię lub worki do kolostomii oraz aparaty oddechowe. Większość osób niepełnosprawnych uczy się obsługi własnego sprzętu i dbania o niego. Jeśli potrzebujesz pomocy, osoba oczywiście może wskazać, jakiej pomocy i ile potrzebuje. Najbardziej potrzebne są nie tylko solidne wykształcenie, ale także czujność i poświęcenie. Jeśli dzieci niepełnosprawne potrzebują pomocy, najpierw zapytaj rodziców, jak właściwie pomóc dziecku z wyposażeniem. Ważne jest również, aby zapytać, czy sprzęt jest odpowiedni do zajęć rekreacyjnych, a także jak, gdzie i kiedy sprzęt może lub nie może być używany, w jakich warunkach może być problematyczny dla osób niepełnosprawnych i ludzi wokół ciebie, i nauczyć się o specjalnych warunkach przechowywania sprzętu.

Wartość rekreacyjna

Pamiętaj, że siła fizyczna osoby niepełnosprawnej nie jest kluczowa, aby wziąć udział w specjalnym programie rekreacyjnym. Ruch jest głównym ograniczeniem dla osoby niepełnosprawnej.

Niski poziom siły jest również zauważalnym ograniczeniem dla niektórych osób niepełnosprawnych. Sprzęt adaptacyjny umożliwia uczestnictwo w wielu sportach i grach. Decydując o tym, w jaki sposób osoba niepełnosprawna powinna uczestniczyć w określonej czynności, należy rozważyć wszystkie fizyczne wymagania tej czynności oraz osobiste możliwości tej osoby. Często niektórzy ludzie mogą uczestniczyć bez wcześniejszej adaptacji, ale dla innych jest to konieczne. Jednak głównym miarodajnym źródłem informacji o specyfice osoby z niepełnosprawnością podczas uczestniczenia w zajęciach rekreacyjnych powinna być tylko osoba z niepełnosprawnością, gdyż ze względu

na indywidualny charakter niepełnosprawności fizycznej nie będziesz w stanie dostrzec efektu, jaki dana aktywność będzie miała na osobę. Program wycieczek, który pasuje do jednej osoby, niekoniecznie będzie odpowiadał innym.

Niektóre osoby niepełnosprawne będą miały pełną mobilność ramion, więc nie będą potrzebować dodatkowego wsparcia. Niektórzy będą poruszać się na wózkach inwalidzkich i będą musieli dostosować się do wysokości swoich stref aktywności. Główną przeszkodą w rekreacji dla osób niepełnosprawnych poruszających się na wózkach inwalidzkich jest często niedostępność pomieszczeń i terenu.

2.5.11. Osoby z chorobami psychicznymi

Ważna informacja

Okolo dwóch procent populacji cierpi na poważne choroby psychiczne. Przyczyny tych chorób nie są znane, ale może być ich wiele i nie jest to wina ludzi ani ich rodzin. Dodatkowo, oprócz samej choroby mózgu, osoby chore psychicznie mogą przez pewien czas być funkcjonalnie niezdolne do wykonywania podstawowych czynności życiowych: relacji społecznych, koncentracji i podejmowania decyzji, dbania o siebie, pracy, prac domowych, edukacji i rekreacji. Problemom osób chorych psychicznie towarzyszy dyskryminacja, co może tłumaczyć ich ograniczony udział w pracy, a w czasie wolnym w doświadczeniach społeczności rekreacyjnej. Dodatkowym wstydem jest problem ubóstwa wśród wielu z nich.

Wysoki odsetek osób chorych psychicznie jest bezrobotnych i znajdujących się w niekorzystnej sytuacji ekonomicznej. Jest to efekt interakcji zachodzącej między zmianami, jakich doświadczają w pracy, a niezdolnością lub brakiem zainteresowania pracodawcy przystosowaniem ich do pracy.

Osoby chore psychicznie to najszerza grupa osób z niepełnosprawnościami, które potrzebują usług parków publicznych, usługodawców rekreacyjnych i handlowo-rekreacyjnych. Błędne wyobrażenia społeczeństwa o ich potrzebach i możliwościach, niechęć do otwierania się na nieznaną i potencjalnie nieprzyjemną środowisko, błędne oceny prasy oraz brak rzetelnych informacji o dobrych i odpowiednich sposobach uniemożliwiają świadczenie niezbędnych i dostępnych usług tym mieszkańcom.

Pierwszym krokiem do zrozumienia ludzi z chorobą psychiczną jest uświadomienie sobie, że to naprawdę choroba.

Ważne jest, aby zrozumieć różnicę między chorobą psychiczną a upośledzeniem umysłowym. Niepełnosprawność intelektualna to niepełnosprawność, która spowalnia rozwój potencjału intelektualnego człowieka. Upośledzenie umysłowe wpływa na poziom zdolności umysłowych. Ostatnio upośledzenie umysłowe nie jest uważane za niepełnosprawność na całe życie, więcej mówi się o zdolności osoby do samodzielnego życia w społeczeństwie niż o zdolnościach umysłowych. Obecnie nie ma metod leczenia upośledzenia umysłowego. W przeciwieństwie do tego choroba psychiczna nie jest uważana za niepełnosprawność rozwojową i nie jest bezpośrednio związana ze zdolnościami umysłowymi.

Richter (1984) proponuje rozważenie choroby psychicznej nie jako konsekwencji problemów osobistych, ale jako odpowiedzi na stan środowiska stworzonego przez społeczeństwo, w którym każdy uczestnik przeżywa trudny okres.

Istnieje wiele rodzajów chorób psychicznych: depresja, psychoza maniakalno-depresyjna, schizofrenia, nerwica lękowa i zaburzenia odżywiania.

Depresja to choroba psychiczna, która w dłuższym okresie czasu jest bardzo wyniszczająca.

Objawy dużej depresji:

1. Nastroj depresyjny.
2. Znaczna utrata satysfakcji z większości zajęć.
3. Nadmierna utrata masy ciała niezwiązana z dietą.
4. Bezsenna lub wysokie ciśnienie krwi.
5. Pobudzenie lub zahamowanie psychomotoryczne.
6. Zmęczenie.
7. Nadmierne poczucie winy lub poczucie bezwartościowości.
8. Niska samoocena lub niezdecydowanie.
9. Obsesyjne myśli o śmierci lub samobójstwie.

Psychoza maniakalno-depresyjna (choroba afektywna dwubiegunowa) to choroba psychiczna charakteryzująca się wahaniami nastroju od okresu skrajnego uniesienia do głębokiej depresji.

Schizofrenia to choroba psychotyczna, w której osoba doświadcza halucynacji, nienormalnych emocji, zaburzeń myślenia i zmian w

zachowaniu. Tacy pacjenci mogą wykazywać pozytywne objawy, ale w większym stopniu niż uważa się to za normalne. W tym przypadku ich emocje są niezwykle wzniosłe, ale osoby ze schizofrenią są bardziej podatne na objawy negatywne, które przejawiają się bardziej niż tylko zredukowane. Może to być brak entuzjazmu, brak satysfakcji i zauważalna utrata energii.

Osoby te mają pewien poziom niestabilności emocjonalnej, wykluczenia społecznego lub nielogicznego myślenia.

Nerwica lękowa

Nerwice lękowe obejmują fobie, zaburzenia paniki i obsesje. Osoby z fobiami doświadczają skrajnego przerażenia, gdy napotykają określone sytuacje lub przedmioty, a nawet mogą wprowadzać zmiany w swoich codziennych działaniach, aby uniknąć określonych sytuacji lub przedmiotów. Panika charakteryzuje się nagłością, intensywnym uczuciem przerażenia bez wyraźnego powodu. Osoby cierpiące na obsesje mogą przezwyciężyć strach poprzez powtarzanie, niechciane myśli lub rytualne zachowania.

Zaburzenia odżywiania

Zaburzenia odżywiania to poważne, zagrażające życiu choroby, w których ludzie uzależniają się od jedzenia i odczuwają nieuzasadniony lęk przed przybraniem na wadze. Jadłowstręt psychiczny i bulimia to dwa najczęstsze zaburzenia odżywiania. Częstość występowania zaburzeń odżywiania sięga od jednego do czterech procent, przy czym 90–95 procent zmian dotyczy kobiet.

Mity otaczające chorych psychicznie i przeczące im fakty

Mit nr 1: „Osoby chore psychicznie nigdy nie będą w stanie być normalne”. Fakt: Choroba psychiczna często ma charakter przejściowy. Kiedyś zrównoważona osoba może mieć atak, który potrwa tygodnie lub miesiące, a następnie powróci do normy przez lata, nawet na całe życie, bez dalszych problemów. Etykietowanie chorej osoby, która wyzdrowiała, jest niesprawiedliwe i niedopuszczalne. Wielu innych ma nawracające problemy. Ale w okresie między atakami mogą czuć się całkiem dobrze.

Mit 2: „Jeśli ludzie dochodzą do siebie po innej chorobie i radzą sobie samodzielnie, to ludzie, którzy dochodzą do siebie po chorobie psychicznej, muszą również polegać na sobie”. Fakt: W rzeczywistości większość osób, które przeżyły chorobę, potrzebuje pomocy lub rehabilitacji, aby powrócić do normalnego funkcjonowania. Bo po chorobie fizycznej potrzebna jest fizjoterapia, po chorobie psychicznej – rehabilitacja społeczna. W przypadku chorób przewlekłych różnice, jakich doświadczają, uniemożliwiają im powrót do społeczeństwa bez pomocy.

Mit nr 3: „Osoby chore psychicznie są niebezpieczne. W każdej chwili mogą zwariować”. Fakt: ludzie, którzy zachorowali psychicznie i powrócili do swojej społeczności, są bardziej narażeni na przynajmniej oneśmieszenie, upokorzenie i bierność. Rzadko stanowią zagrożenie dla społeczeństwa. Większość z nich nigdy nie zwariuje od razu. Ekspertci twierdzą, że nawrót rozwija się stopniowo, a lekarze, przyjaciele, rodzina lub osoby postronne mają wystarczające doświadczenie, aby rozpoznać wczesne objawy. Dlatego nawroty są zwykle identyfikowane i eliminowane przed wystąpieniem powikłań.

Mit nr 4: „Nie możesz rozmawiać z osobą chorą psychicznie”. Fakt: Większość ludzi, którzy dochodzą do siebie, jest racjonalna i inteligentna, z pewnością można z nimi porozmawiać. Nawet ci, którzy są teraz naprawdę chorzy, są w większości dość racjonalni pod wieloma względami. Mogą cierpieć na pewne halucynacje lub zachowywać się poirytowanie, ale w chwilach spokoju mogą rozmawiać o wielu sprawach rozsądnie.

Mit nr 5: „Dla osób, które przeszły chorobę psychiczną, ta droga jest długa i kręta, ale co tu można zrobić?”. Fakt: sposób, w jaki traktujemy ludzi, którzy dochodzą do zdrowia, może zmienić ich życie. Skuteczne leczenie, ciężka praca i dobra motywacja mogą się nie udać, jeśli funkcjonalnej, ciężko pracującej, dobrze przystosowanej osobie odmówi się zatrudnienia, mieszkania lub innych potrzeb z powodu błędnych przekonań i stereotypów.

Skoncentruj się na osobie

Studiuj osobę, traktuj ją zgodnie ze swoją wiedzą. Podobnie jak inne osoby niepełnosprawne, osoby z chorobami psychicznymi również są

ekspertami; wiedzą, co działa w ich przypadku, a co nie. Istnieje tendencja do mówienia, że osoby z chorobami psychicznymi nie są w stanie wyrażać swoich opinii ani podejmować własnych decyzji. To nieprawda.

Znaczenie reintegracji

Zrób wszystko, co w twojej mocy, aby pomóc chorym psychicznie wrócić do społeczeństwa. Wspieraj ich próby zapewnienia sobie domu, pracy i wypoczynku. Ze względu na potępienie, które często pojawia się w przypadku osób chorych psychicznie, mogą mieć trudności z powrotem do swoich społeczności. Na tych wczesnych etapach należy zapewnić pomoc prawną i praktyczną.

Pomoc prawna

Nie pozwól, aby błędne stwierdzenia dotyczące osób chorych psychicznie pozostały niezauważone. Wiele osób ma błędne przekonania na temat tych kwestii, ale szczerze wierzą, że ich rozumowanie jest całkowicie poprawne. Odpowiednie informacje mogą zmienić ich podejście. Dziel się informacjami o tym, czego się nauczyłeś i nalegaj, aby osoby z chorobami psychicznymi były dobrze traktowane. Pomóż im zdobyć to, czego potrzebują – szansę na najlepsze. Zaprzeczaj niewłaściwemu używaniu słów, takich jak „nienormalny”, „shizik”, „psychopata”, „maniak”.

Zastosowanie do rekreacji

W przeszłości istniała tendencja do zachęcania wielu osób chorych psychicznie do udziału w prostych zajęciach z oddzielnym miejscem, które nie wymaga specjalnych umiejętności. Zaangażowanie w życie społeczności jest najlepszą motywacją do uczestnictwa w szerokiej gamie niezależnych zajęć rekreacyjnych.

Rzadko potrzebne są specjalne urządzenia i programy.

Uczenie się rekreacyjne definiuje się jako przydatne podejście pomagające zaspokoić potrzeby rekreacyjne osób z chorobami psychicznymi (Bullock i Luken, 1994). Reintegracja poprzez rekreacyjny program edukacyjno-rekreacyjny została opracowana zgodnie z potrzebami osób z ciężkimi i uporczywymi chorobami psychicznymi. Model ten oparty jest na podejściu poznawczo-behawioralnym. Oprócz edukacji rekreacyjnej, inne rekreacyjne podejścia do poprawy dobrego samopoczucia i niezależności osób chorych psychicznie obejmują poradnictwo

rekreacyjne (Moon Hickman, 1994), ćwiczenia (Hall, 1994) i różnorodne programy rehabilitacji oparte na rekreacji (Annand, 1994). Compton i Iso-Ahola (1994) szczegółowo badają niektóre nowoczesne, oparte na rekreacji podejścia do zaspokajania potrzeb osób chorych psychicznie.

Zdrowie i bezpieczeństwo

Chorobę psychiczną można leczyć. Kiedy dostępna jest opieka i leczenie, można liczyć na poprawę lub całkowite wyzdrowienie. Zdrowie i bezpieczeństwo osób chorych psychicznie w środowisku rekreacyjnym w ogóle nie jest czymś wyjątkowym, wszystko jest takie samo jak dla innych uczestników. Niektórzy chorzy psychicznie przyjmują przepisane leki, które mogą powodować skutki uboczne. W zależności od leku może wystąpić zwiększona wrażliwość na słońce, łagodne drżenie motoryczne, przyrost masy ciała, niezdolność do spożywania niektórych pokarmów, niewyraźne widzenie, suchość w ustach, zahamowanie i sztywność.

Usługi rekreacyjne

„Dlatego, jak powiedziałem wcześniej, nasze dzieci od najmłodszych lat powinny uczestniczyć we wszystkich najuczciwszych zabawach, bo jeśli nie będą otoczone taką atmosferą, nie staną się zdolnymi obywatelami, gdy dorosną” – Sokrates.

Rekreacja to potężna siła w życiu każdego człowieka. To dla nas przyjemność. Rozwija różne części naszego życia, odżywia i odmładza. W okresie rekonwalescencji znajdujemy wielu naszych znajomych i przyjaciół. Nikt nie chciałby stracić tej części życia. Powrót do zdrowia jest czymś, co większość ludzi przyjmuje za pewnik. Jednak wiele osób niepełnosprawnych nie ma dostępu do wszystkich możliwości rekreacji, mając takie same potrzeby i pragnienia, jak inne osoby. Niektórym z nich odmawia się tego prawa z powodu braku pewnych umiejętności lub zdolności. Niektórzy z nich nie mają dostępu do usług rehabilitacyjnych z powodu niedawnego urazu fizycznego lub psychicznego, który stał się tymczasowy lub trwały. Istnieje wiele powodów, dla których taka osoba nie ma pełnego życia, chociaż wszyscy ludzie mają prawo do korzystania ze wszystkich udogodnień obywateli, biorąc pod uwagę ich prawa, przywileje, możliwości i obowiązki.

W tej sekcji rozważymy kwestie organizacyjne i indywidualne, które ułatwiają i utrudniają dostęp do programów i usług rekreacyjnych.

Zaangażowany (włączający) wypoczynek i rekreacja

Istotne

Osoby z upośledzeniem umysłowym powinny mieć możliwość uczestniczenia w tych samych zajęciach rekreacyjnych, co wszyscy obywatele. Obecnie większość dostępnych możliwości ogranicza się do oddzielnych czynności.

Dostępność wysokiej jakości zajęć rekreacyjnych (włączających) w społeczności ma pozytywny wpływ na wszystkich obywateli na kilka sposobów:

1. Osoby niepełnosprawne mają możliwość komunikowania się i uczenia się od osób pełnosprawnych. Taka interakcja i przykład pozwalają im rozwinąć odpowiednie umiejętności społeczne, zwiększyć samoświadomość i poczucie własnej wartości.

2. Osoby niepełnosprawne uczą się wykorzystywać więcej możliwości rekreacyjnych, z których korzystają inne osoby w społeczności, co zwiększa ich udział w zajęciach rekreacyjnych, poprawiając w ten sposób sprawność fizyczną i doładowując energię.

3. Wybór zajęć rekreacyjnych pomaga osobom pełnosprawnym zrozumieć, że osoby ze specjalnymi potrzebami mogą uczestniczyć z nimi w rekreacji, jeśli mają taką możliwość.

4. Osoby pełnosprawne i niepełnosprawne, działając wspólnie w ramach zajęć dostosowanych do wieku, rozwijają umiejętności i postawy potrzebne do życia w społeczeństwie.

Dodatkowe ważne informacje

Wyjaśnij wszystko! Podziel swoje instrukcje na proste czynności lub podstawowe pojęcia, aby osoba mogła je dobrze zrozumieć. Może być konieczne powtórzenie instrukcji. Jeśli to możliwe, użyj przykładów wizualnych i demonstracji.

Zachowaj szacunek! Komunikuj się z uczestnikami na równych zasadach, niezależnie od stopnia ich niepełnosprawności, traktuj ich z godnością i szacunkiem. Często zdolność osoby do rozumienia języka jest bardziej zaawansowana niż zdolność mówienia i wyrażania opinii. Trudności w komunikacji (język) nie mogą być traktowane jako dowód na to, że dana osoba czegoś nie rozumie. Jeśli uważasz, że dana osoba potrzebuje Twojej pomocy, po prostu ją poproś, ale poczekaj, aż Twoja oferta zostanie przyjęta.

Akceptuj indywidualne ograniczenia! Musisz zrozumieć, że niektóre osoby z upośledzeniem umysłowym mogą mieć znaczne ogranicze-

nia. Nie trać samokontroli i cierpliwości, jeśli widzisz, że nie mogą zrobić tego, co uważasz za ważne. Pomyśl o innych sposobach zaangażowania ludzi w istniejące ograniczenia dotyczące planowanych działań.

Daj prawo wyboru! Niech każdy sam wybierze, jak coś zrobić. W miarę możliwości powinniśmy spełniać ich życzenia i dokonywać wyborów, a także pomagać im w podejmowaniu konstruktywnych decyzji.

Wystaw ocenę! Daj pozytywną opinię o udanych osiągnięciach. Staraj się wspierać i zachęcać w sytuacjach przegranych. Podaj jasne rady, jak coś ulepszyć. Nie chwal i nie oceniaj pozytywnie, jeśli ktoś na to nie zasługuje.

Poproś ekspertów o pomoc i wsparcie! Rodzice, towarzysze, przyjaciele osoby z upośledzeniem umysłowym mogą być świetnym źródłem informacji o jej możliwościach i osiągnięciach w przeszłości. Niektórzy ludzie mogą brać leki i używać specjalnego sprzętu. Nie martw się o to!

Ustal jasne zasady postępowania! Omów rodzaj oczekiwanego zachowania, które jest wymagane w określonej sytuacji lub czynności. Bądź racjonalny i odporny, aby zapewnić dyscyplinę. Traktuj osobę upośledzoną umysłowo w taki sam sposób, jak inne osoby. Osoby zainteresowane pracą z takimi osobami mogą wziąć udział w kursach z psychologii behawioralnej i poznawczej, aby poszerzyć swoją wiedzę w tym zakresie.

Zadbaj o bezpieczeństwo! Przed rozpoczęciem aktywności omów zasady bezpieczeństwa ze wszystkimi uczestnikami. Osoba z upośledzeniem umysłowym może nie wiedzieć, które sytuacje są niebezpieczne.

Zadbaj o otoczenie! Struktura zajęć jest dość ważna. Niektóre osoby mogą mieć problemy z koncentracją na określonym temacie lub czynności przez dłuższy czas.

Wskazówki dotyczące świadczenia usług w zakresie turystyki wiejskiej, zielonej.

Możliwe, że osoba z upośledzeniem umysłowym będzie potrzebowała dodatkowego czasu, aby przyzwyczaić się do nieznannej sytuacji i dowiedzieć się o nowym zadaniu. W takim przypadku ważne jest dodatkowe wsparcie ze strony asystenta itp., które może pomóc przezwyciężyć początkowe trudności i rozwijać nowe umiejętności i zdolności. Musisz dowiedzieć się jak najwięcej o tej osobie, zanim zapewnisz niezbędne wsparcie podczas aktywnego wypoczynku.

Doświadczenie w prowadzeniu zajęć rekreacyjnych zachęca i wzmacnia chęć osób o różnej sprawności fizycznej do godnego uczestnictwa we wspólnych zajęciach. Zapewnia również środowisko, które zachęca do fizycznego, społecznego i psychologicznego zaangażowania ludzi o różnych doświadczeniach i poziomach umiejętności. Zaangażowanie otwiera potencjał osoby do pełnego i aktywnego uczestniczenia w zajęciach rekreacyjnych, zdobywania doświadczenia. Ponadto korzyści z takiego uczestnictwa można zobaczyć w:

- zapewnienie pozytywnego doświadczenia z zabiegów rekreacyjnych, które wzmacnia fizyczny, psychiczny, społeczny, duchowy i emocjonalny wzrost i rozwój każdej osoby;
- rozwój relacji między rówieśnikami i ludźmi z różnych pokoleń, które pozwalają każdemu na dzielenie uczuć, wsparcie, koleżeństwo, wzajemną pomoc;
- rozwój wsparcia w ramach społeczności, co przyczynia się do zmiany świadomości społecznej w kierunku większego wsparcia, godności, poczucia własnej wartości, zaangażowania społecznego.

W jaki sposób przewodnik lub organizator wycieczek powinien określić, czy dana osoba powinna i może uczestniczyć?

Niewielu specjalistów ma wystarczające kwalifikacje, aby wyciągnąć właściwe wnioski na podstawie samych danych fizjologicznych i psychologicznych. Nawet jeśli mieli wystarczające kwalifikacje, czy gromadzenie takich danych jest prawem / upoważnieniem przewodnika? Naszym zdaniem nie.

Nadal jednak uważamy, że przewodnik powinien pomóc ludziom określić, w jaki sposób mogą uczestniczyć w aktywnych zajęciach w ramach programu turystycznego, niezależnie od tego, czy są niepełnosprawni, czy nie.

Obniżenie lub wyeliminowanie opłat dla osób z niepełnosprawnościami to dylemat dla touroperatorów, którzy dążą do zapewnienia ich dostępności. Jeśli osoby z pewnymi niepełnosprawnościami muszą uczestniczyć w programach razem ze wszystkimi, czy powinny być traktowane inaczej?

Z drugiej strony, bez szczególnego uwzględnienia możliwości finansowych osób niepełnosprawnych, ich udział w programach może nie być możliwy.

Problemy odpowiedzialności prawnej

Odpowiedzialność jest powodem, dla którego biura podróży często oferują różne warunki dla osób z określonymi niepełnosprawnościami. Ogólną tendencją jest zmniejszanie możliwości udziału osób niepełnosprawnych w programach, ponieważ są one bardziej narażone na obrażenia lub szkody, a zatem stanowią zwiększone ryzyko prawne dla agencji. Jednak wykreślenie nazwiska osoby z niepełnosprawnością z listy ze względu na prawdopodobną konsekwencję prawną jest naruszeniem moralności, jeśli nie litery prawa.

Uświadamiając sobie, że niektórym osobom niepełnosprawnym należy zapewnić najwyższy standard opieki, czy możesz określić, jakie działania musisz podjąć, aby to zrobić?

Ogólnie rzecz biorąc, twoje działania powinny być oparte na zdrowym rozsądku. Roztropna osoba to taka, która może zapobiec lub przewidzieć potencjalne ryzyko obrażeń lub wypadku w takich okolicznościach i robi to w celu ograniczenia czynników, które mogą je spowodować.

Trzy główne obowiązki rozważnych specjalistów to:

- 1) odpowiedni nadzór;
- 2) stosowne wnioski;
- 3) prawidłowe instrukcje.

W wielu przypadkach angażowanie osób niepełnosprawnych w aktywne zajęcia, które oferujesz, nie będzie wymagało stosowania wyższych standardów. Jako rozsądna osoba nie zauważasz, żeby były wymagane jakiegokolwiek dodatkowe obowiązki.

Zastanów się, jakie środki ostrożności podejmiesz, aby uniknąć potencjalnego ryzyka. Możesz nie znać ich wszystkich, jeśli są one związane z zaangażowaniem każdej osoby w każdą sprawę i są różne. W takim przypadku skonsultuj się z profesjonalistami. A co najważniejsze, spotykaj się z osobami niepełnosprawnymi, aby dowiedzieć się więcej o ich możliwościach i ograniczeniach, potencjalnych zagrożeniach, na jakie napotykają, oraz o tym, co można zrobić, aby je zmniejszyć.

Standard osoby rozropnej nie czyni z przewodnika absolutnej gwarancji bezpieczeństwa uczestników ani nie ogranicza odpowiedzialności uczestnika i obowiązku zachowania ostrożności.

Co powinienem zrobić, jeśli nie jestem w stanie zapewnić standardu opieki wymaganego do bezpiecznego dostępu?

Nie każdy może uczestniczyć w każdym z oferowanych programów. Nie możesz jednak wykluczyć udziału wyłącznie na podstawie własnych założeń.

Dowiedz się o ograniczeniach i możliwościach danej osoby co do niektórych wycieczek, w których wyraża chęć udziału. Kryterium udziału w wycieczce turystycznej powinna być wyłącznie zdolność osoby do wykazania się określonymi umiejętnościami i zdolnościami, które są wymagane do wykonania takich czynności, a nie obecność lub brak określonych wad.

W sytuacji, gdy z jakiegoś powodu nie jesteś w stanie zapewnić standardu opieki wymaganej do bezpiecznego dostępu, porozmawiaj o tym z prawnikiem swojej firmy. Prawniki mogą pomóc zapewnić równość szans i brak dyskryminacji.

Korzystanie z pracy wolontariuszy

W niektórych przypadkach wycieczki będą się wiązać z koniecznością zwiększenia liczby osób zaangażowanych w program. Pierwszym rozwiązaniem tego problemu jest poproszenie o więcej środków finansowych, aby móc zatrudnić i opłacić więcej osób za współpracę. Czasami ten schemat działa. Ale w większości – nie! Negatywna odpowiedź na prośbę o zwiększenie środków nie powinna być powodem do odmowy udziału w programie. Istnieją alternatywy dla pracy zarobkowej.

Wolontariusze mogą być ważnym partnerem dla biura podróży. Dzięki nim możesz zapewnić dostęp wszystkim osobom. Wolontariusze mogą pełnić rolę asystentów, aby osoby niepełnosprawne mogły brać udział w oferowanych wycieczkach, pod warunkiem przeprowadzenia z nimi odpowiedniego szkolenia. Ponadto wolontariusze poprawiają reputację biura podróży w społeczeństwie. Może to pomóc w rozszerzeniu działań na wszystkich członków grupy społecznej przy niewielkich lub żadnych kosztach. Pomaga również zwiększyć liczbę wycieczek, zmienić ich charakter i jakość.

Uwaga. Oczywiście najważniejszą rolę wolontariusza jest zapewnienie opieki nad osobą o specjalnych potrzebach ruchowych, bycie towarzyszem, przyjacielem, nauczycielem i towarzyszem. Tacy wolontariusze zapewniają wsparcie osobom niepełnosprawnym i pomagają im pokonywać bariery.

2.5.12. Zalecenia dla personelu hotelowego, obozów itp., A także dla biur podróży

Wszelkie informacje o pracy firmy świadczącej usługi turystyczne powinny być dostępne dla osób niewidomych i niedowidzących:

a) reklama w telewizji musi być przygotowana z dubbingiem i wsparciem podpisami i grafiką

b) Strony internetowe muszą posiadać wersję tekstową lub oznaczenie tekstowe wszystkich obrazów i grafik, wszystkie informacje muszą być dostępne dla tych, którzy używają syntezatorów mowy lub podobnych w celu uzyskania informacji.

c) pracownicy firmy świadczącej usługi turystyczne muszą być przeszkoleni teoretycznie i muszą umieć pracować z osobami niepełnosprawnymi: jak i jakie informacje im udzielić.

d) organizator turystyki musi zapewnić odpowiednie warunki w środkach transportu. W samolotach, autobusach, pociągach znajdują się dogodne miejsca dla klientów niepełnosprawnych. Na przykład dla niewidomych w pociągu to dwa przedziały: pierwszy i ostatni.

Hotele

Personel musi zostać przekwalifikowany lub przeszkolony, oprócz udzielania pierwszej pomocy, musi znać i umieć udzielić informacji klientowi niewidomemu lub niedowidzącemu. Dodatkowo podczas pobytu w hotelu obsługa powinna dowiedzieć się od klienta, czy osoba niewidoma potrzebuje przewodnika, aby zapoznać się z obszarem kompleksu hotelowego. Pracownicy kompleksu hotelowego muszą przekazać do pokoju klienta wszystkie informacje w alfabecie Braille'a: rozkład dnia, podstawowe informacje o kompleksie hotelowym, cennik usług dodatkowych, spis numerów telefonów wewnętrznych hotelu itp. Pomieszczenie dla osób niepełnosprawnych powinno znajdować się blisko windy, schodów, wyjścia przeciwpożarowego, tj. powinno być tak usytuowane, aby osoba z dysfunkcją wzroku mogła łatwo wejść i wyjść z pomieszczenia w każdej normalnej lub awaryjnej sytuacji.

Dostępność

- Bardzo ważne jest, aby hotel lub teren, w którym osoba poruszałaby się na wózku inwalidzkim, był dostosowany do jej potrzeb i zawierał kilka takich pomieszczeń.
- Sam pokój powinien być przestronny i wygodny.
- Wszystkie przełączniki, klamki, szafki, półki, telefony muszą znajdować się na wygodnej wysokości dla osoby siedzącej.
- Łazienka i toaleta muszą być przystosowane do różnych niezbędnych akcesoriów.
- Wszystkie pokoje, a także teren kompleksu rekreacyjnego, muszą być dla całkowicie dostępne. Swobodny dostęp dotyczy również innych kondygnacji budynku oraz różnego rodzaju rekreacji, np.: basen, sauna, siłownia, bilard i inne.
- Wszystkie te pomieszczenia powinny być nie tylko dostępne, ale także odpowiednio wyposażone do rekreacji osób niepełnosprawnych.
- Wszystkie niezbędne informacje i usługi powinny być dostępne w razie potrzeby.
- W przypadku braku udogodnień dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich, każdy pokój w hotelu lub innym miejscu noclegowym musi być „elastyczny”, tj. być przygotowany na wszelkie zmiany, jeśli zajdzie taka potrzeba.

Usługa

- Pomimo dostępności konkretnego budynku, personel musi znać i umieć zastosować podstawową technikę przemieszczania osoby na wózku inwalidzkim.
- Personel powinien być przygotowany do rozmowy z osobą niepełnosprawną i traktowania jej jak każdej innej osoby.
- Personel powinien udzielić wszelkich informacji potrzebnych osobie na wózku inwalidzkim, a także w razie potrzeby zapewnić pomoc z zewnątrz.
- Wszystkie zajęcia rozrywkowe i rekreacyjne są również przeznaczone dla osób na wózkach inwalidzkich.

Kawiarnie, restauracje

Kompleksy hotelowe muszą rezerwować miejsca dla osób niepełnosprawnych. Stoliki powinny znajdować się blisko wejścia, a podejść do nich nie można niczym zablokować. Osoba z niepełnosprawnością wzroku musi samodzielnie, bez błędów i przeszkód dla innych wczasowiczów, zająć miejsce przy stole, a także pozostawić go bez przeszkód.

Kelnerzy muszą:

- a) zwrócić szczególną uwagę na taki stolik, gdyż osoba z dysfunkcją wzroku nie może „złapać” kelnera samodzielnie;
- b) przy zmianie naczyń kelner musi ostrzec i skomentować (zgodnie z metodą) wszystkie swoje działania: co zostało wyczyszczone, co zostało przyniesione, jakie zmiany zaszły na stole itp.;
- c) pod nakryciem stołu można zamontować przycisk, aby zadzwonić do kelnera, ponieważ gesty wnie zawsze są wygodne, aby przyciągnąć uwagę.

Terytorium

Teren kompleksu hotelowego musi być przystosowany do poruszania się osoby niewidomej:

- a) brak okapów i wystających dachów, rur itp.;
- b) na ścieżkach muszą znajdować się wypukłe znaki (przed schodami, na skrzyżowaniach itp.);
- c) każdy budynek musi mieć przy wejściu informację w alfabecie Braille’a, nawet techniczny i zamknięty, z nazwą, funkcjonalnością wejścia, trybem pracy itp.;
- d) kompleks hotelowy musi posiadać plan (mapę) Braille’a terenu i okolicy dostępną bezpłatnie dla niewidomego klienta.

Dostępność

- Obszar, w którym znajduje się określona restauracja lub kawiarnia, musi być przystosowany do poruszania się na wózku inwalidzkim.
- Jeśli na terenie tej instytucji znajdują się parkingi, konieczne jest zapewnienie 2–3 lub więcej miejsc parkingowych dla osób niepełnosprawnych, biorąc pod uwagę rozmiar miejsc parkingowych dla minibusów.
- Miejsca parkingowe dla osób niepełnosprawnych muszą być odpowiednio oznaczone, aby osoba niepełnosprawna mogła

- łatwo zobaczyć ich położenie. Zapobiegnie to również parkowaniu innych samochodów w miejscach dla osób niepełnosprawnych.
- Parking musi być dobrze widoczny (kontrastujące kolory w nawierzchni).
 - W pobliżu parkingu powinno być wystarczająco dużo miejsca do manewrowania wózkiem.
 - Wjazd i wyjazd z parkingu powinny być wyznaczone kontrastującymi punktami orientacyjnymi i zlokalizowane w bezpiecznej odległości od głównej drogi i jak najbliżej wejścia do pomieszczenia.
 - Cała ścieżka, biorąc pod uwagę ścieżkę z parkingu, powinna być płynna i równa, bez zbędnych przeszkód projektowych typu schody, rzeźby itp. Wszystkie dodatkowe przedmioty, a także kosze na śmieci, należy umieścić poza podjazdem do restauracji lub kawiarni.
 - Główne wejście do restauracji lub kawiarni powinno być wyposażone w odpowiednią rampę, jeśli są schody.
 - Rampa musi mieć odpowiednie nachylenie, biorąc pod uwagę przepisy budowlane, mieć płaską i gładką powierzchnię z krawężnikami ochronnymi na krawędziach (aby uniknąć przewrócenia się wózka) oraz posiadać poręcz po obu stronach rampy.
 - W pobliżu wejścia powinno być wystarczająco dużo miejsca do manewrowania wózkiem.
 - Wejście do pomieszczenia powinno być dość szerokie, biorąc pod uwagę wszystkie typy wózków.
 - Żadne klamki drzwi w pomieszczeniu nie mogą być kuliste.
 - Jeżeli miejsca w restauracji czy kawiarni nie odpowiadają potrzebom osób poruszających się na wózku inwalidzkim, to na potrzeby takich osób należy dostosować kilka oddzielnych miejsc.
 - Te miejsca nie powinny znajdować się w specjalnie wyznaczonym obszarze. Może to spowodować, że osoby niepełnosprawne poczują się dyskryminowane.
 - Konieczne jest, aby w pomieszczeniu było wystarczająco dużo miejsca do poruszania się na wózku inwalidzkim: między stolikami, do baru, do pomieszczenia w toalecie i nie tylko. Nie spowoduje to niedogodności ani dla osoby na wózku inwalidzkim, ani dla personelu i innych gości.

- W każdej restauracji czy kawiarni sanitariaty muszą być dostosowane do potrzeb osób niepełnosprawnych poruszających się na wózkach inwalidzkich. Powinno być wystarczająco dużo miejsca do poruszania się, odpowiednio wyposażona toaleta i inne przydatne narzędzia.
- Wszystkie klamki drzwi, włączniki światła itp. muszą być umieszczone na wysokości wygodnej dla osób na wózku inwalidzkim.
- Biorąc pod uwagę ewentualne inne potrzeby osób na wózkach inwalidzkich, menu i inne informacje powinny być drukowane czytelną czcionką.
- Wszystkie drukowane informacje i oznaczenia muszą być dobrze widoczne i umieszczone na dogodnej wysokości.

Obsługa

- Cały personel musi być przygotowany psychicznie do komunikowania się z osobami na wózkach inwalidzkich. Osoba niepełnosprawna powinna być traktowana tak samo, jak każda inna osoba.
- Biorąc pod uwagę różną złożoność urazów i chorób osób na wózkach inwalidzkich, konieczne jest, aby personel np. podszedł do stołu, przy którym osoba siedzi na wózku inwalidzkim i zaproponował złożenie zamówienia lub przekazał mu wszelkie inne informacje, których z powodu ograniczeń nie może zdobyć sama.
- Jeżeli dana instytucja nie posiada określonych urządzeń, np. rampy, ale nadal jest gotowa na przyjęcie osób na wózkach, to niezbędna jest znajomość przez personel podstawowych technik przemieszczania osób na wózkach.

Sklepy i supermarkety

Wymagania dotyczące dostępności dla sklepów i supermarketów dotyczące miejsc parkingowych, wjazdów i wyjazdów są takie same, jak w przypadku kawiarni i restauracji. Jest jednak kilka dodatkowych wymagań:

- Drzwi do sklepu powinny się otwierać bez zbędnego wysiłku. Lepiej jest, gdy są to drzwi automatyczne.
- Żadne klamki drzwi w pomieszczeniu nie mogą być kuliste.

- Konieczne jest, aby w sklepie było wystarczająco dużo miejsca, aby poruszać się na wózku inwalidzkim. Dotyczy to zwłaszcza przejść między ladami, kasami fiskalnymi i nie tylko.
- Jeśli nie jest możliwe, aby osoba na wózku inwalidzkim mogła bez problemu wyjąć dowolny towar z półki/lady, to konieczne jest, aby w każdym poszczególnym dziale obok zwykłej półki/lady znajdowała się jeszcze jedna niższa i wygodna dla osób na wózkach.
- Trzeba też zorganizować wygodną i niższą kasę, w której osoba na wózku inwalidzkim może zapłacić za wybrany produkt.
- W każdym sklepie czy supermarkecie powinna znajdować się toaleta. Toaleta powinna być dostosowana do potrzeb osób niepełnosprawnych. Wszystko to musi uwzględniać wystarczającą przestrzeń do poruszania się, odpowiednio wyposażoną toaletę oraz inne przydatne narzędzia.
- Wszystkie klamki drzwi, włączniki światła itp. muszą być umieszczone na wysokości wygodnej dla osób na wózku inwalidzkim.
- Wszystkie drukowane informacje i oznaczenia muszą być dobrze widoczne i umieszczone na dogodnej wysokości.

Obsługa

- Personel nie powinien bać się pomocy osobie niepełnosprawnej.
- W razie potrzeby personel może wskazać osobie na wózku inwalidzkim, jakie towary są dla niej interesujące. Dotyczy to również wszelkich informacji, których ta osoba potrzebuje jako kupujący.
- W przypadku braku odpowiednich udogodnień dla osób poruszających się na wózkach, obsługa powinna pomóc w zakupie towaru oraz, jeśli to konieczne, pomóc zapłacić przy kasie.
- Bardzo ważne jest, aby obsługa pomagała osobie na wózku w dostarczeniu zakupionego towaru do samochodu lub w inne miejsce.

Więcej informacji na temat pracy z osobami niepełnosprawnymi można znaleźć biorąc udział w szkoleniu „Aktywny wypoczynek i turystyka dla osób niepełnosprawnych”.

3. KURS: „AKTYWNY WYPOCZYNEK I TURYSTYKA DLA OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH”

3.1. Cel i zadania kursu

Celem kursu jest przygotowanie specjalistów wsparcia turystycznego (przewodnicy, piloci i inni) do prowadzenia wycieczek z grupami turystów, wśród których znajdują się wśród innych turystów osoby ze znacznymi ograniczeniami zdrowotnymi (zaburzenia motoryczne; sensoryczne: ślepota, głuchota; funkcje umysłowe; i inne). Przewodnicy muszą rozumieć cechy i wymagania, jakie niepełnosprawność nakłada na ogólne podejście do usług turystycznych. Zadaniem kursu jest również przygotowanie pracowników obsługi wycieczek do pracy w środowisku starego miasta, które faktycznie nie jest przystosowane do ruchu i orientacji osób niepełnosprawnych, w szczególności do wytyczania własnych tras turystycznych. Również w razie potrzeby przewodnicy będą mogli udzielić niezbędnej pomocy w pokonywaniu barier – schodów, krawężników, wysokich progów itp.

Na zakończenie kursu specjaliści obsługi turystów:

- mają rozumieć stosunek społeczeństwa do problematyki niepełnosprawności w kontekście historycznym i ukraińskim środowisku kulturowym;
- znają ramy prawne ochrony socjalnej osób niepełnosprawnych na Ukrainie i w Polsce oraz elementy polityki państwa w tym zakresie;
- mają pojęcie o znaczeniu właściwej komunikacji, języka i terminologii obsługi turystów;
- rozumieją życie z niepełnosprawnością w kontekście indywidualnym, rodzinnym i społecznym;

a także będą w stanie:

- połączyć teorię i praktykę prowadzenia wycieczek dla osób niepełnosprawnych i ich rodzin;
- ocenić wpływ sytuacji prawnej, ekonomicznej, politycznej, technologicznej i zawodowej na osoby niepełnosprawne, ich rodziny i wybrać właściwe podejście w każdym przypadku;
- rozwijać i doskonalić umiejętności komunikacyjne, pomoc osobom niepełnosprawnym, uwzględniając różnorodność warunków i sytuacji;

- rozwijać umiejętności pracy z grupą, w której skład wchodzi osoby niepełnosprawne;
- zidentyfikować fizyczne, obyczajowe, psychologiczne i instytucjonalne bariery dla pełnego zaangażowania osób niepełnosprawnych we wszystkich sferach życia społecznego i rozwinąć zdolność do ich pokonywania.

3.2. Instrukcje organizacyjne i metodyczne

Kurs składa się z 5 sekcji, po 2–4 tematy w każdej. Każdy temat składa się z części teoretycznej, której treść jest pokrótce opisana oraz zajęć praktycznych, przedstawionych w formie ćwiczeń. Wskazano główny cel i cele każdej lekcji, aby można było ocenić, na ile zostały osiągnięte. Na końcu każdego tematu znajduje się lista pomocy dydaktycznych – ulotki, plakaty, filmy. Większość tematów wymaga wcześniejszego samodzielnego przygotowania, przeczytania i zrozumienia wymaganych i dodatkowych tekstów do nauki, których lista jest również podana.

Przedmiotem tej publikacji jest nauka o niepełnosprawności w celu prawidłowego i skutecznego świadczenia usług osobom o wielu cechach i specjalnych potrzebach. Oczekuje się, że przewodnicy będą pracować w obszarze związanym z sektorem publicznym i w ścisłej współpracy z organizacjami osób niepełnosprawnych. Dlatego ważnym zadaniem kursu jest zrozumienie i wypracowanie progresywnego podejścia do tych problemów społecznych. Informacje na ten temat są dziś dość fragmentaryczne, prezentowane w różnych źródłach. Są to dokumenty rządowe, materiały prasowe i broszury organizacji publicznych. Literatura edukacyjna została przetłumaczona, dla dobrego zrozumienia wymaga dyskusji, aby skutecznie przenieść opisane doświadczenie na ziemię ukraińską lub polską.

Aby przyzwyczaić się do tego tematu, nie wystarczy „siedzieć w bibliotece”. Trenowanie umiejętności wymaga pewnego wysiłku psychologicznego i pracy nad sobą. Oprócz elementów informacyjnych i szkoleniowych bardzo ważny jest motywacyjny element uczenia się. Osiąga się to poprzez zaangażowanie zaproszonych prelegentów i instruktorów spośród osób niepełnosprawnych, a także sesje stymulacyjne / szkoleniowe. Zajęcia praktyczne prowadzone są metodami interaktywnymi, przy zaangażowaniu kursantów w ćwiczenia.

Podczas części praktycznej kursu należy przestrzegać państwowych i lokalnych ograniczeń związanych z pandemią Covid-19.

Kurs obejmuje istotny element praktyczny, w ramach którego kursanci uczą się, wykonując określone zadania praktyczne, których mogą potrzebować w przyszłej pracy. Są też zajęcia, na których uczą się używać kul, innych pomocy oraz wózka inwalidzkiego. Zajęcia te prowadzone są z pomocą instruktorów osób niepełnosprawnych. Te praktyczne zadania, wraz z zajęciami, na które zapraszani są otwarci wykładowcy z niepełnosprawnościami, pomagają przewodnikom lepiej zrozumieć temat i rozwinąć praktyczne umiejętności oraz osobiste pozytywne nastawienie. Zaproszeni prelegenci to liderzy społeczności, którzy mają ogromną wiedzę „od wewnątrz” na temat wszystkich problemów, z jakimi borykają się osoby niepełnosprawne. Tworzą „pomost” do zrozumienia tych problemów. Pod koniec kursu większość kursantów traci pierwsze uczucie szoku, dyskomfortu, współczucia w kontaktach z osobami niepełnosprawnymi, a przynajmniej kursanci uczą się kontrolować te uczucia w sytuacjach życiowych, aktywnie poszukując możliwych rozwiązań problemów.

Ważne jest, aby kursanci uczestniczący w zajęciach, aktywnie uczestniczyli w zadaniach grupowych, dyskusjach, rozwijali ducha współpracy między sobą i wszystkimi osobami zaangażowanymi w zajęcia. Ważne jest, aby aktywnie wykorzystywali swoją wiedzę i umiejętności w innych dyscyplinach, zasadach zawodowych i standardach etycznych.

3.3. Temat zajęć

Temat 1. Potrzeby turystów niepełnosprawnych w kontekście praw człowieka

1.1. Poznanie się. Ogólny przegląd kursu. Stosunek do praktyki. Dlaczego badanie praw osoby niepełnosprawnej jest ważne i gdzie może być przydatne w pracy? Przykłady możliwej przyszłej pracy przewodnika z osobami niepełnosprawnymi, w szczególności we Lwowie.

Lekcja praktyczna nr 1. Identyfikacja aktualnych potrzeb osób z niepełnosprawnościami

Cel: ukształtowanie podejścia do świadczenia usług turystycznych osobom niepełnosprawnym w określonych sytuacjach we Lwowie i na Ukrainie.

Zadanie: Rozpoznanie specyfiki pracy „wycieczkowej” z osobami niepełnosprawnymi w kontekście Ukrainy.

Ćwiczenie 1. Kursanci przedstawiają problemy swoich klientów, bliskich, znajomych, niepełnosprawnych sąsiadów.

Ćwiczenie 2. Praca w grupach. Opracowanie podejścia do potrzeb osób niepełnosprawnych podczas podróży i wyjazdów w teren. Identyfikacja wkładu pracownika wycieczki w pomoc osobom niepełnosprawnym, ich organizacjom, identyfikacja obiecujących obszarów działalności.

1.2. Wymagania zawodowe, etyka zawodowa, zawody pokrewne. Rola specjalistów obsługi turysty w pracy z osobami niepełnosprawnymi i ich organizacje. Koszt utrzymania osoby niepełnosprawnej.

Część teoretyczna

Zawody z zakresu turystyki. Prowadzenie wycieczek jako dziedzina działalności zawodowej. Wizerunek zawodu: wewnętrzny, zewnętrzny. Etyka zawodowa w pracy z klientem.

Temat 2. Osobiste doświadczenia i kształtowanie postaw kursantów wobec osób z niepełnosprawnościami

2.1. Osobista znajomość z osobą niepełnosprawną. Komunikacja i identyfikacja potrzeb. Psychologia niepełnosprawności. Problemy, z którymi borykają się osoby ze specjalnymi potrzebami. Czego szukać.

Część teoretyczna

1. Czynniki ryzyka. Różnice płci w statystykach niepełnosprawności i różnice w potrzebach: dzieci / dorośli / seniorzy; mężczyźni / kobiety; Niedawno / od dawna / przewlekła niepełnosprawność. Problemy starości.

2. Problemy napotymane przez osoby, które zachorowały / doznały urazów / uszkodzeń. Problemy zdrowotne. Straty: utrata samooceny; koszty ekonomiczne; utrata statusu; utrata prywatności; utrata niezależności.

3. Obserwacja / ocena potrzeb w pracy „wycieczkowej”.

Lekcja praktyczna nr 2.1: Ocena potrzeb osoby

Cel: rozwinięcie umiejętności obserwacji i oceny potrzeb osoby związanej z jej niepełnosprawnością.

Zadania: ocena potrzeb w konkretnych sytuacjach; zidentyfikować i przeanalizować potrzeby osoby, stawiając się na jej miejscu.

Ćwiczenie 1. Odgrywanie ról: „osoba z niepełnosprawnością” w grupie. Rozdzielanie ról, wśród których jest osoba „głucha” (zatyczki do uszu),

„Niedowidzący” (klejone okulary), „ze spastycznością dłoni” (trzy- ma piłkę tenisową pod pachą); „Z utratą wrażliwości dotykowej” (w rękawiczkach) kursanci wykonują wspólne zadanie w grupach (np. budują zamek z kostek), później swoimi wrażeniami dzielą się „osoby niepełnosprawne”. Razem znajdują sposoby, aby pomóc każdemu poczuć się akceptowanym.

Środki dydaktyczne: Narzędzia do symulacji niepełnosprawności: gogle / maska, zatyczki do uszu, piłka, rękawiczki. Materiały informacyjne: pisemne instrukcje dla „osób niepełnosprawnych” i „zdrowych”; Formularz „Co może pomóc”.

Lekcja praktyczna nr 2.2. Spotkanie z poszkodowanym / historia osobista osoby z niepełnosprawnością.

Spotkanie i komunikacja z poszkodowanym. Pytania i odpowiedzi. Dyskusja (po wyjeździe osoby niepełnosprawnej).

Cel: przezwyciężenie szoku kulturowego konfrontacji z niepełnosprawnością, nauczenie się pokonywania dyskomfortu, strachu, zażenowania lub innych negatywnych uczuć.

Zadanie: Aktywnie słuchaj osoby niepełnosprawnej, komunikuj się z nią, zadawaj ważne pytania, kontroluj jej uczucia.

Rada metodyczna: Nauczyciel powinien umówić się na spotkanie i rozmowę z osobą, która wywrze bardzo pozytywne wrażenie na kursantach. Musi to być osoba, która mimo niepełnosprawności osiągnęła coś w życiu. Może to być lider publiczny, osoba zajmująca ważne stanowisko, biznesmen, polityk; jednak z widoczną niepełnosprawnością. Rozmowa powinna dotyczyć niepełnosprawności, dlatego ważne jest, aby osoba sama nie wstydziła się mówić otwarcie o swoim stanie fizycznym, okolicznościach urazu lub choroby, swoich negatywnych uczuciach, lękach, depresji. Jednak ważne jest, aby rozmowa pozostała ogólnie pozytywna. Dlatego oprócz negatywnych aspek-

tów, musimy zwrócić uwagę na sukcesy życiowe, osiągnięcia w życiu osobistym i zawodowym, prace społeczne, kreatywność, biznes i nie tylko. Oba te punkty – negatywne i pozytywne – powinny brzmieć jasno. Dobrze, jeśli kursanci wyrażają w dyskusji wyważone wrażenie. Jest to oznaka normalizacji postrzegania niepełnosprawności.

2.2. Specyfika pracy specjalisty ds. eskorty turystycznej z niektórymi grupami i kategoriami osób niepełnosprawnych.

Część teoretyczna

Lekcja 1. Osoby z wadami narządu ruchu.

Zaburzenia neurologiczne. Problemy ortopedyczne. Amputacje.

Lekcja 2. Ślepota. Głuchota.

Lekcja 3. Upośledzenie umysłowe / trudności w uczeniu się. Zaburzenia psychiczne.

Temat 3. Osobiste doświadczenia związane z korzystaniem z wózka inwalidzkiego. Technika jazdy i pokonywanie przeszkód. Sprzęt pomocniczy do ruchu i życia

Część teoretyczna

Wózek inwalidzki – rodzaje, konstrukcja, wielkość oraz zasady indywidualnego doboru / doposażenia / regulacji. Podstawowe zasady mechaniczne jazdy i techniki wspomagania. Pokonywanie barier. Wchodzenie po schodach. Konserwacja wózka. Zasady ubezpieczenia i środki ostrożności.

Warsztat nr 3: „Techniki jazdy, pokonywanie barier i pomoc osobie na wózku inwalidzkim”.

Cel: zrozumienie specyfiki poruszania się osoby na wózku inwalidzkim i opanowanie umiejętności pomocy.

Zadania: poznanie elementów techniki poruszania się na wózku inwalidzkim i bezpiecznej pomocy.

Ćwiczenie 1. Technika zmiany łóżka / krzesła na wózek inwalidzki iz powrotem.

Ćwiczenie 2. Poruszanie się po płaskiej płaszczyźnie. Technika pomocy.

Ćwiczenie 3. Pokonywanie krawężników i innych przeszkód: samodzielnie / z pomocą asystenta, wysoki / niski krawężnik.



Ćwiczenie 4. Pokonanie określonego dystansu o innej nawierzchni, być może wraz z przybyciem do pomieszczenia w rzeczywistej sytuacji ulicy miejskiej. (Z przechodniami można się porozumieć – weź pod uwagę i odpowiednio się zachowuj!)

Ćwiczenie 5. Wchodzenie po schodach.

Pomoce dydaktyczne: Różne typy wózków (2–3); wózki są aktywne, po jednym na każdą parę kursantów.

Uwaga: odpowiednia odzież – spodnie, krótka odzież wierzchnia, którą nie szkoda ubrudzić, wygodne buty na niskim obcasie. Zajęcia powinny być prowadzone w możliwie ścisłej dyscyplinie pod ścisłym nadzorem nauczyciela / instruktorów. Żadna akcja nie może zostać wykonana bez zezwolenia!!!

Temat 4. Osoby niepełnosprawne w środowisku i społeczności. System świadczenia usług

4.1. Dostępność środowiska i bariery architektoniczne. Planowanie bez barier. Adaptacyjne wyposażenie lokali publicznych i mieszkalnych

Część teoretyczna

Otoczenie architektoniczne miasta. Wymagania dotyczące projektowania bez barier. Otoczenie zewnętrzne – drogi, ulice, parkingi. Obiekty użyteczności publicznej: dworce, porty, teatry, sale koncertowe. Drzwi, wejścia, korytarze. WC. Windy. Podjazdy i schody. Poręcze, klamki do drzwi, kurki wodne, zbiorniki i inne wyposażenie wewnętrzne. Wyposażenie i ponowne wyposażenie indywidualnych mieszkań. Koncepcja standardów projektowania bez barier oraz norm bezpieczeństwa dla obiektów publicznych i indywidualnych. Urządzenia transportowe. Transport specjalny. Specjalne środowisko dla osób niewidomych i niedosłyszących. Środki masowego przekazu.

Lekcja praktyczna na temat 4: Planowanie ponownego wyposażenia lokalu na potrzeby osoby poruszającej się na wózku inwalidzkim.

Cel: nauczenie się planowania minimalnego niezbędnego ponownego wyposażenia na potrzeby osoby niepełnosprawnej w rzeczywistym środowisku.

Zadanie: Przeprowadzenie programu doposażenia własnego mieszkania na potrzeby osoby niepełnosprawnej poruszającej się na wózku inwalidzkim.

Ćwiczenie 1. Sprawdź (dokonaj audytu) swojego mieszkania pod kątem jego przystosowania do życia na wózku inwalidzkim.

Ćwiczenie 2. Narysuj schemat niezbędnych adaptacji / przebudów / ponownego wyposażenia.

Ćwiczenie 3. Sporządź listę wyjaśnień dotyczących istoty ponownego wyposażenia i ich przybliżonej wielkości.

Pomoce dydaktyczne: Handout: Wytyczne „Audyt dostępności mieszkań i obiektów użyteczności publicznej”.

Temat 5. Samodzielna praca

lp	Nazwa zadania	Ilość godzin
1	<u>Opracowanie zalecanej literatury.</u> Podczas kursu kursanci będą mieli za zadanie przestudiować zalecaną literaturę przed lekcją. Wykonanie tego zadania da kursantom możliwość uczestniczenia w moderowanych dyskusjach.	4
2	<u>Schemat ponownego wyposażenia lokalu pod kątem dostępności.</u> Wykonywany w celu opanowania koncepcji projektowania bez barier; przełożenie na rzeczywistą płaszczyznę twierdzenia o dostępności mieszkania.	2
3	<u>Inne rodzaje samodzielnej pracy.</u> Odwiedzanie instytucji, czytanie czasopism i oglądanie filmów, video o tematyce społecznej, w tym związanej z niepełnosprawnością.	2
	Razem	8

Wnioski

Osoby niepełnosprawne mają takie samo prawo do wypoczynku i takie same zainteresowania usługami turystycznymi, jak inne osoby, tylko ze względu na swój stan fizyczny potrzebują bardziej ostrożnego podejścia do organizacji i prowadzenia wycieczek.



Podjęta w podręczniku próba wyodrębnienia i uogólnienia wymagań dotyczących organizacji i prowadzenia wycieczek dla osób z niepełnościami wymaga oczywiście dalszych badań i rozwoju. Równocześnie ważna jest praktyka organizowania i prowadzenia takich wycieczek, dla których w Ukrainie i w Polsce w ogóle, a w szczególności we Lwowie i Przemyśle istnieje znaczny potencjał, wysoko wykwalifikowani przewodnicy i pewien poziom infrastruktury.

PRZYDATNE LINKI

UKRAINA

<https://www.facebook.com/dostupnoukraine/>
<https://www.greentour.com.ua/en>
<https://westsportcenter.com.ua/>
<http://xutir-savky.com.ua>
<http://www.etno-selo.com.ua>
<http://kr-admin.gov.ua/Tourism/index.php?q=Green/4.html>
<http://www.ruraltourism.com.ua>
<http://www.turizm-karpaty.com.ua>
<http://www.gcs.org.ua/eng>
<http://www.lart.lviv.ua>

POLSKA

<http://www.pzn.org.pl/>
<http://widzialni.org/>
<http://niepelnosprawni.pl/>
<http://niepelnosprawni.gov.pl/container/publikacje/dostepnosc-serwisow-internetowych/WCAG%202.0%20Podrecznik%20dobrych%20praktyk.pdf>
<http://niepelnosprawni.gov.pl/container/publikacje/edukacja/nauka%20i%20praca%20osob%20z%20niepelnosprawnoscia%20intelektualna.pdf>
<http://turystykabezbarier.pl/o-projekcie.php>
<http://pttk.com.pl/>
<http://www.fundacja.podrozebezgranic.pl/>
<http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=WDU20180000646>
<http://www.ekonomiaspoleczna.pl/>
<http://www.popon.pl/>
<https://psoni.org.pl/>
<http://www.integracja.org>
<https://www.spes.org.pl/>
<http://www.niepelnosprawni.gov.pl/>
<https://www.pttk.pl/index.php>
<http://www.pit.org.pl/?lng=en>
<http://www.agroturystyka-ggg.pl/>
<http://www.lotprzemysl.pl>

GRUZJA

<http://disability.ge/index.php?lang=en>

LOTWA

<http://www.videspieejamiba.lv/>

<http://mapeirons.lv/lv>

<https://www.celotajs.lv/lv/news/item/view/878>

MOLDOVA

<http://www.keystonemoldova.md/ro/publications-and-resources/publications/>

PORTUGALIA

<https://www.associacaoalvador.com/o-que-fazemos/acessibilidades/1261/>

<http://www.acapo.pt>

<http://vidaindependente.org>

<https://business.turismodeportugal.pt/pt/Paginas/homepage.aspx>

<http://accessibleportugal.com/turismo-acessivel/>

<https://www.chaves.pt/pages/665>

<http://www.portugalacessivel.pt/default/home>

<https://www.tur4all.pt>

<https://www.tourism-for-all.com/pt/home>

<http://www.accessibletourism.org>

<http://azoresforall.com/pt/#contact>

<http://tour4all.org/homepage-2/>

<https://www.e-unwto.org/doi/book/10.18111/9789284418077>

RÓŻNE

www.unwto.org

<http://accessibletourismresearch.blogspot.com>

www.edf-feph.org/

www.accessibletourism.org

www.europeforall.com/home.seam

www.sydneyforall.com/

<http://pantou.org>

<https://www.un.org/development/desa/disabilities/>

www.disstudies.org

<https://www.rt4all.net/>

<https://www.farmstayplanet.com/>

<https://ecoclub.com/ecotourism>

<https://www.agriturismo.net>

<http://www.organicholidays.com/>

<https://www.agriturismo.net/theme-holidays/accessible-holidays/>

BIBLIOGRAFIA

- Екологічний туризм в країнах Центральної та Східної Європи: Матеріали міжнародного науково-практичного семінару. – Стрий, 2019. – 132 с.
- Горішевський П. А., Васильєв В. П., Зінько Ю. В. Сільський зелений туризм: організація надання послуг гостинності. Навчальний посібник. – Івано-Франківськ: Місто НВ, 2003. – 144 с. (співавтори).
- Коберніченко Т., Васильєв В., Зінько Ю., Горішевський П. Методичний посібник з сільського туризму. – К., 2015. – 84 с.
- Розвиток сталого сільського туризму: Тематичний довідник. – Ужгород, 2017. – 146 с.
- Рутинський М., Зінько Ю. Сільський туризм: Навч. посіб. – К.: Знання, 2016. – 271 с.
- Туризм сільський зелений. – Ж. – № 4 (жовтень-грудень) 2015 р. – 30 с.
- Sznajder M., Przezbórska L. Agroturystyka. – Warszawa: polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, 2006. – 257 s.
- http://holiday.by/village_country.asp – Туристичний портал Білорусі. Сільський туризм
- Розвиток стійкого сільського туризму. Ужгород, Україна.
- Sznajder M., Przezbórska L. Agroturystyka. – Warszawa: polskie Wydawnictwo Ekonomiczne.
- Pigram J. J. (1993) "Planning for Tourism inn Rural Area; bridging the policy implementation gap".
- Mott MacDonald (2007) "Evaluation Study of Rural Tourism Scheme".
- "Development of Rural Sustainable Tourism", Ed. GEOTOUR (2015).
- D. Marandola, F. Cannata, (2006) "Business and Tourism in a Rural Area of Southern Italy" GEOTOUR.
- Agro-tourism Workbook: Oregon Agriculture (2013).
- "SardegnaEconomica": Rivista no 1/2019.
- Regione Lazio: " Il Turismo Rurale nel Lazio" (2019).
- "Greening of remote tourism lodges – The role of tourism and recreation", Ontario, (Oct. 1995).
- Mirela Mazilu, Anicalancu (2006), "Agrotourism – An Alternative for a Sustainable Rural Development"
- O' Reilly, A.M. "Carrying capacity: concepts and issues", Ed. Tourism Management, 2007.
- Christensen, N.A. (1995) "Sustainable Community Based Tourism and host quality of life".
- "Tourism Environment and Sustainable Development", Ed. Environmental Conservation (1999).
- Selwyn, T. (2006) "The tourist image – Myths and Myth making in Tourism", Chichester; ed. John Wiley.
- Prentice, R.C. (2003) Tourism and Heritage Attractions, Ed. London Routledge.
- Cooper C. P. and Ozdil, I. (1992) "From mass to responsible tourism" Tourism Management, mag. Vol 13, No 4.
- Th. Kizos-Th. Iosifides (2009) "The Contradiction of Agrotourism Development in Greece", Ed. Routledge.

- Nistoreanu P. Dorobanțu M. R. Tucle an E.C, (2011) "Strategic directions in sustainable tourism development through rural tourism activities", Forum Ware International, Special Issue 1/2011.
- Pesonen J., Komppula R., Kronenberg C., Peters M., (2011) "Understanding the relationship between push and pull motivations in rural tourism" *Tourism Review*, mag. Vol. 66, Issue: 3,
- Sanagustín Fons M. Victoria, Moseñe Fierro José A., Ma ría Gómez y Patiño (2011), "Rural tourism: A sustainable alternative", *Applied Energy*, mag. vol. 88, Elsevier Ltd.
- Dorobantu M. R., Fieldsend A., "Rural environment – a promoter of sustainable tourism within local communities in Romania", 18th International Economic Conference.
- Bramwell, W. and Lane, B. (2003) "Rural Tourism and Sustainable Rural Development", ed. Channel View Pub.
- CoCo (2005) "Sustainable Rural Tourism: Opportunities for local action" Countryside Commission, Department of National Heritage, English Tourist Board.
- Stephen Williams, (1998) "Tourism Geography", Ed. Routledge; David Fennell (2009), "Ecotourism", Ed. Routledge.
- Rob Davidson and Robert Maitland, (2002) "Tourism Destinations", Ed. Hodder and Stoughton.
- Cooper, Fletcher, Gilbert, (2015) "Tourism-Principles and Practice", Ed. Longman.
- O. Iakovidou, S. Koutsou, (2017) "The role of women's agrotourism co-operatives to the development of rural tourism in Greece", Ed. University Press.
- H. Kokkosis, P. Tsartas, (2011) "Sustainable Tourism Development and the Environment" Ed. Kritiki, Athens 2001.
- G. Exarhos, S. Karagiannis, (2014) "Agrotourism: a keystone for the rural development", Ed. "Kentro Technologies Erevnas of Crete".

Zdjęcia udostępnione przez organizację pozarządową „Zielony Krzyż”.

GRAFIKA INTERNETOWA (STAN NA 24.06.2021)

<http://accessibletourismresearch.blogspot.com>.

www.edf-feph.org/

www.accessibletourism.org

www.europeforall.com/home.seam

www.iata.org

www.iata.org/publications/airlines-international/

<http://www.rollinggrains.com/>

www.sydneyforall.com/

<http://pantou.org>

<https://www.un.org/development/desa/disabilities/>

www.visitengland.org

www.un.org/disabilities/

www.disstudies.org

www.unwto.org

<http://ethics.unwto.org/en/content/accessible-tourism>

<http://www.pbu2020.eu/pl/news>



