



USŁYSZ NASZE GŁOSY

Informator self-adwokatów
PSONI Koło w Jarostawiu

2(3)/2019



Spis treści


- 3 Informacja o dostępności
- 4 Zwiedzanie Krakowa
- 4 Regionalny Konwent w Rzeszowie
- 5 Forum dyskusyjne
- 6 Konferencja w Graz
- 8 Najciekawsze momenty
- 10 Okręgowa Izba Radców Prawnych w Rzeszowie
- 11 Warsztaty w Brukseli
- 12 Forum Osób z Niepełnosprawnościami w Łąncucie
- 14 Self-adwokaci o sobie
- 16 Podsumowanie projektu

Przy tekstach zamieszczamy kod QR. Dzięki bezpłatnej aplikacji na smartfonie i zeskanowaniu kodu można wejść na stronę www lub Facebooka



USŁYSZ NASZE GŁOSY – Informator self-adwokatów

Adres redakcji:
ul. Wilsona 6a
37-500 Jarosław
tel. 16 621 53 78
e-mail: biuro@psoni-jaroslawa.org.pl

 / [psoni.jaroslawa](https://www.facebook.com/psoni.jaroslawa)

Zespół redakcyjny:
Self-adwokaci z Polskiego Stowarzyszenia
na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną
Koło w Jarosławiu
Zespół merytoryczny projektu



Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób
z Niepełnosprawnością Intelektualną
Koło w Jarosławiu

Projekt pn. USŁYSZ NASZE GŁOSY – szkoła liderów self-adwokatów dofinansowany ze środków Programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich 2018

Dostępność

Artykuł 9 Konwencji Narodów Zjednoczonych o Prawach Osób Niepełnosprawnych mówi, że informacje mają być dostępne dla osób niepełnosprawnych.

Niektóre państwa przyjęły prawo, które nakazuje instytucjom publicznym używać języka, który jest łatwy do zrozumienia dla obywateli. Są to kraje: Niemcy, Szwecja, Stany Zjednoczone, Wielka Brytania i Norwegia.

W naszym kraju takie przepisy będą obowiązkowe od 1 stycznia 2020 r. Prosty język ułatwia życie i oszczędza czas.

Wiele organizacji na świecie zajmuje się upowszechnianiem łatwego, prostego języka. W Polsce należą do nich Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną, które wydaje publikacje o różnorodnej tematyce.

**Publikacje w tekście łatwym do czytania wydawane przez Zarząd Główny dostępne są na stronie internetowej:
www.psoni.org.pl/nasze-publicacje**



Zwiedzanie Krakowa

Jarosławscy self-adwokaci aktywnie spędzają każdą wolną chwilę. Okres wakacyjny sprzyja podróżowaniu. W lipcu wybrali się do Krakowa. Zwiedzili Rynek, zabytkowe kamienice, Kościół Mariacki. W samo południe mieli okazję posłuchać krakowskiego hejnału. Dalszą część dnia spędzili na Rynku Kazimierzowskim. Dzień upłynął pod znakiem odpoczynku, miłej atmosfery i wielu dobrych wrażeń. Self-adwokaci korzystali w ten sposób z przysługującego im prawa do udziału w życiu kulturalnym, rekreacji, wypoczynku i sporcie gwarantowanego przez Konwencję ONZ o Prawach Osób Niepełnosprawnych.



Regionalny Konwent w Rzeszowie

8 października 2019 roku grupa self-adwokatów wybrała się na Regionalny Konwent Osób z Niepełnosprawnością w Rzeszowie. Na spotkaniu wypracowane zostały postulaty, które przedstawiono na Konwencji Osób z Niepełnosprawnością w Warszawie.

Jednym z nich była petycja, która pozwoliłaby uczestnikom warsztatów terapii zajęciowej

podejmować pracę w zakładach aktywności zawodowej lub na otwartym rynku pracy. Do tego celu potrzebne są odpowiednie środki finansowe, dzięki którym mogą funkcjonować takie agencje jak Centrum DZWONI.

www.centrumdzwoni.pl



Forum dyskusyjne

10 września odbyło się w Jarosławiu IV forum dyskusyjne. Samodzielność, miłość, małżeństwo, rodzina, odpowiedzialność za drugą osobę, kompromisy w związku to tematy rozmów z zaproszonymi na forum gośćmi. A byli nimi Monika i Dawid Nowakowie – młode małżeństwo z Rzeszowa. Oboje pracują, samodzielnie mieszkają i są razem szczęśliwi. Ich marzeniem jest mieć własne mieszkanie. Gościem był również Rafał Pawlik, który na co dzień pracuje jako asystent osoby niepełnosprawnej w Warsztacie Terapii Zajęciowej w Jarosławiu. Z żoną Martą są 6 lat po ślubie, mieszkają we własnym mieszkaniu, podróżują i realizują swoje pasje. Bohaterowie spotkania opowiedzieli o swoim życiu, o pracy, o trudnościach na jakie napotykali oraz wspólnej drodze przez życie. Self-advokaci mogli porozmawiać z gośćmi na tematy bardzo ważne bo dotyczące samodzielności i niezależności. Spotkanie zostało zakończone z jedną ważną myślą – warto walczyć o swoje marzenia.

www.psoni-jaroslaw.org.pl/index.php/aktualnosci/592-zapraszamy-do-obejrzenia-relacji-30-09



Konferencja w Graz

W dniach 17 – 19 września jarosławscy self-advokaci: Magdalena Rzepka, Sylwia Siuta, Przemysław Jamrożek oraz Tomasz Balicki byli uczestnikami międzynarodowej konferencji organizowanej przez Inclusion Europe w Graz w Austrii pn: „Usłysz nasze głosy”. Podczas konferencji mieli okazję poznać self-advokatów z całej Europy z Wielkiej Brytanii, Hiszpanii, Chorwacji, Węgier oraz Rumuni. Było to bardzo interesujące doświadczenie. Self-advokaci podczas warsztatów mieli możliwość wymienić się swoimi poglądami i sprawami dotyczącymi osób z niepełnosprawnością. Konferencja poświęcona była aktywności osób z niepełnosprawnością intelektualną w życiu politycznym, zarówno jako wyborca jak i polityk. Dyskutowano o tym jak ważne jest posiadanie prawa do głosowania. Każdy człowiek powinien wyrazić swoje zdanie polityczne i zagłosować na wybranego przez siebie polityka, który będzie rozumiał i znał potrzeby osób z niepełnosprawnością. Przemek, mógł wypowiedzieć się na warsztacie dotyczącym praw wyborczych. Powiedział, że sam głosuje i jest to dla niego bardzo ważne.

Magdalena Rzepka uczestniczyła w warsztacie na którym swoją historię opowiedziała self-advokatka z Rumunii Elisabeta Moldovan. Przebywała wiele lat w sierocińcu, domu dziecka, instytucji w której bardzo źle ją traktowano. Udało jej się stamtąd wyjechać. Teraz jest samodzielna, pracuje, sama mieszka i daje przykład innym. **Magda wypowiedziała się, że trzeba takie sytuacje nagłaśniać, żeby im zapobiegać i dawać innym odwagę do usamodzielnienia się.**

Sylwia, Przemek i Tomek pracowali w grupie z Angielkami – Sarą i Gwen. Rozpoczęli od tego co lubią w swoich społecznościach, a czego nie lubią. **Na koniec warsztatu powstała Wyspa Marzeń Mojej Społeczności.** Na kolejnych warsztatach self-advokaci rozmawiali o tym jak zaplanować swoją przyszłość i co jest do tego potrzebne.





Najciekawsze momenty z realizacji projektu "Usłysz nasze głosy – szkoła liderów self-advokatów"



Co mi dał udział w projekcie

Beata: nie boję się wypowiadać publicznie, potrafię wyrazić swoje zdanie. Jestem otwarta i bardziej śmiała.

Tomasz: poznałem prawa zawarte w Konwencji ONZ o Prawach Osób Niepełnosprawnych. Na różnych konferencjach występowałem publicznie. Wiem jak poradzić sobie ze stresem.

Natalia: jestem pewna siebie, znam swoje prawa i obowiązki. Czuję się bardziej niezależna i samodzielna. Jestem bardziej świadoma samej siebie. Jestem szczęśliwa, że mogę działać jako self-adwokatka.

Sylwester: nie boję się mówić o sobie i swoich sprawach. Poznałem swoje mocne strony. Jestem sobą i znam swoją wartość.

Joanna: znam swoje potrzeby i potrafię o nich mówić. Poznałam nowych ludzi, mam wiele koleżanek i kolegów, nawiązałam nowe relacje.

Karolina: Kiedyś byłam bardzo nieśmiała i skryta. Dzięki warsztatom stałam się odważna, nie boję się wypowiadać i mówić o sobie.



Okręgowa Izba Radców Prawnych

18 października self-adwokaci mieli możliwość uczestniczyć w Dniach Otwartych Okręgowej Izby Radców Prawnych w Rzeszowie. Podczas spotkania, mogli się dowiedzieć z jakich świadczeń mogą skorzystać osoby z niepełnosprawnościami, w jaki sposób się o nie ubiegać i gdzie składać stosowne wnioski. Uczestnicy spotkania zapoznali się z aplikacją **eUrząd**, dzięki której można załatwić wiele spraw bez konieczności odwiedzania urzędów.

Self-adwokaci dowiedzieli się również o zagrożeniach płynących z internetu oraz o tym jak się przed nimi ustrzec. Na zakończenie Dni Otwartych zaprezentowany został wykład na temat mediacji oraz tego gdzie można uzyskać pomoc w ważnych sprawach.



Warsztaty w Brukseli

W dniach 4 – 6 grudnia self-adwokatka Agnieszka Piwońska z osobą wspierającą Hanną Nosal odwiedziły Brukselę. Celem tej wizyty był udział w warsztatach dla self-adwokatek i self-adwokatów z całej Europy, które dotyczyły praw kobiet i walki o ich realizację.

Warsztaty zorganizowane zostały przez stowarzyszenie Inclusion Europe. Podczas spotkania poruszane były tematy praw i bezpieczeństwa kobiet a także stosowania wobec nich przemocy.

Uczestnicy dowiedzieli się, że warto rozmawiać na tematy związane z przemocą między innymi poprzez self-adwokaturę oraz kontaktując się z organizacjami wspierającymi kobiety.

W ostatnim dniu warsztatów odbyło się spotkanie z komisją pracującą przy Parlamencie Europejskim zajmującą się prawami kobiet oraz kwestią równouprawnienia.

Self-adwokaci rozmawiali z członkami komisji o dostępie do edukacji, kultury, opieki, sytuacji w instytucjach opiekuńczych dla niepełnosprawnych kobiet. Agnieszka Piwońska powiedziała, że kobiety z niepełnosprawnością intelektualną są często traktowane niepoważnie, nikt nie chce ich wysłuchać, nikt nie wierzy w to co mówią. Gdy dzieje się coś złego, ciężko znaleźć osobę, która pomoże.



Forum Osób z Niepełnosprawnościami

3 grudnia obchodzimy Międzynarodowy Dzień Osób z Niepełnosprawnością. W tym ważnym dniu w Łąncucie odbyło się Forum Osób z Niepełnosprawnościami „Usłysz nasze głosy”, w którym udział wzięli self-adwokaci, uczestnicy warsztatów terapii zajęciowej i pracownicy zakładów aktywności zawodowej z Podkarpacia.

Podczas spotkania Natalia Cencora i Tomasz Balicki opowiedzieli o self-adwokaturze oraz działaniach jarosławskich self-adwokatów. Następnie w mniejszych grupach wszyscy uczestnicy rozmawiali na ważne tematy:

- Jakie prawa są dla mnie najważniejsze i dlaczego?
- Czego potrzebujemy, żeby zbudować swoją przyszłość?
- Mój udział w społeczności lokalnej
- Co bycie self-adwokatem może zmienić w moim życiu?
- Moje marzenia
- Mój głos się liczy

Dzięki aktywnej pracy grupowej pojawiło się wiele ciekawych pomysłów. Był też czas na wymianę doświadczeń i inspirujące rozmowy. Spotkanie zakończyło się z jedną ważną myślą – choć jesteśmy różni to każdy z nas jest wyjątkowy oraz, że warto walczyć o swoje marzenia. Gośćmi honorowymi Forum byli Marszałek Stanisław Kruczek, Burmistrz Miasta Łąncuta Rafał Kumek, Społeczny Rzecznik Seniorów i Osób Niepełnosprawnych Adam Hadław, a także radni powiatowi Jakub Raizer i Michał Mac.

Dziękujemy wszystkim uczestnikom za aktywny udział w tym ważnym wydarzeniu.

Relacje z tego wydarzenia dostępne są na:





Self-adwokaci o sobie

Nazywam się Magdalena Rzepka – jestem self-adwokatką. Ukończyłam Zasadniczą Szkołę Ekonomiczną w zawodzie sprzedawca oraz Liceum Ogólnokształcące CKU w Jarosławiu. Po szkole zapisałam się do Centrum DZWONI i znalazłam pracę w Księgarni Akademickiej. Moja droga zawodowa jest długa. Pracowałam w pralni w Zakładzie Aktywności Zawodowej w Jarosławiu. Następnie zostałam zatrudniona w Kawiarence „Galeria Przedmiotu” jako kelnerka. Kolejnym doświadczeniem zawodowym była praca recepcjonistki w Centrum Rehabilitacji OMNES. Obecnie pracuję w Biurze Obsługi Placówek w sekretariacie. Zajmuje się odbieraniem telefonów, korespondencją i pracami biurowymi. Od czasu do czasu, zastępuję koleżanki w Cafe Szafie, gdy jest taka potrzeba. Praca ta bardzo mi się podoba. Lubię swoją pracę, mam dobry kontakt z ludźmi. Mam własne pieniądze. W wolnym czasie chodzę na spacer z moim psem, słucham muzyki. Uczęszczam na zajęcia self-adwokatów, gdzie poznałam wiele osób, uczestniczyłam także w różnych konferencjach, w których brałam czynny udział (w Warszawie, w Graz w Austrii). Dzięki tym doświadczeniom bardzo się otworzyłam i rozwinęłam swoje umiejętności. Potrafię wypowiadać się na forum publicznym i stałam się bardziej pewna siebie.



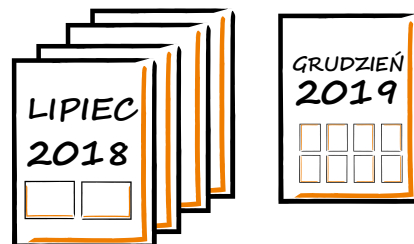
Najciekawsze momenty z realizacji projektu "Usłysz nasze głosy – szkoła liderów self-advokatów"





20 uczestników

18 miesięcy



- warsztaty



2
z zakresu
self-advokatury



13
z rozwoju
osobistego



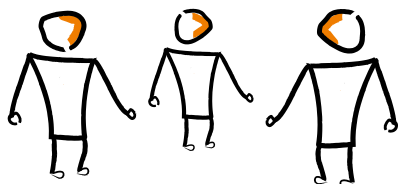
13
z komunikacji
medialnej



6
z Konwencji ONZ
o prawach osób
niepełnosprawnych



- **6** Forów dyskusyjnych
self-advokatów



- **3** numery
Czasopisma
Usłysz nasze głosy



Bieżące informacje o projekcie na www.psoni-jaroslaw.org.pl
f / self.advokaci.jaroslaw