



WERSJA I / 2022

Przewodnik dostępności AA

do wewnętrznego użytku Wspólnoty

SPIS TREŚCI

Wstęp	4
Wychodząc naprzeciw wyzwaniom	6
Szczególne potrzeby	6
Dostępność - na czym polega?...	7
•Dostępność architektoniczna...	7
•Dostępność cyfrowa	8
•Dostępność informacyjno-komunikacyjna	9
Co możemy zrobić, aby pomóc osobom ze szczególnymi potrzebami?..	10
Regionalne / intergrupowe zespoły dostępności AA / komisje ds. potrzeb specjalnych.....	11
Powolywanie zespołu ds. dostępności AA	12
Przykładowe działania zespołów ds. dostępności AA	13
Zestawienie narzędzi do przeglądu dostępności AA	15
Niesienie postania do osób z niepełnosprawnością wzroku	16
•Łatwa do czytania literatura.....	17
Niesienie postania do osób z niepełnosprawnością słuchu	18
•Osoby g/Głuche.....	18
•Tłumacze.....	19
•Osoby słabosłyszące / niedosłyszące.....	21
•Organizacja wydarzeń i konferencji.....	23
Niesienie postania do osób z niepełnosprawnością ruchową i/lub innymi chorobami przewlekłymi.....	25
•Osoby z zaburzeniami mowy	27
•Osoby z ukrytą niepełnosprawnością.....	27
Sugestie dotyczące niesienia postania społeczności osób starszych.....	27
•Wskazówki do działania dla zespołu ds. dostępności	29

Sugestie dotyczące niesienia posłania osobom samotnie wychowującym dzieci	30
Katalog materiałów	31
Wyszukiwanie mityngów wg. kryteriów	33
Przykładowe ankiety dostępności AA.....	34
Ankieta dotycząca dostępności AA dla osób ze szczególnymi potrzebami na szczeblu grupy	34
Ankieta dotycząca dostępności AA dla osób ze szczególnymi potrzebami na terenie działania intergrupy	36
Ankieta dostępności - spotkania mityngowe	39

Wstęp

Gdy ktokolwiek, gdziekolwiek
potrzebuje pomocy, chcę, aby napotkał wyciągniętą ku niemu
pomocną dłoń AA,
i za to jestem odpowiedzialny.

(Deklaracja przyjęta w 1965 roku przez uczestników Międzynarodowej
Konwencji AA w Toronto)

„Gdy człowiek zaczyna szukać niepełnosprawności, okazuje się,
że choć jest ona wszechobecna w dziejach,
podejrzenie brakuje jej w historii, którą piszemy.”

D.C Baynton (The New Disability History / New York University Press, 2001)

Jesteśmy świadomi faktu, jak wielu z nas spotyka się z utrudnieniami, które często wręcz uniemożliwiają korzystanie w pełni z tego, co ma do zaoferowania Wspólnota AA.

Niektórzy członkowie poruszają się na wózkach inwalidzkich, o lasce czy za pomocą chodzika. Dla nich, niewielki nawet krawężnik może być przeszkodą nie do pokonania. Zablokowane drzwi wejściowe, brak rampy lub problemy z parkowaniem mogą uniemożliwić dotarcie na spotkanie (mityng) AA. Niektórzy z nas cierpią na choroby przewlekłe i przebywają na stałe w domach lub mieszkają w placówkach opiekuńczych; inni są niewidomi lub g/Głusi; niektórzy mają problemy z czytaniem i przetwarzaniem informacji. Dla niektórych literatura może być trudna do zrozumienia. Także problemy wynikające z braku opieki nad dziećmi mogą uniemożliwić uczestnictwo w regularnych spotkaniach AA.

Dlatego w kwietniu 2021 roku, po 49. Konferencji Służby Krajowej AA

w Polsce, Rada Powierników, wychodząc naprzeciw oczekiwaniom członków Wspólnoty, powołała powierniczy Zespół ds. Dostępności AA i Wydarzeń Ogólnopolskich.

Głównym jego celem jest podniesienie poziomu świadomości wewnątrz Wspólnoty, co do działań, jakie moglibyśmy podejmować w grupach, w intergrupach oraz regionach, aby nasze spotkania (mityngi AA) były rzeczywiście dostępne dla każdego alkoholika, który tego potrzebuje. Temu również ma służyć niniejszy *Przewodnik Dostępności AA*. Mamy nadzieję, że stanie się on inspiracją i przystępnym źródłem wiedzy, dzięki której idea dostępności sprawniej zafunkcjonuje.

Naczelną zasadą Zespołu jest uznanie faktu, że nie ma wśród nas, w AA, specjalnie wyróżnionych członków Wspólnoty. Są jednak wśród nas alkoholicy, których potrzeby są szczególne, a spotkania, w których mogliby uczestniczyć, będą wymagały od nas większego zaangażowania, aby były w pełni dostępne.

Wszyscy w AA jesteśmy równi, mamy takie same prawa i obowiązki w odniesieniu do działań, które uważamy za niezbędne dla naszej nieprzerwanej trzeźwości. Obejmują one regularne uczestnictwo w mityngach oraz pełnienie służby w AA, np. uczestniczenie w grupach Dwunastego Kroku, sponsorowanie i służenie zarówno na poziomie lokalnym, jak i regionalnym czy krajowym.

Wychodząc naprzeciw wyzwaniom

W AA uwidacznia się rosnąca potrzeba skoordynowanych działań na różnych poziomach, w celu umożliwienia członkom ze szczególnymi potrzebami dotarcia i uczestnictwa w mityngach AA lub zorganizowania spotkań AA w miejscach ich przebywania. Tej koordynacji działań pomocne mogą być tworzone służby AA. W Polsce, oprócz Zespołu ds. Osób Głuchych i Słabosłyszących oraz pojedynczych inicjatyw podejmowanych w grupach, nie istnieją jeszcze dobrze zorganizowane zespoły dostępności. W nielicznych intergrupach dopiero powstają załączki tych służb. W strukturach Anonimowych Alkoholików USA i Kanady funkcjonuje już około 200 takich zespołów. W niniejszym przewodniku podpieramy się ich doświadczeniami. W zamyśle, materiał ten opracowano jako pomoc dla każdego regionu, intergrupy i grupy AA, w celu ułatwienia przedyskutowania i zinwentaryzowania szczególnych potrzeb w naszej społeczności. Ma on również pomóc w ocenie, w jakiej sytuacji znajdują się nasze intergrupy, grupy oraz jakie kroki należy podjąć, aby skuteczniej nieść postanie do osób ze szczególnymi potrzebami. Przewodnik przybliży również możliwy schemat budowania zespołów ds. dostępności oraz zakres działań i współpracy z innymi zespołami, które istnieją już w naszej strukturze służb.

Szczególne potrzeby

Określenie to może być nieco mylące, bo szczególne potrzeby o jakich piszemy, nie dotyczą jakichś specjalnych czy wyjątkowych przywilejów dla kogokolwiek. Mówimy o bardzo zwyczajnych potrzebach np: skorzystanie z toalety, pójście na mityng, zapoznanie się z literaturą itd. A zatem uwzględnienie tych potrzeb wymaga tylko dostosowania naszych działań

i zapewnienia wszystkim równej dostępności. Tym samym nie proponujemy tworzenia odrębnych czy nadzwyczajnych spotkań (grup).

Chcemy jedynie zapewnić każdemu alkoholikowi równy dostęp do tego, co oferuje Wspólnota.

Szeroko rozumiane zapewnienie dostępności AA dotyczy między innymi osób z niepełnosprawnością:

- ruchową - osoby korzystające z wózków inwalidzkich, chodzików, kul,
- wzroku - osoby niewidome i słabowidzące,
- słuchu - osoby głuche i słabosłyszące.

Zapewnienie dostępności nie jest oczywiście ograniczone tylko do niepełnosprawności. Obejmuje ono również alkoholików:

- przebywających w domach opieki, seniorów oraz osoby niewychodzące z domu z przyczyn zdrowotnych,
- mających ograniczone umiejętności czytania i pisanie, posiadających bariery językowe,
- rodziców samotnie wychowujących dziecko, potrzebujących opieki nad nim na czas spotkania.

Dostępność - na czym polega?

Rozpatrujemy ją w trzech obszarach:

- dostępność architektoniczna (sale spotkań, warsztatów, zlotów),
- dostępność cyfrowa (serwisy i strony internetowe),
- dostępność informacyjno-komunikacyjna (literatura AA, mityngi, spotkania informacyjne).

Dostępność architektoniczna

Oczywiście nie ma idealnych sposobów na udostępnienie przestrzeni architektonicznej, ponieważ potrzeby osób z niepełnosprawnością są bardzo różne. Ważne jest jednak, aby myśleć o otoczeniu wspierającym ich

samodzielne funkcjonowanie. Osoby te chcą i powinny być traktowane jak niezależni ludzie i o tym należy pamiętać pytając, czy i jakiej pomocy potrzebują.

Podjmując decyzję o lokalizacji (sala mityngowa czy wybór obiektu na zlot, warsztat) nie zapominajmy o próbie zminimalizowania barier. Jeżeli miejsce spełnia niektóre z tych wymogów, powinniśmy zadbać o umieszczanie symboli informacyjnych (znaków graficznych), zaznaczenie tego faktu w spisach mityngów oraz w komunikatach o wydarzeniach, które organizujemy. Mogą one dotyczyć następujących zagadnień:

- dostęp dla wózka inwalidzkiego (podjazd, winda, progi, dostosowana toaleta, parking),
- tłumacz języka migowego,
- pętla indukcyjna,
- zgoda na wejście z psem przewodnikiem,
- opieka nad dziećmi,
- mityngi w innych językach.

Dostępność cyfrowa

Dostępność cyfrowa może brzmieć dość tajemniczo dla wielu z nas, dlatego chociaż w kilku słowach przybliżamy temat. Np. osoby niewidome mogą bez problemu korzystać z informacji zamieszczanych w internecie dzięki wynalazkowi syntezy mowy, w połączeniu z czytnikami ekranu. Ale wciąż wiele serwisów jest niedostatecznie zaprojektowanych, co uniemożliwia im pełny dostęp do informacji. Na etapie projektowania i stawiania stron można bezkosztowo zamieścić wiele udogodnień, chociażby takich jak:

- dla użytkowników niedowidzących - powiększanie tekstu, większy kontrast,
- dla użytkowników niesprawnych ruchowo - obsługę i nawigację nie tylko z klawiatury i myszki, ale też z urządzeń wskazujących czy sterowanych za pomocą głosu.

Tak więc, dobrym przykładem dostępności cyfrowej jest czytelna i prawidłowo zaprojektowana strona internetowa grupy/intergrupy/regionu, posiadająca informacje o AA, z której skorzystać mogą osoby niewidome, słabowidzące, g/Głuche, niesprawne ruchowo. Dostępność informacji w internecie jest ważna nie tylko dla osób z niepełnosprawnością. Jej uniwersalność gwarantuje, że każdy odbiorca informacji - senior, osoba słabowidząca, czy też tylko z przemęczonym wzrokiem lub ktoś, kto tylko czasowo ma np. ręce w gipsie - będzie mógł skorzystać z treści zawartych w serwisie.

Dostępność informacyjno-komunikacyjna

Ostatnim obszarem jest dostępność informacyjno-komunikacyjna, czyli np. wydawanie literatury AA w formie dostosowanej dla osób niewidomych i g/Głuchych (signbooki czyli wideo-tłumaczenia oraz audiobooki). Część naszej literatury została wydana dużym drukiem, który ułatwia czytanie osobom starszym i gorzej widzącym np. *Codziennie refleksje, AA dla starszych wiekiem*. W przygotowaniu jest audiobook IV wydania książki *Anonimowi Alkoholicy*.

Chociaż nie dysponujemy jeszcze obszernym katalogiem pozycji dostępnych dla osób niewidomych, niedowidzących i g/Głuchych, pracujemy nad tym, aby poszerzać zakres materiałów audiowizualnych i sukcesywnie go udostępniać.

Niedawno np. ukazała się kompilacja ulotek *Nowicjusz pyta* oraz *Czy AA jest dla Ciebie* w formie filmu z tłumaczeniem na polski język migowy (PJM) z napisami oraz lektorem.

Posiadamy również zasoby informacyjne o Wspólnocie AA na stronie www.glusi-aa.pl

Zawarte na niej materiały dźwiękowe są tłumaczone na PJM oraz zawierają napisy. (Katalog materiałów oraz przydatne linki str. 31)

Co możemy zrobić, aby pomóc osobom ze szczególnymi potrzebami?

Zapewniamy tłumaczy na mityngach i imprezach, literaturę jako materiały audio i video, w wyjątkowych wypadkach pomagamy w dojeździe na mityngi AA.

Zachęcajmy, aby w rejonie działania każdej intergrupy zapewniony był dostęp do mityngów / imprez AA dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich.

Poza tym lista potrzeb jest obszerna:

- asystowanie osobom niepełnosprawnym fizycznie na imprezach,
- zachęcanie grup AA do zapewniania opieki nad dziećmi,
- aktualizowanie informacji o dostępności w spisie mityngów (również tych, które odbywają się online),
- organizowanie mityngów w domach, szpitalach lub placówkach opieki,
- zachęcanie intergrup i grup AA do wspierania mityngów w różnego rodzaju ośrodkach rehabilitacyjnych, placówkach opieki stacjonarnej, domach seniora, ośrodkach dla osób niewidomych, niesłyszących,
- udostępnianie literatury i organizowanie warsztatów poświęconych dostępności,
- analizowanie innych szczególnych potrzeb; oraz stała współpraca z BSK i innymi intergrupami i regionami.

Jak widać pojęcie „zapewnienie dostępności AA” obejmuje bardzoszeroki zakres obowiązków i możliwych działań.

Regionalne / intergrupowe zespoły ds. dostępności AA / komisje ds. potrzeb specjalnych

Z całą pewnością nazewnictwo będzie tu drugorzędną sprawą. Ważne abyśmy dostrzegli, jak pomocne w koordynowaniu wielu działań będzie ich powoływanie do życia. W ulotce *Grupa AA gdzie wszystko się zaczyna* czytamy:

„Przedstawiciel komisji ds. potrzeb specjalnych może koordynować wszelką pomoc wymaganą dla osób ze specjalnymi potrzebami w ramach ich grupy macierzystej. Wielu przedstawicieli ds. potrzeb specjalnych docenia kontakt ze swoją intergrupą w trakcie podejmowania prób dotarcia do osób ze specjalnymi potrzebami. Niektóre intergrupy lub regiony posiadają własne komisje ds. potrzeb specjalnych.”

Kiedy w jakiejś grupie znajdzie się przynajmniej jedna osoba ze szczególnymi potrzebami, przykładowo - z potrzebą zapewnienia tłumacza języka migowego lub dostępności wózka inwalidzkiego albo cierpiąca na chorobę, która uniemożliwia jej dostanie się do sali mityngowej, członkowie AA z tej grupy spróbują zapewnić zaspokojenie tych potrzeb.

Członkowie intergrupowego zespołu ds. dostępności badają możliwości, opracowują plany i programy oraz oferują środki, aby postanie AA i uczestnictwo w realizacji naszego programu były dostępne dla wszystkich, którzy zwracają się do nas o pomoc.

Po utworzeniu zespołu ds. dostępności AA, dobrym pomysłem jest ustalenie priorytetów, czyli określenie z jakimi potrzebami mamy do czynienia, a także kto zaangażuje się i wesprze prace tego zespołu. W niektórych przypadkach, pierwszym zadaniem zespołu jest informowanie członków AA w swojej okolicy o tym, co zespół ds. dostępności robi, a czego nie robi. Ważne jest również to, aby dzielić się wiedzą i planowanymi działaniami tak szeroko, jak to tylko możliwe.

Pomocne w koordynacji działań zespołu jest stały kontakt z Powierniczym Zespołem Dostępności oraz współpraca z biuletynami AA.

W trosce o dobrą komunikację i współpracę, zachęca się, aby zespoły ds. dostępności AA informowały o swych działaniach intergrupowe i lokalne punkty informacyjno-kontaktowe. Pomocna jest również ścisła współpraca z zespołami ds. informacji publicznej i zespołami ds. współpracy z profesjonalistami w zakresie informowania opinii publicznej i odpowiednich instytucji o dostępności AA dla alkoholików ze szczególnymi potrzebami. Sugeruje się, aby pomoc na obszarze działania każdej intergrupy była koordynowana przez jedną wyznaczoną osobę. Doświadczenie podpowiada, że pomocnymi kwalifikacjami dla członków zainteresowanych służbą w zespołach są: ugruntowana trzeźwość, znajomość Tradycji AA oraz sumienność. Warto mieć na uwadze, że zawsze korzystne jest włączenie do prac zespołu członków, którzy sami mają problemy z dostępnością.

Powoływanie zespołu ds. dostępności AA

1. Każda intergrupa jest niezależna i zgodnie z grupowym sumieniem może utworzyć zespół ds. dostępności.
2. Główne zadania poszczególnych zespołów mogą się różnić między sobą w zależności od wymaganych potrzeb w zakresie dostępności.
3. Zespół ds. dostępności powinien współpracować z innymi stałymi zespołami, takimi np. jak zespół ds. informacji publicznej.
4. Intergrupa może opracować i zarządzać preliminarzem wydatków. Jest wiele sposobów pozyskiwania przez intergrupę środków finansowych na zatrudnienie specjalnych pracowników (np. tłumacza, stenotypisty):
 - z ogólnych przychodów intergrupy,
 - z darowizn poszczególnych grup z przeznaczeniem na konkretne działanie np. zatrudnienie tłumaczy lub innych wydatków związanych

- z zapewnieniem dostępności,
- ze stałego określonego procentowo funduszu grupy,
- z darowizn poszczególnych członków.

5. Intergrupy, które nie powołały zespołów ds. dostępności AA, mogą korzystać z:

- wolontariuszy do prowadzenia mityngów dla członków AA, którzy przebywają w szpitalach bądź nie wychodzą z domu,
- wolontariuszy, którzy pomagają zwiększyć liczbę mityngów dostępnych dla osób mających problemy z przemieszczaniem się lub poruszają się na wózkach inwalidzkich,
- budżetu na tłumaczenia w ramach budżetu intergrupowego.

Przykładowe działania zespołów ds. dostępności AA

Oto kilka sugerowanych działań, które mogą skutecznie pomóc zespołom ds. dostępności AA, aby usprawnić pracę, którą wykonują:

- stworzenie listy priorytetów, którymi zajmuje się zespół - wybór jednego lub dwóch projektów i skoncentrowanie się na nich,
- koordynowanie warsztatów dotyczących dostępności na poziomie grupy, intergrupy, regionu,
- organizowanie regularnych spotkań zespołu ds. dostępności i sporządzanie sprawozdań z tych spotkań,
- złożenie wniosku o budżet dla zespołu ds. dostępności dla wskazanych projektów,
- przeprowadzanie ankiet dotyczących dostępności architektonicznej i umieszczanie tych informacji w lokalnych spisach mityngów,

- przeprowadzanie ankiety dotyczącej spotkań lokalnych lub regionalnych tłumaczonych na PJM (polski język migowy) i uzupełnianie tych informacji w lokalnych spisach mityngów,
- pomoc w organizowaniu i zatrudnianiu tłumacza na spotkaniach AA,
- udostępnianie nagrań tłumaczonych na PJM - spikerek lub warsztatów, niestyszącym członkom AA poprzez różnego rodzaju komunikatory internetowe lub na stronach intergrup / regionów (za pisemną zgodą tłumacza),
- organizowanie spotkań informacyjnych w ośrodkach dla osób niewidomych, niesłyszących, a także różnego rodzaju ośrodkach rehabilitacyjnych i placówkach opieki stacjonarnej (DPS, DDPS, ŚDS), domach opieki i rehabilitacji, domach seniora, zakładach pielęgnacyjno-opiekuńczych,
- ścisła współpraca z lokalnymi stowarzyszeniami działającymi na rzecz osób z niepełnosprawnościami np. Ośrodkami Informacji dla Osób Niepełnosprawnych, oddziałami PFRON oraz informowanie tych instytucji, że AA jest otwarte na osoby z niepełnosprawnością,
- organizowanie spotkań dla członków AA, którzy nie mają stałego dostępu do mityngów, np. przebywających w szpitalach; ośrodkach rehabilitacji dla osób z urazami, w domach opieki lub w specjalistycznych placówkach opiekuńczych; organizacja spotkań informacyjnych dla tych ośrodków,
- sporządzanie i utrzymywanie aktualnej listy wolontariuszy, którzy są gotowi zapewnić transport na spotkania oraz powrotny dla osób mających problem z dotarciem na mityng np. osoby starsze nieposiadające już prawa jazdy; (Podczas gdy AA nie oferuje takich usług, poszczególni członkowie mogą to zrobić według własnego uznania. Niektóre lokalne zespoły nie obejmują organizowania przejazdów. Każda grupa samodzielnie decyduje w takich sprawach zgodnie z grupowym sumieniem),

- czytanie książek, artykułów przez wolontariuszy dla członka AA, który jest niewidomy lub może nie być już w stanie utrzymać książki,
- odwiedziny w domach, kilku członków AA, u tych osób, które nie mogą ze względu na stan zdrowia dołączyć do regularnych mityngów,
- zapewnianie warsztatów na temat dostępności oraz pomoc osobom z niepełnosprawnościami na zlotach radości, konwencjach, warsztatach, wydarzeniach specjalnych AA itp.
- stworzenie i aktualizowanie listy lokalnych ośrodków rekreacyjnych i sal konferencyjnych do organizacji zlotów, które spełniają wymogi dostępności,
- dbanie o to, aby kolporterzy posiadali w sprzedaży literaturę prostą do zrozumienia (pozycje ilustrowane, komiksy) zachęcającą do pracy na programie - dla osób z niepełnosprawnością intelektualną,
- zachęcanie do organizowania spotkań, które oferują opiekę nad dziećmi lub inne wsparcie takie jak np. transport wózka dziecięcego.

Zestawienie narzędzi do przeglądu dostępności do AA

1. Przykładowa ankieta dotycząca dostępności AA na terenie działania grupy - str. 34
2. Przykładowa ankieta dotycząca dostępności AA na szczeblu intergrupy - str. 36
3. Ankieta dostępności AA (inwentaryzacja lokali) na szczeblu grupy - str. 40

Niesienie posłania osobom z niepełnosprawnościami

Osoby z niepełnosprawnością wzroku

Do osób z niepełnosprawnością wzroku należą:

- osoby, które nie widzą od urodzenia albo wczesnego dzieciństwa,
- osoby ociemniałe, które widziały, ale utraciły wzrok całkowicie lub częściowo,
- osoby słabowidzące.

Te osoby spotykamy najczęściej z białą laską, psem przewodnikiem lub osobą asystującą.

Wskazówki do kontaktu z osobami z niepełnosprawnością wzroku:

- zawsze najpierw zapytaj, czy i jakiej konkretnie pomocy potrzebuje,
- nie pomagaj „na siłę”,
- zanim nawiążesz kontakt fizyczny, uprzedź o tym osobę niewidomą, przedstaw się,
- jeśli chcesz uścisnąć dłoń, poinformuj o tym osobę niewidomą „Chcę uścisnąć twoją dłoń”,
- gdy zdecydujesz się pomóc osobie niewidomej, użyj jej przedramienia,
- wchodząc do pomieszczenia, zasygnalizuj swoją obecność, informuj również kiedy wychodzisz,
- w nowym miejscu opisz dokładnie pomieszczenie, oprowadź po budynku, poinformuj o przeszkodach (np. teraz skręcimy, tu są dwa stopnie i idziemy prosto, musimy ominąć słupek, 10 kroków w prawo są drzwi do toalety),
- nie zostawiaj osoby niewidomej samej na środku sali bez informacji: gdzie może usiąść, gdzie jest wyjście,
- nie dotykaj laski ani psa osoby niewidomej. Pies jest w pracy, a laska stanowi część przestrzeni osobistej tej osoby,

- nie unikaj zwrotów: „Dobrze Cię widzieć” czy „Do zobaczenia”, osoby niewidome używają takich zwrotów w sposób naturalny.

Na sali mityngowej ważne dla osoby słabowidzącej jest oświetlenie rozproszone, a nie światło punktowe. Pomocne może być oklejenie kolorowymi taśmami dużych szklanych drzwi, oznaczenie progów, schodów oraz innych przeszkód w budynkach. Sale mityngowe powinny pozostawać dokładnie w tym samym układzie (stoły, krzesła), w przeciwnym razie niewidomi lub niedowidzący członkowie powinni zostać poinformowani o dokonanych zmianach. Uderzenie np. w stół, który nie stał w tym samym miejscu na poprzednim mityngu może być zarówno niebezpieczne, jak i krępujące.

Dla członków AA, którzy są niewidomi lub niedowidzący, największym problemem może być samo dotarcie do sali mityngowej. Zespół ds. dostępności może sporządzić i aktualizować spis członków AA, którzy są gotowi zapewnić transport na mityng i inne wydarzenia AA. Grupy mogą także poprosić swój lokalny punkt informacyjno-kontaktowy lub intergrupę o sporządzenie listy członków Grupy Dwunastego Kroku w celu ustalenia, którzy z nich są gotowi zapewnić transport.

Dostępne materiały mające na celu pomoc alkoholikom niewidomym lub niedowidzącym obejmują książki i broszury wydane z dużą czcionką i/lub na kasecie audio - str. 31.

Łatwa do czytania literatura

Niektórzy alkoholicy nie są w stanie skorzystać z bogactwa wspierającej i pouczającej literatury AA. Jeśli zdasz sobie sprawę, że członek AA może mieć ograniczone umiejętności czytania, istnieje kilka sposobów, aby mu pomóc bez wprawiania go w zakłopotanie. Przykładowo, kiedy kolporter twojej grupy informuje, które książki i broszury są dostępne na mityngu, może również wspomnieć o materiałach, które są dostępne w formacie audio. Jeśli uznasz, że członek twojej grupy może mieć ograniczone umiejętności czytania, możesz zorganizować we własnym zakresie mityngi

poświęcone Krokom i Tradycjom tak, aby Kroki lub Tradycje były odczytywane na głos na początku mityngu - co jest świetnym rozwiązaniem dla wszystkich.

Niesienie postania osobom z niepełnosprawnościami

Osoby z niepełnosprawnością słuchu

Osoby g/Głuche

Środowisko osób g/Głuchych* w naszym kraju tworzy odrębny i niepowtarzalny system kulturowy. Głusi posiadają własny język wizualno-przestrzenny - polski język migowy (skrót PJM), kulturę, historię, tradycję, system zachowań, norm i wartości. To również pewna organizacja życia społecznego i towarzyskiego (kluby, świetlice, organizacje polityczne, kulturalne oraz organizacje sportowe). W komunikacji z osobami g/Głuchymi napotykamy na problem bariery językowej, język polski jest dla nich najczęściej językiem obcym. Na mityngach AA czy spotkaniach informacyjnych niezbędna jest obecność profesjonalnego tłumacza. Nasza literatura, ulotki są mało użyteczne, ponieważ tylko niewielki procent g/Głuchych czyta w języku polskim.

Wskazówki do kontaktu z osobami g/Głuchymi nie tylko na mityngu:

- zwracaj się bezpośrednio do rozmówcy, nie do tłumacza (Czego się napijesz? - *Tak*, Czego on się napije? - *Nie*),
- utrzymuj kontakt wzrokowy z rozmówcą,
- nie wpatruj się w dłonie osób migających,
- nie przechodź pomiędzy dwiema migającymi osobami - przerwiesz w ten sposób komunikację,
- miej świadomość, że bujna broda, żucie gumy, mówienie przez zęby, poruszanie głową w trakcie mówienia, mogą utrudnić osobie g/Głuchej odczytanie wiadomości z ruchu warg; Pamiętajmy jednak, że nie wszyscy g/Głusi posiadają tę umiejętność,

- komunikuj się poprzez: SMS, e-mail, wiadomości na kartce papieru lub na telefonie;
Ważne, aby używać prostych słów, bez trudnych sformułowań.
- Jeśli chcesz rozpocząć rozmowę lub zwrócić uwagę osoby g/Głuchej: możesz zamachać ręką, klepnąć ją w ramię (nigdy w okolice karku, głowy),
- w przypadku większej grupy osób sprawdza się miganie światłem, tupanie, uderzenie otwartą dłońią w stół.

Na mityngu najważniejsze jest ciepłe przyjęcie, uśmiech, uścisk dłoni, podprowadzenie osoby g/Głuchej do miejsca z kawą, herbatą, zapisanie na kartce lub w telefonie swojego imienia. Można nauczyć się również kilku podstawowych znaków w języku migowym: dzień dobry, cześć, AA, problem, radość, smutek, trzeźwy, alkohol.

* Głusi, jako społeczność mająca swój język, tradycję, kulturę, sztukę piszemy wielką literą. Pisownia „głuchy” małą literą ma charakter medyczny. Nie wszystkie osoby z dysfunkcją słuchu czują się członkami społeczności Głuchych, czyli nie każdy głuchy jest Głuchy. Staramy się nie używać archaicznej już nazwy „głuchoniemy”, jest ona bardzo obraźliwa. Głusi mają swój język i nie są niemi.

Tłumacze

W przypadku członków, którzy są osobami g/Głuchymi, zachęcamy do korzystania z usług wykwalifikowanego tłumacza polskiego języka migowego (PJM)*. Obecność tłumacza na mityngu jest niezbędna, aby osoba g/Głucha mogła skorzystać ze spotkania. Zespół ds. Osób Głuchych i Słabosłyszących działający w Regionie AA „Warta” oraz Biuro Służby Krajowej są w posiadaniu aktualnego wykazu mityngów, na których dostępni są tłumacze PJM, a także listy tłumaczy, którzy chcą i są w stanie tłumaczyć na język migowy wydarzenia AA. Na stronie internetowej spis.aa.org.pl jest dostępna opcja sortowania spotkań według kryterium dostępności (szczegóły w katalogu materiałów str. 33). Wykwalifikowani tłumacze to profesjonaliści, którzy pobierają wynagrodzenie za swoje usługi. Doświadczenie dojrzałych Wspólnot pokazuje, że grupy zgadzają się, aby osoba niebędąca członkiem AA uczestniczyła w zamkniętych mityngach w charakterze tłumacza dla niesłyszących alkoholików.

Profesjonalni tłumacze ściśle przestrzegają kodeksu etycznego, który zapewnia poufność mityngu AA.

Koszt usługi tłumaczenia jest dla wielu grup istotnym czynnikiem. Niekiedy grupy stosują rozwiązania na miarę swoich możliwości, np. decydując się na tłumaczenie tylko jednego mityngu w miesiącu. W niektórych regionach zespoły intergrupowe zapewniają pomoc finansową i/lub pomagają koordynować wysiłki w celu zorganizowania mityngów prowadzonych w języku migowym.

W USA sporadycznie wolontariusze wykonują tłumaczenia, mając głównie na celu zdobywanie doświadczenia. W Polsce jak do tej pory nie mieliśmy okazji korzystać z takiego wsparcia. Doświadczenie przyjaciół zza oceanu sugeruje jednak wyjątkową uważność, aby zbytnio nie polegać na takich rozwiązaniach. Dlaczego? Ponieważ osoby niesłyszące bardzo poważnie traktują tłumaczenia. Nieobecność tłumacza na spotkaniu, na które nierzadko g/Głusi alkoholicy docierają przemierzając spore odległości jest czymś wyjątkowo frustrującym. Nasze doświadczenie pokazuje nam, że należy zatrudniać specjalistów tam, gdzie są oni niezbędni. Dostajesz to, za co płacisz. Poza tym w odbiorze wielu g/Głuchych powinna być zachowana niezmiennność osób tłumaczących mityngi.

Zapraszając tłumacza na spotkanie pamiętajmy, że istotne jest dobre oświetlenie na sali, nie za duża odległość i brak elementów zakłócających widoczność na linii tłumacz - osoba g/Głucha.

W przestrzeni online odbywają się mityngi dla osób g/Głuchych i słabosłyszących z udziałem tłumaczy PJM oraz z napisami w języku polskim. Na stronie [www: glusi-aa.pl](http://www.glusi-aa.pl) można znaleźć informacje i materiały przydatne w niesieniu postania. Znajdują się tam również zasoby w PJM dla g/Głuchych członków AA: historie osobiste oraz podstawowe informacje o Wspólnocie AA.

Kontakt z lokalnymi oddziałami PZG (Polskiego Związku Głuchych) czy innymi organizacjami pozarządowymi, fundacjami i stowarzyszeniami

umożliwi rozpoznanie potrzeb tego środowiska i współpracę w zakresie informowania o Wspólnocie AA i programie powrotu do zdrowia.

„Staraj się nie traktować ich jako innych lub wyjątkowych, ale pozwól im swobodnie uczestniczyć w typowym mityngu AA. Najważniejszą rzeczą do zapamiętania jest to, że niestyszący alkoholicy mają ten sam problem, co wszyscy inni alkoholicy. Chociaż my i oni możemy wymyślić tysiąc powodów, dla których są inni, podkreślajmy w kółko „Nie pij. Wracaj.”

* PJM (polski język migowy) jest to naturalny język osób Głuchych w Polsce. Równolegle w naszym kraju występuje SJM (system językowo-migowy) tzw. językowa hybryda utworzona przez osoby słyszące mająca wspomóc komunikację. Kłopot w tym, że Głusi go nie rozumieją. Upewniamy się, że tłumacz, którego zatrudniamy miga w PJM.

Osoby słabosłyszące, niedosłyszące

Jest to grupa osób, u których ubytki słuchu również stwarzają trudności w komunikacji, ale funkcjonują oni jak ludzie mówiący, posługujący się polskim językiem fonicznym (mogą nie znać języka migowego).

Wskazówki ułatwiające kontakt z osobami słabosłyszącymi:

- staraj się mówić wyraźnie,
- nie krzycz, jeśli osoba używa aparatu słuchowego, jest on dostosowany do normalnego poziomu głosu,
- miej świadomość, że bujna broda, żucie gumy, mówienie przez zęby, poruszanie głową w trakcie mówienia, zasłanianie ust mogą utrudnić osobie słabosłyszącej odczytanie wiadomości z ruchu warg,
- komunikuj się pisząc na kartce lub w telefonie,
- jeśli osoba słabosłysząca nie rozumie jakiegoś zdania, nie irytuj się, gdy poprosi o powtórzenie. Nie mów go w tej samej formie, postaraj się ująć to inaczej.

Na mityngach stacjonarnych należy zwrócić uwagę na akustykę, wielkość

i wysokość sali oraz wyposażenie w pętlę indukcyjną. Jest to urządzenie redukujące szумы i wspomagające słyszalność mowy ludzkiej dla osób, które korzystają z aparatów słuchowych. Innym rozwiązaniem są systemy FM - bezprzewodowe urządzenia radiowe, które wspomagają przesyłanie dźwięków na odległość. Alternatywą dla pętli i systemów FM jest organizowanie spotkań w niewielkich salach, siadanie w okręgu, tak aby osoba słabosłysząca mogła mieć możliwość czytania z ruchu ust. Na stołach w sali warto umieszczać kartki przypominające, aby mówić głośno i wyraźnie. Ponadto prowadzący mityng może przypominać o tym w czasie trwania spotkania.

Pomocne może być również korzystanie (jeśli nie ma na wyposażeniu sali pętli indukcyjnej) z mikrofonu/wzmacniacza dla osób prowadzących, spikerów i osób czytających teksty (rzadko bywa, że niewzmocniony głos jest wystarczająco głośny dla osoby, która ma problem ze słuchem). Pozostawienie wolnego miejsca blisko spikera - w pierwszym rzędzie, to również dobry pomysł.

W przypadku mityngów online ogromnym wsparciem dla słabosłyszących alkoholiczków są wyświetlane równoległe do wypowiedzi paski z napisami, czyli transkrypcja mowy na tekst. Jest to usługa odpłatna, którą wykonuje stenotypista. Jakość treści w przypadku korzystania z bezpłatnych programów automatycznej transkrypcji nie jest satysfakcjonująca (testowaliśmy to rozwiązanie na spotkaniach AA), sens wypowiedzi jest często niezrozumiały w wyniku błędnego zapisu.

Ciekawym rozwiązaniem stosowanym przez lata w USA i Kanadzie jest korzystanie z urządzeń TTY. Tryb TTY (ang. teletypewriter) to usługa ułatwiająca komunikację osobom mającym problem ze słuchem i mową. Na stronach polskich operatorów komórkowych trudno jednak znaleźć informacje o telefonii tekstowej chociaż nadal wiele smartfonów jest wyposażonych w standardowy tryb TTY lub nowszą wersję RTTY. Obecnie istnieje jednak tak szeroki wybór komunikatorów rozpoznających mowę

(70 języków), że zmieniają się przyzwyczajenia społeczności g/Głuchych. Pojawiają się coraz to nowsze, lepsze aplikacje transkrypcji na żywo oraz wzmacniacze dźwięku dostępne na telefonach z systemem android i z takich aplikacji możemy skorzystać również w Polsce. Bądźmy świadomi istnienia tych udogodnień, a o szczegóły pytajmy samych użytkowników, którzy z pewnością będą najlepszym źródłem wiedzy na ten temat. Transkrypcja jest ciągle udoskonalana i chociaż nie jest jeszcze idealna może okazać się bardzo pomocna.

Pewien członek AA, który jest niedostyszący, podzielił się dodatkowymi sugestiami w celu ułatwienia komunikacji, która może pomóc podczas spotkań:

„Członkowie mogą ustawiać krzesła w sali konferencyjnej w kole, a nie w liniach prostych. Im więcej twarzy widzę, tym lepiej „słyszę”. Im lepsze oświetlenie w sali, tym lepiej widzę z ust, żeby odczytać słowa. Możesz lekko klepnąć mnie w ramię zanim zaczniesz ze mną rozmawiać. W ustawieniu grupowym możesz od czasu do czasu powiedzieć mi, kto mówi, oraz jaki jest temat rozmowy. Możesz mi zasygnalizować, jeśli zacznę mówić w czasie, kiedy mówi ktoś inny. Możesz wyłączyć wentylatory, aby wyeliminować hałas w tle.”

[AA Grapevine, wrzesień 2010]

Organizacja wydarzeń i konferencji AA

Niestyszący członkowie Wspólnoty mogą potrzebować szczególnej uwagi podczas udziału w wydarzeniach AA.

Dla osób słabostyszących lub tych, którzy czytają z ruchu warg, dobrze będzie jeśli usiądą blisko spikera. Osoby g/Głuche będą potrzebowały tłumacza języka migowego.

Poniżej kilka uwag do rozważenia przy planowaniu konferencji lub mityngu, w którym będą uczestniczyć niestyszący alkoholicy.

- zarezerwuj z dużym wyprzedzeniem tłumaczy języka migowego, ponieważ zwykle są oni bardzo poszukiwani,

- zaplanuj wydatki związane z tłumaczeniem; dowiedz się wcześniej, jaki będzie szacowany koszt tłumaczenia za godzinę lub za dzień - prawdopodobnie możesz potrzebować więcej niż jednego tłumacza,
- wyznaczając miejsca dla osób niesłyszących, oddziel zarezerwowaną strefę i wyraźnie oznacz ją napisem „Zarezerwowano dla osób niesłyszących” oraz poproś, aby inni uczestnicy wydarzenia nie przechodzili przed miejscami dla niesłyszących ponieważ spowoduje to odcięcie niesłyszących członków AA od spikera i tłumacza,
- uwrażliwiał prowadzących warsztaty i mityngi na obecność tłumacza; głównie chodzi o stałe tempo wypowiedzi, aby członkowie, którzy korzystają z tłumaczenia nie zostali pozbawieni uwag wstępnych lub wypowiedzi głównych spikerów,
- trzymaj się swoich planów po ogłoszeniu, że wydarzenie ma być tłumaczone; osoby niesłyszące bardzo często podróżują do miejsc oddalonych od miejsc ich zamieszkania w przypadku nielicznych wydarzeń, które są tłumaczone na język migowy,
- jeśli z danym wydarzeniem równolegle odbywają się mityngi i warsztaty, zaplanuj dostępność co najmniej jednego tłumacza na jeden blok czasowy; zapytaj na początku niesłyszących uczestników, w jakich warsztatach planują wziąć udział.
- jeśli zamieszczasz informacje o wydarzeniu, w lokalnej intergrupie, intergrupowym punkcie informacyjno-kontaktowym lub w jakiegokolwiek publikacji AA, zaznacz, że wydarzenie to jest tłumaczone na język migowy,
- jeśli to możliwe, zleć nagranie tłumaczenia informacji o wydarzeniu w formie vloga, czyli krótkiego filmu w PJM; Takie vlogi można udostępniać np. w serwisach internetowych.

Osoby z niepełnosprawnością ruchową i/lub przewlekłymi chorobami

Tak jak w przypadku innych niepełnosprawności jest to grupa dość zróżnicowana. Będą to ludzie korzystający z wózków inwalidzkich, kul ortopedycznych, osoby np. z ograniczoną motoryką rąk, po amputacjach czy też osoby niskorosłe. Napotykać one wiele barier, szczególnie architektonicznych.

Wskazówki do kontaktu z osobami z niepełnosprawnością ruchową:

- zwracaj się bezpośrednio do rozmówcy, nie do asystenta czy opiekuna,
- podczas rozmowy z osobą na wózku usiądź na krześle, jeśli takiej możliwości nie ma, oddal się na tyle, żeby osoba na wózku nie musiała zadzierać głowy,
- wózek, kule, balkoniki stanowią przestrzeń osobistą, zapytaj czy możesz ich dotykać, przestawiać je, kłaść na nich cokolwiek.

Zadbanie o dostępność w przypadku osób z niepełnosprawnością ruchową to organizowanie spotkań czy warsztatów w budynkach, w których jest pochylnia, winda oraz toaleta dostosowana do ich potrzeb. **Wnoszenie wózka do budynku jest ostatecznością i nie oznacza dostępności.**

Sprzęty, które ułatwiają poruszanie się: wózki elektryczne, skutery, wózki ortopedyczne itd. mają różną wielkość. Należy sprawdzić, czy drzwi do budynku mają minimalną szerokość 90 cm. Wybierajmy takie miejsca spotkań, w których jest niewiele progów. Zwracajmy uwagę na przestrzenie manewrowe umożliwiające swobodny obrót wózka, nawet wycieraczka przed wejściem do budynku może być przeszkodą. Chcąc poprawić dostępność możemy korzystać z tymczasowych rozwiązań (proste podjazdy, rampy).

Członkowie grupy mogą czuć się zakłopotani, gdy po raz pierwszy spotkają

się z nietypowymi sytuacjami i utrudnieniami, jakie towarzyszą naszym przyjaciółom z niepełnosprawnością, ale w rzeczywistości istnieje wiele możliwości dostosowawczych, które można wprowadzić, aby każdy alkoholik mógł być aktywnym uczestnikiem „zwykłej” grupy. Niektóre ułatwienia są proste, inne bardziej skomplikowane, ale wszystkie są możliwe do wykonania dla alkoholika, gotowego „zrobić wszystko, co konieczne” dla dopomożenia innemu alkoholikowi i dla własnej trzeźwości. Członkowie AA mogą także zabrać na mityng innego członka AA, który leży obłożnie chory w domu.

„Nie mogę wyrazić słowami” - powiedział jeden z hospitalizowanych alkoholików - „tego, jak wielką różnicę w moim stanie psychicznym i emocjonalnym zmieniło tych sześć osób, które pojawiały się w moim pokoju, niosąc postanie AA wraz z wielką miłością i wsparciem naszej Wspólnoty. I robili to dwa razy w tygodniu przez trzy miesiące do czasu kiedy znów mogłem chodzić na mityngi! Już wcześniej byłem na samym dnie; naprawdę byłem zrezygnowany - i, szczerze mówiąc, zacząłem myśleć, że równie dobrze mógłbym się napić, skoro i tak umierałem. Ale słuchanie doświadczeń, siły i nadziei innych alkoholików realizujących Program AA zainspirowało mnie do walki z obiema chorobami - rakiem i alkoholizmem. Nie wiem, co bym zrobił bez AA w tym najgorszym momencie mojego życia”.

W amerykańskich i kanadyjskich materiałach serwisowych dostępnych dla członków AA, którzy są przewlekle chorzy i/lub mają ograniczoną zdolność poruszania się, znajduje się biuletyn o nazwie Loners/Internationalist Meeting (LIM). Członkowie AA przebywający w odizolowanych obszarach, na morzu, przykutych do łóżka domowego lub szpitalnego - pozostają w kontakcie z innymi członkami Wspólnoty za pośrednictwem poczty i biuletynów. Podobną publikacją (dostępną poza GSO) jest World Hello, międzynarodowa grupa korespondencyjna. W Polsce takie samo zadanie mogą wypełnić biuletyny dostępne zarówno w formie papierowej, jak i

online, a także prężnie rozwijająca się oferta mityngów online. Spis mityngów online jest aktualizowany i dostępny na stronie naszej Wspólnoty <https://aa24.pl/pl/mityngi-on-line>. Niedawno powstała również pierwsza intergrupa online, w celu uzyskania dalszych informacji możesz skontaktować się (**adres mailowy...**) Ponadto na niektórych stronach grup, intergrup oraz regionów znaleźć można nagrania audio spikerek oraz warsztatów, z których mogą skorzystać członkowie, którzy mają ograniczony dostęp do spotkań regularnych.

Osoby z zaburzeniami mowy

Mogą to być np. osoby po udarze, po wypadku, z uszkodzeniami układu nerwowego.

Należy poświęcić takiej osobie maksymalną uwagę, nie przerywać, ani nie kończyć za nią zdań. Można zaproponować inny rodzaj komunikacji np. pisanie na kartce.

Osoby z ukrytą niepełnosprawnością

Nie każdy rodzaj niepełnosprawności jest widoczny. Są osoby, które bardzo niechętnie lub wcale nie informują o swoich problemach zdrowotnych. Ich zachowania mogą wydawać się dziwne, niezrozumiałe lub mogą przeszkadzać innym. Jedynie uważność i empatia będą kluczem do zrozumienia. W miarę naszych możliwości starajmy się uszanować odmienne potrzeby, czy prośby takiej osoby mogące być wynikiem jej niepełnosprawności.

Sugestie dotyczące niesienia postania społeczności osób starszych

Pomocna dłoń AA wyciągnięta w kierunku starszych wiekiem członków Wspólnoty, to nadzieja na wyjście z odosobnienia i lęku.

Wycofani z życia starsi alkoholicy i alkoholiczki nie proszą o pomoc, a jeśli ją zgłaszają, najczęściej napotykają na trudności z dostaniem się na spotkanie. Często mają oni kłopoty z prowadzeniem samochodu, chodzeniem, a kurcząca się sieć społecznościowa powodują, że brakuje w pobliżu przyjaciół, którzy mogliby im pomóc. Bez wątpienia program pomocy osobom starszym w Wspólnocie jest ważny i potrzebny.

Zadbajmy o przekazywanie informacji o rozwiązaniach, jakie posiada AA profesjonalistom pracującym w ośrodkach pomocy społecznej, w placówkach opieki nad osobami starszymi, w domach opieki wyspecjalizowanej.

Nie zapominajmy również o tym, że niektórzy potrzebujący pomocy starsi alkoholicy z wieloletnią trzeźwością to niezwykle cenni sponsorzy i duchowi opiekunowie, których doświadczenie jest wielkim bogactwem dla innych członków AA.

Doświadczenie członka AA w pracy ze starszymi alkoholikami :

„Docieranie do starszych alkoholików było moją pasją od wielu lat. Częściowo z powodu mojego wieku - mam 75 lat i rozumiem wyzwania związane z pozostaniem w trzeźwości, kiedy się starzejesz. W szczególności najtrudniejsza jest utrata zdrowia, mobilności, niepewność finansowa, śmierć bliskich osób.

Utworzenie Komitetu ds. Dostępności to dobry początek. Komitet może wysyłać listy informacyjne na targi zdrowia, do lekarzy geriatrici i ośrodków opieki. Zdecydowanie skoncentruj się na domach seniora. Te ośrodki są na ogół łatwe do zdobycia. Większość pracowników pozwoliła nam umieścić w swoich bibliotekach literaturę: Wielką Księgę i biuletyny. Prowadziliśmy spotkania zarówno dla seniorów, jak i dla personelu - czasami niealkoholików, ale wiedziałem, że ktoś taki był i pił za dużo.”

„Innym podejściem, które można zastosować, jest zainicjowanie spotkań Seniorów w Trzeźwości (w języku ang. SIS Senior In Sobriety) lub przynajmniej wyznaczyć niektóre spotkania Przyjazne Seniorom (w języku ang. Senior Friendly SF). Seniorzy izolują się, nie identyfikują i wycofują. Muszą wiedzieć, że są mile widziani.

Kiedy wytrzeźwiałem, bardzo ważne było „spotkanie po spotkaniu”, jeden alkoholik rozmawiał z drugim. Właśnie tego potrzebują seniorzy – osób do rozmowy o trzeźwości i tych szczególnych wyzwaniach, przed którymi stoją osoby starsze”.

[Box 4-5-9, zima 2015]

Wskazówki do działania dla zespołu ds. dostępności:

- koordynowanie harmonogramu i uczestnictwa członków w celu zapewnienia spotkań domowych, online, przez telekonferencję i na spotkaniach stacjonarnych – dla starszych lub powracających do domu członków AA,
- pomoc w transporcie osób starszych na spotkania czy to „od drzwi do drzwi”, czy też z miejsca parkingowego na salę mityngową,
- gromadzenie i przekazywanie lokalnych, wspólnych doświadczeń w zakresie stosowanych formatów (scenariuszy) spotkań w ośrodkach opieki nad osobami starszymi, ośrodkach dla seniorów i w domu,
- gromadzenie i przekazywanie lokalnych, wspólnych doświadczeń w celu uzyskania wskazówek i sugestii dotyczących niesienia postania w ośrodkach opieki nad osobami starszymi,
- prowadzenie warsztatów na dowolny temat związany z tym obszarem niesienia postania,
- powoływanie na grupie służby do kontaktu, która dzwoni, jeśli ktoś opuścił kilka spotkań (niezależnie czy jest to osoba w podeszłym wieku, czy nie); jeśli członkowie są chorzy i nie mogą dostać się na spotkanie, łącznik-wolontariusz może pomóc w transporcie lub zorganizować małe spotkanie u chorego.

Sugestie dotyczące niesienia posłania osobom samotnie wychowującym dzieci oraz osobom opiekującym się bliskimi

Alkoholicy sprawujący opiekę nad dziećmi oraz członkowie, których pochłaniają obowiązki związane z pielęgnowaniem np. chorych członków rodziny, mają często problem w regularnym uczestnictwie w spotkaniach, a także pełnieniem służby w AA. Ogromnym ułatwieniem są dla nich mityngi online. Zespoły dostępności mogą wspierać swoich członków jeszcze na kilka innych sposobów:

- analiza wszelkich kwestii, które mogą wiązać się z organizacją spotkań przyjaznych dzieciom: poranne godziny spotkań, możliwość zatrudnienia opiekuna, wybór odpowiedniego miejsca spotkań,
- współpraca z lokalną intergrupą w celu opracowania listy spotkań, na których dzieci są mile widziane lub dostępna jest opieka nad dziećmi,
- zapewnienie samotnym opiekunom listy spotkań online.

„Jako nowicjuszka zostałam zasypana miłością, uwagą i mottem:

przychodź dalej z powrotem, bez względu na wszystko!”. „Dorostałam, dojrzałam, jednocześnie stając się oddanym członkiem mojej grupy domowej (...)”

„Kiedy urodziło mi się dziecko, a moja potrzeba spotkań była jeszcze większa, zaczęłam dostrzegać problem - dzieci nie zawsze są mile widziane na spotkaniach Anonimowych Alkoholików. Dotyczy to również grup kobiecych!”

„Postanowiłam podjąć działania! Zainicjowałam spotkanie, które nazywamy Matkami w Trzeźwości. Jest to zamknięty mityng AA dla osób niepalących. Mamy wszystko to, co inne spotkania, w tym Dwanaście Kroków, Tradycje, kawę i dużo miłości. Mamy też od dwójki do dwunastki dzieci biegających po pokoju, w każdym momencie.”

[AA Grapevine, wrzesień 1987]

Katalog materiałów

Nagrania audio

- Dwanaście Kroków i Dwanaście Tradycji - 6x CD - lektor

Filmy

- Bill W. omawia Dwanaście Tradycji Anonimowych Alkoholików - płyta DVD - lektor, napisy

Ilustrowana, łatwa do czytania literatura

- „Czy AA jest dla mnie?” - broszura ilustrowana;
- „Dwanaście Kroków ilustrowane” - łatwa do odczytania wersja Dwunastu Kroków AA. Kroki pojawiają się na górze każdej strony z uproszczonym tekstem pod ilustracją;
- „Co się zdarzyło Jankowi” - broszura wydana w formie komiksu;
- „Za młodzi?” - broszura wydana w formie komiksu, przemawiająca do nastolatków;
- „Postanie do nastolatków” - ulotka zaadaptowana z broszury „Zbyt młody?”;

Dużym drukiem

- Codzienne refleksje

Literatura w polskim języku migowym (PJM)

- Kompilacja ulotek „Czy AA jest dla ciebie?” oraz „Nowicjusz pyta.”
https://www.youtube.com/watch?v=ypld1Y9a6CU&t=7s&ab_channel=AnonimowiAlkoholicy

Inne w PJM

- Informacje o AA dostępne: <https://glusi-aa.pl/informacje-o-aa/>
- Kroki oraz Tradycje <https://glusi-aa.pl/kroki/> , <https://glusi-aa.pl/tradycje/>
- <https://glusi-aa.pl/przyjaciele-aa-o-wspolnocie/>
- Artykuły z biuletynów <https://glusi-aa.pl/artykuly/>

Przydatne ulotki

- AA dla starszych wiekiem alkoholików - Nigdy nie jest za późno

Publikacje

- Artykuł pt. „Świat Głuchy” , Wieści nr 50
<https://aa24.pl/pl/dla-profesjonalistow/wiesci-z-aa-biuletyn-dla-profesjonalistow-archiwum>
- Artykuł o dostępności AA - biuletyn Warta nr 03/303 2022 r.
<https://mail.google.com/mail/u/0/?hl=pl#trash/FMfcgzGmvLRqjkHGBPPPdPTCwjBTwHxM?projector=1&messagePartId=0.1>

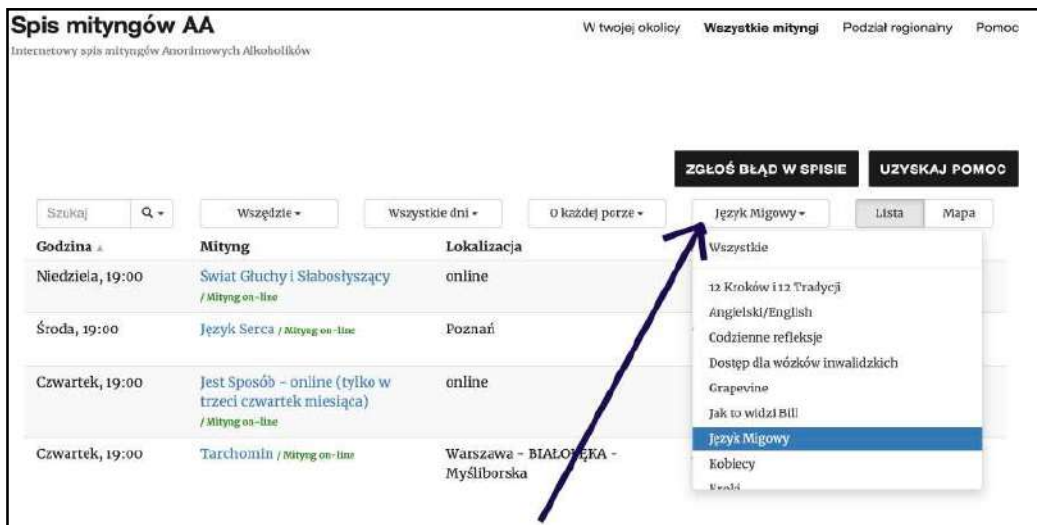
Przydatne linki do materiałów anglojęzycznych

- Niesienie postania AA niesłyszącym alkoholikom MG -13
<https://www.aa.org/aa-guidelines-sharing-aa-message-alcoholic-who-deaf>
- Służenie alkoholikom ze szczególnymi potrzebami MG -16
<https://www.aa.org/aa-guidelines-accessibility-all-alcoholics>
- Przewodnik dotyczący szczególnych potrzeb M - 48I
<https://www.aa.org/accessibilities-workbook>

W przygotowaniu

- Anonimowi Alkoholicy - audiobook oraz tłumaczenie na PJM
- Dostęp AA - ulotka

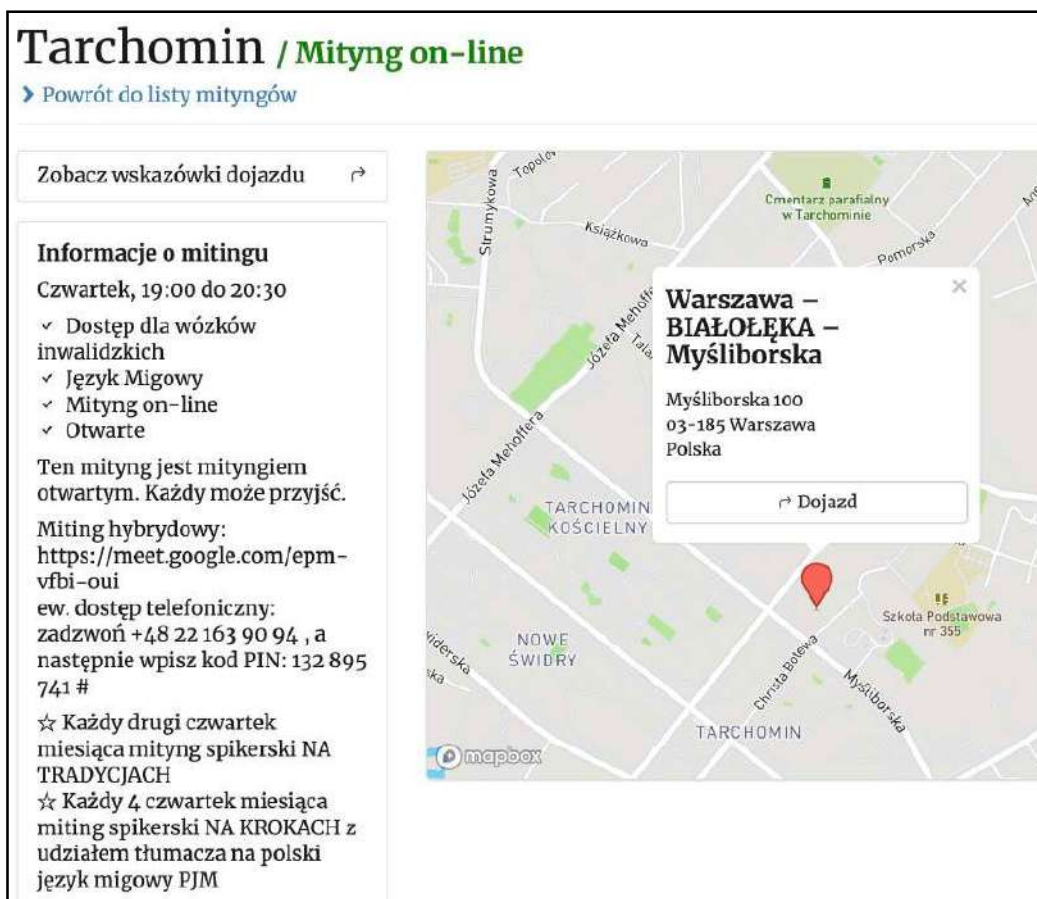
Wyszukiwanie mityngów wg. kryteriów na stronie spis.aa.org.pl



The screenshot shows the 'Spis mityngów AA' website interface. At the top, there are navigation links: 'W twojej okolicy', 'Wszystkie mityngi', 'Podział regionalny', and 'Pomoc'. Below these are two buttons: 'ZGŁOŚ BŁĄD W SPISIE' and 'UZYSKAJ POMOC'. A search bar contains 'Szukaj' and a magnifying glass icon. To the right of the search bar are filters: 'Wszędzie', 'Wszystkie dni', and 'O każdej porze'. A dropdown menu for 'Język Mityngowy' is open, showing options: 'Wszystkie', '12 Kroków i 12 Tradycji', 'Angielski/English', 'Codzienne refleksje', 'Dostęp dla wózków inwalidzkich', 'Grapevine', 'Jak to widzi Bill', 'Język Migowy' (highlighted), 'Kobiece', and 'Polski'. Below the menu is a table of meetings.

Godzina	Mityng	Lokalizacja
Niedziela, 19:00	Świat Głuchy i Słabosłyszący / Mityng on-line	online
Środa, 19:00	Język Serca / Mityng on-line	Poznań
Czwartek, 19:00	Jest Sposób - online (tylko w trzeci czwartek miesiąca) / Mityng on-line	online
Czwartek, 19:00	Tarchomin / Mityng on-line	Warszawa - BIAŁOLEKA - Myśluborska

Miejsce na zamieszczenie szczegółowego opisu dotyczącego dostępności spotkania.



The screenshot shows the 'Tarchomin / Mityng on-line' page. At the top, there is a title 'Tarchomin / Mityng on-line' and a link 'Powrót do listy mityngów'. Below the title is a button 'Zobacz wskazówki dojazdu'. The main content is divided into two columns. The left column contains 'Informacje o mityngu' with details: 'Czwartek, 19:00 do 20:30', a list of features (Dostęp dla wózków inwalidzkich, Język Migowy, Mityng on-line, Otwarte), a note that the meeting is open to everyone, and contact information for a hybrid meeting (Google Meet link, phone number +48 22 163 90 94, and PIN 132 895 741 #). It also mentions that every second Thursday is a spiker's meeting in traditional form and every 4th Thursday is a spiker's meeting with a Polish interpreter. The right column features a map of Tarchomin with a red pin at the location of the meeting. A popup window over the map displays the address: 'Warszawa - BIAŁOLEKA - Myśluborska', 'Myśluborska 100', '03-185 Warszawa', 'Polska', and a 'Dojazd' button.

Informacje o mityngu
Czwartek, 19:00 do 20:30

- ✓ Dostęp dla wózków inwalidzkich
- ✓ Język Migowy
- ✓ Mityng on-line
- ✓ Otwarte

Ten mityng jest mityngiem otwartym. Każdy może przyjść.

Mityng hybrydowy:
<https://meet.google.com/epm-vfbi-oui>
ew. dostęp telefoniczny:
zadzwoń +48 22 163 90 94 , a następnie wpisz kod PIN: 132 895 741 #

☆ Każdy drugi czwartek miesiąca mityng spikerski NA TRADYCJACH
☆ Każdy 4. czwartek miesiąca mityng spikerski NA KROKACH z udziałem tłumacza na polski język migowy PJM

Warszawa – BIAŁOLEKA – Myśluborska
Myśluborska 100
03-185 Warszawa
Polska

Dojazd

PRZYKŁADOWE ANKIETY DOTYCZĄCE DOSTĘPNOŚCI AA

W tej części przewodnika przedstawiamy przykładowe ankiety, które mogą być pomocne dla grup oraz intergrup w lepszym rozpoznaniu potrzeb w zakresie dostępności.

Ankieta dotycząca dostępności AA dla osób ze szczególnymi potrzebami na szczepku grupy

Nazwa grupy:

Data:

Kontakt np. numer telefonu i adres e-mail grupy:

- Czy grupa ma stronę internetową? Tak lub nie
- Czy członkowie grupy znają urządzenia wspomagające słyszenie (pętla indukcyjna) i wiedzą jak sprawdzić, czy w miejscu spotkań grup jest również takie urządzenie? Tak lub nie
- Jeśli niesłyszący alkoholik nawiąże kontakt z kimś z grupy i wyrazi chęć udziału w mityngu, jak grupa postąpi? Czy grupa byłaby skłonna zapewnić tłumacza języka migowego? Tak lub nie
- Czy grupa lub intergrupa ma do dyspozycji lub wie gdzie skierować osobę potrzebującą po następującą literaturę AA?
 - literaturę AA w polskim języku migowym? Tak lub nie
 - taśmę wideo AA z napisami? Tak lub nie
 - literaturę AA na płytach CD i wydaną dużą czcionką? Tak lub nie
 - łatwą do czytania literaturę AA? Tak lub nie

- Czy mityng AA jest dostępny dla członków AA, którzy utracili zdolność poruszania się? Tak lub nie

- Czy obiekt jest dostępny dla osób na wózku inwalidzkim?
 - Czy toaleta jest dostępna dla osób na wózku inwalidzkim? Tak lub Nie
 - Czy dostępny jest parkingowy wózek inwalidzki ? Tak lub Nie
 - Czy są dostępne miejsca parkingowe z oznaczeniem niepełnosprawności ? Tak lub Nie
 - Czy drzwi wejściowe są dostępne dla wózka inwalidzkiego? Tak lub Nie
 - Czy informacje o dostępności są zamieszczone w informacji o mityngu? Tak lub nie

- Czy obiekt posiada oznakowanie w alfabecie Braille'a? Tak lub nie
 - Jeśli tak, czy jest to publikowane w harmonogramie mityngów? Tak lub nie

- Czy grupa posiada formularz zgłoszeniowy dla wolontariuszy pracy służebnej, aby:
 - Dowieźć na mityng? Tak lub nie
 - Zapewnić opiekę nad dziećmi w czasie mityngu ? Tak lub nie
 - Przenieść mityng AA do członków grupy, kiedy są chronicznie chorzy i pozostają w domu/szpitalu? Tak lub nie
 - Aby pomóc niewidomym członkom AA? Tak lub nie

- Czy grupa ma spis tymczasowych sponsorów, którzy znają polski język migowy lub inny język? Tak lub nie

- Inne ustalenia i/lub komentarze

Ankieta dotycząca dostępności do AA dla osób ze szczególnymi potrzebami na terenie działania intergrupy

Nazwa intergrupy:

Data:

Imię łącznika/koordynatora zespołu intergrupowego:

kontakt:

- Czy w okresie ostatnich 5 lat intergrupa otrzymała któreś z poniższych zapytań dotyczących dostępności? Tak lub nie
- W jaki sposób oraz czy intergrupa zapewniła dostępność członkom AA:
 - którzy są odizolowani? Tak lub nie
 - którzy są niestyszący? Tak lub nie
 - którzy są niedostyszający? Tak lub nie
 - którzy są niestyszący, a ich preferowanym sposobem komunikowania się jest mowa i/lub czytanie z ust? Tak lub nie
 - którzy są niestyszący lub niedostyszający, i utracili słuch całkowicie lub częściowo w późniejszym wieku? Tak lub nie
 - których podstawowym językiem nie jest język polski? Tak lub nie
 - którzy mają ograniczone umiejętności czytania i pisania? Tak lub nie
 - którzy mają zaburzenia mowy? Tak lub nie
 - którzy są niewidomi lub niedowidzący? Tak lub nie
 - którzy doznali urazu głowy? Tak lub nie
 - którzy mają podwójną diagnozę (zdrowie psychiczne i nadużywanie alkoholu)? Tak lub nie
 - którzy używają laski, kul, chodzika czy wózka inwalidzkiego? Tak lub nie
 - którzy mają problemy z poruszaniem się lub korzystają z wózka inwalidzkiego? Tak lub nie
 - którzy przyprowadzają dzieci na mityng? Tak lub nie

- którzy mają inne szczególne potrzeby? Tak lub nie

UWAGI:

Czy w integrupie jest zespół ds. dostępności AA? Tak
lub Nie

- Jeśli nie, to który zespół intergrupowy pomaga w kwestii dostępności?

.....

Czy intergrupa byłaby skłonna przeznaczyć środki na ułatwienia
dostępności? Tak lub nie

Czy intergrupa wie, gdzie może uzyskać informacje dotyczące
dostępności AA? Tak lub nie

Czy intergrupa posiada formularz zgłoszeniowy dla tymczasowych
sponsorów, którzy znają język migowy? Tak lub nie

Czy na mityngach zamkniętych na terenie działania intergrupy tłumacz
języka migowego niebędący alkoholikiem będzie mile widziany?
Tak lub nie

Czy w budżecie intergrupy są przewidziane środki na finansowanie
i zatrudnienie specjalnych pracowników, jeśli zajdzie taka potrzeba?
Przykładowo tłumaczy języka migowego? Tak lub nie

- Jeśli alkoholik z wadą słuchu chce uczestniczyć w mityngach AA, czy i jaką konkretnie procedurę stosuje intergrupa dla zorganizowania dla tej osoby mityngu tłumaczonego na język migowy?

.....

- Czy na którymkolwiek z mityngów AA, mityngów organizacyjnych i roboczych lub wydarzeń specjalnych korzysta się z systemów wyposażonych w urządzenia wspomagające słyszenie dla osób niedostyszących?
Tak lub nie
- Czy członkowie intergrupy są zaznajomieni z tym wyposażeniem?
Tak lub nie
- Czy któraś z grup korzysta na zwykłych mityngach, mityngach organizacyjnych, roboczych lub na innych wydarzeniach specjalnych z udogodnień - oznakowanie w alfabecie Braille'a?
Tak lub nie
- Czy kolporter ma dostępną literaturę z katalogu szczególne potrzeby?
Tak lub nie
- Czy wykaz mityngów przystosowanych dla osób ze szczególnymi potrzebami łatwo znaleźć w wykazie mityngów, na intergrupowej stronie internetowej lub w wersji drukowanej?
Tak lub nie

Ankieta dostępności AA - spotkania mityngowe

Czy miejsce spotkań twojej grupy AA jest dostępne dla osób z niepełnosprawnością?

Poniżej przedstawiamy krótką ankietę, która jest pomocna w rozpoznaniu podstawowych barier architektonicznych, fizycznych, które może napotkać osoba z niepełnosprawnością pragnąca uczestniczyć w spotkaniach - mityngach twojej grupy AA.

Parking

- Czy jest dostępna odpowiednia ilość miejsc parkingowych? (miejsce parkingowe z oznaczeniem wózka - 3,6 m szerokości i 5 m długości/przejsięcie pomiędzy samochodami 1,50 m)
- Czy miejsca parkingowe są oznaczone znakami identyfikacyjnymi?
- Czy parking znajduje się blisko od wejścia?
- Czy na parkingu, ulicy leży śnieg, lód, inne zanieczyszczenia?
- Czy droga poruszania się wózkiem inwalidzkim jest dostępna z ulicy lub parkingu?
- Czy chodniki są w dobrym stanie? Czy są krawężniki? Czy są rampy krawężnikowe?

Trasa podróży

- Czy na miejsce spotkania można dostać się transportem publicznym?
- Czy istnieje wyraźna trasa przejazdu, która nie wymaga korzystania ze schodów?
- Czy są jakiegokolwiek przeszkody na ścieżkach (krzaki, słupki, donice, inne elementy wiszące), które mogą utrudnić poruszanie się osobie o kulach, chodziku lub korzystającej z wózka?
- Czy droga jest oświetlona (w przypadku gdy mityng odbywa się w godzinach wieczornych)?

Wejście

- Czy wejście ma stopnie, próg lub inne bariery fizyczne?
- Jeśli tak, czy jest dostępna rampa, winda lub alternatywne wejście bez progów?
- Czy rampa/pochylnia nie jest zbyt stroma? Czy posiada balustrady?
- Czy podnośnik jest sprawny? Jeśli w budynku jest winda i jest ona obsługiwana za pomocą klucza, czy wiesz gdzie jest przechowywany- kto uruchamia dźwig? (minimalne wymiary kabiny windy 1,1x1,4 m)
- Czy alternatywne wejście do budynku jest oznakowane?
- Czy drzwi wejściowe mają odpowiednią szerokość (min. 90 cm)?
- Czy osoba na wózku inwalidzkim może otworzyć drzwi, czy może potrzebuje pomocy?

Wewnątrz budynku

- Czy po wejściu do budynku istnieje bezpośredni dostęp do sali mityngowej?
- Jeśli nie, czy są rampy w budynku? (podnoszenie, przenoszenie osoby korzystającej z wózka inwalidzkiego nad schodami nie jest akceptowalnym rozwiązaniem)
- Jeśli wewnątrz jest winda, to czy jest sprawna?
- Czy korytarze mają odpowiednią szerokość (min.1.8m) i przestrzeń manewrową do przejazdu osoby na wózku?
- Czy drzwi wejściowe do sali mają odpowiednią szerokość (min. 90 cm)?
- Czy do budynku może wejść osoba niewidoma z psem przewodnikiem?
- Czy istniejące w budynku progi, schody, szklane przegrody, ścianki są w jakikolwiek sposób oznaczone kolorem-taśmą (ułatwienie dla osób słabowidzących)?

Pomieszczenia

- Czy jest przynajmniej jedna dostępna w pełni toaleta?
- Czy jest wystarczająco miejsca na manewrowanie w toalecie (pełen obrót wózka 1.8 m) ?
- Czy są uchwyty (poręcze) na ścianach przy misce ustępowej?
- Czy kran nad umywalką można obsłużyć bez chwytania, obracania? (Baterie umywalkowe powinny być uruchomiane dźwignią, przyciskiem lub automatycznie).

Sala spotkań

- Czy pomiędzy krzesłami jest wystarczająco dużo miejsca na przejazd wózka?
- Czy jest odpowiednie oświetlenie?
- Czy są wyznaczone miejsca dla członków niesłyszących i słabosłyszących?
- Jeśli tak, to czy jest wystarczająco miejsca dla tłumacza języka migowego, aby był dobrze widziany przez osoby niesłyszące? (tłumacz powinien być dobrze oświetlony i nie powinno być żadnych wizualnych przeszkód pomiędzy tłumaczem a osobą niesłyszącą).
- Czy sala posiada pętlę indukcyjną lub inne systemy fm? Jeśli tak, i w zależności od typu urządzenia, czy ktoś potrafi je uruchomić?
- Czy jest na grupie osoba, która może powitać osobę z niepełnosprawnością i w razie potrzeby pomóc przed, w trakcie i po spotkaniu (oprowadzić po budynku, sali - osobę niewidomą, słabowidzącą, mającą problem z poruszaniem się)?
- Czy jest na grupie osoba znająca języka migowy lub kilka podstawowych znaków, żeby móc przywitać osobę niesłyszącą?
- Czy serwis kawowy jest dostępny dla osoby poruszającej się na wózku lub korzystającej z innego rodzaju urządzenia do poruszania się?
- Czy na grupie kolporter posiada materiały i informacje o dostępnych pozycjach literatury AA?

- Czy lokalna intergrupa, PIK, posiada informację, że miejsce spotkań naszej grupy spełnia wymogi w zakresie dostępności? Jeśli tak, to czy konkretna dostępność jest oznaczona w spisach lokalnych mityngów?



opracowano na podstawie:
Poradnika” Special Needs & Accessibility Toolkit” wydanego przez
Area 83 AA Eastern Ontario International AA USA/Canada,
Przewodnika o dostępności - M-48i (AAWS,Inc.),
projektu Przewodnika Informacji Publicznej - rozdział VIII -
„Niesienie postania AA osobom ze specjalnymi potrzebami”
oraz
doświadczeń Zespołu ds. Osób Głuchych i Słabosłyszących
Intergrupy Dolina Warty
i Powierniczego Zespołu ds. Dostępności AA i Wydarzeń
Ogólnopolskich.