

Przewodnik dostępności

AA

Sierpień 2023



WERSJA 1 / 2022

Przewodnik dostępności AA

do wewnętrznego użytku Wspólnoty

„Gdy ktokolwiek, gdziekolwiek
potrzebuje pomocy, chcę, by
napotkał wyciągniętą ku niemu
pomocną dłoń AA.

I za to jestem odpowiedzialny”

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

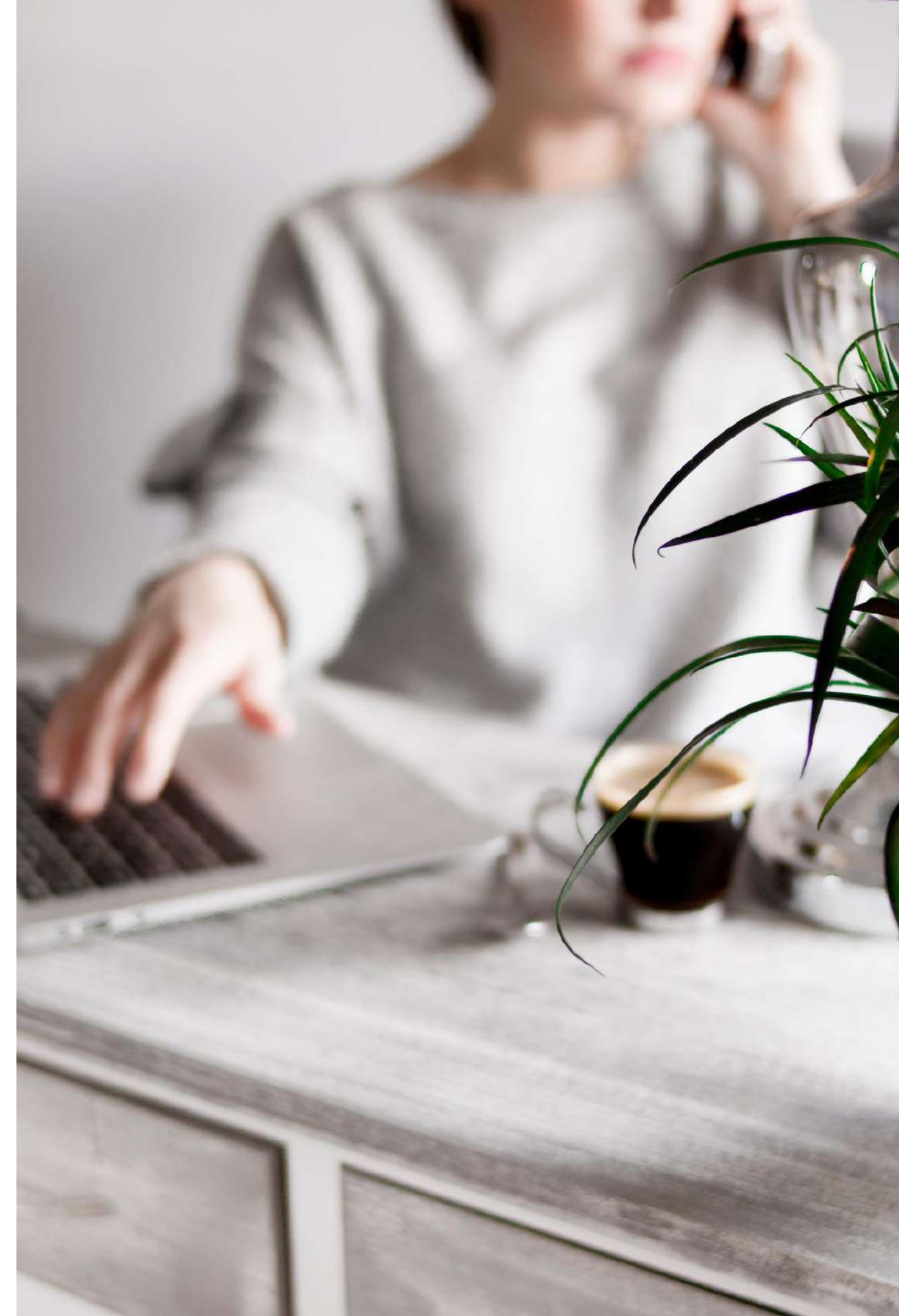
Szczególne potrzeby

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 słabosłyszzące

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

- przebywających w domach opieki, seniorów oraz osoby niewychodzące z domu
- mających ograniczone umiejętności czytania i pisanie
- posiadających bariery językowe
- rodziców samotnie wychowujących dziecko



Dostępność –
w jakich
obszarach?



Dostępność architektoniczna
miejsca spotkań, warsztatów, zlotów



Dostępność cyfrowa
serwisy i strony internetowe



Dostępność informacyjno-komunikacyjna
literatura AA, mityngi, spotkania informacyjne

Dostępność architektoniczna

Może dotyczyć następujących zagadnień:

- dostępu dla wózka inwalidzkiego (podjazd, winda, progi, dostosowana toaleta, parking)
- tłumacza języka migowego
- pętli indukcyjnej
- zgody na wejście z psem przewodnikiem
- opieki nad dziećmi
- mityngów w innych językach

„Podejmując decyzję o
lokalizacji, nie
zapominajmy o próbie
zminimalizowania barier”

Dostępność cyfrowa

... dobrym przykładem dostępności cyfrowej jest czytelna i prawidłowo zaprojektowana strona internetowa, z której mogą skorzystać osoby niewidome, słabowidzące, g/Głuche, niesprawne ruchowo.

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 za pomocą klawiatury i myszki, ale też urządzeń wskazujących czy sterowanych głosem

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. *Anonimowi Alkoholicy*, *Codzienne refleksje*, *AA dla starszych wiekiem*. W przygotowaniu jest audiobook IV wydania książki *Anonimowi Alkoholicy*.

Katalog materiałów tłumaczonych na polski język migowy PJM oraz przydatne linki dostępne są w *Przewodniku dostępności*.



Co możemy zrobić, aby pomóc osobom ze szczególnymi potrzebami?



.... tłumacze

Zapewniamy tłumaczy na mityngach, warsztatach



... materiały

Proponujemy literaturę jako materiały audio i video



...dojazd

Pomagamy w dojeździe na mityngi AA

Asysta

asystowanie osobom niepełnosprawnym fizycznie na zlotach, warsztatach, konferencjach

Opieka

zachęcanie grup AA do zapewniania opieki nad dziećmi

Aktualność informacji

aktualizowanie informacji o dostępności w spisie mityngów (również tych, które odbywają się online)

Kontakt bezpośredni

organizowanie mityngów w domach, szpitalach lub placówkach opieki, ośrodkach rehabilitacyjnych, placówkach opieki stacjonarnej, domach seniora, ośrodkach dla osób niewidomych, niesłyszących

Literatura

udostępnianie literatury i organizowanie warsztatów poświęconych dostępności

Współpraca

analiza potrzeb oraz stała współpraca z BSK, z integrupami i regionami

... co jeszcze
możemy zrobić?

Powoływanie zespołu ds. dostępności AA

- każda intergrupa może utworzyć zespół ds. dostępności
- główne zadania poszczególnych zespołów mogą się od siebie różnić (w zależności od potrzeb)
- zespół ds. dostępności powinien współpracować z innymi stałymi zespołami np. z zespołem informacji publicznej
- intergrupa może przeznaczyć określone środki umożliwiające działanie zespołu

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 poruszających się na wózkach inwalidzkich

Przykładowe działania zespołów ds. dostępności AA



Lista priorytetów

wybór jednego
lub dwóch projektów
i skoncentrowanie się na nich



Spotkania zespołu

organizowanie regularnych
spotkań zespołu ds. dostępności
i sporządzanie sprawozdań
z tych spotkań



Ankiety

przeprowadzanie ankiet
dotyczących dostępności
architektonicznej



Warsztaty

koordynowanie warsztatów
dotyczących dostępności na
poziomie grupy, intergrupy,
regionu



Budżet

wnioskowanie o budżet do
intergrupy



Pomoc

w organizowaniu i zatrudnianiu
tłumacza na spotkaniach AA,
pomoc na zlotach, warsztatach
i konwencjach

Przykładowe działania... co jeszcze?

- organizowanie spotkań informacyjnych np. w ośrodkach dla osób niewidomych, niesłyszących, w ośrodkach rehabilitacyjnych, w placówkach opieki
- współpraca ze stowarzyszeniami osób z niepełnosprawnościami
- sporządzanie i utrzymywanie aktualnej list wolontariuszy
- czytanie książek, artykułów przez wolontariuszy tym członkom AA, którzy są niewidomi lub może nie są już w stanie utrzymać książki
- odwiedziny kilku członków AA w domach u osób, które nie mogą ze względu na stan zdrowia dołączyć do regularnych mityngów
- organizowanie spotkań, które oferują opiekę nad dziećmi

Ankieta dostępności jako narzędzie

Ankieta dostępności AA - spotkania mityngowe

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

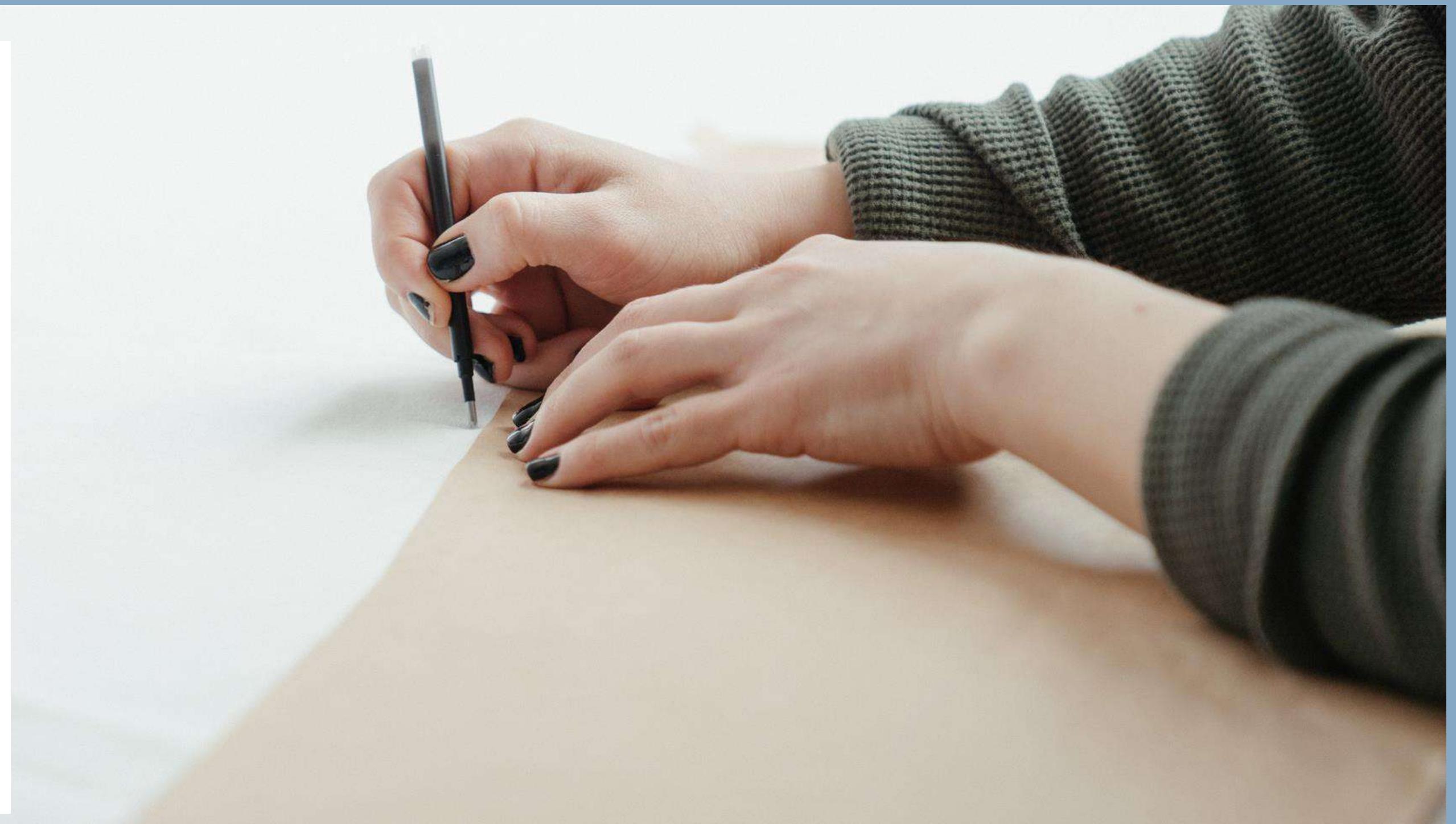
Poniżej przedstawiamy krótką ankietę, która jest pomocna w rozpoznaniu podstawowych barier architektonicznych, fizycznych, które może napotkać osoba z niepełnosprawnością pragnąca uczestniczyć w spotkaniach - mityngach twojej grupy AA.

Parking

- ☐ Czy jest dostępna odpowiednia ilość miejsc parkingowych? (miejsc parkingowe z oznaczeniem wózka - 3,6 m szerokości i 5 m długości/przejście 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?

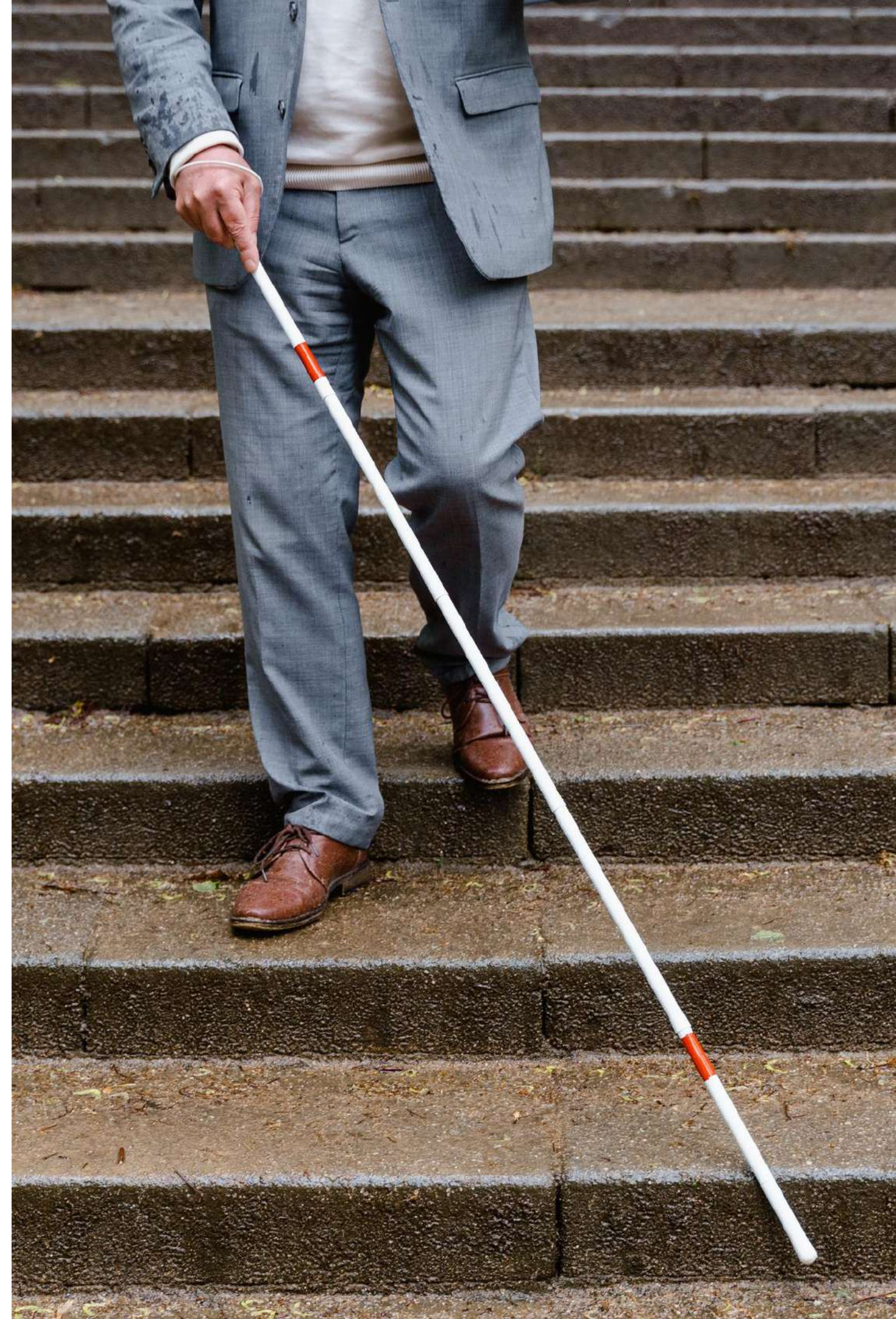
Trasa podróży

- ☐ Czy na miejsce spotkania można dostać się transportem publicznym?
- ☐ Czy istnieje wyraźna trasa przejazdu, która nie wymaga korzystania ze schodów?
- ☐ Czy są jakiegolwiek przeszkody na ścieżkach (krzaki, słupki, donice, inne elementy wiszące), które mogą utrudnić poruszanie się osobie o kulach, chodziku lub korzystającej z wózka?



Osoby z niepełnosprawnościami wzroku

- zawsze najpierw zapytaj
- nie pomagaj „na siłę”
- uprzedź zanim nawiążesz kontakt fizyczny
- powiedz: „chcę uścisnąć twoją dłoń”
- informuj, gdy wchodzisz lub wychodzisz z pomieszczenia
- opisuj sytuację i otoczenie
- nie dotykaj laski ani psa
- mów naturalnie, bez sztucznego unikania „drażliwych zwrotów”



Osoby g/Głuche:

- zwracaj się bezpośrednio do osoby
- rozpoczynając rozmowę możesz klepnąć ją w ramię (nigdy w okolice karku, głowy)
- utrzymuj kontakt wzrokowy
- nie przechodź pomiędzy dwiema migającymi osobami
- 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
- pisz prostym językiem, używaj sms-a, e-maila, kartki papieru



Osoby słabosłyszące, niedosłyszające

- mów wyraźnie
- nie krzycz
- komunikuj się pisząc na kartce lub w telefonie
- nie irytuj się, gdy musisz coś powtórzyć
- zwróć uwagę na akustykę w pomieszczeniu
- korzystaj z mikrofonu
- zadbaj o wolne miejsce z przodu (aby osoba mogła być blisko spikera)
- pomyśl o transkrypcji na mityngach online



Osoby z niepełnosprawnością ruchową i/lub przewlekłymi chorobami

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

Wskazówki do kontaktu z osobami z niepełnosprawnością ruchową:

- zwracaj się bezpośrednio do rozmówcy
- podczas rozmowy z osobą na wózku usiądź na krześle lub przykucnij
- pamiętaj: wózek, kule, balkoniki stanowią przestrzeń osobistą



Inne dysfunkcje



Zaburzenia mowy

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

Należy poświęcić takiej osobie
maksymalną uwagę, nie
przerywać, ani nie kończyć za
nią zdań.



Ukryta niepełnosprawność

Nie każdy rodzaj niepełnosprawności
jest widoczny. Są osoby, które bardzo
niechętnie lub wcale nie informują o swoich
problemach zdrowotnych.

Osoby starsze

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 też kłopoty z prowadzeniem samochodu, chodzeniem, a kurczące się sieci społecznościowe powodują, że brakuje w pobliżu przyjaciół, którzy mogliby im pomóc.



Wychodząc naprzeciw wyzwaniom

W Polsce, oprócz Zespołu ds. Osób Głuchych i Słabosłyszących oraz pojedynczych inicjatyw podejmowanych w grupach, nie istnieją jeszcze dobrze zorganizowane zespoły dostępności.

Dla porównania, w strukturach Anonimowych Alkoholików USA i Kanady funkcjonuje już około 200 takich zespołów.

Dlatego też powstał *Przewodnik dostępności*. Można go pobrać ze strony internetowej naszej Wspólnoty. Jego celem jest zainicjowanie działań, dzięki którym mityngi będą rzeczywiście dostępne dla każdego alkoholika, który tego potrzebuje.

Home O nas **Dla uczestników** Dla profesjonalistów



Do pobrania

Przewodnik dostępności

https://aa.org.pl/wp-content/uploads/2023/05/Przewodnik_dostepnosci_AA_styczen_23.pdf

Katalog materiałów

Katalog materiałów

Nagrania audio

- „Dwanaście Kroków i Dwanaście Tradycji” – 6 x 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 czytania wersja Dwunastu Kroków AA. Kroki pojawiają się na górze każdej strony z uroszczonym 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”

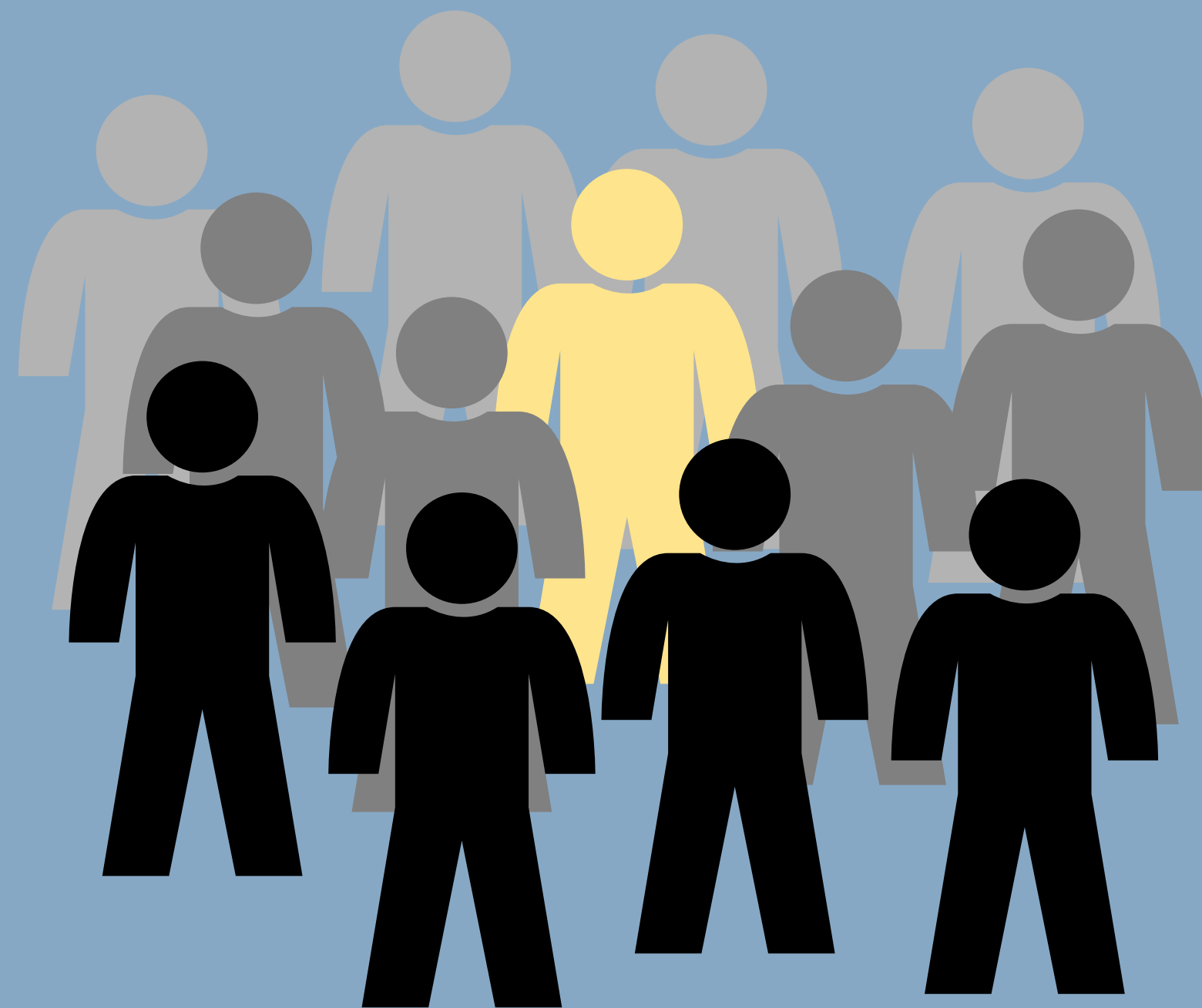
„Anonimowi Alkoholicy”

Literatura w polskim języku migowym (PJM)

Kompilacja ulotek „Czy AA jest dla Ciebie?” oraz „Nowicjusz pyta”

<https://youtu.be/ypLd1Y9a6CU>

Dziękujemy za uwagę....



Wszystkie obrazy i zdjęcia zostały pobrane z ogólnodostępnych zbiorów,
nie przedstawiają członków Wspólnoty Anonimowych Alkoholików.