

# LISTA MOCY

100 najbardziej wpływowych  
Polek i Polaków  
z niepełnosprawnością



**Koncepcja książki:** Piotr Pawłowski, Tomasz Przybyszewski, Agnieszka Jędrzejczak-Sprycha  
**Autorzy:** Beata Dązbłaż, Grzegorz Kapla, Piotr Stanisławski, Aneta Wawrzyńczak  
**Zdjęcia:** Autorzy zdjęć zostali podpisani przy swoich fotografiach, archiwa prywatne i Integracji  
**Fotoedycja:** Agnieszka Jędrzejczak-Sprycha  
**Współpraca:** Zespół Integracji  
**Redakcja:** Agnieszka Jędrzejczak-Sprycha  
**Korekta:** Monika Smoczyńska, Agnieszka Wójcik  
**Projekt graficzny:** Liliana Szymborska  
**Skład i DTP:** Liliana Szymborska  
**Retusz zdjęć:** Dariusz Gliwiński

#### Wydawca

INTE  
GRA  
CJA

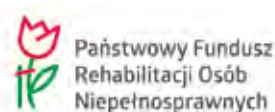
Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji  
 ul. Dzielna 1  
 00-162 Warszawa

© Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji

Partnerzy publikacji:



Projekt finansowany ze środków  
 Państwowego Funduszu  
 Rehabilitacji Osób  
 Niepełnosprawnych



Specjalne podziękowania  
 dla Shaw Trust



Warszawa 2017  
 Publikacja bezpłatna  
 ISBN 978-83-64300-03-5

Druk: AKCYDENS sp.j.

# Wstęp

**Lista Mocy** to jedyne miejsce, w którym spotyka się razem **100 najbardziej wpływowych Polek i Polaków z niepełnosprawnością**.

Mają różne pasje, cele, osiągnięcia, profesje, problemy i hobby, ale łączą ich trzy cechy: niepoprawny optymizm, ogromna siła i niesamowita waleczność.

I jeszcze to, że swoją energią potrafią zarażać innych. Wszyscy są otwarci, odważni i zdeterminowani, aby nie tylko omijać bariery, ale je likwidować.

Inspiracją do stworzenia *Listy Mocy* byli przyjaciele z brytyjskiej organizacji Shaw Trust, partnera Integracji, którzy od kilku lat tworzą taką listę w swoim kraju. Postanowiliśmy wydać jej polski odpowiednik, ponieważ moc i jej ambasadorzy potrzebni są tym wszystkim, którzy patrzą na swoje ograniczenia, a nie możliwości.

To pierwsza w Polsce książka typu „Who is Who”, dotycząca środowiska osób z niepełnosprawnością. Wyboru bohaterów i przygotowania publikacji podjęły się redakcje mediów Integracji: ■ magazynu „Integracja” ■ portalu Niepełnosprawni.pl ■ i redakcji filmowej.

Wspólnie z Czytelnikami znaleźliśmy osobowości, które zwłaszcza w ostatnich latach ■ wywierają

pozytywny wpływ ■ są liderami zmian ■ zmieniają życie innych ■ mają wyjątkowy wkład w życie społeczne ■ dzielą się wiedzą i talentami ■ robią wiele z potrzeby serca ■ mogą być wzorami.

W gronie redakcyjnym – po długich i burzliwych obradach – dokonaliśmy wyboru bohaterów pierwszej polskiej *Listy Mocy*.

Prezentujemy ich w 10 kategoriach: ■ sztuka/moda/design ■ rozrywka ■ sport/zawodnicy/działacze ■ media/wydawnictwa ■ działalność gospodarcza ■ polityka/prawo ■ IT/nowe technologie ■ edukacja/rozwój osobisty ■ urzędy/instytucje ■ działalność społeczna.

Każdą kategorię otwiera lider, a pozostali bohaterowie zostali zaprezentowani w kolejności alfabetycznej.

Korzystając z ponad 20-letniego doświadczenia, doskonałej znajomości środowiska, aktualnej wiedzy oraz unikatowej bazy fotograficznej, z wielką przyjemnością i dumą prezentujemy nieprzeciętne osobowości z całej Polski, w różnym wieku – szefów, mistrzów, innowatorów, artystów, celebrytów, zwycięzców, którzy wywierają największy i pozytywny wpływ na całe społeczeństwo.

Dziękujemy wszystkim za pomoc.  
 Miłej lektury!

**W imieniu redakcji**  
**Agnieszka Jędrzejczak-Sprycha**



**Nauczyłem się być odpowiedzialny. I że nic z tej odpowiedzialności mnie nie zwalnia.**

# Piotr Pawłowski

## twórca i prezes Integracji

### (...) Kiedy pierwszy raz pomyślał Pan o odpowiedzialności?

W dniu, w którym usiadłem na wózku. Pomyślałem, że odtąd jestem zwolniony z odpowiedzialności (...).

### I że ma Pan alibi.

Tak. Zrzucam odpowiedzialność na innych. Kiedy złamałem kręgosłup, miałem 16 lat i myślałem, że reszta życia będzie nie w moich rękach, bo już nie jestem kreatorem, straciłem sprawność. Głowa mi mówiła, że ludzkie funkcjonowanie jest uzależnione wyłącznie od sprawności fizycznej. Z czasem zacząłem dochodzić do prawdy, dojrzywać do myśli, że jak ktoś nie ma w głowie, to ma w nogach, a skoro nie mam w nogach, to powinienem mieć w głowie. I to był chyba moment, kiedy wziąłem odpowiedzialność. Na razie tylko za siebie. Za moje życie. W którymś momencie zaczęło mi zależeć, żeby jednak dalej żyć i funkcjonować.

### Na początku nie zależało?

Nie. Wtedy sądziłem, że życie bez sprawności nie ma najmniejszego sensu. Jak żyć? Jak funkcjonować? Byłem dobrze zapowiadającym się koszykarzem. Utrata sprawności, kiedy ma się 16 lat, kiedy planuje się przyszłość w oparciu o sprawność fizyczną i bycie sportowcem, była katastrofą. Kiedy chłopak rzuca dziewczynę albo dziewczyna chłopaka, gdy pojawiają się różne aspekty cierpienia, wydaje się, że sobie nie poradzimy. Z drabiną cierpienia jest tak, że im wyżej wejdiesz, tym bardziej boli upadek. Ja zawędrowałem na niej bardzo wysoko: złamałem kręgosłup. Gdy obudziłem się w szpitalu, lekarz powiedział: „Sorry, Piotr, ale resztę życia trzeba będzie przejechać na wózku, medycyna jest bezradna”. To nie jest takie proste, że sobie powiesz: „Dobrze, Panie Boże, skoro mam jechać na wózku, to pojadę na wózku”. To tak nie działa (...).

Fot. Andrzej Świątklik

### Malarstwa też Pan szukał?

Szukałem swojego miejsca i zacząłem malować. Przed wypadkiem w ogóle nie malowałem i wiem dlaczego: nie miałem czasu, bo grałem w koszykówkę. A po wypadku nie grałem w koszykówkę, było więcej czasu i zacząłem podpatrywać, co mógłbym robić. Pojawił się najpierw długopis w ustach, bym nauczył się pisać. Miałem cel, chciałem odpisać na list dziewczyny. Trudno było mi prosić kogokolwiek, a szczególnie mamę, żeby za mnie odpisała (...).

### Ma Pan taki rys, żeby ponosić odpowiedzialność za innych, zatrudnia Pan mnóstwo ludzi.

Zatrudnienie osób w Fundacji Integracja to jednocześnie zaproszenie ich do pewnych działań, które chciałbym w życiu zrealizować, przy moich ograniczeniach. Zaczynaliśmy od gazety, bo Integracja zaczęła się od magazynu „Integracja”. Na początku składaliśmy ją u mnie w domu we dwóch. Za stypendium kupiłem komputer i okazało się, że na nim można łączyć gazetę, prostą, czarno-białą. I tę gazetę składaliśmy z moim przyjacielem, też niepełnosprawnym chłopakiem, który był w trudniejszej i gorszej sytuacji ode mnie. Kiedy zaczęliśmy gazetę dystrybuować, to czytelnicy zaczęli do nas pisać listy. Okazało się, że jesteśmy potrzebni. Od tej pory byliśmy też odpowiedzialni za naszych czytelników, gdyż zwracali się do nas z konkretnymi potrzebami, pytaniami i problemami.

### I jak rozwiązaście kwestię dystrybucji?

Skutecznie. Dziś „Integracja” dociera do tych, którzy jej potrzebują. Budowaliśmy to przez lata. (...) W którymś momencie okazało się, że musi powstać redakcja. A gdy redakcja nie była w stanie odpowiadać i odpisywać na wszystkie listy, pojawiła się Janka,

która nie mówi, ale jest po polonistycy i genialnie realizuje się w pisaniu. Zaczęła odpisywać na listy. Było ich bardzo dużo. Kiedy ludzie się przekonali, że Janka odpisuje, nawiązały się relacje. W pewnym momencie nie dawała rady odpisywać na wszystko, więc założyliśmy centrum informacyjne, które miało obsługiwać nie tylko naszych czytelników. W kraju był wówczas duży problem z pozyskaniem informacji. I nagle w Warszawie, a później w kilku miastach w Polsce staliśmy się pośrednikiem pomiędzy pracodawcą a osobą z niepełnosprawnością, która szuka pracy. Zaczęliśmy uczyć ludzi. I po drodze zaczęliśmy robić kampanie społeczne.

Nadal widzę ludzi, którzy skaczą do wody, tak jak kiedyś ja. Zatem zrobiliśmy kampanię, która mówi: nie skaczcie do wody na główkę, bo jest to niebezpieczne. Potem okazało się, że jest problem z parkowaniem na tzw. kopertach, więc zmieniliśmy prawo w ruchu drogowym, a mandat z 50 zł wzrósł do 500 zł (...).

#### Zmieniacie rzeczywistość.

Tak, czyli bierzemy odpowiedzialność za tych, którzy nie mogą tego zrobić sami, i za tych, którzy nie bardzo wiedzą, jak zmieniać przepisy, zachowania, postawy... Zrobiliśmy wiele kampanii, które zmieniają postawy ludzi w stosunku do osób z niepełnosprawnością. I okazuje się, że to działanie nie tylko jest potrzebne, ale również przynosi pozytywne efekty (...).

**Zastanawiał się Pan, z czego to wynika, że jedni ludzie mają siłę, żeby się pozbierać, a inni nie, nawet gdy rzuci ich dziewczyna?**

”

**Jestem wierny maksymie Konfucjusza: „Znajdź sobie pracę, którą kochasz, a nie będziesz pracował ani dnia”.**

Myślę, że to kwestia wartości. (...) W którymś momencie w szpitalu pomyślałem sobie, że trzeba spadać z tego świata, bo co ja tutaj będę robił. Na szczęście nie mogłem sobie sam „pomóc” i zrobić krzywdy, ale w pewnej chwili to się pojawiło w głowie. Jestem człowiekiem wierzącym i nie chcę się spierać z Panem Bogiem. Musiałem zaakceptować fakt, że sam skoczyłem do tej wody i sam sobie uszkodziłem kręgosłup. Trudno mieć pretensje,

bo sam sobie to zafundowałem. I w momencie, w którym człowiek stara się wierzyć i bardziej cieszyć z tego, co zostało, niż narzekać na to, co się straciło, to pojawia się pewnego rodzaju przesłanie, żeby robić kolejne kroki. Dla mnie ważni w tym byli rodzice

i przyjaciele. Od 20 lat jestem też z kochającą żoną. Jeśli się ma bliskich, to łatwiej znosić pojawiające się problemy (...).

#### Nie ma handicapu.

Nie ma. Choć z drugiej strony, znam wiele osób, które wykorzystują swoją niepełnosprawność do osiągnięcia jakichś swoich celów w życiu. Mam czasami wrażenie, że ludzie myślą, że ja nie siedzę na tym wózku, tylko mogę z niego w każdej chwili wstać. Tak też jestem traktowany. To jest bardzo miłe i mi schlebia, ale ja też mam ograniczenia. (...) Sam się nie napiję i nie ubiorę, ale umiem pracować po 12 godzin. Sam sobie podniosłem bardzo wysoko poprzeczkę i jestem absolutnie świadomy, że mógłbym tak dużo od siebie nie wymagać, bo zbudowałem doskonały zespół. Ale mnie to wciąż kręci. I mam przywilej mówienia o tym. Wielu rzeczy nie mogę zrobić samodzielnie, ale gdybym w ten sposób podchodził do siebie czy życia, tobym siedział w czterech ścianach i pewnie malował.

Ale posłuchałem słów Konfucjusza: „Znajdź sobie pracę, którą kochasz, a nie będziesz pracował ani dnia”. Nie mam szefa nad sobą, co jest bardzo komfortowe. Mogę mówić, że robię dużo rzeczy, a tymczasem przecież robi je cały zespół (...).

**Czy mamy prawo wymagać od ludzi, żeby zmieniali świat, żeby byli przedsiębiorczy? Może są szczęśliwi dzięki temu, że żyją w swoim bezpiecznym świecie.**

Każdy ma swoje wybory. Ja uważam, że ci, którzy mogą, powinni podjąć tę próbę. Nie jesteśmy skazani na nicnierobienie. Wręcz przeciwnie, jesteśmy powołani do tego, żeby wykorzystać swoje talenty. Ja mam takie doświadczenie i taki warsztat, że w każdym dostrzegłbym różne możliwości. Trzeba je wykorzystać.

**Ma Pan biblijne podejście: jeżeli masz talent, to twoim obowiązkiem jest z niego korzystać.**

Szlifuj, szlifuj charakter. Nie każdy może, bo są osoby z różnymi niepełnosprawnościami. Nie każdy może pójść do pracy, tak jak nie każdy do szkoły itd. Są różne historie, ale ci, którzy mogą, to podkreślam, powinni mocno się nad tym zastanowić (...).

**Kiedyś, żeby coś osiągnąć, trzeba było być kimś. Dzisiaj wydaje się, że wystarczy dobrze wyglądać.**

Dziś młodzi potrzebują spotkań z ludźmi doświadczonymi i mającymi coś do powiedzenia. Jestem często zapraszany do szkół i widzę, jak rodzi się w młodych ludziach refleksja: „Mam sprawne ręce, sprawne nogi, mogę wszystko, a nie radzę sobie z tym, że dziewczyna mnie rzuciła”? Widzę, jak wracają myślą do tej wspomnianej przeze mnie drabiny cierpienia i zaczynają dostrzegać poziom, który upoważnia do narzekania na los. Zła ocena nie upoważnia do depresji i narzekania na świat. Brak refleksji nad własnym losem wynika z tego, że brakuje nam punktu odniesienia. A tego punktu nie mamy, bo jesteśmy zbyt zapatrzeni w siebie. Nie dostrzegamy innych. Wystarczy sprawić, żeby ludzie zaczęli dostrzegać innych i wtedy swój los widzą we właściwym świetle. (...)

**Jest Pan niezwykłym optymistą.**

Bo nie oplaca się w życiu inna postawa. Wypadek bardzo mnie zmienił. Nauczył najpierw pokory – bo już nie pobiegę. A potem cierpliwości – bo skoro nie mogę pobiec, to może jest jakiś sposób, żeby pójść. I nauczył mnie też współpracy – bo wtedy świat nie był przystosowany dla osób z niepełnosprawnością nawet w małym stopniu. Nauczyłem się więc polegać na innych i korzystać z ich pomocy. I jasno sformułowałem oczekiwania. Nazywać wyzwania i znajdować rozwiązania. Nauczyłem się, że muszę być wśród ludzi, że nie mogę – tak jak próbowałem – być tłumaczem z japońskiego.

**Czyli wypadek był rodzajem powołania?**

Z całą pewnością pozwolił mi dostrzec moje talenty. I z całą pewnością wykorzystałem je lepiej, niż gdybym został koszykarzem. Zdaję sobie sprawę z ograniczeń, ale czasami myślę, kim bym został po moim technikum samochodowym. Dzisiaj naprawiałbym auta albo był emerytowanym koszykarzem narzekającym na kolana, bo to trudny sport. Z całą pewnością nie zrobiłbym w życiu aż tyle, ile zrobiłem, siedząc na wózku.

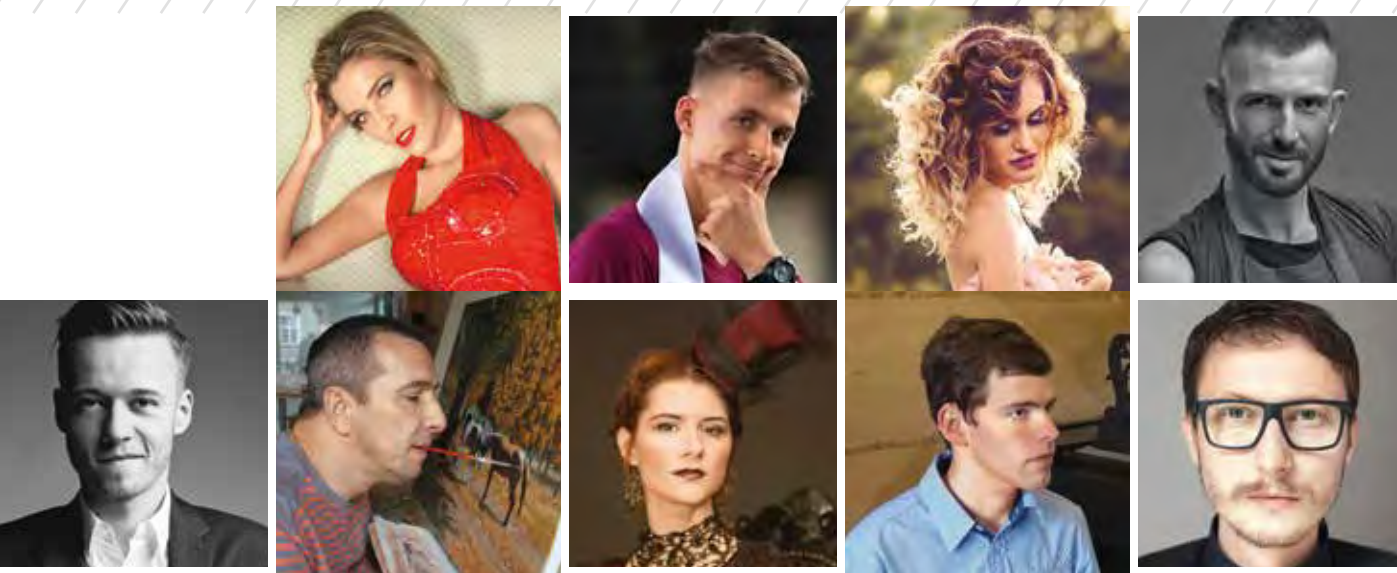
**Być może Pańskie cechy ujawniłyby się niezależnie od wszystkiego.**

Wbrew pozorom zdecydowanie mniej zmarnowałem czasu, bo szybko dojrzałem i nauczyłem się maksymalnie wykorzystywać swoje możliwości. Dlatego że nagle stały się bardzo ograniczone. Wystarczyło na zrobienie gazety. A potem portalu, telewizji, fundacji, działań edukacyjnych, eventów, przedsiębiorstwa... Najważniejsze, że nauczyłem się być odpowiedzialny. I że nic z tej odpowiedzialności mnie nie zwalnia. Odpowiedzialności za własny rozwój, rozwój ludzi, z którymi pracuję, i za tych, dla których pracuję. Nie zwalnia z tego wypadek, nie zwalnia paraliż, dlaczego miałoby zwalniać cokolwiek innego? Chodzi o to, żeby tego paraliżu nie mieć w głowie.

**Rozmawiał Grzegorz Kapla; cała rozmowa na Nienieodpowiedzialni.pl**

# 1.

**kategoria**  
sztuka/moda/design



”

**Pragnę inspirować, dodawać odwagi i przekonywać, że wiele zależy od nas samych.**

# Agata Roczniak

modelka, inspiratorka

**Ma Pani pozytywny stosunek do życia, optymizm, radość i nieschodzący z twarzy uśmiech... Skąd Pani czerpie energię?**

W dużej mierze od siebie samej, bo od własnego nastawienia zależy, czy będzie się szczęśliwym, czy będzie się narzekać na los. Tę pozytywną skłonność zawdzięczam rodzicom, którzy mówili: jeśli sama nie zadbasz o swoje szczęście, to nikt za ciebie tego nie zrobi; jeśli chcesz, aby twoje życie było ciekawe, to nie stanie się to bez twojego udziału i pracy nad sobą. Rodzice naładowali mnie odwagą i odpowiedzialnością za siebie i swoje wybory.

**A co dziś Panią motywuje i inspiruje?**

Motywuja mnie relacje z ludźmi. Przykładem mogą być podopieczni Fundacji Ewy Minge „Black Butterflies”, którzy zmagają się z trudnym do pokonania nowotworem czy innymi nieuleczalnymi chorobami. Prócz realizowania funkcji Członka Rady Fundacji jestem także inspiratorką i organizatorką warsztatów, które motywują do działania, bycia radosnym i doceniania życia takim, jakie ono jest. Gdy opowiadam o swoim życiu i doświadczeniach, pragnę inspirować, dodawać odwagi i przekonywać, że wiele zależy od nas samych. (...) Moi odbiorcy inspirują też mnie do dalszej pracy.

**A kiedy po raz pierwszy poczuła Pani moc, aby zmienić swoje życie i nim pokierować?**

Kiedy miałam 16 lat, zapragnęłam zostać modelką. Koleżanka, która była w branży, zabrała mnie na profesjonalną sesję zdjęciową. I kiedy zobaczyłam efekt zdjęć i gdy pracę ze mną ocenił fotograf, pojawiło się we mnie pragnienie, aby podążać za marzeniem. Wówczas na temat osób niepełnosprawnych funkcjonowały stereotypy i nikt nie wyobrażał sobie, że kobieta na wózku może zostać modelką. Nabrałam tym bardziej odwagi.

**(...) Kiedy nastąpiła realizacja tego marzenia?**

Ukoronowaniem było zaproszenie mnie przez Ewę Minge, znaną i cenioną projektantkę mody, na jej pokaz, na prawdziwy wybieg z najlepszymi polskimi modelkami i przed ponadtyśięcną publicznością. Odebrałam to jako ogromne docenienie pracy, jaką wykonałam przez lata w przełamaniu stereotypu modelki na wózku.

**Co poradziłaby Pani kandydatkom na modelki?**

Aby już na początku zaczęły budować swoją markę, najpierw tworząc profesjonalne portfolio, i zainteresowały nim agencje i kreatorów mody. Muszą same określić, co chcą osiągnąć, by ich wymarzona kariera nie okazała się tylko nagrodą za pracę i zaangażowanie. Ja dużo czasu poświęcałam na wysyłanie ofert w setki miejsc i do setek osób, aby zainspirować je swoim pomysłem modelki na wózku, która przełamuje stereotypy i podejmuje się tego wyzwania. I zainteresowałam sobą Ewę Minge.

**Czy kobiety z niepełnosprawnością mają dziś większe, czy mniejsze szanse, aby odnieść sukces w modzie i modelingu?**

Mają większe szanse. W tym roku w Polsce odbył się konkurs Miss Świata na Wózku, co pokazuje, jak rynek i społeczeństwo otworzyły się na to wyzwanie. (...) Poza tym można próbować sił za granicą, a kiedyś było to nie do pomyślenia. Dziś Julia Torla, Miss Polski na Wózku z 2014 r., ma kontrakt we Włoszech!

**Jakie były inne momenty zwrotne w Pani życiu?**

Oczywiście miłość! Znalezienie męża, dojrzałe małżeństwo i urodzenie dziecka. To ważna część naszego życia, bo i tu funkcjonowały stereotypy. Jako młoda dziewczyna słyszałam, że na wózku nikogo nie znajdzie, a według lekarzy nie powinnam decydować się na ciążę. Przewertowałam, co się dało, aby znaleźć na świecie kobiety z rdzeniowym zanikiem mięśni (SMA), które urodziły dziecko. W Polsce nie znalazłam żadnej. Nie miałam medycznych przeciwwskazań do ciąży, mąż zbadał brak nosicielstwa genu SMA i zdecydowaliśmy się. Kuba ma 7 lat i jest owocem naszej miłości i szczęścia.



# Mateusz Borowski

mister świata, sportowiec

**L**ekkoatleta, student pedagogiki resocjalizacyjnej, Mister Świata Głuchych 2017, ambasador kampanii Polskiego Związku Głuchych „Wkręć się w miganie”, organizator zawodów sportowych.

Urodził się w 1995 r. w Bydgoszczy; od urodzenia jest niesłyszący. Po ukończeniu Technikum Gastronomicznego przy Instytucie Głuchoniemych w Warszawie marzyły mu się studia na warszawskiej Akademii Wychowania Fizycznego. Ze względu na brak tłumaczy języka migowego musiał jednak zrezygnować. Studiuje pedagogikę resocjalizacyjną na Uniwersytecie Przyrodniczo-Humanistycznym w Siedlcach (gdzie tłumacze są dostępni). Na co dzień – sześć razy w tygodniu – trenuje biegi w Polskim Związku Sportu Niesłyszących.

Jest sprinterem, biega na 200 i 400 m, mistrzem i rekordzistą Polski, zdobywcą srebrnego i brązowego medalu mistrzostw Europy juniorów. Kontuzja kolana uniemożliwiła mu start w XXIII Światowych Letnich Igrzyskach Olimpijskich Głuchych w Turcji. Na ośłodę wystartował w wyborach Mistra Świata Głuchych. „Udział w tym konkursie zaproponowano mi nagle, szczerze mówiąc, byłem tą propozycją zaskoczony, bo moją pasją jest sport, a nie modeling. Miałem zaledwie kilka dni na podjęcie decyzji”. Decyzję podjął – i wygrał, pokonując 19 rywali z całego świata. „To wyróżnienie, którego się nie spodziewałem. Cóż, miło być misterem” – mówi.

Planuje dokończenie studiów, już pisze pracę licencjacką, priorytetem dla niego jest jednak sport. „Wciąż trenuję, biegam, bo chcę zdobywać medale, w tym ten najważniejszy: olimpijski” – podkreśla. Nie wyklucza też kariery w modelingu: „Jeśli będą mnie chcieli, mogę spróbować”. Swoje życiowe motto wyniósł z domu: „Żyj tak, żeby nikt przez ciebie nie płakał”.

Tekst: Aneta Wawrzyniak, Fot. Archiwum prywatne

# Sylwia Gajewska

fotomodelka, wizażystka

**P**omysłodawczyni i założycielka pierwszej w Polsce Agencji Equal, dla modelek i modeli z niepełnosprawnością (2014), dziennikarka, wizażystka, blogerka i fotomodelka, z wykształcenia logopeda, ale też studentka pedagogiki specjalnej.

Mieszka w Ciechanowie. „Otwierając agencję, chciałam pokazać, że osoby z niepełnosprawnością nie różnią się od innych, są piękne i realizują się w różnych zawodach – mówiła Integracji na początku działalności. – Jestem akuserką ich marzeń – zaczynają w siebie wierzyć. Decydują się pokazać światu i zaprezentować niepełnosprawność jako atut”.

Kocha wizaż i czerwień na ustach, od zawsze zamieniała dom w wybieg dla modelek: zabierała mamie szpilki, przebierała się i robiła makijaż.

Przed obiektywem aparatu czuje się jak ryba w wodzie, tam znikają wszystkie bariery. Profesjonalne sesje zdjęciowe były jej marzeniem od dzieciństwa, a teraz ma ich za sobą kilkadziesiąt.

Od urodzenia ma artrogrypozę, nigdy jednak nie uznała tego za przeszkodę w realizacji swoich marzeń. Mimo niepełnej sprawności rąk wykonuje profesjonalne makijaże. Jej pasją jest łamanie stereotypów o osobach z niepełnosprawnością, a szczególnie kobietach.

Chciałaby zarażać wszystkich swoją wiarą w to, że nie ma rzeczy niemożliwych. Sama jest dowodem na to, że wystarczy chcieć. Prawdziwą biedą jest dla niej rezygnacja z marzeń, a akceptacja choroby – warunkiem szczęśliwego życia.

Shczęście daje jej robienie czegoś dobrego dla innych. Wierzy i doświadcza, że dobro wraca do niej ze zdwojoną siłą.

Tekst: Beata Dąbka, Fot. Beata Lenart





# Tomasz Karcz

fryzjer, stylist

**K**reator wizerunku, stylist, projektant mody, fryzjer. Do włosów rękę miał od dziecka. Dostłownie – w Ostrowcu Świętokrzyskim w 1984 r. urodził się z zespołem Polanda, czyli rzadkim zespołem wad wrodzonych, który w jego przypadku oznaczał brak prawej dłoni. Mimo to już od dziecka zdobywał pierwsze zawodowe szlify, całymi godzinami strzygąc i farbując plakatówkami włosy lalkom. Spod jego (lewej) ręki wychodziły też fryzury na głowach koleżanek, cioci i mamy.

Swój optymizm, tendencję do przekuwania ułomności w atuty i życiowe motto: „Niepełnosprawność kryje się w głowie”, zawdzięcza właśnie mamie, która radziła: „Śmieją się z ciebie? Śmieją się z nimi”.

Choć nieomal zboczył z obranej ścieżki – gdyż pedagodzy pukali się w głowy: „Fryzjer bez ręki? To się nie uda!” – wrodzony talent i determinacja zawiodły go do Krakowa, gdzie od 2006 r. prowadzi własny salon fryzjerski, pracownię krawiecką i showroom pod nazwą Pracownia Tomasz Karcz.

W programie „Misja Integracja” powiedział: „Wybrałem taki fajny i wdzięczny zawód, dzięki któremu codziennie wychodzą ode mnie zadowolone osoby. Łatwo jest pracować, gdy każdego dnia żegna się z tobą ileś szczęśliwych twarzy”.

Jako fryzjer kładzie nacisk na długie rozmowy z klientkami, bo fryzura to „coś bardziej dla duszy niż dla ciała”. Jako projektant dba o wspieranie rodzimej gospodarki – szyje w Polsce, z polskich tkanin, z pomocą polskich pracowników.

Jak sam przekonuje, jego projekty „przeznaczone są dla ludzi wymagających, odważnych, którzy nie boją się wyróżniać z tłumu i cenią sobie niezależność”.

Czyli takich jak on.

Tekst: Aneta Wawrzynczak, Fot. Jacek Ura



# Mariusz Kędzierski

rysownik, mówca motywacyjny

**A**rtysta rysownik, mówca motywacyjny, ambasador Akademii Przyszłości we Wrocławiu, zdobywca II miejsca w konkursie Best Global Artist w 2013 r., laureat akcji „It’s Your Life, Just Take It”, zdobywca Nagrody Publiczności w konkursie „Człowiek bez barier 2015”. Urodził się z wadą rozwojową przedramion. W wieku trzech lat odkrył swój talent, ale kolejne operacje uniemożliwiły jego rozwijanie. Do rysowania wrócił w 2008 r., od tego czasu specjalizuje się w fotorealizmie, najchętniej rysując portrety. Ma na koncie wystawy w Polsce i za granicą, jego rysunki trafiają do prywatnych kolekcji na całym świecie.

Jest samoukiem, choć po ukończeniu liceum w Świdnicy dostał się na Akademię Sztuk Pięknych, musiał zrezygnować. „Na studia na ASP już nie wrócę, choć nie wykluczam, że wybiorę inny kierunek. Moim konikiem jest przemawianie do ludzi i w tym kierunku chcę się rozwijać” – wyjaśnia.

W 2015 r. na ulicach dziewięciu największych miast Europy zrealizował autorski projekt „Mariusz Rysuje”. O jego 17-dniowej podróży artystyczno-inspiracyjnej pisały światowe media.

Od 2015 r. prowadzi wykłady motywacyjne w Polsce i za granicą (jako pierwszy Polak wystąpił w takiej roli w Azji, w Tajpej na Tajwanie), a debiutował jako nastolatek w Polskim Stowarzyszeniu im. Janusza Korczaka, prowadząc dla uczniów lekcje o tolerancji. „Zawsze jestem najpierw oceniany pod kątem niepełnosprawności, dopiero kiedy ktoś bliżej zapoznaje się z moimi pracami, schodzi to na dalszy plan. Chciałbym to zmienić, bo wszyscy się różnimy. Powinniśmy być oceniani nie przez przyrządy fizyczności, która z czasem się zmienia, ale osobowości” – mówi.

Tekst: Aneta Wawrzynczak, Fot. Studio Urbaniak Gąszowski



## Kampania społeczna Integracji

Poprawa opieki nad pacjentami, cierpiąc mi z powodu przewlekłego zalegania moczu  
Cewniki hydrofilowe wyznaczają złoty standard w samocewnikowaniu na całym świecie

Sprawdź sam i dowiedz się więcej na  
[www.niepelnosprawni.pl/cewnikowanie](http://www.niepelnosprawni.pl/cewnikowanie)



Uwolnij swoją  
**mocz**

Kampania realizowana  
w ramach programu



## Mariusz Mączka

artysta malarz, edukator

**A**rtysta malarz, członek Światowego Związku Malujących Ustami i Nogami, wyróżniony w Konkursie „Człowiek bez barier 2015”, laureat Ogólnoswiatowego Konkursu Malujących Ustami i Nogami w 2005 r. w Australii, posiadacz odznaczenia artystycznego prezydenta miasta Racibórz i wyróżnienia burmistrza miasta Dobiegniew za działalność na rzecz lokalnej społeczności.

Urodził się w 1973 r. w Dobiegniewie. Jako nastolatek uległ w 1988 r. wypadkowi – w wyniku niefortunnego skoku do wody na główkę doznał czterokończynowego porażenia i od tego czasu porusza się na wózku.

Malarstwem zainteresował się w czasie rehabilitacji, gdy czytał biografię szwedzkiej artystki malującej ustami, która złamała kręgosłup także w wyniku skoku do wody.

Od początku twórczości jego ulubionym motywem są konie. „Koń wydaje mi się ostatnim w pełni wolnym

zwierzęciem, bardzo podoba mi się jego nieokietznanie. I jest po prostu piękny” – wyjaśnia. Tworzy również portrety i akty.

Od 2000 r. zrealizował kilkadziesiąt wystaw w Polsce, Czechach, Austrii i na Węgrzech. „Malarstwo odmieniło moje życie, pozwoliło mi bardziej otworzyć się na ludzi, wyjść do nich. Stało się też pomysłem na życie, jest moją pasją i sposobem zarabiania. Po prostu łączę przyjemne z pożytecznym” – śmieje się.

W rodzinnym Dobiegniewie aktywnie włącza się w akcje charytatywne, m.in. plenery malarskie i przeglądy twórczości osób z niepełnosprawnością, prowadzi warsztaty dla pełnosprawnych dzieci i młodzieży, w czasie których opowiada swoją historię, „aby nie powtórzyli jego błędów”.

Z dumą podkreśla, że kilkoro uczestników jego warsztatów odkryło w sobie pasję i talent i są już absolwentami Akademii Sztuk Pięknych.

Tekst: Aneta Wawrzynczak, Fot. Monika Mączka



# Aldona Plewińska

## fotomodelka, inspiratorka

**F**otomodelka, mieszka w Katowicach. Na co dzień pracuje jako konsultantka w firmie sprzedającej oprogramowanie do sklepów internetowych.

Urodziła się bez rąk i jednej nogi, od 16. roku życia ma też chorobę Leśniowskiego-Crohna.

Uczestniczyła w kilkudziesięciu profesjonalnych sesjach zdjęciowych. Zastępnęła odważnymi kreacjami, jak na zdjęciu Katarzyny Widmańskiej (2011) w surrealistycznym kostiumie przypominającym zbroję, z konstrukcją z drutów i sprężynek wokół głowy. W poprzek fotografii biegnie napis: *My Body Is Not A Cage*.

Pozuje nie tylko dla siebie, spełniając marzenia, ale także dla odbiorców – chce przekazać, że osoby z niepełnosprawnością marzą, aktywnie żyją, mogą realizować cele.

To mama nauczyła ją być silną, dzięki niej ma to wszystko, co dotychczas osiągnęła.

Pani Aldona ze swojej niepełnosprawności uczyniła atut, a poprzez zdjęcia chce otwierać ludziom oczy. Przypomina, że życie jest tylko jedno, innego nie będzie. Warto więc wychodzić do ludzi, walczyć o siebie i marzenia. Z dumą mówi o akceptacji swojej niepełnosprawności i odwadze do pozowania w różnych sesjach.

Lubi nowinki i eksperymenty oraz poznawanie nowych ludzi i sytuacji.

Jej zdjęcia oglądane były i są na całym świecie, m.in. w szwedzkim Malmö podczas I zjazdu European Dysmelia Reference Information Center. Warto podkreślić, że zdjęcie pani Aldony zrobione przez Annę Bodnar zdobyło I nagrodę w konkursie fotografii portretowej w Londynie.

Aldona Plewińska ma za sobą też debiut przed kamerą – wystąpiła w teledysku do piosenki Olka Klepacza (lidera Formacji Nieżywych Schabuff) *Madame Depressja* (2012) w roli tajemniczej postaci w oryginalnej kreacji.

Tekst: Beata Dąbka, Fot. Katarzyna Nilińska/Archiwum Integracji



# Grzegorz Płonka

## muzyk, kompozytor

**P**ianista, kompozytor. Gdy przyszedł na świat jako 8-miesięczny wcześniak, lekarze właściwie postawili na nim krzyżyk: miał 2 punkty w skali Apgar, wszystkie zmysły upośledzone i niedorozwój intelektualny.

Przez 14 lat przetrucany z instytucji do instytucji tylko dzięki determinacji rodziców otrzymał w Instytucie Fizjologii i Patologii Słuchu w Kajetanach prawidłową diagnozę, tj. ciężki niedosłuch zmysłowo-nerwowy, oraz dostał aparat słuchowy. Dzięki decyzji prof. Henryka Skarżyńskiego wszczepiono mu implant, który uwolnił talent. Grzegorz usłyszał śpiew ptaków, a dzięki ptakom zakochał się bez pamięci w muzyce. Wydawało się jednak, że bez wzajemności, bo żadna szkoła muzyczna nie chciała tej miłości odwzajemnić.

Brakowało mu elementarnej wiedzy, słabo słyszał, słabo mówił. Stał się więc Nikiforem fortepianu – nauczył

się nut, strojenia, wreszcie gry. Latem 2015 r., podczas I Międzynarodowego Festiwalu Muzycznego Dzieci, Młodzieży i Dorosłych z Zaburzeniami Słuchu „Slimakowe Rytmy”, wykonał sonatę *Księżycową* – jak orzekło jury – „lepiej niż zrobiłby to sam Beethoven”, a publiczność zgotowała mu kilkuminutową owację.

Skończył szkołę muzyczną I stopnia, zaangażował się w obronę szkoły muzycznej dla dzieci z niepełnosprawnością w Krakowie, rozpoczął pracę nad autorską płytą. W jednym z wywiadów mama Grzegorza stwierdziła: „Niewiarygodna jest ta jego nieprawdopodobna siła. (...) Jako rodzice zobaczyliśmy bezwładność systemu edukacyjnego. Grzegorz swą intuicją nie akceptował takiej sytuacji. To nas mobilizowało do podejmowania nieustającej walki o niego, jego kształcenie ogólne i muzyczne”. (...) On z kolei przekonuje, że „nie wolno poddawać się w walce o swój rozwój, edukację i marzenia”.

Tekst: Aneta Wawrzyniak, Fot. Archiwum prywatne

# Michał Woroch

fotograf, grafik

**G**rafik, podróżnik, fotograf, designer, montażysta, laureat Nagrody im. Andrzeja Zawady, przyznawanej przez Kapitułę Kolosów, nagrody Kryształki Zwierciadła miesięcznika „Zwierciadło” oraz Nagrody Alchemika, ufundowanej przez wydawnictwo Drzewo Babel w 20. rocznicę polskiego wydania najstynniejszej powieści Paulo Coelho. Gdy miał 16 lat, zdiagnozowano u niego rdzeniowy zanik mięśni (SMA); od 19. roku życia porusza się na wózku.

Ukończył grafikę projektową na Uniwersytecie Artystycznym w Poznaniu, w 2006 r. z przyjacielem wyruszył w podróż autostopem z Madrytu do Warszawy.

Połączył globtroterskiego bakcyła, od 2008 r. wziął udział w 10 projektach podróżniczo-fotograficznych (m.in. w Mongolii, Indiach, Norwegii i Ameryce Łacińskiej), zorganizował kilka wystaw. W 2012 r. wraz z poruszającym się na wózku Maciejem Kamińskim wyruszyli w pierwszą samodzielną podróż do przylądka Cabo da Roca, która, jak twierdzą, pokazała, że „dwóch kulawych pomimo ograniczeń fizycznych jest w stanie dokonać rzeczy niemożliwych”.

Jesienią 2016 r. wyruszyli w najdłuższą i największą (jak dotąd) wyprawę i zaliczyli obie Ameryki, od Ziemi Ognistej po Los Angeles (dotarcie na Alaskę pokrzyżowała im awaria samochodu). Podróż odbywali autem terenowym, które sami sobie dostosowali.

Kiedyś uważał, że „niepełnosprawność to koniec świata”. Dzisiaj mówi: „Nie polecam, ale ją kocham”.

Jurorzy konkursu wydawnictwa Drzewo Babel tak uzasadnili jego zwycięstwo: „Szukaliśmy Alchemika, człowieka, który miał odwagę sięgnąć po swoje marzenia. Znaleźliśmy kogoś, kto udowadnia, że nie warto odkładać marzeń na odległe potem, że ograniczenia są po to, by je przełamywać”. Jego kompan podróży stwierdził w jednym z wywiadów: „Michał to siła”.

Tekst: Aneta Wawrzyniak, Fot. Piotr Wreğa



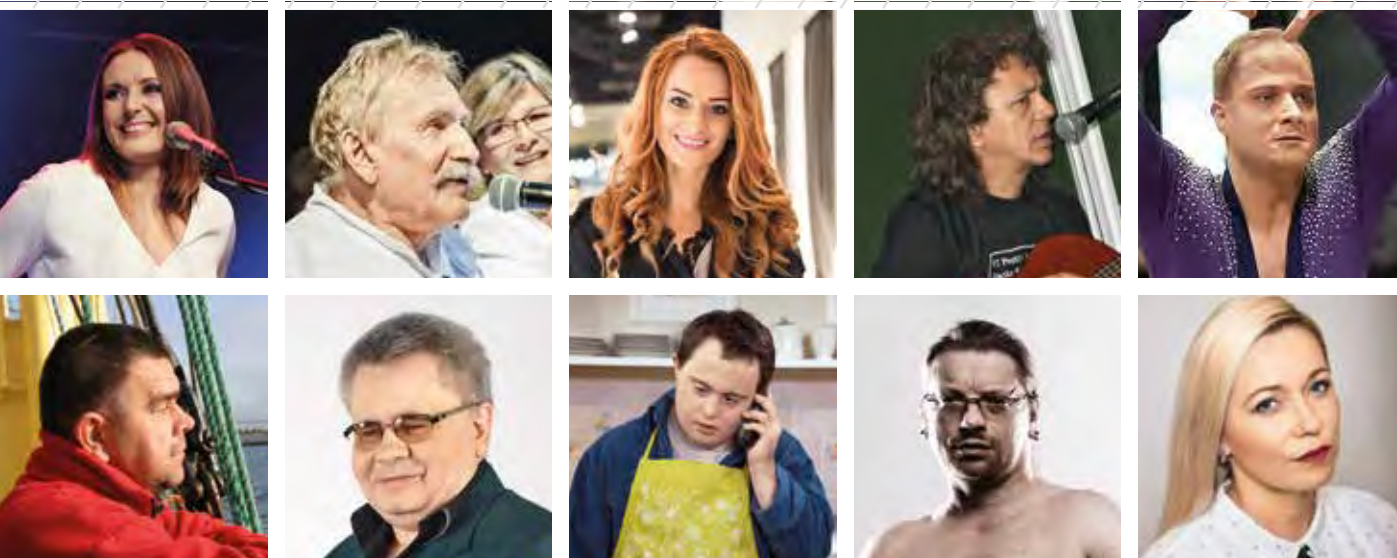
fundacjapzu.pl



FUNDACJA

# 2.

## kategoria rozrywka



”

**Jakość mojego życia  
jest lepsza  
niż przedtem,  
bo dziś potrafię się  
nim cieszyć.**



Rozmawiał Piotr Stanisławski, Fot. Piotr Stanisławski/Archiwum Integracji

# Monika Kuszyńska

## wokalistka, kompozytorka

**Pani piosenka *Obudź się i żyj* jest manifestem życia, a jednocześnie scenicznym credo, że śpiewam o tym, czego doświadczam i co przeżywam.**

Rzeczywiście, pisząc teksty, staram się przede wszystkim korzystać z własnych doświadczeń, ale też z historii napotkanych ludzi. Nie tylko śpiewam o rzeczach, których się nauczyłam i które uważam za ważne, ale też robię wszystko, by wcielić je w czyn. Życie jest bardzo kruche, do tego szybko przemija, szkoda więc tracić je na puste słowa. Dopóki tego nie zrozumiemy, wydaje nam się, że jesteśmy nieśmiertelni i posiadamy nieograniczone możliwości. A tak naprawdę nie wiemy, co za chwilę może się wydarzyć.

**Osobiste doświadczenia, wiara, nadzieja, miłość, którymi dzieli się Pani w piosenkach, ale także w książce *Drugie życie*, pomagają?**

Nie ma koncertu, na którym nie słyszałabym od publiczności takich słów. Przychodzą ludzie, którzy dziękują i mówią, że moje piosenki i to, co robię, bardzo im pomogło, zainspirowało, albo że w wypowiedzianych słowach wyraziłam ich myśli i uczucia. Dla mnie są to piękne chwile. Wiele osób namawiało mnie do spisania swojej historii, ponieważ może być przydatna. I rzeczywiście, otrzymałam bardzo wiele ciepłych głosów, że książka podniosła kogoś na duchu, pomogła uwierzyć w siebie, zmotywowała do zmiany czegoś w życiu. To ważne, aby dzielić się swoimi zwycięstwami nad słabością. Nic tak nie zagrzewa do walki. Czynię to także na scenie.

**Książka zamknęła też pewien rozdział w Pani życiu.**

Zdecydowanie tak. Takie podsumowania są ważne, bo pozwalają zatrzasnąć drzwi do przeszłości i skupić się na tym, co przed nami. Podobnie było po nagraniu płyty *Ocalona*. Zamknęłam nią najtrudniejszy rozdział mojego życia. To dało siłę do ponownego wyjścia do ludzi,

powrotu na scenę. W książce opisuję nie tylko ten czas, ale także dzielę się sukcesami i radościami, które przyszły później. Moje życie dziś to kolejny, inny rozdział.

**Gdyby miała Pani podsumować swoje życie, to z czego jest Pani najbardziej zadowolona albo dumna?**

Na pewno z tego, że udało mi się pokonać tamten ogromny ból i słabość. Pamiętam, w jakim byłam dołku, jak nie wierzyłam w siebie, nie potrafiłam patrzeć w lustro, nie wyobrażałam sobie powrotu na scenę. To był bardzo trudny okres, wydawało mi się, że wypadek i wózek odebrały mi kobiecość, urodę, szansę na dobre życie. Nie wierzyłam, że się z tego pozbięram. A dzisiaj patrzę w lustro i widzę szczęśliwą osobę, spełnioną kobietę. To mój ogromny sukces.

Udało mi się też wrócić do pasji, jaką jest śpiewanie. Mam swoją publiczność, która rozumie mój przekaz, ceni i szanuje to, co robię. Ale to wszystko nie jest tylko moją zasługą. Pomagało mi wiele osób, bliscy, ale i ci nowo poznani w szpitalach, centrach rehabilitacji, ludzie chorzy, po wypadkach. Swoimi historiami, pozytywnymi przykładami dodawali wiary i energii, podnosili mnie. Ludzie będący niekiedy w gorszej sytuacji od mojej uczyli mnie walki, optymizmu i wiary. Choć musiałam to wszystko przepracować sama ze sobą, to bez ich wsparcia pewnie nie dałabym rady.

Leżąc w szpitalnym łóżku, nie wyobrażałam sobie, że założę rodzinę, będę żoną, mamą. Wydawało mi się, że nie mam na to szans. A jednak wszystko tak pięknie się ułożyło. Żyję teraz świadomie, rzeczywiście drugim życiem, z innym nastawieniem do niego. Umiem docenić to, co mam, dostrzec piękno, którego wcześniej nie widziałam. Mogę powiedzieć, że jakość mojego życia jest lepsza niż przedtem, bo dziś potrafię się nim cieszyć.

**A teraz przekazuje Pani energię, wiarę i siłę innym...**

I tak to chyba działa, że nawzajem się wspieramy, dajemy innym i od innych otrzymujemy. Ta dobra energia cały czas krąży. I to jest piękne.



## Andrzej Brandstatter

### muzyk, autor tekstów

**M**uzyk, były tancerz, góralski pieśniarz, autor tekstów, ale też przewodnik górski i skoczek narciarski.

Jako „Krzok” w latach 50. przeprowadził się z rodzicami z Opolą do Zakopanego i pokochał Tatry, folk i góralską muzykę. Jest samoukiem. Góralskie hołubce tańczył i w szkole średniej, i w wojsku.

Spełnieniem jego marzeń było założenie zespołu Krywań. Zarabiał na życie, więc zostawił muzykę. Wrócił, oddając hołd 11-letniemu synowi Kubie, który zginął pod kołami pijanego kierowcy, a też chciał być muzykiem.

W 1993 r. Andrzej Brandstatter założył drugi zespół, Hawrań. Oba zdobyły wiele nagród na festiwalach. Współpracował z Polskim Stowarzyszeniem Jazzowym i Estradą Poznańską, teatrami i wieloma artystami, m.in. Krystyną Jandą, Marylą Rodowicz i Adamem Sztabą.

W latach 80. XX w. zachorował na stwardnienie rozsiane, porusza się na wózku. Razem z żoną założył Fundację

Andrzeja Brandstattera Pro Artis, wspierającą uzdolnioną wokalnie młodzież. Od 11 lat organizują Wierchowe Spotkania, na których pojawiają się młodzi z całej Polski, by wspólnie śpiewać. Wśród podopiecznych fundacji są dzieci z różnymi niepełnosprawnościami. To jego wielka duma, cieszą go ich sukcesy.

Trudne doświadczenia zahartowały go i pchają do działania. Nagrał kilka płyt. Jedną z ważniejszych jest *Moje pocieszenie*.

„Dziś wiem już, że nie ma tego złego, co by na dobre nie wyszło. Zawsze przychodzi czas, w którym człowiekowi po burzy zaświeci słońce. Gdy jest w życiu cel, takie „drobnostki” jak niepełnosprawność schodzą na dalszy plan, nie ma czasu o nich myśleć. Póki starczy sił, trzeba pomagać innym, dzielić się tym, co najlepsze, i ufać, że wszystko, co się dzieje, ma sens. Choroba pewnie też ma jakiś sens. Wierzę jednak, że kiedyś będzie na nią lekarstwo i jeszcze z moją Małgosią zatańczę” – mówi.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Joanna Pleczara/Pro Artis

## Iwona Cichosz

### miss świata, tancerka

**M**iss Świata Głuchych 2016, Miss Polski Niestyszących 2008, aktorka, w 2017 r. zasiadała w Bangkoku w jury konkursu Miss Głuchych Tajlandii. Pierwsza Głucha [preferuje zapis przez G – red.], a druga osoba z niepełnosprawnością, która wzięła udział w polskiej edycji „Tańca z Gwiazdami”. Dzięki temu program od 2. odcinka był nadawany z napisami. Największym sukcesem dla niej nie było dojście do finału wraz ze Stefano Terrazzino, ale to, że spełniła swoje największe marzenie z dzieciństwa – pokazała innym, że taniec jest dla każdego. Dla niej w tańcu znikają bariery, a światy słyszących i niesłyszących zbliżają się do siebie.

Pochodzi z Gdańska, mieszka w Warszawie, nie słyszy od urodzenia, jest trzecim pokoleniem rodziny Głuchej. Nauczyła się mówić dzięki babci, stała się tłumaczem dla swojej rodziny. Jednak nie chciałyby przywrócenia słuchu – dla niej naturalny jest świat ciszy.

Wulkan aktywności, ukończyła trzy kierunki studiów i została pierwszą w Polsce dyplomowaną Głuchą tłumaczką języka migowego. Pracuje w firmie Migam.org jako specjalistka ds. komunikacji Głuchych.

Dziesięć lat współpracowała z teatrem Pinezka w Gdańsku, brała udział w spektaklach m.in. z pantomimą, chodzeniem na szczydach i zonglerką. Wie, że nie ma sukcesu, który przychodzi łatwo, są upadki, ale kluczowa jest wiara, że uda się osiągnąć cel.

Niez mordowanie edukuje społeczeństwo na temat Głuchych, ich kultury i języka. Kocha książki, podróże i psy; jej pupil Chuck ma nawet konto na Facebooku.

Współtworzy wraz z Agnieszką Kaczorowską projekt nauki tańca SILENT dla osób Głuchych.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Aleksandra Borowiec





# Grzegorz Dudziński

dziennikarz, animator kultury

**D**ziennikarz publikujący w magazynie „Pochodnia” i na portalu bydgoszcz24.pl, założyciel i prezes Fundacji Światłownia – Kultura bez Barier, przewodniczący Lokalnej Inicjatywy Kulturalnej i Inicjatywy Kulturalnej „Bard”, pomysłodawca i organizator bydgoskich festiwali: piosenek Jacka Kaczmarskiego „Źródło wciąż bije” (od 2006) i Widzących Duszą „Muzyka otwiera oczy” (od 2010).

Autor powieści *Czarcie znamię* i podręcznika dla dziennikarzy, uhonorowany przez Stowarzyszenie Dziennikarzy Polskich za wybitne osiągnięcia.

Urodził się w 1966 r., po studiach dziennikarskich na Uniwersytecie Warszawskim pracował m.in. w „Gazecie Wyborczej”, „Super Expressie” i „Fakcie”. W czasie studiów została u niego zdiagnozowana jaskra, przeszedł osiem operacji mikrochirurgicznych, pokonał chorobę nowotworową, ale w 2015 r. stracił wzrok.

Jego zdaniem, najlepsza droga do autentycznego przełamywania barier zarówno tych tkwiących w głowie, jak i rzeczywistych wiedzie przez praktyczną naukę współistnienia. Dlatego od 2017 r. w ramach Fundacji Światłownia prowadzi szkolenia dla pracowników administracji państwowej i samorządowej, uczniów i studentów – „Instrukcję obsługi niewidomego”.

Wraz z kilkoma osobami niewidomymi i niewidzącymi od 2012 r. kieruje kawiarnią artystyczną Światłownia, której dewiza brzmi: „Otwarta przestrzeń, otwarte umysły, otwarte serca”. Jako że sam zna świat widzących i niewidomych i latami balansował na ich pograniczu, przekonuje: „Największą przeszkodą w zrozumieniu tych dwóch światów są bariery, które powstają w umysłach na bazie strachu, niewiedzy, mitów. A kiedy je burzymy, okazuje się, że łatwiej jest żyć – nam wszystkim”.

Tekst: Aneta Wawrzyniak, Fot. Edyta Dudzińska



# Paweł Karpiński

mistrz tańca solo i w parze

**T**ancerz, z wykształcenia informatyk. Od dziecka porusza się na wózku. Jego pasją jest sport, grał w koszykówkę, lubi próbować nowych dla siebie dyscyplin, jak tenis, bilard czy szermierka.

Przygodę taneczną rozpoczął w wieku 11 lat. Obecnie tańczy z partnerką pełnosprawną, Nadiną Kinczel, w kategorii Combi. Mają na koncie wiele sukcesów o randze krajowej i międzynarodowej. Są mistrzami Polski oraz wicemistrzami Europy. Do ich największych sukcesów należy aktualny tytuł II wicemistrzów świata.

Tańczy również z Joanną Redą w kategorii Duo. W 2017 r. zdobyli po raz dziesiąty z rzędu tytuł mistrzów Polski w obu stylach tanecznych. Są aktualnymi mistrzami Europy i II wicemistrzami świata w tej kategorii tanecznej.

Jako jedyna osoba na wózku w Polsce uzyskał uprawnienia instruktora tańca sportowego, co daje mu możliwość szkolenia osób zarówno pełnosprawnych, jak i z niepełnosprawnością w Polsce i za granicą.

Prowadzi zajęcia dla osób na wózkach w Warszawie i Łomiankach, w szkole tańca Swing-Duet.

Jego pasją są także podróże. Marzy o Kubie, Meksyku i Ameryce. Był już w 20 krajach świata, m.in. w Japonii, Azerbejdżanie i Izraelu.

Na co dzień pracuje w międzynarodowej firmie branży farmaceutycznej, w której zajmuje się dostarczaniem zintegrowanych rozwiązań informatycznych i technologicznych, mających na celu przyspieszenie procesów opieki zdrowotnej.

W najbliższych planach ma założenie rodziny ze swoją narzeczoną Kasią.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Jacek Reda



## Romuald Roczeń

wokalista, żeglarz

**M**uzyk szantowy, od 25 lat na scenie. Pomysłodawca pierwszego na świecie projektu „Zobaczyć Morze”, który popularyzuje żeglarstwo wśród osób niewidomych. Nie widzi.

Pierwszy rejs odbył w 2006 r. Na jego zakończeniu uległ wypadkowi i uszkodził kręgosłup. Po dwóch latach rehabilitacji wrócił na scenę, ale już bez gitary. Bawi się śpiewaniem, ciągle zadziwiony, że ludziom to się podoba; uważa, że na to nie zasłużył.

Kieruje się w życiu niezależnie od sytuacji próbą odpowiedzi na pytanie – jak to rozwiązać? A nie – czyja to wina czy dlaczego ja? Jest pewny, że nasze przekonania i sposób myślenia mają absolutny wpływ na działanie.

Pasjonuje go pomoc innym. Uważa, że „nie jest sztuką dać gotowca, lecz linę, na końcu której jest to, co komuś

potrzebne do życia”. Ma za sobą setki koncertów i wiele wyróżnień, m.in. udział w telewizyjnym programie „Szansa na sukces” czy Grand Prix Festiwalu Piosenki Morskiej „Szanty w Giżycku” (2000).

Jego utwór *Chtodnia* był w pierwszej dwudziestce radiowej Listy Przebojów Programu III Polskiego Radia. Nagrał trzy płyty, wcześniej trzy kasety.

Bohater i współautor książki żony Magdaleny – *Normalnie po babsku*.

Ma trzech synów, mieszka w Warszawie, bo nieosiągalny jest jego ideał życia w rytmie kołysanej falami łajby, w pojedynkę na środku morza.

Zdarzyło mu się skakać ze spadochronem i latać na paralołtni.

Jeśli łowienie ryb – to tylko o 4 rano, przy dźwiękach budzącego się do życia świata.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Marcin Ciały

## Janusz Skowron

muzyk, kompozytor

**N**iewidomy pianista jazzowy, kompozytor i aranżer, zaliczany do czołówki polskich muzyków jazzowych. Laureat licznych wyróżnień, m.in. Nagrody im. Krzysztofa Komedy, Nagrody Artystycznej Młodych im. Stanisława Wyspiańskiego za osiągnięcia w dziedzinie sztuki estradowej oraz nagrody Idol Fundacji Szansa. Dwukrotnie odznaczony Złotym Krzyżem Zasługi. Przez czytelników magazynu „Jazz Forum” niemal rokrocznie honorowany tytułem najlepszego muzyka w kategorii fortepian elektryczny, akustyczny lub syntezator.

Urodzony w 1957 r. w Warszawie, ukończył szkołę podstawową dla dzieci niewidomych w Laskach, następnie Liceum Ogólnokształcące im. Władysława IV. Od 6. roku życia uczył się prywatnie gry na fortepianie u niewidomej pianistki Stefanii Skibówny, zaś instytucjonalną edukację muzyczną rozpoczął w wieku 18 lat w Szkole Muzycznej II stopnia im. Józefa Elsnera w Warszawie.

Jako pianista jazzowy zadebiutował w 1979 r. w Kwintecie Kazimierza Jonkisz. W 1981 r. rozpoczął współpracę z zespołem String Connection Krzesimira Dębskiego.

Na koncie ma liczne koncerty w Polsce i za granicą, udział w nagraniu ponad 60 płyt, współpracę z najwybitniejszymi polskimi i amerykańskimi muzykami jazzowymi, m.in. Zbigniewem Namysłowskim, Tomaszem Stańką, Erickiem Marienthałem, Billem Evansem, Deanem Brownem, Randym Breckerem i Kennym Wheelerem. Nagrywał też z czołowąką artystów polskiej muzyki rozrywkowej, m.in. z Marylą Rodowicz oraz zespołami Lady Pank i Perfect.

Inspiracją w procesie twórczym są dla niego „otaczający świat, religia, harmonia przyrody, rodzina, relacje z ludźmi i wartościowe książki”. Mówi, że „dla pasji i zainteresowań warto poświęcić wiele i nie zrażać się przeciwnościami. To pasja daje siłę do ich pokonywania”.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Ola Goleczyńska







## Piotr Swend

### aktor serialu od 20 lat

**A**ktor niezawodowy, który zdobył serca polskiej publiczności w serialu *Klan* rolą Macieja Kowalika-Lubicza. Najbardziej znana w Polsce osoba z zespołem Downa. Ma 28 lat.

Gra także w Teatrze 21 w Warszawie, którego członkami są osoby z zespołem Downa i autyzmem, uczniowie i absolwenci warszawskiej szkoły „Dać szansę”. To jedyny taki teatr w Polsce, który działa już 12 lat i wystawia swoje spektakle na deskach teatrów w Polsce i za granicą.

Piotr ma troje rodzeństwa, dwie starsze siostry i siostrę bliźniaczkę, z którą jest bardzo zżyty.

Przygodę z serialem *Klan* rozpoczął w 1997 r. – miała trwać trzy miesiące, a trwa do dziś. Gra w serialu wpłynęła znacząco nie tylko na jego rozwój i usamodzielnienie, ale pozwoliła mu przełamać schematy społeczne na temat osób z zespołem Downa. Dzięki tej roli stał się bohaterem filmu dokumentalnego Aliny Mrowińskiej *Podwójne życie Piotra S.*

Aktor bierze udział w imprezach integracyjnych, np. w poznańskim Biegu na Tak.

Oprócz gry aktorskiej w wolnym czasie lubi grę na pianinie, której zaczął się uczyć w wieku 20 lat, według autorskiej metody ruchomych kolorowych nut.

Lubi słuchać muzyki, tańczyć, malować, fotografować. Jazda na nartach, rowerze, gra w piłkę, jak też rodzinne olimpiady sportowe na działce nad jeziorem to dla niego najlepsze formy wypoczynku.

Marzy, by zostać sławnym aktorem i zagrać w filmie muzycznym. Przed nim premiera *Superspektaku* w reżyserii Justyny Sobczyk i Jakuba Skrzywanka, w którym występuje wraz z aktorami Teatru 21 i Teatru Powszechnego. Sztuka dotyka problemu odwiecznej walki dobra ze złem. Piotr jest bez reszty zaangażowany w przygotowania.

Temat jest mu bliski, bo nie lubi przemocy i agresji; bardzo przeżywa wszelkie konflikty.

## Vlodi Tafel

### muzyk, perkusista

**M**uzyk, instrumentalista, pierwszy (i prawdopodobnie jedyny) na świecie perkusista z tak głęboką amputacją.

Urodził się w 1971 r. w Toruniu, od dziecka kochał piłkę nożną, jako nastolatek trenował w „sekcji trampkarzy” m.in. na warszawskiej Agrykoli i Legii Warszawa. Kontuzja kolana pogrzebała szansę na futbolową karierę, ale być może uratowała mu życie: przy okazji kolejnych badań wykryto bowiem raka kości i konieczna okazała się amputacja lewej nogi, łącznie z wyłuszczeniem w stawie biodrowym.

W czasie pobytu w szpitalu podjął decyzję: dalej będzie grał, tylko nie w piłkę, ale na perkusji. Instrument nie był przypadkowy: „Wybrałem jedyną siedzącą robotę. Rzuciłem sobie wyzwanie, nie wiedząc, co mnie czeka”.

Dyrektorzy szkół muzycznych odrzucali jego podania. Po roku nauki teorii i podstaw gry na perkusji w prywatnym ognisku został przyjęty do szkoły muzycznej, od razu II stopnia. Ukończył też Wydział Jazzu w Zespole Państwowych Szkół Muzycznych im. Chopina z najwyższą oceną i dyplomem w klasie perkusji.

Na koncie ma pracę przy prawie 20 płytach i współpracę m.in. z Anitą Lipnicką, Robertem Chojnackim, Stanisławem Sojką. Grał w studiach, na scenach i w salach koncertowych i teatralnych całej Europy.

Magazyn „Perkusista” napisał o nim: „światny bębniarz, który może służyć za przykład determinacji dla wielu wątpiących perkusistów”. A on dodaje: „Muzyka trzymała mnie przy życiu, choć wiele osób powtarzało, że to nie dla mnie, że nie dam rady. A ja miałem klapki na oczach, wiedziałem, że chcę grać, bo muzyka daje mi poczucie wolności, ucieczkę od życia, które na co dzień potrafi nieźle dać w kość. Dzięki determinacji i uporowi mogę łączyć pracę i pasję w jednym”.



Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. S. Mrozek / Agencja Impact

Tekst: Aneta Wawrzyniak, Fot. Kamila Karoliak

# Katarzyna Wojtaszek

## inicjatorka, organizatorka

**P**rezes Fundacji Jedyna Taka, powołanej m.in. w celu zmiany wizerunku kobiet z niepełnosprawnością. Organizatorka pierwszych w Polsce Wyborów Miss Polski na Wózku, których odbyły się już cztery edycje (na wzór polskich wyborów zorganizowano podobne w Kanadzie).

Po wypadku komunikacyjnym porusza się od 20 lat na wózku, ale sukienkę założyła dopiero podczas pierwszych zorganizowanych przez siebie Wyborów Miss Polski na Wózku, w 2013 r. „Mnie samej ten konkurs dał bardzo dużo. Miałam w głowie wiele blokad, moje poczucie wartości jako kobiety było zachwiane” – wyznaje.

W 2017 r. zorganizowała w Warszawie pierwsze na świecie wybory Miss Wheelchair World, na które zakwalifikowały się 24 reprezentantki wielu krajów, m.in. Francji, Gwatemali, Angoli, Indii, RPA, Stanów Zjednoczonych, a wygrała je przedstawicielka Białorusi.

Katarzyna Wojtaszek i jej Fundacja Jedyna Taka mają też w planach Wybory Mistera Polski na Wózku.

Największą dumą pani Katarzyny jest 11-letni syn, którego sama wychowuje. Promuje macierzyństwo kobiet z niepełnosprawnością i rodzicielstwo bez barier. Współpracowała m.in. przy powstawaniu objazdowej wystawy „Jaka? Jedyna Taka!”, która pokazywała, że każda mama jest wyjątkowa, bez względu na sposób poruszania się.

W ludziach ceni szczerość, nie lubi roszczeniowości. Do działania pcha ją osobowość i wiara w to, że każda zmiana powinna wychodzić od nas samych i zmieniać rzeczywistość, której najbardziej dotyczy.

Odpoczywa w ogrodzie, relaksuje ją zieleń i malowanie dla siebie – ale w pokoju syna wisi obraz kota, namalowany specjalnie dla niego.

Lubi rękodzieło. Jej pasją są także podróże.

## PLATFORMA INFORMACYJNA INTEGRACJI



### PORTAL NIEPELNOSPRAWNI.PL

- **300 tys.** Czytelników miesięcznie
- **300** informacji miesięcznie
- **100** porad indywidualnych miesięcznie
- **650 tys.** odśton miesięcznie
- **5** głośnych akcji w roku



### MAGAZYN "INTEGRACJA"

- Wydawany nieprzerwanie od **1994 r.**
- **30 tys.** egzemplarzy co dwa miesiące
- **68** kolorowych stron
- **600** dystrybuujących wolontariuszy



### FILMY I PROGRAMY TV

- **100** filmów rocznie
- **20 lat** doświadczenia
- **ok. 1000 min** programów i filmów w **2017 r.**

ZNAJDZIESZ NAS TAKŻE NA:



integracja



integracjatv



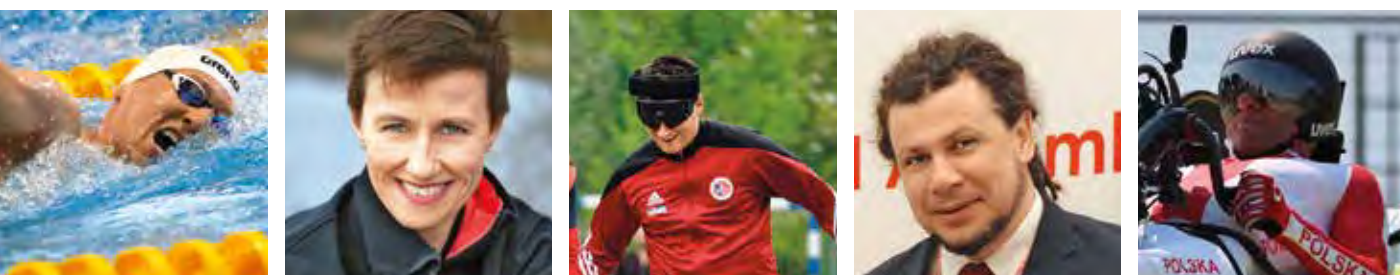
niepe\_pl



fundacijaintegracja

Partnerzy platformy Integracji:

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Miasto Stołeczne Warszawa, Orange, PZU, Quad/Graphics, Kaspersky, ZUS, KRUS, Poczta Polska, Votum



# 3.

**kategoria**  
sport/zawodnicy/działacze



**Sport jest świetną szkołą życia, którą powinien przejść każdy młody człowiek, niezależnie od poziomu, który osiąga.**

# Natalia Partyka

## multimedalistka

### Z jakiego sukcesu jest Pani najbardziej dumna?

Największe znaczenie mają dla mnie wszystkie sukcesy międzynarodowe – i mniejsze, i większe. Z pewnością do topowych należą wszystkie złote medale z igrzysk paraolimpijskich i starty na igrzyskach olimpijskich. Niezwykle ważne są medale zdobyte wśród sportowców pełnosprawnych i każde pojedyncze zwycięstwo z zawodniczkami ze ścisłej czołówki światowej.

Wielką radość sprawił mi też złoty medal Igrzysk Paraolimpijskich w Rio zdobyty w drużynie, bo ta radość została zwielokrotniona. Wszystkie medale zdobyte na zawodach osób pełno- czy niepełnosprawnych są dla mnie niezwykle istotne. Każdy bardzo mnie cieszy!

### Jak sport wpłynął na to, kim Pani jest?

Z pewnością ukształtował mi charakter i osobowość. Nauczył dyscypliny, wytrwałości, ciężkiej pracy, radzenia sobie w trudnych sytuacjach, samodzielności. Pozwolił też poznać wielu wspaniałych ludzi, odwiedzić wiele krajów i zobaczyć inne kultury i narody. Jest świetną szkołą życia, którą powinien przejść każdy młody człowiek, niezależnie od poziomu sportowego, który osiąga.

### Kim byłaby dziś Natalia, gdyby w jej życiu nie pojawił się sport?

Nie mam pojęcia. Gram tak długo, że trudno mi sobie wyobrazić życie bez tenisa stołowego. Uważam, że sport to najlepsza rzecz, jaka mi się w życiu przydarzyła, więc jedyną odpowiedź, jaka przychodzi do głowy, to: „Gdyby nie tenis stołowy, to pewnie jakaś inna dyscyplina”.

### W jaki sposób zmieniła Pani obraz sportu osób z niepełnosprawnością w oczach Polaków i ich podejście do niepełnosprawności?

To, że jestem zawodniczką łączącą dwa sportowe światy, z pewnością powoduje, że zwiększa się wiedza ludzi na temat osób niepełnosprawnych. Codziennie

staram się pokazywać, że pomimo niepełnosprawności można realizować swoje pasje i marzenia.

Czasami dostaję różne wiadomości od osób niepełnosprawnych, ale nie tylko dotyczące tego, co robię. Zwykle piszą, że tym, co robię, pokazuję im, że bariery są w naszych głowach i że jestem dla nich inspiracją do zrobienia czegoś w życiu. Dla niektórych to uprawianie sportu, dla kogoś innego chociażby wyjście z domu. To bardzo różne rzeczy, ale wszystkie niezmiernie ważne. A każda taka wiadomość to dla mnie duża radość i motywacja do dalszej pracy.

### A czy inspiruje Pani też osoby pełnosprawne?

Tego nie jestem do końca pewna... ale jeśli wziąć pod uwagę liczbę zaproszeń na wszelkiego rodzaju szkolenia motywacyjne, to chyba tak...

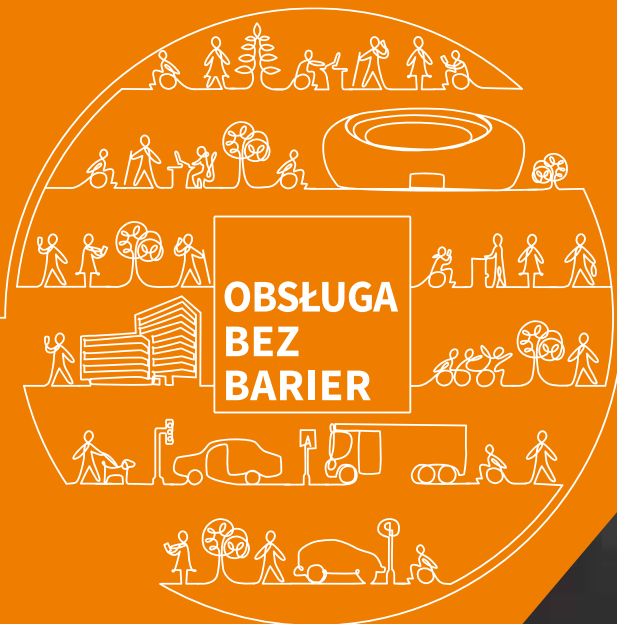
Często kontaktują się też ze mną rodzice pełnosprawnych dzieci, prosząc o porady albo po prostu słowa otuchy i wiary, że ich dzieci też sobie dobrze poradzą w życiu.

### Co jest najtrudniejsze w tenisie dla Natalii Partyki, z czym, jakimi wyzwaniem zmagają się Pani najbardziej?

Tenis stołowy jest bardzo trudną, techniczną dyscypliną. Codziennie ciężko pracuję nad tym, aby udoskonalić swoje uderzenia i wszystkie inne elementy, które są mi potrzebne do grania na wysokim poziomie. Często to żmudna, monotonna praca, ale też jedyna droga do tego, aby cały czas się rozwijać. (...)

### Co jeszcze chciałaby Pani osiągnąć?

Mam nadzieję, że jeszcze wiele lat grania przede mną. Chciałabym, aby była to gra na jak najwyższym poziomie. Oczywiście marzy mi się wywalczenie medalu na igrzyskach olimpijskich. Chciałabym w dalszym ciągu dominować w sporcie paraolimpijskim, a w sferze pozasportowej – rozwijać swój Fundusz Stypendialny, który zajmuje się wsparciem młodych sportowców w rozwoju ich kariery.



Nasze szkolenia **OBSŁUGA BEZ BARIER** przygotowują pracowników do prawidłowej obsługi klientów z niepełnosprawnościami. Pokazujemy, że niepełnosprawność współpracownika nie musi wywoływać lęku ani stanowić bariery w swobodnych relacjach koleżeńskich i zawodowych w miejscu pracy. Szkolimy także pracowników, aby podczas procesu rekrutacyjnego oraz w późniejszej pracy, osoby z niepełnosprawnościami były traktowane na równi z innymi kandydatami. Zapoznajemy też z zasadami skutecznego pozyskiwania dofinansowań do wynagrodzeń zatrudnionych pracowników z niepełnosprawnościami.

#### Obszar y szk OleniOwe:

- **wrażliwość na niepełnosprawność**
- **Obsługa klienta z niepełnosprawnościami**
- **zatrudnianie osób z niepełnosprawnościami**
- **savoir-vivre wobec osób z niepełnosprawnościami**

Chcesz obsługiwać lub zatrudniać osoby z niepełnosprawnościami. Napisz: [integracja@integracja.org](mailto:integracja@integracja.org)

Z naszych szkoleń skorzystali: PKP Intercity, ZUS, PKN Orlen, Orange, MetLife, Polpharma, mBank Urząd Komunikacji Elektronicznej, Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, KRUS, Urząd Dzielnicy Wola m. st. Warszawy Roche, Credit Agricole, Muzeum Warszawy, Aviva, Małopolskie Dworce Autobusowe, Zarząd Transportu Miejskiego, BGŻ BNP Paribas, LafargeHolcim, Centrum Weterana, Allianz, Fiat, LS Airport Services, Sanofi, Peugeot, Muzeum Historii Żydów Polskich, Centrum Handlowe Arkadia, Galeria Wileńska, Galeria Mokotów.

Partnerem Fundacji Integracja jest Valores Venture Philanthropy



## Adam Czeladzki pilot, instruktor

**W**icemistrz Europy i wicemistrz Polski w szybownictwie w klasie otwartej (2015), członek kadry narodowej, pierwszy w Polsce wykwalifikowany niepełnosprawny instruktor szybowcowy. Ambasador projektu Avalon Extreme, promującego sporty ekstremalne dla osób z niepełnosprawnością.

W 2009 r. złamał kręgosłup, porusza się na wózku, a do latania wrócił rok po wypadku. Mówi o sobie, że przecież i tak na skrzypcach nie grał i nie będzie grał, więc najlepiej odnajduje się w tym, co umie.

Sensem jego życia jest latanie. Nieprzerwanie i z sukcesami startuje w międzynarodowych zawodach. Od 2010 r. lata na specjalnie dostosowanym jednoosobowym szybowcu. Wykonał rekordowy lot o długości 1128,87 km (2016), przy wykorzystaniu jedynie sił natury, co jest nieosiągalnym dystansem nawet dla pełnosprawnych pilotów.

Jego pasją jest szkolenie pilotów z niepełnosprawnością, o czym mówi językiem Stanisława Lema: kosmiczne wydarzenie, które ma wymiar ponadmaterialny. Jako pierwszy w Polsce instruktor z niepełnosprawnością organizuje kursy szybowcowe na dwumiejscowym, przystosowanym dla osób z niepełnosprawnością szybowcu Duo Discus.

Latanie trzyma go przy życiu. Gdy stanie na „pudle” mistrzostw świata, zamierza podpisać swoje zdjęcie: „Czy na pewno nie chciałbyś być na moim miejscu?”. To jego marzenie – wywalczyć możliwość startu pilotów z niepełnosprawnością w mistrzostwach świata.

Laureat konkursu „Człowiek bez barier 2014”.

Każdego dnia udowadnia, że wypadek, po którym przestał chodzić, nie oznacza końca marzeń i nie uniemożliwia realizacji pasji. Cieszy go, że innym pilotom może dawać siłę i pomagać odzyskiwać poczucie własnej wartości.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Kuba Świąt



## Ewa Durska

### rekordzistka świata

**L**ekkoatletka, specjalizuje się w pchnięciu kulą już od 21 lat. Zawsze uśmiechnięta, na stadionie staje się waleczna jak lwica. Startuje w kategorii F20 – sportowców z niepełnosprawnością intelektualną. Trzykrotna mistrzyni paraolimpijska: Sydney (2000), Londyn (2012), Rio de Janeiro (2016), tam też ustanowiła rekord świata (13,94 m). Zwycięstwem się podzieliła, gdyż medal przekazała nieznannej sobie wcześniej 9-letniej Wiktorii, chorej na białaczkę, aby po zlicytowaniu go pokryć koszty leczenia dziecka. W tym roku dziewczynka wraca do szkoły – i to jest największą radością i dumą zawodniczki.

Złoto przywiozła też z Mistrzostw Świata w Wielkiej Brytanii (1998) – wywalczyła tam także złoto w rzucie dyskiem, w Nowej Zelandii (2011), Francji (2013), Katarze (2015) i znów w Wielkiej Brytanii (2017). Niepokonana była również na Mistrzostwach Europy we Francji (2006), a dwa złote krążki w pchnięciu kulą i rzucie dyskiem zdobyła w Holandii (2012) i we Włoszech (2016).

Siłą do sportowej walki dają jej kibice, a od lat wierna jest swojemu klubowi w Goleniowie i trenerowi Waldemarowi Nowotnemu. O sobie mówi, że jest roztrzepana. Jej miłością, poza sportem, jest ukochana suka Saba, labrador, i działka, na której odpoczywa.

„To osoba bardzo skryta, pracowita, systematyczna, która nigdy się nie poddaje. Jak sobie coś postanowi, to za wszelką cenę chce to osiągnąć. Jest bardzo wytrwała” – mówi o zawodniczce Waldemar Nowotny, trener UKS BARNIM Goleniów, który pracuje z nią od początku kariery.

Ma Brązowy Krzyż Zasługi i Krzyż Kawalerski Orderu Odrodzenia Polski oraz wyróżnienie w konkursie „Człowiek bez barier 2016”.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Marta Kuśmierz

## Jacek Gaworski

### szermierz, społecznik

**W**rocławianin. 22 lata uprawiał szermierkę jako sportowiec pełnosprawny, ale z powodu nieuleczalnych chorób od 6 lat uprawia szermierkę na wózkach. Zdobyl dziesiątki medali, od 5 lat jest indywidualnym mistrzem Polski we florecie, członkiem kadry narodowej paraolimpijskiej. Z paraolimpiady w Rio (2016) przywiózł srebrny medal w turnieju drużynowym, a indywidualnie zajął 5. miejsce. W październiku 2017 r. został indywidualnym mistrzem Polski w szermierce na wózkach, a w listopadzie na Mistrzostwach Świata w Rzymie zdobył brąz – i indywidualnie, i w drużynie.

Od 13 lat walczy nie tylko na planszy – ale z równą zaciętością – najpierw ze stwardnieniem rozsianym, a potem z nowotworem. Tym wszystkim, którzy pomagają mu zbierać środki na leczenie, ofiaruje sportowe walki i nagrody. „To wszystko, co ludzie dla mnie zrobili, jest niewyobrażalne, nie mogę się poddać, zwyciężę” – mówi.

Założył Fundację Pomóż Walczyć o Życie, która wspiera chorych na stwardnienie rozsiane i nowotwory. Chce w ten sposób pomagać i podziękować za wsparcie. „Już nie patrzę w swoim życiu na choroby, ale na zwycięstwa w sporcie.”

Najważniejsza jest rodzina. Jego idolem jest żona Elżbieta, z którą mają córkę Patrycję. Do działania pcha go wiara, że dopóki się walczy, jest się zwycięzcą.

Chce żyć i cieszyć się każdą chwilą, pielęgnuje ją ze świadomością, że może być tą ostatnią. Sport jest dla niego życiem, a treningi najlepszą rehabilitacją. Zakładając maskę do walki, zapomina o chorobach.

Wyróżniony w konkursie „Newsweeka” „Społecznik Roku 2015” i tytułem „Sportowiec Roku 2016” na Dolnym Śląsku.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Jacek Hellasz





# Lucyna Kornobys

## lekkoatletka, inicjatorka

**Z**dożyła srebrny medal na Igrzyskach Paraolimpijskich w Rio de Janeiro (2016) w pchnięciu kulą. Zawodową przygodę ze sportem rozpoczęła w 2008 r. od siatkówki na siedząco, a potem doszły: rzut dyskiem, rzut oszczepem, pchnięcie kulą. Pierwszy srebrny medal mistrzostw świata wywalczyła w 2011 r. w rzucie oszczepem. Kilkakrotnie zdobywała medale mistrzostw świata i Europy, a w 2016 r. złoto w pchnięciu kulą.

Od 15. roku życia porusza się na wózku. Mieszka w Jeleniej Górze, trenuje pod skrzydłami wrocławskiego klubu „START”. Ma pięcioro rodzeństwa, w tym starszą o 5 minut bliźniaczkę.

Przez lata zajmowała się zawodowo sprawami osób z niepełnosprawnością i wolontariatem. Teraz poświęca się wyłącznie sportowi i pracy społecznej. Niezmordowanie edukuje społeczeństwo w zakresie sportu osób z niepełnosprawnością. Nie lubi słów „kaleka”, „inwalida”, ale nie o słowa jej chodzi, tylko o niewłaściwe postrzeganie osób z niepełnosprawnością. Uważa, że wszystko jest w naszych głowach, wszystko możemy, jeśli chcemy. Do celu można dążyć małymi krokami, a potem robią się z tego wielkie rzeczy.

I choć sport jest w jej życiu na pierwszym miejscu, lubi też haftować, słuchać muzyki poważnej, obejrzeć dobry dokument i przeczytać kryminał. „Wciągam ludzi w sport. Organizuję turnieje, urządzam festyny sprawności, mityngi. Sprowadzam rowery integracyjne, organizuję pokazowe mecze koszykówki, ścigania się na wózkach czy siatkówki siedzącej dla dzieci z zespołem Downa. Gdy pewien Michałek zdobył punkt z serwisu, to z radości do końca meczu biegał wokół boiska. Była to największa nagroda za to, co robię”.

Bliską sobie maksymę: „Dopóki walczysz, jesteś zwycięzcą” wytatuowała na ramieniu. Jej życie to walka, w której czuje się wygrana.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Robert Szaj

# Maciej Lepiato

## mistrz paraolimpijski

**L**ekkoatleta, specjalizuje się w skoku wzwyż, złoty medalista Igrzysk Paraolimpijskich w Londynie (2012), gdzie poprawił rekord świata, identycznie w Rio de Janeiro (2016); 4-krotny mistrz świata osób niepełnosprawnych. Zdożył też brąz na mistrzostwach świata osób niepełnosprawnych w 2013 r. w skoku w dal. Dwukrotnie brązowy medalista halowych mistrzostwach Polski seniorów pełnosprawnych.

Pochodzi ze Zwierzyna, mieszka i trenuje w Gorzowie Wielkopolskim w tamtejszym Związku Sportu Niepełnosprawnych „START”.

Od urodzenia ma końsko-szpotaawe zakończenie lewej kończyny dolnej. Nigdy nie wstydził się niepełnosprawności i jej nie ukrywał. Ma duży dystans do siebie.

Mąż Dominiki i ojciec Filipa. Rodzina jest dla niego najważniejsza i to jej dedykował olimpijskie zwycięstwo z Rio de Janeiro.

Relaksuje się, zbierając grzyby, co obok sportu jest jego największym hobby. Sport uprawia z zamiłowaniem, zastrzega, że będzie to robił nawet do sześćdziesiątki. Chętnie angażuje się w pomoc innym, jak w akcję #pomagajrzeczowo, wspierając sportowców z niepełnosprawnością. Bluzę z igrzysk w Rio oddał na licytację, by wesprzeć leczenie 14-letniej Hani.

Aktywnie promuje sport, w 2016 r. został jednym z ambasadorów Europejskiego Tygodnia Sportu. „Znalazłem się w doborowym towarzystwie. Wszystkim nam przyświeca jeden cel: chcemy pokazać, że warto ruszyć się z kanapy” – komentował.

Przed igrzyskami w Rio na swoim profilu na Facebooku rozpoczął akcję #kibicujparaolimpijczykom. „Marzy mi się, aby miliony Polaków interesowały się sukcesami niepełnosprawnych sportowców” – mówił.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Archiwum prywatne



#pomagajrzeczowo



## Bartosz Łastowski

### król strzelców

**S**portowiec, napastnik w reprezentacji Polski w amputacji, zawodnik drużyny Kuloodporni Bielsko-Biała. Urodził się w 1997 r. w Nowych Liniach. Lekarze od razu zdiagnozowali u niego niedorozwój lewej nogi. Gdy miał 13 lat, orzekli, że nigdy nie będzie sprawny. Mimo to w 2011 r. zaczął grać w amputacji, szybko zyskując przydomek „Messi” – nie tyle ze względu na podobieństwo fizyczne, ile strzeleckie umiejętności.

Dostrzegła je również prasa na drugim końcu świata. Gdy w ćwierćfinałowym meczu Mistrzostw Świata w 2014 r. w Meksyku, po długim dryblingu, zapewnił swoim golem awans reprezentacji Polski do półfinału, argentyńskie media okrzyknęły go „polskim Messim”.

Rodzime portale sportowe wielokrotnie określały go jako „najlepszego zawodnika sezonu”, „lidera reprezentacji”, „najlepszego strzelca reprezentacji” (w ostatnich mistrzostwach Europy (2017) został królem strzelców – z 11 bramkami).

W 2015 r. współtworzył pierwszą w województwie zachodniopomorskim drużynę amputacji Gryf Szczecin. Pod koniec 2016 r. przeniósł się do Kuloodpornych Bielsko-Biała, chociaż miał propozycję transferu zagranicznego – do Osmanlisporu, lidera tureckiej ekstraklasy w amputacji.

Gra również z zawodnikami pełnosprawnymi – w drużynie Bielsko-Biała Playarena... stoi na bramce.

Poza grą w piłkę Bartosz Łastowski jeździ na rolkach, deskorolce i rowerze, biega, skacze, a zawodowo, aby dorobić do stypendium i renty, składa protezy dla osób po amputacjach.

„Niepełnosprawność? – pyta i szybko odpowiada: – Jak widać, w niczym mi nie przeszkadza, żyję tak samo jak moi rówieśnicy”.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Bartłomiej Budny



## Piotr Łuszyński

### zawodnik i grający trener

**K**oszykarz i od 2009 r. trener reprezentacji Polski w koszykówce na wózkach. Sport to tradycja rodzinna, ojciec był koszykarzem, a on zaczął uprawiać tę dyscyplinę w 11. roku życia.

Po urazie kolana, a potem wypadku, w wyniku którego stracił część stopy i doznał uszkodzenia kręgosłupa, uprawia koszykówkę na wózkach. Na co dzień chodzi, ale wózek jest konieczny do gry.

Grał w Bundeslidze i Galatasaray Stambuł. Mieszka w Szymanowie na Dolnym Śląsku.

Jego sukcesy z drużyną to podwójne mistrzostwo świata (klubowe), dwukrotny tytuł mistrza Europy (klubowe), trzykrotny brąz na mistrzostwach Europy i dwukrotny tytuł wicemistrza Europy w rozgrywkach klubowych.

Reprezentacja Polski dwa razy znalazła się w półfinale mistrzostw Europy. Po raz pierwszy wprowadził jako trener Polaków do igrzysk paraolimpijskich w Londynie (2012), gdzie zajęli 8. miejsce. Pierwszy raz w historii polska kadra uczestniczyła także w mistrzostwach świata (2010), zdobywając 6. miejsce, a w tym roku zakwalifikowała się do mistrzostw świata 2018 w Hamburgu.

Wielokrotny król strzelców, m.in. mistrzostw Europy w Paryżu (2005), także w lidze niemieckiej i włoskiej. Pięciokrotnie zdobył tytuł Most Valuable Player (MVP) – najbardziej wartościowy gracz. W 2009 r. zyskał tytuł Trenera Roku w plebiscycie Polskiego Związku Sportu Niepełnosprawnych „START”.

Jego największą dumą jest rodzina, żona i dwie córki, które kocha ponad wszystko. Obie córki trenują siatkówkę – kibicuje im i cieszy się, że uprawiają sport.

Rodzina motywuje go do aktywności i inspirowanie do działania. Relaksuje go dom na wsi i ogród, gdzie znajduje odpoczynek, wraz z rodziną delektując się ciszą.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Archiwum prywatne





## Bartosz Ostałowski

### kierowca rajdowy

**P**ierwszy profesjonalny kierowca sportowy na świecie, który nie posiadając rąk, prowadzi samochód nogami. Artysta malarz, inżynier, przedsiębiorca. Od zawsze zafascynowany sportem motorowym i malarstwem. Należy do Ogólnoświatowego Związku Artystów Malujących Ustami i Stopami (VDMFK). Ma „Stypendium na Medal” Fundacji LOTTO.

Ręce stracił w wypadku samochodowym (2007).

Jest drifterem z międzynarodową licencją FIA, jeździ 600-konnym Nissanem Skyline, którego prowadzi lewą stopą. Bierze udział w międzynarodowych zawodach, mistrzostwach Polski, rywalizując na równych zasadach.

Wygrał zawody w ramach międzynarodowego cyklu Czech Drift Series (2017). Ambasador programu Avalon Extreme, który promuje sporty ekstremalne osób z niepełnosprawnością. Gościł w kultowym programie Jeremy'ego Clarksona, Richarda Hammonda i Jamesa Maya – *The Grand Tour*. Wziął udział w premierowej edycji EXTREME Racing Cup, pierwszej imprezie motoryzacyjnej,

podczas której zawodnicy pełnosprawni rywalizują z kierowcami z niepełnosprawnością.

Autor projektu „Pasja na krawędzi” – w wideoblogu rozmawia z przedstawicielami świata sportu, biznesu i zwykłymi ludźmi, którzy mają nietypową pasję oraz ciekawą historię do opowiedzenia.

Założył firmę Ostałowski Motosport, która obsługuje i przygotowuje samochody sportowe. Jego popisy można zobaczyć m.in. w klipie „Stronger under Pressure” o międzynarodowym zasięgu, zrealizowanym z teamem Renault Formula 1 i Nico Hulkenbergiem. Bartosz precyzyjnie driftuje tam pomiędzy bolidami Formuły 1, co było pierwszym tego typu projektem na świecie.

Uważa, że wyznaczanie sobie celów i planów daje szczęście. Wdzięczny za pomoc dla siebie, angażuje się w akcje społeczne. Chce motywować osoby z niepełnosprawnością, aby mimo niej realizowały swoje pasje. Pokazać, że życie nie kończy się z wypadkiem. Można bowiem robić pewne rzeczy inaczej.

## Paweł Parus

### kibic-inicjator, dziennikarz

**D**ziennikarz sportowy, założyciel i szef pierwszego w Polsce Stowarzyszenia Klub Kibiców Niepełnosprawnych, który jest jego dumą i dał początek podobnym inicjatywom w całej Polsce.

Do wypadku, wskutek którego jeździ na wózku, aktywny koszykarz, po wypadku – aktywny kibic.

Od 2015 r. Pełnomocnik Marszałka ds. Osób Niepełnosprawnych na Dolnym Śląsku. Zakochany we Wrocławiu, gdzie się urodził i mieszka, ale przede wszystkim zakochany w żonie Joannie. Swoją ślub i wesele na Stadionie Wrocław, na którym bawito się 200 osób, nazwali Meczem Życia.

Wyznaje zasadę, że trzeba brać los w swoje ręce, a rzeczywistość lepiej kreować niż na nią narzekać.

Wypoczywa i regeneruje się w teatrze, kinie lub filharmonii. Nie lubi siedzieć bezczynnie, za to chętnie pomaga innym. Satysfakcjonuje go rozwiązywanie problemów, a wpływ na rzeczywistość daje mu siłę.

Bezcenni są dla niego przyjaciele. „Nienawidzę komunizmu, kocham wolność, którą uważam za jedną z najwyższych wartości. Cenię przywiązanie do tradycji narodowych. Mam szacunek do historii. Nienawidzę kłamstwa, gardzę oszustami. Cenię za to wszystkich grających *fair*. Sport nauczył mnie zasady, że porażka nie jest końcem świata. Dewizę tę staram się wcielać w codzienność. Prawdopodobnie dlatego udaje mi się w życiu omijać przeszkody. Bliski jest mi cytat: «Jesteś tym, czemu podobaś». Człowiek naprawdę może wiele przetrwać. Pod warunkiem że bardzo tego chce”

Obok sportu pasjonują go podróże, a najbardziej w pamięci zapadły mu do Dubaju i Izraela.

Nagrodzony został m.in. Medalem Przyjaciół Integracji dla Śląska Wrocław, certyfikatem Wrocław bez barier, Super Lodołamaczem i wyróżnieniem wicemarszałka za działania na rzecz dolnośląskiego środowiska osób niepełnosprawnych.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Ostałowski Motosport

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. www.studiobaza.pl





## Artur Pióro

### mistrz, rekordzista

**A**rczi”, niesłyszący pływak, mistrz świata i Europy, srebrny i brązowy medalista olimpiady w Tajpej (2009), rekordzista świata i Europy na różnych dystansach pływackich. Złote medale przywiózł z Igrzysk Olimpijskich Głuchych w Sofii (2013) na 400 m i 1500 m stylem dowolnym.

Na Igrzyskach Olimpijskich Głuchych (2017) w Samsun zdobył srebro i podwójny brąz, tam też ustanowił rekord Europy. Ma na koncie ponad 350 rekordów Polski w pływaniu osób niesłyszących i jest rekordzistą świata seniorów na dystansie 800 m. W swojej kolekcji ma także medale mistrzostw Polski osób słyszących.

Kapitan reprezentacji Polski osób niesłyszących w pływaniu. Marzenie – aby polska drużyna stała się światową potęgą – jest jego największym motywatorem.

Nie słyszy od urodzenia. Mieszka w Sosnowcu, profesjonalne pływanie uprawia od 7. roku życia,

od 15 lat pod czujnym okiem trenera Marka Jabczyka. Pierwszy medal zdobył jako 9-latek w zawodach dla 10-latków. Woda to jego żywioł i tam czuje się najlepiej. Jego sportowym idolem jest amerykański pływak – Michael Phelps.

Codzienna sportowa walka nauczyła go dążyć do wyznaczonych celów. Nauczyci go tego rodzice, którzy od dziecka stawiali na samodzielność syna.

Na co dzień mieszka sam, wiernie towarzyszy mu owczarek niemiecki Alex. Marzy o pozwoleniu na prowadzenie motorówki, kibicuje też kolegom uprawiającym piłkę nożną, ręczną, siatkówkę i lekkoatletykę. Chce trenować dzieci – niesłyszące, ale i słyszące.

Wielokrotnie wybierany w plebiscycie na „Najlepszego Sportowca Niesłyszącego Polski”, ma tytuł najlepszego sportowca miasta Sosnowca (2013).

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Artur Kleilan



[www.fundacjalotto.pl](http://www.fundacjalotto.pl)  
[www.facebook.com/FundacjaLOTTO](https://www.facebook.com/FundacjaLOTTO)



# PROMUJEMY SPORT I AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA

#### KUMULACJA AKTYWNOŚCI

zachęcamy dzieci  
i młodzież do większej  
aktywności sportowej

#### OLIMPIADY MŁODZIEŻOWE

pomagamy w zakupie  
sprzętu sportowego  
dla młodych zawodników

#### odLOTTOwa jazda

propagujemy  
jazdę na rowerze  
i zaangażowanie społeczne

#### Festiwal sportu dla dzieci Wannadoo

wspieramy  
lokalne  
kluby sportowe



# Katarzyna Rogowiec

## multimedalistka

**P**araolimpijka, ekonomistka, społecznik, góralka urodzona w Rabce-Zdroju, członek paraolimpijskiej kadry narodowej do 2014 r. Zamieniła góry na morze – mieszka w Gdańsku z mężem i dwójką dzieci.

Jako 3-latek straciła ręce w gospodarstwie rodziców. To oni nauczyli ją ciężkiej pracy, dzięki nim wie, że przynosi ona efekty. Jest dumna z wychowania, jakie jej dali, i z genów – uporu i samozaparcia.

Zdobyła potrójne srebro na mistrzostwach Świata (2003) w biegach narciarskich na 10 i 15 km oraz w sztafecie 3×2,5 km. Jest mistrzynią świata w biathlonie na 12,5 km, wicemistrzynią na 7,5 km i podwójną brązową medalistką w biegach narciarskich w 2005 r.

Przywiozła podwójne złoto z paraolimpiady w Turynie (2006) w biegach narciarskich na 15 km techniką klasyczną i na 5 km techniką dowolną. Była jedyną Polką, która zdobyła tam medale.

Paraolimpiada w Vancouver (2010) przyniosła jej brąz w biegu na 15 km techniką łyżwową. Aż 6 medali, złoty, cztery srebrne i brązowy w biegach i biathlonie, wywalczyła na Mistrzostwach Świata w Chanty-Mansyjsku (2011). Zwyciężyła także w Pucharze Świata w narciarstwie biegowym (2011/2012).

W 2008 r. w grupie osób z niepełnosprawnością zdobyła Kilimandżaro. Biegle posługuje się kilkoma językami.

Należała do Rady Zawodników przy Międzynarodowym Komitecie Paraolimpijskim, była członkiem Komitetu Zawodników przy Światowej Agencji Antydopingowej oraz Komisji do Zwalczania Doping w Sporcie.

Założyła Fundację Katarzyny Rogowiec Avanti, by wspierać sportowców z niepełnosprawnością. Jak mówi, sprawdziła, że prawie wszystko jest możliwe.

Ma wiele nagród i wyróżnień sportowych i państwowych.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Renata Dąbrowska

# Marcin Ryszka

## pływak, piłkarz, inicjator

**T**rzykrotny mistrz świata na Mistrzostwach Świata w Pływaniu Osób Niewidomych IBSA 2011 w Antalyi, brązowy medalista Mistrzostw Europy w Pływaniu Osób Niepełnosprawnych w Berlinie 2011, uczestnik Igrzysk Paraolimpijskich w Pekinie 2008 i Londynie 2012, wielokrotny mistrz i rekordzista Polski.

W wyniku nowotworu siatkówki nie widzi od 5. roku życia. Jako dziecko bał się wody, ale dzięki dziadkowi nauczył się pływać jako 10-latek.

Studiował zarządzanie i marketing, zarządzanie personelem oraz kierunek – menedżer sportu na krakowskiej AGH i Uniwersytecie Jagiellońskim. Pływał w barwach AGH. Po zakończonej karierze pływackiej spełnia się w piłce nożnej osób niewidomych.

Pracuje w Stowarzyszeniu Nie Widzę Przeszkód i na AGH, zajmując się dostosowaniami dla osób niewidomych. Jest kapitanem reprezentacji Polski oraz drużyny Tyniecka Nie Widzę Przeszkód Kraków w blind footballu, do którego w 2008 r. sprowadził pierwsze specjalne piłki z Chin. Jest człowiekiem napędzającym rozwój tej dyscypliny i popularyzującym ją w naszym kraju – słowem: Mr Blind Football. Jako reprezentant Polski w blind footballu brał udział w Mistrzostwach Europy w Anglii w 2015 r.

Propaguje sport osób z niepełnosprawnością, bo jest on jego największą pasją.

Pomysłodawca, a później koordynator projektu „Pokażcie nas w Rio”, w ramach którego był ekspertem i komentatorem Igrzysk Paraolimpijskich w Rio de Janeiro, współpracując z Przemysławem Babiarem.

Odpoczywa przy dobrym kryminale i filmie dokumentalnym. Chętnie spędza czas w gronie przyjaciół. Jest otwarty i pogodny – urodzony optymistą.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Archiwum prywatne





# Łukasz Szeliga

narciarz, prezes PKPar

**P**rezes Polskiego Komitetu Paraolimpijskiego i Polskiego Związku Sportu Niepełnosprawnych „START”, działacz sportowy, były paraolimpijski narciarz alpejski, od 2017 r. trener narciarstwa alpejskiego, członek zarządu Europejskiego Komitetu Paraolimpijskiego (EPC) – jako pierwszy w historii Polak.

Mieszka w Warszawie. Porusza się o kulach i na protezie (stracił nogę w wypadku). Przed wypadkiem grał w piłkę nożną w młodzieżowej reprezentacji makroregionu górnośląskiego, jeździł na nartach, biegał, trenował karate. Miał zostać zawodnikiem Górnika Zabrze.

Po wypadku wrócił do sportu najpierw na nartach bez stabilizatorów (kulonart). Przekonał się wtedy, że możliwe jest uprawianie sportu mimo ograniczeń. „Trzeba było zmienić sposób myślenia” – mówi.

Był – jednym z najmłodszych w kraju – prezesem Beskidzkiego Zrzeszenia Sportowo-Rehabilitacyjnego START w Bielsku-Białej. Sprawdzony organizator zawodów krajowych i międzynarodowych.

Jest zwolennikiem idei integracji sportu paraolimpijskiego ze sportem olimpijskim jako przemyślanego procesu rozpoczynającego się w klubach. Będąc członkiem zarządu EPC, stawia sobie za cel poprawę kwalifikacji trenerów, zwiększenie wymiany międzynarodowej oraz współorganizację zawodów międzynarodowych. Cieszy go każdy sukces polskiego paraolimpijczyka, ale i każda osoba, która wyjdzie z domu i zacznie uprawiać sport.

Wielbiciel muzyki, z którą się nie rozstaje, przede wszystkim dobrej, a szczególnie elektronicznej.

Słabość do kina ma od dziecka, a w książkach najbardziej lubi psychologiczne i filozoficzne wątki.

Dumny ze swego 13-letniego syna, od 2 lat szczęśliwy mąż.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Archiwum prywatne



# Rafał Wilk

handbike'er, trener

**Z**użłowiec i trener (do 2006), po wypadku na torze, stracił władzę w nogach, ale nie porzucił sportu. Wykładowca uniwersytecki „sportu dla osób z niepełnosprawnością”. Uprawia narciarstwo zjazdowe na jednośladach mono-ski i trenuje na handbike'u – kolarstwo na rowerze z napędem ręcznym.

Jest dwukrotnym mistrzem paraolimpijskim w handbike'u w Londynie 2012, a w Rio 2016, gdzie był chorążym polskiej reprezentacji, zdobył srebro i złoto. Zdobywca Pucharu Świata (2012, 2013, 2015, 2016) i w tych samych latach Pucharu Europy. Pięciokrotny mistrz świata i tyle samo razy na pierwszym miejscu w rankingu UCI.

Udowadnia to, w co wierzy – że ciężką pracą można osiągnąć sukces, a życie po żużlu istnieje, gdyż zawsze można znaleźć nową drogę. Swoim życiem pokazuje, że nawet gdy coś potoczy się nie po naszej myśli, to można się odrodzić.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Robert Szaj

Miłośnik rocka, szczególnie Dżemu i KSU. Ojciec trójki dzieci, zakochany w Alasce i Bieszczadach.

„Kolarstwo ręczne pozwoliło mi spełnić marzenia, dlatego założyłem Fundację Sport Jest Jeden, której zadaniem jest wspieranie sportowców niepełnosprawnych, by mogli spełnić marzenia o medalach i sukcesach sportowych” – mówi i podkreśla, że sport to jego największa pasja, którą realizuje z takim samym zaangażowaniem na każdym etapie życia. „Wypadek przekreślił możliwość dalszego rozwoju na tym polu (żużel), ale otworzył drogę do kolarstwa ręcznego. Wykorzystuję tę szansę każdego dnia. Daję z siebie wszystko zarówno na treningach, jak i zawodach”.

Odnaczony m.in. Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski. Zdobywca tytułu „Niepełnosprawny Sportowiec Roku” w plebiscywie „Przeglądu Sportowego” (2012).

# 4.

## kategoria media / wydawnictwa





”

Moim marzeniem i celem była transmisja telewizyjna igrzysk paraolimpijskich, co wydawało się absolutnie nierealne.

# Paulina Malinowska-Kowalczyk

## dziennikarka, rzecznik

### Czujesz się liderką zmiany wizerunku sportu osób z niepełnosprawnością w polskich mediach?

Nie, ale na pewno biorę udział w zachodzących zmianach, realizując swoje marzenia. Wymyśliłam sobie coś wiele lat temu i w miarę konsekwentnie to realizuję. Czy przekłada się to na postrzeganie sportu osób z niepełnosprawnością, nie mnie to oceniać.

### A gdzie widzisz swoją cegiełkę w tym procesie?

Pewnie w chodzeniu, przekonywaniu i tłumaczeniu, że sport paraolimpijski jest sportem, a nie rehabilitacją, czy problematyką społeczną, i tak powinien być traktowany i przedstawiany. Zmiany zaczęły się od igrzysk w Atenach w 2004 r., kiedy telewizja realizowała kampanię paraolimpijską, co było pokłosiem Europejskiego Roku Osób Niepełnosprawnych 2003, którego byłam rzecznikiem. Moim marzeniem i celem była transmisja telewizyjna igrzysk paraolimpijskich, co wydawało się absolutnie nierealne. Marzyłam, by tego dożyć.

### I marzenie się spełniło...

Kiedyś podczas festiwalu filmowego w Kołobrzegu puszczano baloniki do nieba z umieszczonymi w nich życzeniami. Ja na kartce napisałam, że chciałabym, aby igrzyska paraolimpijskie były relacjonowane w telewizji. I to stało się w Rio, do którego pojechałam. Byłam niewiarygodnie szczęśliwa, kiedy całą ceremonię otwarcia transmitowała Telewizja Polska. Drugą taką chwilą było złoto Natalii Partyki i naszej drużyny w pojedynku z Chinkami. Rozmowa z dziewczynami tuż po chwili była prezentowana na antenie TVP. Czułam, jak wiele się zmieniło od Aten 2004.

### Ale wcześniej były igrzyska w Vancouver w 2010 r., na które pojechałaś za własne pieniądze...

Poszłam do jednego z dyrektorów, aby o tym porozmawiać, a on powiedział, że nikt tych igrzysk niepełnosprawnych nie chce. Zderzyłam się z megaścianą. Wtedy też program *Pełnosprawni* został zdjęty z anteny

TVP Sport, chociaż Robert Korzeniowski długo o niego walczył. Do Vancouver pojechałam za swoje pieniądze, aby relacjonować igrzyska dla Integracji i portalu Niepełnosprawni.pl. W rodzinie otrzymaliśmy odszkodowanie za samochód i zamiast kupić nowy, zdecydowaliśmy, że pojedą do Vancouver.

### Program *Pełnosprawni*, który prowadzisz od początku, wrócił na antenę po igrzyskach w Londynie i przyczynił się do zainteresowania sportem os niepełnosprawnych.

Tak myślę. W programie *Pełnosprawni* prezentujemy także Igrzyska Olimpiad Specjalnych, amp futbol, a nawet sporty ekstremalne, które robią furorę. Wspólnie z autorką programu, Renatą Bielecką, pokazujemy, że sport jest dla każdego, i zachęcamy Polaków z różnymi niepełnosprawnościami do aktywności na miarę ich możliwości. Niekoniecznie po to, aby pojechali na igrzyska, lecz by się ruszali, byli zdrowsi i lepiej się czuli. Bo sport pomaga i przekłada się na wiele sfer życia, inne aktywności, buduje wiarę w siebie, wyzwala chęć do pokonywania innych przeszkód (...). A apetyt rośnie w miarę jedzenia. I to jest zdrowy apetyt.

### Telewizja przez lata pokazywała sportowców z niepełnosprawnością jako herosów, co też zarzucało jej środowisko. Co się zmieniło?

Moje myślenie na ten temat nie zmienia się od lat, uważam, że jest to sport *sensu stricto*, a nie rehabilitacja.

### Wielu dziennikarzy nie potrafi pokazać emocji, jakie ten sport wyzwala, rywalizacji, a nawet – bardzo ciekawych – zasad różnych dyscyplin.

I to jest największe wyzwanie, aby zmienić podejście dziennikarzy i wydawców i zamiast niepełnosprawności pokazywać emocje, rywalizację, po prostu sport.

W sporcie wyczynowym jest walka, tam chodzi tylko o to, żeby wygrać, żeby być lepszym, zdobyć punkt, wyjść z grupy, zwyciężyć i zdobyć medal. Chciałabym, aby wszyscy to widzieli.



## Bawer Aondo-Akaa

dziennikarz, teolog

**D**oktor teologii, działacz społeczny i patriotyczny, publicysta, wolontariusz kilku organizacji, pracownik Klubu Jagiellońskiego w Krakowie, czynny członek Związku Harcerstwa Polskiego.

Urodził się w 1985 r. jako syn Polki i Nigeryjczyka. Wykryta zbyt późno żółtaczką wywołała u niego w niemowlęctwie bakteryjne zapalenie opon mózgowych, co doprowadziło do czterokończynowego porażenia mózgowego.

Swoją siłę Bawer czerpie od Boga i żony Grażyny i przekazuje dalej, dzieląc czas i energię pomiędzy karierę naukową (w 2015 r. obronił rozprawę doktorską *Realizacja naturalnej i nadprzyrodzonej misji osób niepełnosprawnych w Kościele i społeczeństwie*), życie rodzinne i działalność społeczną; jest m.in. wolontariuszem Fundacji Pro – Prawo do Życia i Szlachetnej Paczki. W Katolickim Stowarzyszeniu Osób Niepełnosprawnych i ich Przyjaciół „Klika” na co dzień zajmuje się pośrednictwem pracy. Rekrutował i szkolił wolontariuszy przy okazji Światowych Dni Młodzieży w Krakowie w ramach Zespołu ds. Osób Niepełnosprawnych.

Jest także zapalonym podróżnikiem.

Zdołał wygrać i Nagrodę Publiczności w konkursie „Człowiek bez barier 2016”, i również od tego roku jest Ambasadorem *Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych*.

Nie czaruje rzeczywistości, oczarować może natomiast optymizmem, pokorą i pogodą ducha. „Na co dzień nie myślę o mojej niepełnosprawności. Wiem, że są ludzie, którzy mają gorzej niż ja. Moje motto życiowe to uwspółcześnione słowa świętego Benedykta: *Ora et labora*: pierwsza kwestia to modlitwa, druga – działanie”.

Tekst: Aneta Wawrzynczak, Fot. Marta Kuśmierz



## Sylwia Błach

pisarka, blogerka

**P**rogramistka, pisarka, blogerka, działaczka społeczna, modelka, ambasadorka kampanii *Dotykam=Wygrywam*, promującej samobadanie piersi. Wolontariuszka Fundacji Jedyna Taka, laureatka stypendium ministra za wybitne osiągnięcia oraz Studenckiego Nobla z nauk ścisłych. Wyróżniona przez markę Panache w konkursie *Modelled by Role Models Nowy Wymiar Piękna* jako „Wzór do Naśladowania”. Finalistka konkursu *Mocne Strony Kobiety* magazynu „Cosmopolitan”.

Urodziła się w 1991 r. w Piotrkowie Trybunalskim, od dziecka choruje na rdzeniowy zanik mięśni, porusza się na wózku. Z wykształcenia magister inżynier – skończyła informatykę na Politechnice Poznańskiej, jest w trakcie studiów doktoranckich i pracuje jako freelancerka, m.in. programując gry i tworząc strony internetowe, a także w Poznańskim Centrum Superkomputerowo-Sieciowym przy Instytucie Chemii Bioorganicznej PAN.

Zadebiutowała w 2010 r. zbiorem opowiadań *Strach*, dwa lata później wydała powieść *Bo śmierć to dopiero początek*. Publikuje w antologiach, czasopismach i na portalach literackich, w 2017 r. wydała powieść *Syndrom Riddocha. Tom pierwszy. Lepszego świata nie będzie* oraz leksykon fantastycznych stworzeń dla dzieci *Wampiry, potwory, upiory i inne niezemskie stwory*.

Prowadzi też blogi, jeden poświęcony literaturze, niepełnosprawności, programowaniu i podróżom, drugi – modzie i urodzie. „Nie wyobrażam sobie, by wózek miał się stać definicją tego, kim jestem, i ograniczeniem blokującym mnie na drodze ku marzeniom. (...) Jestem niejednoznaczna, lubię kontrasty, czasem bywam słodka, ale potrafię też pokazać pazurki. Realizuję się poprzez to, co robię, i ogromną frajdę sprawia mi wiedza, że będąc sobą i spełniając marzenia, komuś pomagam!”

Tekst: Aneta Wawrzynczak, Fot. Archiwum prywatne



## Krzysztof Głombowicz

dziennikarz, konferansjer

**K**omentator, konferansjer, sprawozdawca i dziennikarz sportowy.

Urodził się w 1958 r. w Leśnej. Gdy miał 14 miesięcy, zapadł na chorobę Heinego-Medina i został przykuty do wózka – jak się okazało, nie na zawsze. Jako dorosły siłą determinacji i ćwiczeń zaczął chodzić o kulach. „Stanie się osobą niepełnosprawną jest dla wielu z nas szansą na lepsze i ciekawsze życie. Pod warunkiem że to ja zdecyduję się wyjść z domu na salę gimnastyczną, wystąpić na scenie, przemówić do ludzi” – mówi.

Do 1998 r. był sportowcem wyczynowym, reprezentował Polskę na mistrzostwach Europy i mistrzostwach świata w podnoszeniu ciężarów, lekkoatletyce i narciarstwie klasycznym, uprawiał strzelectwo i pływanie. W 2008 r. wziął udział w wyprawie organizowanej przez Fundację Anny Dymnej na Kilimandżaro. Jako korespondent TVP relacjonował paraolimpiady w Atlancie, Sydney, Atenach

i Turynie, współpracował też przy realizacji programów: *Spróbujmy razem*, *Żelazna pięść*, *Pełnosprawni*.

Od 2004 r. jest spikerem na Ogólnopolskich Dniach Integracji „Zwycięzać Mimo Wszystko”, współpracuje przy Europejskim Festiwalu Filmowym „Integracja Ty i Ja” w Koszalinie, działa na rzecz Fundacji Anny Dymnej, chętnie uczestniczy w akcjach społecznych, bo „człowiek jest tyle wart, ile potrafi i chce dać innym”.

Wszystkim też zaleca sport. „Osoba pełnosprawna może uprawiać sport i być aktywna, osoba niepełnosprawna powinna, bo kiedyś zabraknie rodziców i trzeba będzie radzić sobie samemu, a aktywność fizyczna świetnie do tego przygotowuje. I odblokowuje psychicznie. Mnie rówieśnicy wyśmiewali, wołając «kuternoga», ale kiedy zostałem najsilniejszym uczniem w szkole, stali się moimi kolegami. Pozwala to też poznać swoją siłę i potencjał, a w konsekwencji – zaakceptować niepełnosprawność”.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Archiwum prywatne

## Lilla Latus

pisarka, podróżniczka

**P**odróżniczka, reportażystka, poetka, autorka tekstów piosenek i recenzji, tłumaczka poezji amerykańskiej, członkini Związku Literatów Polskich oraz Klubu Literackiego „Topola” w Zduńskiej Woli, laureatka kilkudziesięciu konkursów poetyckich.

Urodziła się w 1960 r. w Widawie, od dziecka związana jest ze Zduńską Wolą, gdzie mieszka do dziś – w przerwach między podróżowaniem.

Jej literacki debiut datuje się na 1987 r.; od tego czasu opublikowała dziewięć tomików wierszy: *List*, *Siódme morze niepokoju*, *Z koronki i kurzu*, *Zapach dotyku*, *Psia Krew*, *Kochanie*, *Jutro to najpiękniejszy dzień tygodnia*, *Za drzwiami świata* i *Lillie*.

W 2017 r. obchodziła 30-lecie działalności literackiej. Jak sama stwierdza: „Piszę z potrzeby zatrzymania ulotności chwili i z zachwytu nad potęgą Słowa”.

Od 1979 r. z powodu paraplegii porusza się na wózku, co nie przeszkadza jej w realizowaniu kolejnej wielkiej pasji – podróżowania. Poza Europą zwiedziła m.in. Stany Zjednoczone, Kubę, Bali, Gruzję, Kenię, Izrael, Indie, Meksyk, Chiny, Malesję i Maroko.

Reportaże z wyjazdów publikuje na łamach magazynu „Nasze Sprawy”.

W „Integracji”, w poradniku dla podróżników z niepełnosprawnością zachęcała: „Świat likwiduje granice, likwidujemy je również w sobie. Każda podróż zaczyna się od marzenia. Ja nigdy nie bałam się marzyć, mimo różnych przeciwności i barier, nie zawsze jednak byłam na tyle odważna, by te marzenia realizować. Gdy jednak sprawdziłam, że to możliwe, odkrywanie świata stało się moją pasją. Wiem z własnego doświadczenia, że podróżowanie jest jak butelka wina: można zadowolić się tylko przeczytaniem etykiety, a można butelkę otworzyć i spróbować wina. Tylko osobiste doświadczenie pozwala wyobrażenie zamienić w wiedzę”.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Maria Chwierut







# Hanna Pasterny

dziennikarka, pisarka

**S**poteczniczka, dziennikarka, pisarka. Mieszka w Jastrzębiu-Zdroju. Nie widzi od urodzenia. Pracowała w szkole jako nauczycielka francuskiego, prowadziła zajęcia logopedyczne w przedszkolu. Uczy brajla i prowadzi szkolenia z komunikacji z osobami z niepełnosprawnością.

Współzałożycielka koła Polskiego Związku Niewidomych w swoim mieście, współpracuje z Towarzystwem Pomocy Głuchoniewidomym. Zaangażowana w wolontariat.

Konsultantka ds. osób niepełnosprawnych w stowarzyszeniu Centrum Rozwoju Inicjatyw Społecznych CRIS w Rybniku. Społeczna asystentka europościa prof. Jerzego Buzka, a wcześniej pości Andrzej Markowiaka.

Autorka trzech ksiązek: *Jak z białą laską zdobywałam Belgię*, *Tandem w szkocką kratkę*, *Moje podróże w ciemno*.

Podróże to jej największa pasja, poza Europą odwiedziła Izrael i USA, teraz marzy o Kanadzie i Szwajcarii.

Lubi także muzykę klasyczną i poezję śpiewaną, długie spacer, przejażdżki na tandemie i nordic walking.

Jest przekonana, że jesteśmy w stanie zmieniać rzeczywistość, mamy na nią wpływ. Nawet jeśli nie zawsze się udaje, trzeba próbować.

Wielokrotnie wyróżniana, m.in. tytułem Lady D. w kategorii Aktywność społeczna, „Człowiek bez barier 2011”, laureatka konkursu Radia Katowice „Temat na reportaż”. W 2016 r. otrzymała nagrodę Lodołamacz Specjalny województwa śląskiego.

Prowadzi stronę [www.hannapasterny.pl](http://www.hannapasterny.pl).

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Wojciech Olszanka (Zwierciadło)



# Ryszard Rzebko

redaktor, wydawca

**D**ziennikarz, współzałożyciel i redaktor naczelny Magazynu Informacyjnego Osób Niepełnosprawnych „Nasze Sprawy” i czasopisma „Dźwięk Słowa”. Laureat nagrody Lodołamacz Specjalny 2007, wyróżniony statuetką PFRON w 2003 r. za „propagowanie idei integracji i równości szans osób niepełnosprawnych” oraz wieloma nagrodami i odznaczeniami.

Urodził się w 1951 r. w Lublinie, wychowywał na Śląsku, w Katowicach ukończył szkołę średnią. W wieku 16 lat uległ wypadkowi, w wyniku którego stał się osobą niepełnosprawną ruchowo. „Wypadek spowodował znaczne zmiany w moim życiu, ale nie na tyle, bym musiał wywracać je do góry nogami. Wcześniej uprawiałem sport: lekkoatletykę, pływanie, judo. Po wypadku lekkoatletyka musiała zejść na dalszy plan, ale wciąż pływałem, postawiłem też raczej na sporty siłowe” – wyjaśnia.

Ukończył filologię polską na Uniwersytecie Jagiellońskim. W 1988 r. założył magazyn „Nasze Sprawy”, któremu do dziś szefuje. Po transformacji ustrojowej, gdy spółdzielnie inwalidów i niewidomych wpadły w tarapaty, zaangażował się w walkę o miejsca pracy dla tej grupy osób. Uczestniczył w tworzeniu zrębów samorządu gospodarczego pracodawców zatrudniających osoby z niepełnosprawnością.

Problematyce rynku pracy tych osób, jego otoczeniu prawnemu i gospodarczemu w dużej mierze poświęcone były łamy „Naszych Spraw”, które w 2016 r. uzyskały tytuł Super Lodołamacza w regionalnej edycji tego konkursu.

„Z czasem profil pisma się zmienił, zaczęliśmy zajmować się w większym stopniu innymi obszarami funkcjonowania osób z niepełnosprawnością, obejmujemy patronatem wydarzenia i imprezy. Jednak to kwestie zatrudnienia są priorytetem. (...) Moim zdaniem praca jest najlepszą terapią” – podkreśla.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Archiwum prywatne



## Marcin Szewczak

### dziennikarz telewizyjny

**D**ziennikarz, pochodzi z Pomorza, ma 35 lat. Zadebiutował w 2007 r. w Telewizji Puls, i to praca sprowadziła go do Warszawy.

Porusza się na wózku. Jak mówi, nie jest to dla niego żadną przeszkodą i nie ma większego znaczenia ani dla niego, ani współpracowników, ani widzów.

Od 2010 r. pracuje dla *Wiadomości* TVP1. Wcześniej związany był krótko z redakcjami TVN24, a potem *Panoramy* TVP2.

Jego ulubionym obszarem w pracy dziennikarskiej jest tematyka zagraniczna i materiały społeczne. Te ostatnie cieszą go szczególnie, jeśli dzięki nim uda się wymiernie i konkretnie komuś pomóc. Najbardziej w swojej pracy lubi różnorodność, to, że każdy dzień jest inny, bo każdy temat, którym się zajmuje, jest inny. Lubi dynamikę i emocje. W tematach, które przygotowuje, dotyczących bieżących wydarzeń, wszystko może się przecież zmienić

w ciągu dnia, godziny, a nawet krótko przed emisją materiału. Wtedy trzeba na bieżąco reagować.

Do działania motywuje go konkurencja.

Brzydzi się chamstwem, schodami i wysokimi krawężnikami, choć w pracy często przychodzi mu pokonywać bariery. Nie uznaje tego jednak za prawdziwe przeszkody na drodze do aktywności.

Sportem ekstremalnym jest dla niego zima, ale tak naprawdę to kibicuje polskiej reprezentacji w piłkę nożną.

Inne hobby to psychologia. Czyta o polityce, historii i psychologii właśnie. „O swoich marzeniach wolę nie mówić, tylko dążyć do ich realizacji. Dam znać, jak się już spełnią” – zapewnia. Na pewno spełniło się jedno z nich – jest dziennikarzem, bez względu na wszystko pokazuje osobom z niepełnosprawnością, że nie jest to zawód, z którego są one wykluczone.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Dział Promocji TVP

## Wojciech Urban

### dziennikarz radiowy

**D**ziennikarz radiowy, laureat Nagrody Prezydenta Warszawy dla Najlepszego Maturzysty Roku 1997, laureat nagrody „Człowiek bez barier 2011”.

Urodził się w 1977 r. w Warszawie.

Ma czterokończynowe dziecięce porażenie mózgowie.

Od dziecka jeździł na letnie obozy Wspólnoty Apostolstwa Eucharystycznego i Fundacji Dzieci Dzieciom, a jako dorosły zaangażował się w ich organizację. „Nie chciałem się z tymi ludźmi i tą atmosferą rozstawać, stwierdziłem: któż miałby te obozy poprowadzić, jeśli nie osoba, która sama się na nich wychowała?” – wyjaśnia.

Skończył filologię polską na Akademii Podlaskiej w Siedlcach, podyplomowo dziennikarstwo na Uniwersytecie Warszawskim. Jego życiowe motto to cytat z serialu *Dom*: „Żyj tak, aby nikt przez ciebie nie płakał”.

Kiedyś sam o sobie napisał: „165 cm wzrostu, zawieszony gdzieś pomiędzy sitkiem mikrofonu i czerwoną lampką, wedle której trzeba się samookreślić, a przestrzenią kartki, na której da się słowem wybudować świat. Między Witkacym z magisterki a Jerzym Dobrowolskim z reportażu dyplomowego. Między przestraszonym ciepłem i pozą twardziela. Między pustostowiem a niewiedzą”.

Od 2004 r. związany z Polskim Radiem, gdzie przygotowuje audycje informacyjne i reportaże o tematyce społecznej i kulturalnej, także skierowane do osób z niepełnosprawnością. „Mam nadzieję, że przyjdzie dzień, kiedy w różnych branżach, w różnych zawodach będzie funkcjonować rozróżnienie tylko na tych, którzy dobrze wykonują swoją pracę, i tych, którzy robią to nieco gorzej. Że przedstawiając w mediach dziennikarzy, sportowców, działaczy, nikt nie będzie chciał dodawać przymiotnika «niepełnosprawny»”.



Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Przemysław Bogusz



# 5.

## kategoria działalność gospodarcza





”  
Po wypadku osiągnąłem  
więcej niż przed nim.  
Biorę sprawy w swoje  
niepełnosprawne ręce  
i mówię: „Przestań  
się mazać”.

## Sebastian Luty biznesmen, filantrop

**Zakładał Pan biznes, będąc osobą pełnosprawną i drugi raz po wypadku. Co jest kluczem do sukcesu?**

W obu przypadkach to samo: determinacja i upór w dążeniu do celu. To jest najważniejsze. Oczywiście, jeśli robimy to, co lubimy, to prowadzenie biznesu jest ułatwione i może przynieść lepsze efekty.

**Czy gdy leżał Pan sparaliżowany, nie myślał Pan, że to koniec biznesu i trzeba się zająć czymś innym?**

W mojej pracy biznesowej potrzebowałem głowy, a ona nie została uszkodzona, musiałem się jedynie przeorganizować. Tak więc paraliż ciała nie był przeszkodą. Wyjeżdżając za granicę, chciałem zmienić sposób życia, nie odpowiadał mi bowiem wyścig szczurów, w którym brałem udział. Postanowiłem otworzyć szkołę kitesurfingu na Hawajach. Tam złamałem jednak kręgosłup, plany wzięły w łeb. Oczywiście, po wypadku nie myślałem o biznesie, ale przede wszystkim o powrocie do zdrowia. Kilka miesięcy byłem podłączony do respiratora, a potem trwała długa i intensywne rehabilitacja. Po niej postawiłem sobie za cel założenie fundacji Avalon, a kiedy już zaczęła stabilnie działać, odtworzyłem kontakty sprzed wypadku, aby wspólnie rozpocząć działalność *stricte* komercyjną.

(...) Oczywiście jest szereg przeszkód, które sprawiają, że osoby niepełnosprawne mają trudniej, ale nie są to trudności nie do przewyciężenia. Przy dużej determinacji i pracy, oraz dobrej strategii wszystko da się zrobić. (...)

**Dlaczego więc tak niewiele z nich prowadzi działalność biznesową?**

Winna jest chyba niska samoocena, brak wiary w siebie i własne możliwości oraz w to, że można kierować własnym życiem. (...) Dlatego nasza Fundacja stworzyła m.in. projekt Avalon Extreme, aby wiarę u takich osób wzbudzić. To sportowy projekt skupiający niepełnosprawnych proriderów, wyjątkowe osobowości, które pomimo niepełnosprawności zrobiły dla siebie bardzo dużo. Swoim przykładem mówią innym: spójrzcie,

skoro my możemy, to także wy możecie się realizować, a nawet konkurować z osobami pełnosprawnymi. Projekt Avalon Extreme mobilizuje do osiągania szczytów, ale czasami samo wejście na górski szlak to duży sukces.

**Czyli łączy Pan ideę aktywizowania z biznesem?**

Tak. Prowadząc program o charakterze charytatywnym, trzeba stosować mechanizmy biznesowe. Łączymy tu szereg rzeczy: ideę, zarządzanie, sponsoring, marketing, finanse, reklamę. To marka, którą promujemy. Ale Fundacja, oprócz Avalon Extreme, ma także inne ważne programy: rehabilitację, zajęcia crossfit, zawody, subkonta. To wszystko składa się w jedną całość.

**Na swojej stronie pisze Pan: „Po wypadku osiągnąłem więcej niż przed nim. Biorę sprawy w swoje niepełnosprawne ręce i mówię: «Przestań się mazać – chłopaki nie płaczą». To ekstremalna terapia.**

Bo stawiamy sprawę bez owijania w bawetnę, bez chodzenia na skróty. Dla niektórych osób to może być szokowa terapia, mocne potrząśnięcie. Dwa lata działania projektu pokazują, że to skuteczna metoda i bardzo dobrze się sprawdza. Naszym celem nie jest to, aby każda osoba niepełnosprawna skakała ze spadochronem, jeździła rajdowym samochodem, latała szybowcami czy grała w rugby, ale wyznaczała sobie ambitne cele i była przykładem dla innych. Dlatego pokazujemy takich ludzi – spełniających się, szczęśliwych, a nie narzekających i czekających, aż ktoś im pomoże. (...)

**Czy można kogoś zarazić biznesem?**

Można, bo każda osoba niepełnosprawna może być przedsiębiorca i aktywna – w szukaniu pomysłu na siebie. Można powiedzieć, że wszyscy jesteśmy biznesmenami, kiedy podejmujemy pracę i ją utrzymujemy, kiedy nie boimy się jej zmieniać, aby się rozwijać. Chodzi o to, aby kierować swoim życiem, karierą zawodową, edukacją, aby stawiać sobie pytania, gdzie chcę być za pięć, dziesięć i więcej lat, wyznaczać sobie cele i perspektywy i nie bać się podejmować wyzwań i ryzyk. Filozofia myślenia o własnym rozwoju i samodzielności, zarządzanie czasem w najbardziej efektywny sposób – to biznes, gdyż swoim życiem też trzeba zarządzać, nawet jeśli nie pracujemy. Wtedy przyniesie to efekty i otworzy nowe możliwości.



## Ryszard Dziewa

### biznesmen, społecznik

**P**rzedsiębiorca, działacz społeczny. W 2007 r. odznaczony Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski za działalność w Ruchu Obrony Praw Człowieka i Obywatela (ROPCiO).

Urodził się w 1949 r. w Gródkach. W 1966 r. ukończył szkołę zawodową dla niewidomych w Laskach, następnie rozpoczął pracę w lubelskiej spółdzielni niewidomych, gdzie także udzielał się społecznie w radzie nadzorczej spółdzielni i komisji kulturalno-oświatowej. W tym czasie ukończył liceum ogólnokształcące dla dorosłych, później też kurs dla asystentów w Konstancinie.

W połowie lat 70., po tzw. wydarzeniach czerwcowych, zaangażował się w działalność opozycyjną, m.in. organizując strajki, a w 1980 r. stając na czele Komitetu Założycielskiego w Spółdzielni Niewidomych w Lublinie.

W latach 1989–1997 był wiceprezesem Zarządu Głównego PZN, a do 1994 r. kierował też okręgiem lubelskim Związku. Zainicjował wtedy m.in. utworzenie klasy dla niewidomych w Liceum Telekomunikacyjnym w Lublinie i współtworzył szkołę masażu dla osób niewidomych. Od 1994 r. był dyrektorem wydawnictwa Print6 PZN, a w 1999 r. rozpoczął własną działalność gospodarczą – P.H.U. Impuls, które zajmuje się usługami poligraficznymi i sprzedają sprzętu rehabilitacyjnego, specjalistycznego i codziennego użytku dla osób z niepełnosprawnością.

W 2014 r. powołał Fundację Świat według Ludwika Braille'a, która zatrudnia osoby niepełnosprawne (głównie niewidome) ze znacznym stopniem niepełnosprawności, wydaje miesięcznik „Sześciopunkt”, skierowany do osób z dysfunkcją wzroku, i prowadzi szkolenia z obsługi sprzętu komputerowego i elektronicznego. „Wystarczy chcieć, no i przygotować się solidnie, kierując się predyspozycjami i wiedzą w zakresie danej działalności. Z powodzeniem można się realizować w każdej pracy, nie mówiąc już o dużej satysfakcji ze społecznej działalności”.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Archiwum Fundacji Świat według Ludwika Braille'a



## Marek Kalbarczyk

### biznesmen, innowator, filantrop

**W**ynalazca, projektant, informatyk, działacz społeczny, autor niemal 50 książek, m.in.: *Smak na koniuszkach palców*, *Perty Mazowska dla Ciebie*, *Czy niewidomy może zostać prezydentem?*

Współtwórca pierwszego polskojęzycznego syntezatora mowy, założyciel firmy Altix i prezes Fundacji Szansa dla Niewidomych, założyciel oraz dyrektor Instytutu Rehabilitacji Niewidomych.

Urodził się w 1957 r. Od dziecka był niedowidzący, a w wieku 12 lat całkowicie utracił wzrok. Uczył się w szkole dla niedowidzących w Warszawie, a następnie trafił do szkoły dla niewidomych w Laskach. Uczęszczał do liceum z pełnosprawną młodzieżą, czym obalił pierwszy w swoim życiu stereotyp. Zrobił to ponownie z nawiązką: jako najlepszy uczeń w warszawskim liceum dostał się bez egzaminów na Wydział Matematyki, Informatyki i Mechaniki Uniwersytetu Warszawskiego i był jednym z najlepszych studentów. Angażował się też społecznie: m.in. stojąc na czele grupy Niewidomych Uczących i Studiujących. W okresie PRL zaangażowany po stronie

solidarnościowej, nie mógł znaleźć pracy. „Główną przeszkodą było to, że nie widzę” – wyjaśnia.

W tym czasie napisał pierwsze podręczniki do matematyki dla niewidomych dzieci, a wraz z Janem Grębeckim stworzył syntezator mowy polskiej.

W 1989 r. założył spółkę Altix, pierwszą w Polsce firmę tyfloinformatyczną. Trzy lata później powołał fundację Unia Pomocy Niepełnosprawnym Szansa (po zmianie nazwy: Fundacja Szansa dla Niewidomych), która realizuje 30–40 projektów rocznie, m.in. organizuje cykl konferencji Reha For The Blind In Poland, szkolenia, konferencje i seminaria. Wydaje kwartalnik „Help – wiedzieć więcej”.

Odnaczony m.in. Krzyżem Oficerskim Orderu Odrodzenia Polski. Zdobywca Super Lodołamacza i tytułu „Człowiek bez barier 2010”. Jest laureatem konkursu Dobroczyńca Roku. „Brak wzroku to tylko utrudnienie, a nie dyskryminująca wada. Tymczasem niewidomi nie są rozumiani przez innych, przez co nie mają wystarczającego wsparcia w kwestii niwelowania skutków niepełnosprawności wzroku” – mówi.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Archiwum prywatne



## Miłosz Krawczyk

### biznesmen, konstruktor

Założyciel i właściciel firmy Blumil, konstruktor innowacyjnego wózka o tej samej nazwie, zbudowanego na bazie segwaya, którym można poruszać się po dowolnym terenie. Jeździ na wózku po wypadku samochodowym w wieku 18 lat.

Studiował zarządzanie na Uniwersytecie Warszawskim, ma certyfikat zarządzania projektami, wydany przez Project Management Institute.

Pracował w korporacjach, zajmując się zarządzaniem i finansami. Przez 3 lata był kontrolerem ruchu lotniczego w Holandii w jednej z najbardziej ruchliwych przestrzeni powietrznych na świecie, pokonując wcześniej liczną konkurencję (1000 osób na 1 miejsce).

Certyfikowany lektor języka angielskiego, uczył i egzaminował w zakresie specjalistycznego języka lotniczego. Do Polski wrócił z tęsknoty za rodziną i przyjaciółmi. Założył w centrum Warszawy studio fitness, które sprzedał, inwestując w Blumila.

Pomysł na Blumila zrodził się z własnych potrzeb i zamiłowania do ruchu i podróży. Wózki, obecnie w pięciu modelach, sprzedaje na całym świecie, m.in. w Stanach Zjednoczonych, krajach skandynawskich i Nowej Zelandii.

Mówi, że ma wiele determinacji, która pcha go do działania głównie po to, aby móc realizować podróżnicze pasje – i w Polsce, i poza nią. Dużo podróżuje, wraz z nieodłącznym psem. Marzy o wyprawie nad Słone Jezioro w boliwijskich Andach. Podróże trzymają go przy życiu, ale lubi wracać do Polski. To jego miejsce na ziemi.

Jest mówcą motywacyjnym.

Tworzy projekt „Turystyka bez barier”, w ramach którego ma powstać sieć wypożyczalni wózków Blumil. Dzięki Blumilowi spełnił swoje marzenie, by pojawić się na bałtyckich plażach i w Tatrach. Jest dumny z tego, że produkt, który wymyślił, pomaga już tak wielu ludziom.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. www.rockfilms.pl

## Sławomir Łuczywek

### menedżer, innowator

Dyrektor Migam.org, firmy, która świadczy usługi tłumacza języka migowego on-line, pod nazwą Tłumacz Migam, oraz pomaga firmom zrekrutować Głuchych [preferuje zapis przez G – red.] pracowników.

Jeden z pierwszych Głuchych dyrektorów w świecie biznesu i nowych technologii. W firmie odpowiada za sprzedaż i budowanie biznesowej strategii oraz zarządza kluczowymi klientami.

Współpracują z nim takie marki, jak: Samsung, T-Mobile, ING Bank, Orange i PZU, które uruchomiły obsługę w języku migowym dla Głuchych klientów.

Doświadczony lektor polskiego języka migowego, przeprowadził ponad 500 godzin szkoleń dla różnych instytucji, wśród których są: Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Państwowy Fundusz

Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Miasto Stoleczne Warszawa oraz Akademia Wychowania Fizycznego w Warszawie.

Był przewodniczącym komisji egzaminacyjnych dla tłumaczy języka migowego przy Zarządzie Głównym Polskiego Związku Głuchych. Pracował również przy projektach: „Słownik ekonomiczno-bankowy w języku migowym” i „Ustawa o języku migowym w języku migowym”.

Z wykształcenia historyk.

Język migowy to także jego hobby, poza żeglarstwem i dobrą książką. Ma patent żeglarza jachtowego.

Jest dumny z tego, że dzięki działaniom Migam.org firmy i instytucje coraz częściej i chętniej otwierają się na Głuchych klientów.



Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Karolina Siemion-Bielska



# Łukasz Moskwa

## przedsiębiorca, prawnik

**P**przedsiębiorca, w 2009 r. założył firmę Vinet, korzystając ze wsparcia urzędu pracy. Zajmuje się dystrybucją produktów ekologicznych.

Z roku na rok firma się rozrasta – na początku miała w portfolio 100 produktów, teraz ma ich 1700. Zatrudnionych jest w niej siedem osób, w tym cztery z niepełnosprawnością.

Wsparcie osób z niepełnosprawnością zwłaszcza na rynku pracy jest Łukaszowi Moskwi bliskie m.in. dlatego, że od 21. roku życia porusza się na wózku. Choruje na dystrofię.

Jest członkiem Polskiej Organizacji Pracodawców Osób Niepełnosprawnych, zaangażowanym w debatę głównie o rynku pracy.

Założył Fundację Zwyczajni, której celem jest wspieranie osób z niepełnosprawnością. Chętnie pomaga, podejmując przede wszystkim inicjatywy dotyczące zmian w prawie.

Trzykrotnie zdobył nagrodę w konkursie Łodołamacze w kategoriach: Otwarty rynek pracy i Przedsiębiorca – osoba niepełnosprawna.

Ciężko pracuje i nieustannie szuka nowych wyzwań – ostatni sukces to studia prawnicze, które ukończył w 2016 r. dyplomem.

Jest dumny ze swojej niezależności, co daje mu siłę i motywuje do działania.

Nie jest i nie chce być zakładnikiem we własnym domu. Jego głównym hobby jest oczywiście firma, jednak znajduje czas na podróżowanie. Mimo że zauroczony Azją – Tajlandią i Malediwami – to chętnie odpoczywa także w zaciszu domowym.

Żyje w szczęśliwym związku. Jest przekonany, że niepełnosprawność mamy przede wszystkim w głowach, a blokady tworzymy sobie sami.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Marta Borowska



# Agata Spała

## szkoleniowiec, doradca

**E**kspertka ds. zatrudnienia osób z niepełnosprawnością, trenerka, doradca zawodowy, przedsiębiorca, autorka artykułów na temat zatrudniania osób z niepełnosprawnością, laureatka konkursu Lady D. im. Krystyny Bochenek, w kategorii Życie zawodowe.

Urodziła się w 1980 r. w Ostrowcu Świętokrzyskim, od 15. roku życia porusza się na wózku. Jest absolwentką studiów z zakresu psychopedagogiki kreatywności w Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej i studiów podyplomowych z doradztwa zawodowego w Szkole Wyższej Towarzystwa Wiedzy Powszechnej w Warszawie.

W 2011 r. założyła firmę szkoleniową i doradczą, w której prowadzi działania skierowane do firm, instytucji i organizacji, m.in. przekonując i pomagając zatrudnić pracowników z niepełnosprawnością. Oferuje szkolenia dla kadry zarządzającej na temat tego, jak współpracować z zespołem różnorodnym, oraz projektuje autorskie programy zwiększające zatrudnienie pracowników z niepełnosprawnością. Dla administracji publicznej i firm przygotowuje szkolenia dotyczące obsługi klienta z niepełnosprawnością.

Uważa, że osoby z niepełnosprawnością posiadają ogromny potencjał, który z powodzeniem mogą wykorzystywać na rynku pracy. „Potrzebne są do tego działania przełamujące w głowach pracodawców stereotypy na temat osób niepełnosprawnych i pozwalające tym osobom uwierzyć w siebie i swoje możliwości” – mówi.

Jej mottem życiowym są słowa Coco Chanel: „Może się zdarzyć, że urodziłaś się bez skrzydeł, ale najważniejsze, żebyś nie przeszkadzała im wyrosnąć”.

Siłę do działania czerpie z pasji do tego, czym się zajmuje, z pozytywnego nastawienia, które codziennie jej towarzyszy, oraz z uśmiechu bliskich.

Tekst: Aneta Wawrzyniczak, Fot. Marta Kuśmierz





# Małgorzata Tokarska

bizneswoman, podróżniczka

**Z**ałożycielka pierwszego w Polsce licencjonowanego, internetowego biura podróży dla osób starszych i z niepełnosprawnością Accessible Poland Tours (2008).

Z wykształcenia ekonomistka, studiowała w college'u w Wielkiej Brytanii, potem uczyła języka angielskiego.

Ma dziecięce porażenie mózgowie, porusza się o kulach, co nie przeszkadza jej w podróżowaniu. Zwiedziła ponad 50 krajów, m.in.: Meksyk, Australię z Nową Zelandią, Japonię. Z każdego przywozi oryginalne talerze, książki podróżnicze i pomysły na nowe przepisy kulinarne. Lubi gotować, więc testowanie nowych dań w gronie przyjaciół należy do jednych z wielu przyjemności.

Sama organizuje i prowadzi wyjazdy dla osób z niepełnosprawnością, niezależnie od jej rodzaju. Jest licencjonowanym pilotem wycieczek. To bardziej pasja niż zawód. Zorganizowała dotąd ponad 50 wycieczek dla 1500 osób z różnymi rodzajami niepełnosprawności. Cieszy ją to, że pomimo swojej niepełnosprawności może innym pokazywać świat i zachęcać do podróżowania. Udowadnia, że turnus rehabilitacyjny to niejedyna forma wypoczynku pisana osobom z niepełnosprawnością, bo świat stoi przed nimi otworem.

Najważniejsze dla niej jest zadowolenie klientów.

Ma dorosłego syna. Kolekcjonuje dzwonki, pisze bloga i artykuły. Zapraszana jest na konferencje i do projektów międzynarodowych jako ekspert w zakresie turystyki dostępnej.

Przygotowywany jest o niej film dokumentalny.

W 2009 r. została wyróżniona w konkursie „Człowiek bez barier”.

Tekst: Beata Dązbiała, Fot. Archiwum prywatne



# Katarzyna Wagner

menedżer, tancerka

**P**edagog z wykształcenia, zawodowo – prezes Spółdzielni Socjalnej Blues Hostel, a z pasji – tancerka. Matka dwóch synów i wielbicielka wysokich obcasów.

Od 2007 r., po tzw. błędzie w sztuce lekarskiej, porusza się na wózku – pozornie prosta operacja ucha skończyła się uszkodzeniem błędnika. Diagnoza zwała ją z nóg nie tylko dosłownie, bo sama przyznaje, że jako młodej matce i spełniającej się zawodowo przedszkolance świat jej się zawalił i na kilka lat zamknęła się w czterech ścianach. W końcu stwierdziła: „Albo się ogarnę, albo idę na tamten świat”.

Z pomocą przyszli jej mieszkańcy rodzinnego Konina, a zebranych przez nich nakrętek wystarczyło, by mogła kupić profesjonalny wózek. Dalej poszło już z górki: zaliczyła kurs tańca i udział w turniejach, zaczęła współpracę z Fundacją im. Doktora Piotra Janaszka Podaj Dalej, a wreszcie – w powołanej do życia w 2014 r. Spółdzielni Socjalnej Blues Hostel w Koninie – została prezeską.

Wraz z kilkoma osobami z niepełnosprawnością prowadzi hostel, w którym w rytmie bluesa walczy z wykluczeniem i dyskryminacją.

W swojej kolekcji ma ponad 300 par butów, przede wszystkim szpilek, bo zawsze „miała na ich punkcie świra”. Dzięki nim zapomina o chorobie i tamie stereotypy. „Przez lata próbowałam zapomnieć o tym swoim «dylizansie» – ale wciąż mi o nim przypominano, wszędzie słyszałam: «Taka młoda, ładna, a na wózku». Gdy na Kongres Kobiet musiałam się elegancko ubrać, to założyłam turkusowe szpilki. I po panelu usłyszałam: «Świetne buty!». Zrozumiałam, że nie muszę być tylko dziewczyną na wózku. Mogę być też gwiazdą”.

Tekst: Aneta Wawrzyniczak, Fot. Małgorzata Zielińska



# Malina Wieczorek

## bizneswoman, społecznik

**M**alarka, specjalistka ds. reklamy i marketingu społecznego, właścicielka agencji reklamowej Telescope, prezes Fundacji SM – Walcz o siebie.

Spełniona żona i matka.

Urodziła się w Częstochowie, ukończyła krakowską Akademię Sztuk Pięknych, mieszka w Warszawie.

Chorobę SM rozpoznano u niej 16 lat temu. Z pomocą przyjaciół zebrała pieniądze na leczenie, wówczas w Polsce nierefundowane.

Swoją karierę zawodową przeformatowała na realizację kampanii o treściach społecznych.

Jej agencja Telescope zrealizowała ponad setkę kampanii społecznych, dotyczących nie tylko niepełnosprawności (ruchowej i intelektualnej), ale też walki z przemocą wobec dzieci oraz bólem w chorobach terminalnych. Laureatka licznych nagród, wśród nich m.in. Dobroczyńcy Roku, pięciu nagród EFFIE, czterech

nagród „Kampania Społeczna Roku”, dwóch Złotych Spinaczy, Złotego Magellana.

Z powodzeniem przełamuje stereotypy. Wraz ze swoim zespołem stworzyła sześć edycji kampanii „SM – walcz o siebie” oraz portal wiedzy „Szkoła Motywacji” dla osób żyjących z SM.

Znalazła się w Złotej Dziesiątce Kobiet Sukcesu Mazowsza. Współpracuje z licznymi organizacjami i instytucjami, m.in. Uniwersytetem Warszawskim, Forum Odpowiedzialnego Biznesu, Siecią Przedsiębiorczych Kobiet.

Choć pracuje po kilkanaście godzin na dobę, znajduje czas na wychowywanie dziecka, realizowanie malarskiej pasji i życie towarzyskie. „Moc czerpię z otaczającego świata, który mimo często trudnych doświadczeń, jakie nam funduje, ma więcej blasków. Wiem, że dobra energia potrafi przenosić góry. I zawsze powraca”.

Tekst: Aneta Wawrzyniak, Fot. Bart Kozłowski



# WŁĄCZNIK.

## Kompendium dostępności architektonicznej

Jedyna w Polsce publikacja dla architektów, która wykracza poza określone prawem minima i krok po kroku przybliża projektowanie uniwersalne, ułatwiając spełnienie wymagań powszechnej dostępności.

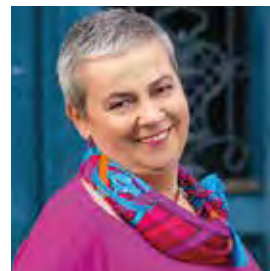
Partnerem projektu jest

**SKANSKA**

– pierwszy deweloper, który deklaruje tworzenie wyłącznie dostępnych przestrzeni i obiektów

# 6.

**kategoria**  
polityka / prawo





”  
Dla mnie to wielki przywilej, że znalazłem się w parlamencie, że wiele osób głosowało na mnie mimo mojej niepełnosprawności.

# Sławomir Piechota

## poseł na Sejm RP, prawnik

### Co najważniejszego udało się zmienić w Polsce na rzecz osób niepełnosprawnych, także dzięki Pana pracy?

Najważniejsza jest ratyfikacja *Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych*, bo to był rezultat przebudowywania przez lata społecznej świadomości na temat osób z niepełnosprawnością w Polsce. To także zasługa wielu zaangażowanych osób, w tym szczególnie Piotra Pawłowskiego i jego zespołu Integracji.

W Polsce przez ostatnie lata zmieniło się bardzo wiele nie tylko w zakresie likwidowania barier architektonicznych czy komunikacyjnych, ale – co wyjątkowo ważne – barier mentalnych. (...)

### Tej zmiany potrzebowali również politycy, parlamentarzyści i legislatorzy.

Dla mnie to wielki przywilej, że znalazłem się w parlamencie, że wiele osób głosowało na mnie, postrzegając mnie nie poprzez niepełnosprawność, ale przede wszystkim wcześniejszą pracę w organizacjach pozarządowych i samorządzie. Bez wątplenia moja obecność, a także Marka Plury i Jana Filipa Libickiego w parlamencie, ułatwiła nam przekonywanie posłów i senatorów, przedstawicieli rządu, ludzi w ministerstwach, samorządach i na uczelniach do wprowadzania potrzebnych rozwiązań. Wcześniej byliśmy traktowani jak klienci, czasem intruzi, i choć przyznawano nam rację, to dużo trudniej było do niej przekonać i wprowadzać zmiany. Będąc w parlamencie, można to robić skuteczniej.

### Jakie wydarzenie symbolizuje przełom w myśleniu polityków o osobach z niepełnosprawnością?

W życiu społecznym i społeczeństwie demokratycznym ważne są gesty i zdarzenia w prosty sposób ukazujące przełom. I taka była chwila, kiedy w sierpniu 2009 r. we trzech, z Markiem Plurą i Janem Filipem Libickim, wjechaliśmy na wózkach na trybunę sejmową. (...)

To był ważny przykład dla instytucji w Polsce, że można dostosować każdy publiczny budynek, nawet objęty rygorystyczną ochroną konserwatora zabytków. (...)

### Gdzie w polityce państwa były momenty zwrotne dotyczące naszego środowiska?

Ważne były zmiany w *Kodeksie wyborczym* (...). Obecnie np. głosowanie przez pełnomocnika i głosowanie korespondencyjne to standard. Równie ważna była *Ustawa o języku migowym*, niezwykle trudna, również dlatego, że prekursorska w Europie, a w edukacji – zwiększenie kwot subwencji na ucznia z niepełnosprawnością (...). Przełomowe było także zrównanie świadczeń medalistów paraolimpijskich i olimpijskich, podobnie mistrzów świata. To tylko niektóre z elementów układanki zmieniającej cały system.

### A w sferze aktywizacji zawodowej?

Tu też wiele się zmieniło, choć zmiany przebiegają wolniej niż w innych obszarach. (...) Wciąż jednak nie umiemy uwolnić się z tzw. pułapki rentowej, która powstrzymuje wiele osób przed podjęciem pracy z obawy o utratę renty.

### Państwo ma więc jeszcze coś do zrobienia.

Oczywiście! To jest ten stary paradoks, że im więcej robimy, tym więcej ujawnia się nowych potrzeb. I trzeba wciąż szukać nowych, lepszych rozwiązań. (...)

### Tygodnik „Polityka” napisał o Panu, że jest Pan jednym z najbardziej pracowitych i jednym z najbardziej niedocenianych posłów...

Do polityki trafiłem długą i naturalną drogą – przez działalność w organizacjach pozarządowych, a potem pracę we wrocławskim samorządzie. Wielu ludzi na tej drodze bardzo i bezinteresownie mi pomagało. I nauczyło radości z pomagania. Żeby móc skutecznie pomagać, trzeba oczywiście mieć polityczne poparcie i sympatię ludzi, bo inaczej nie przejdzie się w wyborach. Docenienie pracy przez innych jest ważne, ale najważniejsze jest poczucie, że robię potrzebne rzeczy, że pomagam...



# Maciej Chaberski

## z-ca burmistrza, inicjator

**Z**astępca burmistrza i sekretarz Kępice, ekspert ds. ekonomii społecznej i integracji osób niepełnosprawnych, działacz społeczny, członek Komitetu Oceny Projektów w Stowiarńskiej Grupie Rybackiej, członek Pomorskiego Komitetu Rozwoju Ekonomii Społecznej.

Urodził się w 1981 r. w Łodzi, od dziecka choruje na zeszywniające zapalenie stawów kręgosłupa.

Ukończył politologię na Uniwersytecie Gdańskim, kończy pracę nad dysertacją doktorską z zakresu polityki międzynarodowej. Współpracownicy mówią: „niezwykle otwarty na ludzi, optymistycznie patrzy w przyszłość, nie boi się wyzwań, nie stwarza barier, tylko buduje mosty”. Jest współzałożycielem kilku stowarzyszeń, w tym Dobre Serca, My dla Was, Pomocna Dłoń, Razem dla Kępice.

Od 2007 r. pracuje w sektorze samorządowym, od 2011 r. pełni funkcję sekretarza, a od 2014 r. jednocześnie zastępcy burmistrza Kępice. Za jego sprawą w Kępicach zostało utworzone stanowisko Pełnomocnika Burmistrza ds. Osób Niepełnosprawnych, z jego inicjatywy powstały: Środowiskowy Dom Samopomocy w Kępicach i Spółdzielnia Socjalna Razem.

Skąd tyle pasji, energii i zaangażowania? „Jeśli jest jakaś potrzeba, trzeba po prostu działać. Czasy urzędniczego betonu odchodzą do lamusa, trzeba wychodzić do ludzi, rozmawiać z nimi, poznawać problemy i potrzeby. Mam taką pieczęć: «Za biurka się nie da» – śmieje się. Uznawany za wulkan energii przyznaje: „Mam umiarkowany stopień niepełnosprawności, trudności w poruszaniu się, ale nie przez cały czas. Wiele osób jest zdziwionych tym, że mam niepełnosprawność. Może dlatego, że tylko w domu doskwiera mi ból. W pracy jestem pobudzony, nie mam czasu na nim się skupiać, w ogóle o nim nie myślę”.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Archiwum Urzędu Miasta Kępice



# Paweł Giełazis

## radny, biznesmen, społecznik

**I**nformatyk, działacz społeczny, radny gminy Olecko, wiceprzewodniczący Komisji Kultury i Oświaty, członek Stowarzyszenia „Pomarańcza”, które wspiera szkoły i placówki z oddziałami integracyjnymi w Olecku.

Urodził się w 1980 r. w Siejniku, od dziecka jest niedowidzący.

Ukończył Technikum Rolnicze i Technikum Informatyczne w Olecku. W 2012 r. założył własną działalność gospodarczą – firmę informatyczną G Soft, która zajmuje się sprzedażą i serwisem komputerów.

Aktywnie działa na rzecz lokalnej społeczności: współpracuje z Towarzystwem Przyjaciół Dzieci oraz Warsztatem Terapii Zajęciowej w Olecku, od 2011 r. sponsoruje i wspólnie z oleckim oddziałem Związku Harcerstwa Polskiego organizuje zimowe i letnie kolonie i obozy dla dzieci. Z jego inicjatywy

organizowany jest rocznie Światowy Dzień Osób Niepełnosprawnych oraz Dzieńca Oleckowiada. Ponadto jest współorganizatorem i sponsorem licznych imprez dla mieszkańców i zbiórek pieniężnych na rzecz potrzebujących i chorych na nowotwory.

W Stowarzyszeniu „Pomarańcza” wspiera na wielu płaszczyznach działalność szkół i placówek z oddziałami integracyjnymi oraz rozwój dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością.

Jego życiowe motto brzmi: „Traktuj innych tak, jak sam chciałbyś być traktowany”, a do tego dodaje: „Robię po prostu to, co uważam za słuszne, słucham potrzeb ludzi i staram się im pomóc. Na pewno jest to trochę połączenie tego, co przeżyłem, ale też obserwacji i słuchania innych. Myślę, że warto obrać sobie cel w życiu i do niego wytrwale i uparcie dążyć, z wiarą w siebie i mimo wszystko”.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Archiwum prywatne



## Jan Filip Libicki

senator RP, historyk

**P**olityk, historyk, poseł na Sejm V i VI kadencji, senator VIII i IX kadencji, poznanik.

Prowadził biuro tłumaczeń. Był doradcą prezesa w zakładzie pracy chronionej Edica (1997–2005), a w latach 1999–2002 prezesa PFRON. Pracował w Stowarzyszeniu Środowisko dla Niepełnosprawnych EKO SALUS (2007–2008) oraz był doradcą prezesa Portu Lotniczego Poznań-Ławica.

Były poznański radny (2002–2005) i wiceprezes Zarządu Towarzystwa Dziedzictwa Wielkopolskiego (2000–2005).

Jako poseł należał do Komisji Polityki Społecznej, a w następnej kadencji Komisji Polityki Społecznej i Rodziny, Komisji ds. Unii Europejskiej oraz Podkomisji Stałej ds. Osób Niepełnosprawnych. Był wiceprzewodniczącym Polsko-Tajwańskiego Zespołu Parlamentarnego.

Od roku 2014 r. przewodniczy Parlamentarnemu Zespołowi ds. Osób Niepełnosprawnych. Należy do Platformy Obywatelskiej RP.

Ma mózgowe porażenie dziecięce, porusza się na wózku. Jest dumny z przełamania własnych barier mentalnych, związanych z niepełnosprawnością. Do działania pcha go wiara i przekonanie, że życie trzeba przeżywać produktywnie.

W poprzedniej kadencji w Senacie miał blisko 350 spotkań z ludźmi w swoim okręgu wyborczym. Uważa je za rozwijające i ważne.

Lubi także podróże w egzotyczne miejsca, był m.in. w Kirgistanie, Ziemi Świętej, Moskwie. W przyszłym roku planuje podróż koleją transsyberyjską.

Kocha zwierzęta, szczególnie psy. Chętnie czyta książki związane z duchowością.

## Marek Plura

eurodeputowany, tradycjonalista

**P**olityk, psychoterapeuta i działacz społeczny, poseł na Sejm VI i VII kadencji, deputowany do Parlamentu Europejskiego VIII kadencji, grafik i poeta. Członek Platformy Obywatelskiej RP i Europejskiej Partii Ludowej. Zakochany w śląskim języku i tradycji. Aktywny działacz w Stowarzyszeniu Osób Narodowości Śląskiej oraz w Związku Górnośląskim.

Jeszcze bardziej zakochany w żonie Ewie i dzieciach: Marysi i Beniaminie.

Założył Stowarzyszenie „Dobry Dom”, był prezesem Śląskiego Stowarzyszenia Edukacji i Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych „Akcent”, przewodniczącym rady programowej Działu Integracyjno-Biblioterapeutycznego Biblioteki Śląskiej oraz zastępcą skarbnika Międzynarodowego Parlamentu Osób Niepełnosprawnych i wicedyrektorem Very Special Arts Poland.

Jest inicjatorem Konkursu Lady D. im. Krystyny Bochenek (od 2002 r.), który promuje aktywne kobiety z niepełnosprawnością, oraz ogólnopolskiego konkursu

integracyjnego dla młodzieży (od 2009 r.) „Z taktem i uśmiechem”.

Od dziecka choruje na postępujący zanik mięśni, porusza się na wózku elektrycznym.

Jego miejsce na ziemi to Katowice. Obecnie dzieli czas pomiędzy Strasburg i Brukselę. W polskim Sejmie przewodniczył Podkomisji Stałej ds. Osób Niepełnosprawnych, Parlamentarnemu Zespołowi ds. Osób Niepełnosprawnych i Parlamentarnemu Zespołowi ds. Piastówanio Ślónskij Godki. W Europarlancie jest członkiem m.in. Komisji Zatrudnienia i Spraw Socjalnych, Komisji Transportu i Turystyki, Intergrupy ds. niepełnosprawności, przeciwdziałania ubóstwu i ds. ekonomii społecznej. Wspiera starania Ślązaków o uznanie ich za mniejszość etniczną. Siebie nazywa pracownikiem socjalnym, bo praca, którą wykonywał przed wejściem do Sejmu, wciąż jest mu bliska.

Wielokrotnie nagradzany, m.in. Nagrodą im. Karola Miarki, Lodołamaczem Specjalnym i Orderem Uśmiechu.



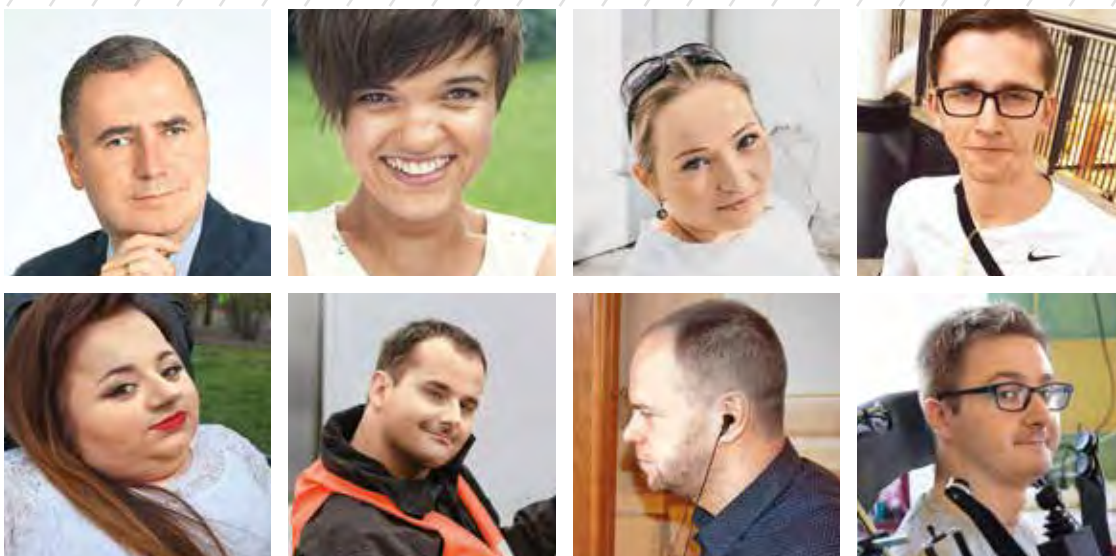
Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Flickr.com/photos/senatrp

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. www.plura.pl/press-room



# 7

## kategoria IT/nowe technologie





**Ludzie sądzą,  
że dostępność  
cyfrowa  
jest dla konkretnej  
grupy,  
a tak naprawdę  
służy wszystkim.**



# Jacek Zadrozny

lider dostępności, bloger

**Wiele osób wskazuje na Pana, gdy są pytane o osobę najbardziej zasłużoną dla dostępności internetu w Polsce.**

Nie mam poczucia, że udało mi się dużo zmienić w dostępności internetu dla osób niepełnosprawnych, może najbardziej to, że dostępność ta pojawiła się w dyskursie, a potem w różnych przepisach. Tyle że przepisy to jedno, a rzeczywistość – drugie.

Kiedy zacząłem interesować się dostępnością cyfrową, zrozumiałem, że musi stać się coś takiego jak z usuwaniem barier w przestrzeni architektonicznej, że trzeba uświadomić ludziom, iż środowisko cyfrowe, w którym musimy się poruszać, także ma wiele barier, które należy usunąć. Ale jeszcze wiele jest do zrobienia i z tego powodu odczuwam głęboki niedosyt.

**Przetłumaczenie na język polski międzynarodowego standardu dostępności internetowej WCAG 2.0 było ważnym krokiem w dostępności cyfrowej.**

Po przetłumaczeniu standardu zabiegaliśmy, aby został uznany i uzyskał akceptację rządowych instytucji. Akceptację uzyskaliśmy w Biurze Pełnomocnika Rządu ds. Osób Niepełnosprawnych, ale opierały się, niestety, rządowe podmioty odpowiedzialne za informatyzację. Wydawało się, że pójdzie z górki w 2012 r., kiedy w bólach urodziło się *Rozporządzenie w sprawie Krajowych Ram Interoperacyjności* i znowelizowano *Ustawę o informatyzacji podmiotów realizujących zadania publiczne*.

**Tak się jednak nie stało.**

Boje trwały, ale strasznie ciężko było ruszyć tę bryłę legislacyjną, choć podważana była z różnych stron. Zmiana nastąpiła w 2015 r., kiedy pojawiły się dyrektywy unijne i powstały różne standardy dostępności, w tym cyfrowej. Mam nadzieję że to, co tak powoli się rozwijało przez wiele lat, teraz ruszy z kopyta, trwają bowiem prace w Ministerstwie Rozwoju nad tymi standardami oraz negocjacje nad dyrektywą o dostępności.

Może pod koniec 2018 r. będziemy mieli gotową dyrektywę o dostępności, która nakłada te obowiązki także na podmioty prywatne.

**Doceniono Pana dotychczasową pracę, nagradzając najpierw za prowadzenie najlepszego serwisu o dostępności cyfrowej dla osób niepełnosprawnych – Informaton.pl – a w tym roku został Pan Liderem Cyfrowej Dostępności w I edycji konkursu.**

Serwis w formie bloga prowadzę od 5 lat, pisząc o bardzo wielu różnych rzeczach dotyczących tej tematyki, wyjaśniam w nim także punkt po punkcie, co to jest WCAG 2.0. Byłem też ojcem chrzestnym polskiego walidatora dostępności Utilitia, który jest narzędziem do badania poziomu dostępności stron internetowych. Przyznana przez Fundację Widzialni statuetka Lidera Cyfrowej Dostępności pojechała moją dumę, ponieważ kapituła jednogłośnie przyznała mi ją za dotychczasowe działania i podjęte inicjatywy.

**Także dlatego, że jako osoba niewidoma nie skupia się Pan jedynie na dostępności dla tego środowiska, lecz dla wszystkich użytkowników.**

Zaczynałem od osób niewidomych, lecz bardzo szybko przestawiłem się na myślenie o innych niepełnosprawnościach. Ludzie sądzą, że dostępność cyfrowa jest dla konkretnej grupy, a tak naprawdę służy wszystkim. Podobnie jak winda czy płaskie wejście do budynku. Jest jednak różnica między dostępnością architektoniczną a cyfrową. Gdy w budynku zamontuje się podjazd czy windę, to one już tam są, a gdy udostępni się stronę internetową, to za rok jej dostępność może zniknąć pod wpływem normalnego rozwoju serwisu. Dlatego ktoś w organizacji musi na bieżąco o nią dbać.

**Kto najbardziej Pana inspiruje?**

Muszę przyznać, że miałem momenty rezygnacji, myślałem nawet, aby zamknąć serwis, ale wielkim wsparciem jest moja żona, która wierzy w to, co robię, i przez osmozę nauczyła się wiele o dostępności. Wie o niej więcej niż ogromna większość projektantów stron internetowych. Gdy mi brakowało paliwa, to ona mi go dolewała.

# Katarzyna Dinst

## blogerka, społecznik

**S**ocjolog, założycielka i prezes Fundacji Rodzic Nie Pęka. Urodziła się w 1990 r. w Potczynie-Zdroju. Ma achondroplazję. Leczenie polegające na wydłużaniu nóg rozpoczęła w wieku 7 lat, skończyła w wieku 10, a rąk – gdy miała lat 16. Zdecydowała się na nie „nie po to, by być wyższą, ale sprawniejszą”.

Skończyła socjologię, w 2016 r. założyła Fundację Rodzic Nie Pęka, która m.in. zorganizowała pierwszy w Polsce Międzynarodowy Dzień Niskorosłości oraz we Wrocławiu i Warszawie warsztaty dla rodziców dzieci z dysplazjami kostnymi.

Warszawskie warsztaty odbyły się dzięki spontanicznej zbiórce pieniędzy na portalu społecznościowym, którą zorganizowała z okazji swoich urodzin – stąd nazwa akcji „Porządny kop na urodziny”. „Zdecydowałam się na to, aby przybliżyć przyjaciółom i znajomym ideę działań prospołecznych. Uznałam, że urodziny to dobra okazja, ponieważ zamiast prosić

o coś dla siebie, można poprosić dla tych, którzy bardziej potrzebują” – wyjaśnia.

Fundacja prowadzi też projekt #wzrostszcieszianiedaje, czyli cykl wywiadów z osobami z achondroplazją i innymi dysplazjami kostnymi – by pomóc rozprawić się z uprzedzeniami, barierami i stereotypami.

Fundacji oddaje się bez reszty, dla niej zrezygnowała z doktoratu z socjologii. „Jestem pozytywnie nastawiona do świata i ludzi. Choć w życiu niejednokrotnie pojawiały się momenty, kiedy myślałam: «nie dam rady», «tego już za wiele», to każde pokonanie bólu, trudnych okresów podczas leczenia zagrzewało mnie do walki o większą sprawność i mobilność. Skoro dałam radę wcześniej, uda się i teraz. Życie jest zbyt krótkie, żeby użalać się nad sobą i tkwić w swoim małym świecie. (...) Mimo niepełnosprawności możemy realizować postawione cele”. Czasem z pomocą innych osób – i nie ma w tym nic złego”.



Tekst: Aneta Wawrzyniak, Fot. Kaja Dulińska



# Agata Grzesik

## blogerka, motywatorka

**M**ówi o sobie Pani Miniaturka i tak też nazywa się jej blog – Miniaturka.pl. To nawiązanie do niskorosłości, a oprócz niej ma też niepełnosprawność ruchową.

Mama 9-latka i dziewczyna Człowieka Lasu, właścicielka szalonego kota. Z wykształcenia ekonomistka, zawodowo zajmuje się logistyką w jednej z opolskich firm. Chciała być architektem, a potem lekarzem, a jest aktywną blogerką, dla której media społecznościowe to największa pasja.

Od zawsze lubiła pisać, bloguje od 12. roku życia. Na blogu dzieli się nieco zawiadczym podejściem do rzeczywistości, jej domeną jest bowiem cięty język, którym mówi o rzeczach ważnych.

Często porusza sprawy dotyczące kobiet z niepełnosprawnością, które przekonuje, że pomimo

przeciwności losu mogą wszystko: realizować się zawodowo, studiować, uprawiać sport, być matkami, bo szczęście jest także dla nich.

Stara się nie poddawać i mimo podupadającego zdrowia podejmuje wyzwania codzienności. Motywuje innych do życia w pełni.

Ma słabość do świecidełek, którą wykorzystuje do projektowania i tworzenia biżuterii.

Lubi słodką kawę, a nie lubi, gdy ktoś „wchodzi jej na głowę”.

Nie umie pływać, ale za to nurkuje.

Proponuje: „Bądź tym, kim chcesz być, a nie tym, kim chcieliby Cię widzieć rodzice, nauczyciele i przyjaciele. Nikt z nich nie przeżyje życia za Ciebie”.

Stara się żyć w zgodzie z tym, co myśli, i zachęca do tego innych.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Archiwum prywatne



# Rafał Miszkiewicz

vloger

**A**utor wideobloga „Życie na wózku”, który obserwuje ponad 76 tys. osób, pierwszy w historii laureat nagrody Integracji „Człowiek bez barier” w kategorii Osobowość internetowa (2016). Jego fani uważają, że „optymizmem i pozytywną energią motywuje do działania nie tylko osoby z niepełnosprawnością, ale też «zdrowe»”.

Urodził się w 1993 r. w Suwałkach i do 19. roku życia lubił uprawiać sport, imprezować z kolegami, szperać w internecie. Nie raz rzucił okiem na działalność vlogerów, ale przez myśl mu nie przeszło, żeby zakładać własny kanał. „Nie miałem na to czasu, a przede wszystkim pomysłu”. Wszystko zmieniło się 3 maja 2013 r., gdy uległ wypadkowi, w wyniku którego doznał wielopoziomowego złamania kręgow z porażeniem kończyn dolnych. Konieczna była też amputacja lewego bicepsa i prawej ręki do przedramienia.

Wszystkiego musiał nauczyć się od nowa. Także tego, że przyjaciół poznaje się w biedzie: po wypadku i sześciu miesiącach spędzonych w szpitalu rzuciła go dziewczyna, znajomi przestali się odzywać. Nie załamał się jednak. Uczy się na błędach, wyznacza kolejne cele, lubi wyzwania. Na własnej skórze przekonał się, że „ograniczenia są tylko w głowie”. „To wpływa na moją psychikę” – wyjaśnia. Dlatego nigdy nie mówi, że gdzieś „jedzie” na wózku, tylko „idzie”.

Ledwo zdążył pobić swój rekord i w jeden dzień przejechał (czy jak woli: przeszedł) na wózku 100 km, a już przymierza się do pokonania dwukrotnie dłuższej trasy – a tym samym pobicia rekordu Guinnessa. Nie ma dla niego tematów tabu – z wyjątkiem jednego: jak doszło do wypadku. Nie mówi o tym nigdy i nikomu, bo chce nauczyć ludzi, by koncentrowali się na tym, jaki człowiek jest i co robi, a nie szukali sensacji. „Z każdej, nawet najtrudniejszej sytuacji jest jakieś wyjście. A każdą porażkę warto traktować jako nowe doświadczenie – i nigdy się niczym nie zrażać”.

Tekst: Aneta Wawrzyniczak, Fot. Archiwum prywatne



# Adam Pietrasiewicz

programista, dziennikarz

**P**rogramista, analityk, założyciel i prezes Spółdzielni Socjalnej Akces Lab, przewodniczący Forum Dostępnej Cyberprzestrzeni, prozaik, dziennikarz, tłumacz języka francuskiego, odznaczony Srebrnym Krzyżem Zasługi za działalność na rzecz przemian demokratycznych w Polsce i aktywność podejmowaną na rzecz demokratyzacji życia akademickiego w ramach organizacji studenckiej Niezależne Zrzeszenie Studentów (NZS).

Urodził się w 1958 r. w Toruniu. W dzieciństwie zachorował na polio, w związku z czym poruszał się o kulach, a od 2005 r. na wózku. Studiował dziennikarstwo na Uniwersytecie Warszawskim, wyjechał do Francji, gdzie ukończył kursy AFPA na kierunkach: księgowość oraz analityk-programista i pracował jako programista i analityk, a później dyrektor działu informatyki. Przez pięć lat prowadził własną firmę.

Po powrocie do Polski związał się z Polską Agencją Prasową, gdzie kierował zespołem fotoedytorów działu krajowego, a także ze Stowarzyszeniem Przyjaciół Integracji jako audytor techniczny. Autorzy reportażu *Niepokonani* podsumowali jego działalność słowami: „To prawdziwy człowiek renesansu. Wielokrotnie zmieniał zawody, dopasowując je do swoich wymagań”.

W 2011 r. założył Spółdzielnię Socjalną Akces Lab, której głównym polem działania jest udostępnianie przestrzeni, także wirtualnej, dla osób z niepełnosprawnością. Za największe wyzwanie, z jakim przyszło mu się zmierzyć, a jednocześnie największy sukces, uważa „wychowanie we Francji dwóch córek tak, że mówią płynnie po polsku”.

Niepełnosprawność? „Rodzice wychowali mnie w taki sposób, żebym nie zwracał uwagi na niepełnosprawność, powtarzali, że najważniejsze to działać. To mi zostało do dziś, niepełnosprawność jest co najwyżej jednym z elementów, które muszą wziąć pod uwagę w tym, co planuję robić i robię”.

Tekst: Aneta Wawrzyniczak, Fot. Archiwum prywatne



## Bogumiła Siedlecka-Gościńska

vlogerka, wizażystka

**P**asjonatka życia i niepoprawna marzycielka – prywatnie, a zawodowo – specjalistka public relations i marketingu, wizażystka, wideoblogerka.

Autorka książki *Historia jednego marzenia*, wyróżniona w konkursie „Człowiek bez barier 2013” – zdobywczyni Nagrody Publiczności.

Urodziła się w 1988 r., a rodzice usłyszeli diagnozę – wrodzona łamliwość kości. Lekarze dawali jej trzy miesiące życia, a już pierwsze jego sekundy przyplącała złamaniami i wyrwanymi stawami. Pewnie dlatego od początku była oczkiem w głowie rodziców, a to z kolei jako nastolatkę zmotywowało ją, by „w końcu zająć się sobą, nie chorobą” i wcielić w życie ulubione hasło: „Ogranicza nas tylko umysł”.

Wyprowadziła się więc z domu, aby studiować i nauczyć się życia po swojemu. Imiała się różnych

zajęć, m.in. rozdawała ulotki i pracowała w call center. Prawdziwą miłość odnalazła w poznanym przez internet Bartłomieju, z którym w 2015 r. wzięła ślub.

Ogromną jej pasją jest wizaż, dlatego w 2012 r. założyła kanał na YouTube, zatytułowany „Anioł na resorach”, na którym zgromadziła już prawie 37 tys. widzów.

Jak sama wyjaśnia, nazwa jej kanału to „gra sprzeczności”. „Kiedy zamykamy oczy i myślimy «anioł», widzimy piękną, idealną anielicę. Bo anioły są idealne, prawda? Ja chciałabym być właśnie taka idealna. Ale mam resory”.

Kanał traktuje jako misję i pasję, a marzy o tym, by w mediach było miejsce dla ludzi mniej sprawnych, ale tak samo jaki inni kreatywnych i ambitnych.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Archiwum prywatne

## Łukasz Słowik

administrator, innowator

**P**rzewodnik na Niewidzialnej Wystawie w Warszawie, pomysłodawca i twórca inicjatywy Opisujemy.pl, administrator grupy na Facebooku „Niewidomi i Niedowidzący – Bądźmy razem”, redaktor satyrycznej strony „Hej. A Ty też masz 04-O na orzeczeniu?”, aktywista na rzecz osób niewidomych i niedowidzących.

Urodził się w 1986 r. w Kędzierzynie-Koźlu, od urodzenia jest niedowidzący. Pracował m.in. w fabryce we Wrocławiu jako, jak mówi: „przynieś, wynieś, pozamiataj”. Dowiedział się jednak o istnieniu Niewidzialnej Wystawy w Warszawie i od 2013 r. jest na niej przewodnikiem. „Żywo zainteresowany dostępnością przestrzeni publicznej, urodzony optymistą i aktywistą, w wolnym czasie kolejowy podróżnik” – pisze o sobie.

W 2015 r. wystartował z inicjatywą Opisujemy.pl, w ramach której dla osób niewidomych opisywane są słowami krążące w internecie grafiki, zdjęcia i obrazki. „Wydaje mi się, że scena śmiesznych obrazków bez zmysłu wzroku jest najbardziej niedostępna. Nieraz byłem świadkiem sytuacji, w której niewidomy nie rozumiał, z czego śmieją się widzący” – pisze o inicjatywie. „Opisujemy.pl jest kierowane nie tylko do osób niewidomych, a jedynym celem nie jest udostępnienie obrazków, które mogą bawić czy rozczułać. To także inicjatywa skierowana do osób widzących. Bo problemem nie jest to, że ludzie widzący nie chcą tego robić, ale że często nie wiedzą, że jest taka potrzeba” – wyjaśnia.

Inicjatywa stała się inspiracją dla innych, w jego ślady poszli już m.in. administratorzy stron: Psie Sucharki, Historyczne bzdury, Nie mogę, trzymam dziecko, Szanuj słowa, a nawet jednej z partii politycznych.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Archiwum prywatne





## Jan Szuster

### konstruktor, twórca aplikacji

Inżynier, konstruktor, przedsiębiorca. Urodził się w 1967 r. w Warszawie. W wyniku barwnikowego zwyrodnienia siatkówki, które zdiagnozowano u niego, gdy był nastolatkiem, zaczął tracić wzrok, a obecnie jest osobą niewidomą.

Ukończył Wydział Elektroniki Politechniki Warszawskiej i Państwową Szkołę Muzyczną II stopnia im. Józefa Elsnera w klasie organów. W czasie studiów zatrudnił się na stanowisku konstruktora elektronika w firmie produkującej urządzenia telekomunikacyjne dla armii, pięć lat później został kierownikiem zespołu projektowego, na czele którego stał przez 15 lat. W 2013 r. założył swoją firmę Pirs Creative Lab, czyli „laboratorium badawczo-wdrożeniowe”, które rozpowszechnia „najnowsze technologie w szeroko rozumianym biznesie oraz w codziennym życiu”, np. drukowanie trójwymiarowe i oprogramowanie dla smartfonów.

Projektuje udogodnienia elektroniczne dla osób z niepełnosprawnością wzroku, jak laskę wyposażoną w kompas elektroniczny czy aplikację znakującą przedmioty. Jest twórcą systemu znaczników TOTUPOINT, czyli udźwiękowania przestrzeni publicznej dla osób niewidomych i niedowidzących, który jest wdrażany w kilku miastach w Polsce. „To moje bardzo kosztowne hobby, ale je realizuję, z uporem godnym wielkiej sprawy. W życiu trzeba robić swoje i ufać intuicji” – stwierdza.

Aktywnie działa też na rzecz promowania pracy osób z niepełnosprawnością. „Dobry pracodawca wie, że dopiero zespół tworzy efektywną, sprawną całość. Jeśli trafia na osobę z niepełnosprawnością wzroku albo inną, która ma wiedzę, umiejętności, talent, to niepełnosprawność nie będzie przeszkodą”. Pogłębiając się niepełnosprawność nigdy nie zniechęciła go do aktywności fizycznej, m.in. jeździ na nartach, uprawiał i uprawia jeździectwo i windsurfing.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Mateusz Różański/Archiwum Integracji

## Artur Wachowicz

### analityk internetowy, podróżnik

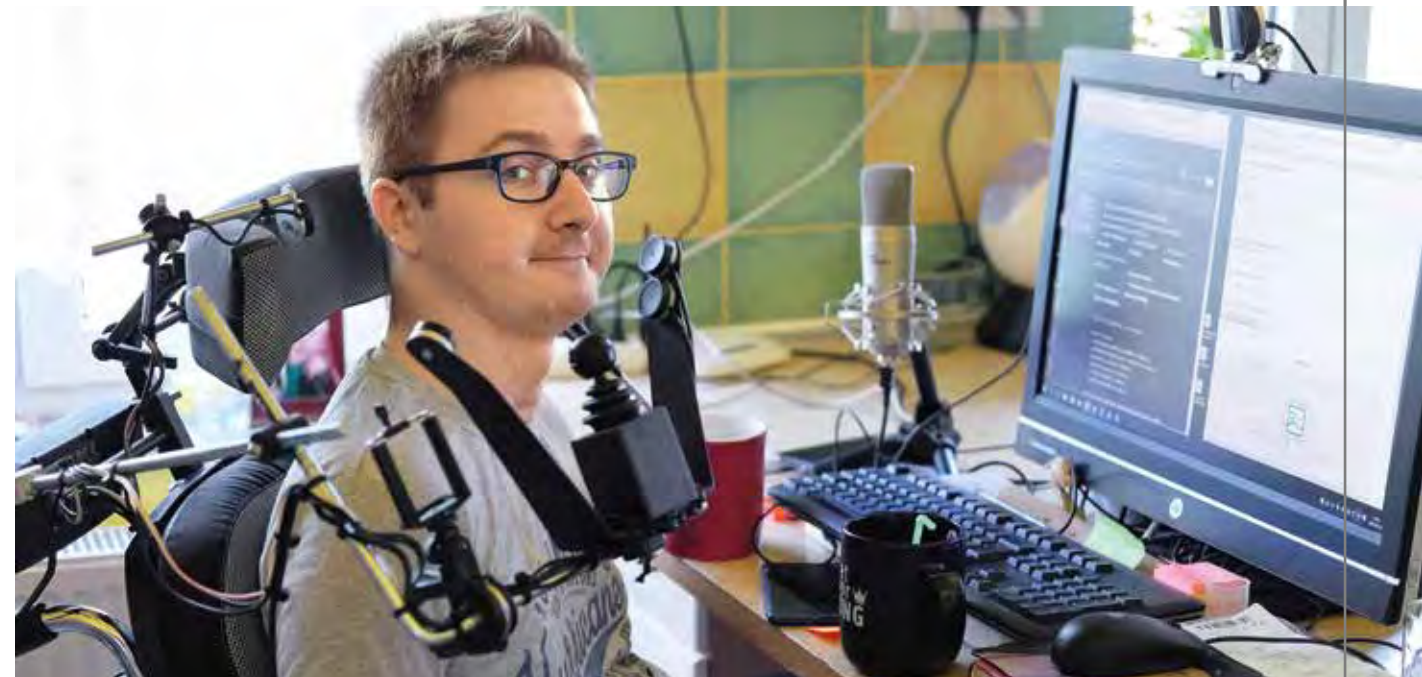
Analityk internetowy, wideobloger, podróżnik. Urodził się w 1989 r. w Radomiu, a po skończeniu szkoły pracował przy remontach. W 2010 r. uległ nieszczęśliwemu wypadkowi rowerowemu: chciał ominąć schodki i zjechać skarpą, nie wiedział jednak, że na jej końcu jest ponadmetrowy uskok. Sprzed upadku pamięta, że zdążył nacisnąć hamulec, po wypadku – że leżąc w trawie, nie był w stanie poruszyć ani ręką, ani nogą.

Kiedy obudził się po operacji, usłyszał diagnozę: zmiążdżenie dwóch krążków międzykręgowych na odcinku szyjnym. W praktyce oznacza to: paraliż od szyi w dół. Rdzeń nie został jednak przerwany i jest nadzieja, że będzie chodził. Marzy też o powrocie na parkiet – przed wypadkiem chodził bowiem na kurs tańca. Nie wyklucza też, że będzie tańczył na wózku.

Przygodę z wideoblogiem zaczął od udziału w programie „Można inaczej – Hoop Cola”, w którym chciał ludziom pełnosprawnym pokazać, jak wygląda życie z niepełnosprawnością, a niepełnosprawnym – że może ono być fajne. „Każdy człowiek jest w stanie dostosować się do warunków, jakie serwuje mu życie – i nim się cieszyć. Najważniejsze to nie załamywać się i odnaleźć kierunek na drodze, którą wyznacza życie”.

A że nie jest gotostowny, to w 2016 r. razem z żoną Anną wybrał się w TetroTrip, czyli podróż po 12 krajach Europy.

Po powrocie, podczas spotkania z osobami z niepełnosprawnością w Urzędzie Miejskim w Radomiu, zastępca prezydenta Jerzy Zawodnik powiedział: „Pokazaliście nam wszystkim, że niepełnosprawność nie jest wyrokiem”.

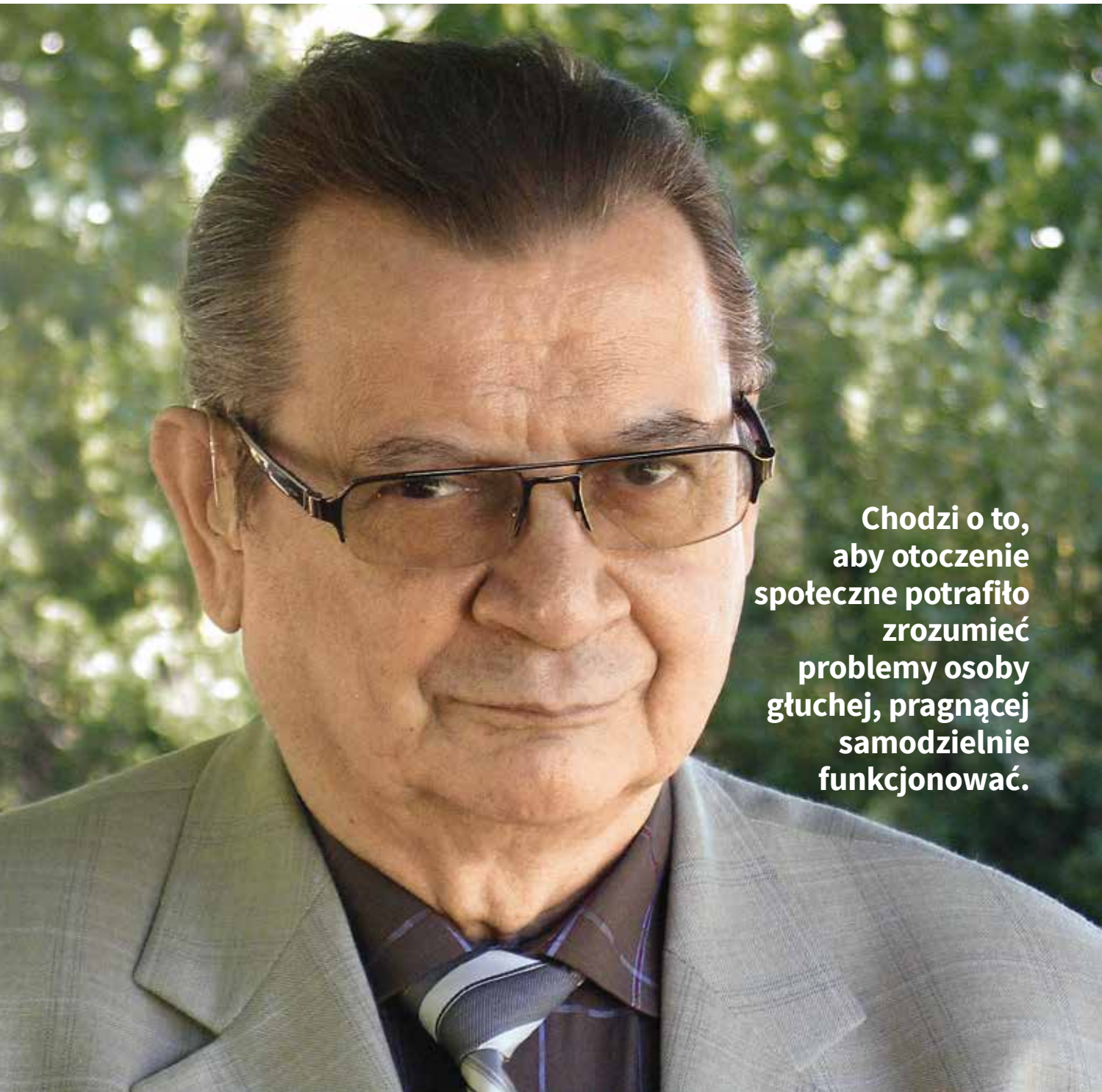


Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Piotr Stanisławski/Archiwum Integracji

# 8.

**kategoria**  
edukacja/rozwój osobisty





**Chodzi o to, aby otoczenie społeczne potrafiło zrozumieć problemy osoby głuchej, pragnącej samodzielnie funkcjonować.**

# Bogdan Szczepankowski

## nauczyciel, naukowiec

**Panie Profesorze, z jakich zmian w Polsce poprawiających sytuację osób głuchych i słabosłyszących, które też były Pana udziałem, jest Pan najbardziej zadowolony?**

Zdecydowanie najbardziej z powrotu języka migowego do szkół po 100-letniej przerwie. Poświęciłem temu 20 lat walki i starań. (...)

**I zaczął Pan pracować nad tzw. systemem językowo-migowym i opisywać jego zasady?**

Prace nad systemem językowo-migowym podjąłem w latach 60. ubiegłego wieku, a jego zasady opisałem w pierwszym podręczniku, który ukazał się w 1966 r. (...) Ministerstwo wreszcie dopuściło język migowy jako środek pomocniczy w nauczaniu, w formie tzw. systemu językowo-migowego. Zaczęliśmy wspólnie z MEN organizować kursy dla nauczycieli, wydawać podręczniki i realizować filmy dydaktyczne, a Centralny Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli zatwierdził program.

Poziom nauczania głuchych szybko się podniósł, a wielu pozdawało matury i poszło na studia. Dzisiaj mamy ok. 50 głuchych nauczycieli, magistrów z wykształceniem pedagogicznym, którzy uczą w szkołach dla głuchych. Traktuję to jako spełnioną misję i osobisty sukces.

**Promował Pan sprawę dzieci głuchych w telewizji.**

To była konkretna akcja, aby rząd przyznał młodzieży niepełnosprawnej i jej opiekunom prawo do bezpłatnych przejazdów kolejowych na trasie szkoła – dom. Dzieci głuche miały daleko do szkoły, nawet 200–300 km, i te podróże były dla rodziców zbyt kosztowne, dlatego dzieci nie jeździły na weekendy do domów. (...) Na nagraniu programu wyjąłem naszą korespondencję do MEN i do sekretariatu Sejmu, którą zapisaliśmy na kilkumetrowym zwoju papieru z drukarki igłowej, i powiedziałem, że na tak długą korespondencję nie było pozytywnej reakcji. I podczas najbliższego posiedzenia Sejmu postawie przegłosowali bezpłatne przejazdy dla dzieci.

Rozmawiał: Piotr Stanisławski, Fot. Piotr Stanisławski/Archiwum Integracji

**Wprowadzenie języka migowego do szkół przemeblowało system edukacji osób głuchych, myślenie o nich i wpłynęło pozytywnie na ich życie.**

Odpowiem anegdotą. W 1994 r. był zjazd absolwentów sprzed 20 lat w szkole głuchych w Warszawie. Absolwenci z 1974 r. zwiedzili szkołę, w której wszyscy nauczyciele migali, a młodzież miała z nimi pełny kontakt. I na wieczornym spotkaniu ze mną wyrazili ogromny żal, jako że zazdrościli głuchej młodzieży, która tak wiele mogła się nauczyć i zdobywać wykształcenie, a oni nie byli w stanie porozumieć się nawet z nauczycielami. (...)

**W czym czuje Pan niedosyt, co jeszcze nie zmieniło się tak, jak Pan pragnął?**

Świadomość społeczna. Ciągłe jest ona niska na temat potrzeb osób głuchych. Nie chodzi tylko o to, aby głuchego wyposażyć w to czy tamto, lecz aby otoczenie społeczne potrafiło zrozumieć problemy osoby głuchej, pragnącej samodzielnie funkcjonować. Gdy na dworcu nagle jest zmieniany peron odjazdu pociągu, to osoba głucha o tym nie wie. Do lekarza musi iść z tłumaczem, przy którym też musi się rozebrać i opowiadać o swoich intymnych sprawach. W urzędach i instytucjach jest znacznie lepiej, ale nie wszędzie. Pętle indukcyjne w instytucjach publicznych to wciąż rzadkość. Wiele zmieniła *Ustawa o języku migowym i innych środkach komunikowania się* uchwalona w 2011 r. Dzięki niej powołano w 2012 r. Polską Radę Języka Migowego, której miałem zaszczyt przewodniczyć w pierwszej kadencji.

**Zawsze chciał Pan być nauczycielem?**

Od dziecka, jednak nie myślałem o nauczaniu głuchych. Ale kuratorium, ze względu na głęboki niedosłuch, pozwoliło mi uczyć tylko w szkole specjalnej. I tak znalazłem się w Instytucie Głuchoniemych jako nauczyciel. Zrozumiałem, jakie problemy nurtują to środowisko, i one mnie zainspirowały do zajęcia się nimi zawodowo.

**To dobrze, że los Pana tam rzucił, bo skorzystało na tym środowisko głuchych.**

Z perspektywy lat i ja się z tego cieszę.

# Integracja w zatrudnieniu

- Pomagamy w zatrudnianiu osób z niepełnosprawnościami
- Wspieramy pracodawców w procesach rekrutacyjnych
- Szkolimy pracowników i pracodawców
- Informujemy o ulgach i uprawnieniach przysługujących osobom z niepełnosprawnościami i pracodawcom



**Skorzystaj**  
z naszego portalu

**sprawni**wprac**o**y

To największy w Polsce portal rekrutacyjny dla osób z niepełnosprawnościami. Najwięcej aktualnych ofert pracy dla osób z niepełnosprawnością

**Odwiędź**  
nasze Centra Integracja

**Zadzwoń**  
Infolinia 801 801 015



## Maciej Biątek nauczyciel historii

**H**istoryk, nauczyciel historii w lubelskim VIII Liceum Ogólnokształcącym im. Zofii Nałkowskiej, pierwowzór głównego bohatera filmu *Carte Blanche* w reżyserii Jacka Lusiąńskiego, z Andrzejem Chyrą w roli głównej.

Główny bohater filmu, nauczyciel historii, dowiaduje się, że traci wzrok, ale aby nie stracić pracy, ukrywa ten fakt. Film miał premierę w 2015 r., zdobył kilka nagród, w tym Grand Prix na festiwalu w Pekinie, Nagrodę Publiczności na Festiwalu Filmów Polskich w Moskwie i pięć nominacji w kolejnych konkursach zagranicznych.

Pan Maciej wcielił się w filmie w rolę sąsiada głównego bohatera – Kacpra.

Od dziecka jest miłośnikiem kina, literatury i podróży. Kocha książki, ma olbrzymi księgozbiór.

Przez 5 lat nie przyznał się w swoim liceum, że traci wzrok. Mimo jego utraty uczy w tym samym miejscu.

To pedagog z powołania, kocha młodzież, która regularnie wybiera go w plebiscytach na ulubionego nauczyciela.

Od kiedy nie musi ukrywać, że nie widzi, poprzez swoją postawę oswaja młodzież z tematyką niepełnosprawności. Uczy ją, że jakość życia zależy od nas samych, a bariery i ograniczenia istnieją bardziej w głowach niż w fizyczności. Walka z ograniczeniami jest wpisana w życie każdego człowieka, osobiste dramaty nie mogą determinować postaw i wykluczać.

Kiedyś miłośnik brydża i szachów. Mistrz autoironii, za którą cenią go przyjaciele.

Od kilku lat szczęśliwy mąż, dzieli czas pomiędzy pracę w Lublinie i Jasto, gdzie mieszka z żoną.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Małgorzata Genca/Kurier Lubelski





## Paweł Borowiecki

pedagog, terapeuta

**P**edagog, terapeuta, doktorant, autor publikacji naukowych poświęconych niepełnosprawności, nagrodzony wyróżnieniem w konkursie Dobroczyńca Roku 2015.

Urodził się w 1986 r. w Radomiu. Z powodu przepukliny oponowo-rdzeniowej porusza się na wózku. Ukończył studia ze specjalizacją z pedagogiki opiekuńczo-wychowawczej i wspomaganie rodziny na Uniwersytecie im. Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie oraz podyplomowe z zakresu oligofrenopedagogiki. Pracuje nad własną dysertacją doktorską na temat poczucia osamotnienia osób z niepełnosprawnością ruchową i sensoryczną.

Zawodowe szlify zdobywał w Stowarzyszeniu Budujemy Przysiań w Radomiu. Pracuje z młodzieżą pełnosprawną i z niepełnosprawnością w X Liceum Ogólnokształcącym z Oddziałami Integracyjnymi im. Stanisława Konarskiego w Radomiu. Od 2016 r. organizuje dla uczniów cykliczne spotkania „Włącz Integrację”, zapraszając osoby z niepełnosprawnością, które dzielą się doświadczeniami w pokonywaniu stereotypów i barier, opowiadają o swoich pasjach.

Jako członek Stowarzyszenia Nowe Perspektywy prowadzi zajęcia socjoterapeutyczne dla młodzieży i realizuje projekt „Chcemy pracować”, poświęcony aktywizacji osób z niepełnosprawnością. Promuje wolontariat i pomoc tym osobom, a także instytucję self-adwokatury. „To niezwykle ważne, bo pozwala brać aktywny udział w życiu społecznym, nie tylko pokazywać się na forum, ale też walczyć o prawa, zmieniać rzeczywistość, przełamywać bariery. A kto jest najlepszym ekspertem w kwestii barier, jakie napotykają osoby z niepełnosprawnością, w zakresie ich praw, jeśli nie one same? Self-adwokatura pozwala wziąć swój los we własne ręce” – przekonuje.

Jego życiowe motto to: „Dopóki walczysz, jesteś zwycięzcą”.

Tekst: Aneta Wawrzynczak, Fot. Archiwum prywatne



## Angelika Chrapkiewicz-Gądek

motywatorka, modelka

**M**ówca inspiracyjny, trenerka, podróżniczka, modelka, finalistka I wyborów Miss Polski na Wózku.

Urodziła się w 1980 r. w Zakopanem, od dziecka ma rdzeniowy zanik mięśni, od 14. roku życia porusza się na wózku. Skończyła zarządzanie w turystyce na Uniwersytecie Jagiellońskim oraz podyplomowe dziennikarstwo na Akademii Pedagogicznej im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie. Pracowała m.in. w biurze podróży, spółdzielni socjalnej Republika Marzeń Fundacji Anny Dymnej „Mimo Wszystko” i jako prezenterka programu *Potrzebni* w TVP INFO. Od 2008 r. występuje jako mówca inspiracyjny, dzieląc się doświadczeniami i pokazując, jak „wytrwałość i odpowiednie nastawienie pozwalają realizować cele i marzenia”. W 2016 r. założyła firmę ANGIsteps. „To skok na głęboką wodę, więc się bałam – i wciąż się boję.

Tekst: Aneta Wawrzynczak, Fot. Wojciech Pawłowski Shootit

A jednocześnie moim wielkim marzeniem było mieć coś własnego, wykorzystać 14 lat doświadczenia w pracy na etacie i wszystkie zdobyte umiejętności, spróbować swoich sił, żeby dalej się rozwijać” – mówi.

W 2017 r. na rynek trafiła jej pierwsza książka *Zdobądź swój szczyt. Uwierz w swoją siłę* (autobiografia i poradnik).

Jej wielką pasją są góry i woda: z jednej strony zaliczyła już wspinaczkę na Mnicha i Rysy i wzięła udział w wyprawie na Kilimandżaro, z drugiej – od 16 lat nurkuje, przez wiele lat była prezesem Stowarzyszenia Nautica.

Największym jej marzeniem jest być szczęśliwą. „Kiedy człowiek jest szczęśliwy, ma siłę do podejmowania wszystkich wyzwań i odwagę, by marzyć. Najważniejsze, moim zdaniem, to żyć pełnią życia, wykorzystywać swój potencjał, zdolności, talenty, a jednocześnie je rozwijać. I nigdy nie odkładać spełniania marzeń na później”.



## Łukasz Krason

### mówca motywacyjny

**T**rener rozwoju osobistego i mówca motywacyjny, członek Stowarzyszenia Profesjonalnych Mówców, autor książki *Wstań i jedź – niemożliwe jest osiągalne* oraz audiobooka *Odzyskaj swoją MOC*.

Urodził się w 1988 r. w Piotrkowie Trybunalskim.

Gdy miał 4 lata, zdiagnozowano u niego dystrofię mięśni. Jeszcze nie zdawał sobie sprawy z tego, co to oznacza, ale dowiedział się trzy lata później, kiedy usiadł na wózku.

Już wtedy bliskie mu było motto Walta Disneya: „Jeśli potrafisz o czymś marzyć, to potrafisz także tego dokonać”, i konsekwentnie wcielał je w życie.

W 2008 r. rozpoczął studia informatyczne, a w 2011 wyjechał do Barcelony, gdzie odkrył swoją życiową misję. Aby ją realizować, wrócił do Polski, stając się pierwszym w kraju trenerem rozwoju

osobistego i mówcą motywacyjnym z niepełnosprawnością. Opracował autorski program szkoleń motywacyjnych, które prowadzi w Polsce i za granicą (Holandia, Wielka Brytania, Stany Zjednoczone).

W 2013 r. wspólnie z żoną i grupą przyjaciół zorganizował „Ogólnopolski Konwój Rowerowy Wstań i Jedź”. W ciągu 44 dni przejechali 2500 km i odwiedzili 14 miast, w których pan Łukasz prowadził spotkania pt. „Opowieści Inspirującej Treści”, dzieląc się ze słuchaczami swoją filozofią życia. Aby ją najprościej podsumować w trzech zdaniach, wyjaśnia: „Po pierwsze: nie musisz być idealny. Po drugie: niemożliwe jest osiągalne, bez względu na to, czego doświadczamy. Zawsze możemy zrobić coś, co pchnie nas do przodu i da szczęście!”

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Archiwum prywatne



## Anna Migąła

### psycholog, edukator

**P**sycholog, psychoterapeuta, artystka. Prowadzi terapię indywidualną, rodzinną, grupy rozwojowe dla rodzin osób z niepełnosprawnością. Kształci się w terapii ericksonowskiej na kursie psychoterapii, atestowanym przez sekcję naukową psychoterapii Polskiego Towarzystwa Psychiatrycznego.

Ma dziecięce porażenie mózgowie, co nie przeszkodziło jej w ukończeniu kilku kierunków studiów i samodzielnym życiu. Mieszka w Bytomiu. Jest szczęśliwa, że może wykonywać piękny i inspirujący zawód, w którym ma kontakt z drugim człowiekiem, jego niepowtarzalnością, a ponadto może mu pomóc.

Jej pasją jest pisanie scenariuszy i realizacja etud teatralnych, m.in. z młodzieżą. Uwrażliwia młodych na problematykę niepełnosprawności, przemyca wątki terapeutyczne. Jej projekty dotyczą m.in. nadopiekuńczości rodziców, prawa do decydowania o sobie czy łamania stereotypów.

Pisze wiersze, choć na razie do szuflady, i psychoedukacyjne bajki o niepełnosprawności. Marzy, by stworzyć grupę rozwojową dla osób z niepełnosprawnością i ich rodziców. Według niej, rodzice skupiają się na ograniczeniach swoich dzieci, a powinni te ograniczenia przekuć w szansę, widzieć je jako zasoby. Chce profesjonalnie pomagać rodzinom, w których jest niepełnosprawność.

Uwielbia ruch i aktywność, wyprawy rowerowe, bierze udział w Biegach Niepodległości. Jej pasją jest podróżowanie. Samotnie wybrała się do Indii, a dopiero później zwiedzała je z bratem. W przyszłym roku chce samotnie przejść ok. 100-kilometrowy szlak tzw. polskiego Camino. Co roku stara się być w górach, które kocha, zwłaszcza w Bieszczadach.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Katarzyna Marquard



# Przemysław Sobieszczuk

mówca motywacyjny, coach

**M**ówca motywacyjny, coach, blogger, twórca Akademii Inspiracji i Motywacji Motyl, założyciel Stowarzyszenia Debra Polska Kruchy Dotyk, walczącego o potrzeby osób chorujących na *Epidermolysis Bullosa* (EB) i pomagającego im. Działacz społeczny, publicysta, zdobywca m.in. wyróżnienia w konkursie „Człowiek bez barier 2009”, Lodołamacza Specjalnego 2013, Orderu Uśmiechu, Nagrody im. Marka Drapińskiego – Towarzystwa Edukacji Bankowej SA za działalność społeczną na rzecz dzieci chorych i z niepełnosprawnością.

Urodził się w 1978 r. w Sokołowie Podlaskim, z rzadką i nieuleczalną chorobą skóry – pęcherzowym oddzielaniem się naskórka (EB). Wiele zawdzięcza rodzicom i dziadkom, którzy uczyli go, żeby brał życie takie, jakie jest.

Po skończeniu policealnego studium informatycznego miał się dorywczych prac, zmagając się ze stereotypami i strachem przed jego dolegliwością. Po dwóch latach znalazł pracę jako grafik w ośrodku szkoleniowo-rehabilitacyjnym we Wrocławiu. Następnie rozpoczął studia politologiczne na Wydziale Zamiejscowym w Chorzowie Wyższej Szkoły Bankowej w Poznaniu. Podczas studiów podjął pracę jako specjalista HR w centrali banku w Katowicach.

Na co dzień angażuje się w pomoc dzieciom chorym oraz z niepełnosprawnością, prowadzi zajęcia dla uczniów i studentów na temat tolerancji, zahamowania zachowań agresywnych wśród uczniów, asertywności, *savoir-vivre*'u wobec osób z niepełnosprawnością oraz wystąpienia motywacyjno-inspiracyjne w ramach Akademii Inspiracji i Motywacji Motyl.

Od 2011 r. jest żonaty.

Jego życiowe motto brzmi: „Można przejść przez życie, podziwiając innych, albo przeżyć je tak, by stać się dla nich inspiracją”.

Tekst: Aneta Wawrzyniczak, Fot. Archiwum prywatne



Tekst: Aneta Wawrzyniczak, Fot. Archiwum prywatne

# Tomasz Tasiemski

wykładowca, naukowiec

**W**ykładowca akademicki, autor i współautor licznych prac naukowych i podręczników, w szczególności poświęconych zagadnieniom sportu i rehabilitacji osób po urazach rdzenia kręgowego, laureat stypendiów naukowych w Polsce i za granicą, zdobywca wielu nagród.

Urodził się w 1965 r. w Wadowicach, ukończył AWF w Poznaniu, w 1990 r. w wyniku niefortunnego skoku do wody doznał uszkodzenia rdzenia kręgowego, porusza się na wózku. Jest profesorem poznańskiej AWF i wykładowcą Wyższej Szkoły Edukacji i Terapii w Poznaniu. „Zawsze byłem osobą aktywną, poszukującą nowych wyzwań, a wypadek i niepełnosprawność niczego w tej kwestii nie zmieniły. Spowodowały tylko, że realizacja planów stała się trudniejsza, ale wciąż możliwa”.

Jest zapalonym sportowcem, m.in. jeździ na nartach (mono-ski) i rowerze (handbike), w 1994 r. startował w Zimowych Igrzyskach Paraolimpijskich w Lillehammer.

Od ponad 20 lat współpracuje z Fundacją Aktywnej Rehabilitacji (FAR) w realizacji programu usprawniania osób poruszających się na wózkach i ich aktywizacji zawodowej. W ramach Fundacji Podaj Dalej prowadzi Warsztaty Umiejętności Życiowych.

Wolny czas poświęca na działalność w organizacjach charytatywnych, zajmujących się w państwach rozwijających się podnoszeniem poziomu rehabilitacji osób po urazach rdzenia kręgowego. Uczestniczył w projektach w Azji, Eurazji i Afryce. „Nie spotkałem się jeszcze z przejawami dyskryminacji, wynikającymi z faktu, że poruszam się z pomocą wózka. Wręcz przeciwnie, trochę przekornie określam siebie jako «atrakcyjny pakiet», łączący w karierze naukowej doświadczenia z pracy badawczej dotyczącej funkcjonowania osób po urazach rdzenia i doświadczenia osobiste”.



## Krzysztof Wostal

### szkoliowiec, ekspert

**Z**wykształcenia informatyk, administratywista, pedagog. Prowadził autorski program w radiu; w mediach jest ekspertem ds. niepełnosprawności. Od 2000 r. szkoliowiec – i osób z niepełnosprawnością, i na temat niepełnosprawności. W 2010 r. założył firmę – Instytut Edukacji i Rozwoju ALFA PRIM. Członek zespołu monitorującego-weryfikującego wdrażanie *Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych* w województwie śląskim, nauczyciel w dwóch szkołach podstawowych. Prowadzi zajęcia na Uniwersytecie Śląskim i w Instytucie Doskonalenia Nauczycieli. Prelegent na konferencjach. Zapraszany do Żywych Bibliotek.

Jest bohaterem wywiadu rzeki Agnieszki Majnusz *Życie w zachwycie – bez słuchu i wzroku*.

Od 1999 r. angażuje się w działalność społeczną. Był m.in. przewodniczącym Zarządu Koła PZN w Piekarach Śląskich, przewodniczącym Powiatowej Społecznej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych w tym mieście i członkiem

i wiceprzewodniczącym Zarządu TPG. Współinicjator powstania Polskiej Fundacji Osób Słabosłyszących i członek jej Rady Fundatorów. Nagrodzony m.in. statuetką Idola Środowiska (2009), wyróżnieniem w konkursie „Człowiek bez barier 2010” i Lodołamaczem Specjalnym (2015).

Lubi podróżować, czytać książki, słuchać muzyki, odpoczywać przy nargili, grać w szachy i warcaby, pływać.

Wrośnięty w Górny Śląsk i Katowice, miłośnik Śląskiej Godki, otwarty na różne religie i światopoglądy.

Wierzy, że pozytywne nastawienie do wydarzeń życiowych potrafi zbudować wiele dobrego.

Jest niewidomy i słabosłyszący. Porusza się przy użyciu białej laski i nowoczesnych technologii.

Komunikuje się z otoczeniem za pomocą aparatu mowy i słuchu, z użyciem aparatów słuchowych. Wspiera się systemem FM, zna kilka alternatywnych metod komunikacji.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Agnieszka Majnusz

# Lider dostępności



## Honorowy Patronat Prezydenta RP Andrzeja Dudy

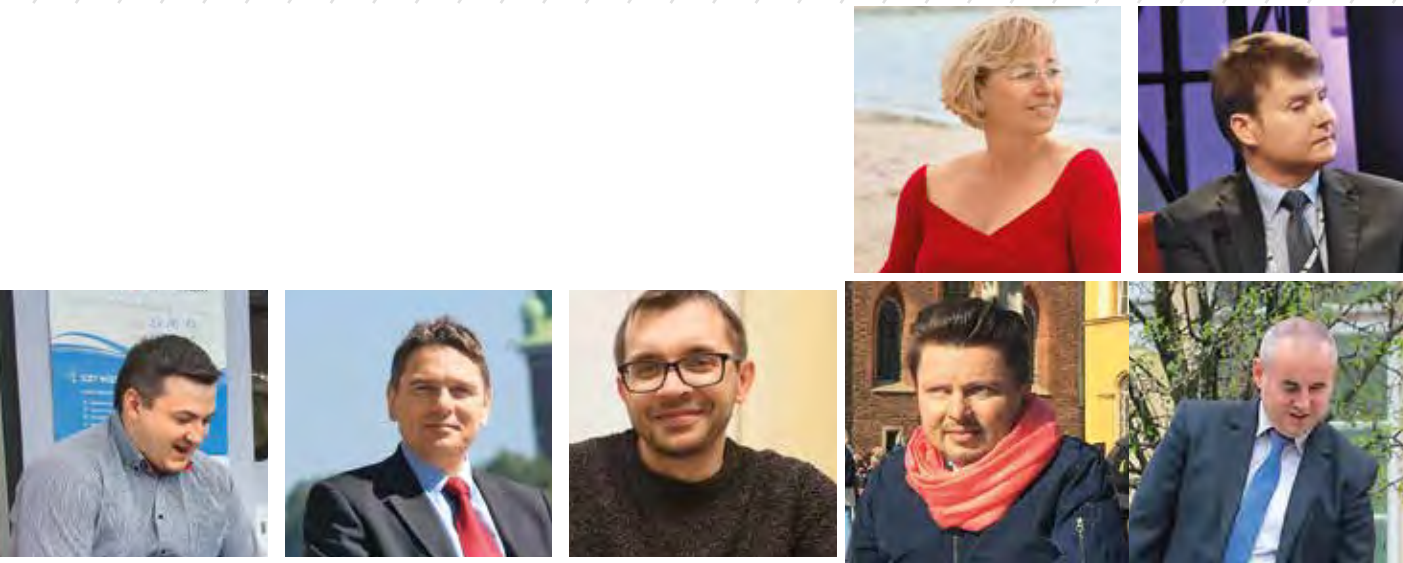
- **Konkurs architektoniczno-urbanistyczny zorganizowany po raz pierwszy w 2016 roku**
- **c ełem Konkursu jest promowanie projektowan a uniwersalnego oraz najlepszych rozwiązań urbanistycznych architektonicznych w zakresie dostosowania budynków i przestrzeni do potrzeb osób z niepełnosprawnością**

Partnerzy konkursu Lider Dostępności:

Towarzystwo Urbanistów Polskich, Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Wspólnie - Fundacja LafargeHolcim

# 9.

## kategoria urzędy/institucje



**Nie miałabym  
odwagi zmieniać  
Gdyni, gdybym  
nie zmieniła  
swojego życia.**

# Beata Wachowiak-Zwara

## pełnomocnik w Gdyni

**Gdynia jest jednym z najbardziej dostępnych miast w Polsce, duża w tym Pani zastuga. Z czego jest Pani najbardziej zadowolona?**

Na pewno z tego, że udało nam się uchwalić kilka aktów, które są jedyne w Polsce, jak choćby program „Kompleksowe działania na rzecz osób niepełnosprawnych Gdynia bez barier” z 2000 r. Zrobiliśmy wtedy diagnozę barier i problemów w Gdyni, wyznaczyliśmy cele i zaczęliśmy je realizować. Po dwóch latach zrealizowaliśmy większość.

**Czy diagnoza nie przerażała urzędników?**

Przerażała (...). Przyjęliśmy jednak, że jako Pełnomocnik ds. Osób Niepełnosprawnych zostaję usytuowana pod zwierzchnictwem prezydenta Gdyni, a to oznaczało, że on wszystko firmował i zmiany zachodziły szybko.

Od początku miałam niesamowite wsparcie prezydenta Wojciecha Szczurka. Mamy to szczęście, że od 1999 r. jest w Gdyni ten sam prezydent i właściwie ten sam trzon urzędników – mamy ciągłość działań. Mówiąc obrazowo, w 2000 r. zasadziliśmy drzewo, a teraz tylko je podlewamy. (...) Tak więc kontynuujemy program wychodzenia z niepełnosprawności, dając mieszkańcom Gdyni takie możliwości, aby niepełnosprawność nie była problemem.

**Czego się Pani najbardziej obawiała?**

Na początku patrzono na mnie przez pryzmat wózka i niepełnosprawności, nie kompetencji i możliwości. (...) Gdy pojawiły się sukcesy i zmiany, to w oczach wielu osób moja wartość wzrosła.

**Pamięta Pani swój pierwszy sukces?**

Na pewno uchwałę Rady Miasta, która przegłosowała program „Gdynia bez barier”. Już sam fakt, że dziewczyna na wózku przedstawia ten program, był sukcesem. (...) To otwierało umysły, pokazywało, że można. (...) Mówiłam: stwórzmy osobom z niepełnosprawnością możliwości, aby miały prawo wyboru. I zaczęto patrzeć na świat moimi oczami.

**Jako jedyne miasto w Polsce przyjęliście europejski dokument Agenda 22.**

Agenda 22 nas zachwyciła, to jest świetne narzędzie, żeby prześwietlić całą sferę życia pod kątem myślenia o wszystkich mieszkańcach. Dziś przewodniki turystyczne o Gdyni są dla wszystkich. Nie ma w nich informacji, czy obiekt jest dostępny, czy nie – jest opis, np.: 1 schodek przy wejściu, winda, wejście płaskie, podjazd, informacja w brajlu. Każdy decyduje, czy chce pokonać ten schodek, czy nie (...). Przewodnik ma oczywiście tytuł *Gdynia dla wszystkich*.

**Gdynia była i jest liderem na wielu polach, choćby w dostosowaniu transportu miejskiego.**

Nasz transport autobusowy i trolejbusowy jest dostępny w 100 proc. U nas był pierwszy pokaz mody z udziałem modelek z niepełnosprawnością, pierwszy tłumacz języka migowego w urzędzie miejskim, jak też pierwszy prezydent miasta – i jedyne jak dotąd – który otrzymał Medal Przyjaciół Integracji. Od dwóch lat mamy też specjalistę ds. dostępności i projektowania uniwersalnego (*access officera*), przez którego ręce przechodzą wszystkie projekty finansowane z pieniędzy publicznych. I nie ma zmiłuj, projekty niespełniające pełnej dostępności nie są realizowane.

**Czy zmieniła się świadomość mieszkańców Gdyni?**

Świadomość zmienia się, kiedy ludzie widzą osoby z niepełnosprawnością na ulicach, pracujące, uczące się, w kawiarniach, kinie, urzędzie miejskim, czy też mamę na wózku z dzieckiem za rękę. (...) To oni swoim przykładem zmieniają świat. (...)

Najważniejsze jednak, żeby zacząć od siebie. Nic bym nie osiągnęła, gdybym nie była żywym przykładem tego, że w życiu można wiele zmienić. Nie miałabym odwagi zmieniać Gdyni, gdybym nie zmieniła swojego życia. (...) Sama musiałam sobie poradzić z wieloma barierami.

**I dlatego tyle pionierskich rzeczy jest w Gdyni.**

To mnie cieszy.



# Ireneusz Biątek

pełnomocnik rektora UJ

**K**ierownik Działu ds. Osób Niepełnosprawnych Uniwersytetu Jagiellońskiego, były dziennikarz, studiował nauki polityczne i dziennikarstwo. W lokalnych stacjach radiowych pracował od 17. roku życia, prowadząc audycje muzyczne. Współpracował ze Studiem Reportażu i Dokumentu Polskiego Radia, zajmując się problematyką społeczną. Laureat Konkursu im. Jacka Stwory za najlepszy reportaż radiowy (2000), dwukrotnie nagrodzony w konkursie radiowej Trójki za reportaż roku (2000 i 2001). Prezes Fundacji Menedżerowie Jutra MOFFIN, która rozwija programy zaangażowania społecznego biznesu. Wzrok stracił jako dziecko.

W 1999 r. został Pełnomocnikiem Rektora UJ ds. Osób Niepełnosprawnych. W 2005 r. powstało pod jego kierownictwem Biuro ds. Osób Niepełnosprawnych, w 2013 przekształcone w Dział, a od 2015 r. z nowoczesną siedzibą i infrastrukturą w Collegium Paderevianum II UJ. Autor programu kompleksowego wsparcia osób z niepełnosprawnością w dostępie do edukacji. Inicjator współpracy międzynarodowej w zakresie pogłębiania świadomości o niepełnosprawności wśród nauczycieli akademickich. Współautor nowatorskiego programu „Konstelacja Lwa”, adresowanego do studentów z problemami psychicznymi. Ekspert oceniający rezultaty wdrażania w Polsce inicjatywy Unii Europejskiej Equal.

Uczestnik międzynarodowych wizyt studyjnych i delegat Ministerstwa Nauki i Szkolnictwa Wyższego na konferencjach międzynarodowych. Zasiadał w Komisji Ekspertów ds. Osób z Niepełnosprawnością przy Rzeczniku Praw Obywatelskich. Dumny z tego, że udało się mu wmurować w uczelnię z 600-letnią tradycją cegielkę nie do usunięcia – edukację włączającą.

Od 2017 r. jest członkiem międzynarodowej sieci innowatorów społecznych Ashoka Fellow. Żonaty. Kocha jazdę na tandemie, kolekcjonuje stare lampy, odtwarzając na nich muzykę, najlepiej tę z lat 70. i 80. Dużo podróżuje.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Edyta Szalacha



# Piotr Czarnota

ekspert transportu

**S**połecznik, podróżnik, sportowiec amator, szkoleniowiec, politolog. Po wypadku porusza się na wózku, mieszka w Jaworznie.

Jedyny w Polsce ekspert Europejskiego Forum Osób Niepełnosprawnych ds. Transportu. Zawodowo związany z PKP Intercity, gdzie nadzoruje proces organizacji przejazdów osób niepełnosprawnych oraz podejmuje działania mające na celu poprawę jego jakości.

Przez 5 lat pracował w katowickim Centrum Integracji (Stowarzyszenia Przyjaciół Integracji), dwa lata był jego dyrektorem. Współtworzył i koordynował projekty aktywizacyjne dla osób z niepełnosprawnością. Współzałożył Fundację Pomocy Osobom Niepełnosprawnym „Ratownik Górniczy”. Instruktor w Fundacji Aktywnej Rehabilitacji. Prowadzi szkolenia z zakresu wiedzy o niepełnosprawności.

Kocha sport i podróże. Na koncie ma wiele maratonów i półmaratonów, startuje w biegach ulicznych. Wielokrotnie zwyciężał w różnych zawodach, m.in. zdobył brązowy medal w mistrzostwach Polski osób niepełnosprawnych w nartach biegowych (2016). Był instruktorem sportu osób z niepełnosprawnością w MCKiS Jaworzno. Prowadził Integracyjny Klub Sportowy „Silesia” (2009–2015).

Z miłości do podróży założył profil na Facebooku „Życie kołem się toczy by Piotr Czarnota”, by zarażał i motywował do aktywności. Lubi podróżować bez biura podróży; odwiedził, m.in. Izrael, Rosję, USA. Chce jako pierwszy człowiek na wózku pokonać szlak do Santiago de Compostela. Ważne dla niego jest, by pokazywać swoim życiem, że niepełnosprawność nie zabiera niezależności i samodzielności, a trudności nie są przeszkodą w osiągnięciu celów.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. B. Banaszak/PKP Intercity



## Bogdan Dąsal

### pełnomocnik w Krakowie

**P**pełnomocnik Prezydenta Krakowa ds. Osób Niepełnosprawnych. Urodził się w 1956 r. w Krakowie, absolwent Akademii Ekonomicznej w Krakowie i studiów podyplomowych na Akademii Pedagogicznej w Krakowie.

W trakcie studiów uległ wypadkowi, w wyniku którego uszkodził rdzeń kręgowy, od 37 lat porusza się na wózku. W latach 1983–2000 prowadził własne firmy, coraz aktywniej działając na rzecz osób z niepełnosprawnością i angażując się w projekty Fundacji Aktywnej Rehabilitacji i Ogólnopolskiego Związku Inwalidów Narządu Ruchu.

Jego zamiłowanie do sportu przełożyło się na aktywność sportową: współtworzył sekcję szermierki na wózkach przy Krakowskim Klubie Szermierczym i Polskie Stowarzyszenie Nurków Niepełnosprawnych. Jest także członkiem sekcji narciarskiej Klubu Sportowego „START” Poznań.

Od 2001 r. w wyniku inicjatywy krakowskich organizacji pozarządowych pełni funkcję Pełnomocnika Prezydenta Krakowa ds. Osób Niepełnosprawnych. W 2004 r. współtworzył pierwszy wieloletni program określający kierunki działania Gminy Miejskiej Kraków w zakresie problematyki osób niepełnosprawnych, koordynuje także realizację kolejnych wieloletnich programów. W 2004 r. współtworzył Małopolski Sejmik Organizacji Osób Niepełnosprawnych, którego jest wiceprzewodniczącym.

Wyróżniony w konkursie „Człowiek bez barier 2007”, odznaczony Srebrnym Krzyżem Zasługi, a także odznaczeniami honorowymi, m.in. Polskiego Związku Niewidomych i Towarzystwa Przyjaciół Dzieci.

„Życie nauczyło mnie, że trzeba walczyć – dla sprawy, dla siebie, dla wszystkich. Bo warto” – mówi.

Tekst: Aneta Wawrzyniak, Fot. Archiwum prywatne

## Adam Kujawa

### pełnomocnik w Białymstoku

**P**pełnomocnik Prezydenta Białegostoku ds. Osób Niepełnosprawnych, po godzinach instruktor aktywnej rehabilitacji, związany z Fundacją Aktywnej Rehabilitacji (FAR). Od wypadku w wieku 17 lat porusza się na wózku.

Z wykształcenia magister administracji, pochodzi z podwarszawskiej wsi, ale od wielu lat mieszka w Białymstoku. Zawiodła go tam miłość. Dumą jego i żony jest syn Filip. Pokochał nie tylko kobietę, ale też miasto, Białystok to jego miejsce na ziemi. Najpierw pracował w Departamencie Spraw Społecznych Urzędu Miasta Białystok, a od 2015 r. jest Pełnomocnikiem Prezydenta ds. Osób Niepełnosprawnych.

Największą radością dla niego jest każdy uśmiech, który uda się wywołać u osoby po wypadku. Pomaganie innym sprawia mu „dziką satysfakcję”. Największą nagrodą jest ściana wyklejona podziękowaniami od tych, których

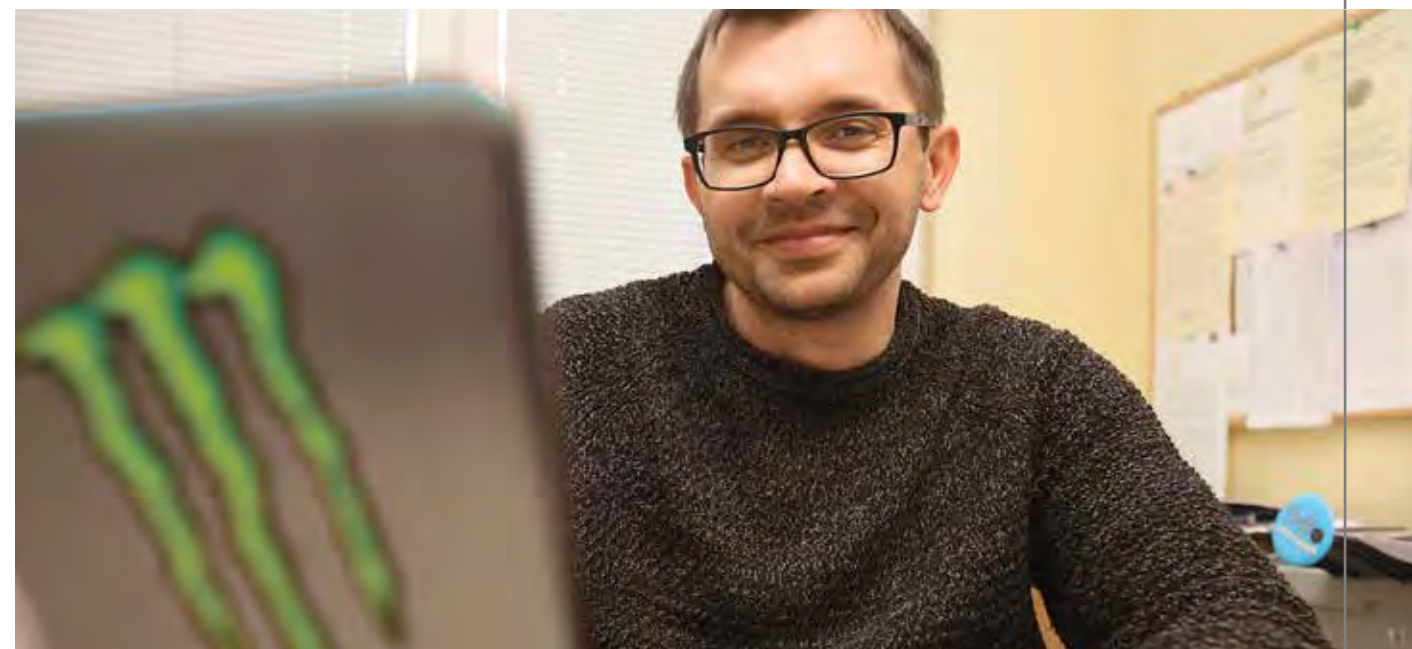
spotkał na swojej drodze i mógł wesprzeć – to cieszy go najbardziej. Uważa, że nie ma rzeczy, których nie da się zrobić, trzeba tylko znaleźć sposób i poświęcić na to odpowiednio dużo czasu.

Od zawsze pasjonuje się fotografią. Pierwszy aparat dostał z okazji Pierwszej Komunii św.

Robi wszystko, czego zabrania mu lekarz: pływa, nurkuje, żegluje, lubi aktywność i ruch, jazdę na rowerze z synem. Z nim też uwielbia czytać bajki, układać Lego, a ich wspólną pasją są Star Wars. Wielką satysfakcję sprawia mu możliwość realizacji własnych pomysłów.

Lubi pracę z młodzieżą w szkołach, prezentując im np. przed wakacjami spot akcji „Ostatni skok”, przestrzegającej przed niebezpiecznymi skokami na główkę do wody. Cieszy go pokazywanie młodym, że niepełnosprawność to nie koniec świata.

Lubi zwiedzać, uczyć się i poznawać nowe rzeczy.



Tekst: Beata Dąbka, Fot. Bogusław Florian Skok





# Bartłomiej Skrzyński

pełnomocnik we Wrocławiu

Nazywany „Skrzynią”, dziennikarz, społecznik, urzędnik, wykładowca, blogger, rzecznik Prezydenta Wrocławia ds. Osób Niepełnosprawnych. Porusza się na wózku z powodu postępującego zaniku mięśni. Chciał być księdzem, a potem żuźlowcem – ta pasja została. Pomysłodawca słowa, które przyjęło się w języku polskim, i programu TV „W-skersi” – to stąd wzięło się imię wrocławskiego krasnala, poruszającego się na wózku – „twarzy” kampanii „Wrocław bez barier”.

Najpiękniejsza dla niego jest słoneczna Italia i wybrzeża Fuerteventury, gdzie nurkował. Latał szybowcem, skakał na bungee. Mówi, że „dopóki walczysz, jesteś zwycięzcą”.

Prezenterem życia jest dla niego o 11 lat młodsza siostra.

Podkreśla, że jego rolą nie jest pokazywanie, gdzie jest źle, ale dawanie dobrego przykładu. Angażuje się w kampanie społeczne, które łamią negatywne i stereotypowe postrzeganie osób z niepełnosprawnością. Inicjuje, koordynuje i wspiera działania na rzecz osób z niepełnosprawnością we Wrocławiu. Konsultuje przestrzenie, obiekty, m.in.: Port Lotniczy Wrocław, Narodowe Forum Muzyki czy Stadion Olimpijski, pod względem ich dostępności. Zakładał organizacje pozarządowe i dziś z nimi współpracuje. Zainicjował działania służące zwiększeniu uniwersalnej dostępności wrocławskiego Rynku poprzez budowę tzw. szpilkostrady, nagrodzonej w konkursie „Lider Dostępności”.

Podkreśla, że codzienna aktywność mimo coraz większych trudności nie byłaby możliwa, gdyby nie rodzice, siostra, policzalne grono przyjaciół, a zawodowo prezydent Wrocławia Rafał Dutkiewicz i cała drużyna Urzędu Miejskiego, spółek i instytucji miejskich.

Wielokrotnie nagradzany, m.in. Grand Prix w ogólnopolskim konkursie „Oczy Otwarte” i statuetką PFRON za promowanie idei równości szans osób niepełnosprawnych.

W 2017 r. otrzymał Lodołamacza Specjalnego.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Zbigniew Skrzyński

# Paweł Wdówik

pełnomocnik rektora UW

Pracownik Uniwersytetu Warszawskiego od 21 lat, najpierw jako Pełnomocnik Rektora UW ds. Osób Niepełnosprawnych, a potem kierownik Biura ds. Osób Niepełnosprawnych UW.

Członek Zarządu Towarzystwa Opieki nad Ociemniałymi w Laskach (2014–2017), z wykształcenia psycholog, samorodny dziennikarz, osoba niewidoma.

W czasie studiów rok spędził w Stanach Zjednoczonych na kursie z programem komputerowo-językowym w szkole dla osób niewidomych, co ukształtowało jego światopogląd i rozumienie niepełnosprawności oraz miejsce osób niepełnosprawnych w społeczeństwie.

Inicjator Centrum Komputerowego dla Studentów z Dysfunkcją Wzroku na UW.

Przez 10 lat wykładowca w warszawskiej Akademii Pedagogiki Specjalnej, kierował też Ośrodkiem Informacji i Promocji Postępu Naukowo-Technicznego Polskiego Związku Niewidomych.

Jego wielka pasja to radio. Przez 10 lat prowadził w Radiu Józef autorskie audycje, podczas których wiernie towarzyszyła mu labradorka Paige.

Jest żonaty, ma czworo dzieci.

Mówi o sobie: „renesansowy eklektyk”. Kocha muzykę, literaturę, turystykę. Lubi folk, muzykę sakralną i poważną.

Ulubione miejsce na odpoczynek to Tatry, w których najchętniej spędza czas z rodziną. Ona jest jego największym powodem do dumy.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Archiwum prywatne





# 10.

**kategoria**  
działalność społeczna

**Byłam wychowana  
w takim duchu,  
że niepełnosprawność  
to nie coś mniej,  
ale coś więcej.**



# Janina Ochojska

## prezes PAH

### **Z której inicjatywy Polskiej Akcji Humanitarnej (PAH) jest Pani najbardziej dumna?**

Każda była ważna, zarówno pomoc dla Czeczenii, Sudanu Południowego, Afganistanu, jak i dla Syrii. Chyba najbardziej dumna jestem z pierwszego konwoju do Sarajewa w 1992 r., choć dostarczyliśmy pomoc dla kilkuset osób na miesiąc przetrwania. Dzisiaj nasza pomoc w Sudanie Południowym, w którym zbudowaliśmy trwałe dostępy do wody, obejmuje 1,3 mln mieszkańców.

Pamiętam dokładnie to pierwsze uczucie, kiedy 26 grudnia 1992 r. ruszaliśmy do Sarajewa. Siedząc w samochodzie, obejrzałam się za siebie i patrzyłam na 12 ciężarówek. (...) Pamiętam również, jak 26 października 2000 r. popłynęła do ludzi w Groznych w Czeczenii pierwsza czysta woda, którą filtrowaliśmy z zanieczyszczonego ujęcia wodnego, gdyż cały system wodny był zniszczony. (...) To wzruszające chwile. Wszyscy w PAH i nasi darczyńcy mogą mieć satysfakcję z tego, że zmieniamy życie ludzi i obraz świata (...). Pół miliona osób codziennie otrzymuje wodę dzięki naszej pomocy.

### **Każdy potrzebujący człowiek jest równie ważny?**

Tak. I na pewno każda z tych pomocy nie jest wystarczająca, bo jedna organizacja, a nawet wszystkie nie są w stanie zaspokoić wszystkich potrzeb. Każdy człowiek jest ważny, także z tych 1,3 mln Sudańczyków, którzy od 10 lat mają stały dostęp do wody, dzięki czemu ich życie jest lepsze, bo woda to nie tylko dostarczenie płynu organizmowi, ale możliwość uprawy ziemi, edukacji dzieci, bo mogą chodzić do szkoły zamiast codziennie po wodę wiele kilometrów. Kiedy ludzie piją czystą wodę, poprawia się stan ich zdrowia. Za wszystkimi liczbami trzeba widzieć pojedynczego człowieka.

### **Czuje Pani w czymś niedosyt?**

Wszystkim ludziom nie zapewnimy dostępu do wody, dlatego koncentrujemy się na tym, co możemy zrobić (...). Powinniśmy mieć jednak świadomość, że miliard osób

codziennie kładzie się spać, będąc głodnymi, a ponad 800 mln nie ma dostępu do pitnej czystej wody. Dzięki naszym misjom jest ich kilka milionów mniej, bo do ponad 40 krajów zanieśliśmy już pomoc wodno-sanitarną, nie licząc osób, którym czasowo rozwozimy wodę, zanim wyremontujemy zniszczone wodociągi, np. w miasteczkach w Syrii. (...)

### **Co sprawiło, że postanowiła Pani zająć się niesieniem pomocy humanitarnej?**

To splot wydarzeń z całego życia, począwszy od choroby polio, na którą zachorowałam jako dziecko i która dziś jest częścią mojego życia, a zaprowadziła mnie też na studia z astronomii i leczenie do Francji. Tam zetknęłam się z organizacjami humanitarnymi i zostałam wolontariuszką EquiLibre, która pomagała także w Polsce, biorąc udział w przygotowaniu jednego z konwojów do Sarajewa. (...) Chciałam najpierw pojechać z ciekawości. Gdy na miejscu zobaczyłam skutki wojny, ludzi w strasznych warunkach i miejscach, pozbawionych wszystkiego i potrzebujących pomocy, wymyśliłam, aby wystać jeden konwój z Polski do Sarajewa i potem wrócić do pracy astronoma. W kraju okazało się, że czekają ciężarówki i trzeba pojechać z drugim konwojem, potem następnym i następnym. (...)

### **Czy niepełnosprawność miała wpływ na Pani decyzję?**

Niepełnosprawność dodawała mi siłę. Byłam wychowana w takim duchu, że niepełnosprawność to nie coś mniej, ale coś więcej. Zatem ja mam coś więcej niż pan, a skoro mam więcej, to i więcej muszę od siebie dać.

### **(...) Komu najbardziej zawdzięcza Pani to, kim jest?**

Miałam to szczęście, że znałam ks. Józefa Tischnera, Jerzego Turowicza, Tadeusza Mazowieckiego. Podziwiam ich postawy życiowe, bezkompromisowość oraz wiarę w wartości, które człowiek powinien realizować. (...) Rozmowy z nimi duchowo mnie wzbogacały. (...) Energii dodaje mi sens tej pracy oraz pamięć o ludziach, których widziałam w czasie wojen, a one wszędzie są takie same i ludzie wszędzie tak samo cierpią. Świadomość, że dzięki pracy PAH i wsparciu naszych darczyńców ci ludzie otrzymują pomoc, daje ogromną motywację.



## Jan Arczewski

psycholog, powiernik

**S**połecznik, psycholog, poeta, twórca pierwszego w Polsce Telefonu Zaufania dla Osób Niepełnosprawnych, który prowadzi w Lublinie od 31 lat (numer: 81 747 98 21).

Choruje od 5. roku życia na rdzeniowy zanik mięśni, stopniowo tracąc samodzielność. Porusza się na wózku. Obiecał sobie, że nie odda chorobie wszystkiego, i konsekwentnie to realizuje. Na co dzień wspiera innych, odpowiadając na pytania o sens życia, aż po rady, jak dostać potrzebny sprzęt. Odebrał już prawie 70 tys. telefonów.

Mieszka w Domu Pomocy Społecznej „Kalina” w Lublinie, gdzie oprócz pracy „w telefonie” jest koordynatorem wolontariuszki i praktykantów – w tym domu i w Środowiskowym Domu Samopomocy.

Jego pasją są podróże, raz w roku musi odwiedzić Tatry, ale wędrował też pieszo z Gorlic do Częstochowy i z Roztocza do Konstancina. Zwiedzał Portugalię, Francję, Słowację. Podróżą życia była jednak ta do Rzymu i spotkanie z Janem Pawłem II.

Tym, co popycha go do działania, są słowa św. Jana Pawła II: „Nie lękajcie się”. Wierzy, że z każdej problematycznej sytuacji można wyjść, i do takiego myślenia zachęca.

Wielokrotnie wyróżniany, m.in. Srebrnym Krzyżem Zasługi, nagrodą Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej „Dla Dobra Wspólnego” – w I edycji Konkursu w 2016 r., tytułem „Człowiek bez barier 2004”, „Społecznik Roku”, nagrodami „Serce dla serc”, „Angelus”, medalem z okazji 700-lecia Lublina.

Autor trzech tomików poezji, książki *Widzę Cię, człowieku* i albumu *Życzenia Ojca Świętego do rodaków. 25 lat pontyfikatu*.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Mateusz Różański/Archiwum Integracji



## Agnieszka Bal

studentka, społecznik

**S**połecznik, politolog. Ma mózgową porażenie dziecięce, porusza się na wózku, mówi bardzo niewyraźnie, a w komunikacji używa dużej tablicy z literami, umieszczonej na blacie przy wózku, wskazując litery łokciem. To alternatywna metoda komunikacji (AAC), która umożliwia Agnieszce realizowanie swoich potrzeb i funkcjonowanie w społeczeństwie.

Jest uparta i zdeterminowana, ukończyła liceum i studia licencjackie na Uniwersytecie Warszawskim na Wydziale Dziennikarstwa i Nauk Politycznych, obecnie jest na II roku drugiego stopnia tych studiów.

Była w Młodzieżowej Radzie Żoliborza, jest wiceprezesem Stowarzyszenia na rzecz Dzieci, Młodzieży i Dorosłych Osób Niepełnosprawnych „Ożarowska” i członkiem Zarządu Stowarzyszenia na rzecz Propagowania Wspomagających Sposobów Porozumiewania się „Mówić bez Słów”.

Autorka wielu artykułów o AAC – stała się rzecznikiem osób porozumiewających się w ten sposób, uczestniczy

w spotkaniach, konferencjach i warsztatach. Za swoje działania otrzymała m.in. Nagrodę Sapere Auso Dyrektora Biura Edukacji m.st. Warszawy (2011), nagrodę pisma „Charaktery. Magazyn psychologiczny” za akcję „Oddajemy 1% podatku na dobry społeczny cel” w konkursie Kampania Społeczna Roku 2011 w kategorii „Akcje zaangażowane społecznie”, i w 2007 r. w konkursie „Ośmiu Wspaniałych”. W 2015 r. została „Człowiekiem bez barier” w konkursie Integracji.

Byłam członkiem EDF Committee on Youth with disabilities przy Parlamencie Europejskim w latach 2013–2016 jako jedyna Polka. Uczestniczyła w trzech obradach parlamentarnych. Marzy, by być pierwszą osobą z atetozą w Sejmie. „Warto pomyśleć o stworzeniu jakiegoś aktu prawnego, który regulowałby sytuację osób niemówiących i posługujących się alternatywnymi metodami komunikacji. To mógłby być początek trwałych zmian w mentalności społeczeństwa” – twierdzi.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Marta Kuśmierz

# Wielka Gala Integracji



## Jolanta Golianek terapeutka, inicjatorka

**P**edagog społeczno-rodzinny, logopeda, psycho-terapeutka, założycielka i prezes Fundacji Poparzeni, wyróżniona w konkursie „Człowiek bez barier 2016”.

Urodziła się w 1975 r. w Kwidzynie, ukończyła studia z pedagogiki społeczno-rodzinnej na Elbląskiej Uczelni Humanistyczno-Ekonomicznej i z logopedii na Uniwersytecie w Bydgoszczy. Pracowała w przedszkolu.

W 2009 r. uległa wypadkowi, w wyniku którego jej ciało zostało poparzone w 30 proc. Kilka dni później, w czasie pobytu w szpitalu, została zwolniona z pracy i jak sama mówi: świat jej się zawalił. Przetłomem okazał się reportaż o Katie Piper, brytyjskiej modelce oblanej kwasem w 2008 r., a także słowa lekarzy, które słyszała nieustannie: „Jeśli sama sobie pani nie wywalczy leczenia, to nie będzie pani go miała”. „Z jednej strony uświadomiłam sobie wtedy, że w Polsce nie ma pomocy dla osób po poparzeniach, funkcjonuje raptem pięć ośrodków, do których trafiają tylko najcięższe przypadki,

z drugiej – że społeczeństwo nie wie o naszym istnieniu. Cykl reportaży o Katie Piper zainspirował mnie do szukania fundacji, która by próbowała to zmieniać. Nie znalazłam żadnej, a wiedziałam, że jest potrzeba, by pomagać głównie kobietom przejść przez drogę akceptacji swojego ciała, a jednocześnie walczyć ze stereotypami” – wyjaśnia.

Ukończyła kurs psychotraumatologii, rozpoczęła studia psychologiczne na SWPS Sopot, wreszcie – założyła fundację, w ramach której poszukuje dla osób po poparzeniach pomocy lekarskiej, rehabilitacyjnej i psychologicznej, a jednocześnie walczy z ich wykluczeniem społecznym i ekonomicznym. Prowadzi też warsztaty i wykłady inspiracyjno-motywuujące z cyklu „Samoakceptacja siebie” i „Jak rozmawiać z pacjentami po poparzeniach”. Od 2016 r. realizuje projekt „Kobieta z Bliznami”, prezentując na wystawach w całym kraju serię swoich zdjęć po wypadku i opowiadając swoją historię.

Tekst: Aneta Wawrzyniak, Fot. Piotr Wieliczko

## Honorowy Patronat Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej

- Organizowana od 1995 roku z okazji Światowego Dnia Osób Niepełnosprawnych
- Największe wydarzenie w Polsce promujące działania na rzecz osób z niepełnosprawnością
- Miejsce dyskusji, debat i inspiracji dla środowiska osób z niepełnosprawnością
- Co roku gromadzi około 3 tysięcy uczestników: osoby z niepełnosprawnością z rodzinami, przedstawiciele organizacji pozarządowych, świata biznesu i polityki

Partnerzy Wielkiej Gali Integracji 2017:

Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Miasto st. Warszawa, Siemens, Fundacja PKO BP, MetLife, Peugeot, PKP Intercity, Przedsiębiorstwo Państwowe „Porty Lotnicze”, Polpharma, Poczta Polska, Coloplast, GP Batteries.



## Robert Jagodziński

instruktor, społecznik

**W**iceprezes Fundacji Aktywnej Rehabilitacji (FAR), instruktor aktywnej rehabilitacji, szkoleniowiec, członek Krajowej Rady Konsultacyjnej ds. Osób Niepełnosprawnych i Zespołu ds. opracowania modelu kształcenia uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi przy Ministerstwie Edukacji Narodowej (MEN).

Z zamiłowania filozof i psycholog. Od wypadku na IV roku studiów porusza się na wózku. Przez życie idzie z licealną miłością – z żoną Renatą wychowują 23-letnie dziś bliźniaczki z mózgowym porażeniem dziecięcym.

Jego wielką pasją jest wspieranie osób po wypadkach, największą radość daje mu skuteczne pomaganie i wdzięczność, którą traktuje jako największą nagrodę. Szkoli i prowadzi warsztaty dla osób z niepełnosprawnością, ale także dla kadry FAR, autor programów FAR, materiałów szkoleniowych i poradników. Koordynował z ramienia FAR projekt szkoleniowy w ramach Ogólnopolskiego Programu Zdrowia Seksualnego. Zaangażowany w ogólnopolskie projekty społeczne na rzecz osób z niepełnosprawnością oraz lokalne w Zielonej Górze, gdzie mieszka. Wielokrotnie reprezentował miasto na konferencjach i wydarzeniach związanych ze środowiskiem osób z niepełnosprawnością.

Prowadzi działalność szkoleniową i dydaktyczną z zakresu leczenia, rehabilitacji i wsparcia osób niepełnosprawnych dla studentów lubuskich uczelni. Autor publikacji o rehabilitacji i aktywizacji społecznej. Ekspert i opiniodawca działań legislacyjnych dotyczących systemu wsparcia. Specjalista ds. Międzynarodowej Klasyfikacji Funkcjonowania, Niepełnosprawności i Zdrowia (ICF).

Miłośnik ruchu, podróży, sportu (grał w rugby), ale też dobrej książki, teatru i kina. Kocha podróże kulinarne, choć i tak najbardziej smakuje mu kuchnia żony.

Odnznaczony Brązowym Krzyżem Zasługi (2014).

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Ewa Kochańska-Lechniak



## Agata Kopeć-Romik

inicjatorka, organizatorka

**P**olitolog i dziennikarka, założycielka i prezes Fundacji Tacy Sami, laureatka Wyróżnienia Specjalnego w konkursie Lady D.

Urodziła się w 1979 r. w Gliwicach z diagnozą: okotoporodowe porażenie dziecięce w wyniku niedotlenienia mózgu. Po operacji wydłużania ścięgien i forsownej i bolesnej rehabilitacji w wieku 6 lat mogła wstać z wózka i zacząć chodzić. Skończyła politologię na Uniwersytecie Śląskim i podyplomowe dziennikarstwo. Zajmowała się m.in. marketingiem i PR, animacją, dziennikarstwem, telemarketingiem i rekrutacją. W 2003 r. wraz z tatą Leszkiem założyła Fundację Tacy Sami, która „pomaga niepełnosprawnym wyjść z czterech ścian własnego domu i zacząć normalnie żyć – uczyć się, pracować, uprawiać sport, podróżować”.

Nurkuje, jeździ konno, żeglujecie, wspina się. Współpracownicy przekonują, że „swoimi pasjami zaraża” i „na różnych polach łamie stereotyp osoby niepełnosprawnej”.

„Staram się pokazywać osobom niepełnosprawnym, że mogą pokonywać ograniczenia i robić to, co z pozoru może wydawać się niedostępne. «Chcieć to znaczy móc» – jest mottem naszej fundacji, której 15-lecie będziemy świętować w przyszłym roku” – podkreśla.

Od 2014 r. realizuje projekt „Marzenia Mam”, skierowany do niepełnosprawnych rodziców. Zgodnie z życiowym mottem: „Wszystko jest trudne, zanim stanie się łatwe” udaje jej się zarażać podopiecznych swoją największą pasją – nurkowaniem. Fundacja organizuje obozy nurkowe – w basenach, i turnusy zagraniczne – „w terenie”. „To fantastyczna okazja do integracji i szansa, by poczuć się wolnymi, bo gdy nurkujemy, to poza pojemnością butli nic nas nie ogranicza”.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Archiwum prywatne



## Krzysztof Kotyniewicz

### społecznik, ekspert

**P**rezes Zarządu Głównego Polskiego Związku Głuchych (PZG). Wykładowca języka migowego i instruktor orientacji przestrzennej. Z wykształcenia inżynier ochrony środowiska. Słabosłyszący. Od prawie 20 lat aktywny działacz na rzecz środowiska osób niesłyszących, najpierw w latach 2003–2006 w Kole w Bielsku-Białej jako instruktor, a następnie prezes, w latach 2006–2010 w Oddziale w Katowicach, prezes Zarządu Oddziału, w Zarządzie Głównym w Warszawie (w latach 2013–2016 sekretarz Zarządu, a od grudnia 2016 r. prezes Zarządu).

Od 2007 r. wiceprzewodniczący Powiatowej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych przy Prezydencie Bielska-Białej. Kilkanaście lat związany z Bielskim Stowarzyszeniem Artystycznym Teatr Grodzki jako współtwórca i kierownik ds. osób niepełnosprawnych w pierwszym na Podbeskidziu Zakładzie Aktywności Zawodowej w Bielsku-Białej.

W latach 2014–2016 wiceprezes Zarządu Polskiej Unii Zatrudnienia Wspomagane. W okresie 2016–2017 wiceprzewodniczący Polskiego Forum Osób Niepełnosprawnych. Członek Krajowej Rady Konsultacyjnej ds. Osób Niepełnosprawnych VII kadencji, członek Komitetu Narodowych Obchodów 100. Rocznic Odzyskania Niepodległości Rzeczypospolitej Polskiej.

Uczestniczy w pracach zespołów roboczych i komisji eksperckich w zakresie przeciwdziałania wykluczeniu osób z niepełnosprawnością. Współtworzył Społeczny Raport Alternatywny z realizacji *Konwencji ONZ o prawach osób niepełnosprawnych*.

Czas dzieli między Bielsko-Białą, gdzie ma rodzinę i przyjaciół, a Warszawę – z racji obowiązków zawodowych. Jego pasją jest kulturystyka oraz biegi uliczne, górskie i z przeszkodami.

Jest ciepłym, pogodnym i optymistycznym człowiekiem i takim spojrzeniem na ludzi i świat zaraża innych.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Archiwum prywatne

## Grzegorz Kozłowski

### inicjator, ekspert

**S**połecznik, informatyk, ekspert w dziedzinie dostępności przestrzeni społecznej i publicznej dla osób z niepełnosprawnościami sensorycznymi. Chciał być astronomem.

Urodził się z zaćmą. Wskutek zastosowania streptomycyny uszkodzony został u niego nerw słuchowy – pozostały mu minimalne resztki słuchu.

Jego dumą i spełnieniem marzeń jest rodzina – żona Renata i czworo dzieci. Jest wdzięczny rodzicom, którzy otaczali go mądrą miłością i nauczyli brać życie takim, jakie jest.

W dużej mierze jego podejście do życia ukształtowała również szkoła dla niewidomych w Laskach. Po ukończeniu studiów przepracował 10 lat jako programista w ośrodku obliczeniowym dużej firmy. Potem w pełni oddał się pracy na rzecz środowiska osób głuchoniewidomych.

Współzałożyciel i wieloletni przewodniczący Towarzystwa Pomocy Głuchoniewidomym. Współzałożyciel i jeden z fundatorów Polskiej Fundacji Osób Słabosłyszących oraz Fundacji Tu Przekraczamy Granice. Twórca polskiego alfabetu punktowego do dłoni dla głuchoniewidomych. Pomysłodawca i realizator programu udostępniania im komputera i internetu. Współtwórca systemu usług tłumaczy-przewodników – pierwszych w Polsce usług asystenckich dla osób z niepełnosprawnością. Kocha góry, zdobył m.in. Rysy, marzy o przejściu Orlej Perci.

Ważna jest dla niego wiara – wraz z żoną zainicjował regularne rekolekcje dla osób głuchoniewidomych. Uważa, że trudności są po to, by je pokonywać, a nie po to, aby nas niszczyły; granice zaś – by je przekraczać. Pragnie umożliwiać innym ich przekraczanie.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Archiwum prywatne





# Magdalena Lesiewicz

organizatorka, liderka

**P**olitolog, specjalista ds. ekonomii i środków pomocowych Unii Europejskiej oraz public relations, blogerka, prezes Zarządu Fundacji Onkorejs – Wybieram Życie, półfinalistka konkursu „Człowiek bez barier 2016”, organizowanego przez Integrację.

Urodziła się w 1979 r. w Gdańsku, po studiach politologicznych rozpoczęła pracę w Urzędzie Marszałkowskim Województwa Pomorskiego, gdzie do dziś zajmuje się m.in. promocją województwa, organizacją eventów i działaniami PR-owymi. Odpowiada też za realizację projektu „Pomorskie dla zdrowia”.

W 2013 r. zdiagnozowano u niej nowotwór złośliwy piersi. Po operacji, w czasie rehabilitacji, uczyła się trzech języków, by „nadrobić stracony czas”, i założyła blog „Wariatkowo” – „żeby dodawać nadziei innym chorym”.

W maju 2015 r. zorganizowała, wzorowaną na rejsach dla niewidomych, pierwszą morską wyprawę dla kobiet, które pokonały raka lub jeszcze z nim walczą. „Od zawsze bałam się wody, nawet w kajaku siedziałam w najgrubszym możliwym kapoku. A wtedy pomyślałam: skoro pokonałam raka, to czas pokonać też swoje słabości. I udowodnić innym i sobie, że skoro chcę, to znaczy mogę” – wyjaśnia.

Chociaż z powodu usterki technicznej rejs został przerwany, to wraz z 13 uczestniczkami powtórzyły go we wrześniu.

W 2016 r. założyła Fundację Onkorejs – Wybieram Życie, od tego czasu wyprawy organizowane są cyklicznie, także w formie rejsów pieszych. „Nie wszystkie osoby mogą i chcą płynąć. Po drugie: iść może większa grupa, starsi, młodszy, kobiety, mężczyźni, wszyscy, tak jak wszystkich może spotkać choroba. Po trzecie: spanie w namiotach, pokonywanie po 20–30 km dziennie to jest symboliczne przetamianie granic. Pokazujemy, że z rakiem można aktywnie i pięknie żyć”.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Her Photo – Katarzyna Zubel-Murawska

# Marek Piasecki

fundator, założyciel

**P**sycholog – ukończył Katolicki Uniwersytet Lubelski, rocznik 1992. Ma za sobą też podyplomowe studia z zarządzania zasobami ludzkimi w Polsko-Amerykańskim Instytucie Zarządzania w Lublinie oraz zarządzania projektami europejskimi i prawa Unii Europejskiej na Uniwersytecie im. M. Curie-Skłodowskiej w Lublinie.

Urodził się w 1965 r. w Górowie Iławeckim. Specjalizuje się w polityce społecznej i Europejskim Funduszu Społecznym. Brał udział w programie naukowym Komitetu Badań Naukowych na temat integracji osób niepełnosprawnych ze społecznością lokalną (1994–1996); autor publikacji naukowych poświęconych osobom z niepełnosprawnością.

Akredytowany trener Krajowego Ośrodka Szkoleniowego Europejskiego Funduszu Społecznego (2004–2006). Ekspert, w 2011 r. odznaczony Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski.

Od początku lat 90. związany z sektorem organizacji pozarządowych. W 1995 r. został współzałożycielem i fundatorem Fundacji Fuga Mundi – od 1996 r. jest jej prezesem. Fundacja koncentruje się na wyrównywaniu szans osób z niepełnosprawnością w uzyskaniu niezależności życiowej i wysokiej jakości życia, głównie poprzez działania zmierzające do podjęcia zatrudnienia.

Od 2001 r. Fundacja prowadzi ośrodek szkoleniowy, w ramach którego osoby z niepełnosprawnością podnoszą kwalifikacje. Od 2004 r. prowadzi agencję zatrudnienia, w której świadczone są usługi poradnictwa zawodowego i pośrednictwa pracy w duchu filozofii wędkarstwa i rybactwa. „Rehabilitacja jest oczywiście ważna i potrzebna, ale jej ostatecznym etapem jest praca – najlepszy miernik. Najważniejsze to dać człowiekowi wędkę i nauczyć go, jak się łowi ryby”.

Tekst: Aneta Wawrzyńczak, Fot. Archiwum prywatne







## Izabela Sopalska-Rybak

### inicjatorka, rugbystka

**T**renerka, działaczka społeczna, założycielka i prezeska Fundacji Kulawa Warszawa, zawodniczka Warszawskiej Drużyny Rugby na Wózkach Four Kings, modelka, finalistka I wyborów Miss Polski na wózku, ambasadorka kampanii „Kierunek życzliwość” oraz „P.S. Mam SM”.

Urodziła się w 1988 r. w Płocku, od dziecka mieszka w Warszawie. Gdy miała 19 lat, stwierdzono u niej stwardnienie rozsiane (SM), a od 23. roku życia porusza się na wózku. „Staram się żyć chwilą, nie myśleć o tym, co będzie w przyszłości, nie martwić się, czy będę mieć kolejny rzut choroby, czy coś się zmieni. Robię to, co chcę, jestem sobą, żyję zgodnie ze swoimi zasadami. Chcę wykorzystać czas, który mam, a nie zastanawiać się, kiedy się on skończy” – wyjaśnia.

Ukończyła szkołę fotograficzną w 2012 r., jeszcze chodząc o kulach. Założyła blog „Kulawa Warszawa”, na którym opisywała swoje zmagania z barierami

architektonicznymi. Na jego bazie wyrosła fundacja pod tą samą nazwą. Współpracuje z wieloma organizacjami pozarządowymi, m.in. Fundacją Kultury Bez Barier.

Miłośniczka podróży, starych samochodów i rugby – jest jedyną kobietą w kadrze narodowej. „Nie wyobrażam sobie życia bez rugby na wózkach. Cały swój grafik ustawiam pod treningi, zgrupowania kadry i turnieje. Daje mi to ogromną satysfakcję i możliwość wyżycia się w czasie gry” – mówi.

Prowadzi m.in. warsztaty dla szkół, instytucji i firm oraz walczy nie tylko z barierami architektonicznymi, ale przede wszystkim społecznymi. „Wszystko zaczyna się od barier w głowie. (...) W czasie szkoleń pozwalamy przejść na drugą stronę, sadzamy na wózku, zakrywamy oczy i uszy. Wielu uczestników stwierdza, że dopiero osobiste doświadczenie niepełnosprawności, nawet przez 5 minut, pozwala zrozumieć, o co chodzi, i dzięki temu zwiększyć świadomość”.

Tekst: Aneta Wawrzyńczyk, Fot. Jakub Sagan

## Janusz Świtaj

### analityk, inicjator

**P**olska poznała go w 2007 r., kiedy jako pierwszy w kraju złożył wniosek do sądu o zgodę na zaprzestanie uporczywej terapii. U progu dorosłości uległ wypadkowi komunikacyjnemu, uszkadzając kręgosłup, i 6 lat przebywał na oddziale intensywnej terapii. W 1999 r., po wielu staraniach, wrócił do domu, oddychając za pomocą respiratora. Po 15 latach otrzymał wózek z respiratorem i wyszedł na pierwszy spacer po wypadku.

Pracuje w Fundacji Anny Dymnej „Mimo Wszystko” jako internetowy analityk rynku pracy osób niepełnosprawnych i fundraiser. Studiuje psychologię na Uniwersytecie Śląskim w Katowicach. Mieszka w Jastrzębiu-Zdroju.

W 2008 r. wydał autobiografię *Dwanaście oddechów na minutę*, którą pisał kilka lat, obsługując komputer tylko za pomocą ust. Był ambasadorem kampanii „Idziemy na wybory”. W 2012 r. prowadził wyprawę dla osób niepełnosprawnych na szczyt „K2”, krakowski Kopiec Kościuszki. Dla niego, jak mówi, każdy dzień jest „K2”.

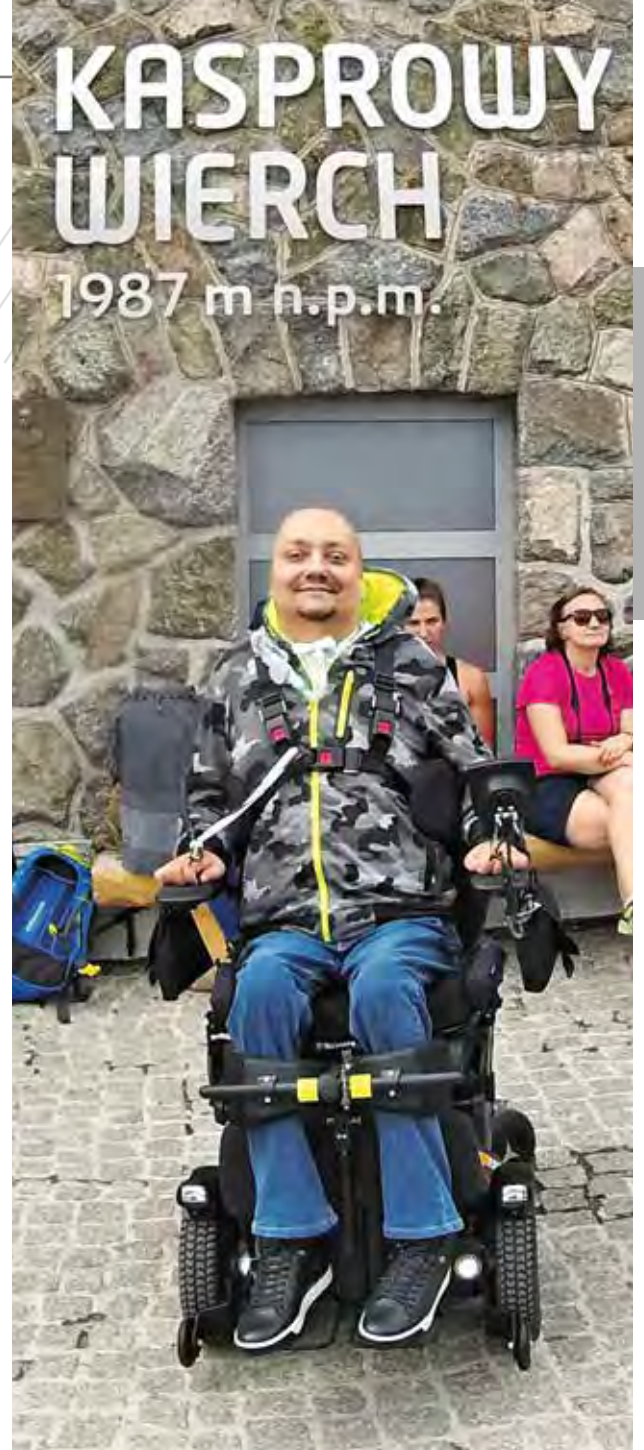
Wychodzi z założenia, że nie ma co się zamartwiać, trzeba iść do przodu i starać się czerpać z życia pełnymi garściami. Angażuje się w akcje charytatywne, wielokrotnie zwracał uwagę na problem braku usług asystenckich dla osób ze znaczną niepełnosprawnością.

Bohater filmu dokumentalnego TVP2 *Uporczywe pragnienie życia*. Miłośnik motocykli.

Zdobył tytuł „Człowiek bez barier 2014”. Jego rodzice i on zostali uhonorowani statuetką im. Jana Rodowicza Anody przez Muzeum Powstania Warszawskiego.

W 2017 r. zrealizował swoje trzy marzenia: kibicował motocyklistom podczas zawodów na torze wyścigowym w Brnie, zdobył Kasprowy Wierch i po 25 latach, pierwszy raz od wypadku, zorganizował wyjazd nad Morze Bałtyckie.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Archiwum prywatne





## Wioletta Więckowska

PR menedżer

**T**erapeutka, ambasadorka i współorganizatorka kampanii „Moda bez Ograniczeń”, modelka.

Urodziła się w 1992 r. w Krakowie. W wieku 3 lat została u niej zdiagnozowany rdzeniowy zanik mięśni, a 15 lat później musiała przesiąść się na wózek.

W 2011 r. zdała maturę i pracowała, choć – jak sama przyznaje – ta praca jej nie satysfakcjonowała.

W 2013 r. na prośbę Aleksandry Włodarczyk, prezes Fundacji Hipoterapia – na Rzecz Rehabilitacji Dzieci Niepełnosprawnych (której była podopieczną), została twarzą kampanii „Moda bez Ograniczeń”. „Odnowiłam wtedy kontakt z fundacją, który po zakończeniu przeze mnie rehabilitacji się urwał. Siedziałam w domu, nic nie robiłam, gdy zadzwoniła pani prezes i wciągnęła mnie na nowo w tryby aktywności. Moje życie diametralnie się zmieniło” – wyjaśnia.

Ukończyła kurs reklamy i PR w pracy w organizacjach pozarządowych, odbyła staż, a w 2014 r. zatrudniła się

na stałe, by oddać to, co otrzymała. „Zrozumiałam, że chcę pomagać innym, tak jak mnie przez lata pomagano. Pomaganie daje niesamowitą satysfakcję; raz – bo można zrobić coś dobrego dla osób z niepełnosprawnością, wyrwać je z domu, pokazać kawałek świata, a dwa – dzięki takim działaniom udaje się walczyć ze stereotypami” – mówi.

Studiuje psychologię stosowaną na Uniwersytecie Jagiellońskim.

Jest wielką miłośniczką wysokich obcasów – nie tylko dlatego, że nie musi w nich chodzić. „Jakoś mi bardziej pasują niż sportowe buty. Nie chodzę w nich, więc nie odczuwam skutków ubocznych, a noga lepiej się prezentuje” – śmieje się. Skutki uboczne jednak są. „Ludzie najpierw trochę się dziwią, bo wózek kojarzy się z butami ortopedycznymi, ale później staje się to dla nich normą. Obcasy przełamują stereotypy, zdecydowanie!”.

Tekst: Aneta Wawrzyniczak, Fot. 13w13



## Robert Więckowski

menedżer kultury

**L**iteraturoznawca i kulturoznawca, dziennikarz, były redaktor naczelny „Pochodni” – czasopisma wydawanego przez Polski Związek Niewidomych, współtwórca i wiceprezes Fundacji Kultury Bez Barier, działającej na rzecz dostępności kultury dla osób z niepełnosprawnościami, organizatora m.in. corocznego Warszawskiego Festiwalu Kultury Bez Barier.

W pracy zajmuje się przede wszystkim audiodeskrypcją, współtwórca opracowania „Zasady tworzenia audiodeskrypcji”, od 2009 r. konsultant skryptów dotyczących tej techniki udostępniania filmów, sztuk teatralnych i dzieł plastycznych.

Prowadzi szkolenia z tworzenia audiodeskrypcji i zasad obsługi widzów z niepełnosprawnością w instytucjach kultury.

Naukowo związany z Uniwersytetem Humanistyczno-społecznym SWPS i Uniwersytetem Kardynała Stefana Wyszyńskiego. Badacz literatury polskiej, jej dialogu z innymi tekstami kultury, literackich reprezentacji relacji polsko-żydowskich i wielokulturowości, uczestnictwa narracji literackich w dyskursie pamięci oraz funkcjonowania literatury popularnej. Zajmuje się też wykorzystaniem przekładu intersemiotycznego w procesie udostępniania kultury osobom niewidomym.

Wzrok stracił na studiach w wyniku choroby siatkówki. Mieszka w Warszawie, jest żonaty, ma dwoje dzieci.

Jego świat to góry, muzyka bluesowo-rockowa i gra na gitarze, a ekstremalne marzenie to trekking w Himalajach.

Członek AVT Lab (Laboratorium Przekładu Audiowizualnego), Polskiego Stowarzyszenia Studiów Żydowskich i Polskiego Towarzystwa Kulturoznawczego.

Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Magda Pawluczuk



# Anna Woźniak-Szymańska

prezes PZN

**P**rezes Zarządu Głównego Polskiego Związku Niewidomych od 2004 r., prezes Koalicji na Rzecz Osób z Niepełnosprawnością od 2008 r. Ukończyła studia na Uniwersytecie Warszawskim na Wydziale Dziennikarstwa i Nauk Politycznych.

W wieku 25 lat zaczęła tracić wzrok w wyniku postępującej choroby oczu. Od blisko 40 lat pracuje na rzecz osób z niepełnosprawnościami. Jest członkiem Rady Konsultacyjnej ds. Osób Niepełnosprawnych, Narodowej Rady Rozwoju w obszarze Rodziny i Polityki Społecznej oraz Komitetu Narodowych Obchodów 100. Rocznicy Odzyskania Niepodległości RP.

Aktywnie działa na rzecz osób z niepełnosprawnością wzroku, pracując społecznie w wielu gremiach doradczych i opiniotwórczych, a także w komisjach parlamentarnych. Konsekwentnie zabiega o wprowadzanie zmian legislacyjnych dotyczących leczenia, rehabilitacji, zatrudnienia i dostępności. Jest inicjatorem i pomysłodawcą wielu projektów skierowanych do osób z różnymi niepełnosprawnościami. Od 2008 r. jest członkiem Komisji ds. współpracy z Unią Europejską na forum Europejskiej Unii Niewidomych.

Mama i babcia, uwielbia dobrą literaturę i muzykę Chopina.

Za swój największy sukces uważa prowadzenie aktywnego i szczęśliwego życia mimo utraty wzroku.

U ludzi najbardziej ceni otwartość i odwagę do podejmowania nowych wyzwań. Marzy o utworzeniu narodowego ośrodka rehabilitacji dla osób niewidomych, ociemniałych i zagrożonych utratą widzenia.

Nagrodzona Krzyżem Kawalerskim Orderu Odrodzenia Polski i wyróżniona tytułem Lady D. w 2011 r.

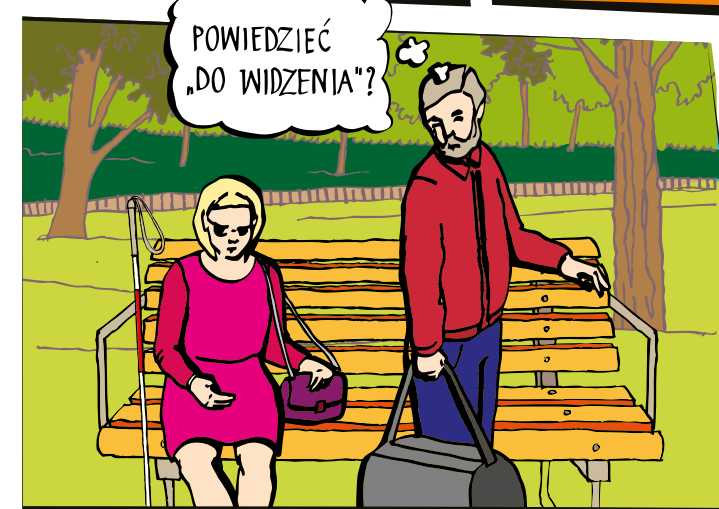
Tekst: Beata Dązbłaż, Fot. Archiwum prywatne



**Savoir-vivre wobec osób z niepełnosprawnością**  
czyli praktyczne wskazówki o czym warto pamiętać gdy spotykamy osobę z niepełnosprawnością

**INTEGRA CJA**

Z naszego **Savoir-vivre'u** już korzystają:  
PFRON, Orange, NBP, Polpharma, KRUS, GEFCO, ZUS, Metro Warszawskie, Związek Banków Polskich, Metlife, Urząd Miasta Zakopane, Urząd Transportu Kolejowego, Urząd Dzielnicy Wola m. st. Warszawy, PKP Intercity i Zarząd Zieleni m.st. Warszawy



# 15 lat Konkursu



**IDEA** Celem Konkursu jest nagradzanie ludzi, których życie zawodowe i społeczne może stać się wzorem postępowania dla innych. Wśród nich są osoby odnoszące sukcesy w biznesie, artyści, sportowcy lub liderzy społeczności lokalnych, prezentowani przez pryzmat osobistych osiągnięć, realizowanych marzeń, twórczej pasji, zaangażowania społecznego i podejmowanej aktywności. Konkurs pokazuje, że niepełnosprawność nie musi określać ludzi, odbierać marzeń, kojarzyć się z biernością, nieszczęściem i wykluczeniem. Laureaci i finaliści są inspiracją dla osób z niepełnosprawnością oraz źródłem motywacji do przełamywania barier w życiu.

**NAGRODA** W historię Konkursu wpisała się statuetka „Człowiek bez barier”. Twórcą pierwszej, wręczonej w 2003 r., był Andrzej Renes, artysta rzeźbiarz, autor m.in. statuetek Wiktora i Nagrody Kisiela, natomiast w kolejnych edycjach wręczana jest statuetka Anny Szafrąńskiej. Laureaci otrzymują też nagrody pieniężne.

**HISTORIA KONKURSU** Konkurs „Człowiek bez barier” zainicjował z okazji Europejskiego Roku Osób Niepełnosprawnych (2003) magazyn „Integracja”. W 2006 r. Konkurs objęła honorowym patronatem Małżonka ówczesnego Prezydenta RP, Pani Maria Kaczyńska, a później kolejne polskie Pierwsze Damy. W 2011 r. formułę Konkursu poszerzono o Nagrodę Publiczności – czytelników Niepełnosprawni.pl i magazynu „Integracja”. Od 2012 r. przyznawana jest Nagroda Specjalna, a od 2016 nagroda dla Osobowości Internetowej. Gala Konkursu „Człowiek bez barier” odbywa się w grudniu w Zamku Królewskim w Warszawie.

**JURY** W skład jury Konkursu wchodzi przedstawiciele patronów Konkursu, Kancelarii Prezydenta RP, PFRON i redakcji. Przewodniczy mu prof. Antonina Ostrowska (ISiF PAN). Z grona 20 finalistów jury wyłania „Człowieka bez barier”, wyróżnionych, Osobowość Internetową i zdobywcę Nagrody Specjalnej.

Partnerami Konkursu „Człowiek bez barier” są: Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Fundacja PZU, Fundacja Orange, Fundacja PKO Banku Polskiego, Poczta Polska, Coloplast, Roche, Votum i Kreglicy



## „Człowiek bez barier” w latach 2003–2016

### 2016

**Grzegorz Płonka**  
„Człowiek bez barier 2016”  
Natalia Partyka – Nagroda Specjalna  
Rafał Miszkiewicz – Osobowość Internetowa  
Bawer Aondo-Akaa – również Nagroda Publiczności  
Ewa Durska  
Jolanta Golianek  
Cezary Kopiczeko

### 2015

**Agnieszka Bal**  
„Człowiek bez barier 2015”  
Monika Kuszyńska – Nagroda Specjalna  
Paulina Kaszuba-Krzepicka  
Mariusz Mączka  
Joanna Pąk  
Adam Wiśniewski  
Mariusz Kędziński – Nagroda Publiczności

### 2014

**Janusz Świtaj „Człowiek bez barier 2014”**  
Adam Czeladzki – również Nagroda Publiczności  
Małgorzata Hałas-Koralewska  
Krzysztof Jankowski  
Bartłomiej Skrzyński

### 2013

**Paweł Ejzenberg**  
„Człowiek bez barier 2013”  
Krzysztof Kaperczak  
Halina Mleczko  
Radosław Obuchowicz  
Tomasz Szkwara  
Bogumiła Siedlecka – Nagroda Publiczności

### 2012

**Marcin Kornak**  
„Człowiek bez barier 2012”  
Janina Ochojska – „Nagroda Specjalna  
Beata Andruszkiewicz – również Nagroda Publiczności  
Marion Hersh  
Katarzyna Piekart  
Bartłomiej Skrzyński

### 2011

**Beata Wachowiak-Zwara**  
„Człowiek bez barier 2011”  
Justyna Kędzia  
Krzysztof Chęciak  
Hanna Pasterny  
Wojciech Urban  
Anna Wąsik – Nagroda Publiczności

### 2010

**Marek Kalbarczyk**  
„Człowiek bez barier 2010”  
Emilia Kotarska  
Jacek Ryng  
Krzysztof Wostal  
Sebastian Mankiewicz

### 2009

**Piotr Kalinowski**  
„Człowiek bez barier 2009”  
Małgorzata Tokarska  
Przemysław Sobieszczuk  
Radosław Grynczewski  
Piotr Matusz

### 2008

**Albin Batycki**  
„Człowiek bez barier 2008”  
Ewa Zielińska  
Andrzej Zajac  
Marcin Chojnowski  
Natalia Partyka

### 2007

**Ewa Nowicka-Rusek**  
„Człowiek bez barier 2007”  
Waldemar Cichoń  
Bogdan Dąsal  
Anna Krupa  
Radosław Pytlewski  
Jane Cordell – Wyróżnienie Specjalne

### 2006

**Paulina Zaleś**  
„Człowiek bez barier 2006”  
Olesia Kornienko  
Grzegorz Kozłowski  
Małgorzata Kubela  
Romuald Roczeń

### 2005

**Katarzyna Rogowiec**  
„Człowiek bez barier 2005”  
Dorota Adamecka  
Stanisław Michał Czerniak  
Dariusz Peśla  
Bolesław Zajiczek

### 2004

**Zbigniew Puchalski**  
„Człowiek bez barier 2004”  
Jan Arczewski  
Barbara Łukasik  
Jan Mela  
Marek Plura

### 2003

**Stawomir Piechota**  
„Człowiek bez barier 2003”  
Ireneusz Betlewicz  
Piotr Dukaczewski  
Dariusz Kampka  
Beata Wachowiak-Zwara

# więcej o Integracji



na Facebooku  
[www.facebook.pl/integracja](http://www.facebook.pl/integracja)



na Twitterze  
[@Niepe\\_pl](https://twitter.com/Niepe_pl)



na Instagramie  
[fundacijaintegracja](https://www.instagram.com/fundacijaintegracja)



na YouTube  
[integracjatv](https://www.youtube.com/integracjatv)



[www.integracja.org](http://www.integracja.org)



[niepelnosprawni.pl](http://niepelnosprawni.pl)



**Zaloguj się do aplikacji  
Citi Mobile, zeskanuj kod  
i przekaż 5 zł na cele statutowe  
Integracji**

Lista Mocy to jedyne miejsce, w którym spotyka się razem 100 najbardziej wpływowych Polek i Polaków z niepełnosprawnością. Nie zrażają się przeciwnościami i trudami, podążają za marzeniami i szukają swego miejsca na ziemi. Pomagają im wytrwałość, odwaga i wiara w człowieka. Ufność w to, że razem można więcej, a dobro, którym obdarza się innych, wraca w dwójnasób.

Każda historia jest niepowtarzalna, wzbogaca rzeczywistość, ukazuje świat z innej perspektywy i w innych barwach. Najważniejsze, że zostawiając swój niepowtarzalny ślad, pięknie się różnią.

# 100