

Dr n. o zdr. Agnieszka Kotwica

Transkrypcja nagranej wypowiedzi video na temat:

## **DOSTĘPNOŚĆ, WYRÓWNANIE SZANS I DOSTĘPU WSZYSTKICH OBYWATELI DO OTOCZENIA REKREACJI, WYPOCZYNYKU I SPORTU**

Osoby z niepełnosprawnością bardzo często nie posiadają wiedzy, o tym, w jaki sposób mogą aktywować swoją sprawność fizyczną. W jaki sposób mogą wejść w nasze społeczeństwo aktywnie, czyli poczuć się tak jak każdy pełnosprawny członek naszego społeczeństwa.

Istnieje kilka barier, które ograniczają dostęp tych osób do tej formy ruchu, do tej formy aktywności w społeczeństwie, a mianowicie są to bariery architektoniczne, które jak możemy zauważyć w pewnym sensie zostały zlikwidowane. Przynajmniej starają się miasta, władze miast likwidować. Nie mniej jednak jeszcze takie bariery są, funkcjonują. Kolejną barierą, która jest, to jest na przykład w turystyce. Bardzo często osoby chętnie mogłyby skorzystać ze spacerów czy też z innych form ruchu, ale nie mogą z nich skorzystać, ponieważ niedostosowane do tego są ścieżki w lasach. Tu nie chodzi o to, żeby te ścieżki były wybetonowane czy wyasfaltowane. Wystarczy, że będą równe. I te osoby już będą mogły z takiej prawdziwej formy spacerów czy też ruchu - jazdy na rowerze czy nawet spaceru na wózku - będą mogły skorzystać. Nie ma takiej ilości ławeczek, gdzie osoby starsze spacerując będą mogły co pewien czas skorzystać z takich ławeczek i odpocząć chwileczkę.

W naszym społeczeństwie kolejną barierą, która występuje, jest bariera mentalna, w której osoby z niepełnosprawnością boją się wyjść i uczestniczyć w zajęciach sportowych, rekreacyjnych czy też turystycznych. Lepiej nie ruszaj się, a będziesz mniej cierpieć. Nie ruszaj się, a nic ci się nie stanie. Jest to chyba najbardziej mylna rzecz jaka może być, ponieważ osoba, która nie rusza się, która nie wychodzi do osób, nie ma kontaktu z innymi, staje się po prostu bardzo niepełnosprawną osobą - nie tylko fizycznie ale i umysłowo. A tego należy unikać. Dzięki kampanii Stop Barrierom możemy

Copyright © 2019. All right reserved by Fundacja Neuron+

Dostępność, wyrównanie szans i dostępu wszystkich obywateli do otoczenia rekreacji, wypoczynku i sportu - wypowiedź eksperta Fundacji Neuron Plus.

Adres strony internetowej na temat kampanii <https://stopbarierom.pl>

zlikwidować takie obawy, możemy pokazać, że jest to najbardziej mylna opinia. Należy wyjść do ludzi, należy korzystać z różnych form - nawet najmniej aktywizujących fizycznie nas. Przez to, że wyjdziemy do ludzi i spotkamy się; będziemy korzystać z dóbr kultury; z dóbr przyrody, jakie mamy, to już będziemy aktywować nasz organizm. Kampania Stop Barierom realizowana przez fundację Neuron Plus jest bardzo potrzebna osobom z niepełnosprawnością dlatego, że informuje ich i edukuje ich o możliwościach korzystania z usług sportowo -rekreacyjnych, turystycznych, kulturalnych oraz o tym w jaki sposób i gdzie mogą z takich atrakcji skorzystać, aby aktywować siebie i spędzać aktywnie swój wolny czas.

---

## Partnerzy



PKO BANK POLSKI



FUNDACJA BGK



FUNDACJA ORLEN DAR SERCA



FUNDACJA KGHM POLSKA MIEDŹ



TOTALIZATOR SPORTOWY

MINISTERSTWO NAUKI I SZKOLNICTWA  
WYŻSZEGO

MINISTERSTWO INWESTYCJI I ROZWOJU

Copyright © 2019. All right reserved by Fundacja Neuron+

Dostępność, wyrównanie szans i dostępu wszystkich obywateli do otoczenia rekreacji, wypoczynku i sportu - wypowiedź eksperta Fundacji Neuron Plus.

Adres strony internetowej na temat kampanii <https://stopbarierom.pl>