

# Chcesz mi pomóc?

Zapytaj, czy tego potrzebuję. Jeśli tak, powiem ci co możesz zrobić.



## Pamiętaj, że mogę odmówić pomocy.

Z wieloma rzeczami radzę sobie samodzielnie. To miło, że o mnie myślisz – dziękuję!

**Nie zachowuj się wobec mnie protekcyjnie – nie jestem ofiarą**  
Traktuj mnie normalnie i z szacunkiem.

**Jeśli pytasz o mnie – mów do mnie, nie do osoby, która mi towarzyszy.**



Dziękujemy wszystkim uczestnikom i uczestniczkom warsztatów projektowych w Dymaczewie Nowym za aktywny udział, otwartość i dobrą energię!

## Fundacja Inicjatyw Społecznych Mili Ludzie

ul. Maksymiliana Jackowskiego 25/23  
60-509 Poznań  
info@mililudzie.org  
facebook.com/fundacjamililudzie  
[mililudzie.org](http://mililudzie.org)

Przygotowanie merytoryczne Katarzyna Halicka  
Projekt graficzny i skład My name is Asia  
Druk Poligrafia KS  
Nakład 1360 egz.

Wydrukowano w ramach projektu „Wielkopolska kultura – dostępna dla wszystkich!”, współfinansowanego ze środków Wojewody Wielkopolskiego.

Przedstawione treści wyrażają poglądy realizatora projektu i nie muszą odzwierciedlać oficjalnego stanowiska Wojewody Wielkopolskiego.



# TEŻ TUTAJ JESTEM

Mały poradnik  
savoir-vivre wobec osób  
z niepełnosprawnościami



**TEŻ TUTAJ JESTEM!**

# Nie słyszę

**Polski język migowy to język obcy, ma inne zasady niż język polski:**

nie używaj skomplikowanych konstrukcji zdań – pisz do mnie jak do obcokrajowca;

spróbuj mówić powoli i wyraźnie, szeroko otwierając usta.



**Uśmiechnij się!)**

**Jeśli nie znasz języka migowego:**

rusz swoje ciało – użyj gestów i mimiki;

jeżeli mnie nie rozumiesz, daj mi znać;

skorzystaj ze smartfona – z map, piktogramów, pola wiadomości, by coś napisać, jeśli nie masz pod ręką ołówka i kartki;

jeżeli chcesz coś napisać – używaj prostych komunikatów.



**TEŻ TUTAJ JESTEM!**

# Nie widzę

**Zapytaj czy potrzebuję pomocy.**

Nie musisz mówić głośniej niż normalnie.

Możesz delikatnie dotknąć mojego ramienia, żeby dać mi znać, że mówisz do mnie.

**Jeśli pomagasz mi dojść w jakieś miejsce:**

użycz mi swojego ramienia – chwycę Cię tą ręką, w której nie trzymam laski;

idź pół kroku przede mną;

opisuj przeszkody, uważaj na słupy itp.



**„do widzenia”, „do zobaczenia” – nie martw się, nie obrazisz mnie używając tych zwrotów.**



**TEŻ TUTAJ JESTEM!**

# Poruszam się na wózku

**Nie musisz kucnąć kiedy ze mną rozmawiasz. Zamiast tego zrób krok w tył, nie będę zadzierać głowy, żeby Cię zobaczyć.**

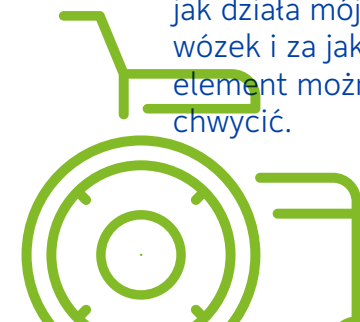
**Wózek jest jak część mojego ciała:**

nie szarp go;

nie zawieszaj na nim swoich rzeczy;

jeśli pomagasz mi gdzieś się dostać – zwróć uwagę na „techniczność” wózka;

zanim coś zrobisz, po prostu mnie zapytaj – wiem, jak działa mój wózek i za jaki element można chwycić.



**Nie korzystaj z WC dla osób z niepełnosprawnościami.**

To ważne – szczególnie w miejscach, które nie są regularnie i często sprzątane.

Nie mogę kucnąć ani stać.

Siadanie na brudnej toalecie naprawdę nie jest przyjemne.

