



**CZŁOWIEK  
BEZ BARIER 2023**



## Wystarczy być wrażliwym

Zapraszam na galę 21. edycji Konkursu „Człowiek bez barier”. W historii tego niezwykle inspirującego, ale i wzruszającego wydarzenia poznaliśmy dziesiątki osób, których działalność stanowi przykład determinacji i odwagi, ale też ogromnej chęci wprowadzania zmian w najbliższym otoczeniu, aby było bardziej otwarte i wrażliwe na potrzeby innych.

Kim jest człowiek bez barier? Jakie musi mieć cechy charakteru i zalety ducha? Nie istnieje na to prosta odpowiedź. W moim przekonaniu człowiekiem bez barier można nazywać tego, kto nie poddaje się codziennym trudom. Każdy z nas potrzebuje zupełnie innych warunków, aby dostrzec, a później rozwinąć swoje talenty i oszlifować charakter. Mówi się, że talenty najlepiej rozwijać w samotności, a charakter kształtować wśród ludzi... A wszystko to dla dobra wspólnego i ku pokrzepieniu serc.

Z każdym rokiem powiększa się lista ludzi bez barier. Żyją i działają w każdym miejscu kraju. W tym roku wybieraliśmy ich spośród zgłoszeń m.in. z Żabiańca, Radomia, Polic, Krakowa, Chorzowa, Krapkowic, Lutczy, Sieradza, Gryfina, Sulejówka, Aleksandrowa Łódzkiego, Wałcza, Bierunia, Inowrocławia i Bielawy. Cieszy mnie, że powstaje sieć wrażliwości, która inspiruje i dodaje sił do aktywnego życia wszystkim tym, którzy niekiedy się poddają. Szczególnie do nich kieruję słowa amerykańskiej pisarki Sarah J. Maas: „To, co jest naszą słabością, może okazać się naszą największą siłą. I właśnie osoba, po której by się tego najmniej spodziewać, może odmienić bieg historii”.

Jak co roku Kapituła Konkursu — pod przewodnictwem prof. Elżbiety Zakrzewskiej-Manterys z Instytutu Stosowanych Nauk Społecznych Uniwersytetu Warszawskiego — miała wielkie wyzwanie i długo debatowała nad ponad 40 zgłoszeniami. Wybór finalistów nie był łatwy. Taka jest bowiem natura konkursowych rywalizacji, kiedy trudno porównać niebanalne osobowości, ich bogate, ale i nierzadko kręte drogi życia oraz zastugi na różnych polach aktywności.

Chcę podkreślić, że Konkurs staje się międzypokoleniowy, gdyż poza kategorią „Młody Człowiek bez barier”, po raz pierwszy szczególnie wyróżniliśmy zgłoszoną seniorkę, zapowiadając — oficjalnie od przyszłorocznej edycji — nową kategorię dla spełniających kryterium wieku 60+. Promujemy tym samym różnorodność, a przez to bogactwo doświadczeń i osiągnięć w rodzinach, pracy i życiu społecznym.

PS

Polecam Państwu uwadze filmy i reportaże towarzyszące gali Konkursu. Można je obejrzeć i przeczytać w naszych mediach: na portalu Niepełnosprawni.pl, Facebooku i kanale YouTube oraz w najbliższym wydaniu magazynu „Integracja”.

Z życzeniami radosnego uczestnictwa,

**Ewa Pawłowska**  
Prezes Stowarzyszenia Przyjaciół Integracji



# 21. EDYCJA KONKURSU „CZŁOWIEK BEZ BARIER”

## IDEA

Celem Konkursu „Człowiek bez barier” jest promowanie i nagradzanie ludzi, których życie zawodowe i społeczne jest wzorem do naśladowania dla innych. Wśród nich są osoby odnoszące sukcesy w biznesie, artyści, sportowcy, naukowcy, dziennikarze oraz liderzy społeczności lokalnych. Mimo różnych osiągnięć, profesji i osobistych historii, łączy je aktywna postawa życiowa – są przedsiębiorcze, biorą los w swoje ręce, dążą do spełniania marzeń, rozwoju osobistego, aktywnie pomagają innym. Laureaci i finaliści są inspiracją oraz źródłem motywacji dla nas wszystkich do przełamywania barier w życiu.

## HISTORIA

Konkurs „Człowiek bez barier” zainicjował z okazji Europejskiego Roku Osób Niepełnosprawnych (2003 r.) magazyn „Integracja”. W 2006 r. Konkurs objęła honorowym patronatem Małżonka ówczesnego Prezydenta RP, Maria Kaczyńska, a później kolejne polskie Pierwsze Damy. W 2011 r. formułę Konkursu poszerzono o Nagrodę Publiczności – czytelników portalu Niepełnosprawni.pl i magazynu „Integracja”. Od 2012 r. przyznawana jest Nagroda Specjalna, a od 2016 r. – nagroda dla Osobowości Internetowej (od 2019 r. o tym, kto ją zdobędzie, decydują odbiorcy mediów Integracji). Od 2022 r. przyznawana jest nagroda „Młody Człowiek bez barier” dla osób w wieku 14–20 lat. Gala konkursu „Człowiek bez barier” odbywa się w grudniu w Zamku Królewskim w Warszawie.

## 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. Zwycięzcy kolejnych edycji otrzymują statuetki projektu Anny Szafrąńskiej. Laureaci otrzymują też nagrody finansowe.

## JURY

Jury 21. edycji konkursu „Człowiek bez barier” obradowało 11 października 2023 r. pod przewodnictwem **prof. Elżbiety Zakrzewskiej-Manterys** z Instytutu Stosowanych Nauk Społecznych UW. W spotkaniu jury uczestniczyli: **Krzysztof Michałkiewicz** – Prezes Zarządu PFRON (w jego imieniu: **Filip Pruszkowski** Dyrektor Biura ds. Komunikacji), **Przemysław Kułach** – Governmental Affairs & Market Access Manager w firmie Coloplast, **Ewa Pawłowska** – Prezes Zarządu Stowarzyszenia Przyjaciół Integracji oraz **Agnieszka Sprycha** – wydawca, sekretarz redakcji magazynu „Integracja”.



Gala Konkursu „Człowiek bez barier 2023”



# NOMINOWANI W KONKURSIE „CZŁOWIEK BEZ BARIER 2023”



## **IRENA AWIERUSZKO-PTASZKIEWICZ, BIELSKO-BIAŁA**

Licencjonowana instruktorka zumbi, organizatorka akcji charytatywnych. Mimo rzadkiej choroby genetycznej od 10 lat prowadzi zajęcia zumbi dla dzieci i dorosłych, a pasję do tego sportu wykorzystuje, żeby pomagać potrzebującym. Od 2014 r. zorganizowała 17 Charytatywnych Maratonów Zumbi oraz 4 ogólnopolskie Charytatywne Akcje Kalendarzowe „Zumba daje Nadzieję w Chorobach Rzadkich”.



## **EDYTA BANASIEWICZ, ŻABIENIEC**

Koordynatorka Bazy Wolontariatu Powiatu Piaseczyńskiego, sekretarz Powiatowej Społecznej Rady ds. Osób Niepełnosprawnych oraz inicjatorka wielu akcji społecznych zwracających uwagę lokalnej społeczności na potrzeby osób z niepełnosprawnościami, m.in. Piaseczno Bez Barier, Tu Wózkem Wjadę, Survival dla Wózków. Współpracuje również z Fundacją Światło dla Życia, działa na rzecz kobiet w Piaseczyńskiej Radzie Kobiet.



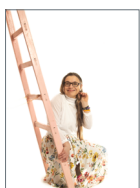
## **WANESSA BĄKOWSKA, LIPKA**

14-letnia artystka, maluje, projektuje ubrania, jest modelką. Prowadziła warsztaty z malarstwa dla podopiecznych Dziennego Domu Senior Wigor. Wzięła udział w kilkunastu sesjach zdjęciowych i dwóch pokazach mody (w tym w strojach własnego projektu). Jej największą pasją jest malarstwo – w dorobku ma ponad 220 obrazów w różnych technikach, ponad 16 wystaw m.in. w Poznaniu, Łodzi, Gdańsku i udział w aukcjach charytatywnych.



## **RAFAŁ BOJARSKI, RADOM**

Prawnik aktywny na wielu polach społecznych i zawodowych oraz jako wolontariusz. Wspiera osoby stygmatyzowane i wykluczone. Od 2021 r. pracuje w Stowarzyszeniu Pomocy Niepełnosprawnym „Do Celu” im. Św. Brata Alberta w Radomiu. Również od 2021 r. związany jest ze Stowarzyszeniem Inicjatywa Obywatelska Pro Civium (obecnie jako wiceprezes), wspierającym osoby osadzone (i ich bliskich) w powrocie do społeczeństwa.



## **JAGODA GMACHOWSKA, POLICE**

Ambasadorka i aktywistka kampanii na rzecz praw człowieka i praworządności. Od 2021 r. angażuje się w działania na rzecz transformacji systemu żywności i rolnictwa koalicji Future Food 4 Climate. Była zaangażowana w kampanię Nasz Rzecznik. Bierze udział w konsultacjach Komisji Europejskiej dot. praworządności, praw zwierząt, klimatu. Aktywnie wspiera akcję „Tour de Konstytucja”. Działa na rzecz aktywnego uczestnictwa osób z niepełnosprawnością w życiu publicznym.



## **KLAUDIA KANIEWSKA, KRAKÓW**

Koordynatorka Działu Wsparcia w Fundacji Poland Business Run, wspierającej osoby z niepełnosprawnościami narządów ruchu, po amputacjach i mastektomii oraz trenerka wsparcia. Jedną z jej misji jest aktywizowanie zawodowe osób z niepełnosprawnością i poprawa dostępności miejsc pracy. Tworzy portal Aktywizuj.pl. Prowadzi szkolenia dla firm, podczas których opowiada o współpracy z osobami z niepełnosprawnością w środowisku pracy.



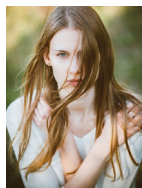
## **KRZYSZTOF KNAS, CHORZÓW**

Magister politologii, dziennikarz prasy lokalnej, pisarz, redaktor. Kronikarz wydarzeń artystycznych w mieście, ich komentator oraz animator. Od 25 lat w zawodzie, współpracował z takimi tytułami jak: „Goniec Górnoląski”, „Chorzowianin”, był redaktorem prowadzącym w portalu miejskim Chorzowianin.pl. Od 2015 r. redaktor naczelny magazynu „Chorzów Miasto Kultury”. Autor wielu opracowań dotyczących kulturowych i artystycznych tradycji Chorzowa.



## **MAJA KOPEĆ, KRAPKOWICE**

Aktywistka i pisarka. Absolwentka dziennikarstwa i komunikacji oraz PR na Uniwersytecie Opolskim. Autorka dwóch powieści. Członkini zarządu Stowarzyszenia Tęczowe Opole. Organizatorka i uczestniczka wielu przedsięwzięć takich jak „Żywa biblioteka”, marsze równości, warsztaty antydyskryminacyjne oraz otwarta dla queerowej młodzieży świetlica. Prowadzi warsztaty oraz mentoring dla przyszłych liderów/liderek LGBT+.



## **DOMINIKA KOZŁOWSKA, WROCŁAW**

Niestysząca aktorka działająca na rzecz dostępności kultury dla osób g/Głuchych oraz lepszego zrozumienia kultury g/Głuchych. Członkini Fundacji Migawka w Krakowie. Gra jedną z głównych ról w spektaklu dwujęzycznym „Romeo i Julia” w Teatrze Stowackiego w Krakowie. Występowała w spektaklu „Wojna w niebie” w reż. Dominiki Feiglewicz. Występuje w filmach, video-artach, kampaniach społecznych.



## **KRYSZYNA KRAŻEK, SIEMIANOWICE ŚLĄSKIE**

Współzałożycielka siemianowickiego Parafialnego Zespołu Caritas przy parafii Krzyża Świętego. Postępująca choroba Parkinsona nie przeszkodziła jej w działalności charytatywnej. Od 5 lat porusza się na wózku inwalidzkim, nie chodzi od 3,5 roku, ma też poważne problemy z mówieniem. Mimo to aktywnie uczestniczy w akcjach charytatywnych na rzecz różnych grup potrzebujących.





### GRZEGORZ NĘDZA, WŁOSAŃ

Spółecznik zaangażowany w działalność pozarządową i samorządową. Jeden z inicjatorów powstania Stowarzyszenia „Dla Włosani”, współtwórca i Prezes Zarządu „Stowarzyszenia Dla Naszej Gminy Mogilany” działającego w obszarach społecznych, kulturalnych i infrastrukturalnych oraz Prezes Fundacji Działamy. Pomysłodawca i organizator akcji krwiodawstwa w Mogilanach (od 2013), której towarzyszą atrakcje i badania dla mieszkańców.



### KRYSTIAN NOWAK, RZESZÓW

Ekspert dostępności i społecznik. Twórca artykułów, wywiadów, poradników oraz filmów edukacyjnych. Od 2017 r. współpracuje z ogólnopolskim portalem Rampa. Pomysłodawca i realizator szkoleń dla pracowników Urzędu Miasta Rzeszowa z zakresu komunikacji z osobami z niepełnosprawnościami. Działa w Rzeszowie na rzecz eliminacji barier architektonicznych. Wspiera młodzież i rodziców osób z niepełnosprawnością w dążeniu do samodzielności.



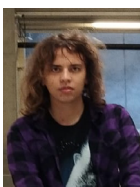
### ALICJA NYZIAK, SIERADZ

Działaczka społeczna, autorka tekstów w periodykach środowiskowych. Prezes Koła Terenowego Polskiego Związku Niewidomych w Sieradzu. Od wielu lat związana z Mazowieckim Stowarzyszeniem Pracy dla Niepełnosprawnych „De Facto” z Płocka. Współpracuje m.in. przy konsultacjach audiodeskrypcji do filmów, przedstawień teatralnych, przygotowywaniu komentarzy dla Portalu Obywatelskiego Osób Niewidomych – POON. Podejmuje liczne działania na rzecz dostępności kultury dla osób niewidomych.



### KAROL PABICH, GRYFINO

Ukończył studia magisterskie na kierunku Grafika projektowa oraz rozpoczął studia na kierunku Scenografia i przestrzeń wirtualna. Prowadzi zajęcia integracyjne, wykłady i warsztaty związane z osobami głuchoniewidomymi. Swoją twórczość prezentuje na licznych wystawach zbiorowych i indywidualnych. Laureat wielu nagród, wyróżnień w konkursach oraz stypendiów, m.in. Nagrody Prezydenta miasta Szczecina za najlepszą pracę naukową (2021) oraz w dziedzinie kultury Stypendium Marszałka Województwa Zachodniopomorskiego (2022).



### KAMIL STAWIANY, BIELAWA

21-letni student psychologii. Jako nastolatek wstąpił do ZHP i po dwóch latach zdobył stopień instruktorski przewodnika i najwyższy stopień harcerski Harcerza Rzeczypospolitej. Otrzymał odznakę „Covid-19” za przeprowadzanie zbiórek w trakcie pandemii oraz za walkę z nią. Współtwórca koła naukowego we wrocławskiej filii SWPS „Open Science Lab”. Za swoją działalność naukowo-społeczną nagrodzony tytułem VIS przyznawanym dla studentów z osiągnięciami naukowo-społecznymi, którzy są wzorem do naśladowania.



### PRZEMYSŁAW ŚWIERCZ, SULEJÓWEK

Sportowiec, kapitan i zawodnik reprezentacji Polski i klubu Wisła Kraków w Amp Futbolu (do 2023 r.), związany z tą dyscypliną od początku jej istnienia. Z kadrą zdobył dwa brązowe medale mistrzostw Europy, dotarł do półfinału mistrzostw świata i rozegrał 120 meczów. Z Wisłą Kraków kilkakrotnie wywalczył mistrzostwo Polski. Jest trenerem w programie Junior Amp Futbolu oraz kadry ampfutbolistów U19. Mówca motywacyjny oraz trener biznesu.



### PRZEMYSŁAW WIECZOREK, ALEKSANDRÓW ŁÓDZKI

Kilkakrotny wicemistrz świata oraz Europy w parataekwondo, wychowawca w świetlicy socjoterapeutycznej, chrześcijański raper. Skończył studia pedagogiczne na kierunku resocjalizacji. Pracuje z młodzieżą jako wychowawca w Socjoterapeutycznym Klubie Środowiskowym KAZIK. Jego aktywność jest skupiona na żywym kontakcie z ludźmi. Odwiedza szkoły w całej Polsce, ale także zakłady karne i przez swoją historię promuje takie wartości, jak: pozytywna postawa, empatia i nadzieja.



### KRYSTYNA WŁODAREK, WAŁCZ

Współzałożycielka Fundacji Regiment, w której odpowiada za „Strefę Kobiet”, oferując bezpłatne wsparcie psychologiczne, coachingowe i prawne kobietom znajdującym się w kryzysie. Ceniona ekspertka w tematyce biznesowej, ekonomii społecznej i niepełnosprawności — panelistka w konferencjach organizowanych przez zachodniopomorski Urząd Marszałkowski, PFRON, ROPS. Autorka projektu „Nie jesteś sama”, nagrodzonego tytułem „Inspirator Aktywności 2021”.



### ANNA WOLNY, BIERZUN

16-latką, członkini kadry narodowej w parabadmintonie. W swoim dorobku ma liczne złote, srebrne i brązowe medale zdobyte na zawodach krajowych i zagranicznych. Jej ostatnie osiągnięcie to m.in. zaklasyfikowanie się do Światowej Federacji Badmintonu. Ponadto znajduje czas, by wspierać koleżanki i kolegów na korcie oraz w Fundacji Aktywnej Rehabilitacji jako wolontariusz. W roku szkolnym 2022/2023 została stypendystką ministra edukacji.



### MAGDALENA I MARTA WRÓBEL, INOWROCŁAW

Dziennikarki, blogerki i działaczki społeczne, absolwentki socjologii i administracji publicznej. Autorki poradników: „Tak łatwo żyć razem” oraz „Jak pomagać osobom niepełnosprawnym”. Od kilkunastu lat współpracują z Welconomy Forum in Toruń. Realizują autorski program spotkań #MocSłabości. Pomysłodawczyni i organizatorki spotkań integracyjno-informacyjnych dla osób z niepełnosprawnościami oraz seniorów i ich otoczenia.

## **Pedagog, wychowawca, terapeuta, sportowiec. Człowiek głębokiej wiary. Jego droga do zawodowego spełnienia i sukcesów wiodła przez traumę z dzieciństwa, szpitale psychiatryczne, wyniszczające nawyki, narkotyki i skok pod pociąg.**

Opuszczony przez mamę jako 5-latek długo w swoim życiu nie przepracował poczucia odrzucenia i braku bezpieczeństwa. Testował granice miłości otoczenia, wystawiał na próbę więzi rodzinne, przyjaciół i wytrzymałość własnego organizmu. Przeprowadzka ze wsi do miasta zaogniła tłący się kryzys psychiczny. Zaniedbywał obowiązki, szukał towarzystwa, w którym imponowały wódka i skręty. Z poczuciem krzywdy i wstydu pewnego dnia pojawił się na torach kolejowych.

— *Nie do końca wiedziałem, co robię. Bałem się, że skoczę i trafię do piekła. Jednocześnie uważałem, że nawet piekło będzie lepszym miejscem od tego, w którym byłem w swojej głowie.*

Nie chciał umrzeć. Rzucił się pod pociąg, by wykrzyczeć swoją krzywdę i znaleźć pomoc. Obudził się w szpitalu bez rąk i perspektyw na przyszłość. Ukojenie przyniósł mu pobyt w szpitalu psychiatrycznym i rozmowa z Bogiem.

— *Poczułem, że Bóg mi wybaczył, że mogę zacząć od nowa i starałem się to zrobić.*

Nowy początek nie był wolny od porażek. Przemysław nie zawsze kończył to, co zaczynał. Opuszczało go poczucie sensu życia i celu działania. Mimo to został wolontariuszem, pracował z osobami z niepełnosprawnością intelektualną, zdobył wykształcenie i zawód. Zbudował swoją pewność siebie przez sport, zdobywając medale w parataekwondo na arenie międzynarodowej. Trenuje do dzisiaj, chociaż już tylko z myślą o własnej kondycji.

Został wychowawcą młodzieży. Znalazł miłość życia i zaangażował się w działania wspólnoty chrześcijańskiej.

Do Boga się modli, wierzy w jego pomoc i o Bogu rapuje. Kiedyś rap był dla niego uzasadnieniem sięgania po jointy, ale po przemianie stał się sposobem na dawanie świadectwa wiary. W przyszłości nie wyklucza stworzenia swojej wspólnoty osób wierzących.

— *Przede wszystkim jednak chcę budować szczęśliwe życie w otoczeniu najbliższych mi osób.*



# PRZEMYSŁAW ŚWIERCZ

OSOBOWOŚĆ INTERNETOWA

## Przez 12 lat reprezentant Polski w amp futbolu, kapitan drużyny, trener mentalny i sportowy juniorów, biznesowy mówca motywacyjny.

Piłka nożna była obecna w jego życiu od zawsze. Nie zrezygnował z niej, gdy w czasach szkolnych z trudem dzielił czas między szkołę, zgrupowania i mecze a swoją drugą pasję: taniec ludowy, wymagający obecności na próbach i występach.

Nie zrezygnował z piłki, gdy podjął pierwszą po studiach pracę jako instruktor pływania i gdy nie zamierzał odpuszczać po wypadku. Doszło do niego podczas wypadu motocyklowego do Norwegii. Dla tego wyjazdu pierwszy raz zrezygnował z festiwalu tańca. Pięć dni wyprawy zderzył się z kamperem i... nową rzeczywistością po amputacji.

— *Miałem szczęście. Przede wszystkim żyłem, a mogło być różnie. Miałem do czego wracać, bo czekała na mnie praca w ośrodku sportowym i nadal mogłem być instruktorem. Mogłem też liczyć na wsparcie bliskiej mi osoby.*

Amp futbol jeszcze w Polsce nie istniał, a on już próbował odbijać piłkę i co jakiś czas w nią grywać. Do drużyny dołączył na drugim w polskiej historii tej dyscypliny zgrupowaniu. Przeszedł drogę od początkującej drużyny, która cieszyła się z każdej skutecznie przeprowadzonej akcji, do liczącego się w świecie rywala. Treningi przez długi czas łączył z pracą zawodową. Od 2012 r. nosił opaskę kapitana.



— *Byłem szczęśliwy, ale czułem też wielką odpowiedzialność i bardzo chciałem być najlepszym kapitanem.*

Przyrzekł sobie, że gdy przyjdzie czas oddania kapitańskiej opaski, zrezygnuje z gry w reprezentacji. Stało się to w 2023 r. Zakończył karierę w kadrze, ale nie w lidze. Nadal jest piłkarzem ampfutbolowej Wisły Kraków. Został także trenerem mentalnym i sportowym juniorów. Marzy, by pracować w sztabie ampfutbolowej kadry kobiecej.

Jest cenionym mówcą motywacyjnym. Prowadzi warsztaty dotyczące odporności psychicznej, którą sam wiele razy musiał się wykazać. Treściami sportowymi i motywacyjnymi dzieli się też w swoich mediach społecznościowych.

— *Myślę, że coraz więcej będzie tam treści związanych z odpornością i motywacją, ale przede wszystkim w swoich postach bez względu na tematykę staram się być autentyczny.*





# MAJA KOPEĆ

NAGRODA PUBLICZNOŚCI

**Jest wulkanem energii i kreatywności, dla których nieustannie szuka ujścia. Jako 15-latką napisała pierwszą książkę, chociaż tego nie planowała. Zapisywała kolejne strony przede wszystkim dla siebie. Niespostrzeżenie zamieniły się one w ciekawą historię, którą warto było wydać. Druga książka powstała bardziej świadomie — od początku miała zostać wydana. Maja nie widzi się jednak w roli pisarki, zwłaszcza gdy w grę wchodzi współpraca z wydawnictwami i promocją.**

*— Proces wydawniczy za bardzo ogranicza moją swobodę twórczą. Okazało się, że to nie dla mnie, chociaż nie wykluczam, że jeszcze kiedyś coś napiszę.*

W poszukiwaniu swobody twórczej zdecydowała się na studia dziennikarskie i chociaż pisuje artykuły, również z dziennikarstwem nie wiąże swojej przyszłości. Spetnienia nie przyniosły jej także studia public relations. Najlepiej czuje się bowiem jako aktywistka.

W takiej roli pojawiła się w Stowarzyszeniu „Tęczowe Opole”. Najpierw jako wolontariuszka, potem koordynatorka social

team, a w końcu członek zarządu. Codziennie jest w pracy, nie zwracając uwagi na upływające godziny. Lubi to, co robi. Jej pierwszym ważnym zadaniem była oprawa graficzna 3. Marszu Równości w Opolu. Obecnie odpowiada za finanse, obsługę graficzną i media oraz wspiera osoby nieheteronormatywne.

*— Mam to po mamie - jestem pracoholiczką i lubię się angażować, ale tylko wtedy, gdy to ma sens i pozwala pomagać innym.*

Maja, gdy nie pracuje, podróżuje. Zwiedziła 23 kraje. Ostatnio była w Islandii. Przed nią wyprawa do Kenii. Głęboko w jej pamięć zapadło koło podbiegunowe, kiedy jej wózek brnął przez zasy. Nie waha się podejmować ryzykownych i spontanicznych decyzji w podróżach i w życiu. Ważne chwile i wartości zapisuje tatuażami na ciele, z którym ma trudną relację.

*— Nadal ją układam i coraz bardziej dogaduję się ze swoim ciałem —wyznaje.*

Ma dwa tatuaże. Trzeci właśnie skończyła projektować. Będzie przypominał o tym, jak ważna jest akceptacja tego, co od nas niezależne.

*— Ograniczenia i przeszkody nie są dla mnie. Cieszę się życiem. Planuję przyszłość i jednocześnie jej nie planuję. Doceniam to, co mam.*

# WANESSA BĄKOWSKA

MŁODY CZŁOWIEK BEZ BARIER

**Utalentowana artystka, ufna, o łagodnym usposobieniu. Z uśmiechem i szeroko otwartymi ramionami wita w swoim życiu nowych ludzi. W każdym widzi przyjaciela.**

Jej przygoda z profesjonalnym malarstwem zaczęła się, gdy pomyliła sklepowe drzwi. Zamiast wejść do sklepu z zabawkami i kupić lalkę, znalazła się między artykułami dla artystów. Chwilę później namalowała pierwszy obraz. Przedstawiła maki. Od tamtej pory stworzyła ponad 200 prac. Jest otwarta na nowatorskie techniki. Artystyczny potencjał dostrzega nawet w gąbce do mycia naczyń i szczoteczce do zębów. Dzięki nim jej płótno wypełniło się kiedyś nocnym niebem pełnym gwiazd. Nie obca jest Wanessie abstrakcja uzyskiwana techniką wylewania i rozprowadzania farby ruchami płótna.

— *Moja głowa myśli pędzlem* — wyjaśnia 14-latką.

Szeroka publiczność pierwszy raz zobaczyła jej obrazy w 2019 r., podczas wystawy w bibliotece w Złotowie. Dzisiaj ma za sobą 16 wystaw, a jedna jej praca trafiła nawet na dwór królewski w Wielkiej Brytanii.

Malowanie nie jest jedynym talentem artystycznym Wanessy. Próbowwała tworzyć biżuterię i rysunki na szkle. Zaprojektowała suknie wieczorowe, które zostały zaprezentowane podczas pokazu mody.

Jest też autorką bajki terapeutycznej, której treść powstała podczas trudnej pooperacyjnej rekonwalescencji mamy Wanessy - Karoliny. Mama nie mogła wstać z łóżka, a młodsza siostra Nutka była na etapie rozstawania się z pieluchą. Wanessa pomagała Nutce, opowiadając bajki o różowym tronie i angażując do tego zadania lalkę Awę. Bajka została spisana i wydana w formie książki z ilustracjami Wanessy.

— *Wanesska ma wiele talentów, ale dla nas najważniejsze jest to, żeby była w życiu samodzielna* — mówi Karolina, która zwraca uwagę na to, by jej córka była aktywna fizycznie i rozwijała się intelektualnie.

Wanessa spełnia te życzenia. Jeździ konno, lubi podróżować i chodzić po górach. Uczy się w systemie domowej edukacji i nawet podjęła naukę na Uniwersytecie Młodzieżowym, gdzie zgłębia tajniki medycyny.

— *Jest pełna niespodzianek* — zapewnia Karolina.



**Głucha aktorka z imponującym dorobkiem. Ma na koncie role teatralne i filmowe, główne i drugoplanowe. Gra w spektaklach dwujęzycznych i w języku migowym. Bywa jedyną głuchą aktorką w obsadzie, ale nie przeszkadza jej to w pracy.**

— *Aktorka głucha i słyszcząca jakoś szczególnie się nie różnią. Muszę tylko z większą uwagą obserwować otoczenie.*

Zadebiutowała w spektaklu *Wojna w niebie* w reżyserii Dominiki Feiglewicz, przygotowanym w Fundacji Migawka.

— *Pamiętam swoje emocje i tży wzruszenia. To była prawdziwa magia* — mówi o debiucie.

Z widzami porozumiewa się gestami i uniwersalnym językiem tańca. Był jej pierwszą miłością. Ćwiczyła przed komputerem, przy drążku baletowym i w kółku tanecznym. Stworzyła własny zespół tańca.

Na co dzień używa aparatów słuchowych, by słyszeć dźwięki otoczenia i ulicy. Jest zdecydowanie przeciwna implantom. Woli komunikować się językiem migowym, czytać z ruchu warg, pisać maile i wystukiwać słowa w telefonie.

W pracy nie uznaje kompromisów. Była pierwszą i do tej pory jedyną głuchą studentką w historii Studium Aktorstwa we Wrocławiu. Okazała się najlepsza na roku i uczelnię opuściła z oceną celującą. Jest spokojna i cicha, ale równocześnie uparta i zdeterminowana w dążeniu do celu. Przede wszystkim skupiona jest na pracy i rozwoju.

— *Aktorstwo jest dla mnie ważne. Chcę grać, występować na deskach teatru i w telewizji.*

Gdy nie gra, prowadzi warsztaty artystyczne i wprowadza w tajniki świata Głuchych osoby słyszące. Stara się być skuteczna i wykorzystać każdą minutę swojego dnia. Lista jej zainteresowań jest długa. Od gotowania, kuchni japońskiej i jogi po wycieczki, kontakt z naturą, rysowanie i sztuki walki.

— *Prowadzę całkiem normalne życie. W wolne dni zajmuję się praniem i sprzątaniami. Tak jak wszyscy gotuję i robię zakupy. Spotykam się ze znajomymi, chodzę po lesie* — przekonuje Dominika.

Pytana o plany pozazawodowe chwilę się zastanawia. Przede wszystkim chce być coraz lepszą aktorką, ale marzy też o tym, by spędzać zimę w ciepłych krajach i oglądać delfiny w ich naturalnym środowisku.





# KRYSTIAN NOWAK

## WYRÓŻNIENIE

**Zahartowały go i uodporniły na wszelkie przeciwności losu lata spędzone w pociągach, kiedy podróżował po 800 km między szkołą a domem. Do jedynej wówczas szkoły oferującej i naukę, i całodobową opiekę trafił jako 7-latek. Miało to być na chwilę, najdłużej na dwa tygodnie... Tyle dostał czasu, by udowodnić, że jest samodzielny, że poradzi sobie bez wsparcia bliskich, nie będzie płakał, a przede wszystkim że wejdzie po schodach na pierwsze piętro niedostosowanego architektonicznie budynku.**

Wchodził 40 minut. Zaliczył test zaradności i dwa tygodnie zamieniły się w... 16 lat. Każdego roku co najmniej cztery razy ruszał w podróż pociągiem. Ma z tamtego czasu wiele anegdot do opowiedzenia. Ze śmiechem wspomina na przykład porzucenie go w zimnym wagonie na bocznicę, gdy na zewnątrz było minus 15 stopni Celsjusza... Pamięta też 12-godzinny podróż przy toalecie, gdyż w składzie pociągu zapomniano o wagonie dostosowanym do potrzeb osoby na wózku.

Po ukończeniu szkoły nie było łatwiej. Nikt nie chciał wynająć mieszkania chłopakowi z MPD. Wrócił do domu i nie bez trudu przekonał rodziców, że chce zacząć samodzielne życie.

*— Martwili się, jak sobie poradzę, choć wyjechałem z domu jako 7-latek, a wróciłem jako dorosły facet. Chciałem być niezależny.*



Przez kilka lat robił podpatki w zakładzie aktywności zawodowej. Czuł jednak, że to nie jest jego miejsce. Nie znalazł pracy w wyuczonym zawodzie w administracji, ale wymarzona praca znalazła go sama. Podczas zakupów dostał propozycję dołączenia do zespołu portalu Rampa. Poczut się spełniony w miejscu, w którym pokazuje życie osoby z MPD, jej codzienność i problemy.

*— To praca moich marzeń. Robię to, co lubię, i jeszcze mi za to płacą.*

Krystian zaangażował się również w dostępność Rzeszowa. Dzięki jego staraniom udało się m.in. usprawnić dostęp do Wydziału Spraw Obywatelskich Urzędu Miasta.

Ma wiele planów na przyszłość. W lipcu tego roku ożenił się. Jego wybranka również porusza się na wózku.

Krystian odważnie próbuje nowych rzeczy. Ma za sobą skok ze spadochronem. Żyje pełnią życia.

*— Niczego się nie boję. Przecież gorzej być nie może — zapewnia.*



# KAROL PABICH

WYRÓŻNIENIE

**Artysta, malarz, rzeźbiarz, grafik. Człowiek o wielkich planach. Marzy, by odbyć podróż hyperloopem, kiedy ta technologia wejdzie do powszechnego użytku. Zachwyca się japońskimi pociągami i planuje podróż do Kraju Kwitnącej Wiśni. Na razie uczy się japońskiego, a w podróż do Japonii rusza jego sztuka. W styczniu 2024 r. jego obraz wykonany w stylu sumi-e (japoński styl malowania tuszem z wyraźnym wpływem kaligrafii) zostanie zaprezentowany szerokiej publiczności w Narodowym Centrum Sztuki w Tokio.**

Ma za sobą wiele wystaw, nagród i stypendiów. Maluje obrazy, rzeźbi, tworzy plakaty. Zaprojektował przewodnik turystyczny uwzględniający potrzeby osób z dysfunkcją wzroku. Dzięki projektom piktogramów przewodnik otrzymał ogólnopolską nagrodę.

Jest profesjonalnym artystą, magistrem grafiki projektowej. Nadal się uczy: studiuje scenografię i przestrzeń wirtualną.

Jego edukacja — jako osoby z niepełnosprawnością sprzężoną — nie była prosta. Wielokrotnie musiał wybierać, czy jest osobą głuchą, czy niewidomą. Szkołę zaczynał w ośrodku dla osób niedosłyszących, na maturze musiał zaważać o odpowiednio przygotowany zestaw pytań. Na studia dostał się dzięki zebraniu wymaganej liczby punktów — jak każdy kandydat. Nauka wymarzonego języka japońskiego wymagała ogromnego samozaparcia. Wiele szkół językowych odrzuciło jego prośbę o uczestniczenie w zajęciach.

Dla Karola, który nie widzi i nie słyszy, komunikacja i integracja osób z różnymi niepełnosprawnościami i pełnosprawnych są niezwykle ważne. Porozumiewa się mową, językiem migowym, brajlem i alfabetem Lorma. Dodatkowe wyzwanie w nauce różnych systemów języka to fakt, że Karol jest leworęczny.

Nie pozwala, by powstrzymywały go codzienne bariery. Gra w teatrze, nurkuje, chodzi na zajęcia pedagogiki cyrku, uczy się kaligrafii; zaprojektował nawet autorski krój pisma.

W planach ma otwarcie pracowni artystycznej, która będzie jego atelier i miejscem tworzenia sztuki integracyjnej — dla osób z niepełnosprawnością i pełnosprawnych. Żyje w myśl rodzinnego powiedzenia: „porażki są siniakami, nie tatuażami”.

# KRYSTYNA KRAŻEK

## WYRÓŻNIENIE SPECJALNE

**Krystyna z otoczeniem porozumiewa się gestami i głoskami. Nie zawsze jest to proste. Wymaga zgadywania i czasami spotyka się ze zniecierpliwieniem. Wiele potrafi wyrazić ruchami rąk i bezdźwięcznym poruszaniem wargami. Od 5 lat jest zależna od osób trzecich, ale ma zdecydowane poglądy. Niezadowolona środkowym palcem jednoznacznie daje wyraz swojej negatywnej opinii. Czasem wybuchają płaczem. To widzą jednak tylko najbliżsi. Dla innych najczęściej ma uśmiech.**

Przez 32 lata pracowała w hucie. Wychowywała dzieci, prowadziła dom, była aktywną uczestniczką wspólnoty kościelnej. Osiem lat temu zaangażowała się w działalność charytatywną, zakładając z córką Parafialny Zespół Caritas. Do współpracy zaangażowała swoje koleżanki z parafii. Nawet późnym wieczorem jeździła do osób potrzebujących wsparcia, szukała darczyńców, od których po trudnych negocjacjach przywoziła puszki z jedzeniem, makarony i inne produkty.



— *Mama potrafiła załatwić wszystko* — mówi Aleksandra, córka Krystyny, radna Siemianowic Śląskich i działaczka Zespołu.

Załatwiać, działać i pomagać nie przestała nawet wtedy, gdy nagle zaczęła tracić sprawność. Przyzwyczajona do ciężkiej pracy nie zwracała uwagi na powtarzające się bóle nóg i rąk. Na emeryturze jej choroba szybko postępowała. Krystyna zaczęła się przewracać. Dokuczały jej zawroty głowy. Zdiagnozowano u niej parkinsona wtórnego. Pół roku po diagnozie usiadła na wózku. Chwilę później przestała mówić. Nie przestała jednak pracować. Na migi i na wózku organizuje zbiórki żywności. Zdarzało się, że pracowała przed sklepem po sześć godzin dziennie (obecnie pracuje krócej), skutecznie namawiając kupujących do dzielenia się żywnością z potrzebującymi.

Nadal z przyjemnością jeździ na wycieczki z przyjaciółkami. Zaśmiewa się, gdy wspólnie wspominają wyprawę w góry bez wózka albo zasy śniegu nie do przejechania, albo ulewny deszcz na szlaku.

Przyznaje, że pierwszy rok choroby był trudny i dla niej, i dla najbliższych. Teraz umieją z tym żyć. Skupiają się na codziennej pracy.

— *Ja już nie mam marzeń* — pokazuje gestami Krystyna.

Koleżanki z Zespołu protestują. Szykują się przecież kolejne wspólne akcje i wyjazdy.



# Laureaci Konkursu „Człowiek bez barier” w latach 2003 – 2022

2022

**Maciej Oksztulski**

– Człowiek bez barier 2022

Jan Gawroński – Młody Człowiek bez barier 2022

Piotr Pawłowski – Człowiek bez barier XX-lecia

Miłosz Bronisz – Osobowość Internetowa

Filip Walecki – Nagroda Publiczności

Wyróżnieni: Agnieszka Filipkowska,

Krzysztof Stern, Bartosz Ostałowski

2021

**Mirostów Piesak**

– Człowiek bez barier 2021

Krzysztof Głombowicz – Nagroda Specjalna

Renata Orłowska – Osobowość Internetowa

Paula Rakowska – Nagroda Publiczności

Wyróżnieni: Karolina Cybula, Róża

Kozakowska, Alicja Stelmaszczyk,

Robert Zarzecki

2020

**Stanisław Kmiecik**

– Człowiek bez barier 2020

Michał Milka – Nagroda Publiczności

Bartłomiej Skrzyński – Nagroda Specjalna

Katarzyna Wolińska – Osobowość

Internetowa

Wyróżnieni: Patryk Grab, Dominika

Kasińska, Wojciech Sawicki, Paulina Woźniak

2019

**Wojciech Kowalczyk – Człowiek**

**bez barier 2019, Nagroda Publiczności**

Paulina Malinowska-Kowalczyk –

Nagroda Specjalna

Kamil Kowalewicz – Osobowość

Internetowa

Wyróżnieni: Agnieszka Ejsmont, Jolanta

Kramarz, Sebastian Luty, Helena Pyz

2018

**Przemysław Sobieszczyk**

– Człowiek bez barier 2018

Piotr Pawłowski – Nagroda Specjalna

Agata Rocznik – Osobowość Internetowa

Wyróżnieni: Adrian Beściak, Andrzej Łukasik –

również Nagroda Publiczności,

Irena Sikora-Mystek, Krzysztof Stern

2017

**Bogumiła Czerniawska**

– Człowiek bez barier 2017

Janina Ochojska – Człowiek bez barier

XV-lecia

Iwona Cichosz – Nagroda Specjalna

Michał Woroch – Osobowość Internetowa

Wyróżnieni: Paweł Parus, Joanna

Rogozińska, Vlodi Tafel, Rafał Wilk,

Judyta Bork – Nagroda Publiczności

2016

**Grzegorz Płonka**

– Człowiek bez barier 2016

Natalia Partyka – Nagroda Specjalna

Rafał Miszkiel – Osobowość Internetowa

Wyróżnieni: Bawer Aondo-Akaa – również

Nagroda Publiczności, Ewa Durska,

Jolanta Goliańek, Cezary Kopiczko

2015

**Agnieszka Bał – Człowiek bez barier 2015**

Monika Kuszyńska – Nagroda Specjalna

Wyróżnieni: Paulina Kaszuba-Krzepicka,

Mariusz Mączka, Joanna Pąk, Adam Wiśniewski,

Mariusz Kędzierski – Nagroda Publiczności

2014

**Janusz Świtaj**

– Człowiek bez barier 2014

Wyróżnieni: Adam Czeladzki – również

Nagroda Publiczności,

Małgorzata Hałas-Koralewska,

Krzysztof Jankowski, Bartłomiej Skrzyński

2013

**Paweł Ejzenberg**

– Człowiek bez barier 2013

Wyróżnieni: Krzysztof Kaperczak, Halina

Mleczo, Radosław Obuchowicz, Tomasz

Szkwara, Bogumiła Siedlecka – Nagroda

Publiczności

2012

**Marcin Kornak – Człowiek bez barier 2012**

Janina Ochojska – Nagroda Specjalna

Wyróżnieni: Beata Andruszkiewicz – również

Nagroda Publiczności, Marion Hersh,

Katarzyna Piekart, Bartłomiej Skrzyński

2011

**Beata Wachowiak-Zwara**

– Człowiek bez barier 2011

Wyróżnieni: Justyna Kędzia, Krzysztof

Chęciak, Hanna Pasterny, Wojciech Urban,

Anna Wąsik – Nagroda Publiczności

2010

**Marek Kalbarczyk**

– Człowiek bez barier 2010

Wyróżnieni: Emilia Kotarska, Sebastian

Mankiewicz, Jacek Ryng, Krzysztof Wostal

2009

**Piotr Kalinowski**

– Człowiek bez barier 2009

Wyróżnieni: Radosław Grynczewski,

Piotr Matusz, Przemysław Sobieszczyk,

Małgorzata Tokarska

2008

**Albin Batycki – Człowiek bez barier 2008**

Wyróżnieni: Marcin Chojnowski,

Natalia Partyka, Andrzej Zajac, Ewa Zielińska

2007

**Ewa Nowicka-Rusek**

– Człowiek bez barier 2007

Jane Cordell – Wyróżnienie Specjalne

Wyróżnieni: Waldemar Cichoń, Bogdan Dąsał,

Anna Krupa, Radosław Pytelewski

2006

**Paulina Zaleś – Człowiek bez barier 2006**

Wyróżnieni: Olesia Kornienko,

Grzegorz Kozłowski, Małgorzata Kubela,

Romuald Roczeń

2005

**Katarzyna Rogowiec**

– Człowiek bez barier 2005

Wyróżnieni: Dorota Adamecka,

Stanisław Michał Czerniak, Dariusz Peśla,

Bolesław Zajiczek

2004

**Zbigniew Puchalski**

– Człowiek bez barier 2004

Wyróżnieni: Jan Arczewski, Barbara

Łukasik, Jan Mela, Marek Plura

2003

**Stawomir Piechota**

– Człowiek bez barier 2003

Wyróżnieni: Ireneusz Betlewicz,

Piotr Dukaczewski, Dariusz Kampka,

Beata Wachowiak-Zwara



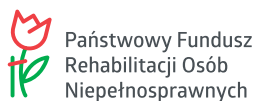
# Honorowy Patronat Małżonki Prezydenta RP Agaty Kornhauser-Dudy

---

## Organizator:



## Dofinansowano ze środków:



## Partner główny:



## Partnerzy:



## Patronat medialny:

