



Anita Magiera

Uniwersytet Humanistyczno-Przyrodniczy
im. Jana Długosza w Częstochowie
Wydział Nauk Społecznych
Katedra Polityki Społecznej, Pracy Socjalnej i Turystyki
wns@ujd.edu.pl

CZAS WOLNY OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNYCH

Streszczenie: W rozwijającym się świecie coraz większą uwagę zwraca się na czas wolny, z wyodrębnieniem czasu wolnego osób niepełnosprawnych. Celem niniejszego artykułu jest identyfikacja form czasu wolnego i możliwości ich wykorzystania w aspekcie potrzeb i preferencji osób niepełnosprawnych. Istotne jest ukazanie form czasu wolnego, z jakich korzystają i jakie chętnie wybierają osoby z dysfunkcjami, a także zaznaczenie istotnej roli turystyki i teatru w życiu osób niepełnosprawnych. Realizacji powyższego celu posłużyły: przegląd literatury, dane statystyczne oraz wyniki badań przeprowadzonych na podstawie autorskiej ankiety skierowanej do osób niepełnosprawnych z Domu Pomocy Społecznej w Poraju. Zwrócono uwagę na znaczenie upowszechnienia pojęcia czasu wolnego, a także coraz efektywniejsze jego wykorzystywanie.

Słowa kluczowe: czas wolny, osoba niepełnosprawna, turystyka.

JEL Classification: L82, L83, J24.

Wprowadzenie

W dobie XXI wieku nadal istnieje problem przejawów dyskryminacji, nietolerancji i niezrozumienia osób niepełnosprawnych, które często wiążą się z obecnymi stereotypami. Osoby niepełnosprawne już na wstępie w związku z orzeczonym stopniem niepełnosprawności mają utrudnienia w wyborze form spędzania czasu wolnego [Ploch, 2017, s. 107]. Wiąże się to nie tylko z trudnościami zdrowotnymi jednostki, ale także właśnie z niechęcią społeczeństwa do osób niepełnosprawnych. Nie bez przyczyny jednak kładzie się duży nacisk na aktywne wykorzystanie czasu wolnego, z tego względu, iż pociąga ono za sobą wiele pozytywnych aspektów, a jednym z nich jest ukazanie osoby niepełnosprawnej jako pełnoprawnego członka szerszej społeczności.

Choć na każdym kroku występują utrudnienia, to i tak wiele osób dąży do rozwijania swoich pasji i zainteresowań. Na chwilę obecną jest dużo ciekawych pozycji książkowych, a także liczne artykuły, które ukazują problematykę spędzania czasu wolnego przez osoby niepełnosprawne.

1. Definiowanie czasu wolnego osób niepełnosprawnych – zalety i bariery

W Polsce problematykę czasu wolnego osób niepełnosprawnych zaczęto poruszać w latach 60. XX wieku [Sroczyński, 2017, s. 7]. Do dnia dzisiejszego zgromadzono bogate zasoby literatury i badań, które niestety nie wyznaczają jednolitej definicji czasu wolnego. Pojęcie to ma wiele interpretacji, często znacznie od siebie odbiegających.

Według Dumazediera czasem wolnym można nazwać: „wszelkie zajęcia, jakim może oddawać się jednostka z własnej ochoty bądź dla rozrywki, bądź dla rozwijania swych wiadomości lub dla bezinteresownego kształcenia się, dobrowolnego udziału w życiu społecznym, poza obowiązkami zawodowymi, rodzinnymi i społecznymi” [za: Sroczyński, 2017, s. 74-75].

Jurewicz definiuje czas wolny jako: „rodzaj aktywności człowieka, który powinien być źródłem wielu przyjemności, nie może mieć charakteru obowiązkowego ani też nie może stanowić podstawowego źródła dochodów” [za: Bernacka, 2016, s. 200]. Po zapoznaniu się z dostępnymi źródłami można stwierdzić, iż jest tyle definicji czasu wolnego, ile osób, ale wszystkie w większym czy mniejszym stopniu są ze sobą powiązane. Podsumowując powyższe definicje, czas wolny to czas, którym sami dysponujemy i wykorzystujemy go w taki sposób, by czerpać satysfakcję i radość.

Chcąc zdefiniować czas wolny osób niepełnosprawnych, należy go rozpatrywać, zwracając uwagę jeszcze na co najmniej dwie kwestie, a mianowicie:

1. Stopień niepełnosprawności (im głębszy stopień niepełnosprawności, tym częściej osoby te są uzależnione od pomocy innych i odwrotnie). W udział w zajęciach i różnorodnych formach spędzania czasu wolnego częściej są zaangażowane osoby z niższym stopniem niepełnosprawności ze względu na to, iż nie muszą angażować osób trzecich. Często bywa tak, iż osoby z niepełnosprawnością uważają się za ciężar dla innych, chętnie wyszłyby z domu, skorzystały z ofert kultury itd., ale to wiązałoby się z pomocą innych osób, przez co się wycofują.

2. Miejsce zamieszkania i środowisko, w którym żyje dana osoba (życie w mieście stwarza lepsze perspektywy i możliwości spędzania czasu wolnego niż na wsi) [Bernacka, 2016, s. 199]. Miasto stwarza lepsze perspektywy dla osób niepełnosprawnych. Jest większa ilość ośrodków, które oferują wachlarz zajęć dodatkowych, kultura, sztuka i turystyka są na wyciągnięcie ręki. Osoba z niepełnosprawnością jest w stanie bardzo często samodzielnie dotrzeć do jednostki organizującej zajęcia, nie angażując przy tym innych. Również wyjście do ludzi i spotkanie się z nimi staje się prostsze poprzez bogatą ofertę miejsc w obszarze miejskim. W ośrodkach wiejskich bardzo często zaniedbuje się potrzeby osób z niepełnosprawnością, a dojazd takich osób do dużych ośrodków miejskich staje się problemem.

W tym miejscu warto zaznaczyć, jakie zalety niesie ze sobą aktywne i, co ważne, efektywne spędzanie czasu wolnego osób niepełnosprawnych:

- zwiększenie poczucia zadowolenia z wykonywanych czynności i osiągnięć,
- pomoc w kształtowaniu bardziej realnego obrazu samego siebie – doświadczenie swoich możliwości i ograniczeń,
- ułatwienie w nawiązywaniu kontaktów i łamanie barier w rozmowach społecznych,
- stwarzanie sposobności do wykonywania czynności, które przyczynią się do postępu w uzyskaniu określonej sprawności,
- pomoc w przyswojeniu i respektowaniu przepisów i obyczajów,
- wyrabianie cech osobowościowych ułatwiających stosunki międzyludzkie,
- pomoc w przełamywaniu stereotypów związanych z niepełnosprawnością,
- poprawa sprawności fizycznej i kondycji ciała,
- realizacja własnych pragnień,
- rozwój inteligencji emocjonalnej i zdolności empatycznych,
- antidotum na nieprawidłowości w rozwoju psychofizycznym.

Definiując czas wolny, wskazując na zalety jego efektywnego spędzania, warto też zwrócić uwagę na bariery, które wciąż ograniczają osoby z niepełnosprawnością, blokując im możliwość uczestnictwa w wielu formach aktywności.

Anna Nowak [2015, s. 97-100] w swojej pracy przedstawia wyniki badań, z których uzyskujemy informacje na temat barier w dostępie do imprez i instytucji kultury dostrzeżonych przez grupę badanych. Można wśród nich wymienić:

- a) czynniki związane z samą osobą niepełnosprawną: brak atrakcyjności kobiet z niepełnosprawnością (zwłaszcza widoczną), zależność od innych osób, cechy osobowości, wycofywanie, samowykluczenie się z tej sfery życia kulturalnego,

- b) czynniki społeczno-kulturalne: uprzedzenia, negatywne postawy, brak akceptacji, dominacja biernego udziału w życiu kulturalnym w rodzinie, brak doświadczeń wyniesionych z domu rodzinnego, brak wykwalifikowanego personelu, brak informacji o wydarzeniach przygotowywanych z myślą o niepełnosprawnych, niedostateczna pomoc tłumacza języka migowego dla osób niesłyszących,
- c) czynniki ekonomiczne: brak środków finansowych,
- d) czynniki architektoniczne utrudniające lub uniemożliwiające dostęp do placówek kultury: brak przygotowania technicznego, brak odpowiedniego oznakowania, brak podjazdów, ramp, platform podnoszących, wind dla wózków inwalidzkich, brak sygnalizacji dźwiękowych przy przejściach dla pieszych, niskich progów i krawężników [Nowak, 2015, s. 97-10].

Anna Nowak przytacza w swej pracy również wypowiedzi osób, które mają ograniczone możliwości korzystania z różnorodnych form spędzania czasu wolnego w związku z powszechnym istnieniem barier:

- „Bardzo kiedyś lubiłam chodzić do operetki, ale obecnie nie dysponuję środkami finansowymi” (kobieta z niepełnosprawnością wzrokową).
- „Nie uczestniczę w imprezach kulturalnych, które są odpłatne” (kobieta z niepełnosprawnością ruchową).
- „Głównym utrudnieniem jest brak wystarczających środków finansowych, a z tego wynika ograniczona możliwość dostępu do usług, do kultury” (kobieta z niepełnosprawnością ruchową).
- „Nauczycielka nie chciała mnie uczyć gry na fortepianie z powodu mojej wady wzroku” (kobieta z niepełnosprawnością wzrokową).
- „Nie biorę udziału w imprezach kulturalnych, nie chodzę do muzeum, do teatru z powodu barier architektonicznych” (kobieta z niepełnosprawnością ruchową).
- „Niepełnosprawność ruchowa to utrudnienie w dotarciu do celu, związana z tym zależność od osób trzecich w przemieszczaniu się” (kobieta z niepełnosprawnością ruchową) [Nowak, 2015, s. 95-96].

Przeciętny człowiek, który wykonuje codzienne obowiązki automatycznie, nie dostrzega barier znajdujących się na każdym kroku utrudniających codzienność osobom niepełnosprawnym. Kłopoty te są związane z korzystaniem ze środków komunikacji miejskiej, peronów kolejowych i stacji autobusowych, gdyż nie są one dostosowane do potrzeb osób z dysfunkcjami zdrowotnymi.

2. Formy spędzania czasu wolnego

Poniżej zaprezentowano przykładowe zestawienie form spędzania czasu wolnego przez osoby niepełnosprawne przygotowane przez autorów, którzy przedstawili wnioski na podstawie przeprowadzonych badań. Propozycje są podobne, a różnice wynikają głównie z innego nazewnictwa wykonywanych czynności oraz bardziej dogłębnego podziału.

Przykłady wypowiedzi badanych na temat ich aktywnego spożytkowania czasu wolnego są następujące [Nowak, 2015, s. 95-96]:

- „Chodzę do teatru i na koncerty. Amatorsko gram na instrumentach klawiszowych, na organach i akordeonie” (kobieta z uszkodzonym wzrokiem).
- „Biorę aktywny udział w kulturze. Piszę wiersze, które promowałam w centrum kultury, opublikowałam je w tomiku wierszy” (kobieta z uszkodzonym wzrokiem).
- „Biorę dość aktywny udział w wydarzeniach kulturalnych organizowanych w mieście, staram się aktywnie uczestniczyć w konkursach literackich, maluję dla siebie i dla rodziny” (kobieta z niepełnosprawnością ruchową).

B. Matyjas i A. Grzyb [2013, s. 350] powołują się na następujące wypowiedzi osób z dysfunkcjami:

- „Sobotę i niedzielę najczęściej spędzam, oglądając telewizję. Najbardziej lubię programy o kwiatach. Mam ogródek i lubię o niego dbać” (kobieta, lat 40).
- „Wolny czas spędzam najczęściej z kolegami. W soboty spotykamy się na szachach. Mamy podobne zainteresowania, nigdy się nie nudzimy” (mężczyzna, lat 25).
- „Od zawsze lubiłem jeździć na rowerze, niestety przez chorobę nie mogłem poświęcić temu dużo czasu. Na szczęście rehabilitacja pomogła mi i teraz spędzam wolny czas aktywnie” (mężczyzna, lat 29).

Józef Bergier, Dorota Tomczyszyn i Wiesław Romanowicz, po przeprowadzeniu w 2010 roku badań w celu uzyskania odpowiedzi na pytania dotyczące form spędzania czasu wolnego oraz form sportowo-rekreacyjnych, w których uczestniczą osoby niepełnosprawne mieszkające w woj. lubelskim, wskazują na: spacerowanie, jazdę rowerem i gimnastykę usprawniającą.

Leszek Ploch na przełomie 2015/2016 roku przeprowadził badania dotyczące preferowanych sposobów spędzania czasu wolnego przez osoby niepełnosprawne, z których wynika, iż osoby badane preferują bierne formy spędzania czasu wolnego, a przede wszystkim oglądanie telewizji i filmów DVD.

Przytoczone powyżej formy to tylko przykłady wielu możliwości efektywnego spędzania czasu wolnego przez osoby niepełnosprawne. Można wyróżnić m.in.: udział w spektaklach teatralnych, w koncertach, uczestnictwo w zajęciach muzycznych, plastycznych, bycie aktywnym członkiem różnorodnych stowarzyszeń, kół zainteresowań, spotkania z innymi ludźmi, aktywne uczestnictwo w życiu kulturalnym, m.in. poprzez teatr, a także korzystanie z dobrodziejstwa turystyki.

Turystyka w XXI wieku jest traktowana jako nieodzowny element rehabilitacji osób niepełnosprawnych. Wpływa na: przywrócenie maksymalnej sprawności fizycznej, psychicznej, społecznej i zawodowej; przystosowanie do normalnego życia; ma walory integracyjne; niweluje brak wiary we własne możliwości; łagodzi stres; podnosi samoocenę; zwiększa sprawność i wydolność organizmu; polepsza samopoczucie; przywraca wiarę we własne siły oraz pomaga w odzyskaniu równowagi emocjonalnej [Kwitok, 2016, s. 342-343].

Na wycieczkach każdy jest równy wobec przyrody i innych ludzi, co sprzyja integracji z pozostałymi uczestnikami. Turystyka osób z niepełnosprawnością może mieć charakter krajoznawczy, hobbystyczny lub zdrowotny.

Oprócz turystyki pieszej, autokarowej czy kolejowej istnieje także wiele innych form aktywnych, m.in. kolarstwo czy jazda konna (często spotykana ze względów terapeutycznych) i wiele innych, choć wśród istniejącej w Polsce sporej liczby organizacji społecznych niewiele z nich posiada statutową ofertę dotyczącą działalności turystyczno-krajoznawczej dla osób z wrodzoną czy nabytą niepełnosprawnością, przejściowymi kłopotami zdrowotnymi czy zbliżających się do starszego wieku [Kwitok, 2016, s. 342-343].

W ostatnich latach znacząco poprawiła się ilość i jakość wydawnictw krajoznawczo-turystycznych dla osób ze specjalnymi potrzebami. Niestety w skali kraju nie obserwuje się nadmiaru propozycji w zakresie turystyki osób niepełnosprawnych. Zapewnienie więc przyjaznej przestrzeni turystycznej osobom z niepełnosprawnością, naszym bliskim i znajomym czy nam samym jest dużym wyzwaniem na przyszłość.

Warto zaznaczyć w tym miejscu istnienie w Warszawie Biura podróży „ACCESSIBLE POLAND TOURS” założonego w 2009 roku przez Panią Małgorzatę Tokarską – działającą z myślą o osobach niepełnosprawnych [Kutek-Sładek, 2016, s. 332]. Pani Małgorzata mówi: „Jestem osobą niepełnosprawną. Jeżdżąc po świecie, korzystałam z pośrednictwa różnych biur podróży dla osób niepełnosprawnych. W Polsce nie ma tego typu instytucji. Dlatego postanowiłam założyć internetowe biuro podróży w Warszawie. Działamy od 2009 roku i jesteśmy pierwszym biurem podróży bez barier dla osób niepełnosprawnych.

Naszą misją jest zapewnienie klientom wszechstronnych i kompleksowych usług turystycznych bez względu na ich wiek i rodzaj niepełnosprawności (z naciskiem na turystów z ograniczoną funkcją narządu ruchu i osoby z niepełnosprawnością intelektualną) tak, aby obfitujące w przygody podróże odbywały się w komfortowych warunkach” [www 1]. Biuro podróży ukazuje, że nieistotny jest wiek czy stopień niepełnosprawności – nieważne, czy ktoś jeździ na wózku inwalidzkim, porusza się o lasce – warunkiem koniecznym są tylko chęci, a świat stoi otworem.

Wśród kolejnych pozytywnych zmian zachodzących w turystyce osób niepełnosprawnych można wymienić m.in. takie pozycje, jak:

- makiety dotykowe, które ułatwiają osobom niewidomym poznać dany obiekt turystyczny za pomocą dotyku, np. Droga Królewska dla Niepełnosprawnego Turysty,
- mapa dla niewidomych,
- szlaki dla osób niepełnosprawnych, m.in. w Karkonoszach.

Inną formą, której warto się przyjrzeć, jest teatr, czyli wspólna zespołowa sztuka dająca możliwości spotkań na wielu płaszczyznach – zarówno na płaszczyźnie wewnątrzgrupowej, jak też w relacji indywidualnej i zespołowej aktor – widz. Teatr nie będzie istniał bez widza i widz sztuk teatralnych nie będzie istniał bez teatru. Z tej obopólnej współpracy wynika wiele korzyści, a mianowicie teatr daje możliwość przełamywania utrwalonych postaw psychospołecznych izolujących ludzi niepełnosprawnych oraz wyzwolenia się z poczucia alienacji, samotności i bezradności. W teatrze osoby z niepełnosprawnością intelektualną mają szansę mówić własnym głosem, wypowiadać się w swoim imieniu. Aktorzy w relacjach bezpośrednich spotykają się z publicznością. Teatr jest miejscem, w którym niepełnosprawni aktorzy, mówiąc we własnym imieniu, sięgają do tematów uniwersalnych, zrozumiałych dla każdego człowieka. Coraz częściej można spotkać grupy teatralne zrzeszające osoby z dysfunkcjami, które chcą pokazać społeczeństwu, że nie różnią się od innych i chcą być traktowani tak jak wszyscy. Wypowiedź za pomocą języka teatru jest tylko jedną z możliwości przełamywania społecznych barier w relacji sprawny – niepełnosprawny, oddziałującą jednak z wielką siłą dzięki zaangażowaniu całego człowieka – jego sfery przeżyć estetycznych, emocjonalnych i intelektualnych [Pawlik, 2015, s. 68-73].

Przytoczone powyżej formy to tylko przykłady wielu możliwości, z jakich mogą korzystać i w jakich mogą uczestniczyć osoby z niepełnosprawnością. Wystarczy tylko chcieć poszukać w sobie siły, pasji, hobby, uświadomić sobie, iż jest się pełnoprawnym członkiem szerszej społeczności i można odmienić swoje życie, pokazać samemu sobie i innym, iż różne dysfunkcje nie ograniczają nas w aktywnym spędzaniu czasu wolnego i czerpaniu przyjemności z życia.

3. Metodyka i wyniki badań własnych

Badania własne zostały przeprowadzone na 40-osobowej grupie kobiet niepełnosprawnych intelektualnie i ruchowo mieszkających w Domu Pomocy Społecznej dla dorosłych im. św. BRATA ALBERTA prowadzonym przez Zgromadzenie Sióstr Albertynek w Poraju w celu uzyskania informacji o formach spędzania czasu wolnego. Badania przeprowadzono za pomocą wywiadu społecznego. Badaniu poddano kobiety w wieku 21-69 lat. Odpowiedziały one na pytanie: „Jakie formy spędzania czasu wolnego Pani preferuje?”.

Z otrzymanych badań wynika, że osoby badane preferują aktywne formy spędzania czasu wolnego – 60%, natomiast bierne formy stanowią 40%. Największą popularnością z aktywnych form cieszą się spacer i wycieczki, natomiast z biernych słuchanie muzyki i oglądanie telewizji.

Tabela 1. Formy spędzania czasu wolnego wybierane przez mieszkanki Domu Pomocy Społecznej dla dorosłych im. św. Brata Alberta w Poraju

Forma aktywności	Udział procentowy wśród badanych
Słuchanie muzyki	13%
Oglądanie telewizji	8%
Koło teatralne	6%
Śpiew	2%
Taniec	11%
Czytanie książek	6%
Robótki ręczne	5%
Nordic walking	4%
Tenis stołowy	1%
Prace w ogrodzie	2%
Zabawa ze zwierzętami	2%
Turystyka	18%
Spacer	22%

Źródło: Opracowanie własne.

Podsumowując, warto zwrócić uwagę, iż osoby niepełnosprawne, pomimo ograniczonych możliwości, chętnie uczestniczą w zajęciach dodatkowych, a szczególnie wybierają takie, które angażują ich ciało do wysiłku, wybierają głównie aktywne formy, mając świadomość, jak aktywność fizyczna pozytywnie wpływa na organizm każdego człowieka. Takie formy spędzania czasu wolnego pozwalają im choć na chwilę zapomnieć o chorobie. Chcą pokazać, iż mogą wiele pomimo posiadanych dysfunkcji.

Podsumowanie

W dobie XXI wieku, uwzględniając wszelkie możliwości rozwoju przestrzeni kultury, rekreacji, turystyki i wszelkiej niewymienionej aktywności fizycznej, czas wolny staje się podstawową wartością dnia codziennego, która pomaga w rozwoju jednostki. Radość i satysfakcja czerpana z efektywnego spędzania czasu wolnego przekłada się na poprawę stanu zdrowia oraz psychiki. Ważne jest, aby czas wolny był tak zagospodarowany, by jednostka czerpała indywidualne korzyści [Ploch, 2017, s. 182].

Należy pamiętać, że na formę oraz intensywność udziału w szerokim spektrum zajęć czasu wolnego wpływają różne czynniki: rodzaj i stopień niepełnosprawności, cele życiowe, hierarchia przyjętych wartości, motywacja do określonych zachowań, mniemanie o samym sobie – o własnych możliwościach i niemożliwościach, stopień pogodzenia się z własną niepełnosprawnością, postawy wobec życia, zainteresowania, nawyki i umiejętności zaszczipiane od najmłodszych lat, stopień przystosowania do życia z niepełnosprawnością, a także ogólny stan psychofizyczny.

Warto cały czas podkreślać, że organizacja czasu wolnego to ważne zagadnienie dla rozwoju osobowości i procesu rewalidacji. Dobrze zorganizowany i spędzony czas wolny jest tą sferą, która może rekompensować wszystkie inne niepowodzenia, może być terenem nieograniczonych perspektyw rehabilitacyjnych. Efektywny sposób spędzania czasu wolnego pozwala zaspokoić potrzebę twórczości, przynależności, ekspresji, działania [Kwitok, 2016, s. 328-330]. Najważniejszym aspektem spędzania wolnego czasu jest możliwość samodzielnego wyboru form i treści zajęć odpowiadających potrzebom, zainteresowaniom oraz możliwościom osoby niepełnosprawnej.

Obecnie jest wiele form i możliwości spędzania czasu wolnego, ale ciągła modernizacja, nowoczesne technologie, a także liczne badania pomogą w rozwiązaniu wielu barier, na które napotyka codziennie każdy niepełnosprawny, chcąc jak najefektywniej spożytkować swój czas wolny.

Literatura

- Armata A. (2014), *Mój czas wolny*, PSRUU, Warszawa.
- Bergier J., Tomczyszyn D., Romanowicz W. (2012), *Wykorzystanie czasu wolnego osób z obszarów wiejskich województwa lubelskiego*, „Zamojskie Studia i Materiały”, zes. 1(35), s. 147-157.

- Bernacka A. (2016), *Czas wolny osób z niepełnosprawnością intelektualną* [w:] V. Tanaś, W. Welskop (red.), *Kultura czasu wolnego we współczesnym świecie*, Difin, Łódź, s. 197-204.
- Kutek-Sładek K. (2016), *Czas wolny osób z niepełnosprawnością – wybrane aspekty* [w:] V. Tanaś, W. Welskop (red.), *Kultura czasu wolnego we współczesnym świecie*, Wyższa Szkoła Biznesu i Nauk o Zdrowiu, Łódź, s. 327-336.
- Kwitok A. (2016), *Wykorzystanie czasu wolnego przez osoby niepełnosprawne intelektualnie* [w:] V. Tanaś, W. Welskop (red.), *Kultura czasu wolnego we współczesnym świecie*, Wyższa Szkoła Biznesu i Nauk o Zdrowiu, Łódź, s. 337-348.
- Matyjas B., Grzyb A. (2013), *Formy aktywizacji osób niepełnosprawnych intelektualnie i z zaburzeniami psychicznymi (na przykładzie środowiskowego domu samopomocy)* [w:] Prace pogładowe, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach, s. 345-352.
- Nowak A. (2015), *Uczestnictwo osób niepełnosprawnych w kulturze*, „Chowanna” 1, s. 91-102.
- Pawlik S. (2015), *Sztuka jako sposób włączania osób z niepełnosprawnością intelektualną do społeczeństwa*, „Interdyscyplinarne Konteksty Pedagogiki Specjalnej”, nr 8, Uniwersytet Śląski w Katowicach, s. 59-74.
- Pięta J. (2014), *Pedagogika czasu wolnego*, wyd. III, Nowy Dwór Mazowiecki.
- Ploch L. (2017), *Czas wolny dzieci i młodzieży z niepełnosprawnością* [w:] W. Sroczyński, L. Ploch (red.), *Czas wolny i niepełnosprawność*, Warszawa, s. 168-182.
- Sroczyński W. (2017), *Czas i czas wolny jako kategoria pedagogiki* [w:] W. Sroczyński, L. Ploch (red.), *Czas wolny i niepełnosprawność*, Difin, Warszawa, s. 57-88.
- Ustawa o rehabilitacji zawodowej i społecznej oraz zatrudnianiu osób niepełnosprawnych. Dz.U. 2011 Nr 127, poz. 721 z późn. zm.
- [www 1] <http://www.accessibletour.pl/pl/o-nas> (dostęp: 9.09.2019).

FREE TIME FOR PEOPLE WITH DISABILITIES

Summary: In the developing world, more and more attention is paid to the free time, with the emphasis on spare time for people with disabilities. The purpose of this article is to identify forms of free time and the possibility of their use in terms of the needs and preferences of people with disabilities. It is important to show the forms of leisure time, which are used and willingly chosen by the people with disabilities, as well as the important role of tourism and theater in the lives of people with disabilities. The above-mentioned goals were achieved by: literature review, statistical data, and the research results based on the author's survey addressed to the disabled people from the Nursing Home Care in Poraj. The attention was paid to the importance of popularizing the concept of leisure, as well as making more effective use of it.

Keywords: free time, disabled person, tourism.