

Kajetan Chachurski

Moje dalekie podróże

O sposobach podróżowania oraz zasadach bezpiecznego i kulturalnego zachowania podczas podróży



Polskie Stowarzyszenie
na rzecz Osób
z Niepełnosprawnością
Intelektualną



Biblioteka self-adwokata



© Copyright by PSONI, 2023

ISBN 978-83-65060-96-9

Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną
ul. Głogowa 2b, 02-639 Warszawa
tel. 22 848 82 60, 22 646 03 14
zg@psoni.org.pl
redakcja@psoni.org.pl
www.psoni.org.pl

Rysunki:	Karol Dziewulski
Konsultacja dostępności tekstu:	Maciej Gniazdowski
Redakcja:	Barbara Ewa Abramowska
Skład i druk:	MONDI plus
Nakład:	3800

Kajetan Chachurski

Moje dalekie podróże

O sposobach podróżowania oraz zasadach bezpiecznego
i kulturalnego zachowania podczas podróży



Warszawa 2023



Spis treści

Plany przed podróżą	4
Jakich dokumentów potrzebujesz	7
Jakimi pojazdami możesz podróżować	10
Samochód	10
Autokar	12
Pociąg	13
Samolot	15
Statek	17
Numery alarmowe i kontaktowe	20



Witajcie Podróżnicy!

Dzięki podróżom możemy poznać nowe miejsca.
Poznać nowych ludzi i dowiedzieć się jak żyją.
Podróże to świetny sposób na odkrywanie świata wokół nas.
Żeby zacząć podróż musisz ją dobrze zaplanować.
Przede wszystkim musisz wiedzieć gdzie chcesz pojechać.
Kiedy już wiesz, sprawdź jakim pojazdem tam się dostaniesz.

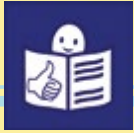


Czy zastanawiałeś się jak to jest podróżować różnymi pojazdami?
Z tej książki dowiesz się jak podróżować:

- samochodem
- autokarem
- samolotem
- pociągiem
- statkiem.

Podróżowanie różnymi środkami transportu to super przygoda!
Gotowi? To zaczynamy!





Plany przed podróżą

Zanim wyruszysz w podróż, zawsze ją dobrze zaplanuj.
Znajdź jak najwięcej informacji o miejscu do którego chcesz jechać.
Sprawdź ile masz pieniędzy na cały wyjazd.
Zapisuj wszystkie ceny jakie znajdziesz w informacjach.
Wtedy dowiesz się na co wystarczy Ci pieniędzy.



● Nocleg

Pamiętaj o noclegu. **Nocleg** to miejsce w którym będziesz spać.
Może to być na przykład pokój w hotelu. Lub domek na kempingu.
Trzeba je zarezerwować kilka miesięcy przed wyjazdem.
Sprawdź jakim środkiem transportu najlepiej dojedziesz na miejsce.
To znaczy sprawdź:

- jak długo będziesz jechał
- ile kosztują bilety na każdy rodzaj podróży.



● Bilety

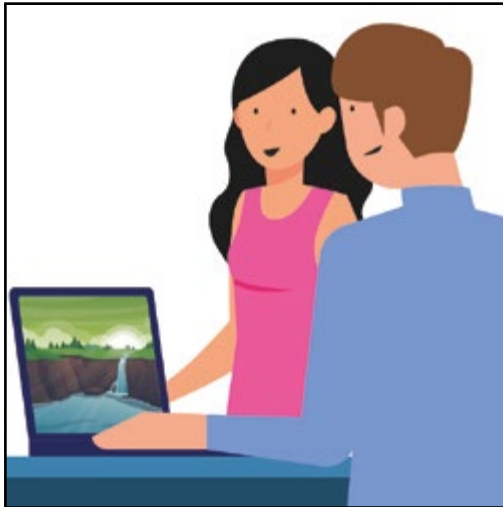
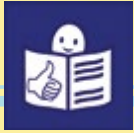
Bilety na samolot i statek trzeba kupić kilka miesięcy przed wyjazdem. Bilety na pociąg zazwyczaj można kupić 1 miesiąc wcześniej. Najlepiej kupować bilety przez internet. Wtedy widać czy są jakieś **promocje**. Bilety w promocji mogą kosztować dużo mniej. Bilety na pociąg można kupić też w kasie na dworcu kolejowym.



● Biuro podróży

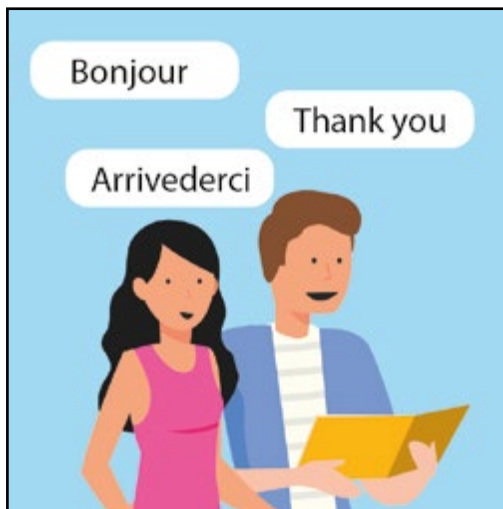
Czasem cały wyjazd można kupić w **biurze podróży**. Do różnych miejsc wypoczynkowych w Polsce i za granicą. Biuro podróży załatwia hotel, jedzenie i całą podróż. Na przykład samolot i autokar z lotniska do hotelu. Często też pracownik biura podróży jest cały czas na miejscu wypoczynku. Organizuje wycieczki po okolicy. Za granicą tłumaczy rozmowy. Ale za pracę pracowników biura podróży trzeba zapłacić.





● Poznaj kulturę

Przed wyjazdem przeczytaj o zwyczajach i kulturze miejsca do którego jedziesz. **Kultura** to zabytki, muzyka, taniec, jedzenie. To wszystko co jest ważne dla mieszkańców tego kraju lub regionu. O człowieku który szanuje kulturę i odpowiednio się zachowuje mówimy że jest **kulturalny**.



● Poznaj język

Jeśli jedziesz za granicę, naucz się kilku słów w obcym języku.

Na przykład:

- Dzień dobry
- Dziękuję
- Do widzenia.

To sprawi że mieszkańcy będą się do Ciebie uśmiechać.
A Ty będziesz czuć się pewniej.



● Szanuj miejsca które zwiedzasz

- Unikaj głośnego zachowania. Zwłaszcza w takich miejscach jak **kościóły i muzea**.
- Nie wchodź tam gdzie jest zakaz wstępu.
- Nie rób zdjęć jeśli jest zakaz fotografowania.
- Swoje śmieci wyrzucaj zawsze do koszy na śmieci. Jak ich nie ma blisko, zabierz śmieci ze sobą. Wyrzucisz później.



Jakich dokumentów potrzebujesz

W czasie podróży trzeba mieć różne dokumenty. Na przykład:

- dowód osobisty lub paszport
- wizę do niektórych krajów
- legitymację osoby niepełnosprawnej.

Dokumenty mają termin ważności.

Sprawdź do kiedy Twoje dokumenty są ważne!





● Dowód osobisty

W dowodzie jest Twoje imię, nazwisko, data urodzenia i zdjęcie. Dowód osobisty pozwala udowodnić że jesteś sobą. Na przykład w banku czy na poczcie. Kiedy chcesz wypłacić pieniądze ze swojego konta, urzędnik sprawdzi że może Ci je dać. W czasie podróży po Polsce i krajach Unii Europejskiej zawsze musisz mieć ze sobą dowód osobisty.



● Paszport

Paszport wygląda jak książeczka. Są w nim Twoje dane i zdjęcie. W paszporcie jest też nazwa Twojego kraju, czyli Polska. Paszport pozwala podróżować do innych krajów. Paszport musi być ważny. Nie może też być zniszczony. **Przykład:** Zaplanowałeś wakacje w Egipcie. Lecisz tam samolotem. Na lotnisku Twój paszport sprawdzi polski żołnierz Straży Granicznej. Jak wylądujesz, sprawdzi go też egipski żołnierz.



● Wiza

Wiza to specjalny dokument lub pieczętka w paszporcie.

Wiza to pozwolenie na wjazd do niektórych krajów.

Wizę trzeba dostać przed podróżą. Trzeba za nią zapłacić.

Najpierw musisz sprawdzić do jakich krajów potrzebna jest wiza.

Potem trzeba złożyć odpowiedni wniosek o wizę. Wniosek składa się w Polsce w ambasadzie lub konsulacie tego kraju.

Jeśli wyjazd organizuje biuro podróży, to często załatwia też wizy.



● Legitymacja osoby niepełnosprawnej

Legitymacja jest ważna we wszystkich państwach Unii Europejskiej.

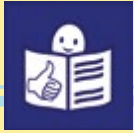
Na legitymacji jest Twoje zdjęcie, imię i nazwisko.

Legitymacja osoby niepełnosprawnej ma tytuł w języku polskim, francuskim i angielskim. Legitymacja może mieć termin ważności.

Dzięki legitymacji możesz mieć tańsze bilety na pociąg, autobus, tramwaj.

Możesz też mieć zniżkę na bilety wstępu do różnych ciekawych miejsc.





● Ubezpieczenie

Przed wyjazdem na wakacje za granicą warto jest wykupić ubezpieczenie. Można ubezpieczyć się od różnych przypadków:

- od nieszczęśliwego wypadku, na przykład złamania nogi na nartach.
- kosztów leczenia choroby w szpitalu
- kiedy odwołają lot twojego samolotu
- kiedy Twój bagaż się zniszczy albo zgubi
- od kradzieży.

Jeśli Cię to spotka, dostaniesz pieniądze czyli **odszkodowanie**.



Jakimi pojazdami możesz podróżować

● Samochód

Po drogach możesz podróżować samochodem.

Najczęściej samochodem osobowym może podróżować 5 osób.

W samochodzie jest bagażnik. Potrzebny zwłaszcza na dłuższy wyjazd.

Czasami zakłada się też dodatkowy bagażnik na dach samochodu.

Na przykład kiedy jedziecie zimą na narty. Albo latem zabieracie rowery.



Po wejściu do samochodu wszyscy zapinają pasy bezpieczeństwa.

Pasy bezpieczeństwa chronią nas podczas wypadku.

Samochodem możesz podróżować do innych miejscowości w Polsce. W góry lub nad jeziora. Możesz też pojechać za granicę.

Pamiętaj! W czasie podróży nie należy przeszkadzać kierowcy.

Ważne jest żeby uważnie patrzył na drogę i na inne samochody.

Żeby nie spowodował wypadku.



Jeśli podróż samochodem trwa kilka godzin, trzeba robić przerwy.

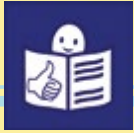
Kierowca musi odpocząć. Wszyscy muszą coś zjeść, skorzystać z toalety.

Przy autostradach są specjalne miejsca postojowe, parkingi.

Informują o tym wcześniej niebieskie znaki drogowe z napisem **MOP**.

Jest to skrót od **M**iejsca **O**bsługi **P**odróżnych. Są tam najczęściej toalety, stacje benzynowe, restauracje lub sklepy z jedzeniem i napojami.





● Autokar

Autokar to pojazd który może przewozić dużo ludzi na wczasy i wycieczki. Autokar różni się od autobusu komunikacji miejskiej. Ma tylko miejsca siedzące. Każdy pasażer ma fotel ze swoim numerem. Autokar ma też z boku duże bagażniki na walizki i torby pasażerów. Niektóre duże autokary mają toaletę.



Jak kulturalnie zachowywać się w autokarze

- Zajmij tylko swoje miejsce. Nie zajmuj miejsc innych pasażerów.
- Rozmawiaj cicho. Również przez telefon.
- Używaj słuchawek do słuchania muzyki i oglądania filmów.
- Nie przepychaj się podczas wchodzenia i wychodzenia.
- Dbaj o czystość. Nie zostawiaj po sobie śmieci!



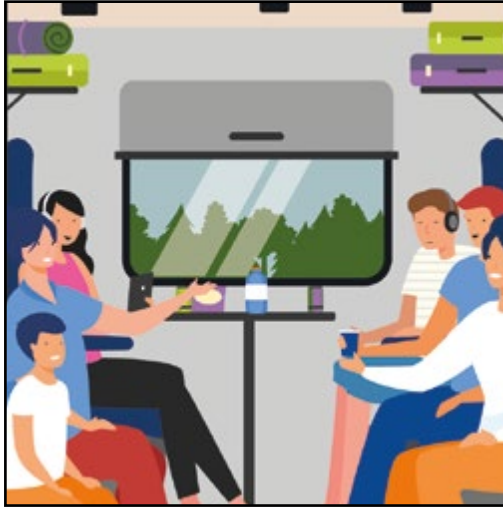
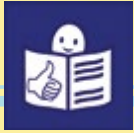
● Pociąg

Pociągiem dojedziesz do innego miasta lub kraju.
Pociąg jeździ po szynach. 2 szyny obok siebie to **tory**.
Miejsce w którym czekasz na pociąg to **dworzec kolejowy**.
Pociągi zatrzymują się na **peronach**. Perony mają numery.
Czasem nie ma bezpośredniego pociągu do miasta gdzie chcesz jechać.
Wtedy po drodze, w innym mieście trzeba się przesiąść na drugi pociąg.



Pociągi są różne. Mają przedziały na 6 lub 8 osób. Może też być dużo foteli jeden za drugim. Podobnie jak w autokarze.
W wielu pociągach są przedziały dla osób na wózkach.
Trzeba to zgłosić wcześniej. Pracownicy dworca postawią podnośnik, żeby osoba na wózku wsiadła do pociągu. W pociągach są wagony restauracyjne lub barowe. Można w nich kupić obiad lub kanapki, napić się kawy i innych napojów.





Jak powinieneś zachowywać się w pociągu

- Rozmawiaj cicho. Również przez telefon.
Najlepiej wyjdź z przedziału na korytarz żeby porozmawiać.
- Używaj słuchawek jak chcesz słuchać muzyki.
- Delikatnie otwieraj i zamykaj drzwi. Nie trzaskaj!
- Pamiętaj o legitymacji. Konduktor na pewno będzie chciał ją zobaczyć. **Konduktor** sprawdza bilety wszystkim podróżnym.



- Zajmuj tylko swoje miejsce. Sprawdź wcześniej numer na bilecie.
- Nie kładź nóg na siedzeniu naprzeciw, nawet jak jest puste.
- Zachowaj czystość w toalecie.
- Nie zostawiaj śmieci. Dbaj o porządek.
- Nie pal papierosów! We wszystkich pociągach jest zakaz palenia. Można za to zapłacić mandat.
- **Bądź miły dla innych pasażerów!**



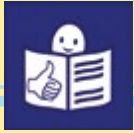
● Samolot

Samolot to ogromna maszyna która lata wysoko w powietrzu. Największe samoloty mogą lecieć kilka tysięcy kilometrów. Na przykład z Europy nad oceanem lecą do Ameryki. Samolot prowadzi pilot. W samolocie jest też drugi pilot i obsługa. Na obsługę pasażerów samolotu mówi się **stewardessa i steward** (czytaj stiuardesa i stiuard). Tak samo nazywa się obsługa na statku.



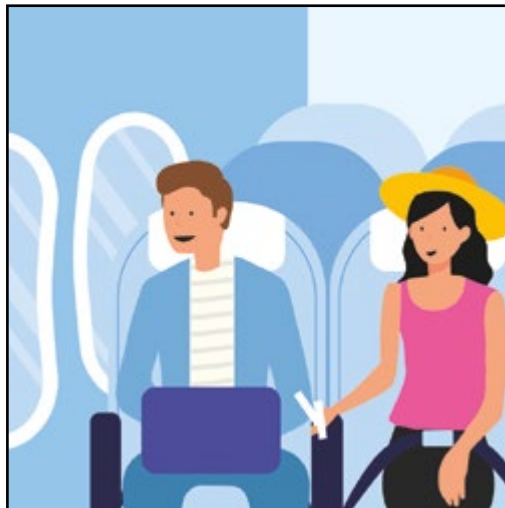
Samolot startuje z lotniska. Na lotnisku obowiązują zasady których trzeba przestrzegać. Musisz zapoznać się z nimi przed podróżą. Do samolotu nie możesz zabierać ostrych przedmiotów. Na przykład scyzoryka, igieł lub metalowego pilnika do paznokci. Na lotnisku twój bagaż sprawdzą pracownicy lotniska. Po podróży samolot wyląduje na innym lotnisku.





Jak zachowywać się w samolocie

- Przed podróżą włącz w telefonie **tryb samolotowy**. Jest to specjalne ustawienie na czas lotu samolotem.
- Używaj słuchawek przy słuchaniu muzyki i oglądaniu filmów.
- Nie przeszkadzaj innym pasażerom głośnym zachowaniem.
- W czasie długiego lotu pasażerowie dostają posiłek. Jedz uważnie i kulturalnie żeby czegoś nie rozlać, nie pobrudzić.

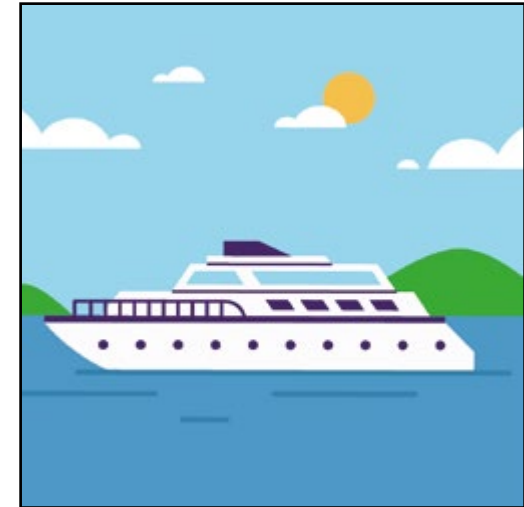


- W czasie startu i lądowania możesz czuć nieprzyjemne zatykanie uszu. Może Ci pomóc ssanie twardych cukierków lub żucie gumy.
- W czasie lotu mogą zdarzyć się **turbulencje**. Samolot wtedy drży lub trzęsie się. Trzeba zapiąć pasy bezpieczeństwa!
- Zapinaj pasy bezpieczeństwa zawsze kiedy obsługa o to prosi.
- Bądź uprzejmy dla innych pasażerów i obsługi.

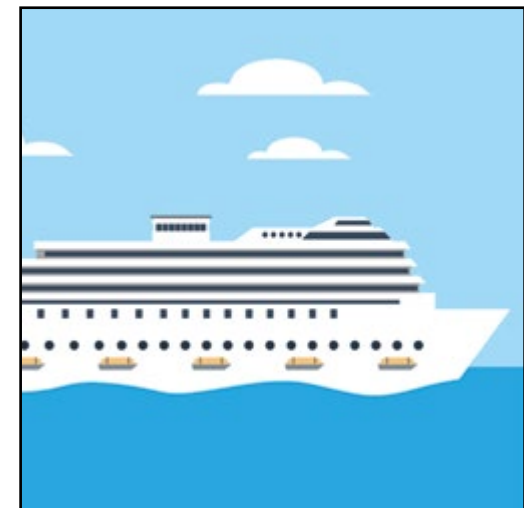


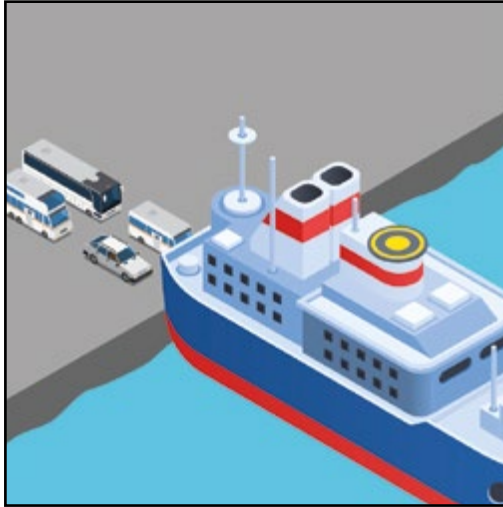
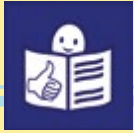
● Statek

Podróż statkiem nazywa się rejs.
Statki płyną po rzekach, jeziorach, morzach i oceanach.
Na rzekach i jeziorach są mniejsze statki.
Mówi się na nie **Biała flota** albo **statki wycieczkowe**.
Można nimi płynąć przez 1 godzinę lub kilka godzin.
Oglądać przyrodę na wodzie i miasta na brzegu.



Są też olbrzymie statki. Można nimi podróżować do innych krajów.
Do innych krajów płynie się z Polski przez morza i oceany.
Takie statki mają kilka pięter. Wyglądają jak wielki blok mieszkalny.
Mają restauracje, sklepy a nawet baseny i kino.
Pobyć na takim wielkim statku może trwać wiele dni.
Często taki statek płynie w nocy a w dzień stoi w porcie.
Wtedy pasażerowie zwiedzają na przykład autokarem miasto i okolice.





Przez Morze Bałtyckie możesz popłynąć do Danii lub Szwecji. Te statki zabierają nie tylko pasażerów ale też ich samochody. A nawet autokary wycieczkowe i ciężarówki. Takie statki to **promy**. Prom z Gdańska do stolicy Szwecji płynie 18 godzin. Stolica Szwecji nazywa się **Sztokholm**.



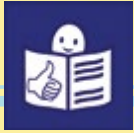
Na promie możesz spać. Miejsce noclegowe w pokoju na promie możesz kupić razem z biletem. Na taki pokój mówi się **kabina** lub **kajuta**. Kabiny najczęściej są dla 2 osób. Mają 2 łóżka. Na promie są też restauracje, bary, sklepy, sale gier i zabaw.



Jak zachowywać się na statku

- Podczas podróży statkiem **nie wolno wychylać się za barierki**. Można wtedy wpaść do bardzo głębokiej i zimnej wody.
- Szanuj spokój innych pasażerów.
- Nie przeszkadzaj w pracy załogi. Załoga to osoby które na statku pracują. Obsługą pasażerów zajmują się stewardzi i stewardessy.
- Zadawaj pytania obsłudze statku w sposób kulturalny.
- Przestrzegaj zasad ogłaszanych przez kapitana i załogę.
- Dbaj o swoje bezpieczeństwo.
- Zachowaj porządek na pokładzie statku i w swojej kabinie.
- Pamiętaj o kremie ochronnym podczas podróży statkiem.
- Nie zostawiaj śmieci.





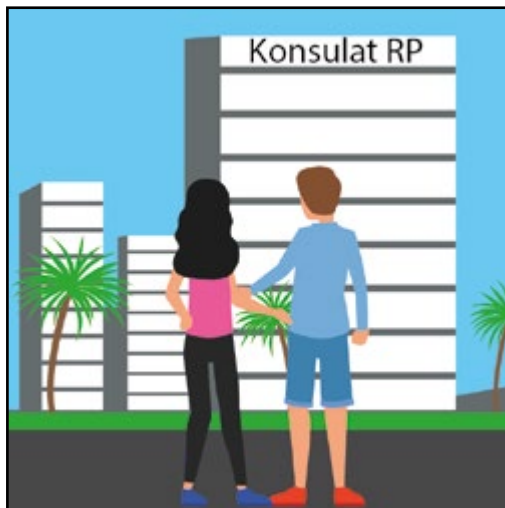
Numery alarmowe i kontaktowe

Zanim ruszysz w podróż za granicę, sprawdź numer alarmowy w kraju do którego jedziesz.

W Polsce i we wszystkich krajach Unii Europejskiej to **112**.

Na numer alarmowy dzwonisz w razie wypadku.

Zapisz go w swoim telefonie. Szybciej zadzwonisz po pomoc.



Dobrze jest znać też inne ważne numery w miejscu pobytu za granicą. Na przykład numer najbliższego szpitala czy apteki.

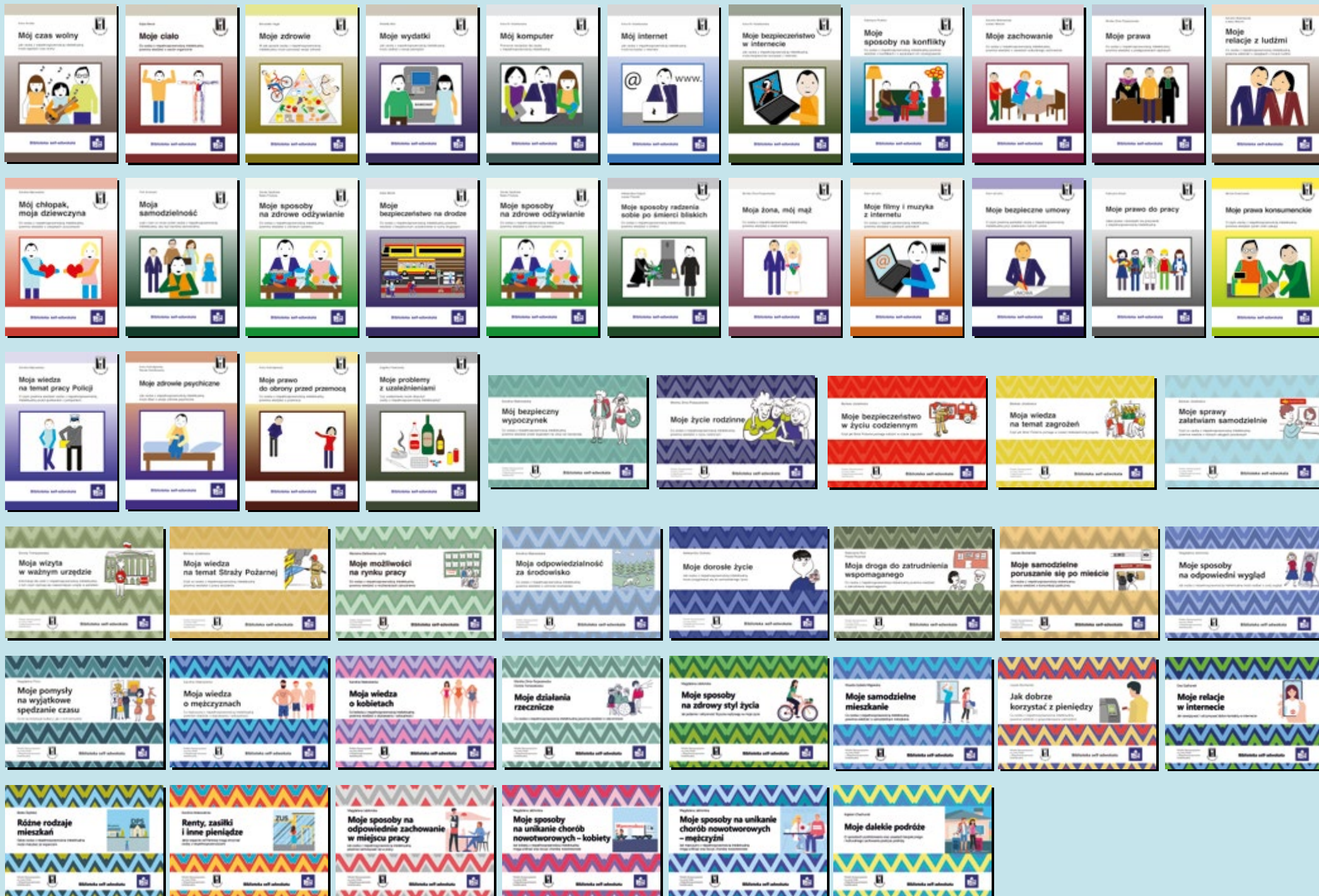
Znajdź też numer do ambasady Polski lub konsulatu w kraju do którego jedziesz.

Ambasada i konsulat to polskie urzędy za granicą.

Tam zawsze porozmawiasz po polsku.

W razie kłopotów, urzędnicy Ci pomogą.

W serii **Biblioteka self-advokata** dotychczas ukazały się:





Polskie Stowarzyszenie na rzecz Osób z Niepełnosprawnością Intelektualną

jest organizacją pożytku publicznego

MISJĄ PSONI jest:

- dbanie o godność i szczęście osób z niepełnosprawnością intelektualną, ich równoprawne miejsce w rodzinie i w społeczeństwie,
- wspieranie rodzin osób z niepełnosprawnością intelektualną we wszystkich obszarach życia i sytuacjach, a zwłaszcza w ich gotowości niesienia pomocy innym.

CELEM PSONI jest działanie na rzecz wyrównywania szans osób z niepełnosprawnością intelektualną, tworzenia warunków przestrzegania wobec nich praw człowieka, prowadzenia ich ku aktywnemu uczestnictwu w życiu społecznym, działanie na rzecz ochrony ich zdrowia oraz wspieranie ich rodzin.

STATYSTYKA:

- 117 Kół terenowych,
- ponad 10 tysięcy członków (rodzice, osoby z niepełnosprawnością intelektualną, przyjaciele),
- ponad 400 placówek i stałych form wsparcia dla ponad 33 tysięcy dzieci i dorosłych.

PSONI prowadzi:

- placówki i projekty z zakresu rehabilitacji, terapii, edukacji, w tym ustawicznej, aktywizacji zawodowej i asystencji,
- wspieranie ruchu self-adwokatów, rzeczników własnych spraw,
- chronione i wspomagane mieszkania grupowe,
- organizację spędzania wolnego czasu (m.in. kluby, zespoły artystyczne, sportowe, turystyczne),
- indywidualne wspieranie w niezależnym życiu,
- wspieranie i pomoc rodzinom,
- działalność wydawniczą, m.in. wydaje kwartalnik „Społeczeństwo dla Wszystkich”.

PSONI współpracuje z instytucjami i organizacjami:

- w tworzeniu nowego prawa,
- w dążeniu do zmiany wizerunku osoby z niepełnosprawnością intelektualną i postaw społecznych,
- w rozwijaniu więzi społecznych, ułatwiających umacnianie się społeczeństwa dla wszystkich, czyli włączanie osób z niepełnosprawnością intelektualną,
- w popularyzowaniu wyników badań naukowych i doświadczeń innych krajów,
- w kształceniu profesjonalnych kadr,
- w umacnianiu organizacji pozarządowych.