

Akcja „Cicho sza”

Kwiecień jest Światowym Miesiącem Świadomości Autyzmu. Osoby w spektrum autyzmu często odbierają świat zmysłami dużo intensywniej niż większość ludzi. Bodźce, takie jak głośne dźwięki, ostre światło itd. potrafią być dla nich bardzo dokuczliwe, czasem wręcz bolesne i nie do zniesienia.

Próbowali to pokazać twórcy poniższych nagrań:

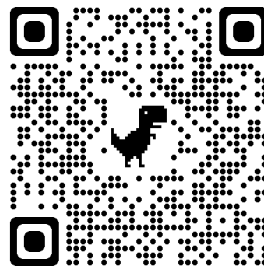
<https://youtu.be/AuB1IsHPAkW>

(Fundacja SYNAPSIS)



<https://youtu.be/QLv-dvLCgAg>

(Amazing Things Project)



<https://youtu.be/vBXEec1dv6Q>

(Fundacja Pro Aperte)



https://youtu.be/7y7v_ePzMCE

(Fundacja AleKlasa)



Chcąc uwrażliwić na często różniące się od potrzeb większości ludzi potrzeby osób w spektrum autyzmu, zainspirowani coraz częściej praktykowanymi w sklepach „godzinami ciszy” bądź „cichymi godzinami”, proponujemy Wam udział w akcji „Cicho sza”.

Polega ona na ustanowieniu – w szkole, w firmie, w domu, w urzędzie... – wydzielonej strefy, gdzie przez określony czas (np. we wszystkie poniedziałki kwietnia; w czwartki od godz. 10.00 do godz. 14.00 itp.) obowiązywałoby zachowanie całkowitej ciszy.

Na początku wiele osób będzie się dziwiło i dopytywało: o co chodzi?, jaki jest cel tego działania? Właśnie dzięki tym pytaniom (i Waszym na nie odpowiedziom) będą mieli szansę uświadomić sobie, że nie jesteśmy jednakowi i że są osoby, które odbierają świat zupełnie inaczej niż większość. Świadomość różnic między nami pozwoli zrozumieć odmienne od naszych zachowania i sprawi, że staniemy się bardziej empatyczni, wrażliwsi na potrzeby innych. A więc **cicho sza...** 🙄

Akcja „Cicho sza” jest organizowana w ramach XII Dni Osób z Niepełnosprawnościami Miasta Legionowo i Powiatu Legionowskiego.