

„MARZĘ O ŚWIECIE,  
W KTÓRYM NIKT NIE JEST  
POZOSTAWIONY SAM SOBIE”.

MARATON  
PISANIA  
LISTÓW

AMNESTY  
INTERNATIONAL



Kyung Seok Park,  
Korea Południowa





## MARATON PISANIA LISTÓW

# PONAD 20 LAT PISANIA LISTÓW, KTÓRE ZMIENIAJĄ ŻYCIE

Efekty mogą być zdumiewające, gdy choćby garstka ludzi łączy się, aby komuś pomóc. Dwadzieścia lat temu w Polsce mała grupa aktywistów i aktywistek przeprowadziła 24-godzinny maraton pisania listów. W ciągu następnych lat inicjatywa zyskała popularność. Dziś Maraton Pisania Listów (znany też jako *Write for Rights*) jest największym na świecie wydarzeniem dotyczącym praw człowieka.

Ludzie na całym świecie wykorzystują potęgę swoich słów, by pokazać, że szerokość geograficzna nie jest żadną przeszkodą dla solidarności. W 1991 roku napisano 2326 listów, a w roku 2023 akcja przyniosła 6 milionów listów, tweetów, podpisów pod petycjami i innych działań. Tylko w 2023 roku ponad 1,4 miliona osób zaangażowało się w aktywności edukacyjne dotyczące praw człowieka. Na przestrzeni lat uczestnicy Maratonu wspólnie pomogli zmienić życie ponad 100 osób, przyczyniając się do uwolnienia aktywistów i aktywistek z aresztów, zapewnienia sprawiedliwości tym, których prawa zostały naruszone, i ochrony osób, które opowiadają się za zmianami. W ten sposób pokazujemy wspólnie, że gdy chodzi o solidarność, granice nie istnieją!

Cel tegorocznej kampanii to wsparcie dziewięciu osób z całego świata, których prawa człowieka zostały naruszone. W niektórych przypadkach odpowiedzialne za to są rządy, w innych policja lub wielkie korporacje. Osoby te są prześladowane za to, kim są, lub dlatego, że korzystały ze swoich praw. Razem możemy zaważyć o ich prawa. Za pośrednictwem Maratonu Pisania Listów otrzymają indywidualne wyrazy solidarności od tysięcy ludzi z całego świata. Zarówno adresaci tej korespondencji, jak i ich rodziny dowiedzą się w ten sposób, że informacje na ich temat są podawane do wiadomości publicznej i świat o nich nie zapomina. A pisząc bezpośrednio do władz i żądając podjęcia natychmiastowych działań w celu zaradzenia niesprawiedliwości, możemy stworzyć bardziej sprawiedliwy i równy świat, w którym prawa człowieka będą przestrzegane.

Osoby i grupy, które były bohaterami bohaterkami kampanii w poprzednich latach, zauważają znaczenie tych działań i często opisują siłę czerpaną ze świadomości, że tak wielu ludziom na nich zależy.

Pod wpływem akcji często następuje zauważalna zmiana w sposobie traktowania tych osób oraz innych ludzi lub grup postawionych w podobnej sytuacji przez władze ich krajów. Zarzuty bywają wycofane, a poszkodowani zwalniani z aresztów. Wprowadza się nowe prawa lub regulacje dotyczące niesprawiedliwości, a ludzie traktowani są bardziej humanitarnie.

*„Głęboko wierzę, że kampania w mojej sprawie utrzymała mnie przy życiu. To właśnie wiedza o tym, że tam jesteście, powstrzymała ich przed zabiciem mnie”*

Jani Silva, obrończyni środowiska naturalnego, 2021 r.

## ZANIM ZACZNIESZ

Zawarte w scenariuszu propozycje aktywności w ramach edukacji praw człowieka można wykonać w różnych miejscach i okolicznościach: w sali lekcyjnej, podczas spotkania rodziny lub lokalnej społeczności, w grupie przyjaciół bądź na warsztatach aktywistycznych. Zaproponowane w materiale ćwiczenia można przeprowadzić zarówno na żywo, jak i online. Dostosuj je do potrzeb biorących w nich udział osób i okoliczności, w których działasz.

Weź pod uwagę poziom wiedzy uczestników i uczestniczek na temat poruszanych zagadnień oraz liczebność grupy. Zastanów się, jak zorganizować warsztaty, by umożliwić zaangażowanym w nie osobom w pełni aktywny udział; zadbaj o sprzyjającą temu przestrzeń, przeanalizuj wcześniej możliwe trudności i ograniczenia. Jeśli uczestnicy i uczestniczki zajęć zdecydują się na podjęcie akcji w obronie bohatera bądź bohaterki Maratonu Pisania Listów, przeprowadźcie analizę ryzyka takiego działania i zadbajcie o swoje bezpieczeństwo. Zaproponowane w materiale aktywności przygotowano na podstawie metodologii aktywnego uczestnictwa – osoby uczestniczące w zajęciach nie są jedynie biernymi odbiorcami i odbiorczyniami prezentowanych informacji, lecz samodzielnie badają, analizują i kwestionują zagadnienia dotyczące praw człowieka ilustrowane przez historie bohaterów i bohaterek tegorocznego Maratonu Pisania Listów oraz podejmują dyskusję na poruszane tematy. Takie podejście do edukacji praw człowieka na warsztatach sprawia, że uczestnicy i uczestniczki:

- rozwijają wiedzę o prawach człowieka, kluczowe umiejętności umożliwiające reagowanie na naruszenia tych praw, a także postawy i wartości wzmacniające ich poszanowanie;
- mogą zaprezentować swoje opinie i zadawać pytania, co prowadzi do głębszego zrozumienia omawianych zagadnień;
- kontrolują własny proces uczenia się, wykonują ćwiczenia i biorą udział w aktywnościach, uwzględniając swoje zainteresowania, możliwości, obawy;
- mają przestrzeń do wyrażania swoich emocji i refleksji na temat własnej postawy.



© Valerie Miric

Maraton Pisania Listów w Czechach w 2023 r.

Przeczytaj o osobach, w imieniu których walczymy:

<https://maraton.amnesty.org/pl/>.

Skontaktuj się z nami:

[www.amnesty.org.pl](http://www.amnesty.org.pl).

Wyślij wyrazy poparcia na Twitterze do @AmnestyPL, używając hasztagu #W4R24.

Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej na temat metodologii aktywnego uczestnictwa, sięgnij do naszej publikacji *Poradnik facylitatorów i facylitatorek. Przewodnik aktywnego uczestnictwa w edukacji praw człowieka, którą znajdziesz tutaj.*

Amnesty International oferuje również bogaty wybór kursów edukacyjnych online na platformie Akademia Praw Człowieka Amnesty. Znajdziesz tam wysokiej jakości bezpłatne kursy e-learningowe, które umożliwiają samodzielną naukę za pomocą komputera bądź innego urządzenia mobilnego podłączonego do internetu. Zacznij swoją przygodę z Akademią Praw Człowieka Amnesty od kursu *Wprowadzenie do praw człowieka: wprowadzenie-do-praw-czlowieka*. <https://academy.amnesty.org/learn/course/internal/view/elearning/206/wprowadzenie-do-praw-czlowieka>.



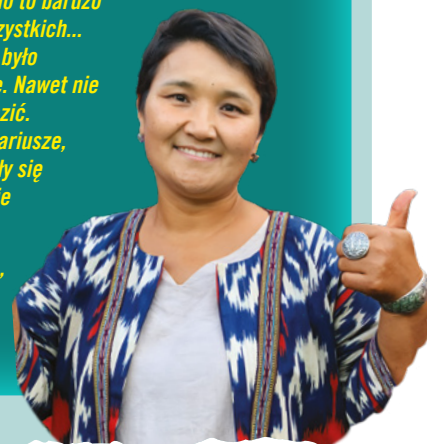
# TWOJE SŁOWA MAJĄ MOC

## OBROŃCZYNI PRAW CZŁOWIEKA UNIEWINNIONA

Rita Karasartova jest obrończynią praw człowieka i ekspertką w dziedzinie zarządzania obywatelskiego. Poświęciła ponad dekadę swojego życia na udzielanie nieodpłatnej pomocy prawnej niezależnych porad prawnych i pomaganie tym, których prawa zostały naruszone przez skorumpowany i niesprawiedliwy system prawny. Wraz z 26 innymi osobami Rita została aresztowana za wyrażenie sprzeciwu wobec nowej umowy granicznej, przekazującej Uzbekistanowi kontrolę nad kirgiskim zbiornikiem wody słodkiej. Czternastego czerwca 2024 roku Rita i co najmniej 21 innych oskarżonych zostali oczyszczeni z zarzutu próby „siłowego obalenia rządu”, za co groziła im kara do 15 lat pozbawienia wolności.

„Chciałabym wyrazić moją ogromną, ogromną wdzięczność... Wasze działania w odpowiednim czasie – podpisy pod petycjami i ogromna liczba listów, które trafiły do sądu, do prokuratury – to wszystko miało bardzo dużą moc. W rzeczywistości było to bardzo wzmacniające dla nas wszystkich... Oczywiście uniewinnienie było całkowicie nieoczekiwane. Nawet nie wiem, jak to sobie wyobrazić. Rozważaliśmy różne scenariusze, różne możliwości pojawiały się w naszych głowach, ale nie sądziliśmy, że wszyscy zostaniemy uniewinnieni! Dziękuję Wam wszystkim”

Rita Karasartova  
z Kirgistanu.



© Zbiory prywatne

„Czuję ogromną ulgę i dziękuję za niesamowitą kampanię Maratonu Pisania Listów. Jestem dozgonnie wdzięczna. To tak, jakby ogromny ciężar został zdjęty z moich barków. Czytając wszystkie listy i kartki, poczułam się kochana i doceniona”

Cecillia Chimbiri z Zimbabwe.



## DZIAŁACZKI OPOZYCJI UWOLNIONE

Działaczki opozycji Cecillia Chimbiri, Joanah Mamombe i Netsai Marova zostały uprowadzone, były torturowane i uwięzione po udziale w proteście w Zimbabwe. Oskarżono je o „rozpowszechnianie fałszywych informacji” i „utrudnianie działania wymiaru sprawiedliwości”. Netsai uciekła wtedy z Zimbabwe. Po zakończeniu Maratonu Pisania Listów w 2022 r. Cecillia i Joanah zostały uniewinnione przez Sąd Najwyższy.



© Amnesty International Togo



Osoby wspierające Amnesty w Holandii (dalej po lewej) i Togo (po lewej) podczas Maratonu Pisania Listów w 2023 r.



# O PRAWACH CZŁOWIEKA

Prawa człowieka są podstawowymi swobodami i gwarancjami przysługującymi każdemu z nas. Bazują na godności, równości oraz wzajemnym szacunku, niezależnie od wieku ludzi, ich narodowości, płci, pochodzenia, wyznawanej religii czy światopoglądu. Zgodnie z nimi masz prawo być traktowany... traktowana sprawiedliwie, tak samo jak wszyscy inni, oraz swobodnie decydować o własnym życiu. Prawa człowieka są uniwersalne (przysługują nam wszystkim, każdemu człowiekowi na świecie), niezbywalne (nie mogą zostać nam odebrane), a także niepodzielne i współzależne (wszystkie są ze sobą powiązane i każde ma równe znaczenie).

Od czasu dramatu II wojny światowej międzynarodowe instrumenty praw człowieka, począwszy od Powszechnej deklaracji praw człowieka, stanowią solidną podstawę dla krajowych, regionalnych i międzynarodowych regulacji prawnych, których celem jest poprawa jakości życia ludzi na całym świecie. Zobowiązują one poszczególne państwa i ich przedstawicieli do respektowania, ochrony i realizacji praw człowieka w ramach własnych granic oraz poza nimi. Prawa człowieka nie są luksusem, na który można sobie pozwolić tylko wtedy, gdy umożliwiają to okoliczności.



Maraton Pisania Listów w Beninie w 2023 r.



## POWSZECHNA DEKLARACJA PRAW CZŁOWIEKA

Powszechna deklaracja praw człowieka została przyjęta przez nowo utworzoną Organizację Narodów Zjednoczonych tuż po II wojnie światowej w 1948 roku. Stała się podstawą, na której zbudowano międzynarodowy system ochrony praw człowieka. Państwa świata zgodziły się przestrzegać ogólnych zasad zapisanych w jej 30 artykułach.

Powszechna deklaracja praw człowieka jest, jak sama nazwa wskazuje, deklaracją – wyrazem intencji wszystkich rządów świata w kwestii przestrzegania pewnych standardów dotyczących traktowania ludzi. Prawa człowieka stały się częścią prawa międzynarodowego – od czasu przyjęcia Deklaracji powstało wiele bazujących na niej praw i umów międzynarodowych. To na ich podstawie Amnesty International wzywa rządy do zaprzestania naruszeń, których skutki odczuwają bohaterowie i bohaterki Maratonu Pisania Listów.



# POWSZECHNA DEKLARACJA PRAW CZŁOWIEKA



## PRAWA I SWOBODY OBYWATELSKIE

– prawo do życia, wolności od tortur i niewolnictwa, wolności od dyskryminacji

- Artykuł 1** Wolność i równość w godności i prawach  
**Artykuł 2** Niedyskryminacja  
**Artykuł 3** Prawo do życia, wolności i bezpieczeństwa osobistego  
**Artykuł 4** Zakaz niewolnictwa  
**Artykuł 5** Zakaz tortur



## PRAWA ZWIĄZANE Z WYMIAREM SPRAWIEDLIWOŚCI

– domniemanie niewinności, prawo do sprawiedliwego procesu, zakaz arbitralnego pozbawiania wolności

- Artykuł 6** Ochrona prawna  
**Artykuł 7** Równość wobec prawa  
**Artykuł 8** Prawo do odwołania się do sądu, gdy doszło do naruszenia naszych praw  
**Artykuł 9** Zakaz arbitralnego pozbawiania wolności (zatrzymanie, aresztowanie, uwięzienie) i wygnania z kraju  
**Artykuł 10** Prawo do sprawiedliwego procesu  
**Artykuł 11** Domniemanie niewinności  
**Artykuł 14** Prawo do azylu (udania się do innego kraju i ubiegania się tam o ochronę)



## PRAWA SPOŁECZNE

– prawo do edukacji, do założenia i posiadania rodziny, do odpoczynku i opieki zdrowotnej

- Artykuł 12** Prawo do prywatności, prawo do życia domowego i rodzinnego  
**Artykuł 13** Prawo do swobodnego wyboru miejsca zamieszkania i swobodnego przemieszczania się wewnątrz granic państwowych  
**Artykuł 16** Prawo do zawarcia małżeństwa i założenia rodziny  
**Artykuł 24** Prawo do odpoczynku i czasu wolnego  
**Artykuł 26** Prawo do edukacji, w tym do bezpłatnej nauki na poziomie podstawowym



## PRAWA EKONOMICZNE

– prawo do posiadania własności, do pracy, emerytury i do standardu życia adekwatnego do zdrowia i samopoczucia

- Artykuł 15** Prawo do obywatelstwa  
**Artykuł 17** Prawo do posiadania własności  
**Artykuł 22** Prawo do opieki społecznej  
**Artykuł 23** Prawo do pracy za uczciwe wynagrodzenie i zrzeszania się w związkach zawodowych  
**Artykuł 25** Prawo do standardu życia adekwatnego do stanu zdrowia i samopoczucia



## PRAWA POLITYCZNE

– prawo do udziału w zarządzaniu krajem, prawo do głosowania, wolność pokojowych zgromadzeń, wolność wypowiedzi, wolność przekonań oraz wolność sumienia i religii

- Artykuł 18** Wolność myśli, sumienia i wyznania  
**Artykuł 19** Wolność wypowiedzi i prawo do rozpowszechniania informacji  
**Artykuł 20** Prawo zrzeszania się w stowarzyszeniach i gromadzenia się w sposób pokojowy  
**Artykuł 21** Prawo do udziału w zarządzaniu krajem



## PRAWA KULTURALNE I SOLIDARNOŚCIOWE

– prawo do udziału w życiu kulturalnym społeczności

- Artykuł 27** Prawo do udziału w życiu kulturalnym społeczności  
**Artykuł 28** Prawo do międzynarodowego ładu i porządku, w którym niniejsze prawa mogą być w pełni realizowane  
**Artykuł 29** Odpowiedzialność za respektowanie praw innych osób  
**Artykuł 30** Nieodbieranie żadnego z tych praw!

## AKTYWNOŚĆ

## PRAWA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

## KLUCZOWE POJĘCIA:

- prawa osób z niepełnosprawnościami;
- dyskryminacja;
- pokojowy protest;
- prawo do wolności wypowiedzi i pokojowych zgromadzeń.

## INFORMACJE O WARSZTACIE:

Uczestnicy\_uczestniczki warsztatu dowiedzą się o wyzwaniach stojących przed osobami z niepełnosprawnościami, znaczeniu przestrzegania ich praw osobom z niepełnosprawnościami i aktywizmie poprzez historię Kijunga Seoka Parka. Podczas zajęć zostaną także omówione nadużycia policji wobec osób pokojowo demonstrujących, dzięki czemu uczestnicy\_uczestniczki pojmą, w jaki sposób stosowanie przez policję nadmiernej siły narusza prawa osób aktywistycznych i utrudnia osiągnięcie celów przez organizacje działające na rzecz sprawiedliwości społecznej; uczestnicy i uczestniczki zostaną zachęceni do refleksji nad tymi kwestiami.

## CZAS:

**60 minut.** Możesz potrzebować dodatkowego czasu na sekcję *Podjęmij działanie*.

## WIEK: 14+

## PLANOWANE REZULTATY

Dzięki udziałowi w warsztacie osoby uczestniczące:

- **poznają** prawa osób z niepełnosprawnościami i ich znaczenie;
- **zidentyfikują** różne formy dyskryminacji i naruszeń praw człowieka, z jakimi spotykają się osoby z niepełnosprawnościami;
- **rozpoznają** wpływ represji policyjnych na pokojowe protesty;
- **dowiedzą się** o Maratonie Pisania Listów;
- **napiszą** listy z wyrazami wsparcia i w obronie Kijunga Seoka Parka.

## MATERIAŁY:

- **Konwencja o prawach osób niepełnosprawnością** (strona X);
- **historia Kijunga Seoka Parka** (strona 11);
- duże arkusze papieru i markery;
- papier, długopisy i koperty (jeśli wysyłacie listy);
- opcjonalnie: szablony listów ze strony <https://maraton.amnesty.org.pl/>;
- opcjonalnie: film opowiadający historię Kijunga Seoka Parka (dostępny na profilu organizatora\_organizatorki).

## PRZYGOTOWANIE:

- Wydrukuj materiały dla każdej osoby lub grupy uczestniczącej w warsztacie.
- Przeczytaj podstawowe informacje na stronie 10. i historię Kijunga Seoka Parka na stronie 11.

## WIĘCEJ INFORMACJI:

- Dowiedz się, dlaczego prawo do protestu jest chronione prawami człowieka, jakie zagrożenia dla wolności zgromadzeń występują na świecie i jak ty możesz bronić swojego prawa do protestu. Sprawdź nasz kurs online Prawo do protestu. Link - <https://academy.amnesty.org/learn/course/external/view/elearning/226/Prawodoprotestu>
- 20-minutowy kurs na temat Maratonu Pisania Listów: <https://academy.amnesty.org/learn/course/external/view/elearning/330/maraton-pisania-listow-jak-zrobic-to-lepiej>;
- zajrzyj do Strefy Protestu Amnesty International <https://www.amnesty.org.pl/strefa-protestu/>.

## ŚRODKI OSTROŻNOŚCI:

Ten warsztat dotyczy delikatnych tematów związanych z dyskryminacją, nadużyciami policji oraz wykluczeniem i marginalizacją osób z niepełnosprawnościami. Istnieje wiele form niepełnosprawności, które mogą być widoczne lub niewidoczne. Dyskusja może wywołać silne reakcje emocjonalne u osób uczestniczących, które doświadczają omawianych problemów. Osoba prowadząca ćwiczenie powinna zapewnić uczestnikom\_uczestniczkom bezpieczną przestrzeń do wyrażania uczuć i zaoferować im wsparcie w razie potrzeby.

Karty bohaterów\_bohatek Maratonu Pisania Listów zawierają treści, które mogą wywoływać trudne emocje. Dostosuj treści do grupy wiekowej, która będzie uczestniczyć w zajęciach. Upewnij się również, że przygotowane materiały są zrozumiałe i uczestnicy\_uczestniczki mają wszystkie informacje potrzebne do zaangażowania się w działanie. Pamiętaj o tym, że wybór, w sprawie których bohaterów\_bohatek osoby uczestniczące będą pisać, należy do nich!

## 1. PRAWA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI (10 MINUT)



Rozpocznij od krótkiej dyskusji na temat praw osób z niepełnosprawnościami i tego, dlaczego są one ważne. Zadaj następujące pytania, aby zaangażować osoby uczestniczące w warsztacie:

- **Co wiecie o wyzwaniach stojących przed osobami z niepełnosprawnościami?**
- **Czy uważacie, że osoby z niepełnosprawnościami mogą korzystać ze swoich praw człowieka w takim samym stopniu jak inne osoby?**
- **Co z ich prawem dostępu do transportu publicznego czy budynków takich jak szkoły i przestrzeni publicznej?**

Poproś osoby uczestniczące, aby pomyślały o swoim zwykłym dniu. Potem poproś je, aby zapisały, co normalnie robiłyby dzisiaj. Następnie zachęć wszystkich, aby wyobrazili sobie, że mają jakąś formę niepełnosprawności (należy pamiętać, że niektóre osoby mogą już mieć niepełnosprawność, która może być niewidoczna). Jakie wyzwania napotkają podczas wykonywania codziennych czynności? Poproś, by uczestnicy\_uczestniczki dobrali się w pary i wymienili refleksje, a następnie podzielili się nimi z resztą grupy.

Wymień na forum różne wyzwania, które zostały wspomniane. Zapisz je na tablicy lub flipcharcie. Możesz wykorzystać je później w części trzeciej warsztatu.



Poproś o podniesienie ręki osoby, które słyszały o Konwencji Narodów Zjednoczonych o prawach osób niepełnosprawnościami (CRPD). Wyjaśnij, że jest to jeden z międzynarodowych traktatów dotyczących praw człowieka, który ma na celu ochronę praw i godności osób z niepełnosprawnościami. Rozdaj materiał dotyczący konwencji ze strony 9.

## 2. HISTORIA KJUNGA SEOKA PARKA



Rozdaj materiały z historią Kjunga Seoka Parka (strona 11). Przeczytajcie razem jego historię, wychytując kluczowe punkty dotyczące jego życia, wypadku i podjęcia aktywizmu. Przedyskutujcie następujące kwestie:

- Co zmotywowało Kjunga Seoka do zostania aktywistą?
- W jaki sposób doszło do jego dyskryminacji?
- Jak władze zareagowały na protesty Kjunga Seoka i innych osób aktywistycznych?
- Co uważacie za imponujące w działaniach Kjunga Seoka?

Wyjaśnij, że Amnesty International dokumentuje i zgłasza nadużycia policji wobec osób pokojowo demonstrujących w wielu krajach na całym świecie. Zapytaj grupę:

- W jaki sposób represje policyjne wobec pokojowych protestów osób aktywistycznych wpływają na ruch na rzecz praw osób z niepełnosprawnościami?

Uzyskaj odpowiedzi od kilku osób i przedyskutuj je w odniesieniu do historii Kjunga Seoka. Zachęć uczestników\_uczestniczki do zastanowienia się nad następującymi kwestiami:

- wpływ nadużyć policji na życie osób aktywistycznych;
- w jaki sposób takie nadużycia mogą zniechęcić inne osoby do przyłączania się do protestów lub wspierania ich aktywizmu oraz w jaki sposób publiczna krytyka nadużyć policji może skłonić rządy do poszanowania praw człowieka.

## 3. JAK WYGLĄDA INTEGRACJA OSÓB Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI W NASZEJ SPOŁECZNOŚCI?



Podziel osoby uczestniczące na małe grupy i zapewnij każdej z nich duże arkusze papieru i flamastry. Poproś grupy, aby skupiły się na konkretnym obszarze życia publicznego w swojej społeczności, takim jak szkoła, praca, niezależne życie lub transport publiczny. Każda grupa powinna zastanowić się, jak wygląda społeczeństwo włączające i co jest potrzebne, aby dać osobom z niepełnosprawnościami pełną możliwość korzystania z tych obszarów.

Poproś osoby uczestniczące, aby wymieniły, co byłoby potrzebne w społeczeństwie włączającym. Można przedstawić swoje pomysły w formie ilustracji lub w innym kreatywnym formacie. Możesz odnieść się do niektórych wyzwań zidentyfikowanych w kroku pierwszym. Więcej informacji, które uczestnicy mogą wykorzystać w tym ćwiczeniu, znajdziesz w ulotce CRPD na stronie 9.

Pozwól każdej grupie zaprezentować pomysły; poproś o wyjaśnienie, w jaki sposób odpowiadają one na potrzeby osób z niepełnosprawnościami i jak mają się przyczynić do przestrzegania ich praw.

## 4. PODEJMIJ DZIAŁANIE



Opowiedz grupie o Maratonie Pisania Listów. Wyjaśnij, że Amnesty International zachęca ludzi do walki o sprawiedliwość dla Kjunga Seoka Parka. Możesz podać przykłady z zeszłorocznych edycji Maratonu (strona 3), które pokazują, jak skuteczne może być pisanie listów i podejmowanie innych działań w obronie osób, których prawa zostały złamane. Możecie również obejrzeć film o Maratonie Pisania Listów na stronie <https://www.youtube.com/watch?v=1ZVoU4fMxuw>.

Jeśli uczestnicy\_uczestniczki nie mają wystarczająco dużo czasu na podjęcie działania w wyznaczonym czasie, zachęć ich do kontynuowania pracy później lub podzielenia się zadaniami w grupach. Zachęć ich do kreatywności.

Pokaż osobom uczestniczącym wideo opowiadające o Kjungu Seoku Parku, które znajdziesz na profilu organizatora\_organizatorki.

## NAPISZ LIST

Zachęć osoby uczestniczące do napisania listów do burmistrza Seulu (wykorzystajcie informacje kontaktowe po prawej stronie).

- Napisz burmistrzowi coś o sobie, aby list miał charakter osobisty.
- Napisz mu, co cię zszokowało w historii Kjunga Seoka Parka.
- Napisz mu, dlaczego uważasz, że ważne jest, aby rządy szanowały wolność organizowania pokojowych zgromadzeń i go przestrzegały.
- Załącz od burmistrza, aby: **zapewnić seulczykom wolność organizowania pokojowych zgromadzeń, zaprzestał bezprawnego stosowania siły wobec Kjunga Seoka Parka i osób aktywistycznych działających w SDN, wycofał wszystkie pozwy sądowe przeciwko nim i zakończył kampanię oszczerstw w mediach**, tak aby osoby aktywistyczne mogły kontynuować kampanię na rzecz świata, w którym osoby z niepełnosprawnościami mogą w pełni uczestniczyć we wszystkich sferach życia.

Mayor of Seoul  
6F, Seoul Metropolitan Government  
110 Sejong-daero, Jung-gu  
Seoul 04524, Republic of Korea

Zwrot grzecznościowy: Szanowny Panie  
Burmistrzu (jeśli piszesz list po angielsku:  
Dear Mr Mayor)

E-mail: [seoulcity@seoul.go.kr](mailto:seoulcity@seoul.go.kr)  
Facebook: [www.facebook.com/seoul.kr](https://www.facebook.com/seoul.kr)  
X: @seoulmania  
Instagram: @seoul\_official  
Hashtagi: #RidingSeoulMetroWithPark,  
#LeaveNoOneBehind, #W4R24

Za pośrednictwem:  
J.E. Ambassador Hoonmin Lim  
Ambasada Republiki Korei Południowej  
ul. Szwoleżerów 6, 00-464 Warszawa

## OKAŻ SOLIDARNOŚĆ

Pokaż Kjungowi Seokowi Parkowi, że wspierasz jego działania aktywistyczne. Napisz lub narysuj wiadomość pełną siły i nadziei, aby pokazać Kjungowi Seokowi i osobom aktywistycznym z SDN, że są doceniani i szanowani.

Następnie wyślij wiadomość na adres podany po prawej stronie.

Kyung Seok Park  
c/o Solidarity Against Disability Discrimination  
5F, 25, Dongsung-gil  
Jongno-gu  
Seoul 03086  
Republic of Korea

Instagram: @SPDN420  
X: @SPDN0420S  
Hashtagi: #RidingSeoulMetroWithPark,  
#LeaveNoOneBehind, #W4R24  
#ProtectTheProtest



Kyung Seok Park.





## MATERIAŁ DODATKOWY

# KONWENCJA ONZ O PRAWACH OSÓB NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

Konwencja Narodów Zjednoczonych o prawach osób niepełnosprawnościami (CRPD), przyjęta w 2006 roku, jest przełomowym traktatem międzynarodowym. Jej celem jest promowanie praw osób z niepełnosprawnościami, ich ochrona oraz zapewnienie wszystkim osobom z niepełnosprawnościami możliwości pełnego korzystania z praw człowieka na równych zasadach z innymi osobami. Konwencja ta zmieniła sposób, w jaki ludzie postrzegają i wspierają prawa osób z niepełnosprawnościami poprzez przejście od nastawienia polegającego na udzielaniu pomocy do podejścia bazującego na prawach człowieka i godności.

CRPD gwarantuje osobom z niepełnosprawnościami ważne prawa, należą do nich:

- **Dostępność:** Umożliwienie niezależności w życiu i pełnego uczestnictwa we wszystkich jego aspektach poprzez zapewnienie dostępności przestrzeni publicznej, transportu, informacji i komunikacji.
- **Niedyskryminacja:** Zapewnienie równego traktowania na mocy prawa, bez dyskryminacji ze względu na niepełnosprawność, oraz zapewnienie racjonalnych usprawnień. Obejmuje to między innymi prawo do zdrowia, edukacji, pracy, życia, wolności wypowiedzi, małżeństwa, życia rodzinnego i decydowania o posiadaniu dzieci.
- **Niezależne funkcjonowanie oraz pełna integracja ze społeczeństwem i uczestnictwo w jego życiu:** Wspieranie prawa do niezależnego życia i pełnego uczestniczenia we wszystkich jego sferach.
- **Mobilność osobista:** Zapewnienie osobom z niepełnosprawnościami możliwości poruszania się w sposób jak najbardziej niezależny. Obejmuje to przystępny cenowo transport w wybrany sposób i w dogodnym czasie dla osób z niepełnosprawnościami.
- **Edukacja:** Zapewnienie dostępu do włączającej, wysokiej jakości i bezpłatnej edukacji podstawowej i średniej na równych zasadach z innymi osobami w społecznościach, w których żyją osoby z niepełnosprawnościami.
- **Zdrowie:** Zapewnienie takiego samego zakresu, standardu oraz takiej samej jakości opieki zdrowotnej, do jakiej ma dostęp reszta społeczności, a ponadto specjalistycznych usług potrzebnych ze względu na niepełnosprawność.
- **Zatrudnienie:** Promowanie prawa do pracy na równych zasadach z innymi.
- **Uczestnictwo w życiu politycznym i publicznym:** Zapewnienie możliwości uczestnictwa w sprawach politycznych i publicznych, w tym poprzez tworzenie i przystępowanie do organizacji pozarządowych.
- **Uczestnictwo w życiu kulturalnym:** Umożliwienie osobom z niepełnosprawnościami obcowania z kulturą w przystępny sposób. Obejmuje to dostęp do teatrów, muzeów, kin, bibliotek oraz turystyki.
- **Wolność od wyzysku, przemocy i nadużyć:** Ochrona przed wszelkimi formami wykorzystywania, przemocy i nadużyć. Obejmuje to przepisy i politykę umożliwiające władzom identyfikację, badanie i ściganie wymienionych zjawisk.

*Kjung Seok Park otoczony przez policję i pracowników metra w Seulu podczas protestu. Dołącza do niego kongresmenka Hye-Yeong Jang, okazując swoje poparcie dla protestu.*





## INFORMACJE OGÓLNE

# DYSKRYMINACJA ZE WZGLĘDU NA NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ

Aż jedna na 10 osób na całym świecie ma jakąś formę niepełnosprawności. Dyskryminacja ze względu na niepełnosprawność jest powszechnym zjawiskiem, które pozbawia jednostki ich praw człowieka.

Osoby z niepełnosprawnościami często napotykają bariery w edukacji, zatrudnieniu i opiece zdrowotnej, a także podlegają stygmatyzacji społecznej i wykluczeniu z życia społecznego. W wielu społeczeństwach osoby z niepełnosprawnościami są odrzucane i spotykają się z litością lub strachem. Ta forma dyskryminacji utrzuca nierówności i wzmacnia stereotypy, przez co ogranicza możliwości i uczestnictwo osób z niepełnosprawnościami w życiu społecznym.

Zapewnienie odpowiednich udogodnień, promowanie polityki integracyjnej i podnoszenie świadomości to podstawowe kroki w walce z tą niesprawiedliwością.

## PRAWO DO PROTESTU

Pokojowe protesty to dynamiczny i publiczny sposób korzystania z praw człowieka. W całej swojej historii protesty umożliwiały jednostkom i grupom wyrażanie sprzeciwu, opinii i pomysłów, ujawnianie niesprawiedliwości i nadużyć oraz pociąganie rządzących do odpowiedzialności.

Kiedy ludzie angażują się w protesty, indywidualnie lub zbiorowo, korzystają ze swoich praw, do których należą prawo do wolności wypowiedzi i organizowania pokojowych zgromadzeń. Bez możliwości swobodnego wyrażania opinii zgromadzenia publiczne są po prostu masowymi spędami ludzi bez przesłania. A bez sposobności swobodnego gromadzenia się opinie poszczególnych osób mogą nie mieć wystarczającej siły przebicia, aby ich przesłanie zostało właściwie usłyszane.

Aby umożliwić ludziom pokojowe protesty, konieczne jest przestrzeganie innych praw człowieka, w tym na przykład prawa do życia, prywatności, wolności zrzeszania się, wolności od tortur i innego złego traktowania lub karania oraz wolności od arbitralnego aresztowania i zatrzymania.

## KIEDY RZĄDY ROZPRAWIAJĄ SIĘ Z PROTESTAMI

Zamiast zajmować się pilnymi problemami i promować dialog w celu znalezienia rozwiązań dla niesprawiedliwości, nadużyć i dyskryminacji rządy często reagują na protesty poprzez piętnowanie osób protestujących i rozprawianie się z pokojowymi demonstracjami. Rządy często nakładają ograniczenia na protesty ze względu na bezpieczeństwo narodowe lub porządek publiczny. Poszanowanie praw człowieka jest jednak częścią bezpieczeństwa narodowego i porządku publicznego, a prawo do protestu jest chronione na mocy międzynarodowego systemu ochrony praw człowieka.

Istnieją dalsze bariery dla protestów: osoby, które borykają się z nierównością i dyskryminacją – czy to ze względu na rasę, płeć, orientację seksualną, tożsamość płciową, religię, wiek, niepełnosprawność, zawód, czy też status społeczny, ekonomiczny, migracyjny lub inny – są bardziej narażone na ograniczenia i represje oraz mają mniejszą możliwość uczestniczenia w protestach. Jednak wiele postępów w zakresie praw człowieka na całym świecie zawdzięczamy właśnie odwadze tych osób, które odważyły się walczyć o bardziej włączające i równe społeczeństwo, pomimo ryzyka i wyzwań, przed którymi stanęły. Dlatego ważne jest, aby każda osoba mogła protestować bezpiecznie i bez dyskryminacji.



# HISTORIA KJUNGA SEOKA PARKA

Zanim Kjong Seok Park doznał paraplegii (paraliżu dolnej części ciała) po wypadku lotniarskim w sierpniu 1983 roku, nigdy nie myślał o życiu osób z niepełnosprawnościami. Miał 22 lata i zajmował się studiami, grał na gitarze i miał przyjaciół. Kiedy Kjong Seok rozpoczął życie z niepełnosprawnością, szybko odkrył, jak trudne, a nawet niebezpieczne jest dla niego funkcjonowanie w Korei Południowej. Wtedy włączył się w aktywizm.

Jako członek ruchu na rzecz praw osób z niepełnosprawnościami – Solidarni Przeciw Dyskryminacji ze względu na Niepełnosprawności (SDN) – Kjong Seok koncentruje się na transporcie publicznym. Bez wyeliminowania przeszkód i barier w dostępie do transportu publicznego osoby z niepełnosprawnościami są pozbawione możliwości pełnego uczestnictwa we wszystkich aspektach życia, w tym dojeżdżania do pracy lub szkoły i niezależnego funkcjonowania. Wiele osób poruszających się na wózkach w Seulu zginęło lub zostało rannych w wyniku korzystania z niebezpiecznych wind dla osób z niepełnosprawnościami na stacjach kolejowych i metra.

Domagając się zwiększenia budżetu publicznego na inicjatywy, które ułatwią życie osobom z niepełnosprawnościami, w 2021 roku Kjong Seok wraz z aktywistami i aktywistkami SDN rozpoczęli pokojowe protesty, podczas których wiele osób poruszających się na wózkach jednocześnie wsiadało i wysiadało z pociągów metra w godzinach szczytu. Władze w Seulu zareagowały na ich działania negatywnie, w tym przemocą. Protesty zostały stłumione, a aktywiści i aktywistki zostali siłą wywleczeni ze stacji przez policję. Politycy prowadzili przeciwko nim oszczercze kampanie. Przedstawiali działaczy i działaczki z niepełnosprawnościami jako uciążliwych dla społeczeństwa. Rząd metropolitalny Seulu złożył wiele pozwów przeciwko aktywistom i aktywistkom SDN, domagając się wysokiej rekompensaty za szkody spowodowane „utrudnianiem ruchu i zakłócaniem działania metra”. W ten sposób władze próbowały stłumić ich aktywizm.

Kyung Seok został prawie uduszony przez policję i pracowników seulskiego metra podczas pokojowego protestu. Dostał także wiele pozwów sądowych z powodu swojej działalności. Mimo to nadal walczy. „Nie będziemy dłużej czekać. Pragniemy świata, w którym nikt nie jest pozostawiony samemu sobie” – deklaruje Kjong.



© Amnesty International (Photo: Yoon Ra)



© SADD

U góry: Kjong Seok Park.

U dołu: Osoby aktywistyczne z organizacji Solidarni Przeciw Dyskryminacji ze względu na Niepełnosprawności (SDN) blokują autobus w kwietniu 2021 roku w Dodam-dong w mieście Sejong w Korei Południowej.

# O AMNESTY INTERNATIONAL

Amnesty International jest globalnym ruchem zrzeszającym ponad 10 milionów ludzi, którzy niesprawiedliwość na świecie traktują osobiście. Działamy na rzecz świata, w którym wszyscy mogliby swobodnie korzystać ze swoich przyrodzonych praw. Prowadzimy niezależne śledztwa i ujawniamy przypadki nadużyć, niezależnie od tego, gdzie i kiedy do nich dochodzi. Wywieramy nacisk na władze oraz na inne grupy mające wpływ (na przykład korporacje), pilnując dotrzymywania składanych przez nie obietnic oraz respektowania prawa międzynarodowego.

Poprzez ukazywanie poruszających historii ludzi, w imieniu których działamy, inspirujemy miliony osób na całym świecie do pracy na rzecz zmiany, a także do obrony narażających się aktywistów i aktywistek. Zachęcamy ludzi, by domagali się swoich praw, edukując w zakresie praw człowieka i prowadząc szkolenia na ich temat. Chronimy ludzi i wspieramy ich – walczymy o zniesienie kary śmierci, propagujemy prawa reprodukcyjne i seksualne, przeciwdziałamy dyskryminacji, bronimy praw uchodźców i uchodźczyń oraz migrantów i migrantek. Pomagamy doprowadzać sprawców tortur przed oblicze sprawiedliwości i zmieniać opresyjne prawa, a przede wszystkim uwalniać ludzi więzionych za wygłaszanie własnych opinii. Jesteśmy głosem osób uciskanych i pozbawianych swobód oraz godności. Dajemy głos tym, których nie słychać.

© Amnesty International 2024

O ile nie zaznaczono inaczej, treść niniejszego dokumentu jest udostępniana na licencji Creative Commons (Uznanie autorstwa, Użycie niekomercyjne, Bez utworów zależnych, Międzynarodowe 4.0), <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode>. Więcej informacji dotyczących zezwoleń można znaleźć na naszej stronie internetowej: [www.amnesty.org](http://www.amnesty.org).

Tam, gdzie materiał jest przypisany do właściciela praw autorskich innego niż Amnesty International, materiał ten nie podlega licencji Creative Commons.

Po raz pierwszy opublikowany w 2024 r. przez Amnesty International Ltd. Peter Benenson House, 1 Easton Street, Londyn WC1X 0DW, Wielka Brytania

Stowarzyszenie  
AMNESTY INTERNATIONAL

[www.amnesty.org.pl](http://www.amnesty.org.pl)  
Sapieżyńska 10a, 00-215 Warszawa  
e: [amnesty@amnesty.org.pl](mailto:amnesty@amnesty.org.pl)  
t: 22 827 60 00

Wrzesień 2024 r.  
Indeks: POL 32/8286/2024  
Zdjęcie na okładce:  
© Zbiory prywatne

**MARATON  
PISANIA  
LISTÓW**

AMNESTY  
INTERNATIONAL

