23/1-/2026

Webinar εκπρόσωποι από Ίδρυμα Χρίστου Στέλιου Ιωάννου

Καλημέρα σας, με λένε **Στέλλα Τσαμπρή** και είμαι στο Ίδρυμα Χρίστου Στέλιου Ιωάννου, δουλεύω στο Ζαχαροπλαστείο.

Σήμερα θέλω να σας μιλήσω για το δικαίωμά μας να καταλαβαίνουμε.

Κάθε μέρα ακούμε πολλά πράγματα στην τηλεόραση στις ειδήσεις, στο ίντερνετ αλλά είναι πολύ δύσκολα για να τα καταλάβουμε.

Πρέπει να ρωτούμε κάποιον να μας τα εξηγήσει.

Μπορεί να βαρεθούμε γιατί δεν καταλαβαίνουμε.

Μπορεί να είναι δύσκολο να το πιστέψετε αλλά θέλουμε να ξέρουμε τι γίνεται.

Δεν θέλουμε μόνο να ακούμε τι λένε οι άλλοι.

Θέλουμε να ξέρουμε ποια είναι τα δικαιώματά μας, να έχουμε τη δική μας άποψη και να τη λέμε.

Και όταν μιλά κάποιος σε μια συνάντηση ή στην τηλεόραση, είναι σημαντικό να μιλά με απλά λόγια για να μπορούμε να καταλάβουμε.

Μάθαμε ότι το Υπουργείο κάνει διάφορα πράγματα για τα άτομα με αναπηρία και έχουμε διάφορα δικαιώματα.

Πως θα τα καταλαβαίναμε όμως αν δεν ήταν γραμμένα απλά.

Όταν καταλαβαίνω κάτι, είμαι πιο σίγουρος για τον εαυτό μου, αισθάνομαι καλά.

Γι' αυτό θέλω να πω κάτι σε όλους που γράφετε ή μιλάτε στις ειδήσεις ή παίρνετε αποφάσεις

Να σκέφτεστε αν σας καταλαβαίνουν όλοι.

Να μας ρωτάτε αν τα καταλαβαίνουμε. Να ακούτε τη γνώμη μας .

Σας ευχαριστώ πολύ

Καλημέρα, είμαι η **Στυλιανή Παφίτη** και δουλεύω στην καφετέρια του Ιδρύματος

Σήμερα θέλω να σας μιλήσω για κάτι σημαντικό για εμένα.

Θέλω να σας μιλήσω για το Easy to Read.

Το Easy to Read σημαίνει να κάμουν τα κείμενα πιο αναλυτικά, να μην μιλούν περίπλοκα, να μην χρειάζεται να ρωτώ τους γονείς μου τι σημαίνουν οι λέξεις και κάποτε να νευριάζουν.

Είναι ένας τρόπος να γράφουμε με απλές λέξεις και μικρές προτάσεις, να χρησιμοποιούμε εικόνες, που μας βοηθούν να καταλαβαίνουμε καλύτερα και αυτό σημαντικό.

Θέλουμε να γνωρίζουμε τα δικαιώματα μας

Στην Κύπρο υπάρχει το Σχέδιο για την Αναπηρία που μιλά για το σχολείο την ανεξάρτητη διαβίωση την δουλειά, αλλά μπορεί να μην καταλαβαίνουμε τι λέει.

Γι' αυτό θέλω το Σχέδιο να είναι σε Easy to Read.

Μετά που το φτιάξαμε το καταλάβαμε όλοι καλύτερα.

Για εμένα, το Easy to Read δεν είναι μόνο να διαβάζω πιο εύκολα.

Μπορώ να καταλαβαίνω τις πληροφορίες, μπορώ να έχω τη δική μου άποψη.

Δεν θέλω να αποφασίζουν πάντα οι άλλοι για εμένα.

Τι ζητώ από την Πολιτεία;

Να μας ρωτούν αν καταλαβαίνουμε ένα κείμενο

Να ρωτούν τη γνώμη μας όταν το φτιάχνουν και να την ακούν.

Ευχαριστώ

Καλημέρα σε όλους

Με λένε **Παντελή Παντελή** και δουλεύω στον κήπο.

Σήμερα θέλω να σας μιλήσω για κάτι πολύ σημαντικό για μένα και άλλους συμμαθητές μου της ομάδας αυτοσυνηγορίας.

Συμμετείχα σε μια ομάδα που βοήθησε να γίνει το στρατηγικό σχέδιο για την αναπηρία πιο εύκολο για εμάς.

Αυτό λέγεται «easy to read». Δηλαδή κείμενο με απλά λόγια που το καταλαβαίνουν όλοι και εμείς με νοητική αναπηρία.

Πριν δουλέψουμε σε αυτό το θέμα, δεν ξέραμε πολλά πράγματα και τα κείμενα ήταν δύσκολα. Είχαν δύσκολες λέξεις. Είχαν μεγάλες προτάσεις, δεν είχαν εικόνες για να τα καταλαβαίνουμε καλύτερα.

Όταν διάβαζα τέτοια κείμενα, δυσκολευόμουνα, δεν τα καταλάβαινα, σταματούσα, ξανάρχιζα από την αρχή. Νόμιζα ότι εγώ δεν μπορώ να τα καταλάβω.

Αλλά δεν ήταν δικό μου το πρόβλημα. Ήταν το κείμενο που ήταν δύσκολο.

Όταν ήρθε ο κύριος Άγγελος και η κυρία Δανάη, διαβάζαμε το κείμενο κομμάτι κομμάτι.

Όταν βρίσκαμε μια δύσκολη λέξη, το λέγαμε και την εξηγούσαμε με πιο απλά λόγια. Βάζαμε και εικόνες που διαλέγαμε εμείς για να τις καταλαβαίνουμε.

Μερικές φορές χρειαζόταν πολύ ώρα για μια μόνο πρόταση. Αλλά στο τέλος, το κείμενο ήταν πιο καλό, το καταλαβαίναμε.

Αυτό για όλους ήταν πολύ σημαντικό. Δεν ακούγαμε μόνο και δεν μας ρωτούσαν μόνο να πούμε «ναι, μας αρέσει». Το φτιάχναμε εμείς.

Όταν ένα κείμενο είναι easy to read, μαθαίνουμε τι δικαιώματα έχουμε. Τι θα κάνει η πολιτεία για εμάς. Δεν είναι κάτι μυστικό. Είναι κάτι που μπορούμε να το διαβάσουμε και να το καταλάβουμε.

Όταν καταλαβαίνεις ένα κείμενο μόνος σου, νοιώθεις καλύτερα, νοιώθεις ότι ακόμα και με νοητική αναπηρία μπορείς καταλαβαίνεις. Δεν χρειάζεσαι πάντα κάποιον να σου εξηγά. Μπορείς να το διαβάσεις και να αποφασίσεις μόνος σου.

Όλοι έχουμε δικαίωμα να καταλαβαίνουμε.

Ευχαριστώ που μας δώσατε σημασία και μας ζητήσατε να δουλέψουμε μαζί. Αν το είχαμε κάνει από πιο μικροί τώρα θα μπορούσαμε να καταλαβαίνουμε καλύτερα. Και θέλουμε αυτό να το ξανακάνουμε και με άλλα κείμενα.

Σας ευχαριστώ πολύ που με ακούσατε.