

ΥΠΟΜΝΗΜΑ

Το Δικαίωμα των Ατόμων με Αναπηρία στην Πολιτιστική ζωή, τη Ψυχαγωγία, τις Δραστηριότητες Ελεύθερου Χρόνου και τον Αθλητισμό

Το Υπόμνημα και οι θέσεις που καταγράφονται προέκυψαν από τις συναντήσεις (ημερ. 10/10/2024 και 19/03/2025) της Επιτροπής Προστασίας Ατόμων με Νοητική Αναπηρία με τους Παρατηρητές/Εκπροσώπους των ακόλουθων ομάδων Αυτοσυνήγορας:

- **Ίδρυμα Χρίστου Στέλιου Ιωάννου - Λευκωσία**
- **Φιλανθρωπικό Ίδρυμα Τοξότης - Λευκωσία**
- **Β' Κέντρο Παρέμβασης Ενηλίκων Συνδ. για Άτομα με Αυτισμό Κύπρου – Λευκωσία**
- **Κέντρο Ημερήσιας Φροντίδας Ενηλίκων ΑμεΑ Συμπλέγματος Κοινοτήτων Διαμερίσματος Μόρφου - Λευκωσία**
- **Σπίτι του Μάριου – Λεμεσός**
- **Αικατερίνιο Πρότυπο Κέντρο Μέρας Ενηλίκων – Λεμεσός**
- **Πρότυπο Κέντρο Ημέρας Απόστολος Λουκάς– Λεμεσός**
- **Οργανισμός Άγιος Στέφανος – Λεμεσός**
- **Κέντρο Ημέρας «Πρόσβαση» - Λεμεσός**
- **Ίδρυμα Μαργαρίτα Λιασίδου – Πάφος**

Περιγραφή του δικαιώματος από τους Αυτοσυνήγορους

Οι Αυτοσυνήγοροι μίλησαν για τον ελεύθερο τους χρόνο.

Είπαν τί τους αρέσει να κάνουν στον ελεύθερο τους χρόνο.

Είπαν και ποιες υπηρεσίες χρειάζονται.

Στους Αυτοσυνήγορους αρέσει:

- Να ταξιδεύουν
- Να πηγαίνουν διακοπές
- Να πηγαίνουν σε βραδινές εξόδους

- Να πηγαίνουν για φαγητό,
καφέ ή ποτό με τους φίλους τους
- Να πηγαίνουν θέατρο, σινεμά, συναυλίες
- Να πηγαίνουν εξόδους με το Κέντρο Ημέρας
- Να πηγαίνουν στο εξωτερικό
με τους Ειδικούς Ολυμπιακούς Αγώνες
- Να κάνουν δραστηριότητες όπως
αγγειοπλαστική, ζωγραφική, χειροτεχνίες
- Να κάνουν δραστηριότητες όπως ring-pong,
γυμναστική, μπάσκετ, ποδόσφαιρο, χορό, κολύμπι
- Να παίζουν επιτραπέζια παιχνίδια (σκάκι, παζλ)
- Να κάνουν μαθήματα υπολογιστών,
αυτοάμυνας και ανεξάρτητης ζωής
- Να πηγαίνουν εκδρομές,
επισκέψεις σε μουσεία, πάρκα, ζωολογικούς κήπους,
σε φάρμες και να φροντίζουν αδέσποτα ζώα.

Εμπόδια

Τα άτομα συναντούν πολλά εμπόδια.

Δεν μπορούν να κάνουν όλα αυτά που τους αρέσει.

Δεν μπορούν να περνούν τον χρόνο τους όπως θέλουν.

Δεν μπορούν να κάνουν τις δικές τους επιλογές.

Κάποια εμπόδια είναι τα πιο κάτω:

Απουσία υπηρεσιών (προσωπικός βοηθός, κοινωνικός συνοδός)

- Τα άτομα χρειάζονται συνοδό
για να μπορούν να κάνουν εξόδους,
δεν θέλουν να εξαρτώνται
από τους γονείς τους ή από τα αδέλφια τους.

- Χρειάζονται συνοδό για να μπορούν να πηγαίνουν διακοπές μόνοι, χωρίς τους γονείς τους.
- Χρειάζονται κάποιο να τους συμβουλευτεί/βοηθά με την εμφάνισή τους για να επιλέγουν τα ρούχα τους και να νοιώθουν άνετα να βγουν έξω.
- Χρειάζονται επίσης κάποιον να τους βοηθά με τα χρήματα τους.
- Πολλές φορές τα άτομα αγχώνονται φοβούνται για καινούργια πράγματα, δεν έχουν εμπιστοσύνη στον εαυτό τους, φοβούνται μήπως τα παρενοχλήσουν άλλα άτομα.
- Δυσκολεύονται να μάθουν και να καταλάβουν που μπορούν να βρουν δραστηριότητες.
- Δυσκολεύονται να αποφασίσουν ποιες από αυτές θέλουν να κάνουν.
- Φοβούνται για την ασφάλεια τους στους δρόμους, φοβούνται να κυκλοφορούν μόνοι χρειάζονται συνοδεία από άλλα άτομα.

Απουσία μέσων μεταφοράς

- Τα ΑμεΝΑ χρειάζονται κάποιο άτομο να τους μεταφέρει.
- Μπορεί να είναι με λεωφορείο.
- Μπορεί να είναι κάποιος συνοδός.
- Δε θέλουν να στηρίζονται μόνο σε φίλους που οδηγούν.

- Δεν μπορούν να ζητούν πάντα από την οικογένεια για να τους μεταφέρει.
- Χρειάζονται κάποιον να τους μεταφέρει την ώρα που θα χρειαστεί.
- Είτε είναι για εργασία είτε για μια έξοδο/βόλτα.
- Τα άτομα που μένουν στην πόλη μπορούν να βγαίνουν πιο εύκολα.
Τα άτομα που μένουν σε χωριό είναι πιο δύσκολο να βγουν για βόλτα.
- Συνήθως τα Σαββατοκύριακα μένουν συνέχεια στο σπίτι.

Προσβασιμότητα

- Οι χώροι πολιτισμού πρέπει να είναι προσβάσιμοι.
- Στα θέατρα να υπάρχει χώρος για τα τροχοκαθίσματα για να μπορούν να παρακολουθούν μια παράσταση
- Τα άτομα σε τροχοκάθισμα να μπορούν να πηγαίνουν στα μουσεία.
- Οι εκκλησίες να είναι προσβάσιμες
- Να υπάρχουν πληροφορίες σε μορφή εύκολης ανάγνωσης.
- Να υπάρχουν πληροφορίες σε γραφή braille.
- Να υπάρχουν άτομα που γνωρίζουν τη νοηματική για να βοηθούν όταν χρειάζεται.
- Στην τηλεόραση να υπάρχουν προγράμματα σε πιο απλή γλώσσα.
- Τα μενού των εστιατορίων να είναι εύκολα στην ανάγνωση
- Στις διαβάσεις πεζών

να υπάρχει χρονόμετρο και ήχος
για τα άτομα με οπτική αναπηρία.
Κάποιοι χρειάζονται περισσότερο χρόνο
για να διασταυρώνουν με ασφάλεια.

Εισηγήσεις

Για το θέμα του ελεύθερου χρόνου οι εισηγήσεις των Αυτοσυνήγορων είναι οι πιο κάτω:

- Όλοι οι χώροι να είναι προσβάσιμοι.
- Να υπάρχει προσβάσιμο υλικό/πληροφορίες.
- Να μπορούν να έχουν τα άτομα συνοδό για τις ώρες που το χρειάζονται και για τα Σαββατοκυρίακα.
- Να υπάρχει μεταφορικό μέσο για να τους πηγαίνει όπου χρειάζεται την ώρα που θέλουν.
- Οι συγκοινωνίες να είναι πιο απλές, να γνωρίζουν τα άτομα τις ώρες, τους αριθμούς και τις στάσεις των λεωφορείων.
- Να λειτουργεί υπηρεσία που να μπορεί να τους παραλαμβάνει. Μπορεί να είναι λεωφορείο ή αυτοκίνητο. Να παίρνει τα άτομα από μια στάση κοντά στο σπίτι τους. Να τους μεταφέρει εκεί που θέλουν να πάνε.
- Να δίνουν προτεραιότητα στα άτομα με αναπηρία, όταν υπάρχει ουρά αναμονής.
- Να γίνουν συνεργασίες με άλλα σχολεία (κέντρα) για κοινές δραστηριότητες.
- Οι γονείς να εμπιστεύονται τα παιδιά τους

Οι γονείς να αφήνουν τα παιδιά να αποφασίζουν
Και να κάνουν δραστηριότητες
μόνοι ή με τους φίλους τους.

ΜΓ-ΜΠ/250613_Υπόμνημα_Ελεύθερος χρόνος