

Samodzielni niepełnosprawni

12

Siedem lekcji wideo o tym, jak na wózku pokonywać przeszkody w terenie!

Justyna Gach

Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka „Podaj Dalej”

Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ przygotowała video-treningi pokonywania barier dedykowane osobom niepełnosprawnym poruszającym się na wózkach. Od 24 stycznia, co tydzień, Fundacja publikuje kolejne lekcje, aby dotrzeć do jak najszerszej publiczności. Treningi można oglądać na [Facebook/FundacjaPodajDalej](#) oraz [YouTube/PodajDalejFundacja](#). Premiery w każdy wtorek o godz. 19:00.

Zajęcia przeprowadzono w Parku Samodzielności w Osadzie Janaszkowo. Umieszczono tu urządzenia i przeszkody, które imitują bariery architektoniczne napotymane w codziennym życiu. Są wysokie krawężniki, belki, podjazd i schody.

– *Treningi samodzielności w terenie mają na celu naukę lub udoskonalenie technik umożliwiających bezpieczne pokonywanie przeszkód.* – mówi Piotr Darnikowski trener niezależnego życia, zawodnik drużyny koszykówki na wózkach KSS Mustang i reprezentant Polski w tym sporcie.

Trenerzy niezależnego życia są najlepszymi nauczycielami. Sami poruszają się na wózkach i uczą innych niepełnosprawnych jak bezpiecznie pokonywać przeszkody architektoniczne. W treningach zawsze biorą też udział asystenci, którzy asekurują ćwiczących podczas wykonywania zadań.

W prezentowanych zajęciach wzięli udział uczestnicy kolonii „Mali Odkrywczy” oraz mieszkańcy mieszkań treningowych. Wysokie krawężniki, podjazd i belki pokonywali Gabrysia, Adrian, Kuba i Łukasz, a asystowali im Małgosia i Damian. Serdecznie zachęcamy do zapoznania się z treściami zawartymi w naszych filmach.



Więcej o Parku Samodzielności i Osadzie Janaszkowo na <https://osadajanaszkowo.pl/>



Fundacja im. Doktora Piotra Janaszka PODAJ DALEJ KRS 0000 197058

Adres: ul. Południowa 2A, 62-510 Konin

Telefon: 63 211 22 19 e-mail: kontakt@podajdalej.org.pl FB/FundacjaPodajDalej

Konto bankowe: ING 78 1050 1735 1000 0024 2547 0123 www.podajdalej.org.pl