



Für Menschen mit intellektueller Behinderung ist es manchmal schwierig, für sich selbst einzutreten.

Dafür gibt es viele Gründe.

Menschen mit intellektueller Behinderung dürfen viele Dinge nicht selbst tun.

Zum Beispiel, wählen und sich zur Wahl stellen, Verträge unterschreiben oder ihre eigenen Verbände gründen. Es ist gegen Ihre Rechte, wenn Sie diese Dinge nicht tun dürfen.



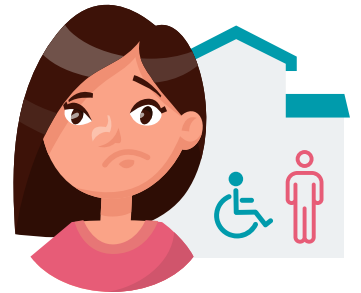
Viele Informationen über wichtige Dinge sind nicht einfach zu verstehen.

Zum Beispiel, Informationen über Krankheiten. Für Menschen mit intellektueller Behinderung macht es das schwierig, eigene Entscheidungen zu treffen. Zum Beispiel über ihre Gesundheit.



Menschen mit intellektueller Behinderung wohnen oft in Institutionen.

Dann wohnen sie getrennt von anderen Menschen. Sie müssen den Regeln der Institution folgen und können nicht für sich selbst entscheiden.



Aber es gibt viele Wege, für sich selbst einzutreten!

Melden Sie sich bei Ihrer örtlichen Selbstvertretergruppe an.

Cátia hat das gemacht. Lesen Sie mehr über Cátia (auf Englisch) [hier](#) Sie können sich auch mit anderen zusammenschließen und Ihre eigene Selbstvertretergruppe gründen.



Sagen Sie Ihrer Lokalzeitung, dass sie mehr Texte in einfacher Sprache schreiben sollen.

Jean-Baptiste hat das gemacht. Erfahren Sie mehr über Jean-Baptiste (auf Englisch): [hier](#) klicken



Sagen Sie, dass Sie gegen Institutionen sind.

Elisabeta hat das gemacht. Erfahren Sie mehr über Elisabeta (auf Englisch): [hier](#) klicken



**Treten Sie für sich selbst ein!
Entscheiden Sie selbst
über Ihr Leben!**

Lesen Sie mehr über Selbstvertreter, die das gemacht haben, [hier](#).