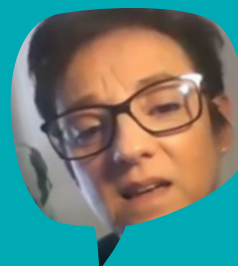




Europa pentru noi



**Nu mai suntem invizibili:
Poveștile de viață ale
persoanelor cu dizabilități
intelectuale**



Găsiți explicațiile pentru cuvintele **îngroșate** la sfârșitul revistei Europa pentru noi (paginile 25 la 44).

“Europa pentru noi” este disponibilă în:

- Engleză
- Franceză
- Germană
- Italiană
- Maghiară
- Română
- Spaniolă

Mergi la www.inclusion-europe.eu/europe-for-us pentru a găsi variantele în celelalte limbi.

Cuprins

1	Nota editorilor: Importanța calității de autoreprezentant
4	Nu mai sunt invizibilă Senada Halilčević pentru campania Eliminarea segregării
9	Vreau să trăim liber și să fim membri ai comunităților noastre László Bercse pentru campania Eliminarea segregării
13	Poveștile de viață ale persoanelor cu dizabilități intelectuale din Țara Galilor
16	Poveștile de viață ale persoanelor cu dizabilități intelectuale din Spania
21	Poveștile de viață ale persoanelor cu dizabilități intelectuale din Irlanda
24	Premiul Cetățeanului European
25	Explicații

Nota editorilor: Importanța calității de autoreprezentant



Bună ziua tuturor cititorilor noștri.



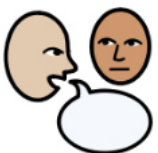
Toate persoanele cu dizabilități intelectuale au dreptul de a deveni autoreprezentanți.



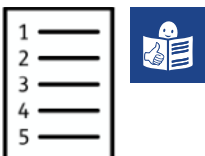
Calitatea de autoreprezentant este importantă deoarece înseamnă că puteți lua decizii în legătură cu viața dumneavoastră și în legătură cu cine doriți să trăiți.



Pentru a crea un grup de autoreprezentare trebuie să aveți persoane cu dizabilități intelectuale în grup.



Odată ce grupul dumneavoastră este creat, acesta poate avea întâlniri în care se pot discuta lucruri care sunt importante pentru persoanele cu dizabilități intelectuale. A avea un grup de autoreprezentare înseamnă că persoanele din grup sunt cele care vorbesc despre diverse lucruri și pot cere ajutor din partea asistenților lor.



Trebuie să aveți o agendă a întâlnirii și trebuie să vă asigurați că agenda este scrisă în limbaj ușor de citit, pentru ca oamenii să urmărească despre ce se vorbește.



Grupul de autoreprezentare ascultă
ce au de spus ceilalți membri ai grupului
și își împărtășesc propriile idei.



Nu mai sunt invizibilă

Senada Halilčević pentru
campania Eliminarea segregării

Ce înseamnă pentru tine eliminarea segregării?



Eliminarea segregării înseamnă a face parte din comunitate.

Pot face tot ceea ce fac alți oameni.

Oamenii mă observă în societate.

Oamenii înțeleg că sunt mai mult decât dizabilitatea mea.
În fiecare zi, încerc să arăt că pot face tot ce vreau.

Poți să descrii cum a fost viața ta în instituții?



Când aveam 1 an,
am fost dusă la o instituție.



Când aveam 7 ani,
am fost dusă la altă instituție.



Puteam merge acasă doar de sărbători.

Puteam pleca din instituție
când mergeam la medic.



Am terminat liceul într-o instituție.

Am început liceul când aveam 15 ani.

Am absolvit când aveam 20 de ani.

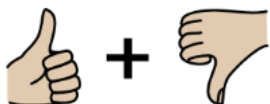


Am mers la a treia instituție când aveam 23 de ani.
Am stat acolo timp de 7 ani.



Nu îmi amintesc prea multe despre copilăria mea.
Mi-a fost greu la școală.
Clasa mea era separată de cea a altor copii.

Eu și alți elevi cu dizabilități
nu ne-am putut dezvolta competențele
și nu puteam decide pentru viețile noastre.



Unii dintre membrii personalului instituțiilor
erau buni, alții răi.



Odată, o angajată a ridicat mâna la mine
și a vrut să mă lovească.

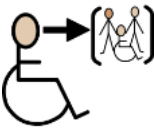
Nu puteam face ce voiam.
Nu puteam să îmi văd familia când voiam.
Nu puteam întâlni oameni noi.
Nu puteam învăța ce voiam.
Nu cunoșteam viața din afara instituției.



De ce credeți că este importantă viața în cadrul comunității?



Viața în cadrul comunității este importantă.
Persoanele cu dizabilități intelectuale au calități
și pot contribui la societate.
Acest lucru le face fericite.



Persoanele cu dizabilități intelectuale
sunt implicate și fac parte din ceva mai important.



Și pot lua decizii în legătură cu viețile lor.
Își pot face prieteni și pot avea hobby-uri.
Pot căuta un loc de muncă unde beneficiază de asistență
și pot trăi la fel ca orice alt cetățean.

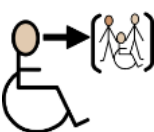
Ce ai vrea să se obțină în termeni de integrare și incluziune a persoanelor cu dizabilități intelectuale?



Vreau ca persoanele cu dizabilități intelectuale
să își vadă potențialul.



Să vadă cât de mult valorează
și să participe în cadrul societății.



Aș vrea ca vocea lor să fie auzită
și să ne arate cât de multe pot face.
Vreau ca societatea să le înțeleagă valoarea
și ca alte persoane să le accepte ca egale.

De ce fel de asistență au nevoie persoanele cu dizabilități intelectuale când trăiesc în afara instituțiilor?



Persoanele cu dizabilități intelectuale trebuie să învețe cum să fie independente în comunitate.



Asistenții sunt importanți pentru persoanele cu dizabilități intelectuale. Asistenții le învață cum să facă lucruri.



Avem nevoie de un sistem de asistență care să lupte pentru drepturile persoanelor cu dizabilități intelectuale.



Asistența din partea familiei și prietenilor este foarte importantă pentru a trăi o viață independentă în afara instituțiilor.



**Vreau să trăim liber și să fim
membri ai comunităților noastre**
László Bercse pentru
campania Eliminarea segregării

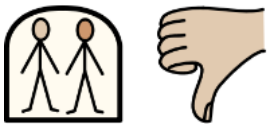
Ce înseamnă pentru tine eliminarea segregării?



Pentru mine, eliminarea segregării înseamnă să trăim independent și să fim incluși în societate.

Să trăim liber și să fim membri ai comunității la fel ca oricine altcineva, fără ca nimeni să ne încalce drepturile.

Ai trăit vreodată într-o instituție și, dacă da, poți descrie cum era viața ta în instituție?



Nu am trăit niciodată într-o instituție.

Am auzit de multe experiențe negative de la alți autoreprezentanți.

Este întotdeauna trist să auzi că trăiesc separat și că nu pot lua nicio decizie în legătură cu viețile lor.

De ce credeți că este importantă viața în cadrul comunității?



Cred că viața în comunitate este importantă deoarece putem întâlni alte persoane și putem fi parte din comunitățile noastre.



Putem găsi locuri de muncă mai ușor.
Putem trăi independent cu asistența adecvată
și putem juca un rol activ în societate.

Ce ai vrea să se obțină în termeni de integrare și incluziune a persoanelor cu dizabilități intelectuale?



Avem nevoie de o ocupare a forței de muncă incluzivă.
Avem nevoie de asistență pentru luarea deciziilor
în locul tutelei.

Avem nevoie de dreptul la vot.
Avem nevoie de educație incluzivă.



Avem nevoie de comunități incluzive care să ne sprijine.

De ce fel de asistență au nevoie persoanele cu dizabilități intelectuale când trăiesc în afara instituțiilor?



Persoanele cu dizabilități intelectuale
care trăiesc în afara instituțiilor
au nevoie de locuri de muncă pentru a
fi independente financiar.

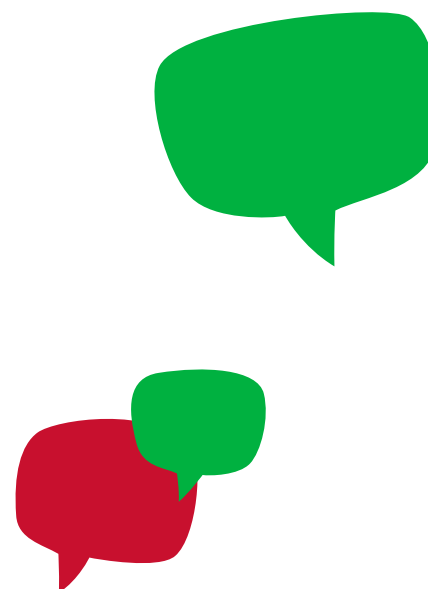


Avem nevoie de servicii de asistență
în propria locuință și de bugete personale
pentru a alege serviciile pe care le vrem.



Trebuie să creștem gradul de conștientizare legat de
informațiile accesibile.

Avem nevoie de informații accesibile pentru a
putea fi independenți.



Poveștile de viață ale persoanelor cu dizabilități intelectuale din Țara Galilor

Kelsey și Katy



Kelsey și Katy petrec foarte mult
timp împreună.

Fac o mulțime de lucruri.

Kelsey este voluntar la grupul de autoreprezentare.



Este mai ușor fie independente fără lockdown
și mai sigur să meargă cu autobuzele.

Nu mai trebuie să se bazeze pe părinții lor.

Serviciul de transport este destul de punctual și de încredere în zona lor.



Cele două se bucură de relaxare după o zi aglomerată.

Ffion



Ffion a mers la Cardiff împreună cu prietenii ei și în Cipru cu familia.

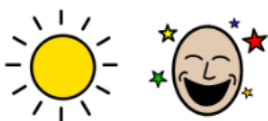


Ffion este fericită deoarece are un loc de muncă plătit. Este asistent executiv.

Ffion a mai avut și înainte un loc de muncă plătit, însă i s-a părut stresant.



De data aceasta beneficiază de suficientă asistență din partea colegilor ei și este foarte încântată de acest lucru.



Ffion va avea o vară plină în care va participa la multe activități și evenimente.

Nicole



Nicole susține spectacole.

Nicole are un prieten și o viață socială.

Nicole se bazează foarte mult
pe mama ei pentru transport.



Nicole a votat la ultimele alegeri locale.

Foarte curând, va trăi independent.

Firma de construcții a obținut autorizația de construire
iar ea a început să își cumpere lucruri pentru casă.

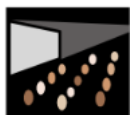


Poveștile de viață ale persoanelor cu dizabilități intelectuale din Spania

Carlos de la Torre



Carlos locuiește în Sevilla.

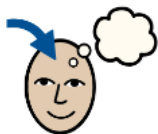


Carlos spune că îi place să
deseneze, să meargă la film
și să petreacă timp cu prietenii lui.



Carlos are o relație bună cu alte persoane.
Carlos lucrează bine în echipă.

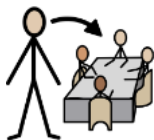




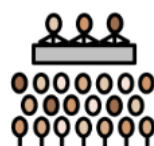
Atunci când Carlos nu știe ceva,
încearcă să învețe.



Carlos se luptă pentru a apăra drepturile
persoanelor cu dizabilități intelectuale.



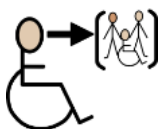
Carlos este administratorul și
reprezentantul utilizatorilor organizației sale.



Carlos spune că în opinia lui conferința de la Valencia
va fi o reuniune extraordinară.



Carlos spune că toți avem responsabilitatea
de a depune eforturi pentru un viitor mai bun
și pentru a obține incluziune pentru toți.



Nimeni nu este lăsat pe dinafară.
Totul sau nimic.

María Huertas



Maria lucrează într-un restaurant.
Dar este o excepție.
Încă sunt prea puține femei
cu dizabilități intelectuale care au un loc de muncă.



Zeinabou



Zeinabou beneficiază de asistența de care are nevoie pentru a se bucura de o educație incluzivă într-o școală obișnuită.



Dar încă sunt foarte multe de făcut pentru ca toată lumea să se bucure de așa ceva.

Camino Jimenez



Camino este istoric de artă.
Camino este acum la facultate.



Dar Camino este o excepție.



Femeile cu dizabilități nu au de obicei posibilitatea de a merge la facultate.



Persoanele cu dizabilități trebuie să aibă șansa de a avea o viață normală.



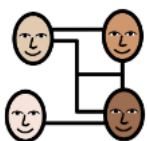
Sandra Roldán

Sandra lucrează ca asistent administrativ. Dar încă sunt foarte multe de făcut pentru ca femeile cu dizabilități intelectuale să poată studia și munci.



Cristina Abelenda

Cristina și-a petrecut întreaga viață în centre rezidențiale. Acum Cristina trăiește în sfârșit independent și are un loc de muncă într-o companie.



Paloma Chico

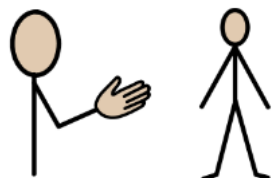
Izolarea persoanelor cu dizabilități intelectuale ne face să ne gândim la construirea unor rețele mai ample.



Pentru a pune capăt izolării, familiile ar trebui să fie deschise și să creeze proiecte și strategii.



Soledad Cero creează rețele și contacte importante pentru ca oamenii să se ajute unii pe alții.



Mauricio Palomar

În timpul pandemiei,
Mauricio nu s-a simțit singur
deoarece a beneficiat de asistență.



Fără asistență, nu ar fi putut să facă tot ce a făcut.
Conexiunile îi oferă lui Mauricio mai multă securitate.



Poveștile de viață ale persoanelor cu dizabilități intelectuale din Irlanda



Poveștile de viață vin de la Blossom Ireland.

Blossom Ireland este o organizație care oferă formare pentru dezvoltarea de competențe pentru tinerii cu dizabilități intelectuale.



Blossom Ireland pregătește persoanele cu dizabilități intelectuale pentru viața de adult.

Lucy – 21 de ani



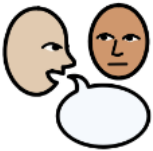
Lucy are sindromul Down.

Lucy este câștigătoarea unei medalii Special Olympics.

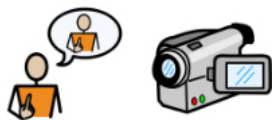
Lucy este foarte creativă, îi place muzica și vrea să devină nail artist.



Lucy a avut de suferit din cauza atitudinii altor persoane față de ea ca persoană cu o dizabilitate.



Lucy a avut curajul să vorbească deschis, și-a împărtășit gândurile, speranțele și temerile cu grupul, inspirându-i pe alții să facă la fel.



Lucy chiar a filmat clipuri promoționale pentru curs și a vorbit în fața camerei despre cum este să ai o dizabilitate.



Lucy se pregătește să devină nail artist astfel încât să își poată valorifica latura creativă.

Patrick – 19 ani



Patrick are un diagnostic de sindrom Down.

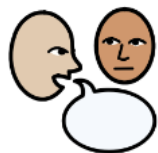
Patrick este foarte bun, onest și devotat familiei lui.



Lui Patrick îi plac farsele și îi place să îi sperie pe ceilalți.
Patrick încearcă să își îmbunătățească independența.
Lui Patrick îi place să fie afectuos
și să îi încurajeze pe ceilalți.



Patrick are probleme în a face față dizabilității sale.
Când era mai tânăr,
a fost agresat de un coleg și
s-a râs de el din cauza dizabilității.



Patrick a participat la un curs la Blossom Ireland.
La început, Patrick a avut dificultăți
în a vorbi despre dizabilitate.
Patrick spune că este curajos chiar și
atunci când îi este frică.



În scurt timp, a putut vorbi despre
dizabilitate într-un mod pozitiv.
Patrick le-a oferit celorlalți participanți
feedback pozitiv
și cuvinte de încurajare.



După curs, Patrick a dat un interviu
unui ziar național.

Premiul Cetățeanului European



Inclusion Europe a primit un premiu de la Parlamentul European pentru proiectul „My Talents. For Diversity” (Talentele mele. Pentru diversitate).



Proiectul „Talentele mele. Pentru diversitate” a fost finanțat de Comisia Europeană.

Parteneri în cadrul proiectului au fost Plena Inclusión, EVPIT, și Antwerp Management School.



Premiul este numit Premiul Cetățeanului European. Este acordat proiectelor care promovează valorile europene și cooperarea.



Proiectul „Talentele mele. Pentru diversitate” a făcut cunoscute bunele practici în materie de incluziune din întreaga Europă.



Proiectul a oferit formare pentru îmbunătățirea condițiilor de lucru pentru persoanele cu dizabilități intelectuale.

Explicații



Accesibil

Ceva ce este ușor de folosit de către persoanele cu dizabilități, cum ar fi:

- Rampe pentru a intra în clădiri.
- Informație în ușor de citit.
- Informație în limbajul semnelor.



Actul Accesibilității

Actul accesibilității este o lege făcută de Uniunea Europeană.

Fiecare țară din Uniunea Europeană trebuie să respecte Actul Accesibilității.

Actul Accesibilității spune ce trebuie să facă companiile pentru a își face produsele și serviciile mai accesibile.

De exemplu:

- telefoane mobile,
- computere,
- cărți electronice,
- automate pentru bilete,
- transportul cu autobuzul sau trenul.



Agenția Europeană pentru Drepturile Omului

Agenția Europeană pentru Drepturile Omului este numită AEDP pe scurt.

AEDP este o organizație.

O organizație este un grup de oameni care lucrează împreună.

AEDP lucrează pentru a se asigura că toți cei din Uniunea Europeană pot să își folosească drepturile.



Alegeri

Alegerile decid cine va vorbi și
va face alegeri pentru noi.

Alegerile au loc în zone diferite.

De exemplu, când alegi un primar nou în orașul tău,
sau când alegi un nou președinte în țara ta.



Alegeri europene

Alegerile europene
sunt alegerile pentru Parlamentul European.

Când poți să votezi la alegerile europene,
ai un cuvânt de spus asupra
cui vor fi noii Europarlamentari.

Europarlamentarii vorbesc pentru toate persoanele care
trăiesc în Uniunea Europeană.

Alegerile europene au loc la fiecare 5 ani.

Următoarele alegeri vor avea loc între 23-26 mai 2019.



Asistență medicală

Asistența medicală înseamnă serviciile oferite cuiva care este bolnav sau trebuie să aibă grijă de sănătatea sa.

Asistența medicală implică mersul la medic, luarea de medicamente și obținerea de sprijin pentru problemele de sănătate, atât fizice, cât și mentale.



Autoreprezentare

Autoreprezentarea este când persoanele cu dizabilități intelectuale vorbesc în numele lor.

Aceste persoane se numesc autoreprezentanți.



Comisia Europeană

Comisia Europeană lucrează cu Parlamentul European.

Comisia Europeană sugerează legi pentru discuție Parlamentului European și Consiliului Uniunii Europene.

Se asigură și că legile asupra cărora s-a decis sunt respectate de către statele membre.



Consiliul Uniunii Europene

Consiliul Uniunii Europene este locul unde se întâlnesc miniștrii naționali din țările Uniunii Europene.

Se întâlnesc pentru a adopta legi și a discuta despre politica Uniunii Europene.

Consiliul Uniunii Europene mai este numit Consiliul Miniștrilor.

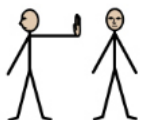


Condițiile de lucru

Condițiile de lucru înseamnă mediul de lucru și circumstanțele locului de muncă.

Sunt incluse aici orele de lucru, drepturile legale și responsabilitățile.

Condițiile de lucru includ și activitatea pe care o persoană o desfășoară folosindu-se de corpul sau de mintea sa.



Discriminarea

Discriminarea înseamnă că sunteți tratat(ă) mai rău decât alte persoane sau că nu vi se oferă șansele pe care le meritați.

Dizabilitate intelectuală



Dizabilitatea intelectuală înseamnă că ești mai puțin capabil decât ceilalți să înțelegi informația și să folosești noi abilități.

Asta face mai dificil să te descurci în anumite părți ale vieții.

Dizabilitatea intelectuală începe adesea înainte să fii adult.

Te afectează pentru întreaga viață.

Există lucruri care pot face viața mai ușoară pentru persoanele cu dizabilitate intelectuală.

De exemplu, informația în ușor de înțeles.

Unele persoane spun dizabilități de învățare
în loc de dizabilități intelectuale.



Drepturile persoanelor cu dizabilități

Un drept este o regulă prin care se asigură că oamenii
sunt protejați și pot avea și face
ceea ce au nevoie pentru a duce o viață
demnă și în siguranță.

Drepturile persoanelor cu dizabilități sunt reguli
care se referă la viețile persoanelor cu dizabilități.

De exemplu, dreptul la educație
sau dreptul de a avea un loc de muncă
și de a trăi independent.



ÉFOÉSZ

ÉFOÉSZ este o asociație a organizațiilor care oferă
îngrijiri și sprijin pentru reabilitarea persoanelor cu
dizabilități intelectuale în Ungaria.



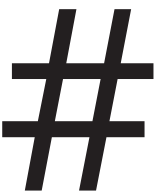
Guvernul

Un guvern este un grup de oameni care iau decizii despre cum să conducă țara.

De exemplu,

- pe ce să fie cheltuiți banii,
- despre transportul public,
- despre școli,
- despre spitale.

La fiecare câțiva ani sunt alegeri pentru a vota pentru un nou guvern.



Hashtag

Pe rețelele sociale poți să folosești simbolul #.

Acest simbol se numește hashtag.

Poți să scrii un cuvânt după simbolul de hashtag.

Dacă faci click pe acel cuvânt,
o să ajungi la toate mesajele
care au de-a face cu acel cuvânt.

De exemplu:

- Dacă scrii #incluziune
și faci click pe cuvânt,
o să ajungi la toate mesajele care
au de-a face cu incluziunea.
- Dacă scrii #UniuneaEuropeană
și faci click pe cuvânt,
o să ajungi la toate mesajele care
au de-a face cu Uniunea Europeană.
- Dacă scrii #Ascultațivocilenoastre
și faci click pe cuvânt,
o să ajungi la toate mesajele care
au de-a face cu Ascultațivocilenoastre.



Incluziune Europa

Incluziune Europa este o organizație pentru
persoanele cu dizabilitate intelectuală și familiile lor.

Luptăm pentru drepturi egale și incluziune în Europa.

Vrem să facem o diferență în politicile europene.

Am început în 1988.

Avem 75 de membrii în 39 țări europene.

Avem sediul în Bruxelles, Belgia.



Încadrarea în muncă

Încadrarea în muncă înseamnă că o persoană muncește și este plătită pentru munca sa.

De obicei, încadrarea în muncă se bazează pe un contract între lucrător și persoana care asigură locul de muncă.

Aceasta din urmă este angajatorul.



Manifest

Un manifest este un text care explică scopurile unei persoane sau ale unei organizații.

Este făcut adesea înaintea unor alegeri de către o persoană sau o organizație care vrea să fie aleasă.

Unele manifeste sunt făcute
și de către organizații pentru a le spune candidaților
ce este important pentru ele.

Oricine poate citi un manifest.



Parlamentul European

Parlamentul European este un loc unde se iau
deciziile importante ale Uniunii Europene.

De exemplu, legile.

Membrii Parlamentului European (pe scurt, MPE)
iau aceste decizii și reprezintă toți oamenii
care locuiesc în Uniunea Europeană.

La fiecare 5 ani, persoanele care locuiesc
în Uniunea Europeană votează pentru MEPi din țara lor.



Tutela

Tutela permite unor persoane
să ia decizii legate de viața altor persoane.

Persoana care face alegeri pentru tine este tutorele tău.

Tutorele tău are capacitate legală.

Pot să decidă lucruri pentru tine,
cum ar fi unde să locuiești.

Uneori, persoanele sub tutelă nu au voie să voteze,
să se căsătorească sau să își crească copiii.



Uniunea Europeană

Uniunea Europeană (pe scurt, UE) este un grup
de 28 de țări. Numim aceste țări "state membre".

S-au unit pentru a fi mai puternice politic și economic.

UE face legi despre multe lucruri importante
pentru oamenii care locuiesc în aceste țări.

UE face legi în diferite domenii.

De exemplu:

- Legi pentru protecția mediului.
- Legi pentru fermieri.
- Legi pentru protecția consumatorilor.
Un consumator este cineva care cumpără lucruri.

UE mai face și legi care sunt importante pentru persoanele cu dizabilități.

De exemplu, Actul Accesibilității.

A mai făcut și o lege care dă persoanelor cu dizabilități mai multe drepturi atunci când călătoresc.

UE dă bani statelor member.

O parte din acești bani sunt folosiți pentru persoanele cu dizabilitate.



Pilonul european al drepturilor sociale

Pilonul european al drepturilor sociale se asigură că cetățenii europeni au drepturi mai multe și mai eficace.



Locuirea independentă

Locuirea independentă este când persoanele cu dizabilități intelectuale locuiesc în comunitate și au sprijin.

Înseamnă că pot:

- Să aleagă unde și cu cine să locuiască.

- Decid cum vor să își petreacă timpul.
- Să aibă aceleași experiențe ca ceilalți oameni



Organizația Națiunilor Unite

Națiunile Unite sunt o organizație internațională.

Lucrează pentru pace și securitate peste tot în lume.

Pe scurt, îi spunem ONU.

ONU are sediul în diferite locuri.

De exemplu, este în New York, în Statele Unite ale Americii, și în Geneva, în Elveția.



ONG Organizații non-guvernamentale

Organizațiile neguvernamentale sau ONG-urile sunt în general definite ca nonprofit și independente de influența guvernamentală.



Partid politic

Un partid politic este un grup de oameni care crede că țara ar trebui condusă într-un anumit fel.



Petiție

O cerere făcută pentru ceva dorit, în special o cerere respectuoasă sau umilă, ca unui superior sau unuia dintre cei cu autoritate.



Platforma Europeană a Autoreprezentanților

Platforma Europeană a Autoreprezentanților este compusă din grupuri de autoreprezentanți din diferite țări din Europa.

Este numită PEA pe scurt.

A început în anul 2000.

Face parte din Inclusion Europe.



Podcast

Podcastul este un fișier audio pe care oricine îl poate asculta în orice moment – fie cu o aplicație pentru podcasturi, printr-un site-web sau un canal youtube.



Politician

Cineva care ajută la conducerea țării sau a unei părți a țării.

Sau cineva care ar vrea să facă asta.

De exemplu, politicienii sunt

- Primari
- Miniștri
- Candidați în alegeri

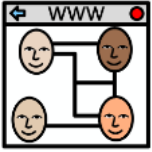


Politici

Acțiuni sau practici ale guvernelor și instituțiilor.

Politicile încearcă să îmbunătățească situația.

Politicile pot fi un set de norme sau orientări de urmat pentru atingerea unui anumit scop.



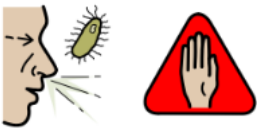
Rețele de socializare

Rețelele de socializare sunt paginile web și aplicațiile care te lasă să creezi și să distribui conținut.

De exemplu, poze, filmulețe și informații.

Apps este prescurtarea de la aplicații.

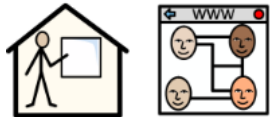
Aceste sunt unelte care te lasă să folosești rețelele de socializare pe un telefon mobil sau tabletă.



Restricțiile de circulație

Restricțiile de circulație se adoptă atunci când este necesar să se controleze o situație care poate fi periculoasă.

În timpul unei pandemii precum cea de COVID-19, țările au impus restricții de circulație pentru a opri răspândirea virusului.



Școala online

Școala online este o modalitate prin care elevii pot participa la ore folosindu-se de calculator sau un alt de dispozitiv pentru a se conecta la internet.

Aceste ore pot avea loc cu ajutorul aplicațiilor online pentru întâlniri sau ore online.



Segregarea

Segregarea se produce atunci când cineva este separat de ceilalți din motive incorecte.

De exemplu, din cauza unei dizabilități.



Strategia Europeană a Dizabilității

Strategia Europeană a Dizabilității este un text important.

Spune ce trebuie să facă Uniunea Europeană pentru a se asigura că persoanele cu dizabilități intelectuale din Europa au aceleași drepturi ca ceilalți.

Ușor de citit

Ușor de citit se referă la informația scrisă într-un mod simplu astfel încât persoanele cu dizabilități intelectuale să poată înțelege.

Este important să folosim cuvinte și propoziții simple.

Dacă sunt cuvinte greu de înțeles, se oferă o explicație.

Textul trebuie să fie clar de văzut, de exemplu, scris cu negru pe un fundal alb. Trebuie să aibă mult spațiu.

Limbajul ușor de citit folosește adesea imagini pentru a explica la ce se referă textul.

Cineva cu dizabilitate intelectuală trebuie să verifice dacă informația e ușor de înțeles.



Documentele ușor de înțeles au adesea acest logo, astfel încât să fie mai ușor de găsit.



Votul

Votul înseamnă să alegi
politicianul care să ne reprezinte
și care ia decizii pentru noi.

Poți să votezi în diferite domenii.

De exemplu:

- în orașul tău
când alegi un nou primar
- în țara ta
când alegi un nou președinte
- sau la alegerile europene,
când alegi noul membru al Parlamentului European.

Contactați-ne și împărtășiți poveștile voastre de autoreprezentare!



Website:

inclusion-europe.eu



Email:

secretariat@inclusion-europe.org



Telefon:

+32 2 502 28 15



Adresă:

[Avenue des Arts 3, 1210 Brussels, Belgium](#)



Facebook:

facebook.com/inclusion europe



Twitter:

twitter.com/InclusionEurope

Abonați-vă pentru a primi Europa pentru noi când apare:
[bit.ly/Inclusion Europe Newsletter](http://bit.ly/Inclusion_Europe_Newsletter)



Cofinanțat de
Uniunea Europeană