



NI HORRELA TRATATZEA NAHI DUT

CÓMO QUIERO QUE ME TRATEN

Adimen-desgaitasuna dugunok gainerakoek erabiltzen dituzten zerbitzu eta baliabide berberak erabiltzen ditugu.

Adimen-desgaitasuna dugunok hainbat egoera jakinetan nola tratatzea nahi dugun aldarrikatzen dugu. Hona hemen:

KONTUAN IZAN
12 AHOLKU HAUEK



Hitz egidazu niri, neu bainaiz pazientea

Hitz egidazu niri zerbait esan nahi didazunean edo niri buruz hitz egin behar duzunean, beste norbaitekin natorren arren.

“Medikuarenera noanean, amari azaltzen dizkiote gauzak, eta ez niri”



Ez naiz umea

Trata nazazu beste pertsona helduak bezala. Ez naiz adingabea, ezta umea ere.

“Ez zait gustatzen beste pertsona helduak ez bezala tratatzea”, “esaten didate: ai, polita!”



Irakurketa errazean, askoz hobe

Idatziko informazioa esaldi laburrekin, hizkera sinplearekin eta irudiekin osatuta badago, askoz errazagoa da niretzat.

“Idatziko informazioa irakurketa errazera egokitu daiteke; horrela, guztiok ulertuko dugu hobeto, desgaitasuna izan ala ez”



Argiago hitz egidazu eta emadazu denbora erantzuteko

Hitz egidazu argi eta poliki. Emadazu denbora pentsatzeko eta adierazteko.

“Azkar hitz egiten badidate, urduritzen naiz eta okertzen naiz”



Egiteko gauza izan naiteke. Emadazu aukera

Gauza asko egin ditzaket nire kabuz, baina batzuetan laguntza edo sostengua ongi datorkit. Zalantzarik baduzu, galdeidazu.

“Besteen laguntza nahiko nuke zerbait ez dakidanean eta blokeatzen naizenean”



Hau aukeratuko dut ala hau aukeratuko dut

Errespetatu itzazu nire erabakiak, iritzia eta pentsatzeko modua.

“Nire iritzia baliozkoa da”



Trata nazazu errespetuz, gainerako pertsonak bezala

Hitz egidazu errespetuz.

“Trata nazazu errespetuz. Ez erabili ‘atzeratu’, ‘ezindu’ edo horrelakorik.”



Kirodegiko jarduera batean izena emango dut

Komunitateko jarduera inklusiboetan parte hartzeko eskubidea dut.

“Desgaitasuna duten edo ez duten beste pertsona batzuekin kiroldegiko jardueretan parte hartzen dudanean, integratuta eta baloratuta sentitzen naiz”



Udaletxera nator eskubide bat aurkeztera

Gainerako pertsonen eskubide eta betebeharrak berberak ditut.

“Gainontzekoak bezain gauza naiz”



Ez egin iseka. Poliziari deitu beharko diogu, bestela

Desgaitasunen bat izatea EZ da iseka egiteko edo iraintzeko arrazoia. Ahozko iraina Zigor Kodean jasotako delitua da. Ez onartu horrelako jokabiderik.

“Autobus-geltokian barre egiten digute”



Borondatezko lanak egiten ditugu eta beste pertsona batzuk laguntzen ditugu

Desgaitasuna dugunok laguntza behar izan dezakegu zerbait egiteko edo ulertzeko, baina LAGUNDU ere egiten dugu.

“Gurasoak zaindu ditut adinekoak izan direnean”



Nire komunitatean autonomiaz mugitzen naiz

Egin dezaket, izan ezazu konfiantza nigan. Emazkidazu pertsona autonomoagoa izateko tresnak.

“Gehiegizko babesak gauzak geure kabuz egiten ikastea oztopatzen digu”