



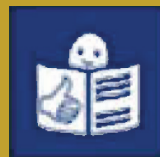
This project is co-funded
by the European Union



JETESA NË KOMUNITET ME MBËSHTETJE



ecim vritemi së bashku



JETESA NË KOMUNITET ME MBËSHTETJE

Teksti është përpiluar në bazë të publikimit
“Jetesa në Komunitet me mbështetje”
Versioni original i këtij materiali, është publikuar
nga Shoqata për Vetëpërfaqësim.
Kjo shoqatë është shoqata e parë e personave me aftësi të
kufizuar intelektuale në Republikën e Kroacisë.
Shoqata “Ndihmoni Jetën” falenderon shoqatën, që e ka bërë të
mundur përdorimin e këtij materiali.

Për përgatitjen e broshurës janë përdorur vizatime dhe simbole **Widgit Symbols©**

Widgit Software 2002-2017

Web-faqja: www.widgit.com

Vizatimet dhe simbolet e përdorura në këtë broshurë janë
pronësi e Widgit Software dhe nuk mund të përdoren pa lejen e pronarit.

Përkthyer në gjuhën shqipe nga: Kosovo Mental Disability Rights Initiative, K-MDRI
dhe Përshtatur nga Shoqata “Ndihmoni Jetën”

Të gjitha shprehjet dhe emërtimet gramatikore mashkullore
të përdorura në këtë tekst përfshinë gjininë mashkullore dhe
femërore të personave që ju referohen.

Ky publikim u ribotua në kuadër të projektit “Të rinjtë me aftësi të kufizuar intelektuale,
advokojnë për përfshirjen e tyre sociale”, i bashkëfinancuar nga Bashkimi Evropian dhe
zbatuar nga World Vision Shqipëri, SEEYN dhe Shoqata Ndihmoni Jetën.

Ky publikim është prodhuar me mbështetjen financiare të Bashkimit Evropian.
Përmbajta e këtij publikimi është përgjegjësi e vetme e autorëve dhe nuk pasqyron
detyrimisht pikëpamjet e Bashkimit Evropian.

JETESA NË KOMUNITET ME MBËSHTETJE

Të jetosh me mbështetje do të thotë të jetosh në banesë apo shtëpi të zakonshme, siç jetojnë të gjithë njerëzit.



Banesa apo shtëpia në të cilën jeton, mund të jetë në qytet ose në fshat.



Banesa ku jeton me mbështetje është si të gjitha banesat e tjera.



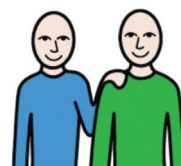
Në banesë apo shtëpi mund të jetosh vetëm ose së bashku me njerëz të tjerë.
Në një banesë mund të jetojnë deri në pesë persona.



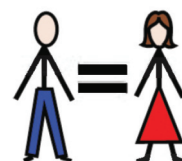
Të gjithë ata që jetojnë në banesë kanë çelësin e tyre të banesës.



Njerëzit që jetojnë së bashku, në një banesë, quhen bashkëjetues.



Në të njëjtën banesë jetojnë së bashku meshkuj dhe femra.
Femrat dhe meshkujt kanë të drejta dhe detyra të barabarta në banesën ku jetojnë.



Në banesë ekzistojnë disa dhoma: dhoma e ndenjies, dhoma e fjetjes, dhoma e ngrënies, kuzhina, banja dhe tualeti.

Disa dhoma në banesë i përdor vetëm ti, ndërsa të tjerat së bashku me njerëzit që ti jeton.

Dhoma jote

Dhomën tënde e përdor vetëm ti.

Dhomën tënde mund ta rregullosh si të duash.

Kjo do të thotë që ti vet mund të vendosësh çfarë mobilje dëshiron në dhomën tënde.

Mund të vendosësh vet se cilin do lejosh të hyjë në dhomën tënde.

Askush nuk ka të drejtë të hyjë në dhomën tënde me forcë, apo të prekë gjërat tuaja. Askush nuk ka të drejtë të marrë gjërat tuaja pa pyetur.

Ti nuk ke të drejtë të hysh në dhomën e tjetrit, as të marrësh gjërat e tij, pa e pyetur.



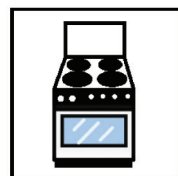
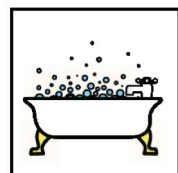
Dhomën dhe gjërat tuaja duhet t'i mbash mirë, që të jenë të pastra dhe të sistemuara. Në pastrimin e dhomës dhe gjërave tuaja mund të të ndihmojnë kujdestarët.



Hapësirat e përbashkëta dhe gjërat në banesë

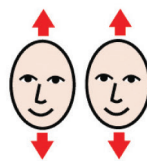
Kuzhina, dhoma e ndenjjes, banja dhe tualeti janë hapësira që kryesisht i përdor me bashkëjetuesit.

Hapësirat që i përdor me bashkëjetuesit quhen hapësira të përbashkëta.



Të gjithë keni të drejta të barabarta në hapësirat e përbashkëta.

Kjo do të thotë që duhet të jesh i kujdesshëm dhe të merresh vesh me bashkëjetuesit, rreth përdorimit të hapësirës së përbashkët.



Për rregullimin e hapësirave të përbashkëta merresh vesh me bashkëjetuesit dhe kujdestaren.



Në banesë ka edhe gjëra të cilat i përdor me bashkëjetuesit.

Gjërat që i përdor me bashkëjetuesit quhen gjëra të përbashkëta.

Gjëra të përbashkëta janë:

- Televizori,
- Telefoni,
- Dushi,
- Frigoriferi,
- Lavatriçja.

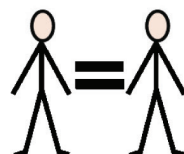


Rreth përdorimit të gjërave të përbashkëta merresh vesh me bashkëjetuesin tuaj. Të gjithë keni të drejta të barabarta në përdorimin e gjërave të përbashkëta.

Jeta në banesë me mbështetje/ përkrahje

Kur jeton në banesë me përkrahje, ke të drejta dhe je i barabartë si gjithë njerëzit e tjerë.

Kjo do të thotë që për shumë gjëra mund të vendosësh vet.



Për shembull:

- Kur dëshiron të dalësh për shëtitje,
- Çfarë dëshiron të shikosh në televizor,
- Çfarë do të hash dhe kur do të hash,
- Çfarë rrobash dëshiron të veshësh,
- Kur të flesh gjumë,
- Si do t'i presësh flokët e të rregullohesh,
- Si do t'i shpenzosh paratë e tua.



Mund të vendosësh vet se si do ta kalosh kohën tënde të lirë.

Në kohë të lirë mund të merresh me gjërat që dëshiron ti.

Mund të shkosh në kafene apo pastiçeri.



Nëse të pëlqen fotografimi mund të merresh me fotografi.



Mund të argëtohesh me lojërat që të pëlqejnë.



Mund të shkosh në terrene sportive dhe të merresh me sport.



Mund të shkosh në kinema, në koncert, në teatër apo në ekspozitë.



Vetëm apo me shokë, mund të shkosh në udhëtime dhe shëtitje.



Vizitat

Çdo njeri ka familjarët dhe shokët e tij, me të cilët shoqërohet.



Familjarët dhe shokët e mirë i vlerëson dhe i respekton në mënyrë të veçantë.



Tek familjarët dhe shokët e mirë ke besim. Në shoqërinë e tyre ndjehesh mirë dhe rehat.



Kur jeton me mbështetje, në banesë, mund t'i vizitoni lirshëm familjarët dhe shokët tuaj. Edhe familjarët e shokët tuaj mund të të vizitojnë ty në banesën tënde.



Nëse dashurohesh dhe gjen vajzën apo djalin që pëlqen, mund të dalësh me të lirshëm. Vajza apo djali yt mund të të vizitojë në banesën tënde pa ndrojtje.



Stafi mbështetës

Puna e stafit mbështetës është të të ndihmojë, nëse ke nevojë për ndihmë.

Njerëzit që ofrojnë mbështetje janë:

- Koordinatori,
- Punonjësi social,
- Kujdestarja,
- Mjeku, avokati dhe ekspertë të tjerë.

Detyra e stafit mbështetës është të të ndihmojë të jetosh sa më i pavarur. Kjo do të thotë që të punosh dhe të vendosësh vet për sa më shumë gjëra.



Stafi mbështetës duhet të të ndihmojë që të mësosh, të punosh e të realizosh vet sa më shumë gjëra.

Për shembull:

- Të mësosh të përdorësh telefonin,
- Të mësosh të gatuash,
- Të mësosh të blesh vet dhe të paguash me paratë e tua,
- Të mësosh të bësh shumë gjëra të reja që deri tani nuk ke ditur t'i bësh.



Së bashku me stafin mbështetës mund të kryesh mjaft punë.

Për shembull:

- Të nxjerrësh dokumentat e tua,
- Të shkosh në dyqan,
- Të shkosh te mjeku apo dentisti,
- Të kërkosht punë,
- Të shkosh në kinema, në kafene apo në qytet.



Stafit mbështetës mund t'i drejtohesh sa herë që ke ndonjë problem.



Stafi duhet të të dëgjojë gjithmonë me vëmendje dhe të provojë të të ndihmojë në zgjidhjen e problemit.



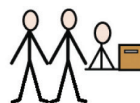
Punët e stafit mbështetës

Punët e kujdestares

Puna e kujdestares është të të ndihmojë të kryesh punët e shtëpisë.

Për shembull:

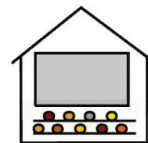
- Në gatimin e drekës,
- Në rregullimin e banesës,
- Në larjen e rrobeve,
- Në shkuarjen për të blerë në dyqan.



Kujdestarja mund të të ndihmojë edhe në disa punë të tjera.

Për shembull:

- Për të shkuar tek mjeku,
- Për të dalë në shëtitje apo për vizitë,
- Për të shkuar në kinema apo në koncert.



Punët e koordinatorit

Koordinatori duhet të të ndihmojë që të vendosësh sa më shumë për vete dhe jetën tënde.



Me koordinatorin merresh vesh për dëshirat dhe planet e tua.



Për shembull:

- Koordinatori mund të të ndihmojë për të kërkuar punë, nëse dëshiron të punësohesh,
- Koordinatori mund të të ndihmojë, nëse dëshiron, të shkosh në shëtitje apo udhëtim,
- Koordinatori mund të të ndihmojë për të shkuar në kinema, teatër, kafene, në ndeshje apo vende të tjera që dëshiron të vizitosh.



Koordinatori duhet të të ndihmojë të mësosh të bësh sa më shumë gjëra vet.

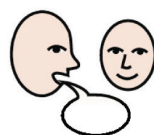
Për shembull:

- Të mësosh të marrësh autobuzin dhe tramvajin, në mënyrë që të lëvizësh vet nëpër qytet,
- Të mësosh të përdorësh telefonin,
- Të mësosh të shkruash dhe të lexosh,
- Të mësosh të kursesh dhe të përdorësh paratë e tua,
- Të mësosh të përdorësh kompjuterin,
- Të mësosh të bësh gjëra të reja, të cilat ende nuk i di, por dëshiron t'i mësosh.



Punët e punonjësit social

Punonjësi social mund të të ndihmojë që të gëzosh të drejtat që ke, përmes qendrës për mirëqenie sociale.



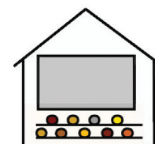
Punonjësi social duhet të të ndihmojë si të nxjerrësh dokumentat e tua.



Punonjësi social mund të të ndihmojë që të shkosh në vendet që dëshiron të vizitosh.

Për shembull:

- Të shkosh në kinema dhe teatër,



- Të shkosh në aktivitete sportive,



- Të shkosh në koncert,



- Të shkosh për vizita në familje, farefis dhe shokët e tu.



Koordinatori, kujdestarja, punonjësi social dhe gjithë të tjerët që ofrojnë mbështetje, duhet të sillen me modesti në punë.

Stafi mbështetës duhet të punojë në atë mënyrë ku secili person që jeton në banesë me mbështetje të ndjehet:

- I sigurt,



- I shëndetshëm,



- I kënaqur.



Çfarë nuk duhet të bëjë stafi mbështetës

Stafi mbështetës nuk duhet të sillet vrazhdë (ashpër) me ty.



Kjo do të thotë që stafi mbështetës nuk duhet të të bërtasë apo të të kërcënojë.



Stafi mbështetës nuk duhet të të nënvlerësojë kur ti ke nevojë për ndihmë ndonjëherë.

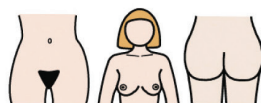


Stafi mbështetës nuk duhet të të godasë kurrë.

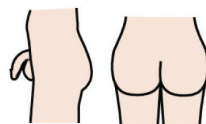


Stafi mbështetës nuk duhet të të prekë në pjesët intime të trupit.

Pjesët intime të trupit tek femrat janë vagina, gjoksi dhe prapanica.



Pjesët intime të trupit tek meshkujt janë penisi dhe prapanica.



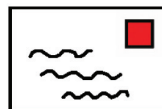
Stafi mbështetës nuk duhet të marrë gjërat tuaja.

Kjo do të thotë që nuk duhet të guxojë të marrë rrobat tuaja, këpucët tuaja, kasetat tuaja, mobiljet tuaja, ushqimin tënd, si dhe çfarëdo gjë tjetër tënden.



Stafi mbështetës nuk duhet të hyjë në dhomën tënde dhe të prekë gjërat tuaja.

Stafi mbështetës nuk duhet të hapë letrat dhe kutitë tuaja, as të dëgjojë fshehurazi bisedat tuaja.



Nëse stafi mbështetës bën gjëra të cilat nuk duhet t'i bëjë, atëherë duhet t'u tregosh prindërve, kujdestarëve, shokëve, familjarëve apo njerëzve që ju besoni.

