

## Evropská platforma sebeobhájců

Evropská platforma sebeobhájců sdružuje organizace sebeobhájců.

Tyto organizace mohou pracovat na městské úrovni, krajské úrovni nebo celorepublikově.

Evropská platforma sebeobhájců se setkává aspoň jednou za rok.

Je součástí Inclusion Europe.

Evropská platforma sebeobhájců

- Pomáhá lidem rozhodovat se více o sobě samých
- Říká lidem o schopnostech lidí s mentálním postižením
- Pomáhá skupinám sebeobhájců na místní úrovni
- Bojuje za lepší přístup k informacím a internetovým stránkám

Evropská platforma sebeobhájců vydává letáky a informační brožury.

Pořádá konference.

Udržuje seznam organizací sebeobhájců v Evropě.



Evropská platforma  
sebeobhájců

c/o Inclusion Europe  
Galeries de la Toison d'Or  
29 Chaussée d'Ixelles #393/32  
B-1050 Brussels – Belgium  
Tel. : +32-2-502 28 15  
Fax : +32-2-502 80 10  
self-advocacy@inclusion-europe.org

ISBN 2-87460-060-1

CZ

## Pravidla správné podpory



Evropská platforma  
sebeobhájců



## Shrnutí

Toto jsou pravidla správné podpory „jeden na jednoho“ během schůze nebo konference.

Tato pravidla jsou pro sebeobhájce a jejich asistenty.

Tato pravidla jsou také pro organizace sebeobhájců.

Organizace mohou tato pravidla rozdat svým členům.

Tato pravidla sepsala Evropská platforma sebeobhájců.



Lorenzo Palazuelo Herrero nakreslil obrázek na přední straně.

Jmenuje se: “Calle Orientale, 1”

Tato brožura má číslo, podle kterého ji můžete snadno najít.

Zde je to číslo: ISBN 2-87460-060-1

Brožura byla vyrobena v Bruselu v roce 2005.

© Inclusion Europe.

© Symbols: Widgit Software Ltd. and Mayer-Johnson Co.

## Evropská platforma sebeobhájců



je organizace podporovaná Inclusion Europe.



Inclusion Europe vydává publikace ve snadno srozumitelném jazyce.



Další informace můžete získat na :



[www.inclusion-europe.org](http://www.inclusion-europe.org)

nebo napište Inclusion Europe na adresu:

Galerie de la Toison d'Or,  
29, Chaussée d'Ixelles  
B-1050 Brussels  
Belgium



Tel: +32-2-502 28 15



Fax: +32-2-502 80 10



E-mail: [self-advocacy@inclusion-europe.org](mailto:self-advocacy@inclusion-europe.org)



## Sebeobhájci

Sebeobhájci respektují hranice asistentů a jejich potřebu odpočinku. Sebeobhájci budou respektovat dohodnutý volný čas svých asistentů.



Sebeobhájci mohou také požádat o pomoc jiné lidi, nebo si některé věci zařídit sami.

Sebeobhájci si nesmějí myslet, že asistenti jsou odpovědni za všechno.

## **Závěr**

Toto jsou pravidla správné podpory „jeden na jednoho“ během schůze nebo konference!

Jsou i jiné situace, ve kterých je podpora potřebná a pro které mohou být sepsána pravidla, na příklad skupinová podpora.



## **Úvod**

Každý z nás někdy potřebuje pomoc. Každý potřebuje kolem sebe lidi, kteří mu pomáhají. S těmito lidmi si vytváříme vztahy.



Vztahy s ostatními lidmi bývají složité. Může se stát, že někoho zraníme nebo zarmoutíme.

Pokud máte s lidmi, od kterých potřebujete podporu, dobré vztahy, pomohou vám překonávat problémy a zlepšit si sebevědomí.

Vztahy mezi sebeobhájci a jejich asistenty jsou v určitém směru zvláštní.



Hlavním cílem těchto pravidel je zlepšit spolupráci sebeobhájců a jejich asistentů. Tato pravidla jim pomohou vyhnout se obvyklým chybám.

Když se sebeobhájce a asistent nemohou navzájem domluvit, pravidla jim mohou pomoci. Tato pravidla také mohou pomoci lidem, kteří asistují sebeobhájcům poprvé.



Toto jsou pravidla podpory poskytované sebeobhájcům.

**Asistent a sebeobhájce by k sobě měli být zdvořilí, chovat se k sobě s úctou a na schůzky chodit včas – to jsou obecná pravidla.**



## Než podpora skutečně začne

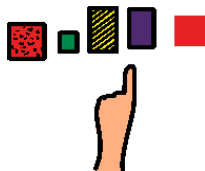
### Jak vytvořit dobrý vztah mezi asistentem a sebeobhájcem

Dobré vztahy mezi sebeobhájci a asistenty jsou důležité. Sebeobhájci a asistenti k sobě musí mít vzájemnou důvěru.



Měli by spolu dobře vycházet.

Asistenti musí znát zájmy, zkušenosti, schopnosti i nedostatky sebeobhájce, kterého podporují.



Jen tak mu mohou dobře pomáhat.

### Právo vybrat si a odmítnout

Sebeobhájci mají právo zvolit si vlastního asistenta, například muže nebo ženu, starého nebo mladého. Samozřejmě i asistenti si mohou vybrat, komu budou pomáhat.

### Smlouva

Sebeobhájci a asistenti by měli spolu uzavřít smlouvu. Smlouva by měla být na papíře a oba by ji měli podepsat.



Co by smlouva měla obsahovat:

- dobu, po kterou bude podpora trvat
- jakou podporu sebeobhájce chce
- hranice, které asistenti nebudou překračovat.

Sebeobhájci a asistenti by na příklad měli hovořit o svém soukromí, aby se vyhnuli budoucím problémům.



Upozornit na to až po schůzi nebo konferenci je příliš pozdě!

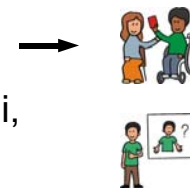
Jako všichni účastníci i sebeobhájci by měli mluvit pouze k diskutovanému tématu.

## Po schůzi nebo po konferenci

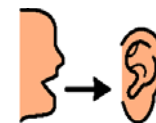


### Asistenti a sebeobhájci

Asistenti a sebeobhájci spolu budou o schůzi nebo konferenci mluvit, aby zjistili, zda sebeobhájci všemu rozuměli.



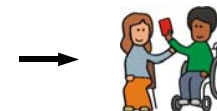
Promluví si o své vzájemné spolupráci a jak tato spolupráce fungovala během schůze nebo konference, aby zjistili, zda bylo vše v pořádku.



## Spolupráce mimo schůze a konference

### Asistenti

Asistenti podpoří sebeobhájce v tom, aby byli co nejvíce nezávislí. Asistenti pomohou sebeobhájčům získat více sebedůvěry.



Až sebeobhájci získají více sebedůvěry, budou potřebovat méně podpory nebo jiný typ podpory. To musí asistenti pochopit.

Asistenti pouze vysvětlují, co chtěl sebeobhájce říci.  
Asistenti se vždy snaží být objektivní.

Asistenti dohlíží na to, aby sebeobhájci rozuměli všemu, co se na schůzi nebo konferenci odehrává.



Asistenti připomenou účastníkům schůze nebo konference, aby používali jednoduchý jazyk bez slangu.



Asistenti dohlíží na to, aby diskuse neprobíhala příliš rychle.

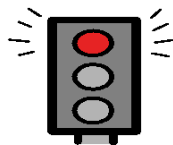
Asistenti dohlíží na to, aby sebeobhájci měli dostatek času na to, aby se mohli vyjádřit k diskutovaným tématům.

Asistenti podporují sebeobhájce v tom, aby měli odvahu mluvit, a rozvíjeli tak svou sebedůvěru.  
Neměli by se snažit sebeobhájce příliš ochraňovat.

Pokud lidé mluví cizími jazyky, asistenti sebeobhájcům překládají.

Asistenti mohou při překládání pouze shrnout, co bylo řečeno.

Pokud lidé mluví příliš rychle, asistenti mohou na chvíli schůzi nebo konferenci zastavit.



## Sebeobhájci



Sebeobhájci upozorní předsedajícího schůze nebo asistenta, když je diskuse příliš rychlá nebo když jí nerozumějí.



## Řekni, co si myslíš

Dobrá podpora závisí na dobré domluvě.  
Aby si sebeobhájci a asistenti udrželi dobré vztahy, měli by si navzájem říkat, co si myslí.



A teď něco k roli asistentů a sebeobhájců na schůzích a konferencích.

## **Před schůzí nebo konferencí**



## Asistenti



Asistenti se ujistí, že sebeobhájci i oni sami mají včas veškeré potřebné podklady ke konferenci nebo schůzi.  
„Včas“ znamená 2 nebo 3 týdny před schůzí nebo konferencí.

Pokud se tak nestane, asistenti zavolají osobě, která má schůzi nebo konferenci na starosti.

Asistenti si podklady přečtou.

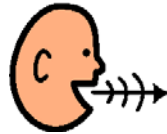
Asistenti se ujistí, že rozumí všem tématům schůze nebo konference a že mají dostatek informací k tomu, aby je vysvětlili sebeobhájcům.

Pokud něčemu nerozumějí, zavolají osobě, která má schůzi nebo konferenci na starosti.



Asistenti všechny podklady pro konferenci nebo schůzi proberou se sebeobhájci.

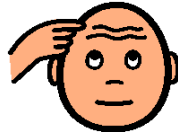
Asistenti dohlédnou na to, že sebeobhájci rozumějí své roli při nadcházející schůzi nebo konferenci.



Asistenti dohlédnou na to, aby sebeobhájci všem tématům rozuměli.



Ujistí se, že sebeobhájci rozumějí způsobu, jakým se schůze nebo konference povede (například jakým způsobem se bude hlasovat).



Asistenti pomohou sebeobhájcům o tématech schůze nebo konference přemýšlet.

Asistenti pomohou sebeobhájcům vytvořit si na témata, kterými se konference nebo schůze bude zabývat, vlastní názor a připravit si otázky.

Asistenti zařídí dopravu sebeobhájců na konferenci nebo schůzi a zpět.



Asistenti se ujistí, že sebeobhájci vědí, co se bude dít.



Asistenti upozorní předsedajícího schůze nebo konference, že na ní jsou přítomni sebeobhájci.

Předsedající sebeobhájce ohlásí na začátku schůze nebo konference.

### Sebeobhájci

Sebeobhájci si sami dohlédnou na to, aby měli včas všechny potřebné podklady, aby se mohli na schůzi nebo na konferenci připravit.

“Včas” znamená 2 nebo 3 týdny před schůzí nebo konferencí.

Pokud všechny podklady včas nedostanou, zavolají osobě, která má schůzi nebo konferenci na starosti.



Před schůzí nebo konferencí se sebeobhájci seznámí s tématy, kterým se bude konference věnovat.

Než sebeobhájci odejdou na schůzi nebo na konferenci, pokusí se porozumět jejím tématům.



Sebeobhájci se pokusí pochopit témata konference nebo schůze sami.

Mohou také požádat o pomoc svého asistenta.



Sebeobhájci se pokusí připravit vlastní otázky a názory k tématu schůze nebo konference, které by mohli na schůzi nebo na konferenci říci.

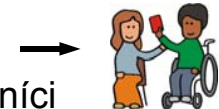


## **Během schůze nebo konference**

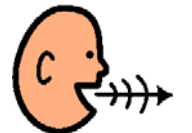


### Asistenti

Asistenti se ujistí, že ostatní účastníci schůze nebo konference mluví přímo k sebeobhájcům.



Asistenti mohou sedět za sebeobhájci. Asistenti nikdy nemluví sami za sebe. Asistenti nikdy neříkají sebeobhájcům, co mají říkat.



Asistenti vždy mluví pouze se svolením sebeobhájců.