



# Європа для нас

Посібник для самоадвокатів та  
журналістів у сфері адвокації  
прав людей з інвалідністю



Пояснення слів виділених **жирним** шрифтом ви можете знайти у кінці "Європа для нас" на сторінках 37-45.

"Європа для нас" перекладена:

- Англійською
- Французькою
- Німецькою
- Угорською
- Італійською
- Нідерландською
- Румунською
- Іспанською

Щоб знайти версії іншими мовами, будь ласка, перейдіть за посиланням:

[www.inclusion-europe.eu/europe-for-us](http://www.inclusion-europe.eu/europe-for-us)

# Зміст

|    |                                                                                                                         |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2  | <b>Передмова редактора:</b><br>Софіан Ель Амрані<br><b>Як самозахист допомагає людям з інтелектуальною інвалідністю</b> |
| 5  | <b>Що таке самоадвокація?</b>                                                                                           |
| 7  | <b>Що таке адвокація?</b>                                                                                               |
| 7  | <b>Чому адвокація важлива?</b>                                                                                          |
| 9  | <b>Створення адвокаційної групи</b>                                                                                     |
| 10 | <b>Самоадвокація в Inclusion Europe</b>                                                                                 |
| 11 | <b>Важливість самоадвокації для людей з інтелектуальною інвалідністю</b>                                                |
| 16 | <b>Самоадвокація в Inclusion Ireland</b>                                                                                |
| 19 | <b>Кодекс практики для самоадвокатів під час інтерв'ю</b>                                                               |
| 20 | <b>Загальні поради для того, щоб стати представником</b>                                                                |

|    |                                                                   |
|----|-------------------------------------------------------------------|
| 22 | Підготовка до інтерв'ю                                            |
| 25 | Під час інтерв'ю                                                  |
| 28 | Після інтерв'ю                                                    |
| 29 | Кодекс поведінки для журналістів та людей,<br>які працюють у ЗМІ  |
| 30 | Яка мова використовується                                         |
| 31 | Загальні рекомендації для журналістів                             |
| 32 | Підготовка до інтерв'ю з<br>особою з інтелектуальною інвалідністю |
| 35 | Під час інтерв'ю                                                  |
| 37 | Пояснення                                                         |

**Передмова редактора**  
Софіан Ель Амрані

# **Як самоадвокація допомагає людям з інтелектуальною інвалідністю**





Усі люди з інтелектуальною інвалідністю мають право ставати самоадвокатами.

Ми, як люди з інтелектуальною інвалідністю, маємо право бути почутими та вислуханими.



Ми маємо права так само, як і всі інші.



Ми, як люди з інтелектуальною інвалідністю, маємо право мати власну групу самоадвокації.

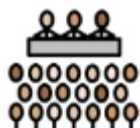
Я вважаю, що було б чудово, якби було більше людей з інтелектуальною інвалідністю, які мали би право започаткувати свою власну самоадвокаційну групу.



Якщо люди з інтелектуальною інвалідністю мають свою власну самоадвокаційну групу, вони можуть спілкуватися з іншими членами своєї групи про важливі для них речі.



Вже існує група самоадвокатів під назвою Європейська платформа самоадвокатів, яка є частиною Inclusion Europe.



Європейська платформа самоадвокатів організовує конференцію кожні 2 роки.

Європейська платформа самоадвокатів складається з людей з інтелектуальною інвалідністю.



Конференція повністю проводиться людьми з інтелектуальною інвалідністю з багатьох різних країн.



Вкрай важливо, щоб голоси людей з інтелектуальною інвалідністю були почуті, і вони мали право створити власну групу самоадвокації.

# Що таке самоадвокація?



Самоадвокація – це діяльність незалежних груп людей з усіма видами інвалідності, які разом працюють заради справедливості.



Ми допомагаємо одне одному взяти контроль над своїм життям і боротися з дискримінацією.



Це вчить нас приймати рішення та вибір, які впливають на наше життя.



Ми можемо бути більш незалежними.



Так ми вивчаємо наші права, але разом з тим ми вчимося, що саме ми повинні робити.



Ми вчимося адвокації, допомагаючи одне одному набувати впевненості, щоб говорити про те, у що ми віримо.



### **Самоадвокація – це:**

- Говорити про те, що ти хочеш і потребуєш.
- Говорити про те, що на тебе впливає, щоб речі ставали кращими для тебе.
- Вчитися відстоювати власні інтереси та говорити за себе, щоб тебе почули, і щоб могли відбутися зміни.
- Розуміти свої права в рамках закону.

- Захищати свої людські права.
- Говорити про важливі речі.

## Про що адвокація?



**Самоадвокація** означає говорити про свої потреби.

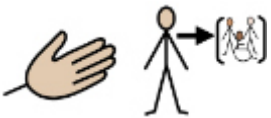


**Адвокація** означає говорити про потреби когось іншого.

## Чому адвокація важлива?



Людам з інвалідністю може бути важко висловлювати свою думку щодо важливих речей.



Участь в адвокаційній групі може полегшити це та надати підтримку, щоб:

- Говорити про власні потреби.
- Висловлювати свої бажання.

## Хороша група самоадвокації:



- Використовує інформацію, зрозумілу для всіх членів.
- Домовляється та створює план роботи.
- Працює як команда.
- Поважає та ставиться до всіх однаково.
- Встановлює правила для членів та персоналу, що надає підтримку.
- Співпрацює з іншими групами та сервісами, щоб стати сильнішими.
- Зустрічається з людьми та підтримує зв'язок з ними.
- Отримує фінансування та ресурси, такі як комп'ютери, інтернет та якісну підтримку.
- З'ясовує, хто приймає рішення щодо важливих для вас речей.
- Створює план дій, який підходить усім.



# Створення адвокаційної групи

Успішні групи намагаються мати три цілі або причини для об'єднання.

Кожна з цих цілей або причин допомагає утримувати членів у групі.



- **Ціль 1:**

- Бути частиною громади.**

- Що можна зробити у вашій групі самоадвокації, щоб об'єднати людей?



- **Ціль 2:**

- Навчатися новому.**

- Чого ви хочете навчитися як член групи самоадвокації?

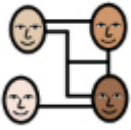


- **Ціль 3:**

- Захищати права людей з інвалідністю.**

- Над чим ви хочете працювати разом як група самоадвокації?

# Самоадвокація в Inclusion Europe



Ось [посилання](#) на членів Inclusion Europe, кожен з них пропонує багато можливостей для самоадвокації.



Ось [посилання](#) на посібник з того, як стати самоадвокатом.



А якщо ви натиснете на це [посилання](#), дізнаєтесь більше про Inclusion Europe.

# Важливість самоадвокації для людей з інтелектуальною інвалідністю



## Елізабета Молдован

самоадвокатка з Румунії



Я стала самоадвокатом, тому що хотіла знати свої права як людина з інвалідністю.

У закладах, де я жила,  
я зазнала багато знущань.

Я хотіла змінити цю ситуацію  
для інших.

Як самоадвокат,  
я також хотіла  
розвиватися як особистість.





## Ласло Берчі

віце-президент Inclusion Europe



**Незалежність є критично важливою.**

**Ми можемо процвітати  
лише тоді, коли люди навколо нас надають  
підтримку, але також дають нам можливість  
ухвалювати рішення самостійно.**

**Нам потрібна якісна підтримка.**

**Від організацій,  
сімей та інших самоадвокатів.**

**Нам потрібно багато навчатися, і ми повинні  
наполегливо працювати для нас самих.**

**Нам потрібно, щоб наші голоси були почуті.**





## В'ячеслав Загорський

член правління EVPIT



**Наше життя має залежати від нас,  
ми повинні ухвалювати рішення для себе.**

**Кожен має право ухвалювати рішення для себе.**

**Нам потрібні інші люди, які довіряють нам.**

**Ми повинні мати можливість просити про  
допомогу, якщо це необхідно,  
і отримувати підтримку.**

**Ми повинні вчитися, робити помилки  
і нести відповідальність за свої рішення.**

**Нас потрібно слухати.**





## Пол Олфорд

самоадвокат з Ірландії



**“Що нам потрібно в Ірландії,  
так це щоб уряд і медіа слухали  
людей з інвалідністю.**

**Я змушений був боротися все своє життя,  
і це було важке життя.**

**Я ніколи не жив зі своєю сім'єю.**

**Я бажаю, щоб інші робили те ж, що і я.**

**Живіть своє життя, живіть незалежно,  
проходьте ці курси, отримуйте більше досвіду,  
знаходьте роботу і заробляйте належні гроші.**

**Немає нічого про нас без нас.**

**Наші голоси, наші вибори.**

**Нас потрібно слухати і нашу думку  
потрібно враховувати.”**



# Самоадвокація в Inclusion Ireland



Inclusion Ireland є членом Inclusion Europe.



Inclusion Ireland працює для повної інтеграції людей з інтелектуальною інвалідністю, підтримуючи їх у тому, щоб їхні голоси були почуті, і захищаючи їхні права відповідно до Конвенції ООН про права осіб з інвалідністю (UNCRPD).



Inclusion Ireland створила робочу групу з людей з інтелектуальною інвалідністю, які були зацікавлені у самоадвокації.



Ця робоча група пройшла навчання з медіа, щоб дізнатися, як вони можуть комунікувати свій досвід у медіа та адвокатувати за себе.

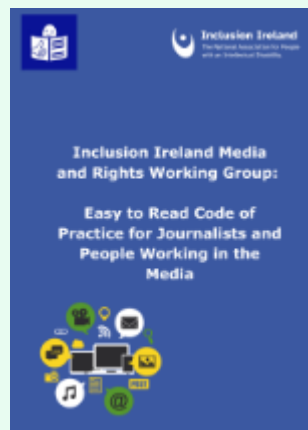


Робоча група створила Кодекс практики для журналістів. Посібник допомагає журналістам, які проводять інтерв'ю з людьми з інтелектуальною інвалідністю.



Робоча група створила Кодекс практики для самоадвокатів. Цей посібник призначений для людей з інтелектуальною інвалідністю, щоб підтримати їх під час інтерв'ю з журналістами.

Оригінальні файли можна знайти тут:



# Кодекс практики для самоадвокатів під час інтерв'ю



Вихід у медіа важливий, тому що:

- Це допомагає людям з інтелектуальною інвалідністю бути почутими.
- Це допомагає людям дізнатися про людей з інтелектуальною інвалідністю та почути їхні історії.
- Це допомагає змінити ставлення людей.



Цей кодекс практики призначений для самоадвокатів та людей з інтелектуальною інвалідністю, щоб вони могли користуватися ним під час інтерв'ю.



Це допоможе вам знати, чого очікувати, і як підготуватися до інтерв'ю.

## Загальні поради для того, щоб стати представником



Пам'ятайте, що ви завжди можете стати представником і у вас є все для цього.

Наші голоси важливі, і ми повинні бути почутими.

Ми можемо допомогти

підвищити обізнаність самостійно,

а не чекати, поки це зробить хтось інший.



Спробуйте доєднатися до своєї місцевої громади та знайомитися з новими людьми.



Важливо мати сім'ю, друзів або людей, яких ви знаєте в своїй спільноті, які можуть підтримати вас та ваше повідомлення.



Якщо у вас є повідомлення, яке ви хочете донести, є різні способи бути почутим.



Ви можете відвідувати адвокаційні зустрічі та заходи, опублікувати книгу чи статтю, або написати про це в соціальних мережах.



Не всі можуть говорити про свої потреби, тому ми повинні говорити за всіх у нашій спільноті. Ніхто не залишиться позаду.



Завжди вірте в себе і будьте впевненими. Ніхто не може сказати вам, що ви можете, а що не можете робити.



Розповідати людські історії це потужний інструмент. Це означає говорити про свій власний життєвий досвід.



Ми повинні розповідати позитивні історії, які показують, як ми можемо ухвалювати власні рішення.

# Підготовка до інтерв'ю



Інтерв'ю може:

- відбуватися по телефону,
- відбуватися віч-на-віч,
- проходити в студії.



Коли з вами зв'ясується журналіст,  
ось кілька корисних запитань,  
які ви можете поставити:

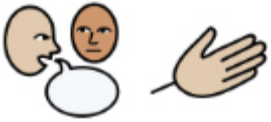
1. Хто телефонує?
2. Звідки вони телефонують?
3. Про що вони хочуть поговорити і чому вони дзвонять саме вам?
4. Чи є інтерв'ю в прямому ефірі чи записаним?
5. Чи буде інтерв'ю в студії, чи в іншому місці?
6. Хто буде проводити інтерв'ю?
7. Чи буде хтось інший брати участь в інтерв'ю разом з вами?

8. Наскільки доступне місце,  
де проводитиметься інтерв'ю?

Якщо журналіст зв'язується з вами  
для проведення інтерв'ю,  
вам не потрібно робити це прямо зараз.



Попросіть їхні контактні дані та скажіть,  
що зв'яжетеся з ними пізніше.



Якщо вам знадобиться якась допомога  
під час інтерв'ю,  
обов'язково повідомте про це журналістам.

Якщо вам потрібна допомога, ви повинні її отримати.  
Але це має бути ваше рішення,  
а не примус.



Попросіть журналіста, чи можна зустрітися з ним  
до інтерв'ю, щоб ви могли познайомитися  
один з одним.



Попросіть журналіста, чи може він розповісти,  
які запитання буде ставити або  
на які теми ви говоритимете на інтерв'ю.  
Це дасть вам можливість підготуватися.



Обов'язково скажіть журналісту, якщо ви не розумієте щось.



Ви маєте право просити про простий для читання текст і просту мову.

Або можете попросити журналіста пояснити це вам.



Подумайте про ключові повідомлення, які ви хочете донести.

Спробуйте обрати 3 основні пункти, про які хочете поговорити під час інтерв'ю.



Ви можете попросити когось, наприклад, друга або супроводжуючого, допомогти вам попрактикуватися перед інтерв'ю.

Вони можуть бути у ролі інтерв'юера і задавати вам запитання для підготовки.



Якщо вам зручно, ви можете попросити про тихий простір, куди можна піти на кілька хвилин перед початком інтерв'ю.



Якщо ви вважаєте, що дистанційне інтерв'ю буде для вас легшим, ви можете попросити провести інтерв'ю по телефону або через Zoom.



Пам'ятайте, що більшість людей нервують через проведення запису інтерв'ю. Ви можете поговорити з кимось, кого знаєте, про це, щоб допомогти вам трішки заспокоїтись.



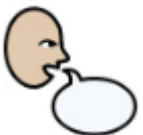
Якщо у вас буде відеозйомка, то важливо подбати про те, що ви одягнете. Переконайтеся, що ви одягнені у відповідний та комфортний одяг.

Багато інтерв'ю відбуваються щодня, і ваше інтерв'ю може не відбутися, якщо журналісту потрібно буде займатися іншою історією. Не засмучуйтесь.

## Під час інтерв'ю



Переконайтеся, що ви представилися та розповіли трохи про себе.



Пам'ятайте, що не варто говорити занадто швидко. Вам не потрібно квапитися.



Не забувайте дихати.

Ключ до впевненості – бути розслабленим.



Якщо ви не розумієте запитання

або не чуєте, що говорить журналіст,

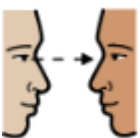
ви можете попросити його повторити запитання.



Спробуйте сидіти або стояти прямо.

Це допоможе вам виглядати більш впевненими

та покращить звучання вашого голосу.



Якщо інтерв'ю проходить віч-на-віч, намагайтеся

підтримувати зоровий контакт з журналістом,

коли говорите.



Якщо інтерв'ю проходить у Zoom, намагайтеся

дивитися на людину на екрані, коли говорите.



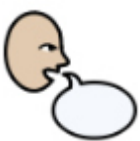
Уважно слухайте, що говорить журналіст,

перш ніж давати відповідь.



Чекайте, поки журналіст перестане говорити,

перш ніж почати говорити самому.



Пам'ятайте, що ви можете говорити те,

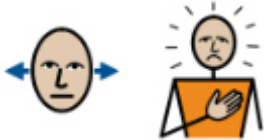
що хочете. Не кажіть те, що, на вашу думку,

хтось інший хоче почути.

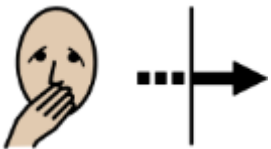


Ви можете висловлювати свою думку та говорити про те, як ви почуваетесь щодо тієї чи іншої ситуації.

Спробуйте не вживати слово «вибачте» під час інтерв'ю.

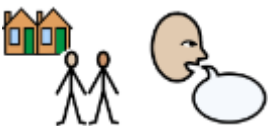


Вам немає за що вибачатися.



Якщо ви припустилися помилки під час розмови, це нормально. Спробуйте продовжити і не хвилюйтеся через це.

Пам'ятайте, що журналісти не намагаються вас підловити. Вони знають, що ви не політик або знаменитість, і просто висловлюєте свою думку.



Коли ви говорите про права, намагайтеся використовувати приклади з вашого життя або життя когось, кого ви знаєте, за їхньою згодою.

Пам'ятайте, що нормально кілька секунд подумати, перш ніж відповідати.

## Після інтерв'ю



Обов'язково подякуйте журналісту за їхній час і за можливість.

Запитайте, коли ви зможете побачити або почути інтерв'ю.



Якщо ви припустилися помилки під час інтерв'ю, намагайтеся не думати про це. Головне, щоб ви донесли свої ключові повідомлення — тоді можете бути певні, що ви зробили чудову роботу.

Слухайте, дивіться або читайте інтерв'ю після того, як воно вийде. Таким чином ви зможете побачити, що можна покращити.

Коли інтерв'ю вийде, ви можете зв'язатися з журналістом, щоб поділитися своїми враженнями про нього.



Гордіться собою!

# Кодекс поведінки для журналістів та людей, які працюють у ЗМІ

# Яка мова використовується



Говоріть з людиною про те, які слова чи терміни їй подобається використовувати. Використовуйте людську мову.

Мова, яка використовується в UNCRPD це «людина з інвалідністю».

Деяким людям може подобатися термін «людина з інвалідністю». Деяким людям може подобатися термін «самоадвокат».

Деякі люди взагалі не хочуть згадувати про свою інвалідність.

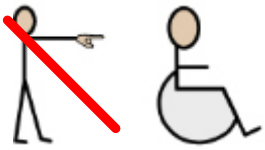


Завжди використовуйте шанобливу мову. Ніколи не використовуйте застарілу чи образливу мову, таку як:

- «інвалід»
- «відсталий»
- «психічна інвалідність»
- «повільний»

- «дурний»
- «недійсний»
- «страждає від ...»

Пам'ятайте, що інвалідність людини не визначає її.



Деяким людям не подобається,  
коли їх маркують за інвалідністю.

Уникайте підкреслення інтелектуальної інвалідності,  
де це можливо.



Наприклад, уникайте формулювання «Мері з Дубліна.  
Мері має інтелектуальну інвалідність».

Ви могли б описати допомогу чи підтримку,  
яка потрібна Мері,

без акцентування на інвалідності,

наприклад: «Мері з Дубліна, і в неї є асистент,

який допомагає їй з вирішенням певних завдань».

## Загальні рекомендації для журналістів



Не судіть людей з інтелектуальною інвалідністю.

Люди повинні слухати наші ідеї,

і нас слід запрошувати на великі телевізійні програми.



Коли ви говорите про інтелектуальну інвалідність, запрошуйте самих людей з інтелектуальною інвалідністю, щоб вони брали участь в інтерв'ю замість їхніх асистентів або членів родини.



Коли ви плануєте інтерв'ю чи медіа-захід, місце проведення заходу завжди має бути повністю доступним.



Коли ви розповідаєте про інтелектуальну інвалідність, ви повинні врахувати голос людей з практичним досвідом. Вони є справжніми експертами.

## Підготовка до інтерв'ю з особою з інтелектуальною інвалідністю



Не припускайте, що ви можете думати краще за нас або висловлюватися кращим способом. Ми можемо говорити та думати самостійно.



Дізнайтеся більше про походження цієї людини. Намагайтеся познайомитися з нею, щоб вона почувалася комфортніше.



Вивчайте різні способи спілкування, такі як:

- легкі для читання документи, як цей
- технології, такі як комп'ютери, телефони та планшети
- картинки та зображення
- жестова мова
- шрифт Брайля
- комунікаційні дошки
- будь-які інші допоміжні засоби для спілкування



Розкажіть трохи про себе,  
щоб особа почувалася з вами більш комфортно.



Запитайте у особи дозвіл на все,  
наприклад, на фотографії та відео.

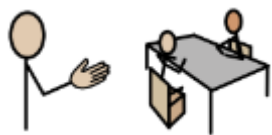
Заключіть з особою угоду про контекст  
і спосіб використання її фотографій або цитат.



Дайте людям приклади питань,  
які ви збираєтеся їм поставити перед інтерв'ю,  
щоб вони могли підготуватися.



Це надасть людям більше впевненості в тому, що вони будуть говорити.



Скажіть людині заздалегідь, що вона може взяти когось, кого вона знає, із собою на час інтерв'ю, якщо захоче. Друг або особа, яка підтримує, може допомогти їй почуватися більш комфортно.



Важливо заздалегідь повідомити людину, де відбуватиметься інтерв'ю і як туди дістатися, щоб вона могла спланувати поїздку.

Надайте їй деталі за тиждень або більше до інтерв'ю.

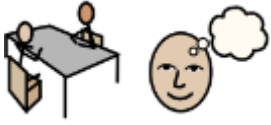


Не забудьте запитати в особи, чи потрібна їй інша допомога, наприклад, щоб хтось був поруч, щоб провести її або допомогти з добиранням.



Дайте людині можливість сказати вам, яка допомога їй потрібна чи не потрібна. Не торкайтеся до них, якщо вас про це не просять.

## Під час інтерв'ю



Пропонуйте потиснути руку, коли вітаєте свого гостя.

Будьте терплячими і спокійними.

Дайте людям можливість взяти паузу

і подумати, якщо це потрібно.



Журналісти повинні знати,

що людина може нервуватися.



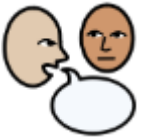
Легкі для читання матеріали завжди повинні

бути доступні,

і ви повинні завжди говорити простою мовою.

Якщо хтось не відповідає на запитання,

слід спростити запитання для розуміння.



Коли ви берете інтерв'ю у

особи з інтелектуальною інвалідністю,

говоріть повільно і чітко, підтримуйте зоровий контакт

і уважно слухайте, що вони говорять.



Приділіть час, щоб зрозуміти кожен

індивідуальний досвід

людини з їхньою інвалідністю.

У кожного досвід різний.

Не описуйте свого успішного гостя як «супергероя»,

оскільки це підвищує хибні очікування, що всі

люди з інвалідністю повинні «досягати чогось».

Дайте людям можливість висловитися.  
Не перебивайте їх і не ставте  
багато запитань одночасно.  
Попросіть їх повторити відповідь,  
якщо ви не розумієте.

# Пояснення



## Доступний

Щось, чим легко користуватись людям з інвалідністю.  
Наприклад:

- Пандуси для входу в будівлю.
- Легка для сприйняття інформація.
- Інформація жестовою мовою.



## Хартія основних прав Європейського Союзу

Документ, який містить інформацію про основні права,  
якими володіє кожна людина.

Наприклад, право на свободу, право на освіту.



## Комісар при Європейській комісії

Комісар - це особа, яка відповідає за певну сферу  
роботи в Європейській комісії і здійснює управління  
великою кількістю людей.



## Спільнота

Люди, які належать до певної групи.

Наприклад, місцева спільнота.

Люди, які живуть в одному районі.

Або релігійна спільнота.

Люди, які мають одну і ту ж релігію.



## Послуги спільноти

Підтримка, надана людьми, що входять до спільноти.



## Конвенція

Угода між країнами

або організаціями, яка висвітлює багато тем.



## Деінституціалізація

Деінституціалізація націлена на те, щоб надати людям з інвалідністю можливість проживати за межами медичних установ.

Це означає, що людям, які проживали в установах, надають допомогу, щоб вони могли проживати у спільноті самостійно.



## Навчати

Це означає надавати доступ до інформації,  
щоб люди могли опановувати нові навички.



## Європейський Союз

Європейський Союз (скорочено ЄС)  
- це група з 28 країн.

Ми називаємо ці країни "державами-членами".

Вони об'єдналися,  
щоб бути сильнішими політично і економічно.

ЄС приймає закони щодо багатьох важливих питань  
для людей, які живуть в цих країнах.

ЄС приймає закони в різних сферах.

Деякі приклади цього:

- Закони захисту навколишнього середовища.
- Закони аграріїв.
- Закони захисту споживачів.

Споживач - це людина, яка купує речі.

ЄС також приймає важливі закони  
для людей з інвалідністю.

Також був прийнятий закон, який надає людині з  
інвалідністю  
більше прав, коли вони подорожують.

ЄС також надає гроші своїм державам-членам.

Деяка частина цих грошей використовується для  
покриття потреб людей з інвалідністю.



## Фінансувати

Давати гроші особі або організації,  
яка допомагає людям або іншим організаціям.



## Inclusion Europe

Inclusion Europe - це організація, яка займається  
питаннями, пов'язаними з людьми з інтелектуальною  
інвалідністю та їхніми сім'ями.

Ми боремося за їхні рівні права та включення в Європі.  
Ми також хочемо впливати на закони в Європі.  
Ми розпочали свою діяльність в 1988 році.  
Наш штат налічує 79 членів у 39 європейських країнах.  
Наша штаб-квартира розташована у Брюсселі у Бельгії.



## Установи

Установи - це місця,  
де люди з інтелектуальною інвалідністю живуть  
разом з іншими людьми з інтелектуальною  
інвалідністю.

Вони живуть окремо від інших людей.

Це ми називаємо "сегрегацією".

Іноді це відбувається проти їхньої волі.

Люди, які проживають в установах,  
повинні дотримуватися правил установи  
і не можуть вирішувати за себе.



## Інтелектуальна інвалідність

Якщо у вас є інтелектуальна інвалідність,  
це означає, що вам важче  
розуміти інформацію  
і опановувати нові навички, ніж іншим людям.

Це робить деякі аспекти життя складнішими.  
Люди з інтелектуальною інвалідністю  
часто потребують підтримки в навчанні або на роботі.

Інтелектуальна інвалідність часто починається у  
дитячому віці.

Вона впливає на вас протягом всього вашого життя.

Є речі, які можуть полегшити життя  
людей з інтелектуальними інвалідністю.

Наприклад, інформація у легкому для сприйняття  
форматі.

Деякі люди говорять "порушення навчання",  
замість "інтелектуальна інвалідність".



## ГО Громадська організація

Громадські організації, або ГО, як правило, це неприбуткові та незалежні від впливу уряду організації.



## Онлайн-навчання

Онлайн-навчання - це спосіб відвідувати заняття, використовуючи комп'ютер або інший пристрій для підключення до Інтернету.

Ці заняття відбуваються за допомогою онлайн-додатків для зустрічей або онлайн-класів.



## Організація

Група людей, які працюють над спільною задачею.



## Сегрегація

Сегрегація - це коли когось відокремлюють від інших з несправедливих на те причин. Наприклад, через їхню інвалідність.



## Самоадвокація

Самоадвокація - це коли люди з інтелектуальною інвалідністю відстоюють власні права.



## Послуги

Підтримка для людей із інвалідністю.



## Тренінг

Навчання, яке часто проводять на роботі, де люди вчаться новому.



Ambitions. Rights. Belonging.

**Зв'яжіться з нами та поділіться своєю історією самоадвокації!**



**Веб-сайт:**

[inclusion-europe.eu](http://inclusion-europe.eu)



**Email:**

[secretariat@inclusion-europe.org](mailto:secretariat@inclusion-europe.org)



**Телефон:**

+32 2 502 28 15



**Адреса:**

Avenue des Arts 3, 1210 Brussels, Belgium



**Facebook:**

[facebook.com/inclusion europe](https://facebook.com/inclusion europe)



**Твіттер:**

[twitter.com/InclusionEurope](https://twitter.com/InclusionEurope)

**Підпишіться, щоб отримувати нові публікації  
"Європа для нас", коли вони виходять:  
[bit.ly/Inclusion\\_Europe\\_Newsletter](http://bit.ly/Inclusion_Europe_Newsletter)**



**Співфінансується  
Європейським Союзом**