



## Segített-önálló élet

Akik a munkában önállóak, az élet más területein is nagyot lépnek előre: keresetükből önállóan kezdenek gazdálkodni, közlekedni, többen próbálkoznak önálló háztartás vezetésével. A Down Alapítvány támogatott szolgáltatás keretében lehetővé teszi a sérült fiatalok számára azt, hogy eljussanak a segített-önálló élet megteremtéséhez és fenntartásához.

Az önálló élet csínját-bínját egy felkészítő program keretei között sajátítják el, amelyet a Down Alapítvány szakemberei vezetnek.



Az új lakásban, ahol 4 másik sérült fiatal laknak majd együtt, mindent maguknak kell elvégeznük a saját lakrészükben.

kevesebb gondja és munkája van a gondozónak, a segítőnek és a szülőnek egyaránt.

Az itt tanultak alapján, kezdetben több, később kevesebb segítséggel élik életüket saját lakásukban vagy lakrészükben.

Ez nem csak azt jelenti, hogy saját ételtérrel rendelkeznek, hanem azt is, hogy saját munkájuk, és legtöbb esetben társuk is van. Az ő önállóságuk azt jelenti, hogy sokkal

## Saját Lakás - Saját Élet program

Alapítványi segítség teszi lehetővé azt is, hogy a sérültek a tanultakat „élesben” kipróbálhassák és kiderüljön, képesek-e az önálló életre. A Down Alapítvány lakásaiba beköltöző sérült fiatalok patrónusuk támogatásával a segített élet egy magasabb szintjét gyakorolhatják.

A patrónus jóban-rosszban a fiatalok mellett áll, napi kapcsolatban van a lakásban lakókkal és felméri, hol van szükség segítségre, vagy esetleg több tanácsra.

Segít a mosás, főzés megtanulásában, a háztartás vezetésében. A jól begyakorolt tevékenységeket azután már biztos kézzel végzik a sérült fiatalok is.



Kati és Peti házaspár, akik mostantól egymásra vigyáznak a „Saját Lakás-Saját Élet” programban

### Hogyan telik egy nap?

- 6:30 Felkelés
- 7:20 Indulás a foglalkoztatóba
- 8:00 Munkakezdés a foglalkoztatóban
- 12:00 Ebéd a többiekkel
- 12:30 Még egy kis munka...
- 15:00 Vége a munkaidőnek!
- 15:30 Hazaindulás
- 16:00 Hazafelé bevásárlás
- 17:00 Vacsora készítés
- 18:00 Vacsora
- 18:30 Esti program: tv, vendégség
- 22:00 Lefekvés



...de ezzel nem kell gondjuk, hiszen a felkészítő programban megtanulták, hogyan kell háztartást vezetni



## Jó érzés, hogy nem vagyok a terhére senkinek!

„Nagyon szerencsésnek érezzük magunkat, hogy átköltözhettünk a saját lakrészünkbe! Mostantól kezdve mindent, takarítást, mosást magunknak kell megcsinálni, de együtt lehetek Petivel! Most még sokszor az Átmeneti Otthonban vacsorázunk, de a lakásban majd főzni is fogunk! Tanultam egy-két receptet az anyósomtól, és nagyon jó palacsintát sütök.” – meséli Kati. Hozzáteve, hogy azért minden hétfőgén elmennek Peti szüleihez is.



Peti már sokszor segédkezett süteménysütésben is



Micsoda boldogság, ha az ember a társával élhet, akit szeret, és nem kell intézetben laknia

Egyre többen szeretnének részt venni a „Saját Lakás-Saját Élet” programban, de sajnos még csak a várólistán van helyük. Ha több szakemberrel több lakásban dolgozhatnánk, még több sérültnek engedhetnénk el a kezét, hogy csak messziről figyeljük és segítsük az életüket.

Egy sérült ember életében sokat jelent az, ha nem árván, tehetetlenül kell eltöltenie a napjait szülei mellett vagy valamelyik intézetben, hanem hasznossá teheti magát, van saját keresete és saját élete.

### Kérjük, küldje el nekünk adója 1%-át!

Kérjük, ne feledkezzen meg a Down Alapítványról, amikor kitölti adóbevallását!

Személyi jövedelemadója 1 %-ával elfogadhatóbb életet élhetnek a Down-szindrómás gyermekek és felnőttek!

Sokan még visszajárnak étkezni az Otthonba, ha egyszer úgyszólamennek dolgozni, de a cél az, hogy aki különköltözik, az étkezés tekintetében is önálló legyen. A közösség is megmarad, hiszen az Átmeneti Otthon és a Látványműhely ad helyet a nappali foglalkoztatásnak, és így Kati, Peti és a többiek a még Otthonban maradtakkal is kapcsolatban maradnak.

Kérem, segítsen, hogy még többen vehessenek részt a „Saját Lakás-Saját Élet” programban!  
A felkészítő program havi költsége 20 000 forint,  
egy sérült napi szakmai segítségének költsége 2 500 Ft.  
Az Ön segítségével a sérült emberek is emberibb életet élhetnek!

Adószámunk: 18005282-1-42

A Down Alapítvány hírlevele: 2008/2 • Számlaszám: Citibank 10800007-56240003