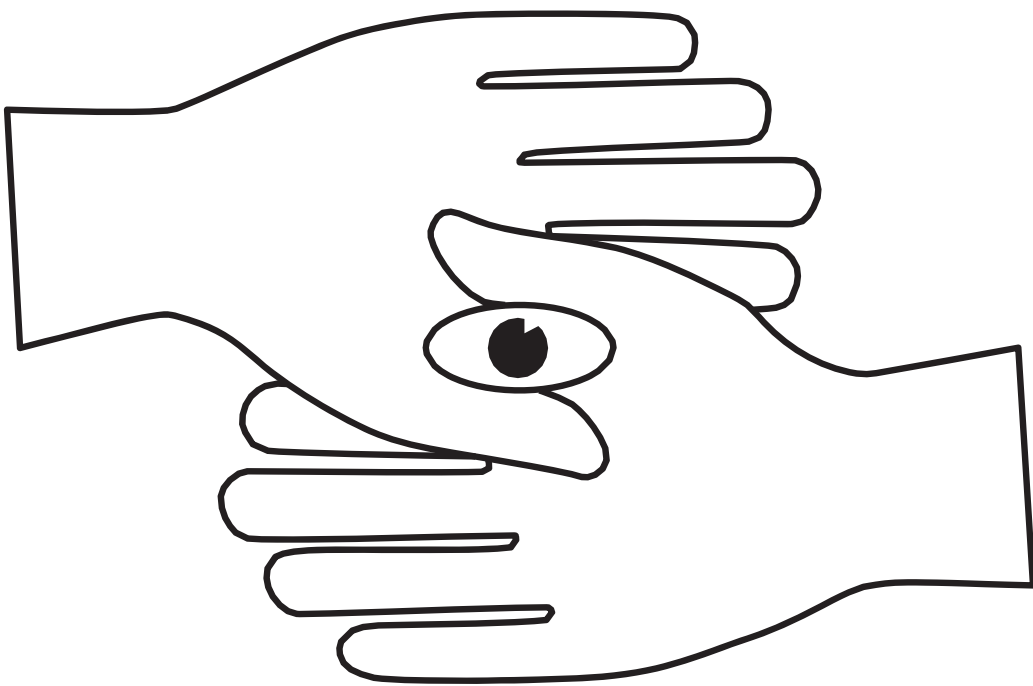


Det är ditt liv



Delaktighet i sikte

Lättläst handledning för cirkelledare

Projektet med delaktighet i sikte

Materialet "Det är ditt liv" gjordes i FUB:s projekt
Med delaktighet i sikte.

Ett projekt arbetar med bestämda saker.
Projektet finns under en bestämd tid.

Vi som arbetade i projektet heter Malin Holmén och Hans Nilsson.
Om du vill kontakta oss kan mejla:

delaktighet@fub.se

Vi vill att personer som har LSS-insatser
ska kunna bestämma mera i sina egna liv.

Men det kan vara svårt att bestämma.
Vad kan du göra då?
Hur kan du göra för att få att någon att lyssna?

Många behöver veta mera om viktiga saker.

Vi ville skriva en text som är lätt att förstå.
Vi använder pictogram.
Pictogrammen gör det lättare att
komma ihåg och förstå texten.

Någon kan läsa texten högt för dem som inte läser själva.

Vi hoppas att "Det är ditt liv" kan ge er nya kunskaper.
Det finns mycket att prata om!

Denna lättlästa handledning för cirkelledare är skriven av:
Hans Nilsson
Layout:
Studieförbundet Vuxenskolan och FUB i Västra Götaland

Studiematerialet finns i PDF-version som kan laddas ner och kopieras
från SV:s och FUB:s intranät.
Kontakta närmaste SV-avdelning för att starta studiecirkel.
Adressen till din närmaste SV-avdelning hittar du på www.sv.se.

Detta är en lättläst handledning för cirkelledare i studiecirkeln ”Det är ditt liv”

”Det är ditt liv” handlar om rättigheter för personer med funktionsnedsättningar. Man får veta mera om sina rättigheter och skyldigheter. Vad kan man göra för att få det man har rätt till?

I denna ledarhandledning finns hjälp till dig som ledare. Handledningens första del handlar om: förberedelser, cirkelledarens roll och råd och tips till studiecirkeln.

Sedan kommer bilder med text som i materialet som deltagarna får. Men i denna handledning finns mer information om varje avsnitt som du kan läsa. Här finns frågor ni kan prata om. Välj dem som ni tycker är intressanta. Ni kan göra egna frågor.

Studiecirkeln ”Det är ditt liv” är uppdelad på nio träffar och varje träff är två timmar. Ni kan ha färre eller fler träffar om ni vill.

Det viktiga är att ni pratar om era upplevelser och delar med er av era tankar. Lärandet händer när ni pratar med varandra. Ta vara på synpunkter från deltagarna. Vill ni prata särskilt mycket om något så kan ni göra det.

Ni kan bjuda in gäster som kan svara på era frågor. Ni kan göra studiebesök och intervjuer med personer som ni vill prata med.



Innehållsförteckning

| | |
|--|------|
| Projektet med delaktighet i sikte | s. 2 |
| Vad är en studiecirkel? | s. 6 |
| Det här är Studieförbundet Vuxenskolan, FUB och Inre Ringen | s. 7 |
| Cirkelledarens roll | s. 8 |
| Gruppen och deltagarna | s. 9 |

Träff 1

| | |
|---------------------------|-------|
| Att börja och komma igång | s. 10 |
|---------------------------|-------|

Träff 2

| | |
|--|-------|
| Alla människor är lika mycket värda | s. 13 |
| FN-konventionen | s. 14 |
| Alla vill leva <u>sitt</u> liv | s. 15 |
| Du kan behöva stöd för att vara delaktig | s. 16 |

Träff 3

| | |
|--|-------|
| LSS | s. 17 |
| Kommunen har ansvar för stöd och service | s. 18 |

Träff 4

| | |
|-----------------------------|-------|
| Din egen bostad | s. 19 |
| Arbetet - Daglig verksamhet | s. 21 |

Träff 5

| | |
|-------------------|-------|
| Fritid och kultur | s. 23 |
| Personalen | s. 24 |
| Chefen | s. 26 |

Träff 6

| | |
|----------------------------------|-------|
| Du är vuxen. Du får bestämma | s. 27 |
| Det kan vara svårt att bestämma | s. 28 |
| Ska någon annan bestämma åt dig? | s. 29 |
| Du kan behöva hjälp att bestämma | s. 30 |

Träff 7

| | |
|------------------------|-------|
| God man och förvaltare | s. 31 |
|------------------------|-------|

Träff 8

| | |
|---|-------|
| Säg vad du tycker - Tala om vad du vill | s. 33 |
| Det är <u>ditt</u> liv | s. 34 |
| Du får alltid fråga | s. 35 |
| Är du rädd för att säga vad du tycker? Väger du inte fråga? | s. 36 |
| Tid att tänka | s. 37 |
| Om någon inte lyssnar | s. 38 |

Träff 9

| | |
|--|-------|
| Om du inte får som du vill | s. 39 |
| Vad är viktigt för dig? | s. 40 |
| Ge inte upp! | s. 41 |
| Hur har studiecirkeln varit? | s. 41 |
| | |
| Fler studiecirklar om delaktighet och demokrati hos SV | s. 42 |
| Mer att läsa | s. 43 |

Vad är en studiecirkel?

I en studiecirkel träffas ni för att lära er något som ni är intresserade av.

Ni träffas flera gånger på en särskild tid och veckodag.

En cirkelledare ansvarar för cirkeln.

I studiecirkeln lär ni er tillsammans.

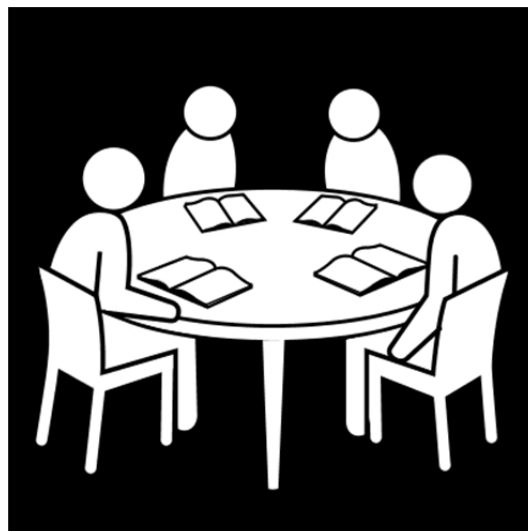
Ni lär er när ni lyssnar på varandra.

Det är viktigt att alla får prata i en studiecirkel.

Alla bidrar med sina kunskaper.

Ni kan berätta vad ni har varit med om.

Ni kan ställa frågor som alla kan prata om.



I en studiecirkel får alla säga vad de tycker.

Det kan hända att ni tycker olika.

Då får ni försöka förstå varandras olika sätt att se på saken.

Alla måste inte tycka likadant i studiecirkeln.

Genom att försöka förstå olika åsikter kan vi lära oss något nytt.

Lokal

Ni kan ha studiecirkeln var som helst.

Tänk på att lokalen ska vara tillgänglig för alla.

Se till att ingen stör er när ni har studiecirkeln.

Alla ska få plats och kunna sitta bekvämt.

Sätt stolar och bord så att alla kan se varandra.



Studieförbundet Vuxenskolan

Studieförbundet Vuxenskolan erbjuder studier för vuxna i hela Sverige.

Studieförbundet Vuxenskolan förkortas SV.

SV ordnar studiecirklar och kultur för att människor ska kunna lära sig och utvecklas.

SV tycker att alla människor är lika mycket värda och har samma rättigheter.

SV tror på en värld där alla tänker på att samhället ska fungera för alla människor.



Det här är FUB

FUB betyder Föreningen för barn, unga och vuxna med utvecklingsstörning.

FUB arbetar för att barn, ungdomar och vuxna med utvecklingsstörning ska ha det bra.

Personer med utvecklingsstörning och deras anhöriga är medlemmar i FUB. Personal och andra som är intresserade är också medlemmar.

FUB finns i hela Sverige.



Inre Ringen

Inre Ringen är en del av FUB. I Inre Ringen kan personer med utvecklingsstörning mötas. Gemenskapen i Inre Ringen ger möjlighet att öka inflytandet, påverka vardagen och förändra samhället!

Medlemmarna i Inre Ringen har stöd av handledare.

Inre Ringen finns i hela Sverige.



Cirkelledarens roll

Cirkelledaren har ansvar för studiecirkeln och förbereder träffarna.

Cirkelledaren ska försöka skapa en bra och trygg stämning i gruppen.
Alla behöver känna sig välkomna och sedda.

Var noga med att ge alla chans att prata.
Om många vill prata samtidigt får du hålla reda på vem som står på tur.
En del deltagare kan ha svårt att prata i grupp eller ha svårt att uttrycka sig.
Då får du ha tålmod och vänta på det som någon vill säga.



Tänk på att ge tid för att tänka efter innan man svarar.
Prata om tjugosekundersregeln.
Vänta i minst tjugo sekunder på svar på en fråga.
Då ger du dem som behöver tid att tänka möjlighet att vara med i samtalet.
Testa i gruppen och upplev hur lång tid tjugo sekunder är.



En cirkelledare ska behandla alla lika.
Du ska inte ta ställning mellan olika åsikter.
Du kan hjälpa deltagarna att få fram sina åsikter med frågor.
Öppna frågor är frågor som det går att ge olika svar på.
Till exempel:
"Hur menar du då?"
"Kan du berätta mera?"

Motsatsen är frågor som det bara går att svara ja eller nej på.
Ibland behöver du hjälpa någon att hitta orden.
Då kan du ge ett förslag och fråga:
"Är det så här du menar?"

Gruppen och deltagarna

I en studiecirkel har deltagarna själva valt att vara med.
De berättar vad de varit med om och vad de vet.
Ni lär er av varandra.
Ju mer alla berättar och frågar,
ju mer lär sig alla.

Samtalet är det viktigaste i en studiecirkel.
Därför ska gruppen vara liten.
Det är lagom med 4 - 6 personer.
Alla ska kunna komma till tals.



"Det är ditt liv" handlar om viktiga frågor i vardagen.
Ibland kan samtalen röra upp känslor.
Deltagarna kan tycka olika.
Det är viktigt att visa respekt för varandra.

"Det är ditt liv" handlar om rättigheter för personer med funktionsnedsättningar.
Det kan kännas både bra och jobbigt att få veta om sina rättigheter.
Några deltagare kan känna att de inte får bestämma i sina liv.
Föräldrar, personal eller god man kanske bestämmer sådant personen själv vill bestämma.

I studiecirkeln kan ni prata om det.
Uppmuntra till samtal och samarbete.
Prata om bra tips för att få någon att förstå.
Ni kan träna på hur ni ska säga.

Cirkelledaren ska vara på plats när deltagarna kommer.

Möt dem vid dörren och hälsa alla välkomna.

Första gången ni träffas behöver ni lära känna varandra.

Hälsa välkommen och presentera dig själv.

Låt alla presentera sig och berätta lite om sig själva.

Här är förslag på några frågor:

- Vad man heter och bor.
- Vad man tycker om att göra på fritiden, favoritmusik eller annat som är lätt att berätta om.
- Varför man vill vara med i studiecirkeln?

Behöver ni ha regler?

Prata om regler för studiecirkeln första gången ni ses.

Ni kan bestämma reglerna tillsammans.

Det är bra att skriva upp reglerna.

Då kan ni ta fram dem och titta på dem om det behövs.

Reglerna kan gälla hur ni ska vara mot varandra.

Här är förslag på några regler:

- Alla måste få komma till tals.
- När någon talar lyssnar de andra.
- Tala inte illa om någon, varken deltagare eller andra.

Prata om "tystnadsplikt"

Om någon berättar något som är personligt eller känsligt så ska ingen berätta det utanför studiecirkeln.

I en studiecirkel får alla säga vad de tycker.

Det betyder inte att det är okej att säga vad som helst.

Om någon talar illa om en person eller en grupp i samhället så får cirkelledaren sätta stopp.



Dela ut deltagarmaterialet ”Det är ditt liv” till alla.

Gå igenom rubrikerna i materialet och bestäm tillsammans vad ni vill jobba med. Eller ska ni följa ordningen som den är? Prata tillsammans vad ni ska lära er.

Bestäm tid och plats för alla träffarna. Bestäm hur ni gör med fika.

Råd och tips

Ni kan bjuda in gäster som kan svara på era frågor. Det kan vara personal, chefer, handläggare, politiker, LSS-chef eller representanter för FUB. Förbered mötet och gör frågor. Bestäm vem som ska leda samtalet. Tala om för gästerna att det är viktigt att de pratar så att alla kan förstå.

Ni kan göra studiebesök och intervjuer med personer som ni vill prata med. Förbered er väl och ta med färdiga frågor. Ni kan använda en smartphone och spela in mötena. Fråga alltid om det går bra att ni spelar in.

Prata om mötena efteråt:

- Hur fungerade frågorna?
- Kunde alla förstå svaren?
- Blev ni bra bemötta?
- Förstod alla eller behövs förklaringar?
- Fick ni svar på era frågor?
- Vill ni följa upp mötet med flera frågor?

Tänk på att ha fikapaus när ni har studiecirkel. Då kan ni prata om annat och lära känna varandra.

Sluta varje träff med att fråga deltagarna:

- Vad var bra idag?
- Vad har jag lärt mig?

Börja varje träff med att gå igenom vad ni pratade om på förra träffen.



Om olika ord

När vi pratar om funktionsnedsättningar använder vi många olika ord.

Här är några vanliga ord:

- Funktionsnedsättning
- Funktionshinder
- Funktionsvariation
- Utvecklingsstörning
- Intellektuell funktionsnedsättning



Funktionsnedsättning och funktionshinder

En person kan ha en funktionsnedsättning. Men en persons funktionshinder beror på hur allt är omkring personen.

En person med rörelsehinder blir mindre funktionshindrad om det finns hiss i huset där personen bor.

En person med intellektuell funktionsnedsättning blir mindre funktionshindrad om människor har kunskap och kan prata med personen på ett sätt som han eller hon förstår.

Funktionshinder kan tas bort och förebyggas med hjälpmedel och anpassningar. Ingen är funktionshindrad i alla situationer.

Vem är en brukare?

När vi pratar om grupper av personer behöver vi ord för dem. Ordet brukare används ofta för personer med LSS-insatser. Många gillar inte ordet brukare.

De som har LSS-insatser har ansökt och fått rätt till dem. De kan kallas "LSS-berättigade" eller "personer med rätt till LSS-stöd".

Prata om orden:

- Vilka tankar och känslor väcker orden?
- Finns det ord som ni inte gillar?
- Vilka ord vill ni använda?

Sverige följer FN:s regler om mänskliga rättigheter.

FN betyder Förenta Nationerna.
Alla länder får vara med.
I FN ska alla länderna i världen komma överens så att människor får leva i fred och frihet.

Mänskliga rättigheter betyder att alla människor är lika mycket värda och har samma rättigheter.



De mänskliga rättigheterna gäller alla människor i hela världen.

- Alla människor är födda fria
- Alla människor är lika värdefulla
- Alla människor har rättigheter

Alla människor är olika och det har ingen betydelse:

- var du kommer ifrån
- vilket kön du har
- vilket språk du talar
- vilken politik du gillar
- om din familj är rik eller fattig
- vilken färg du har på huden
- om du har en funktionsnedsättning



Alla har samma rätt att bemötas med respekt.

Att prata om:

- Att visa respekt - vad betyder det för dig?

Människor med funktionsnedsättning har ofta det svårare än andra. Så är det i alla länder. De behöver särskilt skydd. Därför har FN gjort en konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning.

En konvention är regler som länder kommer överens om att de ska följa.



I FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning finns bestämmelser för hur det ska bli ett slut på diskriminering av personer med funktionsnedsättning. Diskriminering betyder att en person blir behandlad som en människa utan värde.

En person kan också bli diskriminerad på grund av:

- kön
- vilket land man kommer ifrån
- vilken religion man tror på
- funktionsnedsättning
- sexuell läggning
- ålder
- hudfärg

Att prata om:

- När vet du att någon har respekt för ditt värde?
- Hur kan du göra för att visa respekt för andra människors värde?

En människas vilja är viktig.
Genom viljan uttrycker vi våra behov.
Genom vår vilja formar vi våra liv.

Du har rätt att välja vem du vill vara med.
Du har rätt att välja var du vill bo.
Du har rätt att välja vad du vill arbeta med.
Du har rätt att välja vad du vill göra på din fritid.

Du kan behöva stöd för att kunna göra det du vill.
De som ska hjälpa dig ska lyssna på dig.
Då kan du få det som du vill ha det.



Att prata om:

- Hur vill du leva ditt liv?
- Vad har du för drömmar?



Delaktighet betyder många saker:

Det är att känna sig som en del av en gemenskap.
Det är att bli lyssnad till och att bli tagen på allvar.
Det är att kunna vara med och påverka.
Motsatsen till delaktighet är att vara utanför.

Vi kan behöva stöd för att vara delaktiga.

För att kunna vara delaktiga behöver vi:

- bli lyssnade på.
- stöd för att uttrycka vår vilja och våra synpunkter.
- bli tagna på allvar så att våra åsikter betyder något.
- vara med och säga vad vi tycker när saker som angår oss ska bestämmas.
- vara med och bestämma och få möjlighet att ta ansvar för det bestämts.

Att prata om:

- Hur vet du när någon lyssnar på dig?
- Hur ska personer i din omgivning göra för att lyssna på dig?
- Vad behöver du för att du ska kunna säga vad du tycker?
- Vad behöver du för att du ska kunna berätta hur du vill ha det?
- Får dina åsikter och din vilja betydelse när sådant som angår dig ska bestämmas?
- Får du vara med om möten tillsammans med andra och bestämma om frågor som handlar om dig?
- Får du vara med och bestämma och ta ansvar för sådant som är viktigt för dig?

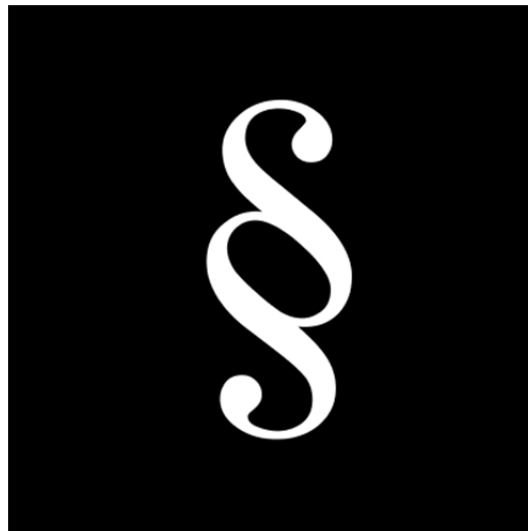
LSS betyder Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade.

Med LSS-stöd ska du kunna leva ett bra liv.

Stödet ska ge dig goda levnadsvillkor.

Målet för insatserna enligt LSS är att du ska kunna leva som andra.

Du ska ha möjlighet att vara med i samhället på alla sätt.

**Att prata om:**

- Vad betyder "att vara med i samhället för dig"?
- Tycker du att du är med i samhället?
- Vad betyder "leva som andra" för dig?
- Tycker du att du har möjlighet att leva som andra?

LSS- stödet kan utföras av kommunen eller av någon annan.
Om någon annan ger stödet har de fått
ett uppdrag av kommunen.
Kommunen har alltid ansvaret för att stödet
är som LSS-lagen bestämmer att det ska vara.

Verksamheten ska ha god kvalitet.
Det betyder att den ska vara bra för dig
som tar emot stödet.
Stödet ska vara så som just du behöver det.
Du ska få det på ett sätt som passar just dig.
Stödet ska vara grundat på att
du har rätt att bestämma själv.
Det ska vara grundat på respekt för ditt privatliv.

Det ska finnas tillräckligt med personal för att
verksamheten ska hålla god kvalitet.
Du ska ha så stort inflytande och
medbestämmande över ditt stöd som möjligt.
Att ha inflytande betyder att kunna bestämma
själv i vardagen.
Det betyder också att du ska kunna påverka beslut
som fattas av personal, chefer eller politiker.



Att prata om:

- Betyder rätten att själv bestämma att du alltid kan göra som du vill?
- Hur kan personer som har LSS-stöd få inflytande?
- Tycker ni att ni får det stöd som LSS-lagen lovar?
- Vilka bestämmer om LSS-verksamheterna i er kommun?
- Hur kan ni få dem att lyssna på er?

En lägenhet i gruppbostad eller en annan bostad med särskild service är ditt eget hem. Den får inte likna en institution, som ett sjukhus eller ett vårdhem.

Det är viktigt att ni är en liten grupp som bor i samma gruppbostad eller annan bostad med särskild service. Gruppen ska vara liten så att ni som bor där kan lära känna varandra väl och fungera bra tillsammans.

Du som bor i gruppbostad ska få stöd för att göra saker på din fritid och för att ta del av kultur.

Personalen ska ge dig den omvårdnad som du behöver. Personalen måste ha respekt för att bostaden är ditt eget hem.



Du som bor i en gruppbo­stad eller en annan bo­stad med sär­skild service ska få ditt stöd av så få personer som möjligt. Det ska vara personal som känner dig väl. Du ska ha möj­lighet att välja vilken personal som ska hjälpa dig.

Det ska finnas ett gemensamt utrymme där du och dina grannar kan träffas och umgås. Det gemensamma utrym­met ska vara öppet för er som bor i gruppbo­staden.

Du och dina grannar ska ha inflytande och medbestämmande. Det betyder att du ska få bestämma själv i din vardag. Det betyder också att ni ska få vara med och planera och bestämma om saker som angår er. Ni som bor i samma gruppbo­stad har mycket gemensamt. Ni kan ha möten och prata om hur ni vill ha det när det gäller saker som angår er. Om det finns problem kan ni prata om dem tillsammans.

Att prata om:

- Får du bestämma hur du vill ha det hemma?
- Kan du bestämma vilken personal som ska hjälpa dig?
- Det gemensamma utrym­met tillhör hyresgästerna. Vem ska bestämma när det är öppet och vad som händer där?
- Vad vill ni göra i det gemensamma utrym­met?
- Behöver ni komma överens om regler?
- Vill ni göra aktiviteter tillsammans?
- Vill ni äta tillsammans ibland eller varje dag?
- Vem ska bestämma vad ni ska äta?

Daglig verksamhet är en LSS-insats. Personer som inte förvärvsarbetar eller studerar kan få något meningsfullt att göra.

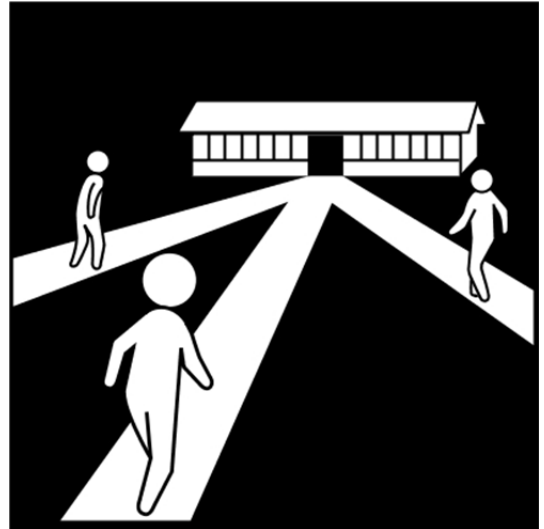
Daglig verksamhet ska vara anpassad efter dina behov.

Daglig verksamhet kan vara på ett dagcenter eller i en grupp på en arbetsplats. Du kan ha individuell daglig verksamhet på en vanlig arbetsplats.

Den dagliga verksamheten ska vara lärorik och ge dig mening och gemenskap i vardagen. Den ska vara bra för din utveckling och vara ett stöd så att du kan vara delaktig i samhället.

I daglig verksamhet ska du få omvårdnad om du behöver det. Daglig verksamhet kan innehålla aktiviteter med habilitering. Det kan också vara att arbeta med tillverkning eller att utföra tjänster.

När du har daglig verksamhet är du inte anställd och du får inte lön. De flesta som har daglig verksamhet får en ersättning, hab-ersättning. Du kan inte leva på hab-ersättningen. Du behöver aktivitetsersättning eller sjukersättning för att försörja dig.



Daglig verksamhet ska kunna vara en väg att få ett arbete med lön.

Daglig verksamhet är en LSS-insats och för alla LSS-insatser gäller att de som har stödet ska ha inflytande och medbestämmande. Det betyder att de ska få vara med och planera och bestämma i den dagliga verksamheten.

I den dagliga verksamheten kan ni prata om planeringen och vem som ska göra olika saker. Ni kan säga vad ni tycker om arbetsmiljön eller komma med förslag.

Ofta bestämmer personalen eller chefen om gemensamma frågor. Ni som har LSS-stöd kan också vara med och bestämma. Personal och chefer behöver förstå att ni kan vara med och bestämma om sådant som angår er.

Ni kan ha möten med personalen där alla får vara med och säga vad de tycker. Ni kan bestämma tillsammans med personalen.

Att prata om:

- Vad är bra med daglig verksamhet?
- Kan du välja vad du vill arbeta med?
- Får ni vara med och bestämma i den dagliga verksamheten?
- Kan du byta till en annan daglig verksamhet om du vill prova på något nytt?
- Vad är bra med att ha ett lönearbete?
- Fungerar daglig verksamhet som en förberedelse för att få ett jobb på arbetsmarknaden?

Du som bor i en gruppbofastad eller servicebofastad ska få stöd för att delta i fritidsaktiviteter.

Du ska också få stöd för att ta del av kultur och för att utöva kultur.

Till kultur räknas bland annat musik, teater, film, dans, konst och böcker.

Kommunen ska se till att utbudet av kultur- och fritidsaktiviteter är tillgängligt för alla.

Det är inte säkert att ni som bor i samma LSS-bofastad är intresserade av samma saker.

Var och en av er ska ha möjlighet till fritidsaktiviteter efter eget intresse.

Personalen har en viktig uppgift i att ge dig stöd för att kunna ha egna fritidsaktiviteter.

Du kanske har ett intresse eller en talang som du vill utveckla.

Personalen ska informera dig om och uppmuntra dig att testa sådant som du inte har provat tidigare.

Fritidsverksamhet och kulturella aktiviteter behöver inte alltid ske ute i samhället.

Det är lika viktigt att du får tillgång till musik, film, böcker och nyheter i ditt eget hem.

Genom högläsning kan den som inte själv läser få tillgång till böcker, tidningar och information om vad som händer i samhället.



Att prata om:

- Kan du göra vad du vill på din fritid?
- Kan personalen anpassa sin arbetstid för att du ska kunna delta i en fritidsaktivitet?
- Läser personalen högt ur böcker och nyheter där du bor eller i din dagliga verksamhet?

Personalens bemötande och kunskaper betyder mycket för hur personer som har LSS-insatser har det i sin vardag.

Det är personalen du möter i vardagen som ska ge dig stödet som du har rätt till. Personalen ska lyssna på dig och hjälpa dig med det du behöver hjälp med. Personalen ska ge dig stöd för att vara delaktig i samhället och för att leva som andra.

Personalen i boendet ska ge dig stöd för att:

- Delta i kultur och fritidsaktiviteter.
- Träffa vänner och familj.
- Vara med i föreningar och studiecirklar.
- Motionera och träna.
- Gå på restaurang.
- Resa på semester och mycket annat.

Personalen ska hjälpa dig att planera och bestämma dina aktiviteter.

Personalen ska göra en genomförandeplan tillsammans med dig.

I den ska det stå vilket stöd du ska ha och när och hur du ska få det.

Genomförandeplanen ska uppdateras med täta mellanrum.

Genomförandeplanen är din och du ska veta vad som står i den.

Du ska kunna göra ändringar i din genomförandeplan när du vill.

Om du vill kan din gode man eller närstående vara med och göra genomförandeplanen.



Personalen ska ha utbildning och erfarenhet så att de kan ge dig det stöd du behöver.

De ska vara bra på att lyssna.

De ska ha ett bra bemötande så att du känner att de tar dina önskningar och din vilja på allvar.

Personalens arbete är att hjälpa dig att få det som du vill ha det.

Personalen ska hjälpa dig att bli så självständig som möjligt.

Bra personal förstår målet för LSS-stödet:

- Du ska kunna leva som andra.
- Du ska kunna vara delaktig i samhället på alla sätt.

Personalen ska veta hur samhället fungerar.

De ska hålla sig informerade om viktiga händelser och om kultur- och fritidsutbud.

Bra personal kan leva sig in i hur andra människor har det.

De förstår att människor med funktionsnedsättningar har samma förväntningar på livet som människor i allmänhet.

I LSS-lagen står det att det ska finnas tillräckligt med personal för ett gott stöd och en god service och omvårdnad.

Att prata om:

- Hur vill du att personalen ska vara mot dig?
- Ditt hem är också personalens arbetsplats.
Hur visar personalen att de förstår att det är ditt hem?
- Vem bestämmer hemma hos dig?
- Hur vet personalen hur du vill ha det och vad du vill göra?

Det finns en ansvarig chef i alla LSS-verksamheter.

Många personer som har LSS-stöd tror att enhetschefen är chef över dem. Men så är det inte. Chefen är personalens arbetsledare. Du som har LSS-stöd har ingen chef. Chefen finns för din skull. Det är viktigt att du vet det.

Enhetschefen har ansvar för att verksamheten är bra och att den har bra kvalitet.

Bra kvalitet betyder att du upplever att stödet är bra. När du är nöjd är kvalitén bra.

Chefen måste lyssna på dig för att veta om stödet har bra kvalitet. Du och chefen behöver känna varandra väl. Du behöver känna förtroende och tillit till chefen så att du vågar säga vad du tycker och känner. Du behöver känna dig trygg med att vända dig till chefen med frågor, synpunkter och bekymmer.

Det kan hända att du har problem med någon personal eller att du inte kommer överens med en granne. Då ska du kunna berätta för chefen om det som inte känns bra. Du ska veta hur du kan få tag på chefen. Många chefer behöver bli bättre på att alltid tänka på det bästa för dem som har LSS-stöd. Det är deras viktigaste uppgift. Det kan hända att de måste protestera mot beslut som fattas av högre chefer eller politiker.



Att prata om:

- Vet du vem som är enhetschef?
- Vet du hur du kan få tag på chefen?
- Vågar du säga vad du tycker till chefen?
- Kan du berätta svåra saker för chefen?
- Vet ni vilka som bestämmer över chefen?
- Vad kan ni göra om personer som är över chefen bestämmer saker som inte är bra?

I Sverige är alla som fyllt arton år myndiga.
När du är myndig har du rätt att bestämma själv.
Du har rätt att bestämma om det du äger.
Om du har förvaltare får förvaltaren bestämma om de saker som förvaltarskapet gäller.

Att kunna bestämma i sitt liv och sin vardag
är viktigt för självkänslan.
Personer med funktionsnedsättningar är ofta beroende av
stöd och hjälp från andra.
Då är det särskilt viktigt att stödja
självbestämmande och inflytande.

Om du inte får fatta egna beslut kan du tappa
självkänslan och självförtroendet.
Det kan leda till att du blir osäker på din egen vilja.
Personal och andra i din omgivning ska göra sitt bästa
för att förstå och ta din vilja på allvar i alla situationer.



Att prata om:

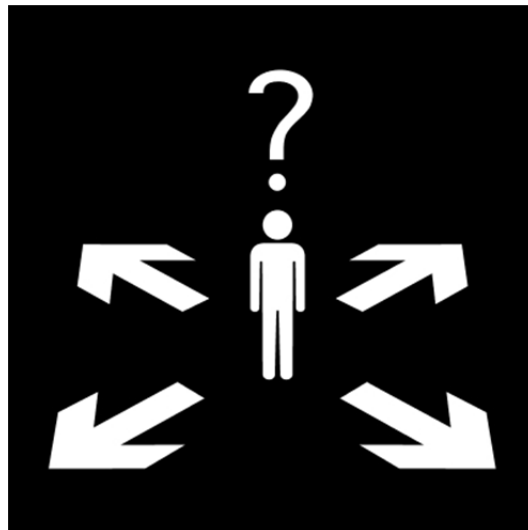
- Vad är det bästa med att bestämma själv?
- Att bestämma själv, betyder det att man alltid får som man vill?

För att kunna bestämma på ett bra sätt
behöver du veta vad du kan välja på.
Du behöver veta vad följderna kan bli av dina beslut.

Det kan vara svårt att välja.
Det kan vara svårt att veta vad som är bra.

Du kan behöva att någon hjälper dig att förstå.
Du kan behöva att någon förklarar vad som händer
om du väljer bland olika möjligheter.
Du kan behöva att någon ger dig goda råd.
Du kan lära dig och bli bättre på att bestämma.
Då växer din självkänsla och ditt självförtroende.

Det är alltid bra att fråga någon som du litar på
om råd när du är osäker.
Det behöver alla göra ibland.



Att prata om:

- Vem frågar du när du behöver hjälp att välja?
- Vem litar du på?

Ska någon bestämma **åt** dig?
Ska någon bestämma **över** dig?



Att prata om:

- Tycker du att du kan bestämma själv i ditt eget liv?
- Vad är viktigt för dig att bestämma över?
- Hur kan du få hjälp för att bestämma?
- Finns det saker som du vill att andra ska bestämma?

De som ger dig stöd ska samarbeta med dig.

De kan hjälpa dig att förstå.
De kan ge dig råd.
Men det är inte de som bestämmer.

Det gör du.



Du kan få hjälp av en god man om du behöver hjälp med:

- att ta hand om dina pengar och annat som du äger
- att bevaka din rätt.
- att se till att du har det bra.

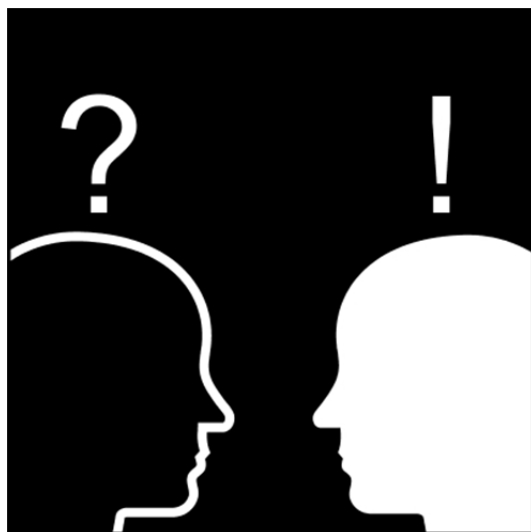
Om du har en god man är du din gode mans huvudman.

Det är frivilligt att ha god man.
När du har god man har du rätt att bestämma själv.
Du har samma rättigheter och får göra samma saker som annars.
Din gode man har inte rätt att bestämma för dig.
Din gode man ska fråga dig först.
Din gode man får bara göra något för dig om du ger ditt samtycke, din tillåtelse.

När du har en god man får du göra som du vill utan att fråga din gode man.
Men om det gäller sådant som du behöver hjälp med är det inte bra att göra så.
Du har en god man för att få hjälp.
Prata och samarbeta med din gode man.

Din gode man och du behöver känna varandra väl för att du ska få den hjälp som du behöver.
Det är viktigt att du får hjälpen på rätt sätt.

Det kan hända att din gode man tar över sådant som du klarar själv.
Det kan leda till att du inte klarar saker som du kunde tidigare.
Ibland kan din gode man hjälpa dig genom att kolla att du gör rätt.
Kanske kan din gode man ha koll på att du betalar dina räkningar i stället för att göra det åt dig.



Din gode man ska samarbeta med dig för ditt bästa.
Ni behöver träffas en eller två gånger i månaden
så att din gode man vet hur du har det och vad du behöver.

En förvaltare ska hjälpa sin huvudman med samma saker
som en god man kan göra.
Men det finns en viktig skillnad.
En förvaltare får bestämma själv.
En förvaltare får bestämma mot din vilja om
han eller hon tycker att det behövs.

Om du har en förvaltare som ska hjälpa dig med dina pengar
så får förvaltaren bestämma hur dina pengar ska användas.
Då får du inte ta ut pengar från dina bankkonton.
Du får inte handla på avbetalning.
Du får inte skriva på avtal.

Precis som en god man behöver din förvaltare samarbeta
med dig och lära sig att förstå vad du behöver.
Både god man och förvaltare ska se till att
dina pengar används för ditt bästa.

I alla kommuner finns en överförmyndare.
Överförmyndaren ska kontrollera att gode män
och förvaltare sköter sina uppdrag efter reglerna.
Om du inte är nöjd med din gode man
kan du prata med överförmyndaren om att byta.

Att prata om:

- Har du en god man?
- Hur ofta träffar du din gode man?
- Vill du ha din gode man med vid din genomförandeplan?
- Vet din gode man hur du har det på jobbet,
hemma och på fritiden?
- Kan din gode man hjälpa dig om du vill flytta eller byta jobb?
- Har ni kommit överens om vad din gode man ska göra
och vad du själv kan göra?
- Vet du vad dina pengar används till?

Det är viktigt att du talar om hur du vill ha det och hur ditt stöd fungerar. Personal och chefer behöver veta vad du tycker och vad du vill.

Det hör till chefens och personalens jobb att ha en bra kontakt med dig. Du ska känna dig trygg och känna tillit.



Att prata om:

- Varför är det viktigt att tala om hur man vill ha det?

Det är **du** som vet hur du vill ha det.
Det är **din** vilja som gäller.



Att prata om:

- Vad tycker du är viktigt för att du ska ha ett bra liv?

Du får alltid säga vad du tycker.
Du får alltid fråga om du undrar över något.
Du ska inte vara rädd för att berätta
om något känns fel.



Är du rädd för att säga vad du tycker? Vågar du inte fråga?

Träff 8

Du ska veta vem du kan vända dig till med synpunkter, frågor och bekymmer.
Du kan be någon som du känner och litar på om hjälp.
Du kan ta med någon som du litar på vid viktiga möten.
Det kan vara en närstående, god man eller någon annan.



Att prata om:

- Vågar du säga vad du tycker?
- Finns det något som gör att det är svårt att säga vad man tycker?

Innan ett viktigt möte kan du behöva förbereda dig
Du ska veta vad mötet ska handla om och vad som ska tas upp.

Du ska veta vilka som ska vara med.
Det kan finnas saker som du behöver få förklarade.
Du behöver få veta i tid så att du hinner tänka efter.
Du kan behöva prata med någon som du har förtroende för.



Det är viktigt att du får tid att tänka under mötet.
När du behöver tid att tänka får de andra vänta på dig.
Du kan säga att du vill använda tjugosekundersregeln.
Det betyder att när du får en fråga så ska de andra vänta på dig i minst 20 sekunder innan de säger något.

Du kan behöva tänka på det ni har pratat om.
Du kan säga att du vill vänta med att bestämma dig till en annan dag.

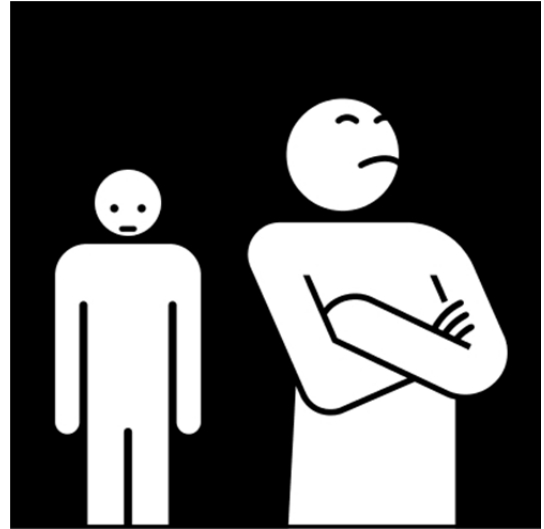
Att prata om:

- Brukar du få tid att förbereda dig innan viktiga möten?
- Hur vill du förbereda dig för viktiga möten?
- Vad händer med ditt självbestämmande om du inte får tid att tänka efter?
- Prova tjugosekundersregeln!
Låt någon ställa en fråga och vänta sedan tjugo sekunder innan någon säger något.
- Hur är ett bra möte?

Det är viktigt att du blir tagen på allvar.
Personalen ska lyssna på dig.
Annars kan de inte ge dig stöd på rätt sätt.
Ibland bestämmer personalen själva
hur de vill göra.
Det är inte säkert att det blir rätt.

Om något har blivit fel får du tala om det
för personalen.
Det är viktigt att du vågar prata
med personalen.
Välj den som du har lättast att prata med.

Om personalen inte lyssnar så kan du prata
med chefen.
Du kan också prata med din gode man,
en närstående eller din LSS-handläggare.
Du kan prata med någon annan som du har förtroende för.
Det är viktigt att du pratar med någon som kan hjälpa dig.



Att prata om:

- Känner du att du kan prata med personalen?
- Känner du enhetschefen och vet hur du tar kontakt?
- Vem kan du prata med när du har bekymmer?

Det kan hända att du får avslag på begäran om en LSS-insats.
Är du inte nöjd kan du överklaga.
Det ska din LSS-handläggare tala om och hjälpa dig med.

Om du bor i en gruppbostad ska du ha möjlighet att vara med på kultur och fritidsaktiviteter.
Om du inte får det kan du prata med din LSS-handläggare och begära ledsagning.
Om du får avslag på din begäran måste gruppboistaden se till att du får möjlighet till en bra fritid.

Det kan finnas saker som du vill göra, men som personalen eller chefen säger nej till.
Då ska de förklara varför de säger nej.
Om du tycker att det är fel så kan du prata med din LSS-handläggare eller din gode man.
Någon annan som du har förtroende för kan också hjälpa dig.



Att prata om:

- Har du varit med om att få avslag på en begäran?
- Har du överklagat någon gång?
- Är det bra att LSS-handläggaren ska hjälpa till med att överklaga beslut?
- Vem kan annars hjälpa till?
- Har du varit med om att du inte fått hjälp som du vill ha?
- Vem kan du prata med om du inte får den hjälp du vill ha?

Vi behöver ofta fundera på viktiga saker i livet.
Vi behöver lyssna på andra
och möta personer som vi kan känna igen oss i.
När vi känner igen oss i andra växer självkänslan.
När vi får lyssna på andras upplevelser
och berättelser
får vi nya saker att fundera på.
Då kan vi förstå nya saker.

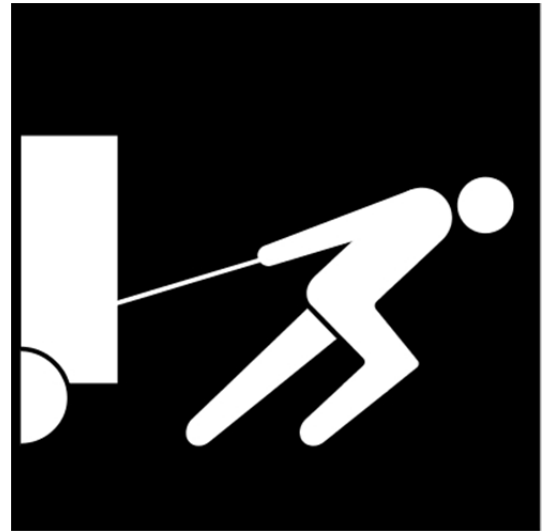
Alla har vi viktiga saker att berätta.
Alla kan vi lära av varandra.



Att prata om:

- Har du varit med om brukarråd eller husmöten?
- Hur fungerade de?
- Vad behövs för att alla ska våga säga vad de tycker?

Ibland måste vi vara envisa och kämpa.
Vi behöver känna till våra rättigheter
och ta hjälp av andra.
Om vi inte ger upp kan vi nå våra mål.
När vi är flera som kämpar tillsammans
blir vi starkare.
Vi får mera kunskaper och kraft
och vi kan stötta varandra.
Om vi är flera är det lättare att möta politiker
och andra som bestämmer
och få dem att förstå våra synpunkter.
Det blir lättare att synas och höras.



Tillsammans är vi starka!

Hur har studiecirkeln varit?

Be deltagarna på den sista cirkelträffen
att berätta hur studiecirkeln varit för dem.
Diskutera hur ni kan berätta
om vad ni gjort och vad ni har lärt er.

Att prata om:

- Hur kom du med i studiecirkeln?
- Vad är bra med en studiecirkel?
- Vilka är intresserade av att veta mer om er studiecirkel?
- Vilka vill ni berätta för?

Fler studiecirklar om delaktighet och demokrati hos SV

Delaktighet och demokrati handlar om vardagslivet och om att kunna påverka det som händer i samhället. Det finns flera studiecirklar som handlar om delaktighet, demokrati och rättigheter hos SV. Prata med din SV-avdelning för att få veta mera.

Verkstadsklubbar är studiecirklar för er som har daglig verksamhet.

En verkstadsklubb hjälpa er att bli delaktiga och vara med och bestämma.

Det är en träning i demokrati.

Det kan bli ert eget personalmöte.

Bostadsklubbar är studiecirklar för personer som bor i gruppbostad.

Deltagarna bor i gruppbostad eller liknande.

De kommer från olika bostäder i närheten.

Bostadsklubbarna kan öka er delaktighet och ert medbestämmande

De ger träning i demokrati.

LSS, Leva som Svensson. Studiecirkel om LSS.

Leva som Svensson är en studiecirkel med lättläst studiematerial.

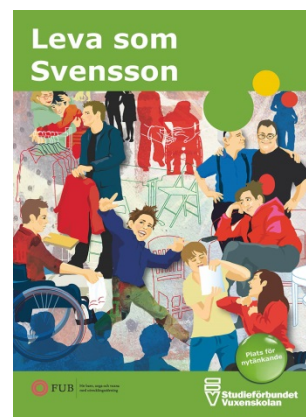
Personer med och utan funktionsnedsättning ska kunna lära sig om LSS tillsammans.

Mitt val – för mer demokrati. Studiecirkel om hur vår demokrati fungerar.

Studiecirkeln Mitt Val vill öka kunskaperna om att rösta i allmänna val.

Målet är att deltagarna ska förstå hur demokratin fungerar.

Då kan de våga säga vad de tycker.



Mer att läsa

Lättläst om LSS

http://www.autism.se/lss_lattlast

Konventionen om rättigheter för
personer med funktionsnedsättning
lättläst version

<http://www.regeringen.se/49bbc4/contentassets/53c8b616da1b488c81fac6602820746c/konvention-om-rattigheter-for-personer-med-funktionsnedsattning-lattlast-svenska>

”Att ha god man eller förvaltare”.

Ett lättläst häfte.

Det kan laddas ner från:

www.fub.se

Delaktighetsmodellen

I delaktighetsmodellen kan personer som har

LSS-stöd ha jämlika möten med personal och andra.

Länk till en film om Delaktighetsmodellen: <https://kfsk.se/ebp/verksamhet-for-personer-med-funktionshinder/film-om-delaktighetsmodellen/>

Tillsammans kan vi göra det bättre!



© SV Västra Götaland oktober 2017

