

MIRENEN MUNDUA



Gipuzkoako Foru Aldundia
Diputación Foral de Gipuzkoa

Gizarte Politikako Departamentua
Departamento de Política Social



>>> Federación Coordinadora de Personas con Discapacidad Física de Gipuzkoa
Gipuzkoako Gaitasun Fisikoa duten Pertsonen Federazio koordinatzailea



Kaixo!



Kaixo! Miren dut izena eta 16 urte ditut. **Bai, hemen ikusten duzun hau gurpil aulkia da.** Hirian zehar mugitzeko erabiltzen dut, nire zangoen ordezkoa da. Ni aulki honetan ibiltzen ohituta nago, baina nire inguruko zenbait jende ez dago ohituta. Nire ustez, ezjakintasunagatik. **Sarritan, jendeak nirekin harremanetan jarri nahi izaten du, baina ez daki nola,** edo badakiela uste du, eta nahiz eta asmorik onenaz saiatu, arazo bilakatzen da. Beharbada, zuri ere gertatzen zaizu. Agian, ibili ahal izateko gurpil aulkia beharrezkoa duen norbait izango duzu inguruan. Horregatik, **nire bizitzako zenbait alderdiren berri emango dizut,** gutxitasunen bat duten pertsona askoren mundua baita. **Haiekin harremanetan jarri eta elkarlanean jarduteko, eta zugandik urruntzen dituzten oztopoak gainditu ditzaten.**

Zu bezalakoak naiz

Atsegin dut zinea, musika, lagunekin irtetea... Eta irteten naizenean, **bat gehiago naizela sentitzea gustatzen zait eta ez gutxitasuna duen pertsona sentitzea.**

Horretarako, ordea, aukera berdinak eskaini behar dizkirate eta ez gainerakoek inolako oztoporik ez duten tokietan niri oztopoak jarri. Diskriminazioak eremu guztietan dira

kaltegarriak: aisialdian, hezkuntzan, lanean...

Izan ere, **gurpil aulkian eserita egoteak ez luke muga izan behar** kontzerturen bat entzutera joateko, ikastetxera joateko edo gustuko dudan kirola egiteko, ez ala? Era berean, hitz egiten didazunean ez duzu zertan errukiz hitz egin. **Den bezalakoak agertzen den** eta nirekin inolako aurreiritzirik gabe jarduten duen **jendea atsegin dut.** Ni naturaltasunez agertzen banatzaizu. zergatik ez duzu beste hainbeste egingo?



Nirekin hitz egitea erraza da, ikusiko duzu nola:

- Eserita nagoenez, **ezin dut zure maila berean egon.** Beraz, goitik begiratzen badidazu, burua atzera bota behar dut –oso jarrera deserrosoa– edo, bestela, ezingo dizut begiratu. Beraz, eserita bazaude, nire lepoak asko eskertuko dizu.

- Aulkiari bultzatzen diozun bitartean zerbait esan nahi badidazu, **saiatu ozen hitz egiten eta nigana begira zaudela;** horrela, hobeto entzun ahal izango baitzuzut.



- **Diskrezioa** garrantzitsua da niretzat. Batzuetan, mintu egiten naiz nire gutxitasunaren jatorriari buruz galdetzen didatenean. Batez ere, harira ez datorrenean eta esamesa baino ez denean.



- Norbaitekin hitz egiten geratzen zarenean, **ez irten nire ikusmen eremutik**; horrela, nik ere parte hartzeko aukera izango dut.

**entzun iezadazu,
nola ezagutu
nazakezun
esango dizut**

Gutxitasun asko eta era askotarikoak daude. Nirea, paraplegia da, baina badira hemiplegia, tetraplegia eta abar ere.

Gutxitasun bakoitzak bere ezaugarriak, beharrak ditu, eta horien arabera aldatu egingo da lagundu ahal izateko modua. Horregatik, entzun egin behar didazu, **inork ez baitaki geuk baino hobeto zer egin behar den** eta zer ez. Galdetu baino ez da egin behar.

Eskatu ez dizudan zerbait egiten baduzu, huts egiteko arriskuan egongo zara, eta gauzak erraztu ordez, zaildu egin diezazkidekezu. Edo are eta okerrago, ustekabeen, eta asmorik onenarekin bada ere, arriskuan jar nazakezu.

Jantzten edo erantzten lagundu nahi badidazu, hona hemen modu egoki bat:

- Alkandora edo jertsea:

Jantztea: Besoa mahukan sartu, eta ondoren, jertsea edo alkandora buru gainetik pasa.

Eranztea: Jertsea edo alkandora buru gainetik pasa, eta ondoren, mahukak atera.

- Mugitu ezin daitekeen gorputz adarra jantzeko:

Jantztea: Lehenengo gaixorik dagoen gorputz adarra jantzi behar da, eta ondoren, osasuntsu dagoena.

Eranztea: Lehenengo, arropa buru gainetik pasa eta osasuntsu dagoen gorputz adarra jantzi, ondoren, gaixo dagoena.

- Egiaztatu besoen eta zangoen jarrera zuzena dela.

Izan ere, gorputzeko zenbait atal ez ditut sentitzen eta golpeak hartu arren edo zauritu edo erre arren, ez nintzateke ohartuko.

Zenbait pertsonarentzat, bastoiak edo makuluak zangoak dira. Beraz, ez itzazu berarengandik urrundu.

Gurpil aulkiari bultzatzen diozunean:

- **Aipatu beti** zein mugimendu mota egin behar duzun. Ez zaizkit sustoak gustatzen, ez eta segurtasun falta sentitzea ere.

- **Saiatu nirekin bat egiten**, norbaitek hitz egiten badit, geratu eta nik adierazitakoan, abiatu berriz.

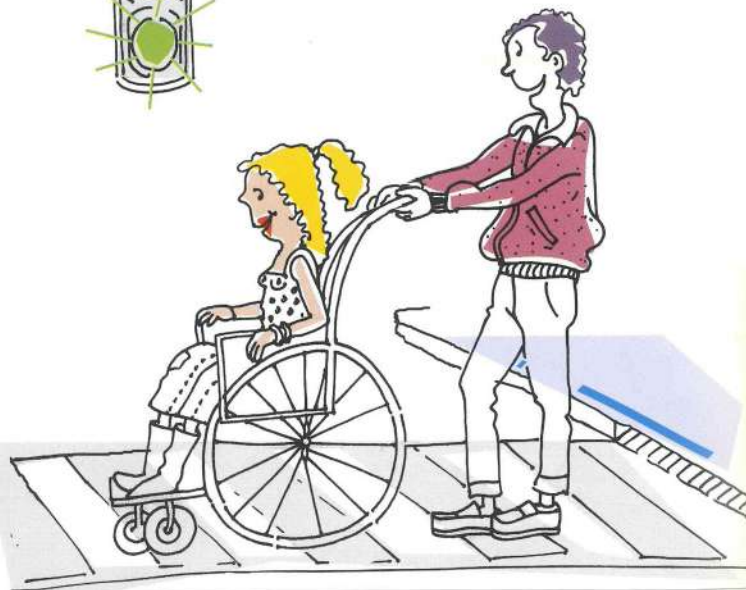
- **Gurpil aulkia ez da malabarismoak egiteko.** Arriskuan jartzeaz gain, barregarri uzten nauzu.



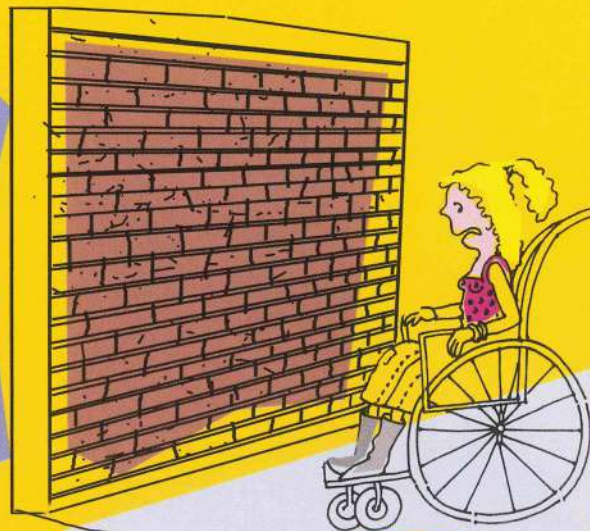


Koska bakoitza harresi bat da

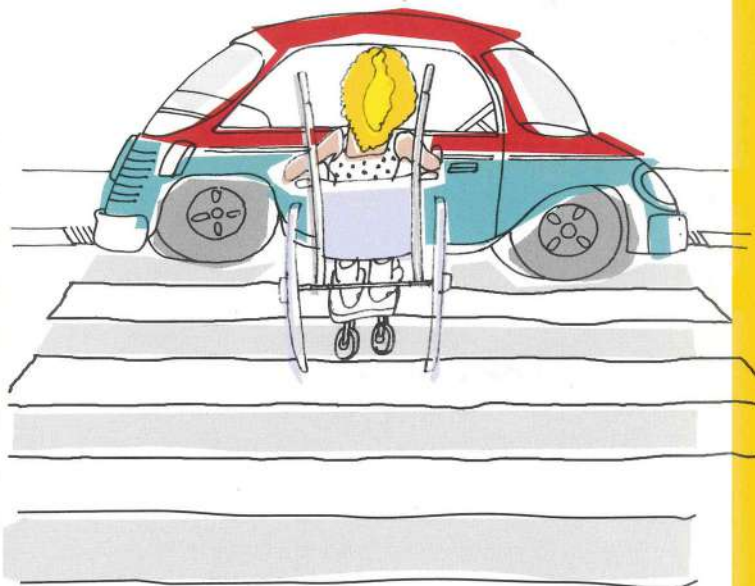
Zuk eskailerak inolako zailtasunik gabe igo ditzakezu; nik, berriz, bi lagunen laguntza behar dut gurpil aulkia altxa diezadaten. **Koskak erraz igotzen dituzu; niretzat, berriz, gainditu ezinezko harresi dira.** Horrelako oztopoak dira, hain zuzen, zugandik urruntzen nautenak. Oraindik asko, gehiegi, dira egokitu gabe dauden eraikin publikoak eta pribatuak. **Iriskortasuna Sustatzeko Legea 1997koa da eta eraikin eta bide publiko guztiak** egokitzea exijitzen du, gutxitasunen bat dugun pertsonok inolako arazorik gabe mugi gaitezen. Egunen batean desagertaraziko ahal da Lege hori! Lege hori beharrezkoa ez izateak egoera integratuago batean gaudela adieraziko luke. Legea betetzea mundu justuagoa eraikitzea da. Betebehar bat da.



- Hirian zehar goazenean, **bide seinaleak dauden tokitik** ibili. Berde dagoen semaforoa eta zebra bidea dira arriskuak eragozteko biderik egokienak.



- Ez aparkatu zebra bideetan. Ni pasatu ahal izateko **arrapalak** eraiki baitituzte. Bestela, galtzada osoari bira eman beharko nioke, eta hori oso arriskutsua da.



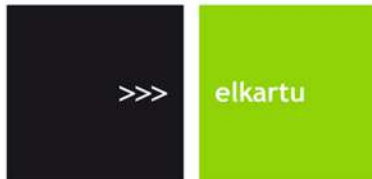
- **Imajina dezakezu zer den ezin sartu izatea** museoetan, zineman, tabernetan, eskoletan, etxebizitzetan...? Nik ez dut imajinatu beharrik, sarritan gertatzen baitzait.



Beno, orain hobeto ezagutzen nauzu, eta iruditzen zait gure arteko harremanak errazagoak izan ahalko direla, eta nire bizitza independenteagoa eta eramangarriagoa izan dadin lagundu ahal izango didazula. **Aurreiritzirik, eragozpenik gabe.** Orain ez zaizula hain zaila iruditzen? Nik ere, zuk bezala, gustatzen zaidana egiteko aukera izan nahi dut. **Nahi dudan tokira joateko aukera.** Gainerako guztien moduan ondo pasatu nahi dut. Zurekin ondo pasatu nahi dut.



Zalantzarik izango bazenu edo, besterik gabe, zerbait gehiago jakin nahiko bazenu, **hurbilen duzun gutxituen elkartera joateko gonbitea egiten dizut.** Eta gutxitasunen bat baduzu, berriz, elkarte horretan aurkituko duzu beharrezko aholkularitza.



>>> Federación Coordinadora de Personas con Discapacidad Física de Gipuzkoa
Gipuzkoako Gutxitasun Fisikoa duten Pertsonen Federazio koordinatzailea

Ondarreta pasealekua, 5 behea
20018 Donostia

Telefonoa 943 316 770
Faxa 943 316 379

www.elkartu.org
elkartu@elkartu.org