



EN QUINES ÀREES DE VIDA NECESSITO SUPORTS

INTRODUCCIÓ



ÀMBIT 1

ECONÒMICA, PATRIMONIAL,
ADMINISTRATIVA, JURÍDICA



ÀMBIT 2

RELACIONS INTERPERSONALS



ÀMBIT 3

APRENTATGE



ÀMBIT 4

SALUT



ÀMBIT 5

DRETS



ÀMBIT 6

LLAR



ÀMBIT 7

VIDA COMUNITÀRIA



ÀMBIT 8

TREBALL



ÀMBIT 1

ECONÒMICA, PATRIMONIAL, ADMINISTRATIVA, JURÍDICA

**Marca amb una X la teva resposta*

ECONÒMICA, PATRIMONIAL, ADMINISTRATIVA, JURÍDICA <i>Administració, gestió i seguiment de l'economia (ingressos-despeses/compres) i dels béns (patrimoni), realitzar tràmits davant organismes.</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per elaborar i planificar el meu pressupost: ingressos i despeses? <i>Ex. Com fer planning setmanal de despeses de butxaca., saber quantes despeses mensuals tinc...)</i>				
Per consultar la informació del banc? <i>Ex. Saber quants diners tinc al compte...</i>				
Per pagar les meves despeses? <i>Ex. Pagaments, factures, impostos.....</i>				
Per decidir què compro en el dia a dia? <i>Ex. Menús diaris, perruqueria, massatge...</i>				
Per fer decidir si faig compres que no són habituals? <i>Ex. Un mòbil, un cotxe, un aspirador...</i>				
Per formalitzar un contracte? <i>Ex. De lloguer, laboral...</i>				
Per treure diners del banc?				



ÀMBIT 1

ECONÒMICA, PATRIMONIAL, ADMINISTRATIVA, JURÍDICA

**Marca amb una X la teva resposta*

ECONÒMICA, PATRIMONIAL, ADMINISTRATIVA, JURÍDICA <i>Administració, gestió i seguiment de l'economia (ingressos-despeses/compres) i dels béns (patrimoni), realitzar tràmits davant organismes.</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per fer tràmits administratius? <i>Ex. Renovar el DNI, demanar una prestació...</i>				
Per fer testament? <i>(En el cas de necessitar suport B o que algú decideixi per mi aquest acte no es pot exercir)</i>				
Altres: -----				

COMENTARIS (optatiu):

Deixa aquí els teus comentaris una vegada hakis portat a terme el procés.



ÀMBIT 2 RELACIONS INTERPERSONALS

**Marca amb una X la teva resposta*

RELACIONS INTERPERSONALS <i>Relació i vinculació amb la família i/o amb altres persones (amics, veïns, parella..).</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per tenir relacions d'amistat, de parella...? <i>Ex. Buscar a través del Tinder persones afins...</i>				
Per fer les activitats que m'agraden? <i>Ex. Muntar a cavall, senderisme, anar a un museu...</i>				
Per mantenir la relació amb la meva família? <i>Ex. Anar a visitar a la meva germana i la seva companya, ...</i>				
Per comunicar el que sento o penso amb els altres? <i>Ex. Quan estic estressada.</i>				
Per saber dir no? <i>Ex. Quan no vull participar d'alguna cosa...</i>				
Per defensar les meves decisions? <i>Ex. Que no em facin canviar l'opinió sense donar-me raons i el temps que necessito...</i>				



ÀMBIT 2 RELACIONS INTERPERSONALS

**Marca amb una X la teva resposta*

RELACIONS INTERPERSONALS <i>Relació i vinculació amb la família i/o amb altres persones (amics, veïns, parella..).</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per casar-me o tenir relacions de parella?				
Per prendre decisions respecte a la meva vida sexual? <i>Ex. Saber identificar i comunicar les meves preferències sexuals</i>				
Per comprendre què és el consentiment i permís relacionat amb les relacions sexuals?				
Altres: -----				

COMENTARIS (optatiu):

Deixa aquí els teus comentaris una vegada hagis portat a terme el procés.



ÀMBIT 3 APRENTATGE

**Marca amb una X la teva resposta*

APRENTATGE	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI
		<i>Assistència de col·laboració</i> Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.	<i>Assistència de codecisió</i> Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.	
<p>Per decidir si aprenc coses noves? <i>Ex. Si les persones que m'envolten m'ofereixen oportunitats relacionades amb els meus talents i interessos, o tinc curiositat i inquietuds per aprendre coses noves...</i></p>				
<p>Ser com fer per aprendre el que vull aprendre? <i>Ex. Conèixer els recurs propers i adients per accedir al que vull.</i></p>				
<p>Per tenir accés a noves tecnologies? <i>Ex. Per gestionar les xarxes socials; instal·lar-me una aplicació.</i></p>				
<p>Per fer accessible els meus aprenentatges? <i>Ex. Demanar una adaptació en lectura fàcil; Accessibilitat cognitiva</i></p>				
<p>Per adaptar-me a noves situacions? <i>Ex. Canvi de residència; de treball; Pèrdua d'algú estimat...</i></p>				



ÀMBIT 3 APRENTATGE

**Marca amb una X la teva resposta*

APRENTATGE <i>Incorporar coneixements i experiències, desenvolupar noves habilitats i competències, tenir noves oportunitats, donar resposta a inquietuds, incorporar noves maneres de pensar i de fer i ampliar horitzons, i gaudir.</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per guanyar autonomia? <i>Ex. Aprendre a cuinar</i>				
Altres: -----				

COMENTARIS (optatiu):

Deixa aquí els teus comentaris una vegada hagis portat a terme el procés.



ÀMBIT 4 SALUT

**Marca amb una X la teva resposta*

SALUT <i>Benestar físic, psicològic i emocional, hàbits i estil de vida, cuidar-se cada dia, activitat física, atenció mèdica, tractaments mèdics.</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per cuidar de la meva salut? <i>Ex. me n'adono de que tinc una ferida i ho comunico...</i>				
Per cuidar de la meva higiene personal? <i>Ex. Rentar-me les dents; dutxar-me</i>				
Per cuidar de la meva salut emocional? <i>Ex. Identifico les meves emocions</i>				
Per tenir cura de la meva higiene i salut dental? <i>Ex. Decidir quan em cal una revisió dental...</i>				
Per decidir quan he d'anar al metge? <i>Ex. Decidir si el que em passa requereix d'atenció mèdica</i>				
Per decidir a quin metge tinc que anar? <i>Ex. Si he d'anar a urgències o demanar cita a l'especialista</i>				



ÀMBIT 4 SALUT

**Marca amb una X la teva resposta*

SALUT <i>Benestar físic, psicològic i emocional, hàbits i estil de vida, cuidar-se cada dia, activitat física, atenció mèdica, tractaments mèdics.</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per demanar cita mèdica? <i>Ex. Gestió/tràmits amb hospitals i altres recursos mèdics (agenda, cites, recordatori, seguiment...)</i>				
Per visites mèdiques (presencials..), <i>Ex. Comunicació de l'estat de salut, comprensió del diagnòstic i tractament a seguir.</i>				
Per prendre la medicació que em prescriu el metge? <i>Ex. Per organitzar les pastilles</i>				
Per prendre decisions de final de vida? <i>Ex. Voluntats anticipades respecte a Eutanasia, Enterrament, tractaments pal·liatius...</i>				
Per decidir respecte a situacions mèdiques serioses? <i>Ex. Cirugies, tractament invasius, ...</i>				



ÀMBIT 4 SALUT

**Marca amb una X la teva resposta*

SALUT <i>Benestar físic, psicològic i emocional, hàbits i estil de vida, cuidar-se cada dia, activitat física, atenció mèdica, tractaments mèdics.</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per seguir una dieta adient per la meva salut? <i>Ex. Per decidir què, quan i a on menjar?</i>				
Altres: -----				

COMENTARIS (optatiu):

Deixa aquí els teus comentaris una vegada hagis portat a terme el procés.



ÀMBIT 5 DRETS

**Marca amb una X la teva resposta*

DRETS <i>Drets i llibertats en condicions de plena dignitat i igualtat, defensa i reivindicació</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per disposar d'informació sobre els meus drets? <i>Ex. Conèixer els drets com a consumidor, que respectin la meva intimitat...</i>				
Per defensar els meus drets <i>Ex. Posar una reclamació, una denuncia...</i>				
Per evitar situacions d'explotació, violència o abusos? <i>Ex. Identifico tocaments indeguts, maltractaments, insults...</i>				
Per decidir i planificar el meu pla de suports? <i>Ex. Puc decidir sobre què vull fer o canviar a la meva vida; Puc decidir participar en el disseny del pla?</i>				
Altres: -----				



ÀMBIT 5 DRETS

COMENTARIS (optatiu):

Deixa aquí els teus comentaris una vegada hagis portat a terme el procés.



ÀMBIT 6 LLAR

**Marca amb una X la teva resposta*

LLAR <i>Tenir un habitatge digne, confortable i acollidor, escollir amb qui i on viure, disposar de serveis i adaptacions, intimitat, autonomia, convivència.</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per decidir on vull viure? <i>Ex. Al camp.</i>				
Per decidir amb qui vull viure? <i>Ex. Amb amics, parella...</i>				
Per mantenir la meva llar neta i organitzada? <i>Ex. Tenir un calendari amb la distribució de tasques</i>				
Perquè la meva llar sigui segura? <i>Ex. Apagar l'estufa, tancar la porta...</i>				
Perquè la meva llar estigui adaptada a les meves necessitats? <i>Ex. Suports visuals en els fugons...</i>				
Per mantenir una bona relació amb el veïnatge? <i>Ex. Assistir a una reunió de veïns</i>				
Per seguir les normes acordades a la llar <i>Ex. Treure la brossa; no fumar en espais comuns</i>				



ÀMBIT 6 LLAR

**Marca amb una X la teva resposta*

LLAR	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
<i>Tenir un habitatge digne, confortable i acollidor, escollir amb qui i on viure, disposar de serveis i adaptacions, intimitat, autonomia, convivència.</i>				<i>Assistència de representació</i>
Altres: -----				

COMENTARIS (optatiu):

Deixa aquí els teus comentaris una vegada hakis portat a terme el procés.



ÀMBIT 7 VIDA COMUNITÀRIA

**Marca amb una X la teva resposta*

VIDA COMUNITÀRIA <i>Formar part de la comunitat, sentir-se acceptat, viure, aprendre i participar de i en la comunitat, accessibilitat.</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per fer ús del transport públic? <i>Ex. Comprar el bitllet</i>				
Per utilitzar entorns de la comunitat <i>Ex. Botigues, piscines, cinemes, museus, biblioteques, ajuntaments...</i>				
Per sentir-me com una persona més dins de la comunitat? <i>Ex. El meu nom consta en el cens electoral; Oferir als meus veïns patates si me'n demanen; Voluntariat...</i>				
Per planificar quines coses faré en la meva comunitat? <i>Ex. Apuntar-me a ioga en el centre cívic del meu barri</i>				
Per decidir com desplaçar-me per la meva ciutat o el meu poble? <i>Ex. si anar a peu o amb algun veí</i>				



ÀMBIT 7

VIDA COMUNITÀRIA

**Marca amb una X la teva resposta*

VIDA COMUNITÀRIA <i>Formar part de la comunitat, sentir-se acceptat, viure, aprendre i participar de i en la comunitat, accessibilitat.</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Altres: -----				

COMENTARIS (optatiu):

Deixa aquí els teus comentaris una vegada hakis portat a terme el procés.



ÀMBIT 8 TREBALL

**Marca amb una X la teva resposta*

TREBALL <i>Orientació laboral, projecte professional, itinerari laboral, formació, recerca de feina, hàbits i relacions laborals, acompanyament a la integració laboral.</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisó</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per decidir si vull treballar, en què vull treballar o a on vull fer-ho <i>Ex. Vull ser jardiner</i>				
Per preparar-me per trobar feina? <i>Ex. On puc aprendre a ser jardiner</i>				
Per buscar i trobar feina? <i>Ex. Utilitzar una pàgina de recerca de feina</i>				
Per mantenir una feina? <i>Ex. Se el que esperen de mi a la feina</i>				
Per mantenir unes bones relacions a la feina? <i>Ex. Vaig als sopar que organitza l'empresa</i>				
Per comprendre com funciona una empresa? <i>Ex. Saber les funcions de les persones que hi treballen</i>				



ÀMBIT 8 TREBALL

**Marca amb una X la teva resposta*

TREBALL <i>Orientació laboral, projecte professional, itinerari laboral, formació, recerca de feina, hàbits i relacions laborals, acompanyament a la integració laboral.</i>	PUC DECIDIR PER MI	NECESSITO SUPORT PER DECIDIR		NECESSITO QUE ALGÚ DECIDEIXI PER MI <i>Assistència de representació</i>
		<i>Assistència de col·laboració</i> <i>Accessibilitat de la informació i comprendre les conseqüències de les meves decisions.</i>	<i>Assistència de codecisió</i> <i>Que a més de la "a" necessiti intervenció directa en l'execució de l'acte.</i>	
Per saber quins son els meus drets i els meus obligacions a la feina? <i>Ex. Com he de demanar les vacances</i>				
Altres: -----				

COMENTARIS (optatiu):

Deixa aquí els teus comentaris una vegada hagis portat a terme el procés.