



**Felkészülés a „felnőttéletre”  
– védett foglalkoztatás, az első lépés  
az önálló élet, a pénzkeresés felé**

## Kedves Olvasó!

**Mindenkinek jár a lehetőség, hogy megmutassa, mire képes.** A Down-szindrómás fiatalok nap mint nap bizonyítják, hogy akaratukkal, kitartásukkal és gyakorlással értékes tagjai tudnak lenni a munkahelyeknek. Őket segíti a **Down Alapítvány a védett foglalkoztatása, ami nem a végállomás, hanem az első lépés az önálló élet felé.**

**A felkészülés, a szakmatanulás, a munkabetanulás, az önállóságnövelés** – mind olyan lépések, melyekre szükség van ahhoz, hogy egy fiatal kilépjen a nyílt munkaerőpiacra. Ez egy időigényes folyamat, amelyre a védett foglalkoztatás keretein belül van lehetőségük az értelmi fogyatékosokkal élő embereknek.

### Mérföldkövek a foglalkoztatás útján:

- 1. A körülmények megértése.** Megtanulni, mit jelent a munka, a fizetés, a munkahelyi köteleességek. Ezeket a „felnöttes” kérdéseket előbb-utóbb minden fiatalnak meg kell tudni válaszolni.
- 2. Az alkalmasság és a lehetőségek felmérése.** Sorra vesszük a fiatalok készségeit, képességeit, szakmai tudását, tapasztalatát és igényeit, hogy mindenkinek a lehető legjobb munkát találjuk meg. Elsőként az alapítvány által kínált munkaköröket ismerhetik meg, próbálhatják ki, utána gyakorlólhelyekre kerülhetnek, végül pedig valódi munkahelyre.
- 3. Elméletből gyakorlat.** A megvalósítás során a fiatalok elsajátítják a munkakörhöz tartozó feladatokat, és a többi munkahelyi köteleességet. Megtanulják a munkahelyre közlekedést, és megtanulnak segítséget kérni, ha az szükségessé válik.

**Miközben gyönyörködünk a Down-szindrómás dolgozók által készített karácsonyi díszekben, bízunk benne, hogy adományozóink támogatásával jövőre is együtt folytathatjuk munkánkat.**

Köszönjük mindazoknak, akik hisznek bennünk! Boldog karácsonyt és sikerekben gazdag új évet kívánunk!

Üdvözlettel:

Budapest, november



  
**dr. Gruiz Katalin**  
elnök

Kérem, fordítson!

# Milyen karácsonyi meglepetés segítené egy Down-szindrómás fiatalnak?

- **5 000 Ft-tal** hozzájárulhat a kézműves műhelyek működéséhez szükséges alapanyagok, eszközök beszerzéséhez, amikből újabb termékeket készítenek,
- **7 000 Ft-tal** sporteszközök beszerzését támogathatja: új súlyzókészlet, bordásfal, szababiciikli – a Down-szindrómával élőknek a sportolás egészségmegőrző és fejlesztő eszköz is egyben,
- **10 000 Ft-tal** a Down-szindrómás fiatalok karácsonyi élményeinek megvalósítását támogathatja.



**Tudta?** Egyre több vállalat lepi meg dolgozóit, partnereit a Down-szindrómás emberek által készített kézműves termékekkel: karácsonyfadíszsel, gyertyatartóval, mikulással, angyalkával. Bekker Noémi is örömmel varrja a karácsonyi bőrfigurákat, mert ahogy mondja: „Jólesik örömet szerezni az embereknek, akik megveszik.”

## Védett munkahelyek az alapítványnál

**Kézműves munkák:** 15 műhelyünkben használati tárgyakat és dekorációt állítanak elő a kézművesek, akik fokozatosan sajátítják el az egyre bonyolultabb szakmai ismereteket. Bőrből, textiltől, nemezsből, papírból alkotnak, de kisebb bútorokat is készítenek a Down-szindrómás fiatalok. A vásárokon szívesen kínálhatják a saját portékát.

**Vendéglátós munkák:** Az alapítványi előkészítőkonyhákban és az ételkiszállításnál is fontos szerepet töltenek be a sérült munkavállalók. A betanítás során hasznos tudással gazdagodnak a szabályos ételkészítéstől a terítésen át a higiénés szabályok betartásáig. Ennek sarokköve a HACCP tanfolyamon való részvétel is.

**Irodai munkák és kézbítés:** A viselkedési szabályok, a hatékony kommunikáció, az intézmények ismerete mind elengedhetetlen ezen a területen. A kézbítésőknek pedig a közlekedés kihívásaival is meg kell küzdeniük.

**Ingatlanok fenntartása:** Gondnokként, kertészként vagy ezermesterként is aktív szerepet vállalhatnak a fogyatékos dolgozók a lakások és nagyobb épületeink fenntartásában. Ilyenkor egy nagyobb csapat tagjaként dolgoznak.



*A megszerzett tapasztalattal, tudásanyaggal a Down-szindrómás fiatalok felkészülhetnek a nyílt munkaerőpiac kihívásaira*

## 3 dolog, amiért hasznos a program

- 1. Fejlődési lehetőséget kínál:** A felelősségérzet és az önállóság kialakulása elengedhetetlen a felnőtté váláshoz, ezért fokozatosan vonjuk be védett munkahelyek dolgozóit az alapítvány napi szolgáltató tevékenységébe és az ügyintézésbe.
- 2. Elősegíti a munkahelyi beilleszkedést:** A csapatmunka, a többszereplős munkafolyamatok, a teljesítmény elvárása segíti a felkészülést a nyílt munkaerőpiaci környezetre, a munkahelyi viselkedésre, a beilleszkedésre.
- 3. Hasznos elfoglaltságot jelent:** A valódi munka és a teljesítmény megtapasztalása mellett napi 4–6 óra hasznos elfoglaltságot és pénzkereseti lehetőséget is biztosítanak a védett munkahelyek.



*Fazekas Judit: „Szeretek festeni, agyagozni, sok minden érdekel. A konyhai kisegítés és a takarítás az a munka, ami leginkább nekem való. Szabadidőmben színezek és varrni tanulok, hogy minél szebb termékek kerüljenek ki a kezemből!”*

További információk: [www.downalapitvany.hu/Aktuális](http://www.downalapitvany.hu/Aktuális)

**IMPRESSZUM** • **Kiadó:** Down Alapítvány • **Felelős kiadó:** Dr. Gruiz Katalin • **Lapalapító:** Down Alapítvány • **Példányszám:** 22 000  
**Hírlevél előállítás:** Human Dialog Kft. • **Szerkesztőbizottság:** Dr. Gruiz Katalin • **Kiadó és szerkesztőség címe:** 1145 Budapest, Amerikai út 14.  
**Telefon:** 06-1 327-0356 (H-P: 9-12h-ig)

Adományát átutalással is elküldheti! (Közlemény: az Ön befizetőazonosító száma)

**Számlaszámunk: Unicredit Bank 10918001-00000013-38730148**

**Adószám: 18005282-1-42** • email: [down@downalapitvany.hu](mailto:down@downalapitvany.hu)



További információk →  
[www.downalapitvany.hu](http://www.downalapitvany.hu)

