



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης



ISTITUTO DEI SORDI
DI TORINO



COCEMFE
Sevilla



CITIZENS
IN POWER



European
Development



MoMs

MOTHER MATTERS

The right of women with disabilities to motherhood

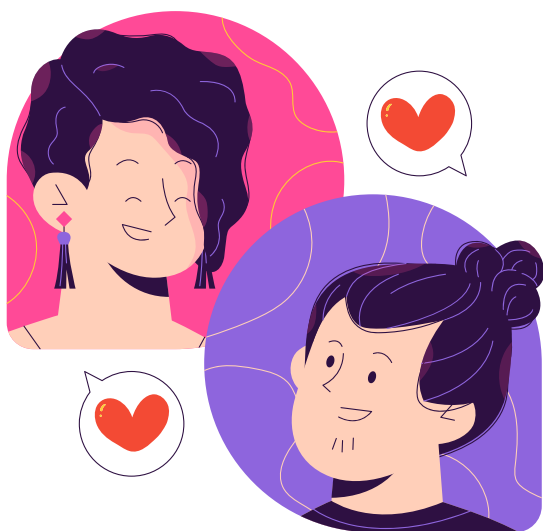
Αριθμός Έργου Erasmus+ 2023-1-IT02-KA220-ADU-000153664

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΑ ΒΟΗΘΗΜΑΤΑ

Τα ενημερωτικά βοηθήματα παρέχουν σύντομες επεξηγήσεις σχετικά με τις μελέτες για την αναπηρία, την προσβασιμότητα για τους επαγγελματίες υγείας και τη μητρότητα για τις γυναίκες με αναπηρία. Βασίζονται σε μια προσέγγιση μικρομάθησης, μια μεθοδολογία μάθησης που χωρίζει το περιεχόμενο σε σύντομες ενότητες που εστιάζουν σε ένα μόνο θέμα ή δεξιότητα.

- ΣΧΕΣΕΙΣ -

ΕΡΩΤΑΣ



Οι διακρίσεις υπέρ των αρτιμελών ατόμων (ableism) είναι η διάκριση σε βάρος των ατόμων με αναπηρία που βασίζεται στην πεποίθηση ότι δεν μπορούν να βιώσουν τις συνήθεις ικανότητες, καθώς και εκείνες που σχετίζονται με τα συναισθήματα και τη σεξουαλικότητα. Η αναπηρία θεωρείται ως ελάττωμα και όχι ως πτυχή της ανθρώπινης διαφορετικότητας.

Το να ερωτεύεστε είναι όμορφο και συνάμα φοβερό για όλους. Για ένα άτομο με αναπηρία μπορεί να υπάρχουν περισσότερα εμπόδια που οφείλονται σε πρακτικά πράγματα στην αναπηρία (για παράδειγμα στη δυνατότητα να γνωρίσει ανθρώπους), αλλά και ψυχολογικά εμπόδια.

REMEMBER >>>

Η επιθυμία για μια ρομαντική σχέση είναι δικαίωμα του καθενός!



momsproject.eu



Mother Matters



moms.mothermatters



MoMs_MotherMatters

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά του συγγραφέα/των συγγραφέων, και δεν αντανακλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές.

Όταν συναντάμε κάποιον που μας αρέσει από συναισθηματικής άποψης, δεν χρειάζεται στην αρχή να ανταλλάξουμε χειρονομίες καλοσύνης και φιλίας για αμοιβαία αγάπη. Αν έχετε οποιαδήποτε αμφιβολία για το τι αισθάνεται ο άλλος για εσάς, απλά ρωτήστε τον! Είναι ο καλύτερος τρόπος για να εδραιώσετε μια ξεκάθαρη σχέση φιλίας ή αγάπης.

Αν το άτομο δεν αισθάνεται το ίδιο για εσάς, μην πανικοβάλλεστε και μην θυμώνετε. Ο καθένας είναι ελεύθερος να αισθάνεται όπως αισθάνεται και είναι σημαντικό να σέβεστε τα συναισθήματα του άλλου ατόμου. Η απόρριψη είναι πάντα επώδυνη, αλλά είναι πολύ σημαντικό να σέβεστε τα συναισθήματα και τις επιθυμίες του άλλου ατόμου.

Ακολουθούν μερικά tips που θέλουμε να μοιραστούμε μαζί σας:

- Συμμετέχετε σε κοινωνικές δραστηριότητες και δικτυωθείτε
- Επικεντρωθείτε και αναζητήστε τη συναισθηματική σύνδεση. Πάρτε το χρόνο σας
- Να είστε ειλικρινείς και διαφανείς σχετικά με τις επιθυμίες σας, τις δυνάμεις και τις αδυναμίες σας. Μην καταπιέζετε τα συναισθήματα και τις ανάγκες σας
- Χρησιμοποιήστε προσβάσιμες πλατφόρμες γνωριμιών
- Μην συμβιβάζετε με ανθυγιεινές σχέσεις - εντοπίστε τις κόκκινες σημαίες και εμπιστευτείτε το ένστικτό σας



Οι online εφαρμογές ραντεβού δίνουν τη δυνατότητα στα άτομα να επωφεληθούν προσφέροντας προσαρμοσμένες λειτουργίες, όπως η προσαρμογή του προφίλ για να μοιραστούν την ιστορία τους, φίλτρα για να βρουν συμβατούς συντρόφους και εργαλεία ανταλλαγής μηνυμάτων για σταδιακή επικοινωνία χωρίς πίεση. Ενισχύουν την οικοδόμηση εμπιστοσύνης μέσω προσιτών επιλογών όπως οι βιντεοκλήσεις και οι λεπτομερείς βιογραφικές πληροφορίες, επιτρέποντας στους χρήστες να συνδεθούν με βάση κοινές αξίες και ενδιαφέροντα.

Υπάρχουν εφαρμογές που έχουν σχεδιαστεί ειδικά για άτομα με αναπηρίες, προκειμένου να διασφαλιστεί η συμπερίληψη και η κατανόηση, βοηθώντας τους χρήστες να ανακτήσουν την αυτοπεποίθησή τους μετά από αποτυχημένες σχέσεις ή να εξοικειωθούν με τα ραντεβού που θα κάνουν για πρώτη φορά.

Εδώ παραθέτουμε μερικές εφαρμογές:

♥ [Dinderclub](#)

♥ [Capido](#)

♥ [Dateabilityapp](#)

