




QUALIFYING DIFFERENCES



# Πώς να βρείτε μία δουλειά

Οδηγός για άτομα με αναπηρίες

# Περιεχόμενα

<b>Εισαγωγή</b>	<b>1</b>
<b>Έχω αναπηρία, και τώρα</b>	<b>3</b>
1. Νομοθεσία	4
2. Υπηρεσίες Υποστήριξης	16
<b>Αναζητώντας εργασία...</b>	<b>20</b>
<b>Αναφορές</b>	<b>29</b>

Εισαγωγή

---

Παρόλο που οι πορτογαλικές δημόσιες υπηρεσίες παρέχουν ένα ευρύ φάσμα υπηρεσιών για άτομα με αναπηρίες, η νομοθεσία και η υποστήριξη είναι διάσπαρτες και δεν δημοσιεύονται επαρκώς. Επομένως, η δημιουργία αυτού του οδηγού, που εστιάζει στη νομοθεσία και στις υπηρεσίες υποστήριξης για άτομα με αναπηρίες που αναζητούν εργασία, είναι ένα από τα πολλά βήματα που πρέπει να ληφθούν για να διασφαλιστεί η ένταξη των πολιτών με αναπηρίες, καθώς και η πλήρης αναγνώριση και προώθηση των θεμελιωδών δικαιωμάτων τους, παρέχοντας πιο απλοποιημένες και σαφείς πληροφορίες.

Με γλώσσα ξεκάθαρη και προσιτή, αυτός ο οδηγός θα προσπαθήσει να προσφέρει ένα πρακτικό εργαλείο που θα βοηθάει τους ανθρώπους που αναζητούν εργασία να γνωρίζουν πού να πάνε και τι να κάνουν όταν έχουν αμφιβολίες ή αντιμετωπίζουν δυσκολίες.

Το περιεχόμενο αυτού του οδηγού οργανώνεται σε δύο μέρη. Το πρώτο μέρος περιέχει πληροφορίες σχετικά με την ισχύουσα νομοθεσία, με αλφαβητική σειρά και σύμφωνα με τις θεματικές και προσδιορίζει διαφορετικές υπηρεσίες υποστήριξης. Το δεύτερο μέρος περιλαμβάνει πληροφορίες που θα σας βοηθήσουν να βρείτε εργασία, όπως το πώς να αποκτήσετε πρόσβαση στην αγορά εργασίας, όπως και ορισμένες τεχνικές αναζήτησης απασχόλησης.

Οι πληροφορίες που βρίσκονται σε αυτόν τον οδηγό βασίζονται σε πληροφορίες που διατίθενται μέσω του Πορτογαλικού Εθνικού Ινστιτούτου Αποκατάστασης.

(<https://www.inr.pt>)

Έχω αναπηρία, και τώρα?

---

Εάν έχετε μία αναπηρία και θέλετε να βρείτε εργασία, αυτός ο Οδηγός θα σας δώσει αρκετές χρήσιμες πληροφορίες. Στην Πορτογαλία, εάν το επιθυμείτε, μπορείτε να επισκεφθείτε και το κοντινότερο Γραφείο Ένταξης για περισσότερες πληροφορίες. Ακόμη, είναι απαραίτητο να κάνετε αίτηση για το **Ιατρικό Πιστοποιητικό Αναπηρίας Πολλαπλών Χρήσεων** το οποίο αποδεικνύει ότι έχετε αναπηρία και προσδιορίζει το βαθμό της. Κατά κανόνα, είναι το έγγραφο που χρησιμεύει ως απόδειξη της αναπηρίας ούτως ώστε τα άτομα με αναπηρίες να έχουν πρόσβαση σε ορισμένα οφέλη ή/και δικαιώματα. Βασίζεται σε μία αξιολόγηση από το ιατρικό συμβούλιο και διενεργείται εντός του πεδίου εφαρμογής των Περιφερειακών Διοικήσεων Υγείας.

Είναι, ακόμη, πολύ σημαντικό να γνωρίζετε τις ακόλουθες **Ισχύουσες Νομοθεσίες και Υπηρεσίες Υποστήριξης** που είναι διαθέσιμες.

## 1. Νομοθεσία

Οι παρακάτω πληροφορίες προσδιορίζουν την Ισχύουσα Νομοθεσία, σε αλφαβητική σειρά και σύμφωνα με τη θεματική ενότητα όπου ανήκουν:

- Διάταγμα για την έγκριση του Συντάγματος της Πορτογαλικής Δημοκρατίας, που δημοσιεύθηκε στην Επίσημη Εφημερίδα Legislação Consolidada - DRE (Diário da República) No. 86/1976, Series I, 10 Οκτωβρίου, 1976.

- Νόμος No. 30/2013, 8 Μαΐου (Lei 30/2013, 2013-05-08 - DRE). Βασικός Νόμος της Κοινωνικής Οικονομίας.

- Νόμος No. 71/2018, 31 Δεκεμβρίου (Lei 71/2018, 2018-12-31 - DRE). Κρατικός προϋπολογισμός για το 2019.

## Προσβασιμότητα

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 163/2006, 8 Αυγούστου, (Decreto-Lei 163/2006, 2006-08-08 - DRE) που εγκρίνει το καθεστώς προσβασιμότητας του κοινού σε κτήρια κι εγκαταστάσεις, δημόσιους δρόμους και κτήρια κατοικιών, ανακαλώντας το Νομοθετικό Διάταγμα No. 123/97, 22 Μαΐου.

- Νομοθετικό Διάταγμα no. 125/2017, 4 Οκτωβρίου, (Decreto-Lei 125/2017, 2017-10-04 - DRE) που τροποποιεί το καθεστώς προσβασιμότητας του κοινού για κτήρια κι

εγκαταστάσεις, δημόσιους δρόμους και κτήρια κατοικιών.

- Νομοθετικό Διάταγμα no. 83/2018 (Decreto-Lei 83/2018, 2018-10-19 - DRE), 19 Οκτωβρίου, που ορίζει τις απαιτήσεις προσβασιμότητας για ιστοσελίδες και εφαρμογές κινητών τηλεφώνων δημοσίων φορέων, μεταφορά της Οδηγίας (ΕΥ) 2016/2102((EUR-Lex - 32016L2102 - EN - EUR-Lex (europa.eu))).

### **Σύστημα Κατανομής των Προϊόντων Υποστήριξης (SAPA\_Sistema de Atribuição de Produtos de Apoio)**

- Εντολή No. 7197/2016, 1 Ιουνίου, (Despacho 7197/2016, 2016-06-01 - DRE) που δημοσιεύει τη λίστα των προϊόντων υποστήριξης.

### **Μπράιγ**

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 126/2017, 4 Οκτωβρίου, (Decreto-Lei 126/2017, 2017-10-04 - DRE) το οποίο καθιστά το σύστημα Braille επίσημο στην Πορτογαλία.

### **Έγγραφο Αστικής Ταυτότητας**

- Νόμος No. 7/2007, 5 Φεβρουαρίου,(Lei 7/2007, 2007-02-05 - DRE) ο οποίος δημιουργεί την κάρτα του πολίτη και διέπει την έκδοση και τη χρήση της.

- Διάταγμα No. 291/2017, 29 Σεπτεμβρίου,(Portaria 291/2017, 2017-09-28 - DRE ) το οποίο καθορίζει τις οφειλόμενες αμοιβές για την παροχή υπηρεσιών που σχετίζονται με την κάρτα του πολίτη και για την έκδοση προσωρινής κάρτας.

### **Χρόνιες Ασθένειες**

- Οδηγία No. 349/96, 8 Αυγούστου, (Portaria 349/96, 1996-08-08 - DRE) η οποία εγκρίνει τη λίστα των χρόνιων ασθενειών που, λόγω ιατρικών κριτηρίων, απαιτούν συχνές διαβουλεύσεις, εξετάσεις και θεραπείες και αποτελούν πιθανή αιτία πρόωρης αναπηρίας ή σημαντικής μείωσης του προσδόκιμου ζωής, που συνδέεται με την Οδηγία της οποίας αποτελεί αναπόσπαστο μέρος.

- Κοινή Οδηγία των Υπουργείων Υγείας, Κοινωνικής Ασφάλισης και Εργασίας, No. 407/98, (18 Ιουνίου ,(Desp\_C\_407\_98 (seg-social.pt)) η οποία εξετάζει ασθένειες ή επακόλουθα που οφείλονται σε καρδιαγγειακά, αναπνευστικά, ουρογεννητικά,

ρευματολογικά, οι ενδοκρινολογικές ασθένειες είναι χρόνιες ασθένειες, πεπτικές, νευρολογικές και ψυχιατρικές διαταραχές, καθώς και άλλες καταστάσεις που προκαλούν πρόωρη αναπηρία ή σημαντική μείωση του προσδόκιμου ζωής.

- Κοινή Οδηγία των Υπουργείων Υγείας, Κοινωνικής Ασφάλισης και Εργασίας, Νο. 861/99, 10 Σεπτεμβρίου, (Despacho Conjunto 861/99, 1999-10-08 - DRE) η οποία θεωρεί ότι η χρόνια ασθένεια είναι μία μακροχρόνια ασθένεια, με πολυδιάστατες πτυχές, με σταδιακή εξέλιξη των συμπτωμάτων και δυνητικά ανικανότητα, γεγονός που συνεπάγεται σοβαρότητα λόγω των περιορισμών στις δυνατότητες ιατρικής θεραπείας και αποδοχής από τον ασθενή του οποίου η κλινική κατάσταση πρέπει να ληφθεί υπόψη στο πλαίσιο της οικογένειας, του σχολείου και της επαγγελματικής ζωής, που επηρεάζεται ιδιαίτερα.

- Νόμος Νο. 38/2004, 18 Αυγούστου, 2004, ( Lei 38/2004, 2004-08-18 - DRE) που καθορίζει τις γενικές βάσεις του νομικού καθεστώτος για την πρόληψη, την εγκατάσταση, την αποκατάσταση και τη συμμετοχή ατόμων με αναπηρίες.

- Νόμος Νο. 46/2006, 28 Αυγούστου, 2006, ( Lei 46/2006, 2006-08-28 - DRE) που απαγορεύει και τιμωρεί τις διακρίσεις λόγω αναπηρίας και της ύπαρξης επιδεινωμένου κινδύνου για την υγεία.

### **Διακρίσεις λόγω Αναπηρίας ή Επιδεινωμένου Κινδύνου Υγείας**

- Νόμος Νο. 46/2006, 28 Αυγούστου, ( Lei 46/2006, 2006-08-28 - DRE) που στοχεύει στην «πρόληψη και απαγόρευση των διακρίσεων, άμεσων ή έμμεσων, λόγω αναπηρίας ή επιδεινωμένου κινδύνου για την υγεία, σε όλες τις μορφές της, και να κυρώσει την πρακτική των δράσεων που έχουν ως αποτέλεσμα την παραβίαση των οποιωνδήποτε θεμελιωδών δικαιωμάτων, ή την άρνηση ή τη ρύθμιση της άσκησης οποιωνδήποτε οικονομικών, κοινωνικών ή άλλων δικαιωμάτων, από οποιοδήποτε άτομο, λόγω οποιασδήποτε αναπηρίας ή ύπαρξης επιδεινωμένου κινδύνου για την υγεία. Οι διατάξεις του παρόντος νόμου ισχύουν επίσης και για τις διακρίσεις εναντίον ατόμων με επιδεινωμένο κίνδυνο για την υγεία τους.» (No. 1 και 2 του Άρθρου 1 και του Άρθρου 3).

### **Υπηρεσίες Παρέμβασης Πρώιμης Παιδικής Ηλικίας**

- Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 281/2009, 6 Οκτωβρίου, ( Decreto-Lei 281/2009, 2009-10-06 - DRE) που δημιουργεί το Εθνικό Σύστημα Παρέμβασης στην Πρώιμη Παιδική



Ηλικία και καθορίζει τους κανόνες λειτουργίας.

- Dispatch No. 405/2012, 13 Ιανουαρίου, (0134501345.pdf (dre.pt)) που δημιουργεί την Επιτροπή Συντονισμού για το Πορτογαλικό Εθνικό Σύστημα Παρέμβασης Πρώιμης Παιδικής Ηλικίας (SNIPJ\_ Sistema Nacional de Intervenção Precoce na Infância) και καθορίζει τους κανόνες λειτουργίας.

- Οδηγία No. 293/2013, 26 Σεπτεμβρίου, (Portaria 293/2013, 2013-09-26 - DRE) που επεκτείνει το Πρόγραμμα Υποστήριξης και Προσόντων του Εθνικού Συστήματος Παρέμβασης στην Πρώιμη Παιδική Ηλικία.

### Εκπαίδευση

- Νόμος No. 46/86, 14 Οκτωβρίου, (Lei 46/86, 1986-10-14 - DRE) που ορίζει το Βασικό Νόμο του Εκπαιδευτικού Συστήματος.

- Νόμος No. 5/97, 10 Φεβρουαρίου, (Lei 5/97, 1997-02-10 - DRE) που ορίζει το νομοθετικό πλαίσιο για την Προσχολική Εκπαίδευση.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 296-A/98, 25 Σεπτεμβρίου, (Decreto-Lei 296-A/98, 1998-09-25 - DRE) που θεσπίζει το νομικό καθεστώς πρόσβασης και εισόδου στην τριτοβάθμια εκπαίδευση, όπως τροποποιήθηκε από το ΝΔ No. 99/99, 30 Μαρτίου, (Decreto-Lei 99/99, 1999-03-30 - DRE) ΝΔ No. 26/2003, 7 Φεβρουαρίου, (Decreto-Lei 26/2003, 2003-02-07 - DRE), ΝΔ No. 76/2004, 27 Μαρτίου (Decreto-Lei n.º 76/2004, de 27 de março - Altera o Decreto-Lei n.º 296-A/98, de 25 de setembro | DGES), ΝΔ No. 158/2004, 30 Ιουνίου, (Decreto-Lei 158/2004, 2004-06-30 - DRE), ΝΔ No. 147-A/2006, 31 Ιουλίου, (Decreto-Lei 147-A/2006, 2006-07-31 - DRE), ΝΔ No. 40/2007, 20 Φεβρουαρίου, (Decreto-Lei 40/2007, 2007-02-20 - DRE), ΝΔ No. 45/2007, 23 Φεβρουαρίου, (Decreto-Lei 45/2007, 2007-02-23 - DRE) και ΝΔ No. 90/2008, 30 Μαΐου, (Decreto-Lei 90/2008, 2008-05-30 - DRE) διορθώθηκε από τη Δήλωση Διόρθωσης No. 32- C/2008, 16 Ιουνίου (Declaração de Rectificação 32-C/2008, 2008-06-16 - DRE).

- Εντολή No. 9884/2014, 31 Ιουλίου, ( 55034965 (dre.pt)) η οποία διορίζει την επιτροπή ειδικών που αξιολογεί αιτήσεις εισαγωγής σε ειδικές θέσεις εργασίας από μαθητές με ειδικές εκπαιδευτικές ανάγκες εντός του πεδίου του Εθνικού Διαγωνισμού για Πρόσβαση και Εισαγωγή στη Δημόσια Ανώτατη Εκπαίδευση για Εγγραφή.

- Οδηγία No. 197-B/2015, 3 Ιουλίου, 2015, (Portaria 197-B/2015, 2015-07-03 - DRE)

που εγκρίνει του Κανονισμούς για τον Εθνικό Διαγωνισμό για την Πρόσβαση και την Είσοδο στη Δημόσια Ανώτατη Εκπαίδευση για Εγγραφή. Για το ακαδημαϊκό έτος 2015-2016, το κείμενο, και τα αντίστοιχα συνημμένα τα οποία επισυνάπτονται σε αυτή την Οδηγία.

- Αναλυτικές Οδηγίες για την Προσχολική Εκπαίδευση, 2016, οι οποίες εγκρίθηκαν μέσω της Οδηγίας No. 9180/2016, 19 Ιουλίου (Despacho 9180/2016, 2016-07-19 - DRE).

- Σύμβαση για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρίες. Η Πορτογαλία επικυρώνει τη Σύμβαση για τα Δικαιώματα των Ατόμων με Αναπηρίες και το Πρόσθετο Πρωτόκολλό της με τα Διατάγματα του Προέδρου της Δημοκρατίας No. 71/2009 (Decreto do Presidente da República 71/2009, 2009-07-30 - DRE) και No. 72/2009, 30 Ιουλίου (Decreto do Presidente da República 72/2009, 2009-07-30 - DRE). Η Σύμβαση και το Πρωτόκολλο εγκρίθηκαν, με αυτή τη σειρά, με τα Ψηφίσματα της Συνέλευσης της Δημοκρατίας No. 56/2009 (Resolução da Assembleia da República 56/2009, 2009-07-30 - DRE) και No. 57/2009, 7 Μαΐου, 2009 (Resolução da Assembleia da República 57/2009, 2009-07-30 - DRE).

- Σύμβαση για τα Δικαιώματα των Παιδιών (Άρθρα 28 και 29). Αναλυτικές οδηγίες για την Προσχολική Εκπαίδευση, 2016. Εγκρίθηκε από τη Γενική Συνέλευση των Ηνωμένων Εθνών στις 20 Νοεμβρίου, 1989 και επικυρώθηκε την Πορτογαλία στις 21 Σεπτεμβρίου, 1990.

- Κανονιστική Εντολή No. 6/2018, 12 Απριλίου, (Despacho Normativo 6/2018, 2018-04-12 - DRE), η οποία καθορίζει τις διαδικασίες εγγραφής και την αντίστοιχη ανανέωση και τους κανόνες που πρέπει να τηρούνται κατά την κατανομή των παιδιών και των μαθητών.

- Κανονιστική Εντολή No. 10-A/2018, 19 Ιουνίου, (Despacho Normativo 10-A/2018, 2018-06-19 - DRE) που θεσπίζει το καθεστώς συγκρότησης ομάδων και τάξεων και την περίοδο λειτουργίας των εκπαιδευτικών ιδρυμάτων στο πλαίσιο της υποχρεωτικής εκπαίδευσης.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 54/2018, 6 Ιουλίου, (Decreto-Lei 54/2018, 2018-07-06 - DRE) που θεσπίζει το νομικό καθεστώς για την συμπεριληπτική εκπαίδευση.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 55/2018, 6 Ιουλίου, (Decreto-Lei 55/2018, 2018-07-06 - DRE) που καθορίζει το πρόγραμμα σπουδών της βασικής και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, τις κατευθυντήριες αρχές του σχεδιασμού, της λειτουργικότητας και της αξιολόγησης της διαδικασίας μάθησης, προκειμένου να διασφαλιστεί ότι όλοι οι μαθητές αποκτούν γνώσεις και αναπτύσσουν ικανότητες και στάσεις που συμβάλλουν στην επίτευξη των δεξιοτήτων

που προβλέπονται στο Προφίλ των Μαθητών που Αποφοιτούν από την υποχρεωτική εκπαίδευση.

- Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 65/2018, 16 Αυγούστου, (Decreto-Lei 65/2018, 2018-08-16 - DRE) το οποίο τροποποιεί το νομικό καθεστώς για τα πτυχία και τα διπλώματα της τριτοβάθμιας εκπαίδευσης.

### **Απασχόληση και Επαγγελματική Κατάρτιση**

- Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 29/2001, 3 Φεβρουαρίου, (Decreto-Lei 29/2001, 2001-02-03 - DRE) το οποίο καθιερώνει το σύστημα ποσοστώσεων στην απασχόληση για τα άτομα με αναπηρίες, με βαθμό λειτουργικής αναπηρίας ίσο ή μεγαλύτερο του 60%, σε όλες τις υπηρεσίες και τους διοικητικούς φορείς (κεντρικούς, αυτόνομους, τοπικούς).

- Νόμος Νο. 4/2019, 10 Ιανουαρίου, (Lei 4/2019, 2019-01-10 - DRE) που θεσπίζει το σύστημα ποσοστώσεων στην απασχόληση των ατόμων με αναπηρίες, με βαθμό αναπηρίας ίσο ή μεγαλύτερο του 60%.

### **Ιατρικό Πιστοποιητικό Αναπηρίας Πολλαπλών Χρήσεων (AMIM\_O Atestado Médico de Incapacidade Multiuso)**

- Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 202/96, 23 Οκτωβρίου, (Decreto-Lei 202/96, 1996-10-23 - DRE) που θεσπίζει το καθεστώς αξιολόγησης της αναπηρίας για τα άτομα με αναπηρίες με σκοπό την πρόσβαση στα μέτρα και τις παροχές που προβλέπονται από το νόμο, όπως τροποποιήθηκε και αναδημοσιεύτηκε με το Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 291/2009, 12 Οκτωβρίου, (Decreto-Lei 291/2009, 2009-10-12 - DRE).

- Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 307/2003, 10 Δεκεμβρίου, (Decreto-Lei 307/2003, 2003-12-10 - DRE) που εγκρίνει την κοιντική κάρτα στάθμευσης για άτομα με αναπηρίες που εξαρτώνται από την κινητικότητά τους, όπως τροποποιήθηκε από το Νομοθετικό Διάταγμα Νο.17/2011, 27 Ιανουαρίου (Decreto-Lei 17/2011, 2011-01-27 - DRE) και από το Νόμο Νο. 48/2017, 7 Ιουλίου, (Lei 48/2017, 2017-07-07 - DRE).

- Νόμος Νο. 22-A/2007, 29 Ιουνίου, (Lei 22-A/2007, 2007-06-29 - DRE) ο οποίος προχωρά με την παγκόσμια ρύθμιση της φορολογίας αυτοκινήτων εγκρίνοντας τον Κώδικα Φόρου Οχημάτων και, ταυτόχρονα, καταργώντας τον φόρο οχημάτων, τον δημοτικό φόρο οχημάτων, τον φόρο κυκλοφορίας και τον φόρο για τα φορτηγά.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 8/2011, 11 Ιανουαρίου, (Decreto-Lei 8/2011, 2011-01-11 - DRE) που εγκρίνει τα οφειλόμενα ποσά για την πληρωμή πράξεων από υγειονομικές αρχές και για υπηρεσίες που παρέχονται από άλλους επαγγελματίες της δημόσιας υγείας και διευκρινίζεται περαιτέρω στην DGS Guideline No. 001/2017, 11 Ιανουαρίου, 2017 (i023208.pdf (ers.pt)).

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 113/2011, 29 Νοεμβρίου, (Decreto-Lei 113/2011, 2011-11-29 - DRE) που ρυθμίζει την πρόσβαση από τους χρήστες σε υπηρεσίες που παρέχονται από την Εθνική Υπηρεσία Υγείας σχετικά με το σύστημα τελών χρήσης και την εφαρμογή ειδικών καθεστώτων παροχών.

- Για περισσότερες πληροφορίες συμβουλευτείτε τις εγκυκλίους σχετικά με αυτό το θέμα στην Κεντρική Διοίκηση του Συστήματος Υγείας, I.P. (ACSS, IP) και στην ενότητα με τις Συχνές Ερωτήσεις σχετικά με τις SNS χρεώσεις συντονιστή.

### **Άτομα με Αναπηρίες**

- Βασικός Νόμος No. 38/2004, 18 Αυγούστου, (Lei 38/2004, 2004-08-18 - DRE) ο οποίος καθορίζει τις γενικές βάσεις του νομικού καθεστώτος για την πρόληψη, την εγκατάσταση, την αποκατάσταση και τη συμμετοχή ατόμων με αναπηρίες.

### **Προσωπική Υποστήριξη. Ανεξάρτητη ζωή: Ανεξάρτητο Μοντέλο Υποστήριξης Ζωής (MAVI\_ Modelo de Apoio à Vida independente)**

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 3/2008, 7 Ιανουαρίου, (Decreto-Lei 3/2008, 2008-01-07 - DRE), που προσδιορίζει την εξειδικευμένη υποστήριξη που θα πρέπει να παρέχεται στην προσχολική εκπαίδευση, στη βασική και στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση στο δημόσιο, ιδιωτικό και συνεταριστικό τομέα.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 129/2017, 9 Οκτωβρίου, (Decreto-Lei 129/2017, 2017-10-09 - DRE), το οποίο θεσπίζει το Πρότυπο Πρόγραμμα για την Υποστήριξη της

### **Ανεξάρτητης Διαβίωσης.**

- Οδηγία No. 342/2017, 9 Νοεμβρίου, (Portaria 342/2017, 2017-11-09 - DRE), η οποία καθορίζει τα κριτήρια, τα όρια και τους λόγους που απαιτούνται για την εκτέλεση του Νομοθετικού Διατάγματος No. 129/2017, 9 Οκτωβρίου, (Decreto-Lei 129/2017, 2017-10-09 -

DRE), που καθιέρωσε το πρόγραμμα MAVI.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 54/2018, 6 Ιουλίου, (Decreto-Lei 54/2018, 2018-07-06 - DRE), που θεσπίζει το νομικό καθεστώς για τη συμπεριληπτική εκπαίδευση.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 55/2018, 6 Ιουλίου, (Decreto-Lei 55/2018, 2018-07-06 - DRE), το οποίο καθορίζει το πρόγραμμα σπουδών για τη βασική και τη δευτεροβάθμια εκπαίδευση και τις κατευθυντήριες αρχές για την αξιολόγηση της μάθησης.

### **Υπηρεσία Προτεραιότητας**

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 58/2016, 29 Αυγούστου, (Decreto-Lei 58/2016, 2016-08-29 - DRE), το οποίο καθιερώνει την υποχρέωση παροχής προτεραιότητας για βοήθεια σε άτομα με αναπηρίες, ηλικιωμένους, εγκύους και άτομα που συνοδεύονται από βρέφη, για όλους τους δημόσιους και ιδιωτικούς φορείς που παρέχουν συμμετοχή στο κοινό.

### **Ψυχοκοινωνική Αναπηρία**

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 8/2010, 28 Ιανουαρίου, (Decreto-Lei 8/2010, 2010-01-28 - DRE), το οποίο δημιουργεί ένα σύνολο μονάδων και ομάδων συνεχούς φροντίδας της ψυχικής υγείας, που απευθύνονται σε άτομα με σοβαρές ψυχικές ασθένειες με αποτέλεσμα την ψυχοκοινωνική ανικανότητα και που είναι εξαρτώμενα, αναδημοσιεύεται με το Νομοθετικό Διάταγμα No. 22/2011, 10 Φεβρουαρίου, (Decreto-Lei 22/2011, 2011-02-10 - DRE).

### **Κοινωνική Προστασία και Κοινωνικές Παροχές**

- Νόμος No. 23/96, 26 Ιουλίου, (Lei 23/96, 1996-07-26 - DRE) που δημιουργεί ορισμένους μηχανισμούς στο νομικό σύστημα που έχουν σχεδιαστεί για να προστατεύουν το χρήστη βασικών δημόσιων υπηρεσιών.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 308/2007, 3 Σεπτεμβρίου, (Decreto-Lei 308/2007, 2007-09-03 - DRE), το οποίο δημιουργεί το πρόγραμμα Porta 65 - Lease by Young People, ένα μέσο οικονομικής στήριξης για τη μίσθωση από νέους και καταργεί το Νομοθετικό Διάταγμα No. 162/92, 5 Αυγούστου.

- Οδηγία No. 277-A/2010, 21 Μαΐου, (Portaria 277-A/2010, 2010-05-21 - DRE), που ρυθμίζει το Νομοθετικό Διάταγμα No. 308/2007, 3 Σεπτεμβρίου (308/2007, "Decreto-Lei" -

Pesquisas - DRE) και τροποποιήθηκε με το Νομοθετικό Διάταγμα no. 61-A/2008, 28 Μαρτίου, (Decreto-Lei 61-A/2008, 2008-03-28 - DRE) και από το Νομοθετικό Διάταγμα No. 43/2010, 30 Απριλίου, (43/2010, "Decreto-Lei" - Pesquisas - DRE) το οποίο δημιουργεί το πρόγραμμα οικονομικής στήριξης 65 - Rental by Young People.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 29/2018, 4 Μαΐου, (Decreto-Lei 29/2018, 2018-05-04 - DRE), που καθιερώνει το Πρόγραμμα Στήριξης Επείγουσας Διαμονής.
- Νομοθετικό Διάταγμα No. 37/2018, 4 Ιουνίου, (Decreto-Lei 37/2018, 2018-06-04 - DRE), που δημιουργεί το 1st Right – Πρόγραμμα για την Υποστήριξη Πρόσβασης σε Στέγαση.

### **Προϊόντα Στήριξης**

- Νομοθετικό Διάταγμα no. 93/2009, 16 Απριλίου, (Decreto-Lei 93/2009, 2009-04-16 - DRE), το οποίο εγκρίνει το σύστημα για την κατανομή προϊόντων στήριξης σε άτομα με αναπηρίες και άτομα με προσωρινή αναπηρία, όπως τροποποιήθηκε με το Νομοθετικό Διάταγμα no. 42/2011, 23 Μαρτίου.

### **Φορολογικά Οφέλη**

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 143/1986, 16 Ιουνίου, (Decreto-Lei 143/86, 1986-06-16 - DRE), που θεσπίζει κανόνες για την επιστροφή του φόρου προστιθέμενης αξίας (ΦΠΑ) στις διπλωματικές και προξενικές αντιπροσωπίες και στο μη-εθνικό τους προσωπικό.
- Νομοθετικό Διάταγμα No. 202/1996, 23 Οκτωβρίου, (Decreto-Lei 202/96, 1996-10-23 - DRE), που θεσπίζει το καθεστώς αξιολόγησης της αναπηρίας για τα άτομα με αναπηρίες με σκοπό την πρόσβαση στα μέτρα και τις παροχές που προβλέπονται από τον νόμο.
- Οδηγία No. 185/99, 20 Μαρτίου, (Portaria 185/99, 1999-03-20 - DRE), που ορίζει τα ορθοπεδικά υποδήματα και καθορίζει τις περιπτώσεις που καλύπτονται προκειμένου να επιστραφεί η φορολόγηση με μειωμένο συντελεστή.
- Νόμος No. 22A / 2007, 29 Ιουνίου, (Lei 22-A/2007, 2007-06-29 - DRE), που προχωρά στην παγκόσμια μεταρρύθμιση της φορολογίας των αυτοκινήτων, εγκρίνοντας τον Κώδικα Φόρου Οχημάτων και τον Κώδικα Ενιαίας Φορολογίας και ταυτόχρονα καταργώντας τον φόρο αυτοκινήτων, τον φόρο οχημάτων, τον φόρο κυκλοφορίας και τον φόρο για τα φορτηγά.

- Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 41/2016, 1η Αυγούστου, (Decreto-Lei 41/2016, 2016-08-01 - DRE), το οποίο υλοποιεί τις περισσότερες τροποποιήσεις που εγκρίθηκαν από τον Νόμο περί Προϋπολογισμού, σχετικά με τον φόρο εισοδήματος για φυσικά πρόσωπα, τον φόρο εισοδήματος για νομικά πρόσωπα, τον φόρο προστιθέμενης αξίας, το τέλος χαρτοσήμου, τον φόρο δημοτικής ιδιοκτησίας και, τέλος, τον φόρο ενιαίας κυκλοφορίας.

### **Το Καθεστώς της Εποπτείας Ενηλίκων**

- Νόμος Νο. 49/2018, 14 Αυγούστου, (Lei 49/2018, 2018-08-14 - DRE), που δημιουργεί το νομικό καθεστώς εποπτείας ενηλίκων, εξαλείφοντας την απαγόρευση και απενεργοποιώντας τα ινστιτούτα που προβλέπονται από τον Αστικό Κώδικα, εγκεκριμένο από το Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 47344, 25 Νοεμβρίου, 1966.

### **Το Δικαίωμα της Καταγγελίας**

- Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 163/2006, 8 Αυγούστου, (Decreto-Lei 163/2006, 2006-08-08 - DRE), που εγκρίνει το καθεστώς προσβασιμότητας του κοινού σε κτήρια και εγκαταστάσεις, δημόσιους δρόμους και κτήρια κατοικιών, ανακαλώντας το Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 123/97, 22 Μαΐου.

- Νόμος Νο. 46/2006, 28 Αυγούστου, (Lei 46/2006, 2006-08-28 - DRE), που απαγορεύει και τιμωρεί τις διακρίσεις λόγω αναπηρίας και της ύπαρξης επιδεινωμένου κινδύνου για την υγεία.

- Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 74/2017, 21 Ιουνίου, (Decreto-Lei 74/2017, 2017-06-21 - DRE), το οποίο εφαρμόζει τα μέτρα του SIMPLEX + 2016 “Ηλεκτρονικό Βιβλίο Παραπόνων”, “Κίτρινο βιβλίο καταγγελιών” και “Αξιολογημένη δημόσια υπηρεσία”.

- Νόμος Νο. 93/2017, 23 Αυγούστου, (Lei 93/2017, 2017-08-23 - DRE), που θεσπίζει το νομικό καθεστώς για την πρόληψη, την απαγόρευση, την καταπολέμηση των διακρίσεων λόγω φυλετικής και εθνοτικής καταγωγής, χρώματος, εθνικότητας, καταγωγής και περιοχής προέλευσης.

### **Συγκοινωνία**

- Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 251/98, 11 Αυγούστου, (Legislação Consolidada - DRE), που ρυθμίζει την πρόσβαση στη δραστηριότητα και στην αγορά μεταφορών με ταξί.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 156/2005, 15 Σεπτεμβρίου, (Decreto-Lei 156/2005, 2005-09-15 - DRE), που καθιερώνει την υποχρέωση διάθεσης του βιβλίου καταγγελιών σε όλους τους προμηθευτές αγαθών ή παρόχους υπηρεσιών που έχουν επαφή με το ευρύ κοινό.
- Κανονισμός (EC) No. 1107/2006, 5 Ιουλίου, (EUR-Lex - 32006R1107 - EN - EUR-Lex (europa.eu)), που ρυθμίζει τα δικαιώματα των ατόμων με αναπηρίες και των ατόμων με μειωμένη κινητικότητα όταν ταξιδεύουν αεροπορικάς.
- Νομοθετικό Διάταγμα No. 163/2006, 8 Αυγούστου, (Decreto-Lei 163/2006, 2006-08-08 - DRE), που εγκρίνει το καθεστώς πρόσβασης του κοινού σε κτήρια και εγκαταστάσεις, δημόσιους δρόμους και κτήρια κατοικιών, ανακαλώντας το Νομοθετικό Διάταγμα No. 123/97, 22 Μαΐου.
- Νομοθετικό Διάταγμα No. 74/2007, 27 Μαρτίου, (Decreto-Lei 74/2007, 2007-03-27 - DRE), που κατοχυρώνει το δικαίωμα πρόσβασης για άτομα με αναπηρίες που συνοδεύονται από σκύλους βοήθειας σε χώρους, συγκοινωνίες και κέντρα δημόσιας πρόσβασης, ανακαλώντας το Νομοθετικό Διάταγμα No. 118/99, 14 Απριλίου (Decreto-Lei 118/99, 1999-04-14 - DRE).
- Κανονισμός (EC) No. 1371/2007, (LexUriServ.do (europa.eu)) του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου, 23 Οκτωβρίου, που ρυθμίζει τους όρους που πρέπει να τηρούνται στη σύμβαση επιβατικών σιδηροδρομικών συγκοινωνιών.
- Νομοθετικό Διάταγμα No. 58/2008, 26 Μαρτίου, (Decreto-Lei 58/2008, 2008-03-26 - DRE) αναδημοσιεύθηκε με το Νομοθετικό Διάταγμα No. 124-A/2018, 31 Δεκεμβρίου, (Decreto-Lei 124-A/2018, 2018-12-31 - DRE), το οποίο θεσπίζει το νομικό καθεστώς που εφαρμόζεται στη σύμβαση, μέσω σιδηροδρόμου, για τους επιβάτες και τις αποσκευές, φορητούς όγκους, κατοικίδια, ποδήλατα και άλλα αγαθά.
- Νομοθετικό Διάταγμα No. 181/2012, 6 Αυγούστου, (Decreto-Lei 181/2012, 2012-08-06 - DRE) τροποποιημένο από το Νομοθετικό Διάταγμα No. 207/2015, 24 Σεπτεμβρίου, (Decreto-Lei 207/2015, 2015-09-24 - DRE) και το Νομοθετικό Διάταγμα No. 47/2018, 20 Ιουνίου, (Decreto-Lei 47/2018, 2018-06-20 - DRE), το οποίο εγκρίνει το καθεστώς πρόσβασης και άσκησης δραστηριότητας ενοικίασης επιβατικών οχημάτων χωρίς οδηγό, κοινώς γνωστό ως ενοικίαση αυτοκινήτου, ανακαλώντας το Νομοθετικό Διάταγμα No. 354/86, 23 Οκτωβρίου, (Decreto-Lei 354/86, 1986-10-23 - DRE).
- Νομοθετικό Διάταγμα No. 254/2012, 28 Νοεμβρίου, (Decreto-Lei 254/2012,



2012-11-28 - DRE), που θεσπίζει το γενικό νομικό πλαίσιο για την παραχώρηση δημόσιας υπηρεσίας αεροδρομίου για την υποστήριξη της πολιτικής αεροπορίας στην Πορτογαλία που αποδίδεται στην ANA - Aeroportos de Portugal, S. A.

- Νόμος No. 6/2013, 22 Ιανουαρίου, (Lei 6/2013, 2013-01-22 - DRE), που εγκρίνει τα νομικά καθεστάτα πρόσβασης και άσκησης πιστοποίηση των αντίστοιχων εκπαιδευτικών φορέων.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 7/2014, 15 Ιανουαρίου, (Decreto-Lei 7/2014, 2014-01-15 - DRE), που διασφαλίζει την εφαρμογή στην εσωτερική έννομη τάξη των υποχρεώσεων που απορρέουν από τον Κανονισμό (EC) No. 261/2004, του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου, 11 Φεβρουαρίου, (EUR-Lex - 32004R0261 - EN - EUR-Lex (europa.eu)) όπως τροποποιήθηκε με τον Κανονισμό (EU) No. 1177/2010, του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου, 24 Νοεμβρίου, (EUR-Lex - 32010R1177 - EN - EUR-Lex (europa.eu)) σχετικά με τα δικαιώματα των επιβατών σε θαλάσσιες και πλωτές μεταφορές εσωτερικού.

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 9/2015, 15 Ιανουαρίου, (Decreto-Lei 9/2015, 2015-01-15 - DRE), που καθορίζει τους όρους που πρέπει να τηρούνται στη σύμβαση για τις οδικές συγκοινωνίες επιβατών και αποσκευών, σε τακτικές γραμμές, καθώς και το καθεστώς κυρώσεων για τη μη συμμόρφωση με τους κανόνες του Κανονισμού (EU) No. 181/2011, του Ευρωπαϊκού Κοινοβουλίου και του Συμβουλίου, 16 Φεβρουαρίου, 2011 (EUR-Lex - 32011R0181 - EN - EUR-Lex (europa.eu)).

- Νομοθετικό Διάταγμα No. 74/2017, 21 Ιουνίου, (Decreto-Lei 74/2017, 2017-06-21 - DRE), που εφαρμόζει τα μέτρα του SIMPLEX + 2016 “Ηλεκτρονικό βιβλίο παραπόνων”, “Κίτρινο βιβλίο καταγγελιών” και “Αξιολογημένη δημόσια υπηρεσία”.

- Νόμος No. 45/2018, 10 Αυγούστου, (Lei 45/2018, 2018-08-10 - DRE), το οποίο ρυθμίζει το νομικό καθεστώς για τη δραστηριότητα ατομικών και αμειβόμενων μεταφορών επιβατών σε οχήματα που δεν εμφανίζονται σε ηλεκτρονική πλατφόρμα.

- Κανονισμός No. 565/2018, 21 Αυγούστου, (Regulamento 565/2018, 2018-08-21 - DRE), που είναι Κανονισμός Διαμεσολάβησης και Συμβιβασμού στο πλαίσιο της εξωδικαστικής επίλυσης διαφορών στον τομέα των μεταφορών: εκτέλεση του Άρθρου 38 των καταστατικών της AMT και των παραγράφων α) και β) του αρ. 4 του Άρθρου 40 του Νόμου No. 67/2013, 28 Αυγούστου.

## 2. Υπηρεσίες Υποστήριξης



Το **Γραφείο Ένταξης** είναι μία υπηρεσία της οποίας αποστολή είναι να παρέχει εξειδικευμένες και προσβάσιμες πληροφορίες και διαμεσολάβηση για άτομα με αναπηρίες, τις οικογένειές τους, οργανισμούς και άλλα ενδιαφερόμενα μέρη.

Το **Ιατρικό Πιστοποιητικό Αναπηρίας Πολλαπλών Χρήσεων (AMIM\_O Atestado Médico de Incapacidade Multiuso)** είναι ένα επίσημο έγγραφο που αποδεικνύει ότι το άτομο έχει αναπηρία βάσει της αξιολόγησης από το ιατρικό συμβούλιο η οποία διενεργείται εντός του πεδίου εφαρμογής των Περιφερειακών Διοικήσεων Υγείας. Αυτό το πιστοποιητικό υποδεικνύει το ποσοστό της συνολικής αναπηρίας του ατόμου. Πρέπει να επικυρωθεί από τον Πρόεδρο του Ιατρικού Συμβουλίου, με ημερομηνία, και να έχει καταχωρηθεί με την ταυτότητα της Περιφερειακής Διοίκησης Υγείας (ARS\_Administração Regional de Saúde), του Group Health Centre (ACES\_Agrupamento do Centro de Saúde) και το I.D. του αντίστοιχου Ιατρικού Συμβουλίου. Για πιο λεπτομερείς πληροφορίες, ελέγξτε την ισχύουσα νομοθεσία που αναφέρεται σε αυτόν τον οδηγό.

Το **Digital Citizenship** προσφέρει τη δυνατότητα σε οποιονδήποτε να ασκήσει τα δικαιώματα και τις υποχρεώσεις του ως πολίτης, χρησιμοποιώντας το εικονικό περιβάλλον με υπεύθυνο και ηθικό τρόπο. Για να έχουν όλοι οι πολίτες, χωρίς εξαίρεση, πρόσβαση, είναι απαραίτητο να διασφαλιστεί ότι οι παρεχόμενες υπηρεσίες είναι σε συμφωνία με τις αρχές της προσβασιμότητας σε ψηφιακό περιεχόμενο. Επομένως, η Κυβέρνηση της Πορτογαλίας παρέχει πρόσβαση σε διαδικτυακές υπηρεσίες μέσω του Autenticacao.gov.pt, του ιστότοπου ηλεκτρονικής αναγνώρισης με ψηφιακή υπογραφή και ασφαλούς ελέγχου της ταυτότητας από το κράτος. Μετά τον έλεγχο, οι πολίτες μπορούν να έχουν πρόσβαση στις ακόλουθες πλατφόρμες:

Το ePortugal portal - <https://eportugal.gov.pt/>

- Περιοχή Ελέγχου Ταυτότητας του ePortugal Portal - <https://eportugal.gov.pt/entrar>
- Ηλεκτρονική Αναγνώριση κι Έλεγχος Ταυτότητας | Digital Mobile Key & Citizen

- Το πακέτο Σφραγίδα Χρηστικότητας και Προσβασιμότητας <http://www.acessibilidade.gov.pt/arquivo/1890>

Το Εθνικό Ινστιτούτο Αποκατάστασης, Ι.Π. (INR, IP) - <http://www.inr.pt/inicio portal>:

- Εθνικός Κατάλογος των Προϊόντων Υποστήριξης - <https://catalogo.inr.pt/web/inr/inicio>

Το portal Κοινωνικής Ασφάλισης - <http://www.seg-social.pt/inicio>

- Άμεση Κοινωνική Ασφάλιση - <https://app.seg-social.pt/ptss/>

Το portal της Εθνικής Υπηρεσίας Υγείας - <https://www.sns.gov.pt/>

- SNS Citizen Area - <https://servicos.min-saude.pt/utente/>

Η ιστοσελίδα της Φορολογικής και Τελωνειακής Αρχής - <http://www.portaldasfinancas.gov.pt/>

- <https://www.acesso.gov.pt/v2/loginForm?partID=PFAP&path=/>

Το Ινστιτούτο Απασχόλησης και Επαγγελματικής Κατάρτισης - <https://www.iefp.pt/home>

- IEFP Online - <https://iefponline.iefp.pt/IEFP/authentication/loginUser.jsp>

Τέλος, η Γενική Διεύθυνση Εκπαίδευσης - <https://www.dge.mec.pt/>

- Θεματική Περιοχή “Συμπεριληπτική Εκπαίδευση” - <https://www.dge.mec.pt/educacao-inclusiva>

- Το Portal Εγγραφών | 360 School - <https://acesso.edu.gov.pt/>

- Το Portal Σχολικών Εγχειριδίων - <https://manuaiscolares.pt/>

Η **Υπηρεσία Προτεραιότητας** παρέχει δια ζώσης υπηρεσίες, δημόσιες ή ιδιωτικές, στις οποίες παρέχεται βοήθεια κατά προτεραιότητα σε άτομα με επίπεδο αναπηρίας ίσο ή μεγαλύτερο από 60%, όπως επιβεβαιώνεται από το AMIM, έγκυες γυναίκες, άτομα που συνοδεύουν παιδιά έως 2 ετών και άτομα άνω των 65 ετών, αρκεί να υπάρχει εμφανής αλλοίωση ή περιορισμός των σωματικών ή διανοητικών λειτουργιών.

Πρέπει να είναι το ίδιο το άτομο που ζητά στήριξη, καθώς μπορεί να πρέπει να αποδείξει στον υπεύθυνο τον βαθμό αναπηρίας του, την ηλικία του παιδιού που έχει στην αγκαλιά του, την εγκυμοσύνη, την ηλικία των 65 ετών και άνω, ακόμη και αν έχει εμφανείς αλλαγές ή περιορισμούς στη σωματική ή διανοητική του λειτουργία.

Εάν υπάρχουν πολλά άτομα που ζητούν ταυτόχρονα την Υπηρεσία Προτεραιότητας, τότε η υπηρεσία γίνεται με βάση την προτεραιότητα κατά την άφιξη (first served basis). Ωστόσο, η Υπηρεσία Προτεραιότητας δεν ισχύει στις ακόλουθες περιπτώσεις:

- Υπηρεσίες δια ζώσης για το κοινό μέσω προηγούμενης κράτησης
- Σε παρόχους υγειονομικής περίθαλψης, όταν διακυβεύεται το δικαίωμα προστασίας της υγείας και της πρόσβασης στην υγειονομική περίθαλψη (η σειρά της περίθαλψης θα πρέπει να καθορίζεται σύμφωνα με την κλινική αξιολόγηση)
- Σε φορείς εγγραφής, όταν η αλλαγή στη σειρά εξυπηρέτησης αμφισβητεί την απόδοση ενός υποκειμενικού δικαιώματος ή θέσης πλεονεκτήματος που προκύπτει από την προτεραιότητα εγγραφής.

Σε περίπτωση άρνησης, μπορείτε να ζητήσετε την παρουσία των αρχών και να υποβάλετε γραπτή καταγγελία:

- Στο Εθνικό Ινστιτούτο Αποκατάστασης (INR\_Instituto Nacional de Reabilitação);
- Στον Γενικό Επιθεωρητή, στον ρυθμιστικό οργανισμό ή σε άλλους φορείς που έχουν εξουσία επιθεώρησης ή κυρώσεων επί του οργανισμού που διέπραξε την παράβαση. Για παράδειγμα, σε ένα κατάστημα τροφοδοσίας, η καταγγελία θα πρέπει να υποβληθεί στην Υπηρεσία Τροφίμων και Οικονομικής Ασφάλειας (ASAE\_Autoridade de Segurança Alimentar e Económica).

**Το Δικαίωμα της Καταγγελίας**, σάς επιτρέπει να κάνετε χρήση του Βιβλίου Παραπόνων εάν έχετε κάποιο παράπονο και αυτό θα πρέπει να είναι μόνιμα διαθέσιμο σε όλα τα δημόσια και ιδιωτικά ιδρύματα και υπηρεσίες. Για να διασφαλίσει τους πολίτες με αναπηρίες, οι οποίοι με οποιονδήποτε τρόπο περιορίζονται από τη συμπλήρωση του εντύπου καταγγελίας, στην άσκηση του δικαιώματος καταγγελίας, οι πάροχοι υπηρεσιών ή αγαθών ή οποιοδήποτε άτομο που είναι υπεύθυνο για την εξυπηρέτηση πελατών έχουν το καθήκον να βοηθήσουν, συμπληρώνοντας την αντίστοιχη φόρμα σύμφωνα με τους όρους που περιγράφονται προφορικά από το άτομο με αναπηρίες, εάν το ζητήσει το άτομο, σε συμφωνία με το νομικό καθεστώς που προβλέπεται στο Νομοθετικό Διάταγμα Νο. 74/2017, 21 Ιουνίου. Η μη συμμόρφωση με αυτό το καθήκον συνιστά αδίκημα που τιμωρείται με πρόστιμο.

**Το Καθεστώς Εποπτείας** Ενηλίκων επιτρέπει το όφελος των πρόσθετων μέτρων που προβλέπονται στο Νόμο Νο. 49/2018, 14 Αυγούστου, σε όσους δεν μπορούν να ασκήσουν τα δικαιώματα ή τις υποχρεώσεις τους πλήρως και συνειδητά, για λόγους υγείας ή αναπηρίας. Αυτό το δίπλωμα δημιουργεί το νομικό καθεστώς της Εποπτείας Ενηλίκων, το οποίο τέθηκε σε ισχύ στις 10 Φεβρουαρίου 2019, εξαλείφοντας τα νομικά στοιχεία απαγόρευσης που προβλέπονται στον Αστικό Κώδικα.

**Σύστημα Κατανομής των Προϊόντων Υποστήριξης (SAPA\_Sistema de Atribuição de Produtos de Apoio)** είναι οποιοδήποτε προϊόν, όργανο, εξοπλισμός ή τεχνικό σύστημα που χρησιμοποιείται από άτομο με αναπηρίες ή προσωρινές αναπηρίες, ειδικά κατασκευασμένο ή διαθέσιμο, το οποίο αποτρέπει, αντισταθμίζει, μετριάξει ή εξουδετερώνει τον περιορισμό λειτουργικότητας ή συμμετοχής. Πρόκειται για ένα ολοκληρωμένο και εγκάρσιο σύστημα απόκρισης για άτομα με αναπηρίες ή προσωρινές αναπηρίες, το οποίο στοχεύει στην αντιστάθμιση και τον περιορισμό των περιορισμών δραστηριότητας και συμμετοχής που προκύπτουν από τις προσωρινές αναπηρίες ή ανικανότητα μέσω:

- Της παροχής σε όλους και δωρεάν προϊόντων υποστήριξης.
- Της αποτελεσματικής διαχείρισης απλοποιώντας τις διαδικασίες που απαιτούνται από φορείς και την εφαρμογή ενός κεντρικού συστήματος υπολογιστών.
- Της απλοποίησης της χρηματοδότησης των προϊόντων υποστήριξης.

Αναζητώντας εργασία...

### Ποια είναι τα βήματα για την πρόσβαση στην αγορά εργασίας;

Ένα άτομο με αναπηρίες που αναζητά εργασία μπορεί, όπως κάθε άλλος πολίτης, να εγγραφεί σε μια υπηρεσία απασχόλησης μέσω του IEFP (<https://iefponline.iefp.pt/IEFP/>), να πάει σε ένα κέντρο απασχόλησης ή να επικοινωνήσει με έναν τοπικό εκπρόσωπο, τηλεφωνικά ή μέσω e-mail, ζητώντας ένα ραντεβού για συνάντηση ή συνέντευξη.

### Ποια είναι η διαδικασία;

Το κέντρο απασχόλησης θα αξιολογήσει το εργασιακό προφίλ του ατόμου με αναπηρίες και θα ελέγξει εάν το άτομο είναι:

- Άνεργο με προφίλ προσαρμοσμένο στην αγορά
- Άνεργο με δυσκολίες στην απασχόληση
- Άνεργο αλλά απαιτεί εντατική υποστήριξη

Ως αποτέλεσμα αυτής της αξιολόγησης, ένα ατομικό σχέδιο δράσης εκπονείται σε συνεργασία με το άτομο, προωθώντας έτσι μία παραπομπή που λαμβάνει υπόψη τα πιο κατάλληλα μέτρα ή δραστηριότητες μέσα στο πλαίσιο του κέντρου απασχόλησης.

Εάν μια πιο εξατομικευμένη και πιο εξειδικευμένη υποστήριξη απαιτείται, η διαμεσολάβηση του κέντρου παροχών θα ζητηθεί, κυρίως, για να παράσχει:

• **Πληροφορίες, Αξιολόγηση και Καθοδήγηση αναφορικά με τα Προσόντα και την Απασχόληση:** Πρόκειται για συμπληρωματικές πληροφορίες για την υποστήριξη των ατόμων με αναπηρίες σχετικά με το εργασιακό τους προφίλ ή τα προϊόντα υποστήριξης που είναι απαραίτητα για την πρόσβαση και την παρακολούθηση μιας κατάρτισης, ή για την πρόσβαση, διατήρηση και εξέλιξη στην εργασία, ή, ακόμη, και για την υποστήριξη κατά τις προσαρμογές στο χώρο εργασίας (εξάλειψη αρχιτεκτονικών εμποδίων) ή και για την αξιολόγηση της εργασίας.

• **Υποστήριξη τοποθέτησης σε θέση εργασίας:** Εάν το άτομο με αναπηρίες έχει ένα εργασιακό προφίλ προσαρμοσμένο στις ανάγκες της αγοράς εργασίας, αλλά δεν υπάρχουν διαθέσιμες προσφορές εργασίας ή θέσεις προσαρμοσμένες στα χαρακτηριστικά του, τότε μία πιο εξατομικευμένη και εντατική στήριξη στην αναζήτηση εργασίας θα πραγματοποιηθεί ή στην ανάπτυξη άλλων εργασιακών δεξιοτήτων.

- **Παρακολούθηση μετά την τοποθέτηση σε θέση εργασίας:** Όταν τα άτομα με αναπηρίες, ή οι εργοδότες χρειάζονται στήριξη ή εάν υπάρχει η ανάγκη εξειδικευμένης διαδικασίας διαμεσολάβησης.

Για να εγγραφείτε, μπορείτε να υποβάλετε αίτηση σε ένα από τα Κέντρα Απασχόλησης που βρίσκονται σε όλη την επικράτεια της Πορτογαλίας. Ωστόσο, η εγγραφή σας σας συνδέει πάντα με το Κέντρο Απασχόλησης της περιοχής σας. Το IEFP προσφέρει επίσης ένα σύνολο υπηρεσιών που σας επιτρέπουν, συγκεκριμένα, να:

- Υποβάλετε το βιογραφικό σας το οποίο μπορεί να ζητηθεί από πιθανούς εργοδότες και, επίσης, μπορείτε να επιλέξετε να εγγραφείτε ως υποψήφιος για εργασία και να καταχωρηθείτε στο Κέντρο Απασχόλησης της περιοχής σας αποκτώντας πρόσβαση σε όλες τις διαθέσιμες υπηρεσίες στην περιοχή σας.

- Συμβουλευτείτε τους ειδικούς για τις προσφορές εργασίας.

### **Ποια έγγραφα είναι απαραίτητα για την υποβολή της αίτησης;**

Για να μάθετε ποια έγγραφα είναι απαραίτητα για την υποβολή της αίτησης, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα του IEFP.

### **Ποιο είναι το Κέντρο Απασχόλησης της περιοχής μου;**

Για να δείτε ποιο είναι το κοντινότερο Κέντρο Απασχόλησης, επισκεφθείτε την ιστοσελίδα του IEFP.

### **Και, αν είστε κωφός, πώς μπορείτε να εγγραφείτε στο Κέντρο Απασχόλησης;**

Οι υπηρεσίες IEFP, IP διαθέτουν διαδικτυακή και δια ζώσης υπηρεσία διερμηνείας στη νοηματική γλώσσα, η οποία έχει σχεδιαστεί για να δημιουργήσει συνθήκες προσβασιμότητας για τους κωφούς, δηλαδή τεχνικά μέτρα και παρεμβάσεις για την απασχόληση και την επαγγελματική κατάρτιση υπό συνθήκες ισότητας με τους άλλους πολίτες.

### **Ποια είναι τα βήματα για μία αποτελεσματική έρευνα εργασίας;**

Ακολουθούν ορισμένα βασικά σημεία που καλό θα είναι να έχετε υπόψη σας κατά τη



διαδικασία αναζήτησης εργασίας:

### 1 – Να ξέρετε τον εαυτό σας...

Θα πρέπει να γνωρίζετε τις αξίες, τα ενδιαφέροντα, τις φιλοδοξίες και τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς σας. Αναλογιστείτε την πιθανή ανάγκη εμπλουτισμού των επαγγελματικών γνώσεων και δεξιοτήτων σας και σε ποιους τομείς.

### 2- Να μάθετε την αγορά εργασίας

Αναλύστε ποιες θέσεις εργασίας προσφέρονται περισσότερο και ποιες είναι οι απαιτήσεις που ζητούνται περισσότερο από τους εργοδότες. Να συμβουλευέστε τις λίστες των προσφερόμενων θέσεων καθημερινά. Υπάρχουν μερικά μέρη και καταστάσεις όπου μπορείτε να ενημερωθείτε για τις διαθέσιμες θέσεις εργασίας:

- a) Κέντρα Απασχόλησης
- b) Τα UNIVA (Active Life Insertion Units)
- c) Εμπορικά καταστήματα (διαφημίσεις σε βιτρίνες), εταιρείες και ιδρύματα
- d) Φοιτητικοί σύλλογοι, γραφεία επαγγελματικής κατάρτισης στα Πανεπιστήμια και τα Πολυτεχνεία κλπ.

e) Εφημερίδες (διατίθενται σε δημόσιες βιβλιοθήκες, κάποιες έχουν τη δική τους ιστοσελίδα)

f) Εταιρείες προσωρινής εργασίας όπως Adecco, Manpower, Select – Vedior, Hays Selection, Stepstone κλπ.

- g) Βιομηχανικοί, αναπτυξιακοί ή τεχνολογικοί σύλλογοι
- h) Σχετικές εταιρείες και επιχειρηματικοί όμιλοι
- i) Φίλοι, γνωστοί, οικογένεια, πρώην καθηγητές, συνάδελφοι κλπ.
- j) Το διαδίκτυο (μερικές χρήσιμες ιστοσελίδες είναι οι εξής:

- [www.empregos.online.pt](http://www.empregos.online.pt);
- [www.net-empregos.com](http://www.net-empregos.com);
- [www.expressoemprego.pt](http://www.expressoemprego.pt);
- [www.portalemprego.pt](http://www.portalemprego.pt);
- <https://www.bep.gov.pt/>

### 3- Μάθετε τις τεχνικές αναζήτησης εργασίας

- Δημιουργήστε ένα ελκυστικό βιογραφικό σημείωμα και μία συνοδευτική επιστολή. Υποβάλλετε την αίτησή σας σε εταιρείες και οργανισμούς. Δημοσιεύστε το βιογραφικό σας σε ιστοσελίδες υποτροφιών ή αναζήτησης εργασίας. Επεκτείνετε το δίκτυο επαφών σας. Χρησιμοποιείτε τα διάφορα εργαλεία αναζήτησης εργασίας.

#### 3.1. Πώς να γράψετε ένα βιογραφικό σημείωμα

Το βιογραφικό είναι ένα έγγραφο που συγκεντρώνει τις προσωπικές πληροφορίες ενός επαγγελματία μαζί με το ακαδημαϊκό του υπόβαθρο και την καριέρα του στην αγορά εργασίας, προκειμένου να παρουσιάσει τα προσόντα, τις δεξιότητες και τις ικανότητες που έχει αποκτήσει το άτομο.

Ένα καλογραμμένο και σωστά παρουσιασμένο βιογραφικό μπορεί να μην εγγυάται μια θέση εργασίας, αλλά είναι, χωρίς αμφιβολία, ένα εξαιρετικά σημαντικό βήμα για την επίτευξη αυτού του στόχου, καθώς μπορεί να κάνει τη διαφορά μεταξύ μιας πρόσκλησης σε συνέντευξη ή μιας άμεσης απόρριψης.

Για να συντάξετε ένα καλό βιογραφικό σημείωμα, θα πρέπει να συλλέξετε πληροφορίες που να αποδεικνύουν όλες τις ικανότητες που κατέχετε προκειμένου να εκτελέσετε τις επαγγελματικές δραστηριότητες για τις οποίες υποβάλατε αίτηση.

#### Το βιογραφικό σας σημείωμα θα πρέπει να περιλαμβάνει:

- **Προσωπικά στοιχεία:** Πλήρες όνομα, οικογενειακή κατάσταση, ηλικία, διεύθυνση και, κυρίως, τους τρόπους επικοινωνίας.

- **Επαγγελματική εμπειρία:** Σε αυτή την ενότητα θα πρέπει να αναφέρετε τις σημαντικότερες επαγγελματικές σας εμπειρίες. Ο πιο συνηθισμένος τρόπος για να γίνει αυτό είναι να τις απεριθμήσετε ξεκινώντας από την πιο πρόσφατη. Θα πρέπει να προσδιορίσετε την περίοδο κατά την οποία απασχοληθήκατε, το όνομα της εταιρείας, τη θέση και τα καθήκοντά σας.

- **Εκπαίδευση και Κατάρτιση:** Προσδιορίστε το όνομα και τον τύπο της εκπαίδευσης ή της κατάρτισης, τις βασικές θεματικές και τις δεξιότητες που αποκτήθηκαν.

- **Προσωπικές δεξιότητες:** Προσδιορίστε τη μητρική σας γλώσσα και το επίπεδο των γλωσσικών σας δεξιοτήτων.
- **Επικοινωνιακές δεξιότητες:** Περιγράψτε τις επικοινωνιακές σας δεξιότητες.
- **Οργανωτικές δεξιότητες:** Περιγράψτε τις οργανωτικές σας δεξιότητες και το πλαίσιο στο οποίο αποκτήθηκαν.
- **Τεχνικές δεξιότητες:** Περιγράψτε τις τεχνικές σας δεξιότητες που δεν έχουν περιγραφεί προηγουμένως.
- **Δεξιότητες πληροφορικής:** Προσδιορίστε τις ψηφιακές σας δεξιότητες.
- **Άλλες ικανότητες:** Περιγράψτε τις υπόλοιπες ικανότητές σας που δεν έχουν ως τώρα αναφερθεί.

Το βιογραφικό σημείωμα θα πρέπει να περιλαμβάνει όλες τις πληροφορίες που αναδεικνύουν τις ικανότητές σας και αυξάνουν τις πιθανότητες να σας καλέσουν σε συνέντευξη. Προσαρμόστε το βιογραφικό σας στη θέση για την οποία υποβάλετε αίτηση κάθε φορά. Προσπαθήστε να μειώσετε την έκταση του βιογραφικού σας στις δύο σελίδες, το ανώτερο τρεις, να είναι καλά οργανωμένο και να χρησιμοποιείτε δυναμική γλώσσα γεμάτη ενέργεια όπως «οργανώνοντας, διδάσκοντας κλπ.».

### 3.2. Πώς να γράψετε μία συνοδευτική επιστολή

Εκτός από το βιογραφικό σημείωμα, η συνοδευτική επιστολή είναι μία από τις πρώτες αναφορές που έχει η εταιρεία στην οποία υποβάλετε αίτηση για εσάς. Ακολουθούν ορισμένες οδηγίες για τη σύνταξή της:

Η συνοδευτική επιστολή θα πρέπει να είναι σύντομη και απλή. Τοποθετείτε πάντα το όνομα και τη θέση του ατόμου ή το τμήμα στο οποίο θα στείλετε την επιστολή. Μην ξεχάσετε να βάλετε το θέμα στην κεφαλίδα, όπου αποσαφηνίζετε τον σκοπό της επιστολής σας και, τέλος, αναφέρετε την αγγελία όπου μάθατε για τη θέση. Η πρώτη παράγραφος της συνοδευτικής επιστολής είναι πολύ σημαντική. Εκτός από το ότι είναι σύντομη και αντικειμενική, θα πρέπει να προσελκύσει αμέσως την προσοχή όσων το διαβάζουν. Δώστε ιδιαίτερη προσοχή στο λεξιλόγιο και το ύφος που υιοθετείτε στο κείμενο. Επιλέξτε μια καλή εισαγωγική πρόταση καθώς σκοπός είναι να ξεχωρίσετε ανάμεσα στις πολλές απαντήσεις. Η επιστολή δεν θα

πρέπει να είναι περισσότερο από μια σελίδα A4 και να χρησιμοποιεί χαρτί καλής ποιότητας. Σε αντίθεση με το βιογραφικό σημείωμα, το οποίο δεν πρέπει να υπογραφεί, η επιστολή θα πρέπει να έχει την υπογραφή σας στο τέλος.

Μία αυθόρμητη επιστολή έχει συνήθως την ακόλουθη δομή:

Ricardo Silva

Boa Nova St., N°33

4000 - 250 Porto

Σταθερό τηλέφωνο

Κινητό Τηλέφωνο

Email

Porto, 18 Σεπτεμβρίου, 20159 (Εισάγετε την ημερομηνία εδώ)

Θέμα: Επιστολή απάντησης στην αγγελία (Εισαγάγετε πληροφορίες σχετικά με την αγγελία εργασίας)

Αξιότιμε κ. Carlos Gonçaves, (Εισαγάγετε το όνομα και τη θέση του υπευθύνου της εταιρείας ή εισαγάγετε «Όποιον ενδέχεται να αφορά: Τμήμα Ανθρώπινου Δυναμικού» εδώ)

Θα ήθελα να υποβάλω την αίτησή μου ως απάντηση στην αγγελία σας XXXX (ή με την ημερομηνία), που δημοσιεύτηκε στην εφημερίδα XXXX (ή ιστοσελίδα), την ημέρα (αναφέρετε την ημέρα της αγγελίας), ανακοινώνοντας την κενή θέση για (υποδείξτε τον τύπο εργασίας /θέσης).

Είμαι 28 ετών και είμαι (υποδείξτε την εκπαίδευσή σας). Έχω εμπειρία /Έχω κάνει πρακτική άσκηση (αναφέρατε την εμπειρία σας εν συντομία) και κατέχω τις σχετικές δεξιότητες (υποδείξτε εργασίες/ δραστηριότητες).

Θεωρώ τον εαυτό μου υπεύθυνο άτομο, με την ικανότητα να εργάζομαι σε ομάδες ή μόνος μου και με οργανωμένο τρόπο. Στις δραστηριότητες που αναφέρθηκαν προηγουμένως, έδειξα ευελιξία και πρωτοβουλία, όπου λεπτομέρειες μπορείτε να δείτε στο βιογραφικό μου σημείωμα (επισυνάπτεται σε αυτήν την επιστολή).

Είμαι διαθέσιμος για συνέντευξη και σας ευχαριστώ για το ενδιαφέρον που μπορεί να αξίζει η αίτησή μου.

Ελπίζω να έχω νέα σας σύντομα.

Με εκτίμηση,

Ricardo Silva

Παράρτημα: Βιογραφικό σημείωμα

Σημειώστε ότι η συγγραφή του βιογραφικού ή της συνοδευτικής επιστολής όταν έχετε αναπηρία δε διαφέρει από το βιογραφικό σημείωμα ή τη συνοδευτική επιστολή οποιουδήποτε άλλου επαγγελματία. Η μόνη διαφορά είναι εάν αποφασίσετε να συμπεριλάβετε πληροφορίες σχετικά με την αναπηρία σας και αυτή είναι μια προσωπική επιλογή. Δεν υπάρχει σωστό ή λάθος, η επιλογή είναι δική σας, με βάση τον τρόπο που βλέπετε τον εαυτό σας και τις δραστηριότητες της προσφερόμενης θέσης, την πραγματικότητά σας. Ωστόσο, εάν αποφασίσετε να συμπεριλάβετε πληροφορίες σχετικά με την αναπηρία σας, θα πρέπει να καθορίσετε τον τύπο αναπηρίας που έχετε (για παράδειγμα, εάν έχετε προβλήματα ακοής). Είναι, επίσης, σημαντικό να αναφέρετε λεπτομερώς τους τύπους συσκευών που χρησιμοποιείτε και το είδος των υποδομών που μπορεί να χρειαστείτε. Μπορείτε να τοποθετήσετε τις πληροφορίες στην ενότητα των προσωπικών στοιχείων του βιογραφικού ή της συνοδευτικής επιστολής, όπως για παράδειγμα:

43 North Street

High Town

Reading

RG13 2XX

2 Δεκεμβρίου 2012

κ. W. Carr

Διευθύνων Σύμβουλος

Total Systems Ltd

St Martins Street

Slough SL12 8CC

Αξιότιμε κ. Carr

Απαντώ στην αγγελία σας στο Reading Evening Mail σχετικά με το πρόγραμμα πτυχιούχων εκπαιδευόμενων στη Διαχείριση Συστημάτων στην Total Systems Ltd. Όπως θα δείτε από το βιογραφικό μου σημείωμα, πρόκειται να ολοκληρώσω το πτυχίο μου στην Πληροφορική από το Open University. Αποφάσισα να σπουδάσω με το ΟΥ και να δουλέψω ταυτόχρονα μόλις τέλειωσα το σχολείο, καθώς αυτό θα μου έδινε ένα πτυχίο συν πολύτιμη εργασιακή εμπειρία και γνώση της βιομηχανίας, κάτι που αποτελεί πλεονέκτημα σε αυτόν τον τομέα. Έχω εκτεταμένη εμπειρία διαχείρισης δικτύων και συντήρησης συστημάτων από την εργασία μου μέχρι σήμερα.

Επιπλέον, ήμουν βασικό μέλος της ομάδας του έργου που εισήγαγε ένα νέο σύστημα πληροφορικής και δικτύων στο Reading General Hospital το 2011. Αυτό περιλάμβανε στενή συνεργασία με τον συντονιστή του έργου και την υπόλοιπη ομάδα για την εγκατάσταση των νέων συστημάτων και λογισμικών, σχεδιασμό εκπαιδευτικών συνεδριών και υλικού για το προσωπικό, ανάπτυξη ενός προγράμματος κατάρτισης και αντιμετώπιση τυχόν προβλημάτων ή ζητημάτων κατά την εφαρμογή του συστήματος και του δικτύου. Πιστεύω ότι η δουλειά μου σε αυτό το έργο συνδέεται με τις άλλες δεξιότητες και την εμπειρία μου και μου δίνει μια καλή βάση για να υποβάλω αίτηση για θέση του εκπαιδευόμενου αναλυτή συστημάτων.

Θέλω να αποκαλύψω ότι έχω προβλήματα ακοής που με έχουν επηρεάσει από την παιδική μου ηλικία. Φοράω συσκευές ακοής και στα δύο αυτιά, οι οποίες θεωρώ ότι μου επιτρέπουν να συνεργάζομαι αποτελεσματικά με τους ακούοντες συναδέλφους και να είμαι αποτελεσματικό μέλος επιτυχημένων ομάδων.

Πέρασα τα εφηβικά μου χρόνια προσπαθώντας να ανταποκριθώ στην αναπηρία μου και να αναπτύξω τους δικούς μου τρόπους αντιμετώπισης και επίλυσης προβλημάτων. Πιστεύω ότι αυτή η στάση μου συνέβαλε στη θετική μου προσέγγιση στη ζωή, μια στάση που κατάφερα να προσφέρω στους διάφορους ρόλους μου στην εργασία.

Είμαι ένα ενεργό και εξωστρεφές άτομο που απολαμβάνει κοινωνικές και αθλητικές δραστηριότητες όπως το gambling και το SCUBA diving. Έχω επίσης άδεια οδήγησης.

Ανυπομονώ να σας ακούσω από εσάς στο εγγύς μέλλον.

Με εκτίμηση,  
Michael Bailey

Είμαι διαθέσιμος για συνέντευξη και σας ευχαριστώ για το ενδιαφέρον που μπορεί να αξίζει η αίτησή μου.

Ελπίζω να έχω νέα σας σύντομα.

Με εκτίμηση,

Ricardo Silva

Παράρτημα: Βιογραφικό σημείωμα

Σημειώστε ότι η συγγραφή του βιογραφικού ή της συνοδευτικής επιστολής όταν έχετε αναπηρία δε διαφέρει από το βιογραφικό σημείωμα ή τη συνοδευτική επιστολή οποιουδήποτε άλλου επαγγελματία. Η μόνη διαφορά είναι εάν αποφασίσετε να συμπεριλάβετε πληροφορίες σχετικά με την αναπηρία σας και αυτή είναι μια προσωπική επιλογή. Δεν υπάρχει σωστό ή λάθος, η επιλογή είναι δική σας, με βάση τον τρόπο που βλέπετε τον εαυτό σας και τις δραστηριότητες της προσφερόμενης θέσης, την πραγματικότητά σας. Ωστόσο, εάν αποφασίσετε να συμπεριλάβετε πληροφορίες σχετικά με την αναπηρία σας, θα πρέπει να καθορίσετε τον τύπο αναπηρίας που έχετε (για παράδειγμα, εάν έχετε προβλήματα ακοής). Είναι, επίσης, σημαντικό να αναφέρετε λεπτομερώς τους τύπους συσκευών που χρησιμοποιείτε και το είδος των υποδομών που μπορεί να χρειαστείτε. Μπορείτε να τοποθετήσετε τις πληροφορίες στην ενότητα των προσωπικών στοιχείων του βιογραφικού ή της συνοδευτικής επιστολής, όπως για παράδειγμα:

43 North Street

High Town

Reading

RG13 2XX

2 Δεκεμβρίου 2012

κ. W. Carr

Διευθύνων Σύμβουλος

Total Systems Ltd

St Martins Street

Slough SL12 8CC

## Αναφορές

Empower + Undertake = Inclusion. Available at:

[https://www.apd.org.pt/dmdocuments/Capacitar+\\_Empreender\\_\\_Inclus%C3%A3o\\_final.pdf](https://www.apd.org.pt/dmdocuments/Capacitar+_Empreender__Inclus%C3%A3o_final.pdf)

Practical Guide. The Rights of People with Disabilities in Portugal. Available at:

<https://www.portugal.gov.pt/pt/gc21/comunicacao/documento?i=guia-pratico-os-direitos-das-pessoas-com-deficiencia-em-portugal>





Epralima - Escola Profissional do Alto Lima, C.I.P.R.L.



CESUR - Centro Superior de Formação Europa Sur



Unione Italiana Lotta alla Distro a Muscolare  
Sezione di Saviano



DAFNI KEK



E-Seniors



MUNI - Masaryk University



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

“The support of the European Commission in the production of this publication does not constitute an endorsement of the content, it only reflects the views of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use that may be made of the information contained therein.”