CHRISTOPHER & DANA REEVE FOUNDATION
TODAY'S CARE. TOMORROW'S CURE.®

Independiyenteng Pamumuhay

Mas humusay na kalidad ng buhay, pagdedesisyon para sa sarili, at posibleng pagtitipid sa gastusin ay ilang mga pakinabang lang sa independiyenteng pamumuhay. Mula sa paniniwala na ang mga taong may kapansanan ay ang pinakanakakaalam sa sarili nilang mga pangngailangan at mga isyu, ang kilusang ito ay nakapagdulot ng mga oportunidad na nakapagbago sa pamumuhay ng mga milyon-milyong mga indibiduwal sa buong bansa.

Figure 1:Pinagkuhanan: Administration for Community Living(https://acl.gov/sites/default/files/news%202018-08/ILProgramsIG.FinalWeb.pdf)

TANONG: Ano ang pilosopiya ng independiyenteng pamumuhay?

Sa madaling salita, ang pilosopiya ng independiyenteng pamumuhay ay ang mga taong may kapansanan ay dapat may parehong mga civil rights, mga opsyon, at kontrol sa kanilang buhay tulad ng iba. Mula sa pagsisikap para sa "deinstitutionalization" habang may kilusan para sa civil rights noong 1960s, ang social at political na simulang ito ay nagbago sa kultura

at mga value para makapag-develop ng mas maraming mga karapatan, kalayaan at independensya para sa mga taong may kapansanan. Ngayon, ang mga simulain para sa independiyenteng pamumuhay ay lubos na nagpapaganda sa mga buhay ng mga indibiduwal na may iba't ibang mga kapansanan sa pamamagitan ng pagtuon sa mga may suportang mapagpipilian, kontrol at oportunidad para maging bahagi ng komunidad.

TANONG: May posibilidad pa ba na ako ay muling mamuhay ng di umaasa sa iba o independiyente?

Para sa nakararami, ang mga benepisyo ng pag-transisyon mula sa nursing home pabalik sa komunidad ay lubos na mas marami kaysa sa mga balakid. Madalas, ang pinakamalaking hamon sa pag-transisyon papalabas ng nursing home ay di mo alam kung mayroon kang mapagpipilian. Noong 1999, ang naging kilalang desisyon ng Supreme ng Court ng Estados Unidos sa Olmstead laban sa L.C. (Olmstead) case na natuklasan na, sa ilalim ng Americans with Disabilities Act (ADA), ang mga taong may kapansanan ay may kuwalipikadong karapatan na makatanggap ng mga pinopondohan ng estado na mga suporta at serbisyo sa komunidad kaysa sa mga institusyon. Ang mga center para sa independent living ay naghahandog ng tulong, mga mapagkukuhanan ng impormasyon at training para mapadali ang transisyon sa independiyenteng pamumuhay. Basahin ang listahan ng ACL ng mga CIL at SILC ayon sa estado (http://www.acl.gov/programs/centers-independent-living/list-cils-and-spils).

TANONG: Ano ang Center for Independent Living (CIL)?

Pinopondohan ng Rehabilitation Act of 1973, may higit sa 350 na mga community based, crossed disability na Centers for Independent Living na matatagpuan sa buong bansa, sa lahat ng mga estado sa Estados Unidos at mga teritoryo nito. Nilikha at pinapangasiwaan ng mga taong may kapansanan, ang mga nonresidential na programa na ito ay pinapatakbo ng pribadong nonprofit na ahensya at naghahandog ng suporta, impormasyon at pagtatanggol para matiyak na ang lahat ay may patas na access para makapagdesisyon sila kung saan at paano nila nais mabuhay, magtrabaho at maging bahagi ng kanilang komunidad.

TANONG: Ano ang mga mapagkukuhanan ng tulong at impormasyon na handog ng CIL para makatulong sa aking makabalik sa pamumuhay sa komunidad?

Ang lahat ng mga CIL ay may tungkulin na magbigay impormasyon at mga pagrerekumenda, independent living skills training, peer counseling, indibiduwal at systems advocacy, at mga serbisyo para sa transisyon pabalik sa komunidad. Maraming mga enter ang naghahandog ng maraming iba't ibang serbisyo para mapahusay ang kalidad ng buhay at makatulong sa trabaho at kakayahang mag-isa sa personal na buhay at pagiging bahagi ng komunidad, tulad ng psychological counseling, tulong sa pagkakaroon ng tirahan o pabahay, mga serbisyo ng personal na tulong, pagrerekumenda at tulong sa transportasyon, physical therapy, training sa pagkilos, rehabilitation technology, at adaptive sports at lifestyle programs.

TANONG: Ano ang State Independent Living Council (SILC)?

Ang bawat estado at teritoryo sa Estados Unidos ay kailangan may independent living council na nakikipagtrabaho sa mga CIL ng estado para makapag-develop ng State Plan for Independent Living (SPIL). Ibinabalangkas ng SPIL ang mga pangangailangan at priyoridad para mapahusay ang mga serbisyo para sa independiyenteng pamumuhay ng estado sa pamamagitan ng pinagkaisang mga mithiin at layunin.

Mga Pinagkukuhanan ng Impormasyon: Administration for Community Living

Gusto mong may makausap?

Ang aming Information Specialist ay available na sagutin ang iyong mga tanong. Tumawag ng toll-free 1-800-539-7309 Lunes hanggang Biyernes, 9 am-8 pm EST. Mag-schedule ng tawag o magtanong online sa https://www.christopherreeve.org/tl/get-support/ask-us-anything/form

Ang impormasyong nilalaman ng mensaheng ito ay ipinapakita para sa layunin ng pagtuturo at pagbibigay impormasyon sa iyo tungkol sa paralysis at mga epekto nito. Walang anumang nilalaman sa mensaheng ito ay dapat pakahulugan ni hindi nilalayon na gamitin bilang medikal na diagosis o paggagamot. Hindi ito dapat pumalit sa payo ng iyong doktor o iba pang kuwalipikadong health care provider. Kung mayroon kang mga tanong na may kaugnayan sa pangangalaga ng kalusugan, mangyaring tawagan o magpatingin sa iyong doktor o iba pang kuwalipikadong health care provider kaagad. Parating magpakonsulta sa iyong doktor o iba pang kuwalipikadong health care provider bago magsimula ng bagong treatment, diet o fitness program. Hindi mo kailanman dapat di pansinin o patagalin ang mga ito dahil sa isang bagay na nabasa mo sa mensaheng ito.

Ang publikasyon na ito ay sinusuportahan ng Administration for Community Living (ACL), U.S. Department of Health and Human Services (HHS) bilang bahagi ng pinansiyal na tulong na may total na $8,700,000 na may 100 porsiyentong pagpopondo ng ACL/HHS. Ang mga nilalaman ay iyong mula sa (mga) may akda at hindi nangangahulugan na opisyal itong mga pananaw, ni hindi pag-endorso, ng ACL/HHS, o ng Gobyerno ng Estados Unidos.