

1. Tens una casa pròpia o familiar.

4. Mai vas enfrontar una dificultat financera greu.

7. Saps on acudir per a demanar consell i ajuda quan ho necessites.

2. Sents que el teu idioma, religió i cultura són respectats en la societat en la qual vius.

5. Altres persones et consulten sobre diferents assumptes. Perquè els interessa la teua opinió.

8. Mai t'han discriminat a causa del teu origen ètnic, cultural o nacional.

3. Sents que la teua opinió en assumptes socials i polítics importen, i els teus punts de vista són escoltats.

6. No tems que la policia et pugui detenir.

9. Tens protecció social i metgessa adequada a les teues necessitats.



10. Pots anar-te'n de vacances una vegada a l'any.

13. Sents que pots estudiar i pots triar la teua professió.

16. Pots celebrar les festes religioses més importants amb les teues amistats i familiars.

11. Pots convidar a les teues amistats a sopar a ta casa.

14. No tens por al fet que t'assetgen o t'ataquen pels carrers, o en els mitjans.

17. Pots participar en un seminari internacional a l'estranger.

12. Tens una mirada en positiu cap al teu futur.

15. Pots votar en les eleccions nacionals i locals.

18. Pots anar al cinema o al teatre almenys una vegada a la setmana.



19. No tens por pel futur
dels teus fills/es.

22. Sents que les teues
competències són
apreciades i respectades en
la societat en la qual vius.

25. Ta mare o tu mai heu
sigut agredides físicament
o psicològica.

20. Pots comprar roba nova
almenys una vegada cada
tres mesos.

23. Pots utilitzar i beneficiar-
te d'Internet.

26. Eres una persona
autònoma mental i
físicament.

21. Pots enamorar-te de la
persona que tries i no sentir
represàlies.

24. Mai has viscut una
guerra.

27. Eres una persona que no ha
de preocupar-se què menjarà
o on dormirà aquesta nit.



28. Mai has hagut de
cuidar o fer costat
econòmicament a la teua
família.

31. Vas poder acabar els
teus estudis.

29. No t'has sentit
discriminada en el teu lloc
d'habitatge, estudi o treball.

30. Comptes amb el suport
de la teua família.

