

DERECHO A LA VIDA INDEPENDIENTE: ¿QUÉ DEBEMOS CONOCER?



COLECCIÓN HACIA UNA VIDA INDEPENDIENTE

5



Equipo de trabajo y coordinación de la edición:

JOSÉ MARÍA BORREL MARTÍNEZ

Asesor Médico de DOWN ESPAÑA

ELÍAS VIVED CONTE

Asesor en Lectura Fácil de DOWN ESPAÑA

Edita: DOWN HUESCA, 2019

Diseño y maquetación: JORGE ARBUÉS SALAZAR · LA CENTRAL PREIMPRESIÓN

Impresión: OSCAPRINT, S.L.

Depósito Legal: HU 209-2019

Se autoriza la reproducción total o parcial de esta publicación para fines educativos u otros fines no comerciales, siempre que se cite la fuente.



Presentación	5
1. Revisa tu conocimiento y tu experiencia.....	7
2. Objetivos: ¿qué nos proponemos con este texto?.....	9
3. Lee el siguiente texto	10
4. Preguntas sobre el contenido del texto	13
5. Conversamos: preguntas, respuestas y comentarios relacionados con el tema.....	15
6. Cuestiones que tenemos que conocer.....	17
7. Actividades para realizar en grupo.....	23
8. Los jóvenes opinan.....	27
9. En resumen... ..	33
10. Para saber más... buscamos información.....	34

Lidia Arasanz Bolea

Jesús Buades Ferraz

José Borrel Doz

José M.^º Borrel Martínez

Beatriz Cabello Chueca

Noel Esteban Puyol

Gonzalo Lavilla Castán

Daniel Marín Casajús

Marta Navarro López

Loreto Peirón Isar

Cristina Pérez Sánchez

Loida Périz Ferrer

Marcos Rufat Muñoz

David Vasco Carrasco

Jesús Vázquez Gómez

Elías Vived Conte



PRESENTACIÓN

Las personas con discapacidad son ciudadanos de pleno derecho, como todas las demás personas.

Para que puedan tener las mismas oportunidades que las demás personas, para que desaparezcan las barreras y las limitaciones, y para que se vayan eliminando los prejuicios y los estereotipos, se plantean y defienden derechos centrados en las personas con discapacidad.

Así ocurre con la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social, aprobada en España en 2013.

Y también con la Convención Internacional de derechos de personas con discapacidad, aprobada por la Organización de Naciones Unidas (ONU) en 2006 y aprobada por España en 2008.

Las personas con discapacidad tienen que conocer sus derechos, tienen que conocer los artículos más importantes de la Convención Internacional, tienen que participar en la sociedad, en las asociaciones, disfrutar de la cultura, del deporte y del ocio, con las mismas oportunidades que el resto de los ciudadanos.

Para participar necesitan tener ganas, tener información, aprender cosas nuevas, responsabilizarse con las decisiones.

Pero para participar también necesitan que haya espacios de participación; que se les respete como personas y se confíe en ellos/as y en sus posibilidades; Hay que darles oportunidades, enseñarles y ofrecerles el apoyo necesario.

Tenemos que considerar que la participación es buena para todos.

Participar es formar parte de grupos, de asociaciones, de la sociedad.

La participación es estar con todos, colaborando y apoyando.

Todas las personas somos iguales
y tenemos los mismos derechos a participar, a trabajar,
a vivir con otros amigos, a los espacios públicos.

Las personas con síndrome de Down
o con otras discapacidades intelectuales
tienen que conocer sus derechos,
y especialmente la Convención Internacional
de Derechos de las personas con discapacidad.

El artículo 19 de la Convención
explica el derecho a vivir con independencia
y a formar parte de la comunidad.

En este artículo se indica que las personas con discapacidad
tienen derecho a vivir de forma independiente
y a participar en la vida de la comunidad.

Las personas con discapacidad
pueden elegir a las personas con las que quieren vivir
y pueden elegir el lugar donde quieren vivir
y tendrán ayudas para vivir bien,
no tienen que ser aisladas de la comunidad
y deben tener los mismos servicios e instalaciones que las demás personas.
Esto es lo que dice el artículo 19.

Las asociaciones de personas con discapacidad,
deben apoyarles y animarles a participar
y defenderles en caso de discriminación.

Las asociaciones deben estar al tanto
de que se cumplen las normativas y los derechos.

Hay que seguir luchando por sus derechos,
se ha conseguido mucho, pero queda camino por recorrer.

José María Borrel y Elías Vived



**CONVENCIÓN
SOBRE LOS
DERECHOS DE
LAS PERSONAS
CON
DISCAPACIDAD**

1. REVISAR...

... TU CONOCIMIENTO Y TU EXPERIENCIA

Vamos a plantear una serie de preguntas para recordar qué conocemos sobre algunos derechos de las personas con discapacidad.

- ¿Conoces la Convención Internacional de Derechos de las personas con discapacidad?
-

- ¿De qué trata esta Convención?
-

- ¿Sabías que hay un artículo de la Convención Internacional que indica el derecho de las personas a la vida independiente y a participar en la comunidad?
-

- ¿Crees que las personas con discapacidad intelectual se pueden emancipar de sus padres? ¿Por qué?
-

- ¿Conoces a alguna persona que vive en pisos de vida independiente? ¿Cómo le va?
-



- ¿Qué opinas de vivir en un piso con otros amigos o amigas?
-

- ¿Qué dificultades crees que se pueden dar en un piso de vida independiente?
-

- ¿Crees que estás preparado para vivir en un piso de vida independiente? ¿Por qué?
-



2. OBJETIVOS:

¿QUÉ NOS PROPONEMOS CON ESTE TEXTO?

Los contenidos de este documento tienen que contribuir a desarrollar los siguientes objetivos:

- Reconocer la importancia que tiene para las personas el desarrollo de su autonomía, libertad e independencia.
- Averiguar las formas de vida independiente y de participación en la comunidad a las que tienen derecho las personas con discapacidad.
- Contribuir a conocer los derechos de las personas con discapacidad, por ejemplo, la Convención Internacional de los Derechos de las personas con Discapacidad, especialmente el artículo 19.
- Contribuir a identificar las barreras que dificultan la accesibilidad de las personas a los diferentes contextos sociales.
- Respetar la independencia de las personas y su libertad para decidir en los ámbitos importantes de su vida.
- Averiguar cuáles son las obligaciones generales de los países para asegurar los derechos humanos y las libertades de las personas con discapacidad.
- Respetar y fomentar el respeto de los derechos de las personas con discapacidad, contribuyendo a eliminar los prejuicios y reconociendo sus capacidades.



3. LEE EL SIGUIENTE TEXTO

Natalia se encuentra viajando a una pequeña ciudad, desde su pueblo natal.

En esa ciudad vive con su amiga Lara.

Llevan ya varios años compartiendo el piso y la convivencia entre ellas es excelente.

Natalia va casi todos los fines de semana a su pueblo a ver a sus padres.

Es un pequeño pueblo de la montaña y allí vivió su niñez y su primera juventud.

A los 20 años se instaló en la ciudad.

Ahora, a sus 28 años, trabaja de dependienta en un gran supermercado.

Es un trabajo que le gusta mucho y tiene un buen grupo de amigos.

A Natalia le encanta la ciudad, pero volver a su pueblo querido los fines de semana es algo que le sigue emocionando.

El viaje lo hace en autobús.

Lo coge en su pueblo, todos los domingos, a las 5 de la tarde.

Suele durar el trayecto alrededor de 1 hora.

Natalia se ha sentado y antes de que el autobús iniciara su camino,

ha sacado una revista

y va leyendo algunas noticias que hay escritas.

Le llama la atención una noticia que aparece en la portada de la revista.

Se trata de una joven con discapacidad intelectual que ha comenzado a vivir en un piso con otros compañeros.

Esta joven vivía con sus padres hasta entonces y gracias a un programa de apoyo a la vivienda ha podido emanciparse y comparte piso con otros dos jóvenes.

El programa de apoyo lo llevaba a cabo una Asociación.
 A Natalia le ha gustado mucho la noticia.
 Piensa en ella y en su compañera de piso,
 en su amiga Lara, amiga de toda la vida,
 y en lo feliz que es con ella en el piso compartido.
 De repente le entran fuertes deseos
 de volver a verla y abrazarla
 y decirle lo bien que están juntas.
 Y también piensa que si la joven de la noticia viviera en su ciudad
 la invitaría a su piso, para contarle cosas de la convivencia
 y de las tareas y organización de la casa.
 Mientras piensa en estas cosas,
 mira tranquila por la ventana del autobús
 y ve alejarse los campos de colores.
 Y ya, al fondo, se adivinan los primeros edificios
 que anuncian la ciudad. Pronto llegará.
 ¿Estará Lara esperándome?, piensa.



Algunos domingos, cuando Natalia regresa de su pueblo,
Lara se acerca a la estación de autobuses para esperarla.
El autobús llega a la estación y allí está Lara.
Una sensación de alegría, de felicidad, invade todo su cuerpo.
Y se apresura a bajar para saludar a su amiga del alma.
Natalia coge sus bolsas del maletero.
Las dos se alegran de verse
y se funden en un formidable abrazo.
Lara coge una de las bolsas de Natalia
y se dirigen a buen paso a su casa,
que está cerca de la estación de autobuses.
Cuando se disponen a marchar cogidas de la mano,
Mario, el conductor del autobús,
que conoce a Natalia desde que nació, le saluda:
—Adiós, Natalia, que tengas una buena semana, ¿te veré el próximo sábado?
—Adiós, Mario, nos veremos el sábado.
Pero que sepas que conduces muy deprisa —le responde
con una sonrisa Natalia.

Mario se queda mirando a las jóvenes
y las despide con la mano,
mientras se sigue sorprendiendo de lo resuelta
que se maneja Natalia por la ciudad y por la vida.
Nunca hubiera imaginado que esta joven con síndrome de Down
pudiera vivir con tanta autonomía y tanto coraje.
Y unos ojos de satisfacción siguieron los pasos de las jóvenes
que se pierden en la lejanía de la calle.

4. PREGUNTAS...

SOBRE EL CONTENIDO DEL TEXTO

a) ¿Cómo se llaman las dos jóvenes que viven juntas en el piso?

b) ¿De dónde viene Natalia?

c) ¿Qué día de la semana suele volver del pueblo?

d) ¿Cuánto tiempo dura el trayecto?



e) Explica la noticia que estaba leyendo Natalia en el autobús

f) ¿Qué le parece la noticia a Natalia?

g) Cuando el autobús llega a la estación, ¿quién espera a Natalia?

h) ¿Conocía Natalia al conductor del autobús? ¿Cómo se llama?

i) ¿Qué le dice Natalia a Mario?

j) ¿Recuerdas dónde trabaja Natalia?



5. CONVERSAMOS:

PREGUNTAS, RESPUESTAS Y COMENTARIOS RELACIONADOS CON EL TEMA

a) ¿Con quiénes vives?

b) ¿Con quién te gustaría vivir en un futuro próximo?

c) ¿Has compartido o estás compartiendo vivienda con otros amigos o amigas? ¿Cómo está resultando?

d) ¿Qué opinas sobre la experiencia de compartir vivienda?

e) ¿Crees que las personas con síndrome de Down o con otra discapacidad intelectual pueden vivir en un piso de vida independiente? ¿Por qué?

f) ¿Te parece sencillo o difícil vivir en una vivienda compartida? ¿Por qué?

g) La joven de la noticia que leía Natalia pertenecía a una asociación que apoya a la vivienda compartida de los jóvenes. ¿Conoces muchas asociaciones? ¿Recuerdas el nombre de alguna?

h) ¿Para qué sirven las asociaciones?

i) ¿Pertenece a alguna asociación?

¿Qué actividades realizas allí?

j) Y en tu casa, ¿colaboras en algunas tareas?

¿Qué tareas realizas?

k) Natalia y Lara se han preparado para vivir de manera independiente,

¿qué crees que hay que hacer para prepararse?

l) ¿Crees que Natalia y Lara y también la joven de la noticia tienen

derecho a la vida independiente? ¿Por qué?

m) ¿Qué significa tener derecho a la vida independiente?

... QUE TENEMOS QUE CONOCER

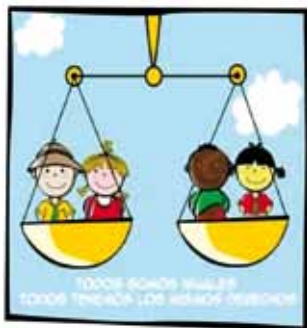
¿Qué es eso de la Convención Internacional de los Derechos de las Personas con Discapacidad?

Es un documento en el que se pusieron de acuerdo las Naciones Unidas, la ONU, que recoge aspectos destinados a proteger a las personas con discapacidad de todo el mundo.



¿Para qué sirve?

Precisamente para garantizar los Derechos de las personas con discapacidad, para que sean iguales ante la Ley y en todas las facetas de la sociedad.



¿Es que no tienen los mismos derechos?

Por desgracia no. En teoría parece que sí, pero en la práctica todavía hay mucha discriminación, y sobre todo en determinados países.

Y la ONU, ¿qué es?

Es un organismo internacional en donde se juntan todos los países para hablar e intentar mejorar el mundo. Su sede está en Nueva York.



¿Quién ha firmado la Convención?

Lo han firmado más de 150 países,
pero luego no todos cumplen lo firmado.



¿Qué dice sobre la vida independiente?

El artículo 19, que trata sobre el derecho a vivir con independencia
y a formar parte de la comunidad, dice lo siguiente:

Las personas con discapacidad tienen derecho
a vivir de forma independiente
y a participar en la vida de la comunidad.

La Convención garantizará que las personas con discapacidad:

- Elijan libremente con quién quieren vivir y dónde quieren vivir.
- Tendrán la ayuda necesaria para vivir bien
y para que no sean aislados de la comunidad.
- Dispondrán de los mismos servicios e instalaciones
que el resto de las personas.

¿Es lo mismo vida independiente que vivienda independiente?

En realidad no es lo mismo,
ya que se puede vivir de forma independiente
en una vivienda independiente
o en otra dependiente de los padres o de quien sea.
Vivienda independiente hace referencia solo a la casa
mientras vida independiente abarca todos los aspectos
de la vida de la persona: el trabajo, la participación social,
las relaciones, la formación, la vivienda, el ocio, etc.

Así que yo ¿tengo derecho a vivir como yo deseo?

Así es, pero en una sociedad en donde impera la libertad tienes que contar siempre con las opiniones y los intereses de las personas que te rodean.



¿Puedo exigir mis Derechos?

La respuesta también es que sí, teniendo en cuenta que la convivencia social implica derechos y obligaciones.

DOWN Síndrome de Down

SC Tengo capacidad, tengo derechos
Convención Internacional de la ONU sobre los Derechos de Personas con Discapacidad

CÓMIC
para jóvenes con SD
sobre DDHH
en Lectura Fácil

SUPER CHAR
El cumpleaños de Claudia

DOWN Síndrome de Down
Cómics y actividades para jóvenes

Divino Pastora Seguros

III Congreso Iberoamericano sobre el SÍNDROME DE DOWN
Montevideo 23-25 octubre 2013

¿Cuáles son los derechos relacionados con la vida independiente?

Poder elegir el modo, el lugar
y las personas con las que quieres vivir,
y que los Gobiernos te faciliten el acceso a las instalaciones
y a los servicios comunitarios.



¡Qué bien! ¡Solo tengo Derechos!

Aquí te equivocas,
ya hemos dicho que también hay obligaciones.

Eso de tener también obligaciones, ¿es malo?

No, no es malo,
pues aunque te obliga a ti a un comportamiento
dentro de unos límites de tolerancia,
al mismo tiempo obliga a los demás a que te respeten.

¿Cuáles son mis obligaciones?

Estás obligado a respetar a los demás
del mismo modo que ellos lo deben hacer contigo,
y a conocer y respetar las normas de cada lugar, como todos.

Y como es un Derecho no tengo que hablarlo con nadie

No, en tu proyecto de vida independiente
tienes que contar con la aceptación
al menos de las personas con las que quieres vivir
y de aquellas de las que dependes económicamente si es el caso.

¿Quién se hace cargo de todos los gastos?

Tanto si vives en vivienda independiente como si no, es un tema a tener muy presente, ya que si no hay independencia económica se depende de quienes aportan el dinero.



¿Me hago responsable de algo?

La independencia te hace responsable de tus actos. Tiene sus ventajas pero también sus inconvenientes. Tienes más autonomía, más libertad y también y por eso, más responsabilidad.

Y ¿puedo coger solo lo bueno de la vida independiente o solo lo que me interesa?



Cualquier opción que se decida se puede adaptar a nuestros intereses, a nuestros gustos y a nuestras preferencias. Cada uno debe ver cuáles son sus posibilidades, sin olvidar sus obligaciones. Y también conocer los apoyos que te puedan ayudar, apoyos de las familias, apoyos profesionales y apoyos de los amigos.

¿Qué pasa si en un momento determinado cambio de idea y ya no quiero ese tipo de vida?

Toda decisión puede ser cambiada en cualquier momento.
Si pruebas y no te gusta
puedes cambiar de modo de vida.
Como siempre habrá que contar con la opinión
de las personas afectadas.



¿Qué relación hay entre el Derecho y la Justicia?

Uuufff, eso es muy complicado
para cualquiera de nosotros.
El Derecho se basa en las leyes.
Tengo Derecho porque lo dice la Ley.
Cuando dos no se ponen de acuerdo en sus derechos
el Juez aplica las Leyes e imparte Justicia.



7. ACTIVIDADES...



... PARA REALIZAR EN GRUPO

1. Hagamos un listado de los Derechos y las Obligaciones que tenemos en la vida independiente.

DERECHOS:

OBLIGACIONES:

2. Busca ejemplos de vida independiente y de vivienda independiente.

Ejemplos de vida independiente
(cosas que hago con autonomía, de manera independiente)

Ejemplos de actividades en una vivienda independiente
donde viven varios amigos



**3. Este es el símbolo de la Justicia, ¿sabes qué significa?
Si no lo recuerdas, pregúntalo o míralo en internet.**



4. El artículo 19, como ya hemos indicado, explica el derecho a la vida independiente. Pero la Convención de los Derechos de las personas con discapacidad tiene muchos artículos. Puedes consultar una de las versiones de la Convención en Lectura Fácil (escribir en Google: CDPD Lectura Fácil), y escribe 5 o 6 artículos que consideres son muy importantes y léelos.



Por ejemplo: Artículo nº 27: Derecho al empleo.

Artículo nº : _____

Artículo nº : _____

Artículo nº : _____

Artículo nº : _____

Artículo nº : _____

Artículo nº : _____

8. LOS JÓVENES OPINAN

¿Cuál es tu opinión sobre el derecho a la vida independiente?

¿Por qué crees que es importante?

BEATRIZ

Para mí la experiencia de los pisos es muy bonita y tenemos muchos amigos, muchos compañeros. Para mejorar las cosas hay que resolver los problemas y hay que hablarlo, con un apoyo si se necesita, para seguir viviendo en los pisos de vida independiente siempre.



DANIEL MARÍN

La vida independiente es estar con los amigos. Llevo casi diez años viviendo en los pisos, he estado bien y he aprendido muchas cosas: cocinar, comprar, organizarme, tener libertad para ir al cine con los amigos, convivir, resolver problemas. La vivienda y el trabajo son dos cosas muy importantes en mi vida.

NOEL

Hay que madurar mucho para estar en la vida independiente.
Hay que ser responsable con todas las tareas del piso y planificar bien.
Y convivir con los compañeros.
Y que la gente que viene detrás
que vean que se puede vivir solos
y que podemos emanciparnos de los padres.



LIDIA

Para mí es una experiencia muy bonita,
porque es una vida independiente,
para compartir con los amigos y amigas.
En los pisos preparamos las comidas y las cenas
y entre la semana la compra y la limpieza de los jueves.
Yo estoy con Loreto y ya llevamos muchos años juntas
y estamos muy bien.

LORETO

Es una buena experiencia el vivir en los pisos, con los amigos.
Yo ya he estado en tres o cuatro pisos.
Y he compartido con muchos amigos y amigas,
y nos lo hemos pasado muy bien y disfrutando mucho,
resolviendo las tareas del hogar, junto con los apoyos.
Ahora estoy con Lidia y ya sin apoyos,
porque ya llevamos muchos años
y hemos aprendido mucho.



MARCOS

En los pisos podemos estar con todos los compañeros y también poder estar solos, si queremos.

Es importante para estar con los amigos y los compañeros.

JOSE

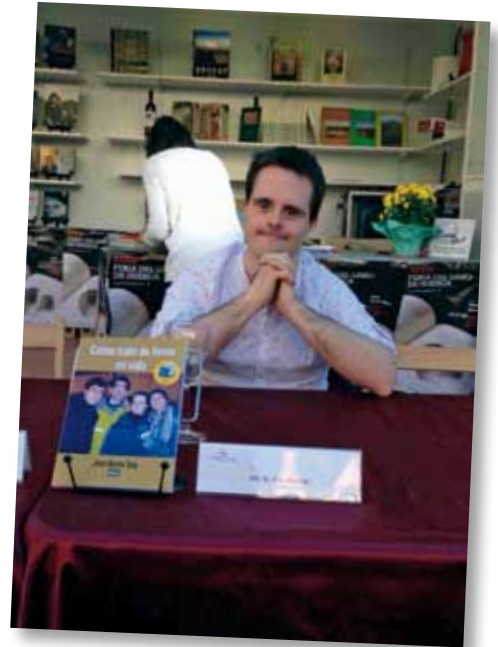
La convivencia en los pisos es positiva y somos capaces de mejorar en todo, también nos podemos equivocar en alguna cosa.

En los pisos somos amigos para siempre y nos llevamos muy bien.

Lo que hemos aprendido en los pisos es que hay que respetar los ritmos y los gustos de cada persona, sean lentos o rápidos.

Cuando surge alguna dificultad de convivencia hay que hablar y debatir.

Es importante la convivencia en la vida de las personas porque es importante ser compañero de todos, para que las personas se sientan bien acogidas y tengan mucha confianza.



GONZALO

La vida independiente es importante porque cuando no están los padres, te puedes arreglar tú solo, con otros amigos. Podemos mejorar mucho las cosas en el piso. Tenemos que ver las cosas como los padres, con una mirada de adulto.

A veces los padres pueden ser un poco pesados y nos preguntan mucho de los pisos.



RUBÉN

La vida independiente sirve para poder vivir
con los amigos de toda la vida
y esto es muy importante.
Cuando tienes más madurez
uno puede vivir con la novia o la pareja.
Yo prefiero vivir con Elena,
que es la mujer de mi vida
y así formaremos una familia.

JESÚS

Con los pisos se da a las personas con discapacidad una oportunidad
para poder trabajar y vivir independientes,
tanto solos como con apoyo, cuando se necesita.
Para el que quiera vivir solo también se necesitan oportunidades.



9. EN RESUMEN

1. Toda persona con discapacidad tiene Derecho a elegir cómo vivir y con quién.
2. Ello implica el modelo, el lugar y las compañías, para lo cual deberá ponerse de acuerdo con otras personas.
3. El modelo de vida independientes va ligado a las posibilidades económicas y a la autodeterminación de las personas.
4. Cuando elegimos un modelo de vida independiente asumimos también una serie de responsabilidades y obligaciones que tenemos que atender.
5. También es posible llevar una vida independiente sin vivienda independiente, por ejemplo, viviendo con los padres o con otros familiares.
6. En el desarrollo de la vida independiente de cada uno y en los pasos que hay que dar para llegar a vivir en una vivienda independiente son necesarios apoyos que ayuden a avanzar.
7. Los apoyos importantes son los padres y familiares. También están los profesionales y los amigos. Pero lo más importante es lo que uno piensa y quiere, y los demás deben ayudarlo a conseguir sus sueños, y a respetar y defender sus derechos.
8. Las Asociaciones tiene una gran importancia para buscar oportunidades, ofrecer apoyos y defender los derechos.

... BUSCAMOS INFORMACIÓN

Para más información consultar las siguientes páginas web:

Asociación Lectura Fácil

www.lecturafacil.net/es/

Down España

www.sindromedown.net/

Down Huesca

www.downhuesca.com/

Plena inclusión

www.plenainclusion.org/sites/default/files/convencion_onu_lf.pdf



COLECCIÓN HACIA UNA VIDA INDEPENDIENTE

1. Alimentación y planificación del menú: qué debemos aprender.

http://www.downhuesca.com/modulos/mod_descargas/descargas.php?f=Publicaciones-20170404-082455.pdf



2. Vamos de compras.

http://www.downhuesca.com/modulos/mod_descargas/descargas.php?f=Publicaciones-20170404-082824.pdf



3. El manejo del dinero.

http://www.downhuesca.com/modulos/mod_descargas/descargas.php?f=Publicaciones-20171015-185344.pdf



4. Convivir en el piso: qué debemos aprender.

http://www.downhuesca.com/modulos/mod_descargas/descargas.php?f=Publicaciones-20180620-134506.pdf



5. Derecho a la vida independiente: ¿qué debemos conocer?



El Artículo 19 de la Convención Internacional de los Derechos de las Personas con Discapacidad reconoce el Derecho a la Vida Independiente en igualdad de condiciones al resto de las personas.

Dice que podrán elegir dónde vivir y con quién vivir, y que tendrán acceso no solo a todas las instalaciones y servicios comunitarios, sino también a la asistencia personal que precisen para su plena inclusión en la sociedad.

Por ello, obliga a los Gobiernos que la han firmado a que adopten las medidas necesarias para poder llevar a cabo este objetivo.

Como siempre, la teoría y lo firmado está muy bien, pero falta trasladar las buenas intenciones a la práctica.

La experiencia nos dice que son más las asociaciones comprometidas con la discapacidad y las ONG las que lo facilitan y se esfuerzan en esta tarea, y las que tienen que forzar a las diferentes administraciones públicas para ir avanzando.

Se avanza, es cierto, pero como todo lo relativo al tercer sector con excesiva lentitud motivada por el desinterés que en general reina en la Administración.

Negar lo sería engañarnos.

