

Carta de derechos y deberes

de las personas con discapacidad intelectual de

Asprodisis



¿Qué son los derechos?

Conjunto de normas que sirven para organizar las relaciones entre personas o países.

El fin es proteger a las personas.

Ejemplo de uso:

Los derechos de las personas con discapacidad intelectual hablan de la necesidad de que puedan decidir por sí mismas.

¿Qué son los deberes?

Todo lo que una persona debe hacer o cumplir.

Los deberes son las obligaciones.

Ejemplo de uso:

Tenemos el deber de respetar las señales de tráfico.





ASPROFÁCIL

Asprodisis trabaja para defender los derechos y mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual y de sus familias.

Esta es la misión de Asprodisis.

La carta de derechos y deberes quiere que las personas con discapacidad puedan:

- conocer sus derechos
- saber si sus derechos se cumplen y qué hacer cuando no se cumplen
- conocer sus deberes para que puedan cumplirlos.

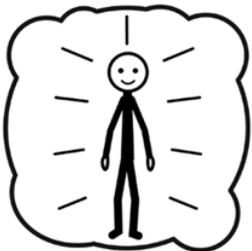
Derechos de las personas con discapacidad intelectual

Estos son los derechos que Asprodisis considera prioritarios para garantizar calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual:

- Derecho al respeto y a la dignidad
- Derecho a la igualdad y a la no discriminación
- Derecho a expresar, opinar y acceder a la información
- Derecho a la participación en mi vida
- Derecho a Calidad de Vida
- Derecho a Autodeterminación
- Derecho al Desarrollo personal
- Derecho a Reivindicar
- Derecho a la Inclusión Social

Derecho al respeto y a la dignidad

Tengo derecho a...



Respeto

- Recibir un **trato digno** en las actividades y en los apoyos que recibo/ que necesito o que me danen mi vida diaria.

Por ejemplo:

Tengo derecho a que los trabajadores me miren a los ojos, también tengo derecho a que no me interrumpan cuando hablo/ también tengo derecho a que no me corten mis conversaciones.



Dignidad

Que todas las personas respeten mi **intimidad** y mi vida privada.

Por ejemplo:

Tengo derecho a estar solo en el cuarto de baño y a que no cuenten mi información privada a otras personas.

- Derecho a que se respete mi integridad física y mental en igualdad de condiciones que los demás.
- Respetar el desarrollo de las personas con discapacidad intelectual y su propia identidad.

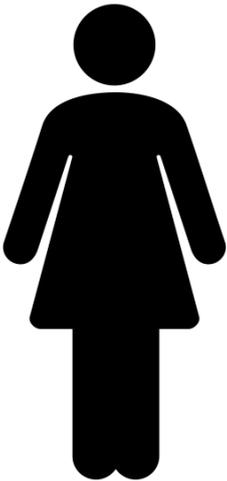
Derecho a la igualdad y no discriminación

Tengo derecho a...

- A que me traten **igual** que a todo el mundo.
- A disponer de unas actividades, servicios y apoyos adaptados para que puedan ser utilizados por las personas con discapacidad
- Que haya igualdad entre hombres y mujeres.



Discriminación



Igualdad de oportunidades

Derecho a expresarse, opinar y acceder a la información

Tengo derecho a...

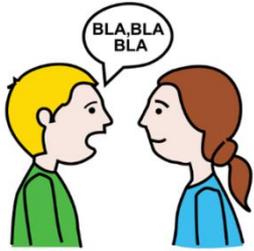


Tener mi propia **opinión** sobre cualquier tema y poder expresarme.

Tener **información accesible** para poder entender todo lo que me rodea.

Por ejemplo:

Lectura fácil. espacios, actividades, normas...). Noticias



A que me hablen de forma que yo pueda entender lo que dicen.

Por ejemplo:

Cuando voy al médico tengo derecho a entender lo que me pasa.

Que usen el libro de comunicación con pictogramas si lo necesito.

Información,
hablar



- Conocer mi situación en Asprodisis.

- Conocer los trabajadores que me prestan los apoyos.

Comunicación.

- A saber lo que tengo que hacer y lo que se espera de mí.

Derecho ala participación en mi vida

Tengo derecho a...



- A participar en las **actividades básicas** de mi vida diaria.
- A participar en la toma de decisiones.
- A participar en la elaboración de mi **Plan Personal de Apoyo** y ser informada sobre mi Plan Personal de Apoyo.

Por ejemplo:

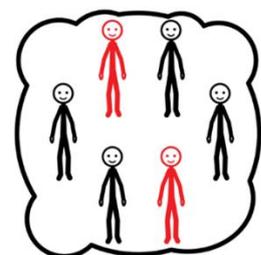
Que me apoyen para conseguir mis sueños y mis metas.



Tengo derecho a que me preguntes qué quiero hacer y cómo quiero hacerlo.

Elegir las actividades en las que quiero participar y a que me ayudes, si necesito apoyo.

- A participar en aspectos relevantes del funcionamiento del centro residencial y/o de día.



- Conocer los mecanismos de participación en Asprodisis.

- A no participar en lo que no me guste.

participación

Derecho a Calidad de Vida

Tengo derecho a...



Estar bien

- Disponer de un Plan Personal de Apoyos.
- A vivir bien, tener un hogar, una alimentación y vestimenta adecuada, recibir una atención sanitaria.
- A la protección de mi integridad personal.

+s



apoyos

- A recibir un servicio y apoyos de calidad en Asprodisis.
- Que se tenga en cuenta mi situación personal, es decir, que me respeten y acepten.

- Sentirme como en mi casa.
Por ejemplo, decorar mi habitación a mi gusto.



solidaridad

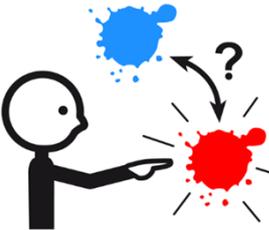
Derecho a Autodeterminación

Tengo derecho a...

- Poder elegir sobre aspectos de mi vida, tomar mis propias decisiones
Poder decidir por mí misma, establecer mis objetivos y metas personales, mis preferencias.

Tengo derecho a elegir la ropa que uso, las comidas, las actividades, las salidas, lo que quiero comprarme, lo que veo en la televisión, si me voy o no de vacaciones...

- Decidir donde quiero vivir.



decidir

Derecho al desarrollo personal

Tengo derecho a...



- Tener **programas y actividades** que permita mejorar mis habilidades, mi formación y mi situación para desarrollarme y vivir en la comunidad.
- Programas y actividades sociales.
- Programas y actividades educativas.
- Programa y actividades laborales.
- Programas y actividades sanitarias:
Por ejemplo, tengo derecho a recibir apoyo para mejorar mi dieta, quitarme del tabaco.
- Vivir con independencia

Derecho a Reivindicar



Tengo derecho a...

- Recibir información sobre mis derechos.
- Recibir apoyos para que me enseñen a **defender mis derechos**.
- Ser igual que los demás ante la **ley**.
- Tener derecho a la **vida** y a su disfrute.
- Ser **protegidos** contra la explotación, la violencia, el abuso y la humillación.

Derecho a la Inclusión Social

Tengo derecho a...



- Participar en la **comunidad** en la vida comunitaria.
- Participar en las actividades de la sociedad como actividades culturales, recreativas, deportivas... en igualdad de oportunidades que los demás y contar con los apoyos necesarios.



- Poder acceder a un puesto de **trabajo** en la sociedad que me permita ganarme la vida y contar con los apoyos necesarios.
- Vivir igual que los demás.

Deberes de las personas con discapacidad intelectual

Estos son los deberes que Asprodisis considera prioritarios para las personas con discapacidad intelectual de nuestra entidad:

- Deber de respetar y tratar de forma digna.
- Deber de tratar con igualdad y no discriminar.
- Deber de informarme e informar.
- Deber de participar en mi vida.
- Calidad de vida.
- Autodeterminación.
- Deber al desarrollo personal.
- Deber a reivindicar.
- Deber a la inclusión social.

Deber de respetar y tratar de forma digna

Debo...



Respeto

- **Tratar bien** a mis compañeros y a los trabajadores.
 - Tratar bien a las familias y a cualquier persona en Asprodisis.
- Por ejemplo:
Hablar de forma tranquila y no insultar.



Dignidad

- Respetar la **intimidad** y la vida privada de los demás.
- Por ejemplo:
No tocar las pertenencias ni contar a otros su información privada.

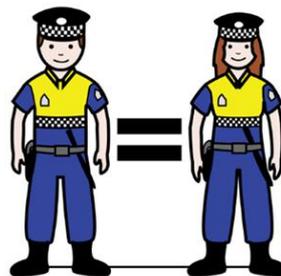
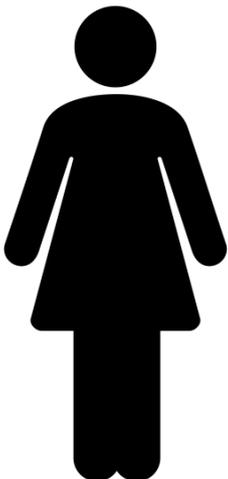
- **Respetar** la libertad de los demás.

Deber de tratar con igualdad y no discriminar

Debo...



- Tratar a mis compañeros y demás personas con **igualdad**.
- Aceptar las diferencias de los demás, y **no discriminar** por razón de género, raza, religión, discapacidad ó cualquier otra circunstancia.
- Tratar **igual** a los hombres y mujeres.





Deber de informarme e informar

Debo...



- Conocer cuáles son mis derechos, defenderlos, difundirlos y hacerlos cumplir.
- Conocer cuáles son mis deberes, y cumplirlos.



- Aportar información personal necesaria a Asprodisis para la prestación de apoyos.

Deber de participar en mi vida

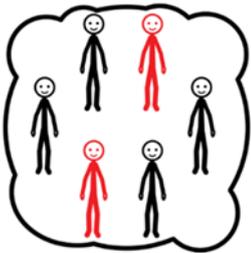
Debo...



- Cumplir con mis obligaciones, siguiendo las normas de funcionamiento de la entidad.



Participar en aquello que se me pida en la asociación, relativo a mejorar y promover mi autonomía personal.



Calidad de Vida

Debo...



- Respetar, cuidar y utilizar bien las instalaciones y el material de nuestra asociación.

- Hacer lo mejor que pueda y mostrar interés en las actividades en las que participo.

+s



- Cumplir con mis obligaciones, siguiendo las normas de funcionamiento de la entidad.

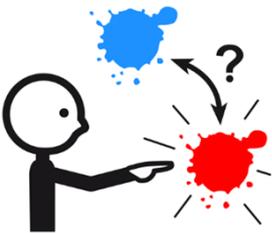
- Conocer y cumplir las normas de convivencia.



Ayudar a mis compañeros, amigos, ... (nuestro bienestar aumenta si aumenta el bienestar de los demás).

Autodeterminación

Debo...



No obligar a mis compañeros, familias, amigos, trabajadores, ... a hacer algo que ellos no quieran.

- Debo respetar las elecciones y preferencias de los demás.

Deber al desarrollo personal

Debo...

- Mostrar interés en todo aquello que ve a beneficiar en mi vida personal.

Deber a Reivindicar

Debo...



- Defender y trabajar por mis derechos.
- Dar a conocer mis derechos.
- Reivindicar que se cumplan mis derechos.

Deber a la Inclusión Social

Debo...



- Conocer y respetar las normas de la sociedad.

Asprodisis ha trabajado en la elaboración de esta carta durante el año 2018. Asprodisis ha tenido un grupo de trabajo formado por trabajadores, personas con discapacidad intelectual, familiares.

Para hacer esta Carta de Derechos y Deberes hemos utilizado otros documentos:

- Convención Internacional de Naciones Unidas sobre los Derecho de las personas con discapacidad.
- Carta de derechos y deberes de las personas con discapacidad intelectual de Feaps Madrid.
- Guía "Defendemos nuestros derechos en el día a día" (Feaps).



Usamos imágenes de [ARASAAC](#) y [Nounproject](#)

