

Taller

Com acompanyar persones amb discapacitat física i orgànica

Alina Ribes, voluntària a ECOM i Investigadora a l'Institut Guttmann



LA DIVERSITAT, UNA OPORTUNITAT

Com acompanyar a persones amb discapacitat?



Alina Ribes



QUI SOM?



QUÈ ÉS ECOM?

INTRODUCCIÓ

QUÈ ÉS UNA DISCAPACITAT?

SÓN LES DIFICULTATS QUE POT TENIR UNA PERSONA A L'HORA D'EXECUTAR ALGUNA ACTIVITAT

Libro Blanco de la Dependencia, IMSERSO, 2004

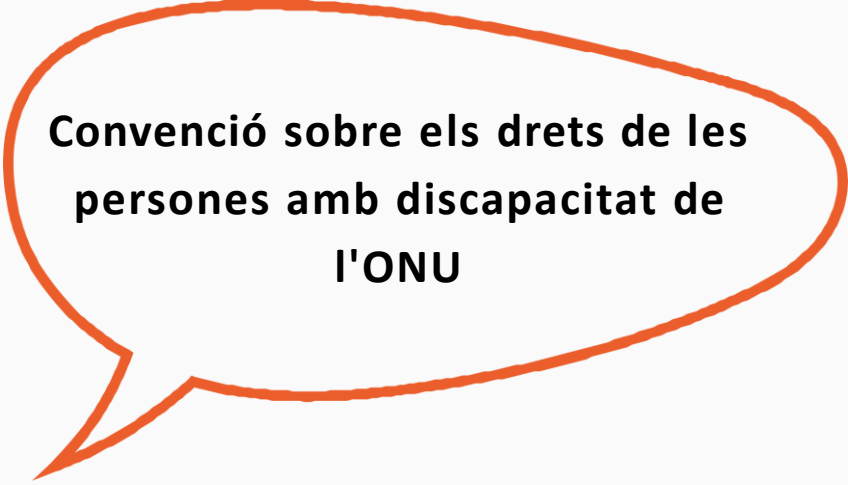


OMS

Discapacitat és un terme general que abasta les deficiències, les limitacions de l'activitat i les restriccions de la participació.

Les deficiències són problemes que afecten una estructura o funció corporal; les limitacions de l'activitat són dificultats per a executar accions o tasques, i les restriccions de la participació són problemes per a participar en situacions vitals.

Per consegüent, la **discapacitat és un fenomen complex que reflecteix una interacció entre les característiques de l'organisme humà i les característiques de la societat en la qual viu.**



**Convenció sobre els drets de les
persones amb discapacitat de
l'ONU**

La discapacitat és un concepte que **evoluciona** i que resulta de la interacció entre les persones amb deficiències i les barreres degudes a l'actitud i a l'entorn que eviten la seva participació plena i efectiva en la societat, en igualtat de condicions amb les altres.

LA INTERACCIÓ AMB L'ENTORN ÉS CLAU!

L'entorn com a generador de discapacitat,
barreres i discriminació.



CADA PERSONA ÉS UN MÓN

I pot tenir diverses necessitats alhora.
I és el més “normal” del món.



**Per a qui està fet el
món?**

**Per a qui estan pensades
les coses?**

**PER A LES PERSONES
NORMALS?**

**QUÈ VOL DIR SER
'NORMAL'?**

Per a la majoria?

100% de la població té risc de
sofrir una caiguda i fer-se un esquinç,
fractura...



“UN BON DISSENY CAPACITA, UN MAL DISSENY DISCAPACITA”

Instituto Europeo de Diseño y Discapacidad
Declaración de Estocolmo - 9 de mayo de 2004.

És un dret reconegut i regulat per diferents lleis, normatives i per la ‘Convenció Internacional dels Drets de les persones amb discapacitat’.

És la condició que han de complir els entorns, processos i serveis per a ser comprensibles i utilitzables en condicions de seguretat, comoditat i igualtat per totes les persones de la manera més natural i autònoma possible. Suposa projectar des dels principis de ‘Disseny per a tothom’.

Llei 45/2015, de 14 d'octubre, de Voluntariat

3. Les entitats de voluntariat hauran de **garantir el dret a la igualtat d'oportunitats i a l'accessibilitat universal dels voluntaris** majors, amb discapacitat o en situació de dependència, de manera que puguin exercir, en igualtat de condicions respecte de la resta dels voluntaris, els drets i deures que els corresponguin d'acord amb aquesta Llei, erradicant qualsevol possible forma de discriminació.

En aquests casos, el consentiment per a la seva incorporació a l'entitat de voluntariat, la informació i formació i les activitats que se'ls encomanin, s'hauran de dur a terme en formats adequats i d'acord amb les seves capacitats i circumstàncies personals, seguint les pautes marcades pels principis d'accessibilitat universal i disseny per a tots, de manera que els resultin accessibles, usables i comprensibles.

PROPÒSITS

01 ACCESSIBILITAT COGNITIVA



Fer el món més fàcil
d'entendre.

02 ACCESSIBILITAT FÍSICA



Aconseguir que
tothom pugui
desplaçar-se de
manera lliure, en
igualtat de condicions.

03 ACCESSIBILITAT SENSORIAL



Facilitar la
comunicació.



LA CADENA D'ACCESSIBILITAT

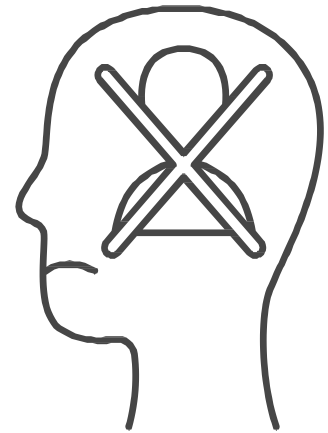
Entenem per cadena d'accessibilitat la capacitat d'aproximar-se, accedir, usar i sortir de tot espai o recinte amb independència, facilitat i sense interrupcions. Si alguna d'aquestes accions no es pot realitzar, la cadena es talla i l'espai o situació es torna inaccessible.

DE QUÈ PARLEM QUAN PARLEM DE BARRERES D'ACTITUD?

<https://www.youtube.com/watch?v=SBLiBLb23ZA>

ESTEREOTIPS I PREJUDICIS

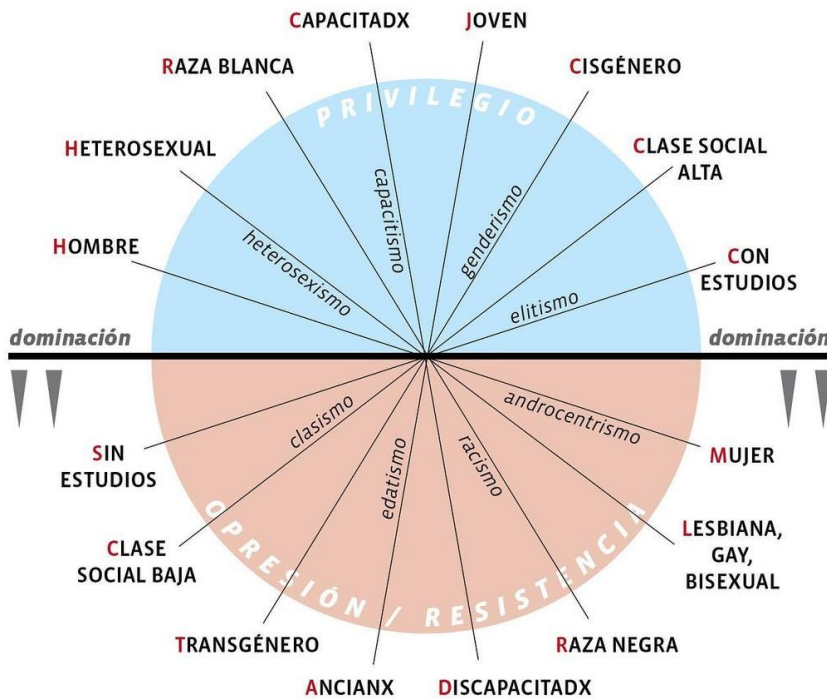
Els **estereotips** són simplificacions i generalitzacions, que tendeixen a pensar els individus basant-se en les col·lectivitats a les quals pertanyen, en lloc dels seus pensaments, accions i la seva personalitat individual (per exemple: les persones racialitzades, les persones amb discapacitat...).



Un **prejudici** és una idea o opinió preconcebuda (i generalment negativa) respecte d'alguna cosa o algú, és a dir, un judici format abans de tenir l'oportunitat d'experimentar la realitat directament.

INTERSECCIONALIDAD

Ejemplos de 8 ejes de desigualdad



APECTOS ESPECIALES basado en Patricia Hill Collins

LA INTERACCIÓN
ENTRE DOS O MÁS
FACTORES SOCIALES
QUE DEFINEIXEN A
UNA PERSONA.

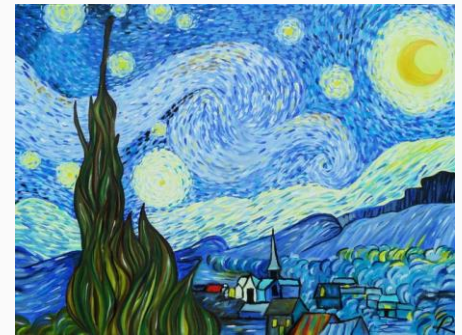
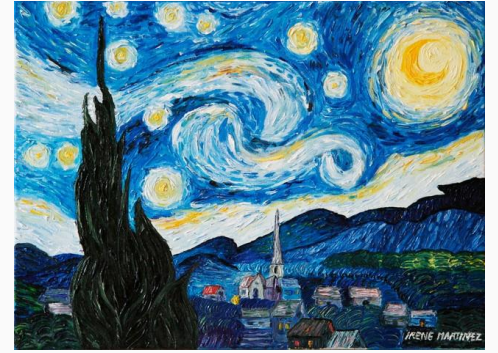
CAPACITISME

Denota, en general, una actitud o discurs que devalua la discapacitat (disability),
enfrent de la valoració positiva de la integritat
corporal (able-bodiedness), la qual és equiparada a una suposada condició
essencial
humana de normalitat

**ELS TEUS DRETS HUMANS DEPENEN DE QUÈ ETS CAPAÇ
DE FER O PRODUIR.**

Toboso Martín, Mario (2017)





No soc la teva inspiració, gràcies

<https://www.youtube.com/watch?v=8K9Gg164Bsw>

3,15 min



QUÈ ES PENSA:

QUÈ ES FA:

QUÈ ES DIU:

PRESCINDENCIA

La discapacitat és un càstig o una maledicció.

Separar o excloure a les persones amb discapacitat.
Fins i tot matar-los.

«Pobre Tamara, pateix discapacitat».

MÉDIC- REHABILITADOR

La discapacitat és una malaltia que s'ha de curar.

Teràpia. Treballar perquè semblin persones sense discapacitat.

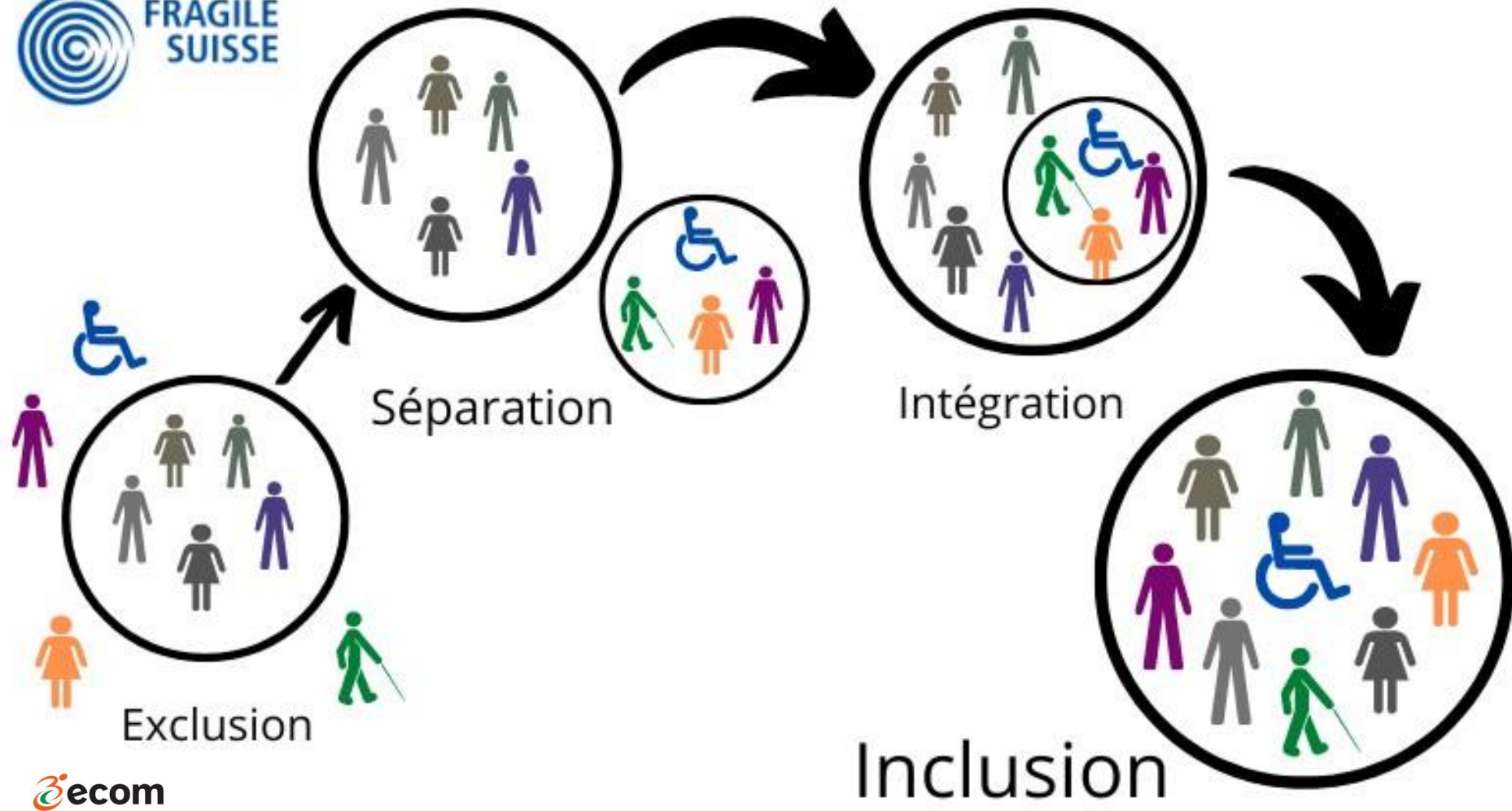
Tomás és 'discapacitat intel·lectual', es pren medicació per als seus símptomes.

SOCIAL I DE DRETS

Són persones abans de res. Tenen drets. L'entorn discapacita.

Eliminar barreres. Fixar-se en les seves capacitats.
Entorns inclusius.

Amanda té dret a participar en les activitats que triï.



Participa



Proyecto de investigación sobre
discapacidad e innovación social.





QUÈ ÉS LA PARTICIPACIÓ?

DEFINICIONS

Van de
Valverde et
al. (2010)

La participació és un **concepte multidimensional complex** i es pot considerar com una **díada** entre la **interacció social de l'individu i les activitats específiques** que realitza.

CIDDM

Utilitzava el terme **“hàndicap”** en lloc de **participació** entenent-ho com: un **desavantatge que impedeix a l'individu complir amb el seu rol normal** per a la seva edat, gènere i els seus factors socials i culturals.

CIF

Visió positiva com **“la implicació de la persona en una situació vital”**.
Les **restriccions** a la participació són vistes com aspecte negatiu: **“els problemes que pot experimentar un individu per a implicar-se en situacions vitals**. La presència d'una restricció en la participació ve determinada per la comparació de la participació d'aquesta persona amb la participació esperable d'una persona sense discapacitat en aquesta cultura o societat.”

BARRERES

Factors a l'entorn d'una persona que **limiten el funcionament i generen discapacitat**: que l'ambient físic sigui inaccessible, la manca de la tecnologia assistencial adequada, les actituds negatives de la població respecte a la discapacitat, i també la manca de serveis, sistemes i polítiques adequades.

FACILITADORS

Factors a l'entorn d'una persona que **milloren el funcionament i redueixen la discapacitat**: que l'ambient físic sigui accessible, la disponibilitat de tecnologia assistencial adequada, els actituds positives de la població respecti a la discapacitat, i també els serveis, sistemes i polítiques que intentin promocionar la participació.

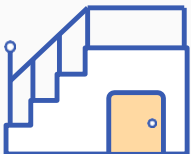
BARRERES EXPERIMENTADES EN LA MOBILITAT



Accés a l'espai públic
Com a edificis públics o parcs inaccessibles



71,7% percep barreres



Transport a curta distància
Com a absència de plataformes salvaescales o productes de suport per a deambular



64% percep barreres



Transport de llarga distància
Com a dificultats per a utilitzar el transport o no disposar d'automòbil adaptat



57,5% percep barreres

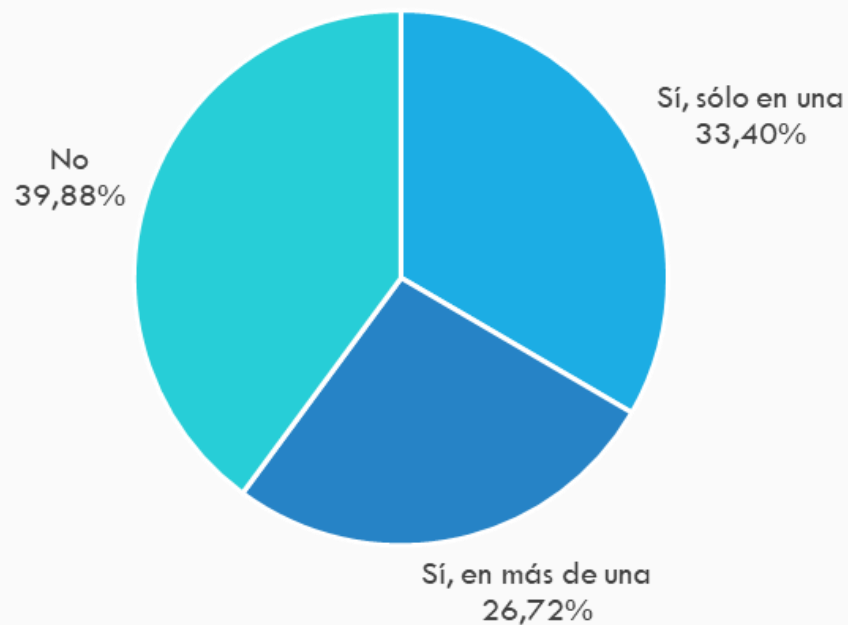
PARTICIPACIÓ EN ENTITATS SOCIALS

Nivell de satisfacció
amb el funcionament
de l'entitat

7,65

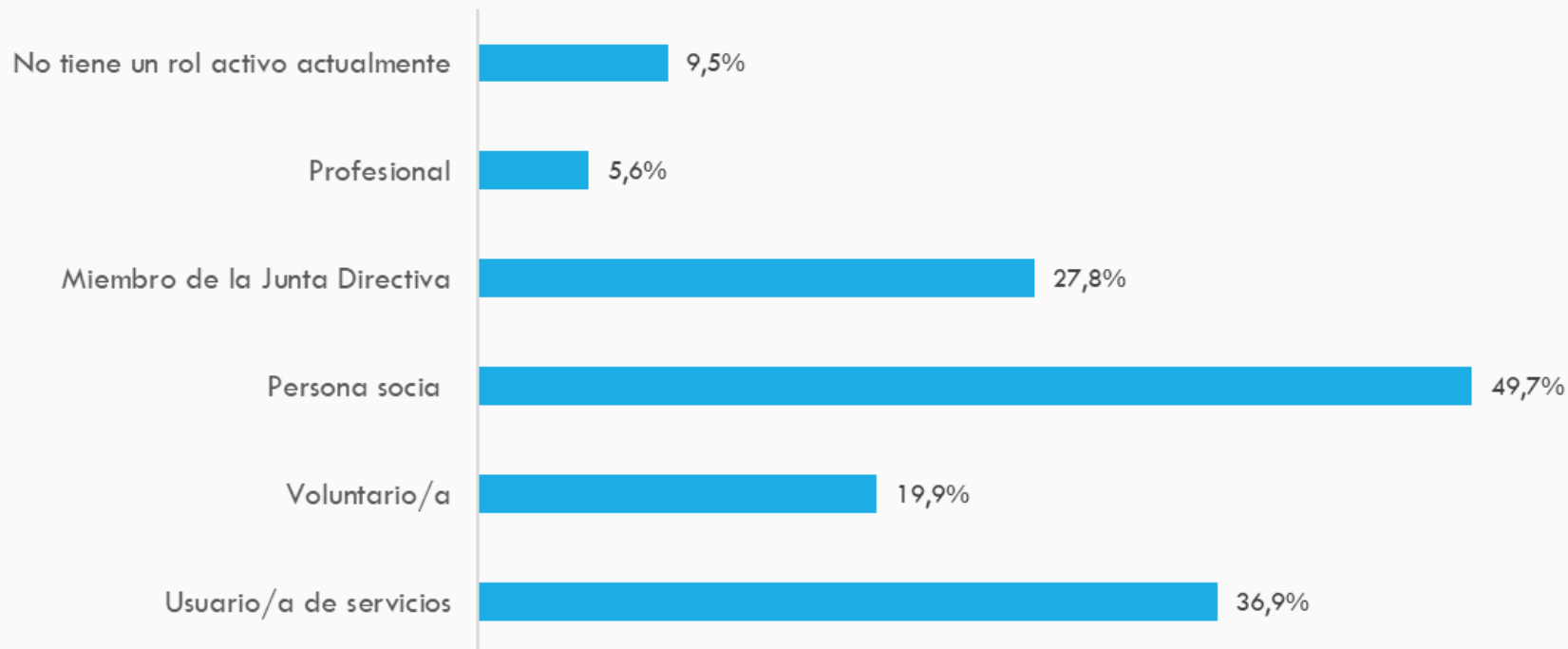


Pertenece o está implicado en alguna entidad



PARTICIPACIÓ EN ENTITATS SOCIALS

Rol en la entidad (multirespuesta)



PARTICIPACIÓ EN ENTITATS SOCIALS

Accions prioritàries

- **Defensar els drets de les persones amb discapacitat Oferir recursos i serveis per a les persones amb discapacitat**
- **Oferir assessorament**
- Dissenyar i implementar projectes innovadors per a millorar la qualitat de vida de les persones amb discapacitat
- Recollir les necessitats i demandes de les persones amb discapacitat i les seves famílies
- Fer recerca i generar coneixement sobre la discapacitat Fer campanyes de conscienciació social
- Donar suport entre iguals
- Altra

Reivindicar drets, lluitar contra les barreres, **promoure el voluntariat**, treballar més directament amb els professionals de la salut, ...



Temes prioritàris

- **Accessibilitat universal**
- **Assistència Personal**
- **Salut**
- Àmbit laboral
- Accés a serveis
- Habitatge
- Oci i cultura
- Esport i activitat física
- Formació
- Transport
- Altre

Vida independent, Beneficis socials, Igualtat d'oportunitats, Combinar treball i pensió, ...

ARTICLES PROJECTE PARTICIPA: BARRERES I FACILITADORS

El valor de l'assistència personal. Una figura clau per a l'autonomia de les persones amb discapacitat

Una pinzellada dels problemes de mobilitat per a les persones amb discapacitat

El dret al treball: barreres i facilitadors d'accés a l'àmbit laboral

Relacions interpersonals: barreres que experimenten les persones amb discapacitat

<https://participa.guttmann.com/es/>





Discapacitat

Malalt mental

Minusvàlid

Invàlid

Persona amb diversitat funcional

Persona amb discapacitat

Enfermito

Persona amb mobilitat reduïda



Persona sense discapacitat ✓
~~Persona normal~~

~~Discapacitat~~

~~Malalt mental~~

~~Minusvàlid~~

~~Invàlid~~

Persona amb diversitat funcional ✓

Persona amb discapacitat ✓

~~Enfermito~~

Persona amb mobilitat reduïda ✓

DISCAPACITAT FÍSICA I ORGÀNICA

**COM ÉS UNA PERSONA AMB DISCAPACITAT
FÍSICA?**

Com ens han venut als mitjans de comunicació que és una persona amb discapacitat física, com és i quin rol té a la societat i en la comunitat?

És adulta, gran, jove, nen?

Home, dona o no binària?

Va en cadira de rodes? De quin tipus? Com és?

Camina? Com? Usa algun suport?

Com interacciona amb l'entorn?

Té espasticitat? (moviments involuntaris)

Té totes les extremitats?

Quina altura té?

Té força als braços?

Manté bé l'equilibri?

Veü bé?

- A** Persones amb dificultats motores en general
- B** Persones amb problemes d'equilibri
- C** Usuaris/as de croses o bastons
- D** Persones amb paràlisis (hemiplegia, ...)
- E** Usuaris/as de cadira de rodes
- F** Usuaris/as amb tetraplegia
- G** Persones amb absència d'extremitats, ...
- H** Persones amb dificultat a la deambulació, moviments i coordinació
- I** Persones de talla baixa (acondroplasia, ...)

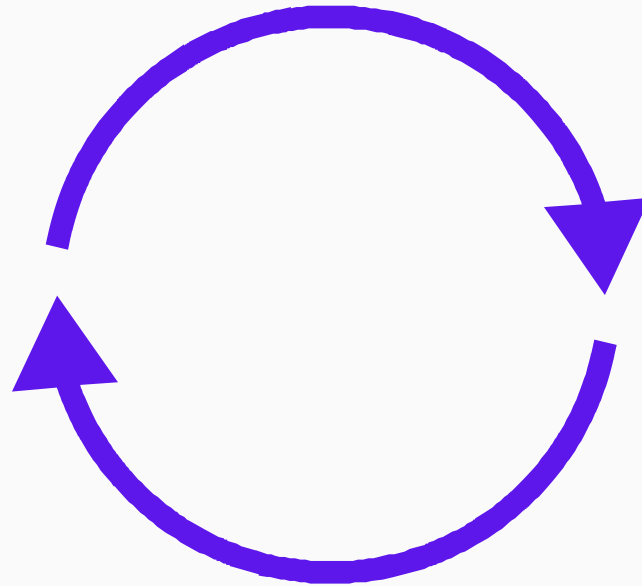


...Z

Autonomia personal i Moviment de vida independent

https://www.youtube.com/watch?v=NI83-el_PO0

Les persones amb discapacitat no participen



No fem espais accessibles

El Senado será accesible para los senadores con discapacidad

Primera decisión de la Mesa de la Cámara Alta, que autoriza a la secretaría general a poner los recusos necesarios para adaptar las instalaciones



La senadora Virginia Felipo, prometiéndolo su cargo en la sesión constitutiva del Senado // EFE

Pablo Echenique en el gallinero: el Congreso de los Diputados mantiene sus barreras para la accesibilidad



Pablo Echenique (UP), en el gallinero, habla con el p Zamarrón / Dani Gago (Podemos).

Las barreras de Les Corts para la primera diputada en silla de ruedas

La socialista Laura Soler, número tres por Alicante, se enfrenta a un hemiciclo con escaleras para acceder al atril de oradores y a los escaños

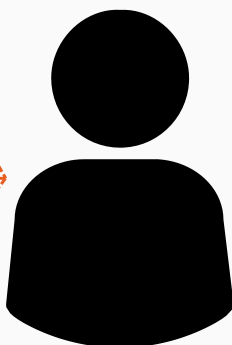


La socialista Laura Soler: ppp

Espais que no tinguin barreres arquitectòniques per a accedir o que, si les tenen, comptin amb les mesures necessàries per a superar-les (**rampes, ascensors, puja, escales automatitzades,...**)

Les **rampes** han d'estar en bon estat i comptar amb una inclinació normativa (10% si la seva longitud és menor a 3 metres, 8% si és menor a 6 metres)

Les **portes** han de ser prou amples (mínim 80 cm) per a permetre el pas d'una cadira de rodes o altres mesures de suport.



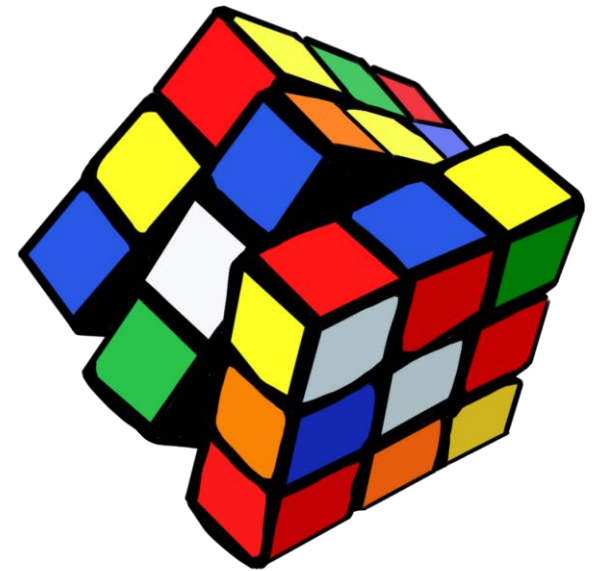
Organitzem l'espai sense **obstaculitzar el pas ni la mobilitat** de les persones participants, permetent que tothom el pugui ocupar segons els seus interessos, i no a les seves necessitats.

Els **lavabos** han de ser prou amples per a permetre maniobrar i fer transferències, comptar amb barres de suport, amb grans papereres, estar nets i no tenir objectes emmagatzemats que obstaculitzin el pas.

Ajustem l'**altura dels objectes** (taules, faristols, timbres, interruptors, alarmes, taules dels serveis d'àpats, ...) per a permetre l'accés a tothom.

L'accessibilitat cognitiva és per
a persones amb discapacitat
física?

En el nostre dia a dia hi ha moltes coses que ens poden resultar complicades...



Com ens sentim davant situacions on no entenem com funcionen determinats aparells, ens perdem perquè no trobem les indicacions adequades, no sabem trobar la sortida d'uns grans magatzems, ...?

	A	B	C	D	E
1	Valores				
2	50				
3	100				
4					
5	Fórmula	Resultado			Resultado
6	=Y(A2>1,A2<100)				VERDADERO
7	=SI(Y(A2<A3,A2<100),A2,"El valor está fuera del rango")				50
8	=SI(Y(A3>1,A3<100),A3,"El valor está fuera del rango")				El valor está fuera del rango



Per a qui és útil la lectura fàcil?

Persones que no parlen espanyol

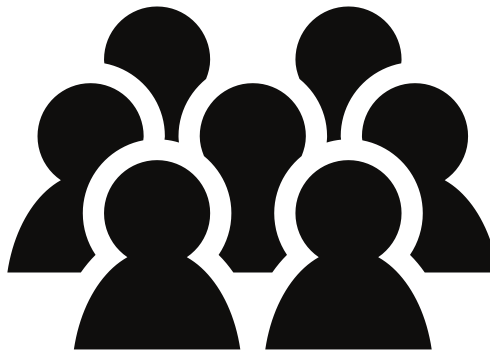
Persones amb dislexia

Persones amb discapacitat intel·lectual

Persones amb dificultats en l'atenció o comprensió

Persones amb afasia

Persones grans





ARASAAC Pictogrames

Un pictograma és un dibuix senzill que ajuda a comprendre una idea complexa.



Són **universals**, reconegudes en qualsevol part.

Pertanyen al **sistema visual**, ja que han de percebre's mitjançant la vista.

Són **senzills i llegibles** per a facilitar la seva comprensió amb claredat.

Són **immediats en la comunicació** que s'estableix entre emissor i receptor.

Són **duradors**: a diferència del llenguatge parlat, els pictogrames romanen invariables en el temps.

Són eficaços per a **comprendre** situacions i accions.

Wayfinding

Orientació espacial

El wayfinding es refereix als sistemes d'informació que guien a les persones a través d'ambients físics i milloren la seva comprensió i experiència de l'espai.



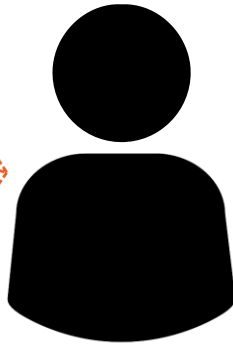
Consells per a redactar basant-se en LF

- Utilitza una grandària mínima de lletra de 12 punts.
- Prefereix fonts com a **Arial, Helvetica o Atkinson Hyperlegible.**
- **Evita la cursiva** i caràcters molt fins; usa negreta o subratllat per a ressaltar text.
- **Evita l'ús excessiu de majúscules en textos llargs.**
- Limita la utilització de **tipus de lletra a un màxim de dos.**
- Assegura't que hi hagi **contrast blanc-negre, negre-blanc.**
- Mantingues al voltant de **60 caràcters per línia.**
- Alinea el text a l'**esquerra** i evita justificar-lo.
- Prefereix una **disposició horitzontal** en lloc de vertical quan sigui possible.

Usa **llenguatge clar i senzill**,
dividint frases complexes.

Sé comprensiu/a, unes certes actituds
poden ser causades per **malestar**.

Usa un **llenguatge concís** i
gestos evidents.
Pots utilitzar claus visuals si és
necessari.



Interactua directament
amb la persona, fins i tot si
està acompanyada.

Ajuda només en el
necessari, **evita**
sobreprotecció i dona
retroalimentació.

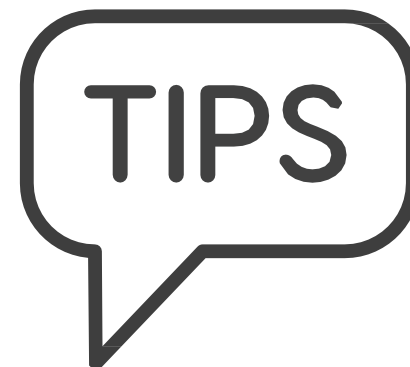
Respecta els temps de
cada persona, donant temps
per a respondre.

Informa sobre canvis abans per a reduir
inseguretat.



CONSELLS PRÀCTICS PER L'ACCESSIBILITAT

ACCESSIBILITAT GENERAL



- Representació de la diversitat
- Ús del llenguatge inclusiu
- Pregunta inversa:
 - A una persona...(no racialitzada, sense discapacitat...) li faries la mateixa pregunta?
- Enfocament capacitats, habilitats, interessos
- Ampliar canals de difusió (bretxa tecnològica)
- Definir canals de comunicació accessibles (entrevistes de seguiment, crides)

ACCESSIBILITAT GENERAL



- Anticipació
- Generar espais de confort, seguretat...
- Trencar imaginari social: voluntariat-ajudat/a
- Preguntes necessàries per al voluntariat: Com t'agradaria ser acompanyada? Quines necessitats pots tenir? Què et va millor?
- No pressuposar, infantilitzar...

ACCESSIBILITAT FÍSICA


- Alternatives virtuals
- Cadena d'accessibilitat
- Habitatge - transport públic - lloc de voluntariat
- Lavabos accessibles
- Altura del mobiliari
- Timbres/Alarmes
- Amplitud i pes de les portes...
- Rampes manuals/Salva graons
- Dirigir-se a la persona



ACCESSIBILITAT COGNITIVA



- Lectura fàcil
- Missatges clars i curts
- Incidir en missatge (dates, horaris...)
- Reforç formacions contínues/capacitacions
- Acompanyament/persona mentora
- Infografies, pictogrames (doble entrada cognitiva)
- Respectar temps/ritmes



Moltes gràcies!

Moltes gràcies!

Organitza:

VOLUNTARIES.cat

Col·labora:

 UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI
Oficina de Compromís Social
Voluntariat URV



Amb el suport de:

 Generalitat de Catalunya
Departament
de Salut

 Generalitat de Catalunya
Departament
de Drets Socials

 Diputació Tarragona