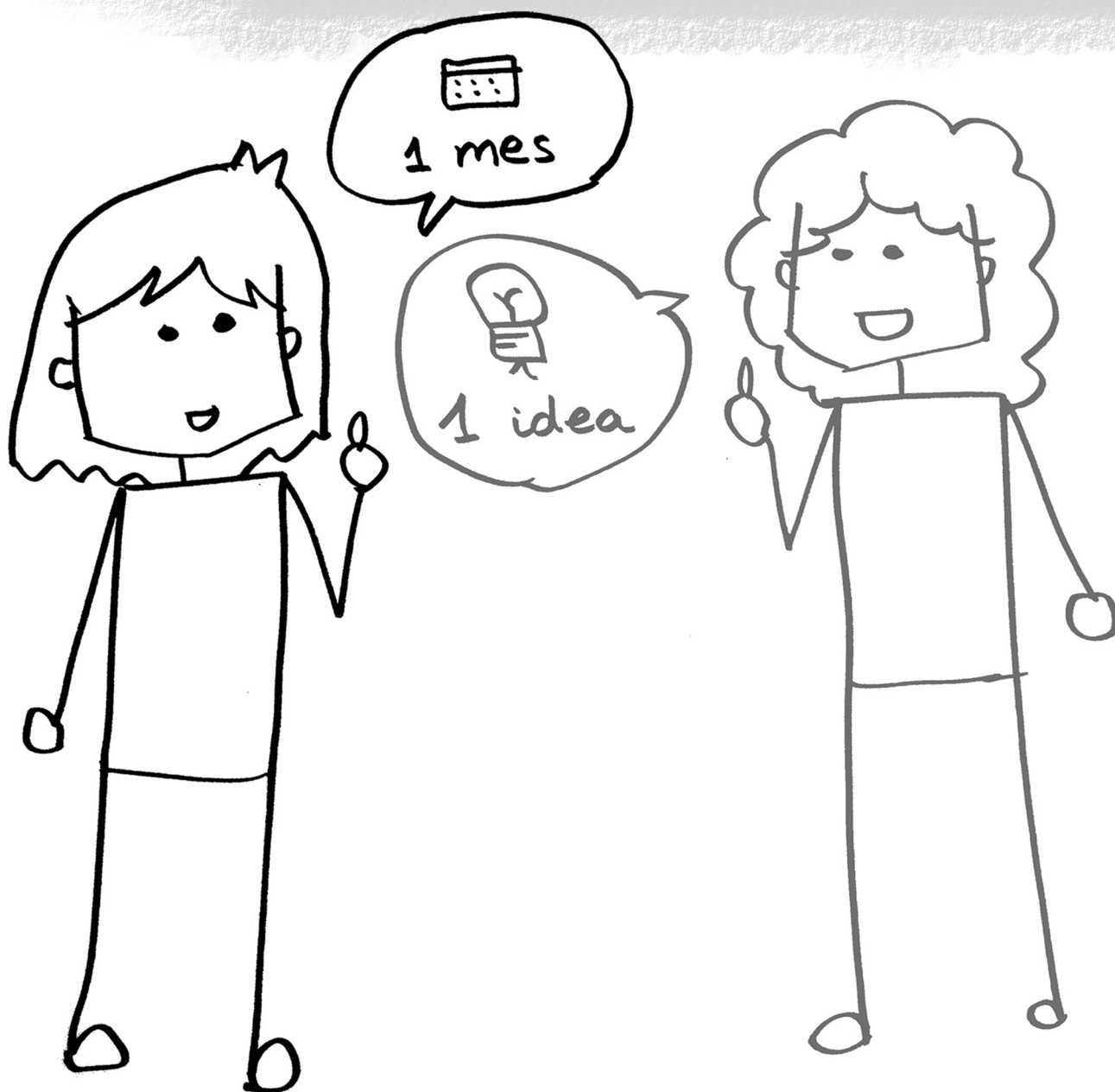
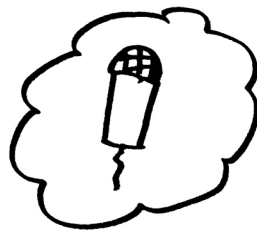




# Calendario 2020

⚡ Ideas para apoyar la participación de personas con discapacidad intelectual, TEA o parálisis cerebral.





Apoya a la persona para que decida en qué quiere participar.

- ⚡ Pregúntale qué es importante para ella.
- ⚡ Piensa en sus fortalezas. ¿Qué puede aportar con ellas?
- ⚡ ¿Dónde quiere que se escuche su voz?
- ⚡ ¿Qué quiere cambiar?
- ⚡ ¿Cuánto quiere participar?



# ENERO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



# Ayúdale a decidir cómo quiere que le apoyen



- ⚡ La persona participante decide cómo quiere participar y quién quiere que le apoye.
- ⚡ Genera confianza para que pida lo que necesita sin miedo.
- ⚡ Ofrece los apoyos justos y necesarios.
- ⚡ Ajusta los apoyos que necesita cada día.
- ⚡ Recuerda que sus apoyos pueden cambiar con el tiempo.
- ⚡ Busca que los apoyos le den el mayor nivel de autonomía posible. Lo ideal es que no le hagan falta.

## FEBRERO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	



Planifica  
con la persona  
participante.

⚡ Conversa con la persona.

⚡ Asegura que la persona tiene toda la información que necesita para tomar decisiones.

⚡ Ten en cuenta las adaptaciones que necesita.

⚡ Trabaja con tiempo para preparar sus apoyos y su participación.

⚡ La situación puede cambiar. Adapta el apoyo cuando ocurra.

# MARZO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
						<b>1</b>
<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
<b>23</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
<b>30</b>	<b>31</b>					





Piensa  
qué lugar ocupas

⚡ Sé su sombra.  
Intenta que no se note que estás.  
Tu postura y tu posición son fundamentales.  
Pregúntale dónde quiere que estés.

⚡ Recuerda que tú no eres protagonista.  
Eres el apoyo para su participación.  
Cada vez que le sustituyes,  
le robas la oportunidad de participar.

⚡ Piensa cómo apoyarle  
para que su nivel de participación  
sea el más alto posible.  
Aunque se trate de pequeñas cosas.

# ABRIL

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			



Respetar los tiempos.



⚡ No metas prisa.

⚡ Ten en cuenta a las personas con discapacidad al calcular los tiempos.

# MAYO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



⚡ Algunas personas necesitan apoyo para comunicarse. Tu papel a veces es transmitir lo que quieren expresar.

Respetar sus ideas

⚡ Busca formas creativas para que sea la persona la que exprese su opinión.



# JUNIO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



## Garantiza la participación.

⚡ Motiva a la persona.  
Refuerza su participación.  
Destaca sus puntos fuertes.

⚡ No esperes que la participación sea siempre como tú imaginas. Puede ser parcial o pequeña: por ejemplo, pulsar un botón o incluso solo estar presente.

# JULIO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



⚡ No cuentes siempre con las mismas personas.

La participación tiene que ser diversa.

⚡ Asegura que participan personas con grandes necesidades de apoyo, mujeres, mayores, jóvenes, familiares, personas de diferente origen...



⚡ Facilita que estas personas tengan más oportunidades de participar.

⚡ Procura que su participación sea muy visible.

# AGOSTO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						





Invita  
a otras personas  
a participar.

⚡ Las participantes más antiguas pueden ser un ejemplo para que otras personas se animen a participar.

⚡ Procura una participación inclusiva.

⚡ Participar con otras personas da más resultados. Se aprende más.

⚡ La voz de las personas será más fuerte si se unen.

# SEPTIEMBRE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				



⚡ Pregunta a la persona apoyada siempre después de su participación. Pídele ideas.

## Revisa cómo das el apoyo.

- ⚡ Revisad juntas las actividad en la que ha participado.
- ⚡ Busca otras experiencias de apoyo a la participación y aprende de ellas.



# OCTUBRE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	



Ten las más altas expectativas.

- ⚡ Espera siempre lo mejor de cada persona.
- ⚡ Confía en sus capacidades.
- ⚡ Ten en cuenta sus talentos.



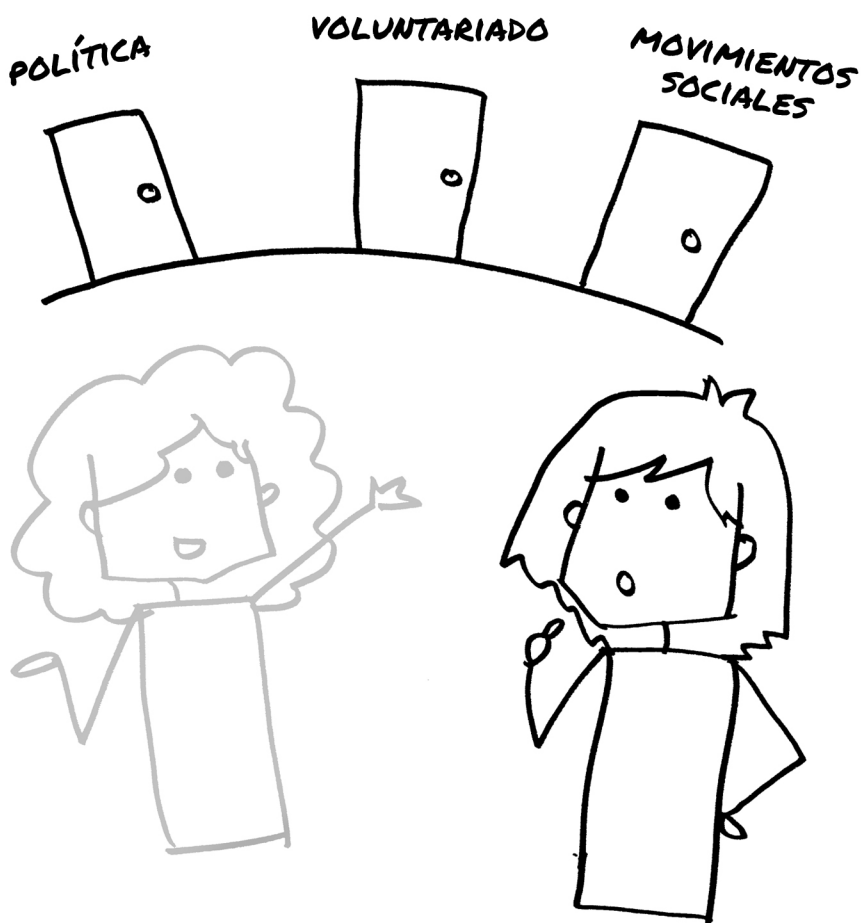
# NOVIEMBRE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						



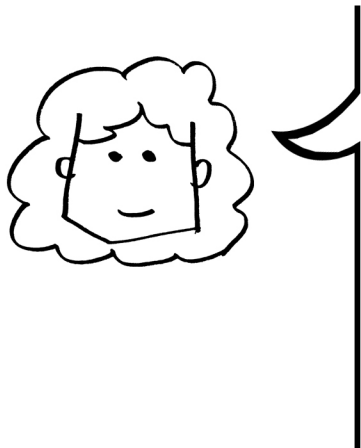
Conecta a la persona que apoyas con nuevas y distintas oportunidades

- ⚡ Invítale a eventos y cursos.
- ⚡ Proponle nuevos roles.
- ⚡ Plantea varias ideas y anímale a decidir.



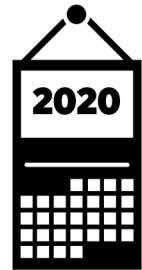
# DICIEMBRE

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



¿Has recibido este calendario en formato en PDF?

Imprímelo en formato A4 o A3 a una cara.  
Cuélgalo en tu despacho o en tu oficina.



# Plena inclusión

⚡ Editado por Plena inclusión España.  
Avenida del General Perón, 32, 1º. 28020. Madrid.  
[info@plenainclusion.org](mailto:info@plenainclusion.org) // [www.plenainclusion.org](http://www.plenainclusion.org)

⚡ Pensado por Fermín Núñez, Amalia San Román,  
Sofía Reyes, Berta González y Olga Berrios.  
Maquetado por Fermín Núñez y dibujado por Olga Berrios.



Con la colaboración del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, a través de la X Solidaria.



Esta obra tiene licencia Creative Commons  
Reconocimiento - NoComercial - SinObrasDerivadas  
(by-nc-nd). No se permite un uso comercial de la obra original ni la generación de obras derivadas.