



Europa para todos

¡Educación de calidad
para todos!

+ información sobre el coronavirus



Encuentra explicaciones con palabras en **negrita** al final de Europa para todos de páginas 28 a 42.

“Europa para todos” está disponible en:

- Alemán
- Español
- Francés
- Húngaro
- Inglés
- Italiano
- Rumano

Ve a www.inclusion-europe.eu/europe-for-us para encontrar las versiones de Europa para todos en otros idiomas.

Temas

- 4 **Introduction**
- 5 **Información en lectura fácil sobre el Coronavirus (COVID-19)**
- 8 **“Esto he aprendido”:
La nueva campaña sobre educación de Inclusion Europe**
- 12 **“¡La inclusión no tiene límites,
los límites están en nuestras cabezas!”**
- 18 **“¡Me ha cambiado la vida!”**
- 22 **Los miembros de EPSA se reúnen en Bruselas**
- 25 **La comisaria Helena Dalli habla en la conferencia Hacia la Inclusión**
- 28 **Explicaciones**

Introducción



El tema principal de esta edición de Europa para Todos es la “**Educación**”.

La educación es el tema de **Inclusion Europe** para este año 2020.



Nosotros entrevistamos a algunas personas sobre educación.



En este número de Europa para Todos, también compartimos información en **lectura fácil** sobre el coronavirus.

Otros temas de esta edición de Europa para Todos son:

- La reunión de los miembros de **EPSA** en Bruselas
- La conferencia “Hacia la Inclusión” que tuvo lugar en Bruselas en Enero

¡Nosotros esperamos que esta edición de Europa para todos os guste!

Información en lectura fácil sobre el Coronavirus (COVID-19)

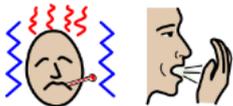
El coronavirus es un virus que comenzó en China.



Se propagó a muchos países de Europa y en todo el mundo.

El coronavirus también se llama COVID-19.

Este es el nombre de la enfermedad.

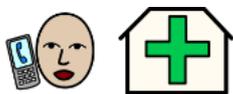


Las personas con la enfermedad por coronavirus tienen:

- alta temperatura
- tos
- dificultad para respirar.

Por favor, ten en cuenta que si te sientes así no significa que tengas la enfermedad por coronavirus.

También puede ser una gripe normal.



Pero deberías llamar a un número de emergencia por el coronavirus y decir cómo te sientes.

Hay algunas cosas que puedes hacer para no contraer la enfermedad por coronavirus.

Por ejemplo:



- lavarte las manos a menudo con agua y jabón y durante 20 segundos por lo menos
- no te toques la cara si tus manos no están limpias
- toser y estornudar en un pañuelo y luego tirar el pañuelo
- quedarse en casa tanto como sea posible.



La situación del Coronavirus puede ser diferente dependiendo del país en el que vivas.

Muchas organizaciones de personas con **discapacidad intelectual** están dando información sobre el Coronavirus en **lectura fácil** y en diferentes idiomas.



Inclusion Europe sugiere que se mantenga la calma y no creer en todo lo que lees en las **redes sociales**.

Lo mejor que se puede hacer es seguir lo que los expertos nos dicen sobre el Coronavirus.

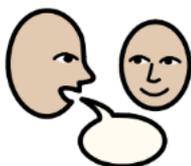


**Por favor,
tenga en cuenta que hemos cancelado
la conferencia Europa en Acción 2020
debido a la emergencia del Coronavirus.**

**Europa en Acción 2020 se planeó
par Viena, Austria, en mayo.**

**Fue una decisión difícil
pero creemos que la salud
es lo más importante.**

“Esto he aprendido”: La nueva campaña sobre educación de Inclusion Europe



En 2020, **Inclusion Europe** lanzó una nueva campaña llamada “Esto he aprendido”.

La campaña significa hablarle a mucha gente sobre un tema.

Por ejemplo, en una página web o en **Redes Sociales**. El tema de nuestra campaña este año es **educación**.

Con esta campaña nosotros queremos enseñar todos los beneficios de la **educación inclusiva**.

La educación inclusiva es buena para los niños y los adolescentes con **discapacidad intelectual** porque ellos se pueden sentir parte de la sociedad y hacer más amigos.



La educación inclusiva es también buena para los niños y adolescentes sin discapacidad y para los profesores.

Todo el mundo puede aprender algo diferente.

Hay muchos ejemplos de escuelas inclusivas. Pero hay muchas escuelas que no son inclusivas.



Por esta razón, nosotros necesitamos tu ayuda.

Nosotros necesitamos que tú nos enseñes:

- buenos ejemplos de inclusión en tu colegio
- o malos ejemplos donde no hay inclusión.

O donde la inclusión no ocurre de la manera correcta.

¿Quién puede participar?

Todo el mundo que pertenezca a una escuela donde haya estudiantes con discapacidad intelectual.

Por ejemplo:

- estudiantes con discapacidad intelectual
- estudiantes sin discapacidad
- padres
- profesores
- directores de colegio

También, los padres que estén intentando encontrar una educación inclusiva para sus hijos.

¡Y todo el mundo que piense que la educación inclusiva es importante!

¿Cómo puedo participar?

Si tú quieres participar por favor sigue estos pasos:

1. Ve a la página web de Inclusion Europe para descargar e imprimir el documento con el nombre de “Esto he aprendido”.

Tú lo puedes encontrar aquí:

[https://www.inclusion-europe.eu/educate/
#CampaignMaterial](https://www.inclusion-europe.eu/educate/#CampaignMaterial)

under “Sheets of paper on ‘That’s what I learned’ – ES”.

2. Escribe lo que quieras contar en este papel.

Si tú eres un estudiante,
tú puedes escribir algo como:

- “Yo aprendí a leer y escribir”
- “Yo aprendí que todo el mundo tiene derecho a sentirse incluido”

Si tú fueras una profesora,
tú puedes escribir algo como:

- “Yo aprendí que cada niño es diferente, pero todo el mundo quiere aprender”

Si tú fueras un padre o madre,
tú puedes escribir algo como:

- “Yo aprendí que era difícil encontrar educación inclusiva para mi hijo”

¡Si tú tienes otras ideas, tú puedes escribir otra cosa!

3. El próximo paso es hacerte una foto con el papel en tus manos.
4. Firma el formulario para poder mostrar tu imagen. Este formulario nos permite usar tu fotografía.

Tú puedes encontrar el formulario en:

[https://www.inclusion-europe.eu/educate/
#CampaignMaterial](https://www.inclusion-europe.eu/educate/#CampaignMaterial)

under "Picture release forms – ES"

5. Manda la foto y el formulario a:
comms@inclusion-europe.org

Por favor escribe "ThatsWhatILearned" como título del email.

6. Tú también puedes compartir la foto en redes sociales.

Etiqueta @InclusionEurope

e utiliza el **hashtag** [#ThatsWhatILearned](#)

¡Tú también puedes hacer una entrevista!

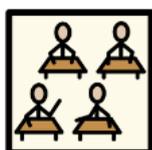
Si tú también quieres hacer una entrevista, por favor mandanos un email a:

comms@inclusion-europe.or





“¡La inclusión no tiene límites, los límites están en nuestras cabezas!”



La Martinschule es una escuela en Greifswald.

Greifswald es una ciudad en Alemania.

En el Martinschule,
los alumnos con **discapacidad intelectual**
y los alumnos sin discapacidad aprenden juntos.



Todos los estudiantes del Martinschule se gradúan.

En 2018,
el colegio recibió el “Premio de la Escuela Alemana”.

Este es un premio para el mejor colegio de Alemania.

El Martinschule recibió este premio
porque en la escuela todo el mundo está incluido.

Benjamin Skladny es el director del Martinschule.

Nosotros le hemos preguntado algunas preguntas
sobre cómo los niños aprenden juntos en la escuela.



¿Cómo empezó el Martinschule?

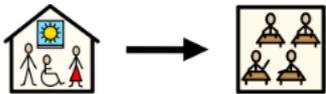


En el pasado en Alemania
los niños con discapacidad intelectual
no podían ir a la escuela.



Los niños iban a **centros**
o iban a un centro de cuidado infantil durante el día.

Había un centro de cuidado infantil en Greifswald.



Nosotros convertimos el centro de cuidado infantil
en una escuela para alumnos con discapacidad
intelectual.

Nosotros lo llamamos el Martinschule.

¿De dónde vienen los estudiantes y profesores?

Al principio habían 24 niños en el centro de cuidado infantil.

Todos los niños se convirtieron en alumnos del Martinschule.

Algunos profesores llegaron a la escuela.



Estos profesores aprendieron a trabajar con niños con discapacidad intelectual.

Más tarde, llegaron muchos más alumnos.

Nosotros trasladamos la escuela a otro edificio en el centro de la ciudad.



Nosotros trasladamos la escuela al centro de la ciudad porque queríamos que los estudiantes conocieran a otras personas.

¿Cómo comenzó la inclusión en el Martinschule?

Al principio, sólo habían alumnos con discapacidad intelectual.

Los padres con hijos con discapacidad habían tenido malas experiencias con otras escuelas y profesores.

Así que ellos estaban felices de poder llevar a sus hijos a un colegio donde solo había alumnos con discapacidad.

En 2000 nosotros trabajamos con una escuela para que nuestros alumnos aprendieran con nuestros estudiantes.

Después nosotros fundamos nuestra propia escuela primaria con dos clases: una para niños con discapacidad y otra para niños sin discapacidad.



Desde 2011 todas las clases son inclusivas.

Esto significa que los niños con discapacidad intelectual ya no están separados en otras clases.

Siempre hay 3 o 4 niños con discapacidad intelectual en cada clase.

Esto es muy importante para personas con discapacidad intelectual.



Estando juntos les ayuda a sentirse más seguros.

¿Por qué es especial enseñar en el Martinschule?

Los alumnos pueden estudiar solos y aprender a su propio ritmo.

Cada alumno elige de lo que quiere aprender.

Nuestras clases tienen profesores de educación especial.

Los asistentes y terapeutas pueden ayudarles.

Estudiantes con discapacidad intelectual pueden hacer prácticas.





Nosotros también tenemos un apartamento donde pueden practicar a **vivir de manera independiente**.

¿Por qué tu idea de inclusión es buena para la escuela?



¡Porque funciona!

En nuestra escuela los estudiantes pueden aprender por ellos mismos.



Esto es bueno para todos.

Nuestros estudiantes son muy buenos comparados con otros alumnos de otras escuelas.

¿Qué ha cambiado después de recibir el premio de la Escuela de Alemania?

El premio significa que nosotros estamos haciendo un buen trabajo.

A algunas personas no les gusta la manera en la que enseñamos a los alumnos y muchos profesores dejaron el colegio.



Pero nosotros pensamos que la inclusión en nuestra escuela es buena y cada año es mejor.

¡La inclusión no tiene límites,
los límites están sólo en nuestras cabezas!



“¡Me ha cambiado la vida!”

Carmen Jiménez Recena tiene 23 años.

Ella es de España y ella tiene síndrome de Down.



Ella es técnica farmacéutica.

Los técnicos farmacéuticos ayudan a los médicos en su trabajo.

Carmen formó parte del programa Erasmus y ella se fue a Portugal.

En el programa Erasmus, las personas jóvenes pueden trabajar y estudiar en un país diferente.

El programa Erasmus es un programa de la **Unión Europea**.

En Portugal, Carmen hizo unas prácticas en una farmacia.

Carmen fue la primera persona con síndrome de Down en España que participó en el programa Erasmus.



Ella hizo una entrevista en una conferencia organizada por nuestro miembro de Plena Inclusión Madrid.

Aquí puedes leer lo que ella dijo:

¿Cómo encontraste información sobre el programa Erasmus?

Mi hermana formó parte del programa Erasmus.

Ella se fue a Francia.

Yo pensé: “¡Yo también quiero hacer eso!”

Yo quería hacer unas prácticas en el extranjero.

Así es cómo decidí irme de Erasmus.



¿Qué dijeron tus padres cuando les dijiste que querías irte de Erasmus?



Mis padres me dijeron que no.

¡Pero luego ellos me apoyaron!

¿Dónde fuiste exactamente?

Yo estuve en un pueblo pequeño cerca de Oporto.

Oporto es una ciudad de Portugal.

Yo hice unas prácticas en una farmacia.

Yo tenía distintas tareas.



Por ejemplo, yo tenía que revisar cuánta medicina nos quedaba en la farmacia.

¿Tú tuviste algún tipo de ayuda durante tu estancia en el extranjero?

Yo recibí ayuda de Alba.

Alba es una amiga mía.

Ella me ayudó a entender cómo funcionan las cosas en Portugal.

Ella hizo que vivir en el extranjero fuera de casa, fuera más fácil.

¿Cómo te cambió tu experiencia Erasmus?



Yo descubrí que puedo confiar en mi misma.

Yo soy más segura.

La experiencia Erasmus cambió mi vida.

Erasmus enseña que todo el mundo
puedo hacer cualquier cosa.

No importa si tienes una discapacidad.

¿Dónde trabajas tú ahora mismo?



Hasta ahora, yo estaba trabajando
en la farmacia de un hospital.

El trabajo era muy diferente al trabajo
de la farmacia en Portugal.

También las tareas eran diferentes.

Ahora yo no estoy trabajando en la farmacia del hospital.

Pero esta experiencia me ha hecho entender
que realmente quiero ser una técnica farmacéutica.



Los miembros de EPSA se reúnen en Bruselas



Los **autogestores** de **EPSA** se reunieron en Bruselas.

En la reunión, ellos hablaron sobre cosas distintas.

Puedes leer algunas de las cosas de las que se han hablado en la reunión:



1. Ellos hablaron sobre la conferencia Escucha Nuestras Voces de 2019.

Esta conferencia tuvo lugar en Graz, en Austria.

Muchos autogestores formaron parte de la conferencia para hablar sobre el derecho a **votar** y de cómo ser **electo**.

2. Los miembros de EPSA también hablaron sobre cómo organizar mejor los eventos.



Ellos dijeron que la **accesibilidad** en eventos es muy importante.

Ellos también prepararon reglas para organizadores, portavoces y participantes.

3. Los miembros de EPSA hablaron sobre la conferencia Escucha Nuestras Voces 2021.

La conferencia hablará sobre el **empleo** y estará organizada por uno de los miembros de **Inclusion Europe**.

Todos los miembros de Inclusion Europe pueden aplicar para organizar la conferencia.

4. Los miembros de EPSA hablaron sobre mejorar la inclusión en **Inclusion Europe**.



Ellos dijeron que Inclusion Europe lo está haciendo bien porque incluye a todo el mundo en la oficina.

Pero todavía hay algunos problemas.

Por ejemplo: Inclusion Europe no debería utilizar palabras difíciles.

5. Los miembros de EPSA también hablaron sobre cómo incluir más gente joven, mujeres y personas con **necesidades complejas de apoyo** en la **autogestión**.





La comisaria Helena Dalli habla en la conferencia Hacia la Inclusión

Helena Dalli es una **Comisaria** en la **Comisión Europea**.

Ella fue una de las parlantes en la conferencia sobre **desinstitucionalización**.

La conferencia fue organizada por **EEG**.



La Comisaria Helena Dalli dijo que los **centros** son muy malos para las personas con **discapacidad intelectual**.



Ella dijo que las personas con discapacidad intelectual tienen una vida mejor cuando **viven de forma independiente** y en una comunidad.



Helena Dalli también dijo que pronto habrá una nueva **Estrategia Europea sobre Discapacidad**.



Otro parlante en la conferencia fue Elisabeta Moldovan.

Elisabeta es una **autogestora** y también es miembro de **EPSA**.

Ella creció en distintos centros en Rumanía.

En la conferencia, Elisabeta habló

sobre su experiencia creciendo en los centros.



Ella dice que sus experiencias fueron muy malas.

Ella se movía de un centro a otro centro.

Ella necesitaba trabajar para los empleados de los centros.

Y ella no recibió ningún dinero por su trabajo.



Cuando ella no hacía lo que los empleados le decían, ella recibía un castigo.

Después de muchos años,

Elisabeta dejó los centros

y empezó a vivir dentro de la comunidad.



Ella dice que su vida es mejor ahora.



El director de **Inclusion Europe** Milan Šveřepa también habló en la conferencia.

Milan dijo que estas son las principales cosas que deberían hacerse en los próximos años:

- no dar dinero a los centros
- preguntar a las personas con discapacidad intelectual que se van de un centro su opinión
- cuando estén fuera del centro, las personas deberían poder vivir en una casa o en un apartamento.

También deberían tener derecho a ver a un médico o ir al hospital cuando ellos lo necesiten.

Y ellos también tienen que tener acceso a una **educación**.



Explicaciones



Accesible

Algo que es fácil de usar para personas con discapacidad.

Por ejemplo:

- rampas para acceder a un edificio
- información en **lectura fácil**
- información en lenguaje de signos



Apoyo en la toma de decisiones

Apoyo en la toma de decisiones significa que las personas con **discapacidad intelectual** puedan tomar decisiones sobre su vida con el apoyo de otra persona sin discapacidad.

Estas son las cosas en las que ellos pueden recibir apoyo:

- tomar decisiones sobre sus vidas
- crear una familia y cuidar de sus hijos
- firmar contratos (también contrato de trabajo)
- tener una cuenta bancaria

- controlar su dinero y propiedad
- tomar decisiones sobre su salud
- participar en política y tener derecho a votar



Autogestión

Autogestión es cuando las personas con **discapacidad intelectual** hablan por ellas mismas.



Centros

Los centros son lugares donde las personas con **discapacidad intelectual** viven con otras personas con discapacidad intelectual.

Ellos viven apartados de otras personas.

Esto es lo que nosotros llamamos “segregados”.

A veces esto ocurre en contra de su voluntad.

Las personas que viven en centros tienen que seguir las reglas de un centro y no pueden decidir por ellas mismas.



Comisaria de la Comisión Europea

Un comisario o comisaria es una persona que es responsable de un área de trabajo en la **Comisión Europea**.

Esta persona maneja a muchas personas.



Comisión Europea

La Comisión Europea trabaja con el Parlamento Europeo.

La Comisión Europea propone leyes al Parlamento Europeo y al **Consejo de la Unión Europea**.

La Comisión Europea y el Parlamento Europeo debaten las leyes.

También se asegura que las leyes que se han acordado sean cumplidas por los países miembro.



Consejo de la Unión Europea

El Consejo de la Unión Europea es donde ministros nacionales de países de la **Unión Europea** se reúnen.

Ellos se reúnen para adoptar leyes y hablar sobre **políticas** de la Unión Europea.

El Consejo de la Unión Europea también se llama Consejo de Ministros.



Custodia

La custodia permite a las personas a tomar decisiones por otros.

La persona que toma decisiones por ti es tu tutor.

Tu tutor puede decidir cosas por ti, por ejemplo, donde vives.

Algunas veces, las personas bajo custodia no tienen permitido votar, casarse, o cuidar de sus hijos.



Desinstitucionalización

La desinstitucionalización ayuda a las personas a salir de los **centros**.

Esto ocurre cuando las personas que han vivido en centros reciben ayuda para **vivir de manera independiente** en una comunidad.

Discapacidad Intelectual

Si tú tienes una discapacidad intelectual, esto significa que es más difícil para ti entender información y aprender nuevas habilidades que para otras personas.

Esto hace que algunas partes de la vida sean más difíciles.



Las personas con discapacidad intelectual a menudo necesitan apoyo para aprender o para trabajar.

La discapacidad intelectual a menudo empieza antes de que seas adulto.

La discapacidad intelectual te afecta para toda la vida.

Hay cosas que pueden hacer la vida más fácil para las personas con discapacidad intelectual.

Por ejemplo, información en **lectura fácil**.

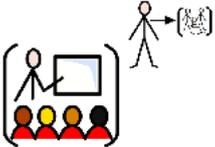
Algunas personas dicen discapacidad en el aprendizaje en vez de discapacidad intelectual.



Educación

Educación significa enseñar.

Educación significa asegurarse de que las personas tienen acceso a formación para aprender nuevas habilidades.



Educación inclusiva, formación y empleo

Educación inclusiva, formación y empleo significa que las personas con **discapacidad intelectual** pueden aprender y trabajar juntos con otras personas sin discapacidad.



EEG

EEG es el término corto en inglés para “Grupo de Expertos Europeos para la Transición de los servicios institucionales a los servicios basados en la comunidad (desinstitucionalización)”.

La EEG es un grupo de personas que trabajan juntos para que las personas salgan de los **centros** y vivan en comunidad.

Ellos le dicen a la Unión Europea y a los países en Europa lo que deben de hacer para que las personas puedan **vivir de manera independiente**.



Elecciones

En las elecciones se decide
quién debe de hablar por nosotros
y tomar decisiones por nosotros.

Las elecciones ocurren en distintas áreas.

Por ejemplo, en tu pueblo o ciudad
cuando tú eliges a nuevo alcalde.

O en tu país
cuando tú eliges a un nuevo presidente.



Elecciones europeas

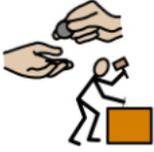
Las elecciones europeas
son las elecciones al **Parlamento Europeo**.

Cuando tú votas a las elecciones europeas,
tú puedes decidir quiénes van a ser los nuevos **MPE**.

Los MPE hablan por todas las personas
que viven en la **Unión Europea**.

Las elecciones europeas ocurren cada 5 años.

Las últimas elecciones europeas fueron en mayo 2019.



Empleo

Empleo significa contratar a alguien para hacer un trabajo.



EPSA

La Plataforma Europea de Autogestores está compuesta de organizaciones de **autogestores de distintos países en Europa.**

EPSA es el nombre corto de la organización.

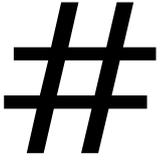
EPSA es parte de **Inclusion Europe.**



Estrategia Europea sobre Discapacidad

La Estrategia Europea sobre Discapacidad es un texto importante.

Este texto dice lo que la **Unión Europea** tiene que hacer para asegurar que las personas con discapacidad en Europa tengan los mismos derechos que el resto de personas.



Hashtag

En las **redes sociales** tú puedes usar el símbolo #.

Este símbolo se llama hashtag.

Tú puedes escribir una palabra después del símbolo de hashtag.

Si tú haces clic en esa palabra, tú verás todos los mensajes que tienen relación con esa palabra.

Por ejemplo:

- Si tú escribes #inclusión y tú haces clic sobre la palabra, tú verás todos los mensajes que tienen relación con la palabra inclusión.
- Si tú escribes #EscuchaNuestrasVoces en inglés, #HearOurVoices y haces clic sobre la palabra, tú verás todos los mensajes que tienen relación con Escucha Nuestras Voces.

Inclusion Europe

Inclusion Europe es una organización para personas con **discapacidad intelectual** y sus familias.

Nosotros luchamos por la igualdad de derechos y la inclusión en Europa.

Nosotros también queremos cambiar las leyes en Europa.

Nosotros empezamos en 1988.

Nosotros tenemos 76 miembros en 39 países europeos.

Nosotros tenemos nuestra sede en Bélgica.

Lectura Fácil

Lectura fácil es información que está escrita de forma sencilla para que las personas con **discapacidad intelectual** puedan entenderla.

Es importante usar palabras y frases simples.

Si hay palabras que son difíciles de entender, se escribe una explicación.

El texto debe ser fácil de ver.

Por ejemplo,
es bueno que la letra sea de color negro
sobre un fondo blanco.

También se necesita un buen espaciado.

Lectura fácil a veces utiliza imágenes
para explicar de lo que habla el texto.

Alguien con discapacidad intelectual
debe comprobar que la información sea fácil de entender.



Los documentos en lectura fácil a menudo
utilizan este logo, para que sea fácil encontrarlos.

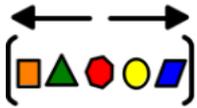
Hay reglas que explican
cómo deben ser los textos en lectura fácil.



MPE

Los miembros del Parlamento Europeo
son políticos que se sientan
en el Parlamento Europeo.

Nosotros los llamamos MPE en corto.



Necesidades Complejas de Apoyo

Las necesidades complejas de apoyo son las necesidades que se producen cuando una persona con discapacidad necesita ayuda.

Esta ayuda es diferente y complicada.



Parlamento Europeo

El Parlamento Europeo es un lugar donde se toman importantes decisiones de la **Unión Europea**.

Por ejemplo: leyes.

Los Miembros del Parlamento Europeo (en corto, MPEs) toman estas decisiones y hablan por todas las personas que viven en la Unión Europea.

Cada cinco años, estas personas que viven en la Unión Europea votan por los MPEs de sus países.



Político

Alguien que ayuda a que un país funcione.

O alguien que quiere hacer que un país funcione.

Los políticos, por ejemplo, son:

- alcaldes
- ministros
- candidatos en las **elecciones**



Unión Europea

La Unión Europea (en corto, EU) es un grupo de 28 países.

Nosotros llamamos a estos países “estados miembro”.

Estos países se han juntado para ser más fuertes políticamente y económicamente.

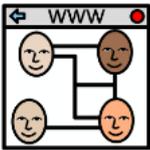
La UE hace leyes sobre cosas importantes para personas que viven en esos países.

La UE hace leyes en distintas áreas.

Algunos ejemplos son:

- Leyes para proteger el medio ambiente
- Leyes para agricultores
- Leyes para proteger a los consumidores

Un consumidor es alguien que compra cosas.



Redes Sociales

Las redes sociales están hechas de páginas web y de apps que te dejan crear y compartir contenido.

Por ejemplo, fotos, vídeos e información.

App es la abreviación para aplicaciones.

Las apps son herramientas que te permiten usar las redes sociales en el móvil o en la tablet.



Vivir de manera independiente

Vivir de manera independiente significa que las personas con **discapacidad intelectual** vivan en comunidad y tengan el apoyo para hacer lo que ellos quieran.

Ellos también pueden:

- elegir con quién y dónde vivir
- decidir cómo ellos quieren pasar el tiempo
- tener las mismas experiencias que el resto de personas



Votar

Votar significa elegir a los **políticos** que nos representan y que toman decisiones por nosotros.

Tú puedes votar en distintas áreas.

Por ejemplo:

- en tu ciudad o pueblo cuando tú eliges a un nuevo alcalde
- en tu país cuando tú eliges a un nuevo presidente
- o en las **elecciones europeas**, cuando tú eliges a un nuevo Miembro del Parlamento Europeo (**MPE**).

¡Contáctanos y comparte tus historias de autogestión!



Página web:
inclusion-europe.eu



Email:
secretariat@inclusion-europe.org



Teléfono:
+32 2 502 28 15



Dirección:
Avenue des Arts 3, 1210 Brussels, Belgium



Facebook:
facebook.com/inclusion europe



Twitter:
twitter.com/InclusionEurope

Suscríbete para conseguir Europa para todos aquí:
[bit.ly/Inclusion Europe Newsletter](http://bit.ly/Inclusion_Europe_Newsletter)

