

# Cómo apoyar en VACACIONES



## 1 DIVERSIDAD

Cada persona con discapacidad intelectual o del desarrollo, es única en sus necesidades de apoyo, intereses, forma de comunicarse o personalidad; tenlo en cuenta a la hora de planificar los perfiles de apoyo. Es importante que conozcas el perfil personal, esto te ayudará a saber sus gustos y preferencias.



## 2 PROTAGONISMO

La persona con discapacidad es la verdadera protagonista del viaje, por eso ten en cuenta que la información sea accesible; utiliza: Lectura Fácil, Sistemas Alternativos y/o Aumentativos de comunicación o la Interpretación Vital según sea necesario.

Ten en cuenta que durante el viaje la persona pueda:

- Expresar opiniones sobre lo que le gusta o no le gusta.
- Hacer peticiones sobre lo que quiere o no quiere hacer.
- Resolver situaciones o conflictos que surjan.
- Identificar tus emociones o situaciones de malestar.
- Hacer elecciones como por ejemplo, elegir la ropa para cada ocasión.

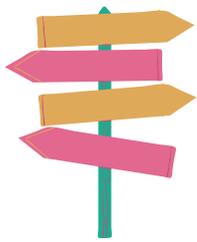


## 3 INTIMIDAD

La intimidad es un derecho que no depende de las necesidades de apoyo que tenga la persona que viaja; por eso es importante que ayudes a preservarla así:

- Llama a la puerta antes de entrar a la habitación o al baño.
- Pide permiso para tocar pertenencias, maleta o documentación personal.
- Cuida que la información personal sólo la conozcan las personas que la necesiten para garantizar su bienestar y seguridad.
- En momentos de higiene por ejemplo, pregunta si es el momento adecuado o cómo le gusta que le prestes apoyo.





# Cómo apoyar en VACACIONES



## 4 AUTONOMÍA

Un plan de apoyos personalizado es aquel que garantiza que cada persona tenga los apoyos necesarios para desarrollar su máxima autonomía en todas las áreas: organizar la maleta y pertenencias, utilizar el dinero de bolsillo, alimentarse, asearse o participar en las actividades programadas, entre otras.

Es importante que antes de viajar la persona con discapacidad tenga toda la información necesaria: dónde, cuándo, con quién y cómo va a ser el viaje.



## 5 SEGURIDAD

En vacaciones se dan situaciones nuevas, y tienes que conocer los protocolos que ayudan a evitar situaciones de riesgo para la salud o seguridad de la persona que viaja, por ejemplo:

- Olvidos en la toma de medicación.
- Desorientaciones al ser un lugar nuevo.
- Quemaduras solares, especialmente en zonas sensibles como los empeines o el cuello.
- Deshidrataciones, ten en cuenta que beba suficientes líquidos.
- Problemas digestivos, da apoyo para controlar las cantidades, cuidar las intolerancias o hacer un menú equilibrado.
- Ahogamientos, es importante conocer las necesidades de apoyo en situaciones de baño en playa o piscina.
- En vacaciones a veces se descansa menos y esto puede producir fatiga, estrés o mayor irritabilidad.



**¡LAS VACACIONES SON MOMENTOS ÚNICOS E INOLVIDABLES,  
APOYA A LA PERSONA PARA QUE LOS DISFRUTE A TOPE!!**