



## CARTA DE DERECHOS

ASÍ SI 	 ESTO NO
Trátame según mi edad	No me hables como un niño, soy un adulto.
Háblame con respeto	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ No grites ni seas borde.</li> <li>▪ No me digas:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- “Pasa para ahí”</li> <li>- “No seas pesado”</li> <li>- “Esto es muy difícil para ti porque eres ciega@”</li> </ul> </li> </ul>
Háblame despacio y claro	No uses palabras que no conozco.
Repítemelo si hace falta	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ No me digas: “Cuántas veces te lo tengo que decir?”</li> </ul>
Cuéntame lo que pasa	No te calles las malas noticias
Ayúdame cuando tengo problemas (por ej. perder algo importante)	No le quites importancia a mis problemas (por ej. “ya aparecerá”, “no pasa nada”)
Déjame opinar y elegir	No me digas... <ul style="list-style-type: none"> <li>- Qué ocio hacer</li> <li>- Qué ropa ponerme</li> </ul>
No me obligues a hacer cosas que no quiero	<ul style="list-style-type: none"> <li>- En los trabajos que no me gustan</li> <li>- En la comida: “tienes que comerlo y punto”</li> </ul>
No me presiones con el trabajo, tengo mi ritmo	No quiero: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Que me agobies en un puesto que no me gusta.</li> <li>- Dejar de hacer cosas para entregar algo, salvo que sea importante</li> </ul>
Enséñame a hacer cosas nuevas	No me gusta hacer siempre las mismas tareas
Respetar mi intimidad y privacidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>- No entres si me estoy cambiando o estoy en el baño</li> <li>- No me cuentes cosas mías (temas de médicos, trabajo...)</li> </ul>
Quiero mantener mis amistades fuera de centro	Que no se me facilite oportunidades y medios para quedar fuera con compañeros
Quiero participar en actividades de nuestro entorno de manera normal	No quiero: <ul style="list-style-type: none"> <li>Que me dejen de lado por tener discapacidad</li> </ul>

- **Vídeo “Tenemos nuestros derechos”.**



<https://www.youtube.com/watch?v=jqoUryU-qv8>