



Manifiesto de los autogestores de Afanias: Reivindicamos nuestros derechos

Los autogestores somos personas con discapacidad intelectual mayores de edad que nos organizamos en grupos para analizar las cuestiones que nos preocupan, defender nuestros derechos y dar a conocer a las personas con discapacidad intelectual.

Los autogestores trabajamos para que la sociedad conozca nuestra realidad.

En Afanias existen seis grupos de autogestores.

Los autogestores de Afanias hemos hecho dos encuentros en 2017 y 2018 para hablar sobre nuestras ideas y reivindicaciones.

Después de los encuentros hemos recogido las principales conclusiones en un **manifiesto**.

Manifiesto: Escrito que publica un grupo de personas para reclamar derechos.

Este manifiesto está dividido en cuatro partes.

Cada parte habla sobre reivindicaciones relacionadas con alguno de estos cuatro derechos:

- Derecho a la privacidad e intimidad
- Derecho a las relaciones afectivas y a disfrutar de la sexualidad
- Derecho a la igualdad y a que no nos discriminen
- Derecho a la accesibilidad



Derecho a la privacidad e intimidad



Muchas personas con discapacidad intelectual no tenemos espacios ni momentos de intimidad porque siempre estamos acompañados, como por ejemplo en casa, en los centros o en las residencias.

Cuando tenemos pareja, es muy difícil estar a solas.

Sentimos que nos controlan demasiado.

No podemos disfrutar al completo de nuestra sexualidad.

Para poder disfrutar de nuestra sexualidad, necesitamos intimidad, estar solos y que no nos controlen todo el tiempo.

A veces hablan de nosotros como si no estuviéramos delante.

Cuando hacen eso, nos sentimos **humillados y frustrados**.

También nos sentimos como si fuéramos un objeto, y no como una persona.

A veces necesitamos apoyos, pero muchas veces nos protegen más de lo que necesitamos.

Cuando nos apoyan más de lo que necesitamos, perdemos intimidad.

Como por ejemplo en la ducha o cuando revisan todo lo que hacemos.

No queremos que en los centros y residencias nos echen la bronca en público, porque nos sentimos humillados.

Queremos que nos hablen en privado cuando nos echen la bronca.

Pedimos que si nos tienen que decir algo malo lo hagan en privado y no delante de los demás.

La gente está acostumbrada a hablar de nuestras cosas sin pedirnos permiso.

Queremos que nos pidan permiso antes de contar nuestras cosas.

Humillar: Hacer que una persona se sienta inferior al resto

Frustrar: No cumplir las esperanzas, deseos o ilusiones de alguien



Derecho a las relaciones afectivas y a disfrutar de la sexualidad

No somos niños, somos adultos.

Tenemos derecho a relacionarnos con los demás y a disfrutar de nuestra sexualidad.

Nuestras familias tienen miedo a hablarnos sobre sexualidad.

Sin la ayuda de nuestras familias y personas de apoyo no podremos disfrutar de nuestra sexualidad.

Por eso tienen que perder el miedo a hablarnos sobre sexualidad.

Las personas con discapacidad intelectual no tenemos espacios de intimidad para poder disfrutar de nuestra sexualidad.

Tampoco tenemos información adecuada sobre sexualidad.

Por eso es difícil que aprendamos qué se puede hacer y qué no se puede hacer en público.

Cuando hacemos algo equivocado en público, la gente piensa mal de nosotros.

Por eso necesitamos que en los centros nos den más formación sobre afectividad y sexualidad.

También necesitamos que nos ayuden a que nuestras familias tengan menos miedos sobre la sexualidad.

Derecho a la igualdad y a que no nos discriminen

En la sociedad todos somos iguales y tenemos los mismos derechos.

Pero la sociedad no trata a las personas con discapacidad intelectual igual que al resto.

Esto es **discriminación** y todavía sigue pasando.

Discriminación:
tratar mal a una persona por ser diferente.

La gente nos discrimina porque no nos conoce, nos tiene miedo o no sabe cómo tratarnos.

Por eso queremos que la gente sepa que somos personas normales como el resto de personas.

Si nos conocen, no nos discriminarán.





Derecho a la accesibilidad

Las personas con discapacidad tenemos dificultades para comprender muchas cosas a nuestro alrededor.

Como por ejemplo, para leer, para orientarnos, para usar las máquinas del metro o para rellenar un formulario.

La sociedad se esfuerza mucho por adaptar los espacios para personas ciegas, sordas o que les cuesta moverse, por eso ponen rampas o ascensores.

Pero la sociedad se olvida de las necesidades de las personas con discapacidad intelectual.

Necesitamos adaptaciones para comprender mejor la información que nos rodea.

La lectura fácil es una adaptación para comprender mejor la información escrita.

Necesitamos más documentos en lectura fácil.

También necesitamos más pictogramas en los carteles para poder orientarnos.

Pedimos que nos informen de todo lo que pasa a nuestro alrededor.

Pedimos que nos expliquen las cosas con los apoyos necesarios para que lo comprendamos.

Pedimos que no den por hecho que no vamos a comprenderlo.