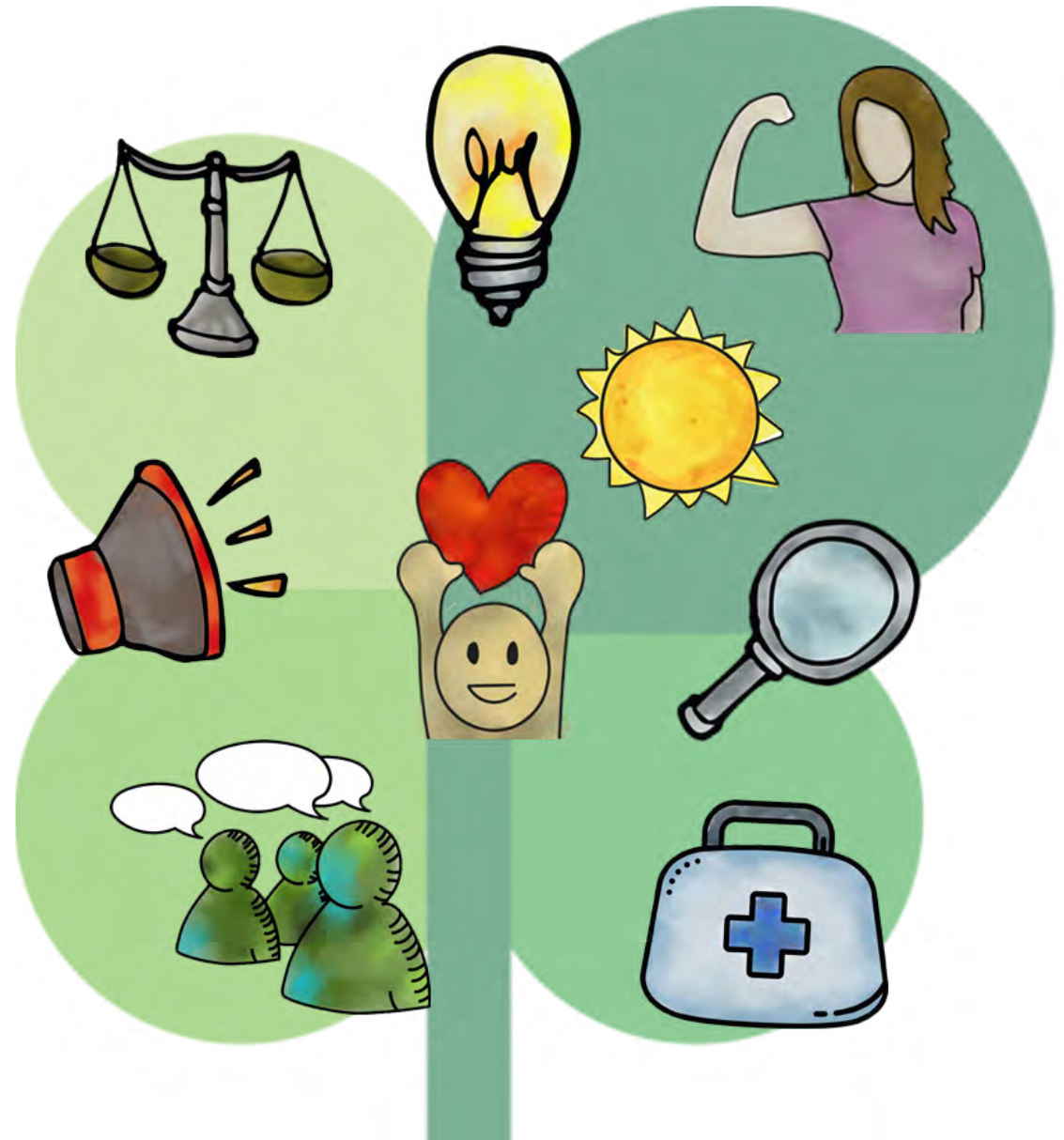


2024



PLENA INTERNACIONAL





Índice



PLENA INTERNACIONAL 2024

Plena internacional es un proyecto que hace Plena inclusión con Inclusion International.

En este proyecto personas autogestoras de diferentes partes del mundo se reúnen una vez al mes para hablar de diferentes temas que son muy importantes para las personas con discapacidad como la accesibilidad, el empleo o la vida independiente.

Este documento nos cuenta Información interesante de las reuniones que se hicieron en el año 2024.

Tienes toda la información del proyecto en el siguiente enlace:



También puedes encontrar la información de las reuniones del año 2023 aquí:



Reuniones del año 2024.

Durante el año 2024, las personas autogestoras de muchos países se reunieron online 10 veces. Hablaron de temas muy importantes para las personas con discapacidad intelectual.

Los temas fueron:

- Capacidad jurídica.
- Salud sexual y reproductiva.
- Participación política.
- Historia de la autogestión.
- Salud inclusiva.
- Investigación inclusiva.
- Cambio climático.
- Innovación.
- Orgullo de las personas con discapacidad.

Puedes ver los vídeos de las reuniones en esta lista de reproducción:





Capacidad jurídica.

Capacidad jurídica significa el derecho a tomar tus propias decisiones.

En las reuniones hablaron de cómo se respeta este derecho en distintos países.

● Ejemplos:

- En **Brasil** hay apoyos para decidir, pero muchas personas aún enfrentan prejuicios.
- En **Argentina**, las leyes reconocen ese derecho. Aunque a veces un juez puede limitarlo.
- En **Canadá**, el gobierno paga apoyos en algunos casos.
- En **Angola**, se está trabajando mucho y están empezando a mejorar este tema.
- En **Colombia**, organizaciones como PAE ayudan a informar sobre este derecho.



● Problemas comunes:

- No hay información clara.
- Los y las profesionales no tienen la formación que se necesita.
- Hay poca accesibilidad en los juicios.
- Los apoyos son diferentes según el país.
- Se usa un lenguaje técnico que es difícil de entender.





Derechos sexuales y reproductivos.

Estos derechos tienen que ver con el cuerpo, las relaciones y la posibilidad de decidir libremente.

● Ejemplos:

En **Argentina** se reconocen los derechos sexuales y reproductivos de las personas con discapacidad, pero hay muchas barreras culturales.

En **Colombia** se prohibió la esterilización forzada de menores con discapacidad.

En **Brasil**, muchas personas no reciben información sobre su cuerpo ni su sexualidad.

En **Zambia**, se hizo una campaña para enseñar a las personas con discapacidad intelectual que tienen derecho a decidir sobre su cuerpo.

En la **República Democrática del Congo**, la falta de internet impide acceder a formación.

● Se propuso:

- Crear materiales accesibles.
- Formar a las familias.
- Incluir este tema en hospitales y congresos.
- Exigir a los gobiernos servicios médicos accesibles.
- Romper tabúes sobre la sexualidad.





Participación política.



La participación política es el derecho a votar y a estar en política.

● Situaciones en distintos países:

En **Hungría**, muchas personas con discapacidad tienen tutor legal y no pueden votar.

En **Bélgica**, intentan cambiar esto pero todavía no hay nuevas leyes.

En **Estados Unidos**, se hicieron muchos cambios para que las votaciones sean accesibles. Se usan máquinas electrónicas, voto por correo y otras ayudas.

En **Sudáfrica**, hay grupos de trabajo que trabajan para que la votación sea accesible.

● Problemas:

- Todavía existen leyes que impiden que las personas con discapacidad puedan votar.
- No hay información fácil sobre los partidos políticos o sus programas electorales.
- Hay pocas personas con discapacidad en política.
- Los lugares de votación son poco accesibles.





Salud inclusiva.

La salud inclusiva es que todas las personas reciban atención médica justa y adecuada.

● Ejemplos:

En **España**, hay estudios que dicen que las personas con discapacidad intelectual usan más urgencias, van menos al ginecólogo y tienen más problemas dentales.

En **Zambia**, al principio había muchas barreras, pero ahora los médicos escuchan más y explican mejor los tratamientos.

● En otros países también hay problemas como:

- En la medicina se usa un lenguaje médico difícil.
- Hay poca privacidad en las consultas.
- Algunas personas con discapacidad no pueden entrar a la consulta con su persona de apoyo.
- Los médicos y médicas hablan solo con la familia y no con la persona con discapacidad.





Historia de la autogestión.

La autogestión es cuando las personas con discapacidad se organizan y defienden sus derechos.

● Esta historia empezó:

En los **años 60 en Suecia.**

En los **70 en Estados Unidos y Canadá.**

En los años **2000 llegó a América Latina, África y Oriente Medio.**

Ahora hay más personas con discapacidad en los espacios donde se toman las decisiones.

● Experiencias:

- En **Reino Unido**, empezaron con grupos locales en centros de día y en hospitales.
- En **Estados Unidos**, fue muy importante el caso de 2 mujeres que ganaron un juicio para vivir en la comunidad.
- En **Hong Kong**, en 1995 crearon una organización de personas autogestoras.

● Ahora hay más:

- Participación de personas autogestoras en conferencias.
- Recursos accesibles.
- Representación de personas autogestoras en espacios de decisión.





Investigación inclusiva.

Las personas con discapacidad intelectual también deben participar en las investigaciones sobre sus derechos.

● Ejemplos:

En **Uganda e Irlanda**, participaron en informes sobre la Convención.

En **Canadá**, hicieron arte y vídeos para explicar el derecho a vivir en comunidad.

En **Estados Unidos** se insistió en contar con su participación para tener datos más reales.

● Problemas:

- No se cuenta con las personas con discapacidad cuando se hacen investigaciones.
- La información no es accesible.
- No se les paga por su trabajo.



● Propuestas:

- Que las personas con discapacidad participen en todas las fases de la investigación.
- Usar lectura fácil, vídeos y audios.
- Pagar por su trabajo.
- Formar a investigadores sobre discapacidad.
- Hacer más reuniones internacionales para compartir buenas experiencias.





Innovación.

La innovación son nuevas ideas o proyectos que mejoran la vida de las personas.

● Se contaron proyectos como:

Una plataforma formada por personas autogestoras y un proyecto donde las personas con discapacidad deciden qué apoyos quieren recibir y quién les da esos apoyos.
Este proyecto se llama: **Apoyos autodirigidos**.

En **Sudáfrica**, faltan recursos en algunas comunidades, y falta más educación en los colegios para cambiar lo que la gente piensa sobre las personas con discapacidad.

En **Zambia**, muchas personas no tienen acceso a educación, justicia ni autonomía.



● Propuestas:

- Crear más redes internacionales para compartir experiencias.
- Usar arte y tecnología para incluir a las personas con discapacidad.
- Cambiar la forma en la que la gente piensa sobre la discapacidad.





Cambio climático.

El cambio climático afecta más a las personas con discapacidad.

● Ejemplos:

En **Ruanda**, participaron en un día para plantar árboles para que los bosques y espacios verdes vuelvan a tener árboles.

En **Sudáfrica**, hay cortes de agua y luz como consecuencia del cambio climático y esto afecta más a las personas con discapacidad.

En **Uganda**, las personas con discapacidad no están preparadas para desastres naturales.

● Problemas:

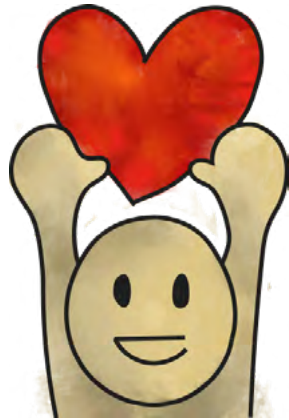
- Con el cambio climático hay más riesgo de huracanes e inundaciones.
- No hay dinero para usar energías limpias.
- El cambio climático hace que las personas tengan peor salud por calor, estrés o enfermedades.



● Propuestas:

- Crear materiales accesibles sobre el clima.
- Usar más paneles solares y bicicletas.
- Aplicar la regla de las 4R: Reducir, Reutilizar, Reparar y Reciclar.
- Incluir a las personas con discapacidad en planes de emergencia.
- Apoyar proyectos de autogestores sobre sostenibilidad.





Orgullo de ser una persona con discapacidad.



● Las personas explicaron que sentirse orgullosas es:

- Aceptar quiénes somos.
- Valorar lo que hacemos bien.
- Compartir nuestras historias y nuestras capacidades.
- Decir en voz alta que estamos orgullosas de ser personas con discapacidad.

● También aprendimos que en algunos países el mes de **julio** es el **Mes del Orgullo de las Personas con Discapacidad**. Durante este mes se organizan actividades para:

- Defender nuestros derechos.
- Luchar contra los prejuicios.
- Visibilizar nuestras vidas y logros.

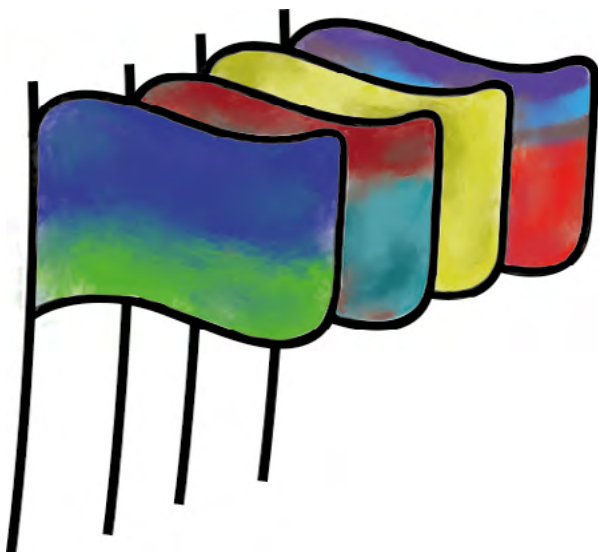
● Las personas contaron que este orgullo ayuda a:

- Tener más confianza.
- Sentirse bien con una misma.
- Conocer a otras personas parecidas.
- Compartir lo que sabemos.
- Aprender juntas.

Muchas personas dijeron que era la primera vez que hablaban de este tema.

Pero todas estuvieron de acuerdo en que es muy importante.





Países participantes

En las reuniones del año 2024
participaron personas de:

Europa: España, Hungría, Bélgica, Alemania, Francia,
Grecia, Reino Unido, Austria, Polonia, Portugal,
Países Bajos, Suecia, Croacia, Rumanía, Bulgaria,
República Checa.

América: Argentina, Brasil, Colombia, México, Chile, Canadá,
Estados Unidos.

África: Angola, Zambia, Uganda, Ruanda, Kenia,
Congo, Etiopía, Malawi, Benín.

Asia y Oceanía: Líbano, Hong Kong, Australia,
Nueva Zelanda.