



# Planeta fácil

Noticias fáciles de entender  
sobre el mundo y la discapacidad

Número 27

17 de septiembre de 2018

## ¿Qué libros te gustaría que se adaptaran a lectura fácil?



Hoy hablamos de:

- ¿Qué libros te gustaría que se adaptaran a lectura fácil?
- El taller de lectura fácil me encanta
- Engancharse a las redes sociales no mola
- ¿Qué es el Daño Cerebral Adquirido?
- ¿La escuela incluye a las personas con grandes necesidades de apoyo?
- ¿Quiénes son las kellys?



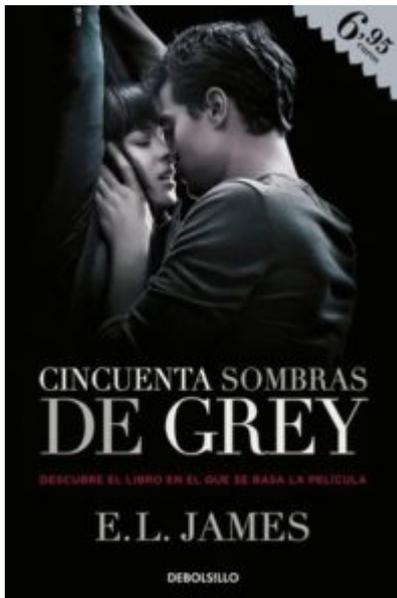
## ¿Qué libros te gustaría que se adaptaran a lectura fácil?

La [Lectura Fácil](#) es un método para hacer los documentos más fáciles de entender a las personas con dificultades de comprensión lectora.

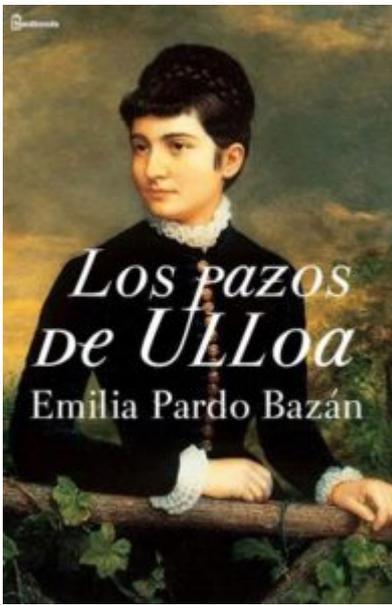
¿Sabes que existen más de 200 libros adaptados a lectura fácil?  
¡¡Queremos más libros en lectura fácil!!

Durante este verano, os hemos preguntado [qué libros os gustaría leer adaptados a lectura fácil.](#)

Os destacamos algunos libros que nos proponen:



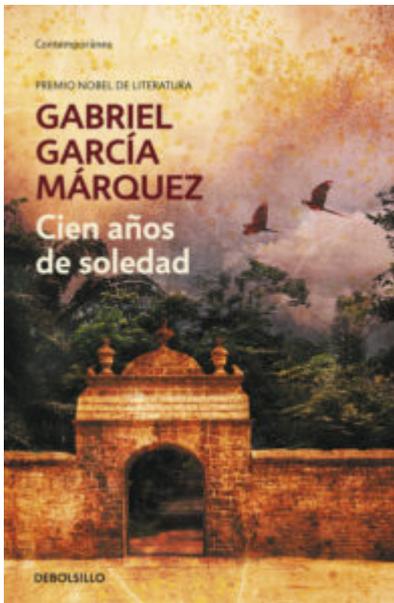
“50 sombras de Grey” de E.L. James.



“Los Pazos de Ulloa” de Emilia Pardo Bazán.



“Sin noticias de Gurb” de Eduardo Mendoza.



“Cien años de soledad” de Gabriel García Márquez.



“La catedral del mar” de Ildefonso Falcones.

Foto de la portada: [CCAC North Library](#)



## El taller de lectura fácil me encanta

El año pasado, en el centro de día,  
empezamos una nueva actividad:  
el Taller de [Lectura Fácil](#).

Mi centro es el de San Ignacio de Aspace Bizkaia.

El taller está muy bien organizado.  
En el taller, tenemos un moderador.  
Él nos explica paso a paso el libro  
y lo comentamos.

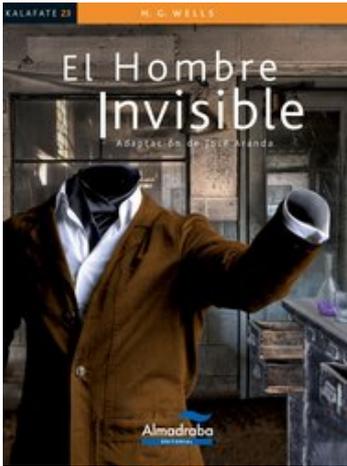
La educadoras nos acompañan  
para facilitarnos el manejo del ordenador.  
Usamos el ordenador  
porque el libro que leemos  
está escaneado y metido en los ordenadores.  
Algunas personas lo necesitamos así.  
Otros u otras compañeras lo tienen fotocopiado.  
Cada cual como lo necesita.

Me gusta mucho esta actividad.  
Y hacemos un gran esfuerzo.  
En mi caso,  
tengo que esforzarme mucho  
para que se me entienda bien.

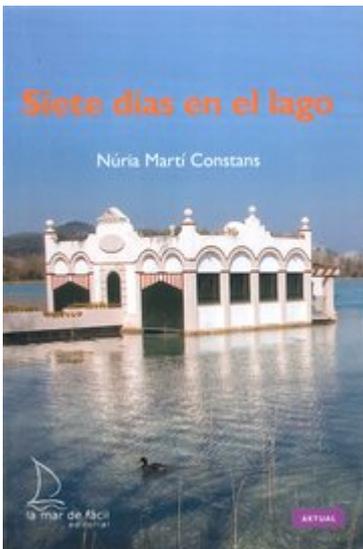
Sobre todo, para aquellos y aquellas compañeras  
que sólo escuchan la lectura  
porque no tienen posibilidad de leer.

Los libros que hemos leído hasta ahora son:

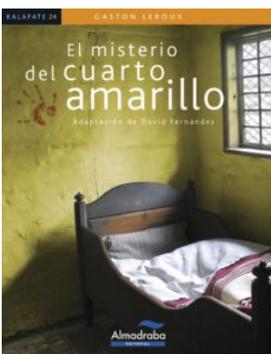
– “El hombre invisible”



– “Siete días en el lago”



– “El misterio del cuarto amarillo”



Estos son libros de misterio, de amor, policíacos...

El libro que más me ha gustado es "Siete días en el lago"  
porque era una historia de amor muy bonita.

De este taller me gustan mucho  
los debates que hacemos.  
¡Eso me encanta!

Opinamos y hablamos  
sobre lo que creemos que puede pasar.  
Me resulta muy emocionante.

Creo que esta actividad es muy buena  
porque trabajamos muchas cosas:

- la atención en la lectura
- la pronunciación
- aprendemos palabras o vocabulario
- la memoria
- el trabajo en grupo.

Este artículo es de Kepa Etxegarai Torices.

Él participa en una entidad de [FEVAS Plena inclusión Euskadi](#).



# Engancharse a las redes sociales no mola

¿Sabes lo que es el cyberbullying? ¿Y el sexting o el gromming?  
Estas son formas de acoso por internet.

Plena inclusión Comunidad Valenciana ha publicado una guía.  
Esta guía se llama “Engancharse a las redes sociales no mola”.  
Esta guía te enseña a usar bien internet y las redes sociales.

La guía está adaptada a [lectura fácil](#).

La guía explica estas formas de acoso:  
cyberbullying, sexting o gromming.

Otros temas que trata la guía son:

- La ciberadicción o engancharse a internet como si fuera una droga.
- Qué hacer si sufrimos acoso por internet.
- A dónde me puedo dirigir si tengo dudas.
- Cómo hacer un uso adecuado de internet.

La guía pone muchos ejemplos  
y los pone con los 3 colores de un semáforo:

- De color rojo salen los problemas graves.
- De color amarillo señala cuando tienes un problema y tienes que buscar una solución.
- De color verde cuando usas bien internet.



Descarga: pulsa este enlace y descarga gratis la guía

[Engancharse a las redes sociales no mola](#)



# ¿Qué es el Daño Cerebral Adquirido?

El Daño Cerebral Adquirido es un daño que te haces de repente en el cerebro.

Este daño puede tener varias consecuencias para ti.

Por ejemplo: en tus emociones, al pensar, al moverte y al ver.

Estas consecuencias dependen de la parte del cerebro donde te haces el daño.

También dependen de si te has hecho mucho o poco daño.

Este daño te lo puedes hacer con un ictus.

Un ictus es un infarto que te pasa en el cerebro.

Un ictus puede darte por varias razones. Por ejemplo:

- Si bebes mucho alcohol.
- Si tienes obesidad o mucho peso.
- Si no haces ejercicio.
- Si tienes enfermedades del corazón.

También te puedes hacer este daño con un golpe fuerte en la cabeza.

Por ejemplo: si has tenido un accidente.

En España hay 420.000 personas con daño cerebral adquirido, que son tantas personas como las que viven en Palma de Mallorca.

Enlace: [más información sobre el daño cerebral adquirido en la web de FEDACE](#)



## ¿La escuela incluye a las personas con grandes necesidades de apoyo?

Todas las niñas y niños tienen derecho a la educación.

Este derecho lo tienen también las niñas y los niños con discapacidad.

Esto lo dice la Convención sobre los Derechos de las Personas con discapacidad.

La Convención es la lista de derechos que tienen las personas con discapacidad.

Inclusión Europa ha publicado un estudio sobre cómo tratan en las escuelas a las personas con discapacidad que necesitan mucho apoyo.

Inclusión Europa es la organización que lucha por los derechos de las personas con discapacidad intelectual en toda Europa.

### ¿Qué significa tener grandes necesidades de apoyo?

Las personas con grandes necesidades de apoyo:

- Pueden tener una o más discapacidades.
- Necesitan mucho apoyo en actividades de su vida diaria.
- Necesitan apoyos que a veces son retos para las personas que les apoyan.  
Por ejemplo: necesitan cuidados todo el día.
- Pueden tener dificultades para comunicarse o hablar.
- Pueden ser personas que agreden o pegan a otras personas o a sí mismas.
- Pueden tener problemas de memoria o para orientarse.

## ¿Cómo se ha hecho el estudio?

Para hacer el estudio,  
Inclusión Europa ha hablado con personas expertas  
de muchos países europeos:

Austria, Bélgica, Finlandia, Francia,  
Alemania, Italia, Lituania, Luxemburgo,  
Rusia, Portugal, España y Holanda.

En este mapa puedes ver:

- En azul oscuro los países que han participado en el estudio.
  - En blanco los países que no han participado en el estudio.
- Países que han participado en el estudio



## ¿Qué dice el estudio?

Sólo 3 de cada 1.000 estudiantes tienen  
grandes necesidades de apoyo.  
Son pocas personas.

Aunque son pocas personas,  
es un reto para las escuelas  
porque necesitan mucho apoyo y muy adaptado.

Además, el apoyo tiene que ser para cada persona,  
no puede ser en grupo  
porque cada persona necesita algo diferente.

El estudio dice que hay ejemplos de educación muy positivos,  
pero son sólo pequeños ejemplos.  
Ningún país tiene escuela inclusiva  
para todas estas personas.

El estudio recomienda también  
que cambiemos nuestra forma de pensar.  
Algunas personas creen que no se puede educar  
a las personas con grandes necesidades de apoyo.  
Esto es un error porque sí pueden aprender con el apoyo necesario.

Plena inclusión trabaja para cambiar estas ideas  
con su proyecto Todos somos todos.

Enlace:

[Lee la noticia completa y descarga el estudio en inglés](#)



### **¿Quiénes son las kellys?**

Hoy os queremos contar una historia que nos parece muy interesante para las personas con discapacidad intelectual.

Quizá, las personas con discapacidad nos podemos organizar como Las Kellys para pedir nuestros derechos.

#### **¿Qué son las kellys?**

Las kellys son un grupo de mujeres que se dedican a limpiar hoteles. Estas mujeres se han unido para luchar por sus derechos en el trabajo.

#### **¿Cómo nació el grupo?**

Ellas se conocieron por internet. Contaban sus experiencias en las redes sociales y se quejaban de su mala situación en el trabajo. Al final, decidieron crear una asociación.

#### **¿Dónde están?**

Hay grupos de Las Kellys en Barcelona, Benidorm, Cádiz, Fuerteventura, La Rioja, Lanzarote, Madrid y Mallorca.

## ¿Qué piden?

Estas mujeres piden cosas como:

- Tener derecho a jubilarse pronto.
- Que los hoteles las contraten a ellas.  
Eso es mejor a que les contrate otra empresa para limpiar los hoteles.  
Así tienen más derechos.
- Que sus condiciones de trabajo estén relacionadas con el precio del hotel que limpian.  
Si limpian un hotel de mucha calidad, el trabajo de limpieza debe tener mucha calidad.  
Así que las condiciones de trabajo deben ser mejores.  
Por ejemplo: mejorar el sueldo o el horario.

Enlace: [Web de Las Kellys.](#)



## Web de Planeta fácil

Puedes entrar en la web de Planeta Fácil:

<http://planetafacil.plenainclusion.org>

En esa web puedes leer y comentar todas las noticias.

## ¡Participa!

Envía tus opiniones a Planeta Fácil.

<http://planetafacil.plenainclusion.org/participa-en-planeta-facil/>

## Equipo de Planeta fácil



**Antonio Hinojosa**

[antoniohinojosa@plenainclusion.org](mailto:antoniohinojosa@plenainclusion.org)



**Olga Berrios**

[accesibilidad@plenainclusion.org](mailto:accesibilidad@plenainclusion.org)



**Fermín Núñez**

[comunicacion@plenainclusion.org](mailto:comunicacion@plenainclusion.org)



Plena inclusión es la organización que representa en España a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Con la colaboración de [Cooperativa Altavoz](#).

Usamos imágenes de [ARASAAC](#) y [Nounproject](#).



1997-2017  
20º Aniversario CERMI

COMITÉ ESPAÑOL  
DE REPRESENTANTES  
DE PERSONAS  
CON DISCAPACIDAD