



# Planeta fácil

Noticias fáciles de entender  
sobre el mundo y la discapacidad

Número 35

12 de febrero de 2019

## “Queremos que la web del Instituto de la Juventud sea fácil de entender”



Hoy hablamos de:

- “Queremos que la web del Instituto de la Juventud sea fácil de entender”
- ¿Qué es Inclusion Europe?
- Voces al tiempo: cuentos contra la violencia machista
- ¿Qué es la transformación?
- ¿Qué es el Barrerismo?
- Quiero que no nos volvamos a enfadar





## “Queremos que la web del Instituto de la Juventud sea fácil de entender”

	<p>Soy Antonio Hinojosa y trabajo en Plena inclusión. Hoy entrevistamos a Ruth Carrasco. Ruth es la directora del INJUVE. El INJUVE es el Instituto de la Juventud de España y es parte del Ministerio de Sanidad.</p> <p>El INJUVE trabaja para las personas jóvenes: colabora con asociaciones y hace muchas actividades y campañas.</p> <p><b>¿Cuáles son los temas que te preocupan más de las personas jóvenes con discapacidad intelectual?</b></p>
	<p>Creo que conocemos poco a las personas con discapacidad y a veces no les entendemos. Por ejemplo: yo descubrí hace poco la lectura fácil cuando me reuní con Plena inclusión. Me gustaría trabajar para que la discapacidad intelectual se conozca más.</p> <p>Las personas jóvenes son iguales con sus diferentes capacidades.</p>
	<p><b>¿Cómo apoya el INJUVE a las personas jóvenes con discapacidad intelectual?</b></p>

	<p>Creemos que hay que tratar igual a las personas. Queremos apoyar a las organizaciones que trabajan con jóvenes con discapacidad intelectual. Queremos conocer qué necesitan.</p>
	<p><b>Hemos visto que eres feminista, ¿qué temas tratáis de feminismo en el INJUVE?</b></p>
	<p>Queremos apoyar a niñas y las jóvenes para que sepan que pueden hacer cualquier cosa. Por ejemplo: para que haya más mujeres que trabajen en tecnología. Las relaciones sanas también son importantes. Hablo de las relaciones de pareja o sexuales. Por ejemplo: las relaciones entre mujeres y hombres no deben tener maltratos o celos.</p>
	<p><b>He visto que te gusta mucho la música metal. ¿Qué canción nos recomiendas?</b></p>
	<p>Os recomiendo una canción que es de un grupo noruego que se llama Circus Maximus. La canción se llama "After the fire". Significa "Después del fuego". También os recomiendo algún grupo cántabro. Por ejemplo: Bifrost.</p>

	<p><b>Para acabar la entrevista, ¿quieres saber algo sobre mí?</b></p>
	<p>Sí. Quiero saber qué haces en tu tiempo de ocio con tus amigas y amigos.</p>
	<p>Me encanta el senderismo: andar por la montaña.He subido ya varias montañas como el Peñalara, el pico Almanzor y el Monteperdido en el Pirineo. En abril quiero subir el Aneto que es la montaña más alta del Pirineo de Huesca.</p>
	<p><b>También quiero saber ¿qué crees que yo puedo hacer por ti?</b></p>
	<p>Me gustaría que la web del INJUVE sea fácil de entender y tenga lectura fácil.También todas las webs para jóvenes.</p>
	<p>Tienes toda la razón. Es algo que queremos hacer y recomendarlo a institutos de la juventud de todas las comunidades autónomas.</p>

Continúa en esta página

**Mira el vídeo de la entrevista**

<https://youtu.be/7NljcCcTHzY>

**Escucha la canción que nos recomienda Ruth**

<https://youtu.be/kCm7OitdhkU>



## ¿Qué es Inclusion Europe?



Inclusion Europe es la asociación europea de personas con discapacidad intelectual y sus familias. A veces le llamamos Inclusión Europa.

Inclusión Europa nació en 1988.

Esta asociación lucha por los derechos de las personas con discapacidad intelectual.

### ¿Qué hace Inclusión Europa?

1. Apoyar para que haya más conocimiento en Europa sobre la discapacidad intelectual.
2. Apoyar a sus organizaciones miembro en cada país.
3. Influir en las políticas europeas para que mejoren la vida de las personas con discapacidad.  
Plena inclusión forma parte de Inclusión Europa.

Enlace:

[Web de Inclusión Europa](#)



## Voces al tiempo: cuentos contra la violencia machista



Voces al tiempo son 6 cuentos contra la violencia machista.

La violencia machista es la violencia que sufren las mujeres por ser mujeres.

Los cuentos tienen recuerdos de la infancia de las personas que los han escrito.

Es decir, explican cómo recuerdan lo que les ocurrió cuando eran niñas y niños.

Estos cuentos también explican que es posible acabar con la violencia y vivir sin miedos.

Los libros están en lectura fácil gracias a Plena inclusión Canarias.

Ahora os contamos de qué tratan los cuentos:

### **En el horno**

El cuento empieza  
cuando una mujer prepara la cena.  
Mientras mira su horno, recuerda el pasado.

### **Como el humo de una hoguera**

El cuento habla del miedo que  
su autor tenía a su padre.

### **La bicicleta roja**

El padre regala a la niña una bicicleta.  
Ella no quiere la bicicleta  
y explica por qué.

### **Clichés velados**

El cuento habla de tener que huir.  
Habla de malos recuerdos  
y sueños rotos.

### **Sonrisas ocultas**

El cuento habla de una madre  
que se esfuerza por sonreír  
a pesar del miedo que tenía.

### **La iglesia de mi vida**

El cuento habla de los secretos  
y de lo que significa crear una familia.

Descarga

Hay 2 libros con los 6 cuentos.



[Voces al tiempo. Tomo 1](#) con los 3 primeros cuentos



[Voces al tiempo. Tomo 2](#) con los otros 3 cuentos



## ¿Qué es la transformación?



En las entidades de Plena inclusión hablamos mucho de la transformación. Pero, ¿qué es la transformación?

Primero te explicamos que estamos en un momento en el que necesitamos pensar.

Las personas y las entidades que trabajan con las personas con discapacidad intelectual se preguntan cómo hacer mejor su trabajo.

Al nacer, muchas entidades pensaban en la discapacidad. Es decir, pensaban sólo en los límites de las personas con discapacidad.

Ahora queremos cambiar mucho y hacer las cosas diferentes. Queremos hacer un cambio tan importante que le llamamos transformación.

## ¿Qué queremos conseguir con la transformación?

- Centrarnos más en la persona:  
en sus sueños y en sus capacidades.
- Queremos que su vida tenga calidad.
- Queremos que las personas con discapacidad elijan la vida que quieran vivir.
- Queremos que las personas con discapacidad conozcan sus derechos y los defiendan.
- Queremos cumplir sus derechos.
- Queremos que las personas vivan y se relacionen con su comunidad.
- Que las personas con discapacidad colaboren en igualdad con sus familias, profesionales y voluntariado.
- Que lo que hacemos se base en la experiencia y el conocimiento, es decir, en hacer lo que hemos aprendido durante años.

Enlace con más información:

[web de Plena inclusión](#)



## ¿Qué es el Barrerismo?



En España hay más de 4 millones de personas con movilidad reducida.

Por ejemplo: personas que usan silla de ruedas.

4 millones de personas son más personas que las que viven en Madrid.

Ahora hay nuevas formas de moverse por la ciudad.

Por ejemplo: bicis eléctricas y patinetes.

Las bicis, patinetes y coches mal aparcados son obstáculos que se encuentran las personas con movilidad reducida.

Son nuevas barreras.

Todas las personas con movilidad reducida sufren cada día estas barreras.

Fundación ONCE se ha inventado una nueva palabra para llamar a esto.

La palabra es barrerismo.

Mira este vídeo sobre el barrerismo:

<https://youtu.be/A1C7219X4LQ>

Fundación ONCE no quiere que haya más barrerismo.

**¡Participa!**

Si estás en contra del barrerismo  
puedes firmar una petición  
para acabar con el barrerismo.

Enlace: [firma la petición contra el barrerismo.](#)



## Quiero que no nos volvamos a enfadar



En el club de lectura de Plena inclusión estamos leyendo el libro [“Reencuentro con mis sentimientos”](#).

Este libro tiene cartas muy bonitas. Las personas que participan en el club también escriben sus propias cartas.

El grupo de ASPADEZA de FADEMGAL Plena inclusión Galicia ha escrito varias cartas.



Esta carta es de Sandra Taboada Lourido.

Querida Mercedes:

Gracias por ser mi amiga.

Tú me ayudas a leer, a contar los euros  
y me ayudas en la compra.

Eres muy simpática.

Siempre juegas conmigo.

Hablamos muchas veces por teléfono.

Cuando tengo algún problema,  
siempre me escuchas y me ayudas a solucionarlos.

Recuerdo cuando nos enfadamos en el campamento.

Me puse triste porque no quería que estuviéramos enfadadas.

Por eso te fui a pedir perdón.

Quiero que no nos volvamos a enfadar

porque eres muy simpática

y muy importante para mí.

Gracias por ser mi amiga más importante

y que toda la vida sigamos siendo amigas

## 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