



Guía de derechos de las personas con parálisis cerebral en el ámbito del ocio y el tiempo libre

COORDINACIÓN TÉCNICA

Coordinación: Marta Ibáñez Cruz

Contraste jurídico: Ángeles Blanco

Consultoría: Alter Civites

Fotografías: Confederación ASPACE

Edita: © Confederación ASPACE

Año: 2022

Adaptación a Lectura Fácil: Lectura Fácil Euskadi-Irakurketa Erraza

Maquetación: Lectura Fácil Euskadi



Documento adaptado a Lectura Fácil según las directrices internacionales de la IFLA (International Federation of Library Associations and Institutions) e Inclusion Europe para facilitar su comprensión.

ÍNDICE

¿Qué es esta guía?	5
Derecho al ocio y al tiempo libre de personas con parálisis cerebral	6
Ocio inclusivo	8
• ¿Qué es el ocio inclusivo?.....	8
• ¿Qué necesitan las personas con parálisis cerebral para participar de un ocio inclusivo?.....	9
• ¿Qué es la accesibilidad universal?.....	10
• ¿Qué es el diseño para todas las personas?.....	11
• Asistencia personal.....	11
Soluciones planteadas por las entidades ASPACE	14
• La figura del Asistente Personal desde la Fundación Ana Valdivia.....	14
• Voluntariado.....	14
Ayudas económicas para las actividades de ocio y tiempo libre	16
• Descuentos en ocio y cultura.....	16
• Prestación económica para asistencia personal.....	16
• Viajes del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO).....	17
• Ayudas técnicas.....	17
• Desplazamientos de un lugar a otro.....	18
• Familia numerosa.....	20
Barreras que impiden disfrutar del ocio y el tiempo libre	22
Programas de ocio y tiempo libre de entidades ASPACE	26
• ¿Qué hacen las federaciones ASPACE?.....	26
• ¿Qué hacen las asociaciones y fundaciones de ASPACE?.....	27
• Principales actividades de los programas de ocio de ASPACE.....	27

Pautas y recomendaciones para participar en programas de ocio y tiempo libre.....29

Asesoría Jurídica de Confederación ASPACE:..... 29

- Modelo de autodefensa para solicitar el derecho a participar en el ocio en igualdad de condiciones..... 31
- Modelo de reclamación cuando el transporte público no sea accesible..... 33

Derechos de las personas con parálisis cerebral en el ámbito del ocio y el tiempo libre

¿Qué es esta guía?

Es un documento que ofrece información para mejorar el acceso de las personas con parálisis cerebral y otras discapacidades afines a entornos programas y actividades de ocio y tiempo libre.

Disfrutar del ocio y del tiempo libre es un derecho reconocido por la ley, a nivel nacional e internacional. Pero todavía hay barreras que impiden a muchas personas participar en este tipo de actividades y disfrutar de ellas.

Confederación ASPACE ha creado esta guía para plantear cuáles son esas barreras. También explica qué apoyos legales y económicos son necesarios para que las personas con parálisis cerebral disfruten de su derecho a participar en programas y actividades de ocio.

Para hacer esta guía se ha contado con el testimonio de distintas personas. En concreto, se han hecho las siguientes acciones para recoger información:

- **Encuestas a federaciones y entidades ASPACE.**
En estas encuestas se les pide que expliquen qué recursos de ocio y tiempo libre tienen y qué aspectos creen que se deberían mejorar.
- **Recogida de la información de las encuestas y comparación de los resultados.**
- **Creación de 3 grupos que han comprobado que esta guía es útil y beneficiosa.**
Un grupo lo han formado personas con parálisis cerebral, otro grupo lo han formado personas de apoyo de las entidades ASPACE y un último grupo lo han formado profesionales de ASPACE del área de ocio y tiempo libre.

Derecho al ocio y al tiempo libre de personas con parálisis cerebral

Hay distintos documentos legales nacionales e internacionales que hablan del derecho de las personas con discapacidad a participar en actividades de ocio en igualdad de condiciones que el resto de las personas.

Estos documentos son:

- **Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad.**
- **Estrategia Europea sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad 2021 – 2030.**
- **Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social (RDL 1/2013).**
- **Estrategia Española sobre Discapacidad 2022 – 2030.**

Los 4 documentos dicen que se debe asegurar la participación y disfrute de las personas con discapacidad en las actividades culturales, de ocio, turismo y deporte que se ofrezcan en cada territorio.

Para conseguirlo, el Gobierno de cada país y las comunidades autónomas deben poner todos los medios necesarios al servicio de estas personas.

Sin embargo, Confederación ASPACE ha creado un estudio que demuestra que las personas con parálisis cerebral tienen muchas dificultades para disfrutar del ocio y el tiempo libre.

Este estudio se hizo en el año 2021 y se llama:

[“Percepción social de la discriminación de las personas con parálisis cerebral. Una aproximación desde la perspectiva de género y los derechos de las personas con discapacidad”.](#)

En el estudio se ha estudiado cuál es la situación de las personas con parálisis cerebral al participar en la vida pública y en actividades de ocio, cultura y deporte.

Las personas con parálisis cerebral que han participado en este estudio afirman que:

- **Encuentran muchas barreras físicas** para entrar en edificios y lugares públicos. Muchos de estos lugares no están adaptados.
- **Faltan más adaptaciones** para viajar en transporte público.
- **Algunas personas rechazan o ignoran** a las personas con parálisis cerebral cuando participan en actividades de ocio y tiempo libre. Esto provoca que se sientan excluidas.

Por lo tanto, las conclusiones del estudio son:

- **Es necesario que los lugares sean más accesibles** para que todas las personas puedan participar en la vida pública en igualdad de condiciones.
- **Hay que hacer un análisis de los medios disponibles** para que las personas con parálisis cerebral puedan acceder a la cultura, el ocio, los medios de comunicación, el transporte y las tecnologías de información y comunicación.
- **Hay que crear espacios para explicar a las personas** el derecho que tienen los hombres y mujeres con parálisis cerebral a participar de la vida pública y cultural.
- **Hay que poner especial atención en la discriminación que sufren las mujeres** con parálisis cerebral, ya que la discriminación que sufren es mayor por tener discapacidad y por ser mujer.

Cuando a una persona le discriminan por dos o más causas se dice que sufre una **discriminación intersectorial**.

Discriminación.

Trato distinto y negativo que se da a una persona por diferentes motivos. Algunos de estos motivos son: raza, sexo o discapacidad.

Ocio inclusivo

¿Qué es el ocio inclusivo?

Es un tipo de ocio en el que cualquier persona que quiera hacerlo pueda participar.

Consiste en crear un entorno de ocio en el que las necesidades de todas las personas tienen la misma importancia.

Por eso se persigue que todas tengan las mismas oportunidades para participar y disfrutar.

En el ocio inclusivo es muy importante que quienes participan se den cuenta de que puede haber personas diferentes en el grupo.

Y que el hecho de que haya personas diferentes es algo positivo.

Para comprender las cosas positivas que tiene la diferencia debe haber interés en escuchar la opinión de todas las personas del grupo y en aceptar nuevas ideas y planteamientos

¿Qué necesitan las personas con parálisis cerebral para participar de un ocio inclusivo?

Las claves para que estas personas puedan participar en actividades de ocio y tiempo libre son:

- **Ofrecerles información accesible y fácil** de encontrar e interpretar sobre los recursos que hay para disfrutar del ocio y el tiempo libre en las mejores condiciones.
- **Asegurar que los entornos** en los que se hacen las actividades de ocio y los materiales que se usan son accesibles y están adaptados para personas con parálisis cerebral.
- **Contar con una persona de apoyo** que acompañe a la persona con parálisis cerebral, cuando lo necesite.

Para que se puedan cumplir estas claves, el ocio inclusivo debe estar basado en las características que marca la accesibilidad universal.

¿Qué es la accesibilidad universal?

Es el conjunto de condiciones que deben cumplir los entornos, productos, servicios y materiales para que todas las personas los puedan comprender, utilizar y disfrutar de manera cómoda y segura.



Dentro de la accesibilidad universal están los siguientes tipos de accesibilidad:

<p>Accesibilidad física</p>	<p>Adecuar los espacios para que todas las personas puedan pasar por ellos. Todos los espacios deben tener 82 centímetros de ancho y 1,70 centímetros de largo para que las personas en silla de ruedas eléctricas, que son de mayor tamaño, se puedan mover por ese lugar.</p>
<p>Accesibilidad cognitiva y señalización</p>	<p>Permite que muchas personas parálisis cerebral y discapacidad intelectual comprendan la información. Esto se consigue a través de métodos como Lectura Fácil y los pictogramas.</p> <p>La señalización permite que las personas con parálisis cerebral que tienen dificultades para orientarse sean más autónomas. Las señales les ayudan a saber dónde están y hacia dónde ir.</p>
<p>Accesibilidad de la comunicación y sensorial</p>	<p>Posibilita la comunicación de todas las personas. Las personas sordas se comunican con lengua de signos y muchas personas con parálisis cerebral hablan usando formatos aumentativos y alternativos de comunicación.</p> <p>Con los sistemas aumentativos las personas hablan y usan gestos, palabras o imágenes para garantizar que la otra persona entienda todo lo que dicen. Por eso se llaman sistemas aumentativos, porque potencian la capacidad comunicativa oral que tienen las personas.</p> <p>Junto a estos sistemas, 1 de cada 4 personas con parálisis cerebral necesita sistemas alternativos. Estos sistemas los usan personas que hablan de otra manera. Su voz se expresa señalando letras para crear palabras o indicando lo que desean con pictogramas o fotografías.</p>

La accesibilidad universal se consigue a través del diseño para todas las personas.

¿Qué es el diseño para todas las personas?

Es la actividad a través de la que se crean entornos, productos, servicios y materiales accesibles para que los puedan usar todas las personas sin necesidad de adaptarlos.

El diseño para todas las personas también incluye los productos de apoyo específicos que se crean para personas con discapacidad.

Asistencia personal

Una gran mayoría de personas con parálisis cerebral necesitan contar con una persona de apoyo todos los días de la semana.

Esta persona de apoyo permite a las personas tomar decisiones sobre su día a día, para ser autónomas.

El número de personas con parálisis cerebral que necesitan una persona de apoyo es casi de un **80 por ciento**.



La Ley de Dependencia reconoce que es necesario dar este apoyo a través de la figura del asistente personal.

Esta ley indica que la labor del asistente personal es ayudar en las actividades de la vida diaria a las personas que tienen dificultades para hacer estas actividades sin ayuda.

Por ejemplo, tareas como escoger la ropa, salir a la calle, coger el transporte público, entrar y moverse por los museos, el cine o el teatro, tomar refrescos en una terraza, entre otras.

La figura del asistente personal permite que la persona con parálisis cerebral sea más independiente y pueda hacer cosas que de otra forma no podría.

El Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia ofrece ayudas económicas para contratar asistencia personal cuando la ley reconoce que la persona con discapacidad necesita a otra persona que le ayude a hacer las actividades de su vida diaria.

La contratación de la asistencia personal a través del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia se puede hacer de dos maneras:

- La persona usuaria elegirá a la persona que quiere que sea su asistente personal y la contratará. Es la persona usuaria quien presentará toda la documentación de su asistente personal a la administración que corresponda.
- La persona usuaria hará la contratación a través de entidades sociales que puedan prestar este servicio. En estos casos la entidad social hará la factura por los servicios que presta la persona que trabaja como asistente personal. La persona usuaria llevará esta factura a la Administración que corresponda para que la paguen.

Sin embargo, en la práctica hay barreras que hacen difícil que las personas que lo necesitan puedan contar con asistencia personal.

Estas barreras son:

- Las personas que reciben ayuda económica para contratar a un asistente personal **no pueden pedir más ayudas para otro tipo de servicios** que también necesitan. Es decir, no pueden, por ejemplo, contratar a una persona como asistente personal y a la vez ir a un centro de día o vivir en una residencia o piso tutelado.

El único servicio que pueden pedir a la vez que el de asistente personal es el de teleasistencia.

De todas formas, la Ley de la Dependencia permite que cada Comunidad Autónoma destine dinero para ofrecer más servicios a las personas que los necesitan, aunque tengan concedida la ayuda para asistencia personal.

Cada comunidad autónoma puede decidir que una persona que tiene asistencia personal tenga también derecho a recibir alguno de estos servicios:

ayuda a domicilio, centro de día y de noche y plaza en una residencia o centro donde pueda vivir. A día de hoy, esto sólo es compatible en Gipuzkoa y Álava.

- En la práctica, las ayudas económicas para contratar asistencia personal **han llegado a muy pocas comunidades autónomas y personas.**

Los datos del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia informan de que esta ayuda se ha concedido a menos de un 1 por ciento de las personas que lo necesitan.

Ante esta situación, muchas personas con parálisis cerebral y sus familias se ven obligadas a contratar la asistencia personal de forma privada que en la mayoría de las ocasiones no ha recibido la formación adecuada para serlo.

Soluciones planteadas por las entidades ASPACE

Las entidades ASPACE han propuesto soluciones para acompañar a las familias que lo necesitan.

La figura de la asistencia personal desde la Fundación Ana Valdivia

Uno de los ejemplos es el que se ha llevado a cabo en la Fundación Ana Valdivia de Madrid.

En esta fundación se ha ofrecido una formación especializada durante dos años para enseñar a profesionales y voluntariado que participan a ser asistentes personales.

En el primer año se formó a 12 personas y en el segundo año a 9 personas.

Así, se consiguió formar a asistentes personales en las necesidades de apoyo de todas las personas con parálisis cerebral, para que les pudieran dar apoyo en las actividades de ocio.

La Fundación Ana Valdivia pudo crear este programa de formación por medio de una subvención pública que consiguió. Esta subvención es la subvención con cargo del 0,7% **IRPF** y Sociedades.

Por otro lado, también a través del IRPF han conseguido dinero para crear un servicio de asistencia personal para personas con parálisis cerebral. Gracias a este servicio, hoy en día una mujer con parálisis cerebral de la Fundación Ana Valdivia cuenta con asistencia personal.

IRPF. Es un impuesto que pagan las personas que trabajan en España. Una parte de ese dinero se destina a apoyar proyectos sociales.

Voluntariado

Hoy en día, muchas personas con parálisis cerebral pueden acudir a las actividades de ocio gracias a las personas voluntarias que las acompañan.

Más de la mitad de las que colaboran con las entidades de ASPACE lo hacen en servicios de ocio, tiempo libre y turismo accesible.

Los servicios en los que más colaboran las personas voluntarias son:

- Actividades de ocio los fines de semana.
- Programas de vacaciones.
- Salidas y excursiones puntuales.
- Actividades de ocio entre semana.



Ayudas económicas para las actividades de ocio y tiempo libre

La Ley General de los derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social, del año 2013 propone medidas para conseguir la igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

Algunas de estas medidas tienen como objetivo que las personas con discapacidad tengan descuentos en actividades de ocio y tiempo libre como: el acceso a cines, museos, piscinas y otros lugares.

Las personas que quieran disfrutar de los descuentos tienen que presentar el certificado o tarjeta en el que ponga que esa persona tiene una discapacidad de un 33 por ciento o superior.

Las ventajas que se ofrecen por Ley son:

Descuentos en ocio y cultura

En España hay un descuento de un **30 por ciento** en actividades de ocio y cultura para personas con discapacidad.

¿Dónde se consigue este descuento?

Al comprar la entrada, en el lugar en el que va a ser el acto o se va a hacer la actividad.

Prestación económica para asistencia personal

Su objetivo es poder contratar asistencia personal durante un número de horas al día.

La persona que realiza la asistencia personal apoya a las personas con discapacidad que necesitan ayuda para hacer las actividades de la vida diaria. Así, estas personas conseguirán ser más autónomas.

¿Dónde se solicita la prestación para asistencia personal?

En el centro de servicios sociales de cada municipio.

Viajes del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO)

El IMSERSO ofrece ayudas económicas a las entidades que trabajan con personas con discapacidad para que estas personas participen en viajes y actividades de ocio.

¿Dónde se solicitan estos viajes?

En Confederación ASPACE, otras entidades o agencias de viaje gestoras del programa.

Ayudas técnicas

Son productos que ayudan a las personas con discapacidad a ser más autónomas en su casa y en la calle.

Algunos ejemplos de ayudas técnicas son:

Para desplazamientos en la calle	Sillas de ruedas. Moto scooter eléctrica. Bicicletas adaptables a sillas de ruedas.
Para el transporte privado	Sistemas para adaptar el vehículo particular de cada persona y familia.
Para la comunicación	Comunicadores electrónicos con voz. Ordenadores personales adaptados. Formas de comunicación basadas en los gestos y los signos.

¿Dónde se solicitan las ayudas técnicas?

En los Servicios Sociales de cada comunidad autónoma.



Desplazamientos de un lugar a otro

El Estado ofrece ayudas económicas, técnicas y humanas para que las personas con parálisis cerebral se puedan mover de un sitio a otro.

Estas ayudas son las siguientes:

- **Ayudas económicas para las personas con discapacidad** que tienen importantes dificultades para usar el transporte público.

Estas ayudas se solicitan una vez al año y las concede cada comunidad autónoma a las personas que viven en su territorio.

Dentro de las actividades para las que se puede pedir esta ayuda están las actividades de convivencia, ocio, cultura y tiempo libre.

- **Reserva de plazas en los medios de transporte.**

Autobuses urbanos	4 plazas
Tren	2 plazas para personas en silla de ruedas
Avión	10 por ciento de las plazas
Taxi	5 por ciento de taxis adaptados en ciudades y pueblos grandes
Para la comunicación	Cada empresa de autobuses ayudará a las personas con poca movilidad a subir y bajar del autobús y a comprar el billete

- **Tarjetas especiales de transporte.**

En algunas localidades hay tarjetas especiales de transporte con descuentos para personas con discapacidad. Estas tarjetas hay que solicitarlas a la comunidad autónoma.

- **Tarjeta Dorada de RENFE.**

Pueden solicitar esta tarjeta con descuentos en los viajes las personas que tienen una discapacidad del 33 por ciento o más.

Además, las personas que tienen un grado de discapacidad de un 65 por ciento o más tienen derecho a viajar con un acompañante, que también tendrá el mismo descuento en su billete.

El descuento que se consigue con la Tarjeta Dorada en cada viaje depende del tipo de tren y el día de la semana en que se viaja. Puede haber descuentos desde un 25 por ciento a un 40 por ciento.

La Tarjeta Dorada hay que renovarla una vez al año.

¿Dónde se solicita la Tarjeta Dorada?

En RENFE, presentando el certificado o tarjeta de discapacidad.

- **Servicios y medios técnicos para facilitar la movilidad en los medios de transporte.**

RENFE ofrece un servicio a las personas con discapacidad para ayudarles a trasladarse por la estación, subir y bajar del tren. Lo hace a través de personas de apoyo.

Las prestaciones concretas que da este servicio son:

- Ayuda de una persona de apoyo durante el viaje en el tren.
- Traslados en la estación de un lugar a otro.
- Ayuda para subir y bajar del tren.
- Reserva de una plaza H para que las personas en silla de ruedas puedan estar en el tren en su propia silla. Este tipo de plaza se llama Plaza H.

En los aeropuertos también hay un servicio que apoya a los pasajeros con discapacidad que lo solicitan. A través de este servicio se ayuda a la persona a facturar su equipaje, pasar los controles de seguridad, subir y bajar del avión.

Hay que solicitar el servicio de ayuda al menos 48 horas antes de viajar.

- **Servicio de transporte adaptado.**

Todas las comunidades autónomas tienen la obligación de proporcionar transporte adaptado a las personas con discapacidad.

Cada comunidad pone en marcha este servicio de diferente manera. Por ejemplo:

En la Comunidad Valenciana está el "Servicio puerta a puerta". Las personas con problemas de movilidad lo pueden solicitar para usarlo de manera fija o en ocasiones.

En Cantabria se ofrece transporte adaptado a las personas con discapacidad que no pueden usar el transporte público para ir a sus centros de día, de noche, centros ocupacionales o de empleo.

En Navarra, el servicio de transporte adaptado se ofrece de lunes a viernes para el traslado a centros de día y a actividades de personas con dificultades de movilidad.

Familia numerosa

Además, las familias numerosas también tienen descuentos. Muchas de las personas con parálisis cerebral forman parte de familias numerosas, por lo que es importante que conozcan sus derechos.

En España se reconoce como familia numerosa a las familias que tienen 3 hijos o más. Pero también se reconoce como familia numerosa a las familias que tienen 2 hijos cuando cumplen una de estas características:

- Uno de los hijos o hijas tiene discapacidad.
- Los dos padres o madres tienen discapacidad.
- El padre o la madre tiene una discapacidad mayor a un 65 por ciento.

Las familias numerosas tienen descuentos en los viajes, en distintos medios de transporte, tal y como se indica en este cuadro:

Medio de transporte	Descuento
Autobús, tren y barco	Entre el 20 y el 50 por ciento
Avión	Entre el 5 y el 10 por ciento

En autobús, tren y barco los billetes tienen un descuento.

Las familias numerosas también tienen descuentos y preferencia para conseguir plaza en las actividades de ocio del Instituto de Mayores y Servicios Sociales, también llamado IMSERSO.

Además, hay descuentos en museos, auditorios y teatros por ser familia numerosa.

¿Dónde se solicita el Certificado de familia numerosa?

Se solicita en el organismo oficial de cada comunidad autónoma que se encarga de la protección a la infancia y a la familia.



Barreras para disfrutar del ocio y el tiempo libre

El primer aspecto sobre el que hay que reflexionar para saber cuáles son las barreras es en el **trato que se da a las personas con parálisis cerebral**.

En muchas ocasiones, cuando una persona con parálisis cerebral va con un acompañante la persona que va a hablarle se dirige a su acompañante.

Por lo que no se habla a las personas con parálisis cerebral de forma directa.

Además, a veces cuando una persona con parálisis cerebral habla muy alto en un sitio público, las personas responsables de ese lugar le piden que se marche.

También deben soportar miradas de personas que hacen que la persona con parálisis cerebral se sienta incómoda.

En los últimos años esto está cambiando.

Cada vez hay más personas dispuestas a ayudar y comprender a las personas con parálisis cerebral.

Pero todavía queda camino por recorrer para que haya más cambios y se eliminen más barreras de convivencia y participación para las personas con parálisis cerebral.

Las personas que han participado en este estudio afirman que las mayores barreras que encuentran para participar en actividades de ocio y tiempo libre son:

- Falta de una **persona de apoyo**.
- **Los recursos** que ofrece la comunidad no están preparados para la participación de personas con parálisis cerebral.
- **Las actividades** que se ofrecen no están adaptadas a las necesidades de las personas con parálisis cerebral.
- **Miedo o desconfianza** a participar en actividades por motivos relacionados con el COVID19.

Algunos ejemplos concretos de barreras que se encuentran las personas con parálisis cerebral a la hora de participar en actividades son:

Barreras físicas	<p>Faltan rampas y las que hay, a veces, están muy empinadas.</p> <p>Los baños adaptados muchas veces son pequeños.</p> <p>Las puertas no son puertas correderas.</p>
Acceso a lugares de ocio	<p>En el cine siempre tienen que estar delante y con la cabeza muy inclinada.</p> <p>Algunos museos privados no tienen descuentos para personas con discapacidad.</p> <p>En algunos lugares la persona acompañante tiene que pagar la entrada y le sientan separada de la persona con parálisis cerebral.</p>
Hoteles, bares y restaurantes	<p>Las cartas de bares y restaurantes son difíciles de entender.</p> <p>En los hoteles solo hay 2 o 3 habitaciones adaptadas.</p> <p>Incluso en hoteles adaptados los espacios son muy pequeños para pasar con la silla de ruedas.</p>
Piscina	<p>En algunas piscinas se prohíbe el baño a personas que usan pañal.</p> <p>Faltan cambiadores inclusivos en los que haya una camilla para cambiar a las personas con parálisis cerebral.</p>
Transporte público	<p>La rampa para subir a los autobuses públicos está rota en algunas ocasiones.</p> <p>Algunas veces el conductor del autobús pide que la persona enseñe la tarjeta de discapacidad para bajar la rampa.</p> <p>Solo pueden subir 2 sillas de ruedas al autobús.</p> <p>En los viajes en avión se rompen muchas sillas de ruedas porque las personas que las guardan y las transportan las tratan sin cuidado.</p>
Acceso a Internet y a la tecnología	<p>Muchos dispositivos electrónicos y páginas web son difíciles de entender para las personas con parálisis cerebral.</p>

Al plantear programas y actividades de ocio inclusivo que faciliten la participación de personas con parálisis cerebral hay que tener en cuenta las barreras que se encuentran cada día y que les impiden participar en ellas.

Para eliminar estas barreras se deben tomar las siguientes medidas:

- 1. Se deben planear y programar muy bien** las actividades para asegurar que las instalaciones son accesibles y el equipamiento es adecuado y está adaptado.
- 2. Hace falta más dinero** para ir a las actividades porque muchas veces hay que pagar la entrada de la persona con parálisis cerebral y la de su acompañante.
- 3. En muchas ocasiones se necesita más tiempo** para llegar a la actividad por motivos como: se estropea la rampa del autobús o las plazas reservadas del tren están ocupadas.



Testimonios: personas usuarias de ASPACE nos cuentan que...

“El colegio no me quería llevar a la excursión de fin de curso porque el lugar donde íbamos no estaba adaptado. Y eso te hace sentir que no eres una más. Te sientes frustrada. ¿Por qué no puedo ir si yo soy igual que tú? Si me ayudas podemos ser iguales”.

Focus group con personas con parálisis cerebral

“En el día a día te encuentras barreras que te hacen complicado poder hacer cosas sola. Por ejemplo, encontrarte con puertas pesadas. O como cuando un día iba a coger el autobús urbano y el conductor me dijo que no me podía bajar la rampa si no le enseñaba el certificado de discapacidad; tuve que esperar al siguiente autobús”.

Focus group con personas con parálisis cerebral

“Un día queríamos ir de Alicante a Valencia en tren 6 personas, pero como solo hay una plaza habilitada teníamos que ir uno en el tren de las 10h, otro en el de las 11h... por lo que no pudimos ir en tren porque no tenía sentido: para cuando llegas todos, la actividad que quieres hacer ya ha terminado”

Focus group con personas de apoyo

“Desde los ayuntamientos se abren muy pocas propuestas para un ocio inclusivo. Por ejemplo, pueden programarse actividades, pero no cuentan con una persona, un monitor, especializada en discapacidad y eso es una barrera. Falta esa figura porque la inclusión de las personas con parálisis cerebral en la actividad la tienes que garantizar tú, las personas que las acompañamos”.

Focus group con profesionales de servicios de ocio y tiempo libre

Programas de ocio y tiempo libre de entidades ASPACE

La Confederación ASPACE tiene el Programa de Ocio y Turismo Accesible, desde el año 1991.

Este programa está subvencionado por el IMSERSO y permite que las personas con parálisis cerebral y grandes necesidades de apoyo pueden viajar a diferentes lugares en distintas épocas del año.

Los objetivos del Programa de Ocio y Turismo Accesible son:

- Mejorar la calidad de vida de las personas con parálisis cerebral y sus familias.
- Ofrecer un ocio normalizado e inclusivo a este colectivo.
- Favorecer que las personas con parálisis cerebral sean más visibles y compartan espacios con el resto de la población.

¿Qué hacen las federaciones ASPACE?

Todas las federaciones ASPACE prestan un servicio de información y orientación muy valioso para la participación en actividades de ocio y tiempo libre de personas con parálisis cerebral.

A través de este servicio de información y orientación las federaciones hacen las siguientes acciones:

- Dar a conocer las actividades que hacen las entidades ASPACE.
- Informar sobre ayudas económicas para participar en actividades de ocio y tiempo libre.
- Crear acciones para mejorar la inclusión de las personas con parálisis cerebral en programas y actividades de ocio.
- Coordinar los servicios de voluntariado relacionados con el ocio.
- Dar formación sobre ocio inclusivo a profesionales de las entidades ASPACE.
- Colaborar con otros sectores de la comunidad para promover el ocio inclusivo.

¿Qué hacen las asociaciones y fundaciones ASPACE?

El 87 por ciento de las asociaciones y fundaciones que han participado para elaborar esta guía tienen un programa de ocio y tiempo libre.

Y las que no tienen un programa específico de ocio y tiempo libre hacen difusión para que se conozcan los programas de ocio de otras entidades.

Actividades de los programas de ocio de las entidades ASPACE

Actividades deportivas

- Boccia.
- Slalom.
- Actividades acuáticas.
- Atletismo.
- Bádminton.
- Fútbol 7 y fútbol sala.
- Baloncesto.
- Pruebas de movimiento.
- Taller para aprender a hacer movilizaciones.

Actividades de ocio en la comunidad

- Actividades coordinadas por un monitor o monitora con el apoyo del voluntariado.
- Participación en actividades externas de la comunidad.
- Visitas del grupo de voluntariado.
- Campamentos urbanos y campamentos de verano.
- Programas de respiro familiar y ocio de fines de semana.

Actividades culturales

- Programas de salidas que deciden las personas con parálisis cerebral dependiendo de la oferta cultural de la ciudad en fin de semana.
- Visitas a museos, centros de interpretación, exposiciones cines, cuentacuentos y otros eventos culturales.
- Organización de actividades abiertas a la comunidad, como fiestas locales y festivales.
- Creación de actividades y talleres con museos y asociaciones.

Actividades turísticas

- Programas de vacaciones.
- Excursiones al campo y a la playa y salidas por la ciudad.
- Visitas a otras localidades y provincias.
- Colonias.

Actividades para la inclusión

- Actividades de acompañamiento y coordinación con centros escolares e instituciones sociales.
- Actividades de sensibilización con distintos organismos como: charlas de sensibilización, cuentacuentos y exhibiciones deportivas.
- Análisis antes de hacer cualquier salida o actividad para comprobar que cumple las medidas necesarias para la participación de personas con parálisis cerebral.
- Formación al grupo de voluntariado.
- Campamentos de verano inclusivos.



Pautas y recomendaciones para participar en programa de ocio y tiempo libre

Todas las personas deben conocer sus derechos para conseguir una sociedad más inclusiva, en la que se pueda disfrutar del ocio y tiempo libre en igualdad de condiciones.

En esta guía se han visto cuáles son esos derechos y las barreras y dificultades que a veces hay para ponerlos en práctica.

La [Guía para la autodefensa de los derechos de las personas con discapacidad](#) que creó el **CERMI** en el año 2022 propone actuar de la siguiente manera cuando una persona con discapacidad encuentre barreras o dificultades para participar en una actividad:

CERMI.
Organización nacional que representa y defiende a las personas con discapacidad.

Conocer	Solicitar	Pedir ayuda
Reconocer cual es la barrera	Pedir	Promover que las personas hablen de ello
Saber qué norma o ley no se está cumpliendo	Reclamar	Buscar apoyos
	Denunciar	Hacer seguimiento para saber si se consigue el objetivo

Las entidades ASPACE te pueden ayudar en ese proceso.

También te pueden poner en contacto con el **Servicio de Asesoría Jurídica de Confederación ASPACE.**

El objetivo de este servicio es atender las situaciones de discriminación y violencia que sufren las personas con parálisis cerebral y otras discapacidades.

Los datos de contacto de la Asesoría Jurídica de Confederación ASPACE son:

Correo electrónico: asesoriajuridica@confederacionaspace.org

Teléfono: 661 347 869

Pero el primer paso cuando creas que te niegan tus derechos es poner una queja en el lugar dónde surge el problema.

Por ejemplo, si no te hacen descuento en una actividad cultural deberás poner una queja en el lugar donde compres la entrada o preguntar allí donde puedes ir a reclamar.

También puedes poner una queja en un transporte público cuando esté reconocido por ley el descuento para la persona que te acompaña, pero se nieguen a hacer ese descuento.

Para pedir estos derechos te pueden resultar útil estos modelos de autodefensa y reclamación. Solo tienes que rellenarlos y entregarlos en el lugar que corresponda.



Modelo de autodefensa para solicitar el derecho a participar en una actividad de ocio en igualdad de condiciones.

A (IDENTIFICA ENTIDAD A LA QUE TE DIRIGES)

Don/Doña _____

con domicilio en _____

y con Documento Nacional de Identidad número _____

EXPONE:

PRIMERO.- Que el solicitante es una persona en la que concurre la circunstancia de una discapacidad, según se acredita en el certificado oficial cuya copia se adjunta.

SEGUNDO.- Que (expón aquí qué te sucede).

TERCERO.- Que esta situación vulnera mi derecho al ocio en condiciones de igualdad y no discriminación con el resto de personas sin discapacidad.

CUARTO.- Que la legislación aplicable protege mis derechos, así:

- La Convención internacional sobre los Derechos de las personas con discapacidad en su artículo 30 "Participación en la vida cultural, las actividades recreativas, el esparcimiento y el deporte".
- El Real Decreto Legislativo 1/2013, de 29 de noviembre, por el que se aprueba el Texto Refundido de la Ley General de derechos de las personas con discapacidad y de su inclusión social, que contempla "medidas de acción positiva", entendidas como "aquellas de carácter específico consistentes en evitar o compensar las desventajas derivadas de la discapacidad y destinadas a acelerar o lograr la igualdad de hecho de las personas con discapacidad y su participación plena en los ámbitos de la vida política, económica, social, educativa, laboral y cultural, atendiendo a los diferentes tipos y grados de discapacidad" (Art. 2.g).
- Cualquiera otra normativa que apoye tu petición (normas locales de concreción):

QUINTO.- De las disposiciones anteriormente mencionadas se desprende, con claridad, que tengo derecho a (expón aquí tu derecho concreto: descuentos en acceso, gratuidad de acompañante, adaptaciones o la cuestión de la que se trate)

Por todo lo cual, _____

SOLICITO A (IDENTIFICA ENTIDAD A LA QUE TE HAS DIRIGIDO) , que teniendo por presentado este escrito se sirva admitirlo y a tenor de sus manifestaciones se me garantice el ejercicio regular de mi derecho _____ , acordando la adopción de las medidas pertinentes que resuelvan los problemas identificados (recuerda cuáles son).

DOCUMENTACIÓN ADJUNTA:

*

En _____ ,
a _____ de _____ de 202 _____

FIRMADO:

Nota: Modelo reproducido de la Guía para la autodefensa de los derechos de las personas con discapacidad del CERMI (2022), adaptado al foco del derecho al ocio.

Modelo de reclamación cuando el transporte público no es accesible.**A/A Consejería de Transportes****SOLICITUD DE RECLAMACIÓN POR INOBSERVANCIA DE LAS CONDICIONES DE ACCESIBILIDAD EN EL TRANSPORTE PÚBLICO****1. DATOS DE EL/LA SOLICITANTE**

D./ D.ª _____

DNI _____

Dirección postal _____

Teléfono de contacto _____

E-mail de contacto _____

2. DATOS DE EL/LA REPRESENTANTE LEGAL

D./ D.ª _____

DNI _____

Teléfono de contacto _____

E-mail de contacto _____

3. MEDIO DE NOTIFICACIÓN De forma telemática E-mail de contacto _____ Por correo postal Dirección postal _____

4. SOLICITA

Que se tenga por formulada reclamación por inobservancia del Real Decreto 1544/2007, de 23 de noviembre, por el que se regulan las condiciones básicas de accesibilidad y no discriminación para el acceso y utilización de los modos de transporte para personas con discapacidad.

La reclamación está fundada en los motivos que a continuación se exponen:



#CiudadaníaActiva

Guía de derechos de las personas con parálisis cerebral en el ámbito del ocio y el tiempo libre

CONFEDERACIÓN ASPACE

C/ General Zabala, 29

28002 Madrid

Tel.: 91 561 40 90

www.aspace.org



@ConfeAspace



Confederacion.aspace



@confeaspace

Colaboran:

