



**Planeta
fácil**

**Noticias fáciles de entender sobre
el mundo y la discapacidad**

Número 95
17 de junio de 2022

Consejos para la ola de calor

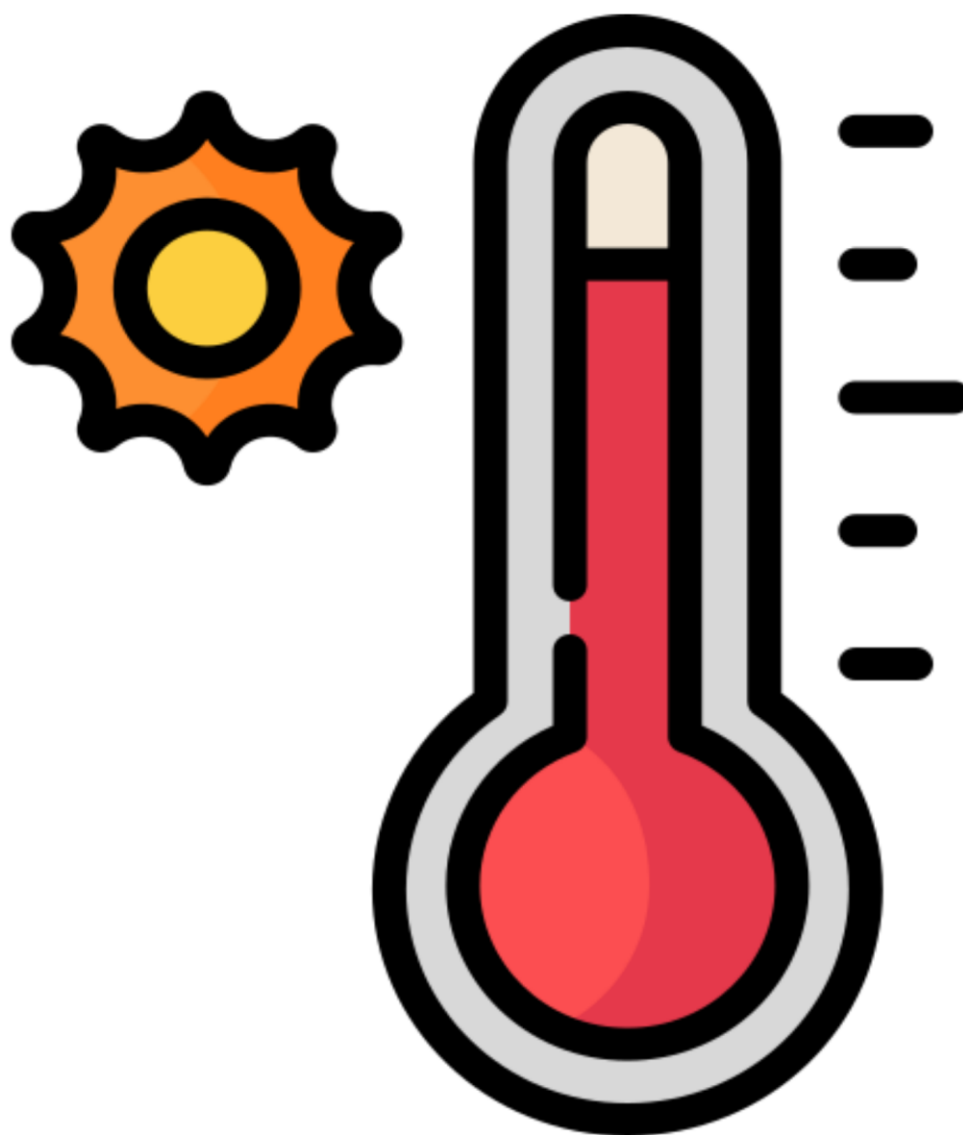


Foto de un termómetro



En este boletín vamos a hablar de:



Noticias actuales 3

Consejos para la ola de calor 3



Noticias actuales 6

Las futbolistas de la selección española no cobrarán lo mismo que los de la masculina..... 6



Noticias actuales 9

España va a garantizar los derechos de las trabajadoras del hogar 9



Noticias sobre cultura.....12

5 series en que participan personas con discapacidad intelectual 12



Artículo de opinión.....15

Entrevista a Elisa López de Briñas autogestora de Apdema 15



Noticias sobre cultura.....18

¿Cómo usar el traductor de Google? 18



Consejos para la ola de calor

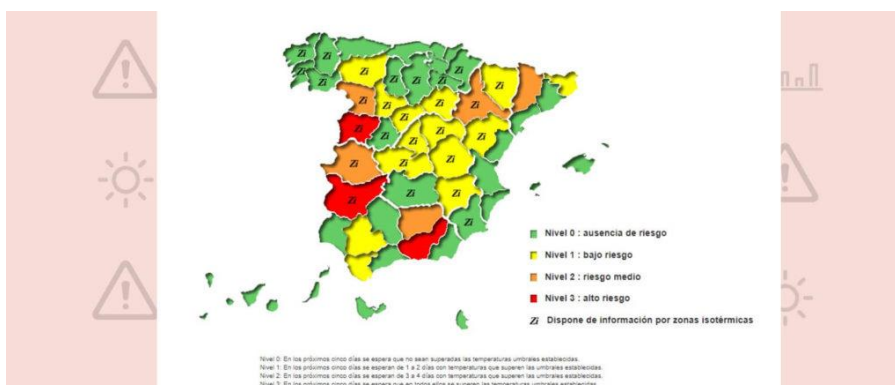
Esta semana han subido
las temperaturas en España
debido a **una ola de calor**.

Una ola de calor ocurre cuando
se superan los 35 grados
durante unos días.

Por este motivo
la Agencia Estatal de Meteorología
ha publicado en su web
un mapa de zonas
de riesgo para la salud.

Con este mapa sabremos
el nivel de riesgo que tienen
las personas cuando
se superan estas temperaturas.

Aquí te lo enseñamos
el mapa:



¿Qué quieren decir estos colores?

La temperatura de riesgo
se da a partir de 35 grados.

- Si es de color **verde**
quiere decir que
no se han superado
las temperaturas
de riesgo para la población.
- Si es de color **amarillo**
quiere decir que
se han superado 1 o 2 días
las temperaturas
de riesgo para la población.
- Si es de color **naranja**
quiere decir que
se han superado 3 o 4 días
las temperaturas
de riesgo para la población.
- Si es de color **rojo**
quiere decir que
se han superado 5 o más días
las temperaturas
de riesgo para la población.

¿Quiénes son las personas más afectadas por el calor?

- Niños/as pequeños/as.
- Personas mayores.
- Personas con problemas de corazón y de pulmón.
- Personas con deterioro cognitivo.

Consejos para la ola de calor

- Bebe mucha agua.
- Evita bebidas azucaradas como la Coca Cola o bebidas con alcohol.
- Busca lugares frescos o con aire acondicionado.
- **Ayuda a las personas que están en riesgo de salud.**
- Evita hacer ejercicio en horas de calor.
- Usa ropa ligera
- Elige comida ligera por ejemplo: ensaladas o frutas.

Más información

Este es un resumen a lectura fácil de una noticia de Maldita.es

Enlace a la noticia: [Consejos para la ola de calor](#)



Las futbolistas de la selección española no cobrarán lo mismo que los de la masculina

Palabras que debes conocer:

Salario: es el dinero que recibe un trabajador/a por su trabajo en un mes.

Dietas: Es cuando vas a trabajar a un lugar y te pagan la comida, los traslados o el hotel.

Ayer hubo un desmentido en el deporte español.

En una noticia publicada en el periódico "El País" decía que la selección femenina iba a cobrar el mismo dinero que la selección masculina.

Más tarde, este periódico tuvo que cambiar el titular ya que no era exacto.

Ambas selecciones
van a cobrar lo mismo
por las primas, es decir,
que recibirán el mismo dinero
por los títulos ganados;
pero no cobrarán el mismo sueldo.

No es justo
que en siglo 21
las mujeres profesionales del fútbol
o de cualquier deporte
todavía no cobren lo mismo
que los hombres.

Esto supone un paso importante,
pero todavía queda muy lejos
de lo que ganan los hombres.

También se van a mejorar
los derechos de imagen
y las condiciones de trabajo,
pero no se van a pagar
los mismos salarios
y dietas sino las mismas primas.

Las negociaciones han sido
muy largas según Rubiales
que es el presidente
de la Federación Española de Fútbol.

**¿Qué selecciones
de fútbol femenino
cobran lo mismo
que sus compañeros
hombres?**

- Noruega
- Estados Unidos
- Finlandia
- Dinamarca
- Países Bajos

Para acabar Irene Paredes
dijo que van a darlo todo
y van a ser mejores jugadoras.

Ahora lanzo una pregunta
para participar
en Planeta fácil.

¿Existe igualdad salarial
en el deporte en el que participan
personas con discapacidad?

Más información
Este es un resumen a lectura fácil
de una noticia de “El País”

Enlace a la noticia: [La selección española femenina no cobrará lo mismo que los hombres, pero si en primas](#)



España va a garantizar los derechos de las trabajadoras del hogar

El Congreso de los Diputados ha apoyado el convenio 189 de la Organización Internacional del Trabajo, a la que también se la llama OIT.

El convenio 189 es del 2011 y habla sobre los derechos laborales de las trabajadoras del hogar.

Con este apoyo, más de 600 mil trabajadoras tendrán más apoyos y derechos de los que y tenían hasta ahora.

La mayoría de estas trabajadoras son inmigrantes.

Con esta decisión se van a eliminar situaciones de discriminación que sufría este colectivo.

Todos los grupos políticos
han apoyado esta medida
y lo han celebrado con un aplauso.

En el exterior del Congreso
había grupos feministas
que han defendido
la lucha histórica
de este grupo de mujeres.

También para coalición
PSOE Y Podemos
ha sido una cuestión
de justicia y un avance
de derechos sociales,
según ha dicho Yolanda Díaz
que es la ministra de Trabajo.

Para acabar, os enseñamos
algunas imágenes
de esta celebración.



Sigue en la página siguiente



Más información

Este es un resumen a lectura fácil
de una noticia de El Diario.es

Enlace a la noticia: [España va a garantizar los derechos de las trabajadoras del hogar](#)



5 series en que participan personas con discapacidad intelectual

Muchas personas ven series en plataformas como, por ejemplo:

- Netflix
- Disney plus
- Amazon
- HBO
- Filmin
- Rakuten
- Youtube

En estas plataformas poco a poco aparece la participación de personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Ahora te enseñamos 5 series o películas en que las personas participan en ellas y son:

Atypical

En esta serie participa
un joven con autismo
que está listo para enamorarse.

Para ello necesita ser
más independiente.

Enlace al video.

<https://youtu.be/3qNkNtjGtEU>

Milagro en la celda número 7

Un hombre con discapacidad intelectual
es injustamente encarcelado
por la muerte de una niña.

Debe demostrar su inocencia
para estar de nuevo
con su hija

Enlace al video

<https://youtu.be/wj6peAO7bMU>

Vida perfecta

Es una serie
en la que participa Enric Auquer,
un jardinero con discapacidad intelectual.

Enlace al video.

<https://youtu.be/xVrH-cAWjH4>

Derek es una serie
en la que aparece un personaje
con discapacidad intelectual
que está en un centro.

Enlace al video

<https://youtu.be/Hd5WdxGRNG8>

Fácil

Es una serie protagonizada por
4 mujeres con discapacidad
que no podrán decidir
ellas mismas.

Enlace al video:

Para ello tendrás
que pulsar este enlace

<https://twitter.com/i/status/1531201889207046144>



Entrevista a Elisa López de Briñas autogestora de Apdema

Elisa es autogestora
de la asociación Apdema de Álava
y forma parte del grupo
de autor representación
de FEVAS, Gure Ahotsa.

Elisa participó
en la elaboración de la guía
'Nuestra receta para profesionales
de la salud'.

Esta guía explica
las necesidades
que tienen las personas
con discapacidad intelectual
y del desarrollo
cuando van a una consulta médica.

**¿Entiendes la información que dice
tu médico en tu centro de salud?**

No mucho.
Me gustaría que me dieran la información
más fácil de entender, en lectura fácil.

Sigue en la página siguiente

Una cosa que no me gusta
es que salga un contestador automático
cuando vas a pedir cita.

Es mejor que te atiendan personas.

¿Por qué es importante la información en lectura fácil al ir al médico?

Porque hay muchas palabras
que no entendemos.
Cuando nos van a hacer
una prueba, también nos la tienen
que explicar de forma sencilla
porque si entendemos
estamos más tranquilas.

¿Qué mensaje les transmites a los médicos o a la sociedad sobre este tema?

Que es muy importante que todo
sea accesible y fácil de entender.

Nos tienen que atender bien,
explicarnos y dejarnos tiempo
para hablar.

Muchas veces van con prisa
y no nos enteramos de nada.

Tienen que darse cuenta
de que todos somos diferentes.

Cada cual necesita su tiempo
para entender todo bien.

Es importante que conozcan
nuestras necesidades.

A mí también me gusta
que me acompañen al médico,
porque si voy sola me pongo
más nerviosa.

Aunque vaya acompañada,
me gusta que el médico me hable a mí
y siempre con palabras fáciles
de entender.

También es importante
que tengan paciencia.

A veces no nos entienden.

Por eso hace falta tiempo
y tranquilidad.

Un mensaje de despedida para nuestros lectores.

Queremos que nos escuchen
y que la información esté
en lectura fácil



¿Cómo usar el traductor de Google?

Imagínate que vas
a una reunión en el extranjero
y te toca hacer una presentación
en inglés.

Para ayudarte en el caso
en que no controles el idioma
existe una herramienta
muy valiosa que te va a servir
de ayuda para pronunciar
bien las palabras
y lograr así que
la gente te entienda.

Para ello existe
el traductor de Google.

Este traductor
puede traducir un texto
en muchos idiomas.

Esta vez, nos vamos
a centrar en el inglés.

Ahora te vamos a enseñar
cómo funciona
en este video.

Para ver el video,
pulsas en este enlace

[http://planetafacil.plenainclusion.org/wp-content/uploads/2022/06/Untitled.mp4?_ =1](http://planetafacil.plenainclusion.org/wp-content/uploads/2022/06/Untitled.mp4?_=1)



Web de Planeta fácil
planetafacil.plenainclusion.org



¡Participa!

Envía tus opiniones a Planeta Fácil.
[http://planetafacil.plenainclusion.org/
participa-en-planeta-facil/](http://planetafacil.plenainclusion.org/participa-en-planeta-facil/)

