



**Planeta
fácil**

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

Número 96
1 de julio de 2022

¿Cómo viven las personas con discapacidad la semana del orgullo?



Imagen de Héctor Santana y Estefanía Sancho

 **Plena
inclusión**



Nuestra web:
planetafacil.plenainclusion.org

En este boletín vamos a hablar de:



Artículo de opinión..... 3

¿Cómo viven las personas con discapacidad la semana del orgullo? 3



Noticias actuales 8

En Planeta fácil te contamos la historia del orgullo..... 8



Artículo de opinión.....11

¿Qué celebra en el orgullo? 5 personas con discapacidad opinan 11



Noticias actuales 14

¿Qué son los delitos de odio? 14



Noticias sobre cultura.....17

Si quieres hacer voluntariado, conoce a SETEM 17



Noticias actuales 20

¿Qué es la “hora silenciosa” para las personas con autismo?.....20



Artículo de opinión.....23

¿Con quién te gustaría vivir? 4 personas con discapacidad intelectual nos responden 23



Artículo de opinión

¿Cómo viven las personas con discapacidad la semana del orgullo?

Esta es la semana
del Orgullo.

En esta semana
las personas con discapacidad
participan en muchos
actos en el lugar
donde viven.

Planeta fácil
ha hablado con 2 personas
con discapacidad intelectual
que pertenecen al
colectivo LGTBI.

Esto es lo que nos han contado:



Héctor Santana
Canarias

**¿Has sentido alguna vez
odio contra tu por ser
de la comunidad LGTBIQ+?**

Yo nunca he sentido odio
por ser parte
de la comunidad LGTBIQ+.
Siempre he sentido respeto
hacia ellos, y también siempre
me he sentido respetado.

En todas las ponencias
que yo mismo he hecho,
y en las 12 jornadas
de jóvenes sin armario,
celebradas en Zaragoza,
siendo ponente
de Plena inclusión Canarias
vi que todo el mundo
sentía admiración
por todo el mundo,
y que yo mismo
me sentía tratado muy bien
por ellos.

Y creo que todo el mundo
debe respetar y ser tolerantes
con las demás personas.

y que la sociedad debe
ser más justa y diversa,
y que la palabra que todos tenemos en la mente
se vaya eliminado,
hay que tratar siempre a todo el mundo
por igual, no hay que sentir desprecio
por nadie en la vida.

Entonces, **¿no has tenido
nunca problemas?**

Hay varias cosas que me han pasado
en la vida y nunca han sido
por mi condición sexual.

A mí siempre me han respetado
para lo bueno y para lo malo.
Pero sí es verdad
que he sufrido
mucho discriminación
por mi discapacidad intelectual.
Me han hecho gamberradas
en el colegio y en el instituto.
Ya de mayor no lo he sentido tanto.

¿Qué te habría ayudado?

El no callármelo.
Cuando notas que te están
haciendo bulliing,
por cualquier razón:
condición sexual,
discapacidad, etc.,

es importante compartirlo
con personas
que te puedan ayudar.
Pueden ser profesionales
o tus padres o tutores,
pero nunca hay que callarlo
por no preocupar a tus padres,
porque esa no es la solución
y a la larga con los años
se va agrandando
y haciéndonos más daño.



Estefanía Sancho
Aragón

**¿Has sentido odio
por tu opción sexual?**

Sí.

¿Qué ocurrió?

Pues que mi familia
no me aceptaba cómo era.
Le costaba aceptar
que me gustaran las mujeres.
Sobre todo, no aceptaban
mi relación con mi exnovia.

¿Qué te habría ayudado?

Me habría ayudado
que los profesionales
de mi centro
le hubieran dado una charla
a mi familia
de cómo aceptarme.
Y también, que hubieran consultado
con un psicólogo sobre cómo darme alas
y soltarme, y no tenerme tan atada
sin libertad, sin poder salir
con quién me dé la gana
y ser feliz.



En Planeta fácil te contamos la historia del orgullo

Con la celebración
del Orgullo,
miles de personas
salen a la calle
para reivindicar sus derechos.

Pero ¿cómo eran los derechos
de estas personas hace años
cuando todavía no existían
estos movimientos?

Ahora te lo contamos:

¿Cómo fueron los principios?

Todo comenzó
el 28 de junio de 1969
con una protesta
en un barrio de Nueva York
llamado Stonewall.

Muchas personas se manifestaron
porque les prohibían
sus derechos y libertades.

Durante este año
la comunidad **queer**
respondió a la policía.

Queer son las personas
que tienen relaciones
sexuales-afectivas sin
la necesidad de definirse como
homosexuales o heterosexuales.

El bar de Stonewall
servía de refugio
para la comunidad LGTBI+
de Nueva York en ese tiempo.

Durante ese año
los actos de homosexualidad
estaban prohibidos
es casi todo el país.

Así que la comunidad LGTBI+
decidió rebelarse contra
la policía.

En la actualidad

Cada 28 de junio
se celebra el “Día del Orgullo”
con actos en diferentes
ciudades de todo el mundo
para defender los derechos
de estas personas.

Por ejemplo, con desfiles
de personas en las calles
de muchas ciudades importantes.

Más información

Esto es un resumen
a lectura fácil
de una noticia
del diario AS.

Enlace a la noticia: [**Día del Orgullo**](#)

También puedes ver
un anticipo
de la película Stonewall
en este enlace

<https://youtu.be/dIuQUSU-Um0>

Explicación de los hechos

<https://youtu.be/xGR2IJEY098>



¿Qué celebra en el orgullo? 5 personas con discapacidad opinan

En estos días se celebra
la semana del Orgullo.

Es tiempo de celebrar
en todo el mundo
los derechos de las personas
con identidades sexuales
diversas.

El papel de las personas
con discapacidad intelectual
durante estos días
es muy importante
ya que, entre ellos, ellas y ellos
también hay quienes
pertenecen a este colectivo.

Por eso, a veces sufren
la doble discriminación:
por ser LGTBI+
y por tener discapacidad.

LGTBI+ significa:

- Lesbianas
- Gays
- Transexuales
- Bisexuales
- Intersexuales
- Y más

A 5 personas con discapacidad
les hemos hecho esta pregunta:

**¿Con qué palabra definirías
el “Día del orgullo”?**

Esto es lo que han respondido:



Mi palabra para este día es: Libertad



**Mi palabra para este día es:
Respeto**

Orgullo 2022



Ana Martínez Castilla La Mancha
Vocalía internacional de la
Plataforma Estatal personas
con discapacidad intelectual

Mi palabra para este día es:
Igualdad

Orgullo 2022



Eduardo Gimeno Castilla y León
Plataforma estatal personas
con discapacidad intelectual

Mi palabra para este día es:
Humanidad

Orgullo 2022



Noelia Novoa Cantabria
Equipo de líderes de Plena
inclusión

Mi palabra para este día es:
Felicidad



¿Qué son los delitos de odio?

Esta semana se celebra
en todo el mundo
la semana del Orgullo LGTBI+

¿Por qué se celebra la fiesta del Orgullo?

Durante esta semana,
millones de personas
salen a calle para reivindicar
los derechos
de las personas **LGBTI+**

LGBTI+ es Lesbianas Gays
Transexuales Bisexuales
Intersexuales y más.

La razón de esta celebración
es que muchas personas
en muchos países
no pueden expresar
su orientación y su
identidad sexual.

¿Qué son los delitos de odio?

Los delitos de odio son los que se cometen contra personas:

- Por su orientación sexual
- Por su raza
- Por el país del que vienen
- Por tener discapacidad intelectual.

Estos ejemplos de odio se traducen en:

- Amenazas
- Lesiones
- Humillación
- Acoso contra la libertad.

También en la mayoría de los países del mundo a estas personas se les persigue e incluso son sentenciados a muerte por ser homosexuales o gays.

Por otro lado, las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo sufren una doble discriminación: por tener discapacidad y por ser LGTBI+

En la actualidad,
el delito contra la libertad sexual
es el 3 mayor delito
de odio en España
solo por detrás de
los de racismo o
por la ideología.

Más información

Es un resumen de lectura fácil
de la web de newtral.

Enlace a la noticia: [¿Qué son los delitos de odio?](#)



Si quieres hacer voluntariado, conoce a SETEM

Ya es verano y se acercan
las vacaciones.

¿Has pensado
durante los meses
de julio y agosto
hacer un plan diferente
para hacer voluntariado?

¿A qué esperas para hacer
las maletas y lanzarte
a la aventura?

En esta ocasión
vas a conocer una organización
que te va a interesar
a la hora de viajar.

¿Cómo funciona la organización SETEM?

SETEM es una organización
que nació en 1995
con el objetivo de sensibilizar
sobre la desigual del norte y sur.

Esto quiere decir
que en el norte son más ricos
y en el Sur más pobres.

¿Qué campañas está realizando?

SETEM está repartido
por 6 comunidades autónomas.

Cada comunidad hace una campaña.

Esto es lo que hacen:

- **Finanzas éticas:**

Denuncian que gran parte
de nuestro dinero
va para fabricar armas
en vez de contribuir
de manera justa que ayude
a las personas.

- **Campaña ropa limpia:**

Hay muchas personas
que trabajan haciendo ropa.
Muchas de estas personas
están explotadas en su trabajo.
Por esto, SETEM pide
que se mejore
la situación
de estas personas.

Continúa en la página siguiente

Página **18** de **29**

- ¡Somos comercio justo!
Piden que la gente
compre en estos lugares
y que el dinero
llegue allí de manera solidaria.

¿Qué más cosas puedes encontrar en esta página web?

- Puedes conocer a la organización.
- Ver en qué invierten
el dinero.
- Ver las campañas que realizan.
- Conocer lo que hacen
en cada federación autónoma.
- Puedes hacer voluntariado
con ellos y ellas.
- Ver las noticias de esta organización.
- Ponerte en contacto con ellos.

Más información

Es un resumen a lectura fácil
de la web de SETEM.

Enlace la web: [Si quieres hacer voluntariado conoce a SETEM](#)



¿Qué es la “hora silenciosa” para las personas con autismo?

Muchos supermercados se van unir a la hora silenciosa.

Un ejemplo de ello es Carrefour

Esto se hará de 3 a 4 de la tarde.

A partir de esa hora las familias de personas con autismo podrán ir con ellos a estos lugares con tranquilidad.

¿Para qué se hace esta medida?

Las personas con autismo son personas muy sensibles al ruido.

Por esto los supermercados van a reducir el ruido de los supermercados por ejemplo:

Continúa en la siguiente página

- La megafonía solo se empleará en casos de emergencia.
- También quitaran la música de fondo.
- Se bajará el volumen del ruido que hacen las cajas
- Incluso en esta hora hay menos gente y menos ruido.
- La intensidad de las luces.

También existen
otros lugares como:

- Supermercados
- Restaurantes
- Ferias

En estos sitios también
les resulta una pesadilla
para estas personas
hasta hacer cosas no deseadas.

También tienen dificultades
para procesar la información
para ello es importante
trabajar con ellos
en restaurantes o supermercados
para que tengan las menores
adaptaciones posibles.

Todavía queda mucho camino
para trabajar con estas personas
pero ya existen iniciativas
para mejorar la calidad
de vida de las personas con autismo.

Más información

Es un resumen de lectura fácil
de la web espacio autismo.

Enlace la web: [¿Qué es la hora silenciosa?](#)



¿Con quién te gustaría vivir? 4 personas con discapacidad intelectual nos responden

El derecho a la vivienda es fundamental para todas las personas.

También para las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Así estas personas podrán:

- Vivir de manera independiente
- Vivir con su pareja

Para que esto sea efectivo deben tener los apoyos necesarios para que los sueños de estas personas se cumplan.

Por eso, les hemos hecho una entrevista a 4 personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Les hemos hecho estas preguntas:

**¿Vives de alquiler? ¿Has comprado,
con tu familia? ¿O vives en una residencia?**

¿Cómo te gustaría vivir?

Esto es lo que nos han respondido



Marta Bigas

Cataluña

Vivía en casa con la familia.
Y ahora hace 5 años,
que estoy en una residencia.
Pero me gustaría vivir con mi pareja.
Lo estamos comenzando hablar,
con la residencia,
y también con la fundación,
en la que estoy tutelada.

También hace 5 años,
que estoy con mi pareja.

Pero no será, ahora mismo.
Imagino que tardaremos
en poder irnos a vivir juntos.



Maricarmen Gallego

Comunidad Valenciana

Ahora vivo con mis padres,
pero me gustaría tener
mi propio piso y vivir
de forma independiente
con mi hijo.

Para eso necesito trabajar.



Javier Platero

Melilla

Yo vivo en un piso tutelado
con un compañero más,
en un barrio de Melilla:
Con el apoyo de monitores
que nos ayudan a vivir
en nuestra propia casa
vivimos solos
con el apoyo de los monitores.

Hacemos todas
las cosas necesarias que se hacen
cuando se vive solo:
compramos comida, fregamos,
hacemos la cama,
cocinamos, limpieza, etcétera.

La casa está en un
barrio de Melilla.

Nos ayuda mucho que este barrio
tenga muchas tiendas.

Por ejemplo:

Hay una carnicería
una frutería,
y una farmacia

También está nuestra
pizzería preferida,
a la que vamos
los fines de semana

Los fines de semana aprovecho
para visitar
a mis padres y familiares.

Vivir solo con la ayuda
de los monitores
me hace mucho más feliz
porque llevaba mucho tiempo
queriendo vivir solo
y demostrar que soy capaz
de hacerlo bien.



Jorge Alonso

Madrid

Creo que vivo de alquiler
pero no lo sé porque la compraron
mis padres y he compartido
mi vida con ellos
y con mi hermano.
Siempre con una actitud positiva.

Me gustaría vivir
de manera independiente
y en la medida de lo posible
cerca de mi familia,
ya que cuento con su apoyo
y su protección por si me pasa algo



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/)

