

¿Qué es la accesibilidad cognitiva?

Nuestro derecho
a que todo sea
más fácil



Guía elaborada por *FEVAS Plena inclusión Euskadi*
en colaboración con las responsables
de los grupos de autogestión de Apdema, Atzegi,
Gaude y Gorabide.

Portada y dibujos: Alejandro González

Validación de textos: Carlos Rueda, Belén Peña, Maite Garlito
y Julia Larrauri, de los grupos de autogestión de Apdema.

Las fotos cedidas por Gaude y Gorabide cuentan con autorización
para su publicación en el marco del proyecto
en el que estas personas participan.



© European Easy-to-Read Logo: Inclusion Europe.
Más información en www.easy-to-read.eu

Fecha de la publicación: 2018

ÍNDICE

página

1. ¿Por qué hacemos esta guía?

4

2. ¿Qué es la accesibilidad?

6

3. Tipos de accesibilidad

7

4. ¿Qué es la accesibilidad cognitiva?

9

- Algunas preguntas para pensar sobre accesibilidad cognitiva
- Definición accesibilidad cognitiva
- ¿Qué cosas pueden ser accesibles?
- ¿Por qué es importante la accesibilidad cognitiva?
- ¿Para quién es útil la accesibilidad cognitiva?
- Las personas con discapacidad intelectual evalúan los textos y los entornos

5. Ejemplos de accesibilidad cognitiva

17



¿Por qué hacemos esta guía?

En esta guía explicamos qué es la accesibilidad cognitiva.

La accesibilidad cognitiva es un derecho recogido en la **Convención de la ONU sobre los derechos de las personas con discapacidad.**

Es el derecho a que todo sea fácil de entender.

Para las personas con discapacidad intelectual es un derecho muy importante.

Cuando entienden la información y el mundo que les rodea pueden opinar, tomar decisiones y participar en la sociedad.

También relacionarse con otras personas y controlar su vida.

Con esta guía queremos reivindicar la accesibilidad cognitiva y que las personas con discapacidad intelectual conozcan este derecho.

También queremos ampliar las oportunidades de las personas con discapacidad y avanzar en su inclusión.

Convención de la Organización de Naciones Unidas (ONU) sobre los derechos de las personas con discapacidad.

Es un acuerdo muy importante firmado por muchos países. Recoge los derechos de las personas con discapacidad.

Los países que la han firmado se comprometen a defender estos derechos.

Manifiesto de FEVAS por la accesibilidad cognitiva

Los grupos de autogestores y autogestoras de Apdema, Atzegi, Gaude y Gorabide y el grupo de ciudadanía de Aspace Bizkaia hicieron un Manifiesto con sus reivindicaciones en accesibilidad cognitiva.

En este manifiesto piden:

1. Información fácil de entender.
2. Tecnología fácil de usar.
3. Entornos más amables y fáciles de entender.
4. Transporte accesible.
5. Que escuchen sus necesidades.
6. Formar a los diferentes profesionales en discapacidad intelectual.
7. Sensibilizar a la sociedad.
8. Personas accesibles.
9. Trabajar todos juntos para que la vida sea más fácil.

Este documento está en la web de FEVAS www.fevas.org

Apartado publicaciones. Monografías FEVAS.

¿Y si lo hacemos más fácil? 2017



¿A qué te suena accesibilidad?

La palabra accesibilidad viene de **acceso**.

El diccionario define **acceso** así:

- **Llegada o acercamiento a algo.**
Por ejemplo: Faltan muchos kilómetros para el acceso a meta.
- **Entrada o paso**
Por ejemplo: Están cortados todos los accesos a mi ciudad.
- **Posibilidad de llegar a algo o a alguien.**
Por ejemplo: Tiene acceso directo a la directora.

Tener acceso es importante.

Cuando entras en un lugar, puedes hacer uso y participar.

La accesibilidad es una característica que tienen los objetos, lugares, transportes, edificios, libros...

que hace que todas las personas puedan entenderlos y utilizarlos con facilidad.

La accesibilidad es muy importante para todas las personas.

Para las personas con discapacidad es indispensable porque permite su participación y autonomía.



Tipos de accesibilidad

Accesibilidad física

Esta accesibilidad facilita la vida a las personas con diferentes ayudas.

Ejemplo de accesibilidad física:

Rampas, aceras más bajas y ascensores.

Con estas ayudas las personas con discapacidad física pueden pasear mejor por la calle, entrar a edificios públicos, autobuses, metro o a su casa.



**Esto es
accesibilidad física**

La accesibilidad física es buena para todas las personas. Para las personas que usan sillas de ruedas o tienen dificultades para andar es indispensable.

Accesibilidad sensorial

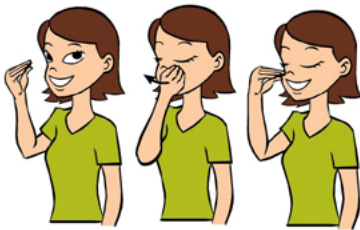
Esta accesibilidad es beneficiosa para las personas sordas, ciegas y mudas.

Ejemplo de accesibilidad sensorial:

El sonido de los semáforos

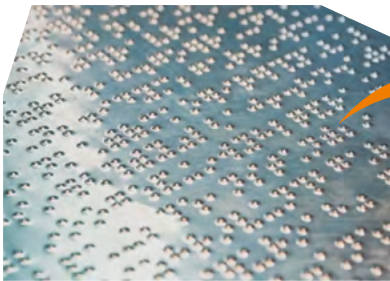
La **lengua de signos**

La **escritura Braille**



DAR DOS BESOS

Lengua de signos es la que emplean las personas sordas. Es una ayuda de accesibilidad sensorial.



Braille

Es un sistema que usan las personas ciegas para leer y escribir. Usa puntos en lugar de letras.

Accesibilidad cognitiva

Esta accesibilidad es menos conocida.

Para las personas con discapacidad intelectual es muy importante, por eso, vamos a hablar de ella en los siguientes capítulos.



4

¿Qué es accesibilidad cognitiva?



Algunas preguntas para pensar sobre accesibilidad cognitiva

- ¿Las noticias de un periódico son fáciles de entender?
- ¿Los informes médicos son comprensibles?
- ¿Los documentos del banco usan palabras sencillas?
- ¿Todas las personas entienden las instrucciones de un teléfono móvil?
- ¿Es fácil encontrar la información en una web?
- ¿Te has perdido alguna vez en un hospital?
- ¿Es sencillo sacar un billete en la máquina del metro?
- ¿Los planos de una ciudad son fáciles de entender?

Todas estas preguntas tienen que ver con la accesibilidad cognitiva.



Definición de accesibilidad cognitiva

La accesibilidad cognitiva hace que todo sea más fácil de entender.

Nos ayuda a entender el mundo que nos rodea.

Si entendemos, podemos desenvolvemos mejor.

El **Diccionario Fácil** de Plena inclusión Madrid dice que la accesibilidad cognitiva es:

Característica que tienen las cosas, los espacios o los textos que hace que los entiendan todas las personas.

La lectura fácil es una herramienta de accesibilidad cognitiva.



¿Qué cosas pueden ser accesibles?

Productos y objetos

Los productos y objetos son más accesibles cuando son fáciles de usar y tienen información en lectura fácil.



Ejemplo:

- Una aspiradora con pocos botones es más fácil de manejar.
- Una caja de galletas con información fácil de entender nos ayuda a saber sus ingredientes.

Servicios

Son más accesibles si tienen información fácil de entender, todo está bien señalizado, su página web es sencilla, las máquinas para coger turno son fáciles y los profesionales explican con claridad.



Ejemplo:

- Máquinas fáciles de entender para sacar los billetes de metro.
- La información de un hospital o una biblioteca es fácil de entender.



Dispositivos y tecnología

Son más accesibles si tienen pocos botones, letras grandes e instrucciones fáciles de entender.

Lector de pantalla

Es un audio que lee y explica lo que se ve en la pantalla.

Ejemplo:

Los **lectores de pantalla** de un ordenador hacen que un ordenador sea más accesible.



Los edificios y los espacios

Son accesibles cuando podemos orientarnos con facilidad y participar de forma cómoda y segura.

Los edificios y espacios son más accesibles si están bien señalizados, usan colores, imágenes, fotos y tienen pasillos anchos. Todo esto nos ayuda a encontrar el camino.



Ejemplo:

- Baños bien señalizados.
- Salidas de emergencia bien señalizadas.
- Explicación en lenguaje sencillo de los cuadros de un museo.
- Ambulatorios bien señalizados.
- Puntos de información en la estación de autobuses.

Procesos y diferentes trámites

A veces para conseguir algo debemos seguir unos pasos.

A esto se llama proceso.

En un proceso la información debe ser sencilla de entender.

También los pasos a dar deben estar claros.

Ejemplo:

Para ejercer nuestro derecho a voto:

- Programas electorales en lectura fácil.
- Información fácil que explique cómo votar y dónde votar.

En una oposición:

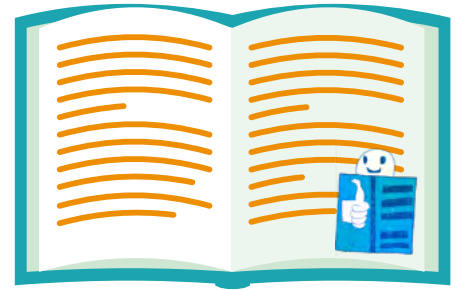
- Convocatoria, temario y exámenes en lectura fácil.
- Salas accesibles para realizar los exámenes.



Textos

Es muy importante que la información esté en lectura fácil.
Entender la información nos permite
participar, opinar y tener más autonomía.

Los textos en lectura fácil ordenan las ideas
y las explican de forma clara.
Las frases son cortas
y las palabras sencillas.
Es importante que el texto tenga imágenes.



Las personas también podemos ser accesibles

Las personas accesibles son cercanas y amables.
Tienen paciencia.
Dan confianza.
Explican despacio y con claridad
para que todo el mundo les entienda.
Si es necesario, repiten las ideas.



¿Por qué es importante la accesibilidad cognitiva?

Porque cuando entendemos:

- Podemos participar
- Podemos opinar.
- Sentimos seguridad.
- Somos personas más autónomas.
- Podemos tomar decisiones.
- Tenemos más oportunidades para relacionarnos.
- Participamos más en todas las actividades.

La accesibilidad cognitiva es importante para tener calidad de vida



¿Para quién es útil la accesibilidad cognitiva?

La accesibilidad cognitiva es buena para todas las personas, sobre todo para las que tienen más dificultades para entender, por ejemplo, las personas con discapacidad intelectual, personas mayores y extranjeras que no entienden el idioma.

Las personas con discapacidad intelectual evalúan los textos y los entornos

Es importante que las personas con discapacidad intelectual participen en la **evaluación** de los textos y entornos para saber si son accesibles.

Su opinión y aportaciones son importantes para mejorar.

Evaluar

Analizar y valorar algo.
Decir si algo cumple unos requisitos.





Ejemplos de accesibilidad cognitiva



Ejemplos de lectura fácil



Ejemplos de tecnología accesible



Ejemplo de espacio accesible



Ejemplos de lectura fácil

Ejemplo 1. Nuestro Convenio de INDESA-Apdema



NUESTRO
CONVENIO
DE
INDESA



La asociación Apdema hizo en Lectura Fácil el Convenio de los trabajadores y trabajadoras de la empresa INDESA S.L. 2010. Este Convenio recoge sus derechos y obligaciones.

Artículo 12. Complemento personal

Si cobras por algo que no viene en este convenio, por ejemplo, la antigüedad, se te suma a la nómina como complemento personal. Tiene las mismas subidas que para lo demás.

Artículo 13: abono por trabajo en domingo o festivo

Por cada domingo o festivo que trabajas, cobras 42 euros.

Esto se cobra por jornadas completas.

Si no es así, cobras por el tiempo trabajado.

Ejemplo 2. Guía de derecho al voto

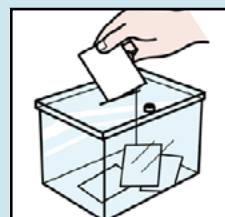


Plena inclusión Madrid hizo la **Guía de derecho al voto** para que las personas con discapacidad intelectual conocieran este derecho.

Ejemplo:

El día de las elecciones, el elector se presenta en la Mesa Electoral. Tiene que enseñar su DNI, pasaporte o carnet de conducir para identificarse.

Los miembros de la mesa comprueban que está en el censo electoral. A continuación el elector deposita el sobre con su voto en la urna.



Ejemplo 3. Boletín de noticias de Atzegi



La asociación Atzegi hace su boletín en lectura fácil para que todas las personas puedan entender las noticias.

Ejemplo de noticia:

Campaña de sensibilización 2018

En octubre presentaremos la campaña de sensibilización del 2018. Haremos ruedas de prensa en cada comarca de Gipuzkoa. Repartiremos 8.000 carteles de campaña en comercios y establecimientos públicos.

También celebraremos una gran fiesta en el Teatro Principal de Donostia.

Este acto será el 9 de octubre.

Si quieres venir tienen que pedir invitación en Atzegi.

Puedes llamar por teléfono al 943 42 39 42.

También puedes escribir un correo a atzegizale@atzegi.org

¡Esperamos verte allí!

Ejemplo 4. Club de Lectura Fácil de Gaude

La asociación Gaude tiene un club de lectura fácil.
En este club participan personas con dificultades para leer.
Leen juntas guías por una persona.

Este grupo se reúne una vez al mes
y comenta la lectura.



Foto cedida por Gaude

Ejemplo 5. Sentencias en lectura fácil

El Tribunal Superior de Justicia de Asturias, el Gobierno de Asturias y Plena Inclusión Asturias colaboran en un proyecto para adaptar las **sentencias** judiciales a lectura fácil.

Sentencia

Decisión que toma un juez al terminar un juicio aplicando la ley.

Ejemplo:

Situaciones en las que necesitas apoyo, según el juez:

Firmar contratos, préstamos y donaciones de dinero y cualquier otra actividad con dinero o con tu **patrimonio**.
En el caso de que tú quieras vender tu casa, tu tutor tendrá que pedir autorización al juez.
Para tus gastos personales te darán 10 euros a la semana.

Patrimonio

Dinero y pertenencias de una persona.



Ejemplo 6 “Cuando estoy enfermo... escúchame”



Dincat Plena inclusión Catalunya hizo la Guía “Cuando estoy enfermo... escúchame” para que las personas con discapacidad conozcan su derecho a la atención médica y tengan más control sobre su salud.

En esta guía ponen ejemplos de pictogramas que sirven para explicar qué nos duele.



Dolor de espalda

Dolor de barriga

Dolor de cuello

Dolor en el pecho



Estreñimiento

Diarrea

Cansancio

Vómito



Ejemplos de tecnología accesible

Ejemplo 1: Adaptación de audioguías

Las personas con discapacidad intelectual tienen derecho a disfrutar de los museos. Por eso, el Museo Guggenheim Bilbao contactó con Gorabide para colaborar en la adaptación de las audioguías.

Audioguía

Aparato electrónico en el que se escucha un audio, que explica algo. Por ejemplo, un cuadro, un parque o una sala de arte.



Personas con discapacidad intelectual y profesionales del Museo adaptaron la información que se escucha en las audioguías.

Foto cedida por Gorabide

Ahora la información del perro Puppy, la araña Mamá y la fachada del Museo es fácil de entender.

Es importante saber que existe esta opción y utilizarla.



Fotos cedidas por el Museo Guggenheim Bilbao

Ejemplo 2: Aplicación Mefacilyta para móviles o tablet

Hay una aplicación que se llama Mefacilyta que ha hecho Vodafone en colaboración de Plena inclusión y otras organizaciones.

Esta aplicación es para ayudar a personas con discapacidad intelectual a entender actividades diarias.

Explica paso a paso qué hacer.

Por ejemplo, hacer la compra.

Una lista que ayuda a hacer la compra



Antes:

Pablo comparte piso.
Pablo aprende a vivir por su cuenta de esa manera.
¡Ah! Tiene Síndrome de Down.



Pablo dedicaba 3 horas a la semana para hacer la lista de la compra.



Ahora, con un apoyo de Mefacilyta:

Ahora Pablo con el apoyo de Mefacilyta elige los platos de la semana



Pablo en este apoyo tiene la lista de los ingredientes para cada plato y los apunta.



Pablo ahora tarda 1 hora en hacer la lista de la compra.



www.conectadosporlaaccesibilidad.com
#conecta2Xaccesibilidad



Imagen cedida por Plena inclusión



Ejemplo de espacios accesibles

BBK Bilbao Good Hostel

Es un albergue de Lantegi Batuak en el que trabajan personas con discapacidad.

En este albergue tienen en cuenta la accesibilidad cognitiva.

Por ejemplo, cada planta es de un color.

El baño, la decoración y el suelo son del mismo color.

También la señalización es accesible.



Fotos cedidas por BBK Good Hostel

¿Qué es la accesibilidad cognitiva?

Nuestro derecho
a que todo sea
más fácil



¿Qué es la
accesibilidad
cognitiva?

FEVAS

 **Plena
inclusión**
Euskadi

Asociación vasca de entidades
en favor de las personas con
discapacidad intelectual

Adimen urritasuna duten
personen aldeko
erakundeen euskal elkarte

C/ Colón de Larreátegui, 26 - Bajo C
48009 Bilbao
Tel: 94 421 14 76
E-mail: comunicacion@fevas.org
www.fevas.org

Colabora



EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO

ENPLEGU ETA GIZARTE
POLITIKETARNO SAILA
DEPARTAMENTO DE EMPLEO
Y POLÍTICAS SOCIALES