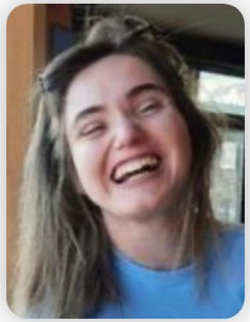
SIN BARRERAS

LA HISTORIA DE PATRICIA

U. Orientación
C.P. Fozaneldi

3 de diciembre de 2021, Día Internacional de las Personas con Discapacidad. Oviedo, Asturias.



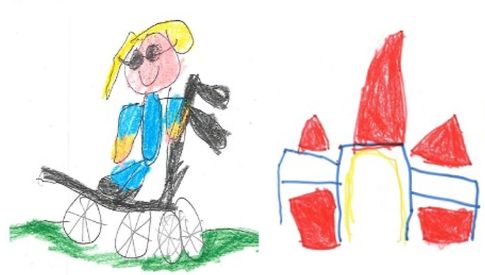
Cuento elaborado a partir de la experiencia de Patricia Menéndez Menéndez, estudiante de la facultad de psicología de la Universidad de Oviedo, durante su periodo de prácticas extracurriculares correspondientes a la beca ONCE-CRUE, junto con Isabel Colmenero Hidalgo, orientadora educativa del Colegio Público de Infantil y Primaria Fozaneldi (Oviedo, Asturias).

Ilustraciones y rótulos realizados por alumnado de educación infantil y primaria del CP Fozaneldi.

Proyecto impulsado por la Unidad de Orientación en colaboración con los especialistas de educación física, tutores y tutoras y fisioterapeuta del centro.

Colaboración externa con FEDEMA (Fed. Deportes para personas con Discapacidad Física del Principado de Asturias)

Desarrollado durante el 1er trimestre del curso 2021-2022 para la sensibilización del alumnado del centro con las personas con discapacidad física y sus necesidades. Enmarcado como aprendizaje-servicio (APS) para su difusión a otros centros y sensibilización de la población escolar.



U. Orientación
C.P. Fozaneldi

¡HOLA!

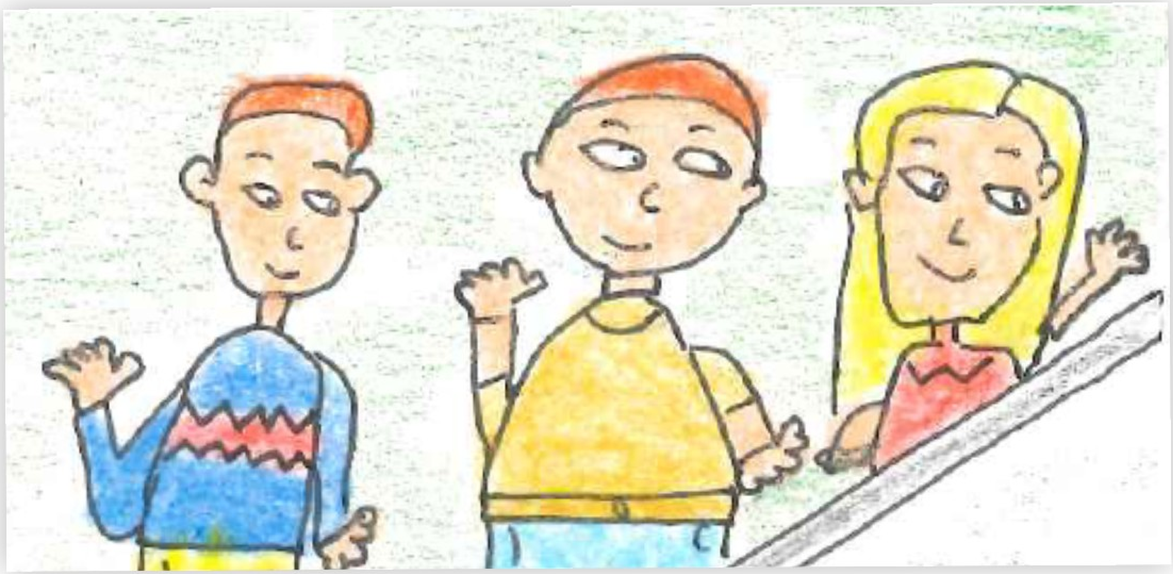
Me llamo Patricia y tengo 22 años. Estoy terminando de estudiar psicología en la universidad. Estoy haciendo prácticas en un colegio con una beca de la Fundación ONCE.

¿QUEREIS SABER MÁS COSAS DE MÍ?

Nací antes de tiempo y estuve ingresada en el hospital casi dos meses.

Tengo tetraparesia espástica.

Quiere decir que tengo limitaciones para realizar movimientos en las extremidades y el tono muscular alterado.



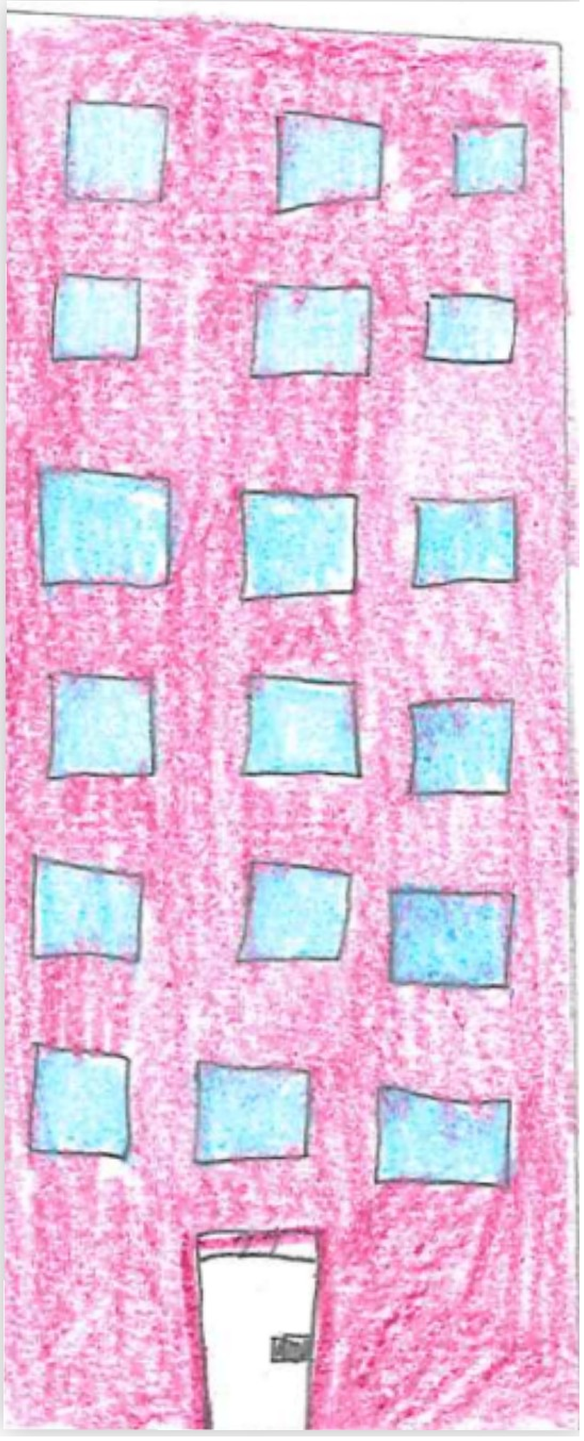
Mi familia es de Asturias. Además de mi padre y mi madre, tengo un hermano mayor.

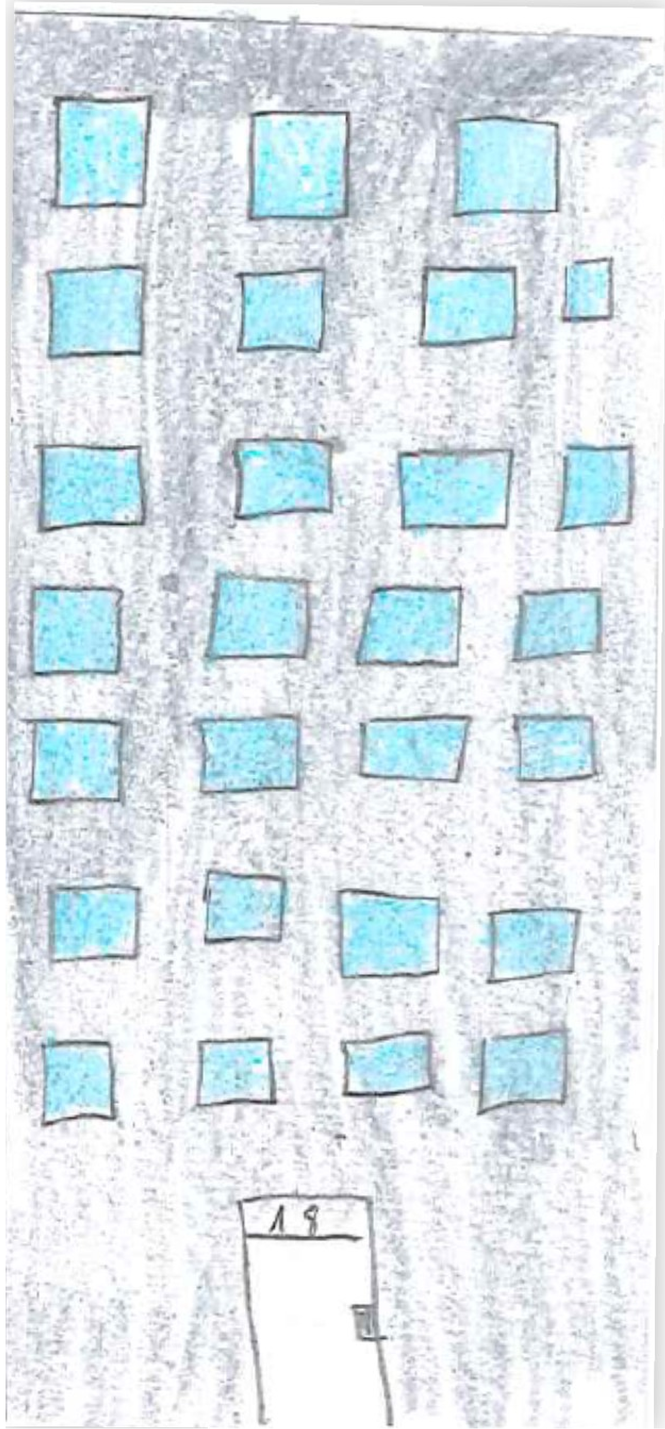
Puedo caminar con apoyo en cada brazo. Fuera de casa uso silla de ruedas para desplazarme.

Mi CASA

Antes vivía en una localidad pequeña. Ahora vivo en Oviedo porque así me resulta más fácil salir por ahí, ir a clase y quedar con los amigos.

Mi edificio es moderno, cuenta con ascensor y es accesible... ¡¡aunque las puertas del portal son muy pesadas!!



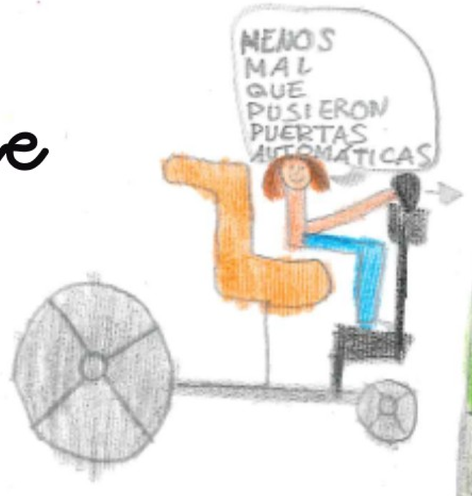


Sería genial que los edificios tuvieran puertas automáticas, como en los centros comerciales y usar una tarjeta en lugar de una llave, como en los hoteles.

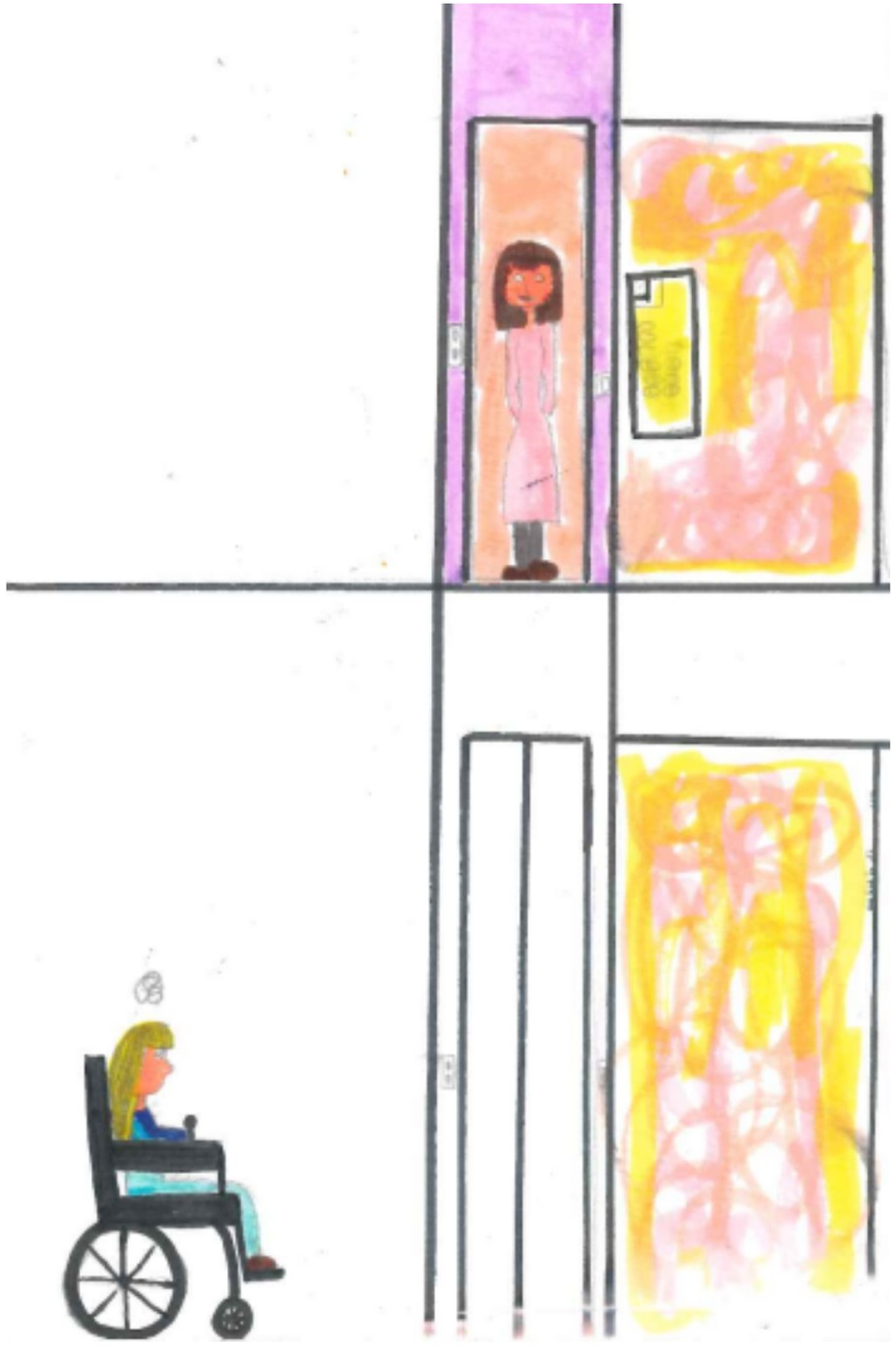
Si la puerta del portal fuera asi podría salir y entrar sola...

Automatizar las cosas y ELIMINAR BARRERAS ARQUITECTÓNICAS para facilitar la accesibilidad es importante.

Todos vamos a necesitarlo en algún momento: personas mayores, otras personas por accidentes (roturas, uso de muletas...), personas con carritos de bebé o el carro de la compra...

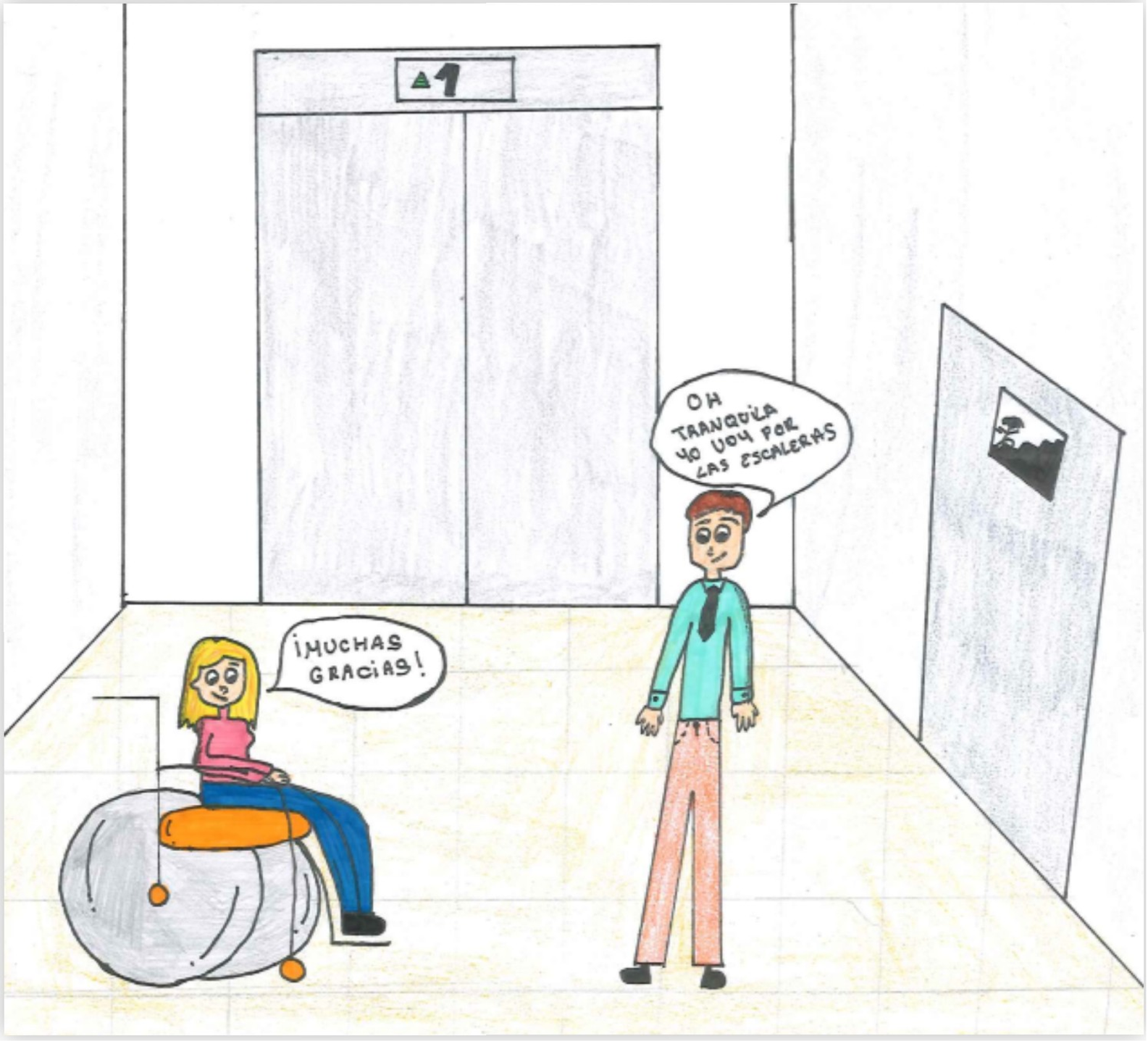


A veces coger el ascensor
es una aventura...
siempre está ocupado,
especialmente a algunas
horas...



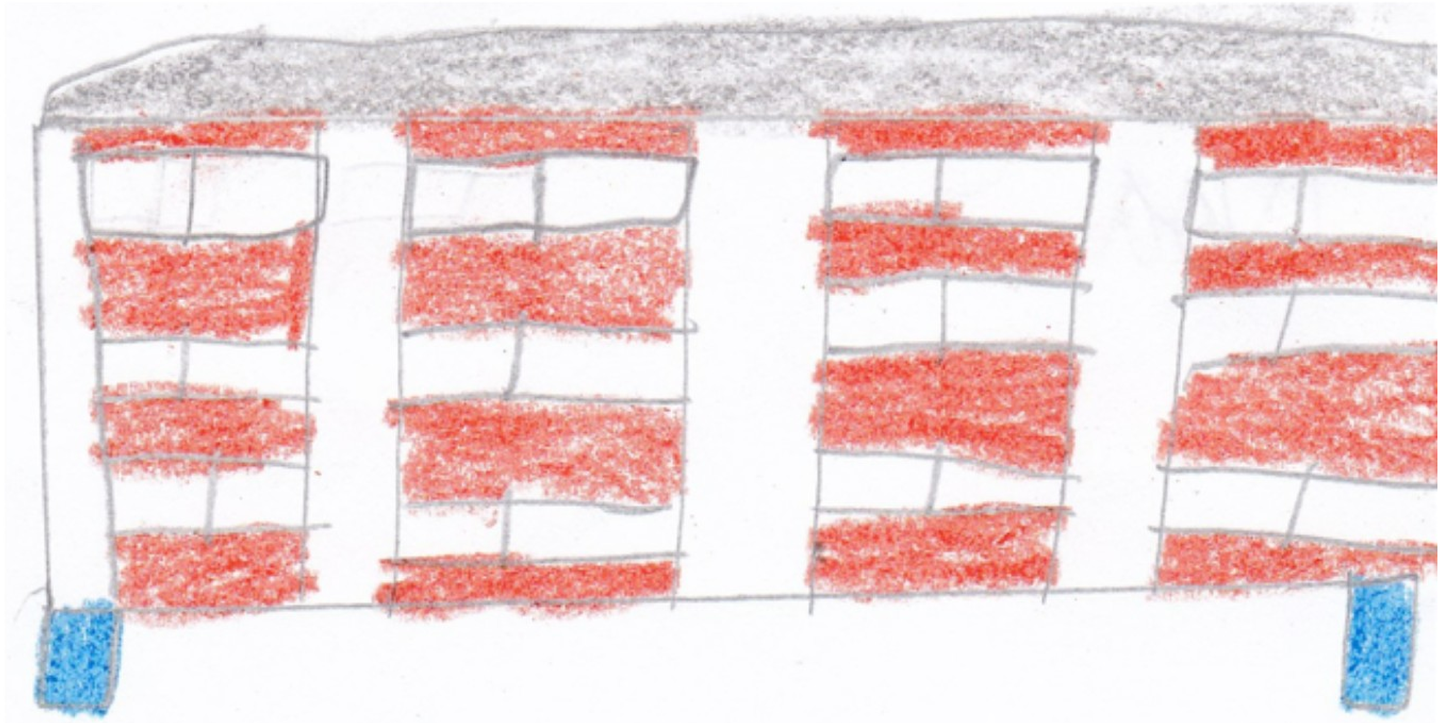
Ocupa el ascensor solo si te hace falta y usa las escaleras.

Es más saludable y además es SOLIDARIO con los vecinos que lo necesitamos.



CUANDO FUI AL COLE Y AL INSTITUTO

Fui al colegio y al
instituto en la villa
donde vivía.
Tuve apoyo de auxiliar
educadora y
fisioterapeuta.

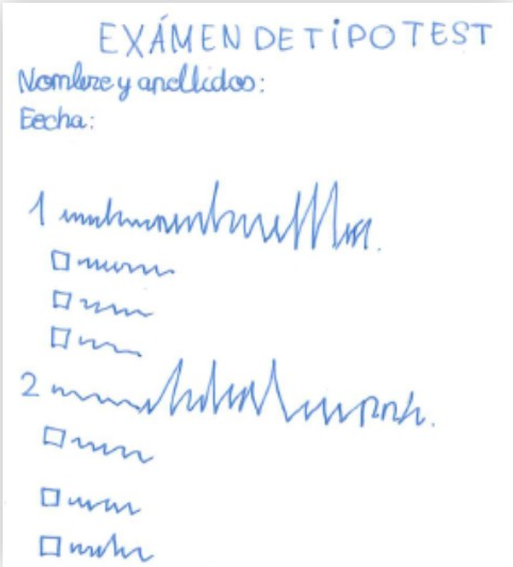


En el colegio usaba una silla manual y ya en el instituto tenía una silla electrica, que me dió más libertad para moverme sola.

Mi clase favorita siempre fue matemáticas, también ciencias e inglés, aunque lo mejor del colegio eran los recreos y en el instituto los cambios de clase.

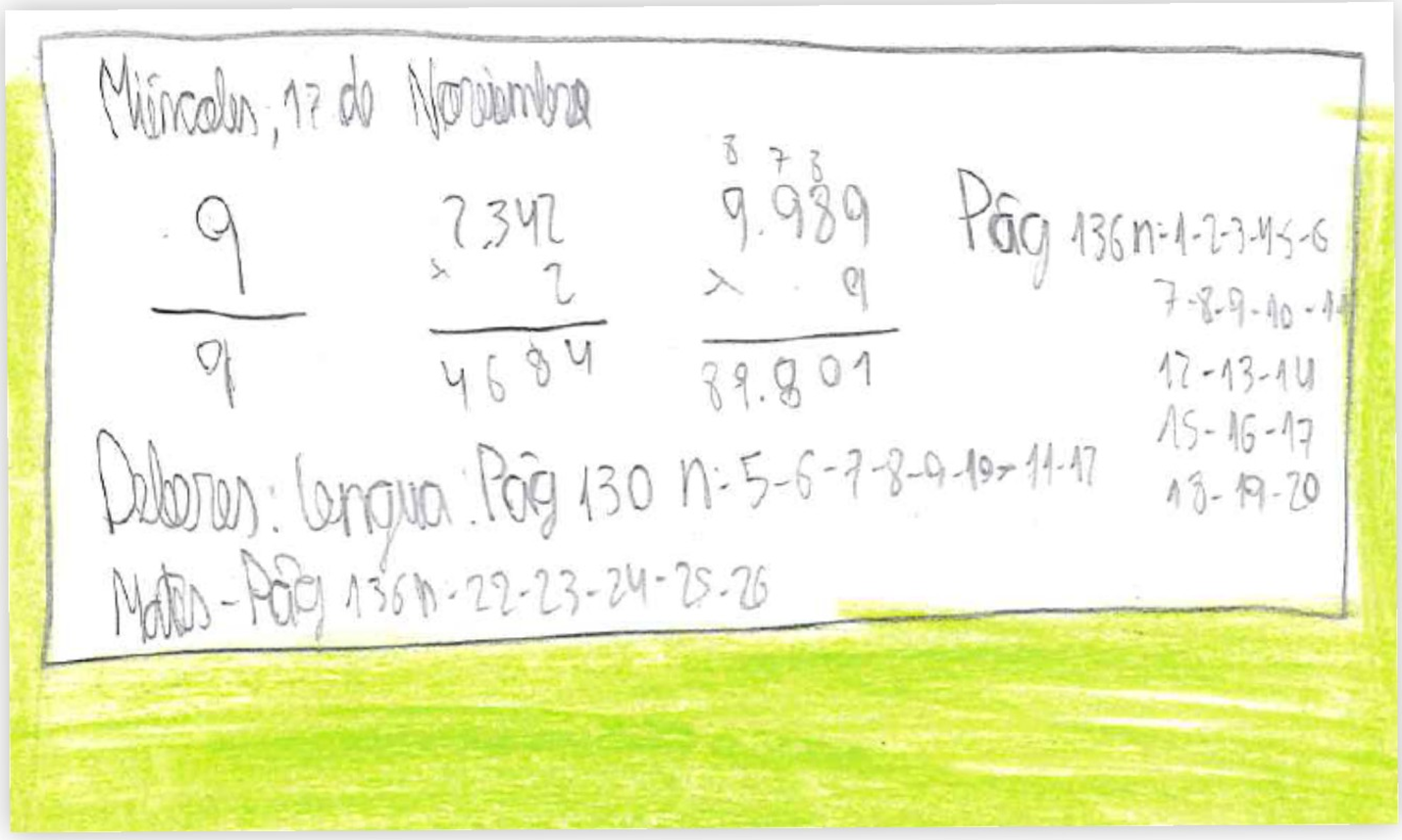
A la gente le cuesta ver que no todas las personas con discapacidad somos iguales.

Cada persona necesita unas ADAPTACIONES o AYUDAS diferentes.



Yo hacía los exámenes de forma oral o tipo test.

No necesitaba más tiempo para hacerlos, bueno quizá sí un poco más...lo que yo necesitaba es que me redujeran el número de preguntas, porque me supone más esfuerzo y acabo agotada.



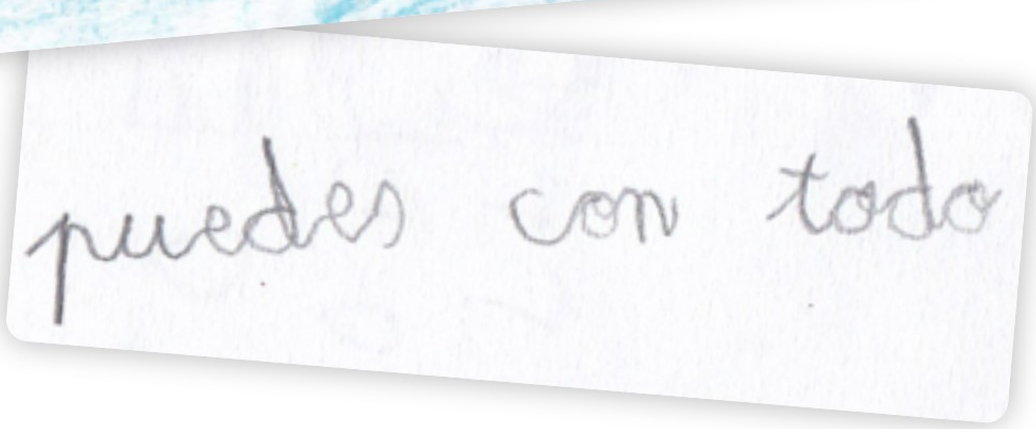
Por ejemplo, en lugar de cinco preguntas o tareas de lo mismo, que pongan dos, y si las hago bien, significa que me lo sé.

En 4º de ESO me concedieron el Premio al esfuerzo personal del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria en Asturias.

Hasta tuve que leer un discurso.

Cuando estoy en casa me gusta leer y ver series. Me gusta estar con la familia...¡y también con los amig@s!
¡Digo SÍ a cualquier plan!

En casa siempre me animan a hacer de todo como los demás y a que cada día sea más independiente.



A mí me encanta participar y apuntarme a las excursiones, viajes de estudios....

¿SABÉIS QUÉ?

Cuando tengo confianza con un sitio me desenvuelvo con la silla sin problema.

¡Déjame intentarlo!
Si necesito ayuda te la pido.

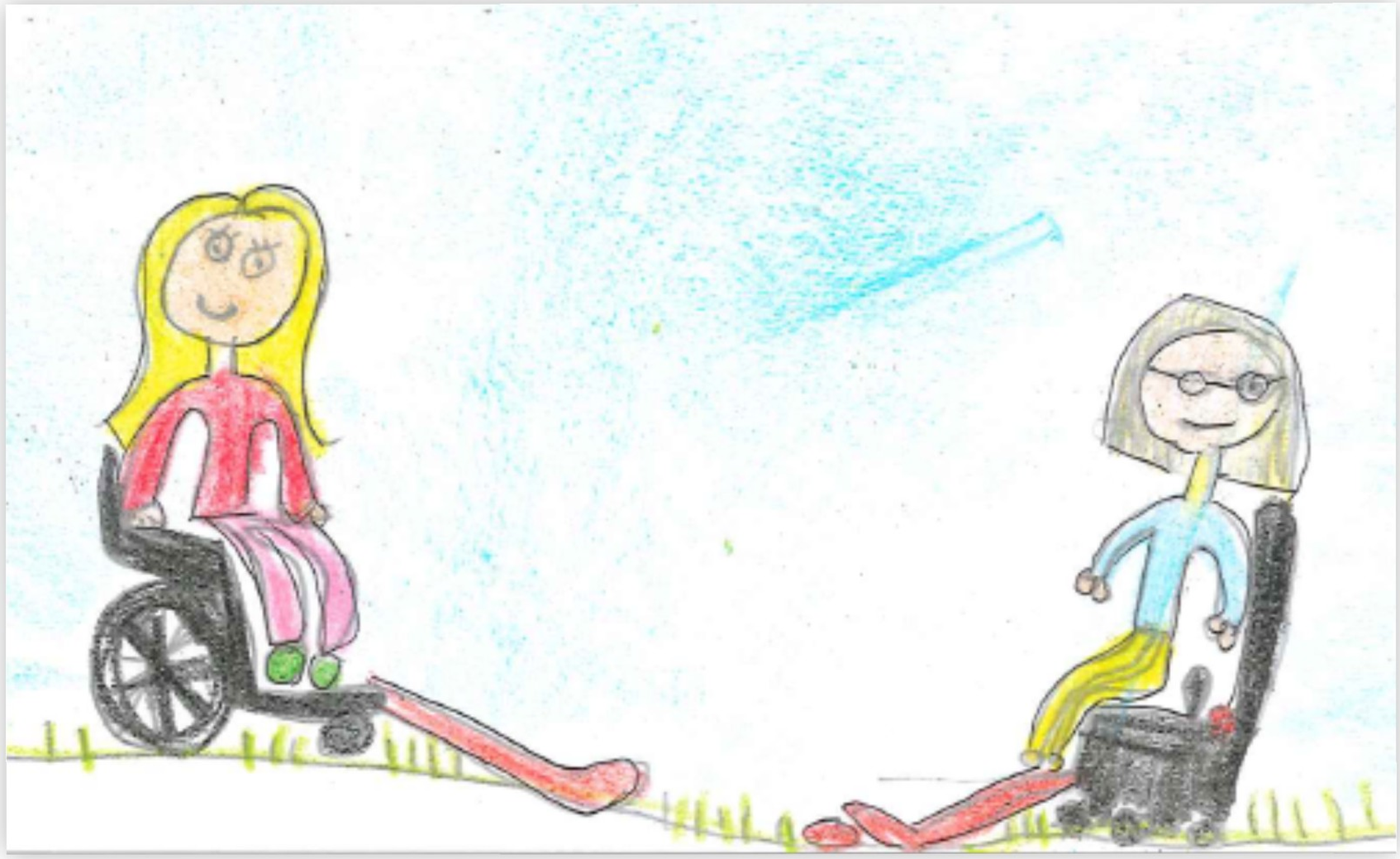
Necesito ayuda para hacer algunas cosas, pero puedo hacer otras muchas sola.

¿Y EL DEPORTE?

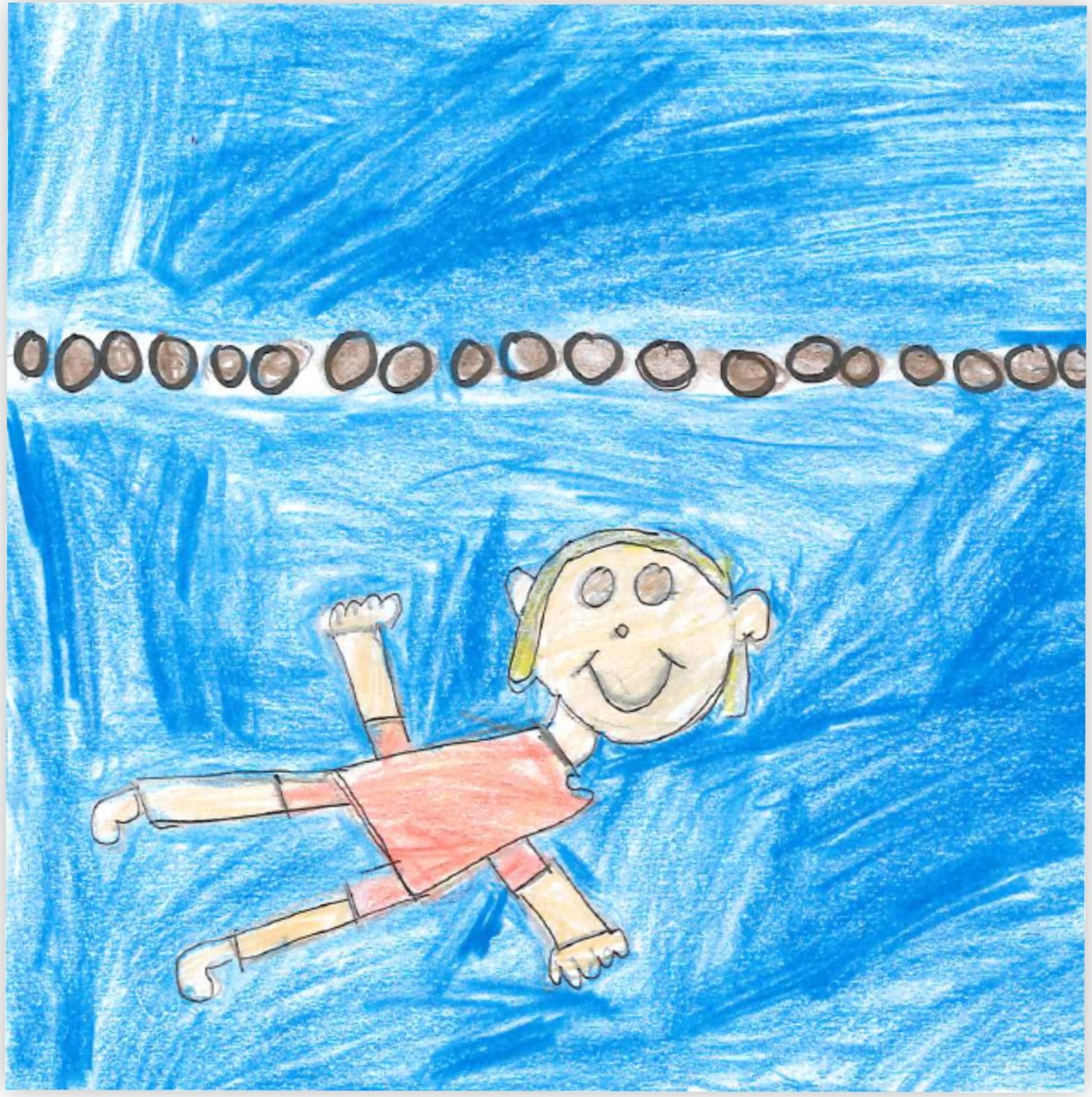
Puedo hacer deporte, pero tiene que estar adaptado.

De pequeña hice equitación.

Ahora estoy esperando a que salga grupo de Hockey.



Voy a natación.



En el cole fui a la Semana Blanca en 5º y 6º.
Dormí en el albergue y lo pasé genial esquiando.

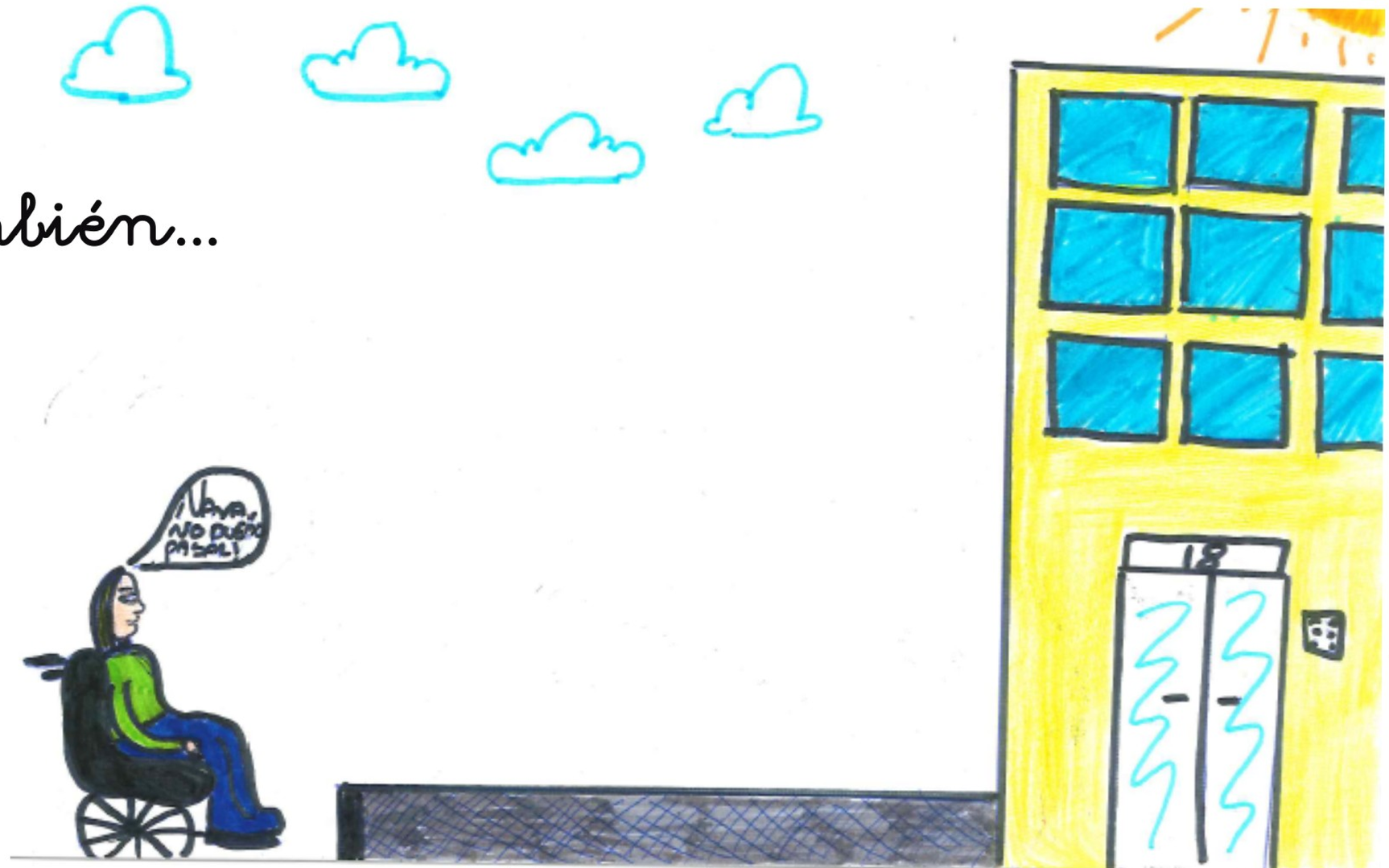
¿YA SABES QUÉ SON LAS BARRERAS?

Yo sí que sé de barreras.
Las barreras son los obstáculos que nos encontramos.

Pueden ser físicas (como los bordillos o las escaleras) o también barreras mentales...como cuando la gente piensa que no podré hacer algo.

Barreras físicas: autobuses sin rampa, escaleras...

o también...

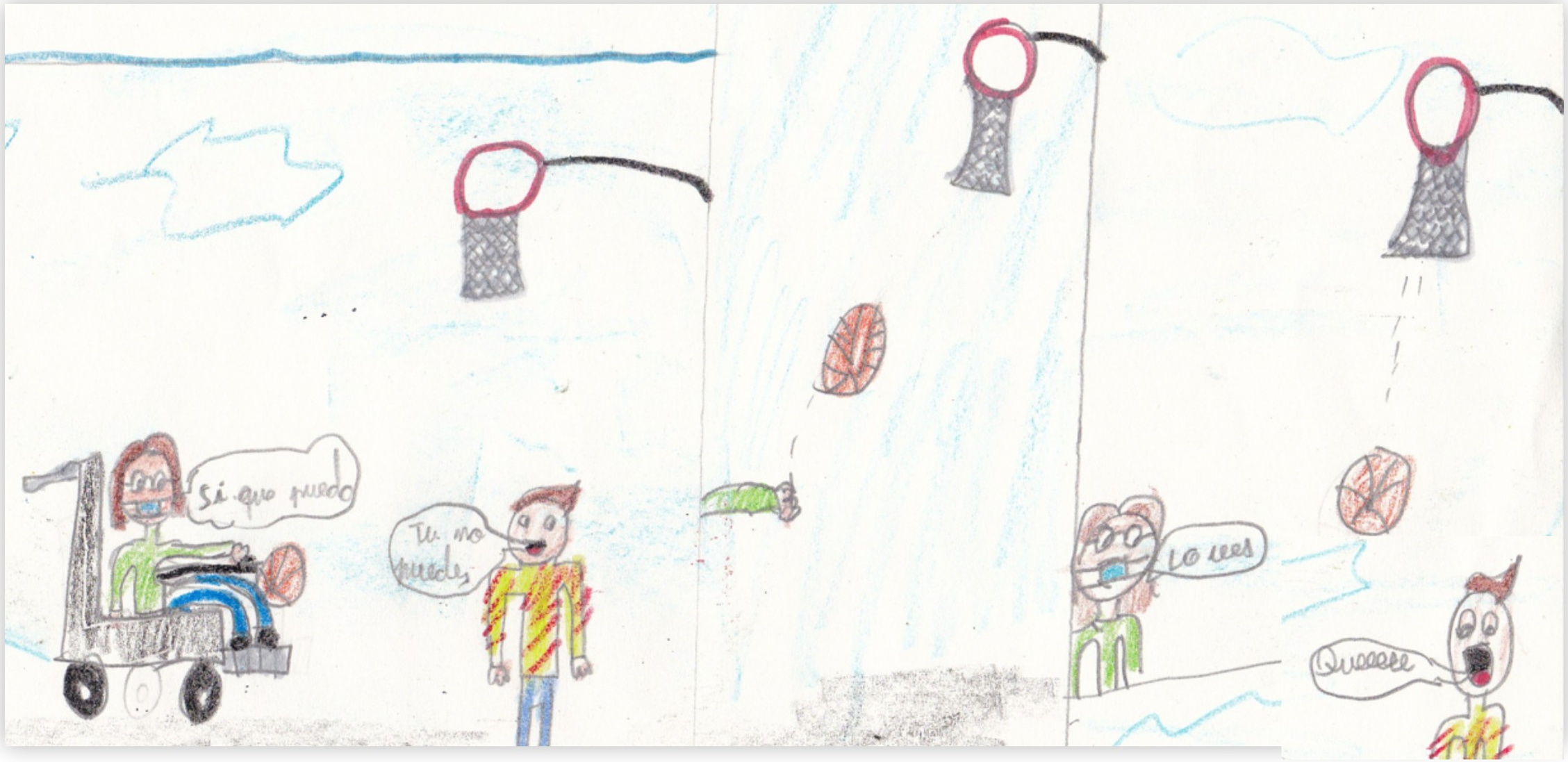


Bordillos,

puertas muy pesadas

o timbres demasiado altos

Barreras mentales: cuando la gente piensa que no podré hacer algo.



Muchas veces no me dan la oportunidad de intentarlo...

A veces hasta me lo dicen.

Accesibilidad universal

Es lo contrario de las barreras. Hay accesibilidad universal cuando el entorno cubre las necesidades de todas las personas.

En un cole o un instituto no se trata solo de que el edificio sea accesible. También consiste en lograr un entorno que se ajuste a todos los niños y niñas: con claves visuales, diferentes formas de aprender, diferentes agrupamientos, apoyos, talleres, experiencias...

Un entorno escolar ACCESIBLE está diseñado para todos y todas.

¿Y SABES QUÉ ES INCLUSIÓN?

Es facilitar la PARTICIPACIÓN de todas las personas, independientemente de su condición.

No dejar de lado a nadie. Todos sumamos.

¿Y CUANDO TERMINE EN LA UNIVERSIDAD?

Como otros jóvenes de mi edad, de momento no tengo claro que haré...voy a estudiar inglés y después buscar trabajo...

Me gustaría trabajar en un colegio o en una asociación.

Así que, pronto empezaré una nueva etapa, el acceso al mundo laboral.

U. Orientación
C.P. Fozaneldi

GOBIERNO DEL PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN

3 SALUD Y BIENESTAR

4 EDUCACIÓN DE CALIDAD

5 IGUALDAD DE GÉNERO

10 REDUCIÓN DE LAS DESIGUALDADES

AGENDA 2030