

Som Capaços!

Aprenem a conèixer les discapacitats

Txiki Trepax





COMER SESE, ENHANTAROS D'OBRA
 PROBLEMS "ECS"

COMER DES AJUTANTOS
 ADO E VOLT
 PERILLS!



CIDA
 ATENT

EL TACTE
 FINISSIM.

BASTÓ PER
 DETECTAR
 OBSTACLES



2) NO PORE NI FER BURLA D'UNA DISCAPACITAT
 ES MOLT IMPORTANT!

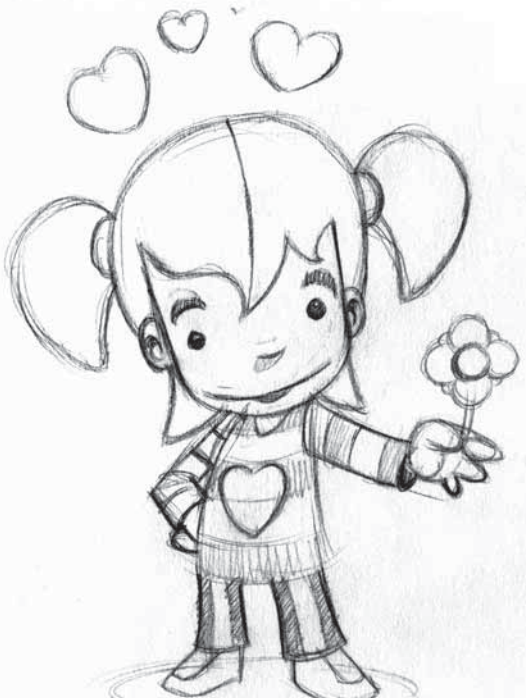
SI HAN RIGOR
 DE MI PPO SÓC
 LENT

TEMNI
 JO SÓC EL TEU
 AMIC

ESTIC
 AK!

ADQUEST
 COMPTAMENT
 ES DE MALA
 PERSONA.

BY





llenguatge
de
Signes

3) NO MARGINAR ALS DECAPACITATS DES NOSTRES JCS
DESEAR ALTERNATIVES



AIXO NO POT ESSER

© Pels dibuixos i el text: Txiki Trepax (www.trepax.com)
Assessorament: Consell de Persones amb Discapacitat d'Horta - Guinardó.
Coordinació: Marta Isbert (Institut Municipal de Persones amb Discapacitat)

Edita: Ajuntament de Barcelona (Districte Horta-Guinardó)
Imprimeix: Imatge i Producció Editorial

Aquest llibre està subjecte a propietat lliure "Creative Commons", i és de distribució gratuïta, per tant, pot ésser copiat i distribuït lliurement en qualsevol suport única i exclusivament per a la sensibilització i difusió de la situació de les diferents discapacitats. De cap manera es podran utilitzar, copiar o reproduir els personatges, textos o il·lustracions amb fins comercials o d'altres que no siguin la difusió per a la sensibilització vers la discapacitat sense el permís exprés de l'autor.

Existeixen versions electròniques en format PDF per a ser descarregades lliurement via Internet des de la plana web del autor (<http://www.trepax.com>)
Per a contactar amb l'autor: trepax@trepax.com

Primera edició: novembre del 2006.

Ens plau presentar-vos aquesta publicació que el Districte d'Horta-Guinardó ha editat a proposta del Consell de Persones amb Discapacitat. El llenguatge del còmic, visual i concís, ha estat el millor medi per apropar als nens i nenes la realitat de les persones amb discapacitat. L'objectiu és fer-los conscients que són les barreres, més que les capacitats, les que limiten les persones i mostrar-los quines són les actituds adequades.

Volem felicitar l'autor, en Txiki, que ha aconseguit transmetre amb uns dibuixos clars i un guió efectiu, un missatge vàlid per a tothom.

Maravillas Rojo
Presidenta del Consell

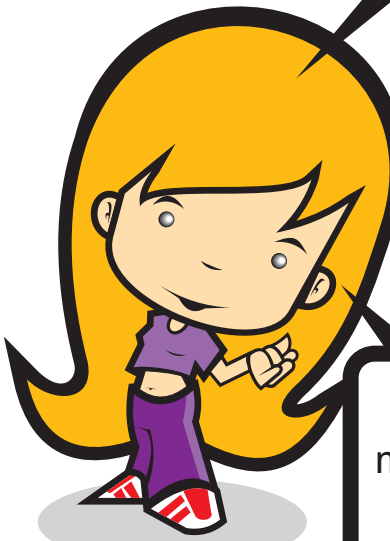
Elsa Blasco
Regidora del Districte

L'autor vol dedicar aquest llibre a la seva estimada Cecília Llop i també a la Georgina Navarro, que l'han fet adonar que la discapacitat no és un obstacle insalvable si hom ho desitja.




Òndia,
que cansada!

Estic feta una coca!



Us heu aturat
a pensar en la
quantitat de
coses que
arribem a fer
en un sol dia?

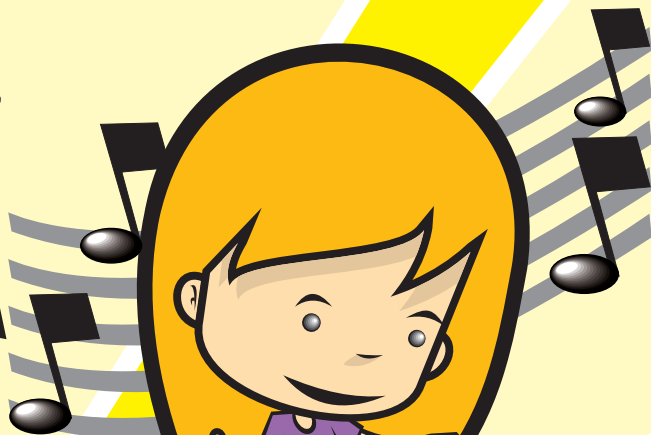
Moltíssimes,
més de les que us
podeu imaginar!



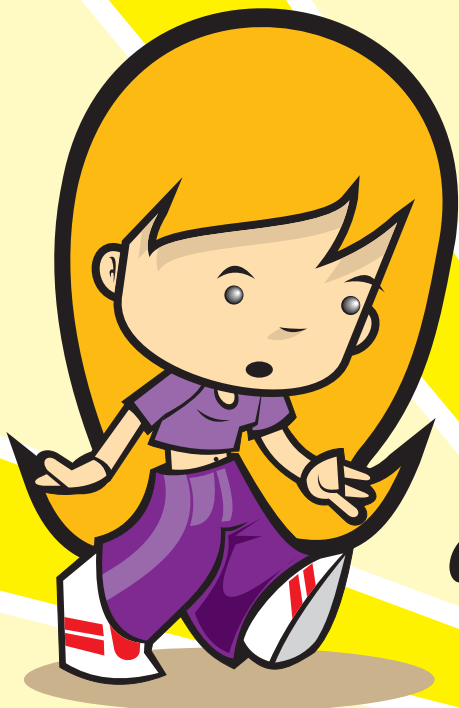
De fet, les fem molts
cops i cada dia.
A més, com
que les fem
“automàticament”
quasi ni ens n’adonem.

Per això no són
menys importants!

**BALLAR I
ESCOLTAR
MÚSICA**



CAMINAR



**ALGUNES DE LES
COSES IMPORTANTS
QUE FEM, QUASI BÉ
SENSE PENSAR-HI**



LLEGIR

PRENDRE DECISIONS

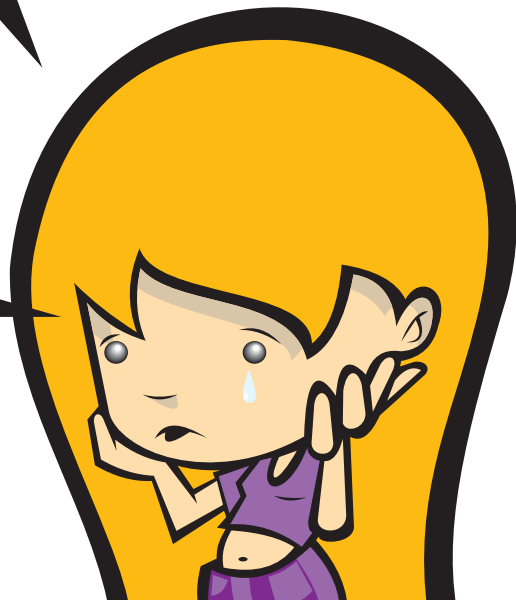


Aquestes coses,
que de tan fàcils
sembla que no
siguin importants,
són vitals per
dur una vida
normal.



Jo me'n vaig adonar
un dia fatídic.

Snif!



Estava fent una baixadeta amb el MONOPATÍ quan...



Ai!

PAF!





BUAAA!

Em sembla que me l'he trencaaaaaat!

Amb la cama enguixada comencen els problemes...



Que difícil és caminar amb això.

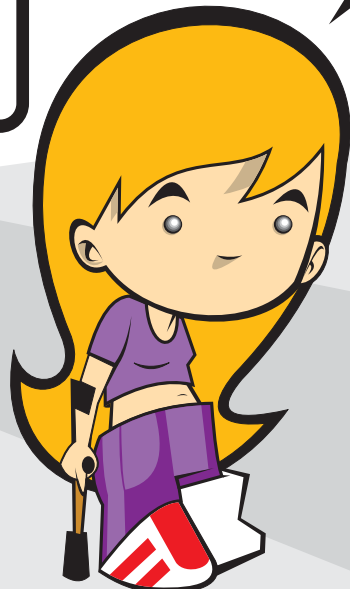



Amb el guix, tot allò que abans feia amb facilitat, ara se'm fa una muntanya...

Pujar escales amb això a la cama és impossible!


Com m'ho faré ara?

escala gran com una muntanya





Aquell dia em vaig adonar que el món no està pensat per a la gent amb una sola cama.




Li diem que jugui amb nosaltres?

Què va!
No veus com camina?




I a més...
no puc fer res amb els altres!




...com si no n'hi hagués prou amb el guix!

Discriminació és quan la gent no vol que facis coses amb ella, perquè és tan ignorant que pensa que ets incapaç, o bé que no les has de fer. La discriminació fa mal.




Què Berta, ofegant-te en un got d'aigua?



És que no puc fer res i, a més, estic ensopida com una ostra...

Què dius!
Pots fer més coses de les que et penses.

¡Snif!



Tot és qüestió de voluntat.

A més, pensa que aviat estaràs curada i jo, en canvi, hauré d'estar en una cadira tota la vida i no per això deixo de fer coses.

Té tota la raó.
Com he pogut ser tan egoista?

Quina vergonya!

No t'amoïnis, malauradament això és normal.

Acostumem a anar sempre a la nostra i no pensem que hi ha persones amb dificultats per a dur una vida com la resta i que per això, de vegades, necessiten ajuda

Te'n faries creus de la quantitat de gent que té alguna discapacitat.



Sovint la tenim molt a prop i no ens n'adonem.
La vols conèixer?

LA
DISCAPACITAT

**PROBLEMES DE
SALUT MENTAL**



**DISCAPACITAT
FÍSICA**



**DISCAPACITAT
INTEL·LECTUAL**



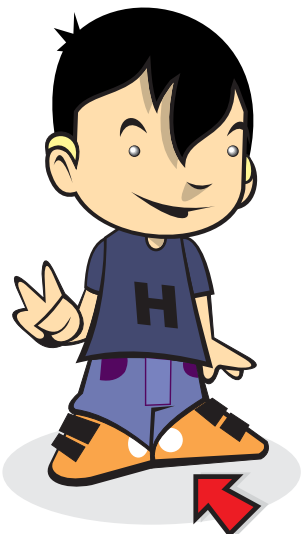
**DISCAPACITAT
VISUAL**

Però, qui són les persones amb discapacitat?

Són aquelles que per malaltia, accident o bé de neixement tenen dificultats per dur una vida quotidiana amb la facilitat dels altres.

En podem citar quatre grups:

- **Les discapacitats sensorials:** són les que tenen a veure amb les funcions de l'oïda, la visió o la parla.
- **Les discapacitats físiques:** afecten a les persones que tenen dificultats per a realitzar els moviments bàsics del cos.
- **Les discapacitats intel·lectuals:** són aquelles que degut a unes limitacions de la intel·ligència, les persones tenen dificultats per aprendre i comprendre, i limitacions per adaptar-se a l'entorn.
- **Problemes de salut mental:** és un estat emocional de la persona que dificulta que es relacioni de forma autònoma amb la realitat que l'envolta i que pot dur a situacions d'aïllament, patiment i ensorrament dels somnis vers el futur.



**DISCAPACITAT
AUDITIVA**

Els discapacitats sensorials

discapacitats visuals

Hem perdut part o tota la capacitat de veure-hi. Hi ha molts graus de manca de visió: alguns hi veuen poc i d'altres no hi veiem gens. Pot ser de naixement o degut a una malaltia o accident. Hi ha una pila d'ajuts tècnics i d'adaptacions (semàfors sonors, llenguatge braille, programes informàtics que tradueixen els textos en veu...) que ens faciliten la relació amb l'entorn i ens permeten treballar i gaudir de les nostres aficions.



Gran sentit del tacte: de fet hi veiem amb les mans.

Oïda finíssima. Ens ajuda a saber qui hi ha al voltant i on estem.

El bastó ens ajuda a no ensopegar amb les coses.

La història de la música compta amb grans intèrprets cecs, com en Tete Montoliu, Stevie Wonder o Ray Charles.

Això demostra que la discapacitat visual no ha d'ésser cap obstacle.



Els discapacitats sensorials

discapacitats auditives

Som persones que hem perdut total o parcialment el sentit de l'oïda.

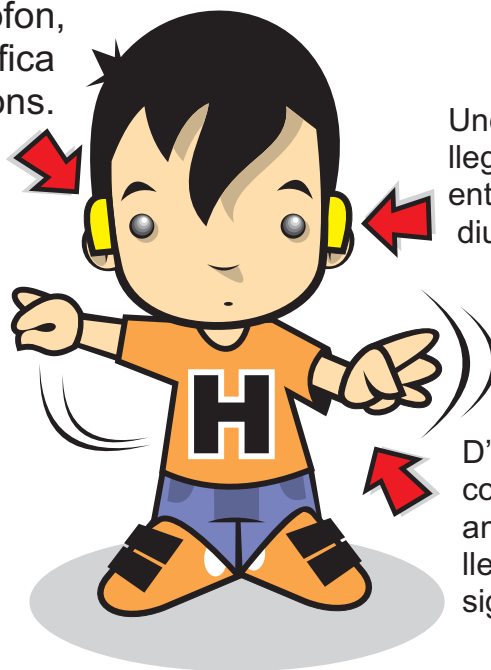
La sordesa pot ser de naixement o adquirida més tard. Algunes persones sordes ens comuniquem amb llengua de signes i amb molt d'esforç i una educació adequada podem arribar a parlar, llegir i escriure; no som muts.

D'altres, la gran majoria, amb ajudes tècniques (audiòfons o implants coclears) i llegint els llavis de qui ens parla podem entendre'ns i comunicar-nos en llenguatge oral. Fem la nostra vida amb les persones

oients, però aquestes han de

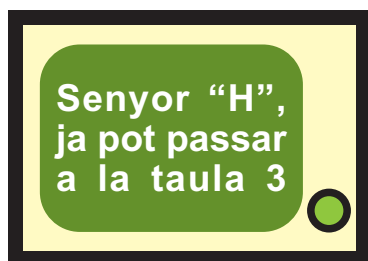
vocalitzar bé i no tapar-se la cara. A la feina, només cal que substitueixin els avisos sonors per altres de lumínics. I és molt important que els avisos, actes públics i espectacles tinguin també lletres escrites, no només sons.

Audiòfon,
amplifica
els sons.



Unes persones
llegim els llavis i
entendem el que
dius.

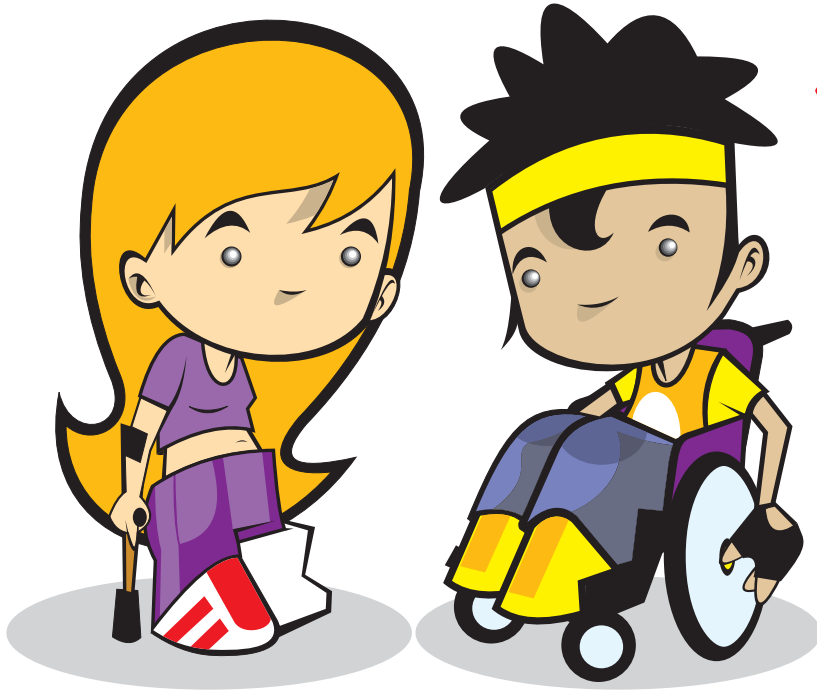
D'altres ens
comuniquem
amb el
llenguatge de
signes.



Les persones amb problemes auditius o sordes sovint passen desapercebudes perquè la nostra discapacitat no és tan

visible com les altres i això fa que moltes vegades no se'ns tingui en compte, quan amb petites adaptacions podríem fer una vida completament normal i sense entrebancs.

Els discapacitats físics



L'origen pot ser de naixement, accident o malaltia però en qualsevol cas tenim dificultats per fer servir alguna part del cos o la seva totalitat. Pot ser un fet temporal, com trencar-se una cama, o per tota la vida. La nostra mobilitat es veu reduïda, però amb ajuts tècnics i ortopèdics i, sobretot, si l'entorn se'ns fa accessible (el carrer, els edificis, el transport...), ho podem fer quasi bé tot. Treballar, viatjar, practicar esports... és possible tan sols adaptant l'activitat a les nostres característiques físiques.

L'esport per a discapacitats també és competitiu i emocionant.

És molt important saber que el fet d'anar amb cadira de rodes només afecta a la mobilitat del cos i que en un gran nombre de casos les persones que les fem som capaces d'afrontar qualsevol repte, feina o esport. Només cal facilitar-nos les coses i no posar-nos barreres, i si no mireu l'exemple de Stephen Hawking, l'únic científic que ha entès l'univers des d'una cadira de rodes.



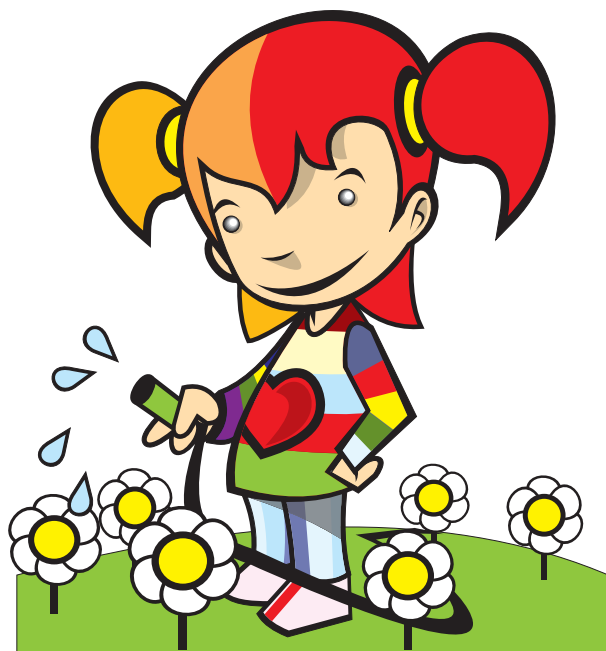
Els discapacitats intel·lectuals



L'origen també pot ser de naixement o per una malaltia.

Tenim limitacions pel que fa a la nostra intel·ligència i dificultats per adquirir habilitats que ens permetin adaptar-nos a l'entorn. Això pot fer que ens costi comunicar-nos o tenir cura de nosaltres mateixos, establir relacions, preocupar-nos de la nostra salut, assolir els continguts escolars o accedir al món del treball...

Costarà més o menys segons el grau d'aquesta discapacitat, i fins i tot en alguns casos hauréu d'estudiar i treballar en llocs especialment adaptats a les nostres característiques personals, però en tot cas serà tan sols una manera diferent de fer-ho, amb un altre ritme. El més important és que la gent ho entengui i ens respecti.



Problemes de salut mental



El trastorn mental ens afecta en les coses més quotidianes, com la relació amb la família, els amics, els veïns, etc. ja que podem sentir-nos molt tristos, irritables, confosos, amb pors molt grans. A l'hora de divertir-nos, estudiar i treballar podem tenir dificultats per concentrar-nos, memoritzar, comprendre...

Avegades tot això ens porta a quedar-nos a casa, a perdre les amistats, a no seguir els estudis, a no anar a treballar. Ara bé, no tots els casos són iguals ni afecten a tothom de la mateixa manera. Sovint costa entendre la forma en què ens podem comportar i fa que la gent s'aparti i tingui por d'allò que li és desconegut i estrany, afavorint així la nostra discriminació i exclusió.



Però amb comprensió i esforç, tots podem formar part de la comunitat.

Com veieu, les persones amb discapacitat tenim dificultats i com que el món està pensat per a la gent que no en té, ens trobem amb impediments per fer allò que podem i volem fer. Això comporta una **DISCRIMINACIÓ**, ja que tots tenim el dret de gaudir de la vida i de la possibilitat de fer les mateixes coses.

Una mancança no pot **MARGINAR** ningú de cap activitat. Les lleis ho han d'impedir i nosaltres els podem ajudar a superar els diferents obstacles que els pot comportar la vida diària.



EL PROBLEMA

Alguns problemes que es troben els discapacitats i que s'haurien de resoldre urgentment.

CREUAR EL CARRER

Els semàfors no serveixen per res si no hi pots veure. S'han de posar més semàfors sonors, és a dir, adaptats.

A l'hora de conduir s'ha d'estar atent, tranquil i anar amb molt de compte.



Cal conduir a poc a poc i tenir paciència.

Els passos zebra indiquen preferència dels vianants i no dels cotxes.

Aquí hi falta algú amb ganes d'ajudar.



Alguns problemes que es troben els discapacitats
i que s'haurien de resoldre urgentment.

LES SALES D'ESPERA



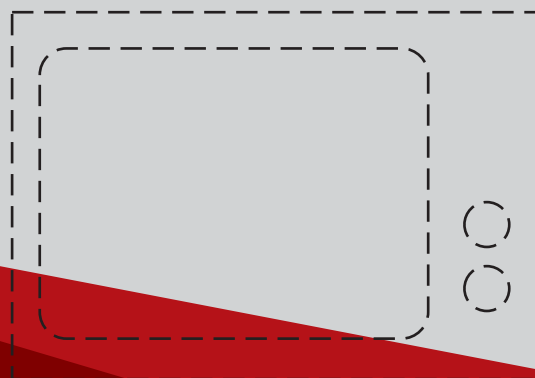
SENYOR PI, SENYOR PI,
JA POT PASSAR!

Altaveu que una
persona sorda no
pot sentir.

Persona sorda



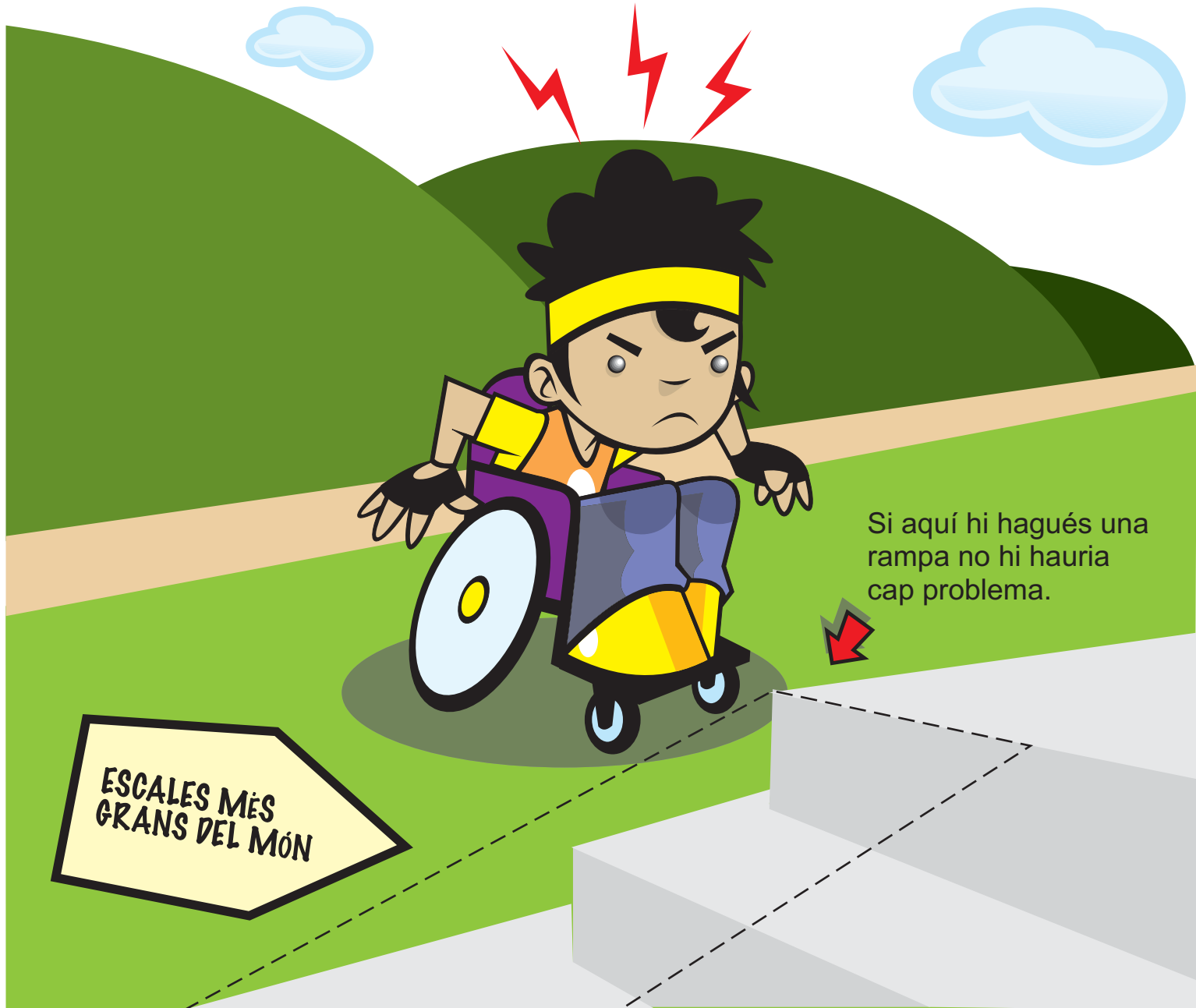
Si en aquest espai hi hagués
un monitor, el nostre amic
podria llegir quan és el seu
torn.



Esperant el seu torn,
sense saber que ja
l'han cridat fa estona.

Alguns problemes que es troben els discapacitats
i que s'haurien de resoldre urgentment.

LES BARRERES ARQUITECTÒNIQUES



Si aquí hi hagués una
rampa no hi hauria
cap problema.

**ESCALES MÉS
GRANS DEL MÓN**

Alguns problemes que es troben els discapacitats
i que s'haurien de resoldre urgentment.

FALTA DE COMPRENSIÓ I PACIÈNCIA

Si un quilo de taronges
val 1€, quant deuen
valer els 3 quilos que
m'ha demanat la mare?
I si....

Ai!
M'estic
atabalant

Va nena, que
ens sortirà
el cabell blanc
esperant.

Enfadats no farem
mai res de bò.

Hi ha persones que necessiten
el seu temps per fer les coses.
És convenient tractar-los amb
comprensió i amabilitat.

Alguns problemes que es troben els discapacitats
i que s'haurien de resoldre urgentment.

LA DISCRIMINACIÓ

Tots tenim els mateixos drets, el fet d'ésser diferent no és motiu per discriminar.

I aquell, que no juga?



Que va!
No veus que és estrany!

QUÈ HI PODEM FER?

Òndia!
I jo no en
sabia res
d'això!

Sí, el món de la discapacitat
és molt més extens i
complicat del que sembla.

Que n'és d'injust això; quan
em curi m'agradaria fer-hi
alguna cosa.

I va arribar el dia en que
em van treure el guix.

YUPIIIII!

Podré
tornar a
caminar.

BOING!

BOING!

Mireu!
Ja m'han tret
el guix!

Ja era hora!

Doncs anem
a jugar!



ÒNDIA!!
Quin ensopiment



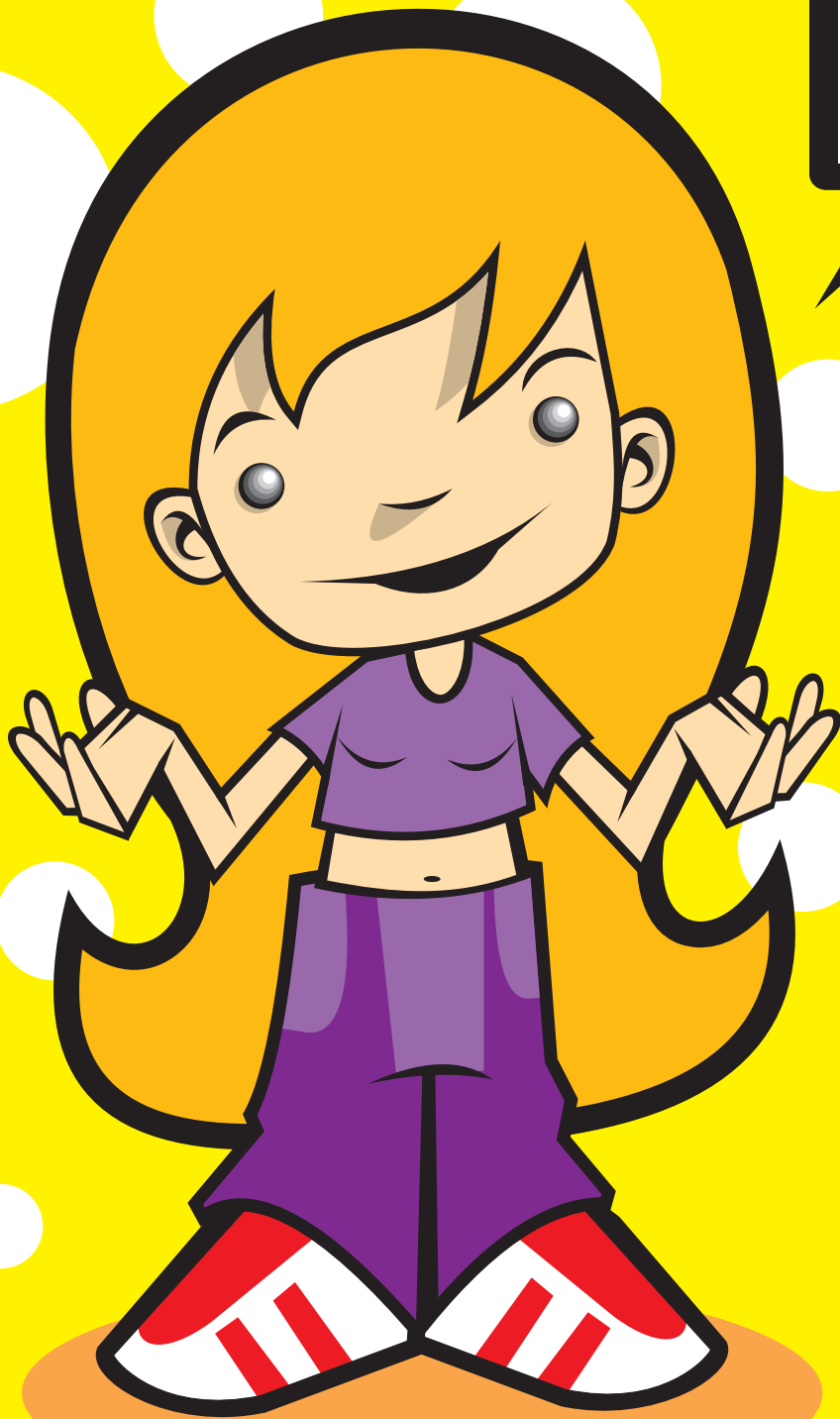
Espereu un moment...



**Ara sí que
hi som tots!!!**

A jugar!!!





Què podem

fer nosaltres?

Com veieu, l'únic que necessiten les persones amb discapacitat és que es tingui en compte la seva diferència per així poder fer allò que poden i volen fer. Tots i cadascun de nosaltres hi podem posar el nostre gra de sorra per a tal de millorar la seva qualitat de vida.

Entre tots serem capaços!

Coses que hem de fer:

- No aparcar les motos i bicicletes en llocs on dificultin el pas: les persones cegues es fan mal i les que van amb cadira de rodes no poden passar.
- Preguntar a la persona si vol que l'ajudem a superar un obstacle amb la cadira de rodes, a creuar el carrer si no hi veu...
- No utilitzar els espais i serveis destinats a les persones amb discapacitat: reserves d'aparcament, lavabos...
- Apropar-nos sense por a les persones que tenen problemes de salut mental i que potser es comporten d'una manera diferent a la nostra.
- Compartir els nostres jocs i activitats amb els companys amb discapacitat. Pensem com. I sobretot, no fem burla de les diferències.

Només així serem capaços de fer un món millor. Un món per a tots.

SOM CAPAÇOS!!

SI VOLS OBTENIR MÉS INFORMACIÓ, POTS NAVEGAR UNA ESTONA:

www.bcn.cat/accessible: *espai virtual de referència sobre accessibilitat i persones amb discapacitat a Barcelona. Hi podràs trobar informació sobre l'accessibilitat dels carrers i del transport i també a l'educació, a la participació, al treball, a la formació, a la cultura, al lleure, als esports...*

sid.usal.es: *Servicio de Información sobre Discapacidad. Si vas a Información hi pots trobar tot tipus de dades sobre les diferents discapacitats.*

www.familiarsmalaltsmentals.org: *trobaràs una secció amb respostes a les preguntes més freqüents que ens acostumem a fer sobre els problemes de salut mental.*

www.acapps.org: *Associació Catalana per a la Promoció de les Persones Sordes. A Barreres hi veuràs una recopilació de les diferents barreres de la comunicació amb les que es troben totes les persones sordes, i les seves solucions.*

www.aspace.com: *Associació de Pares de Nens Sords de Catalunya.*

www.asocide.com: *Asociación de Sordociegos de España. Per les persones que tenen les dues discapacitats.*

www.once.es: *si vas a Servicios Sociales/Ceguera y deficiencia visual podràs esbrinar, entre d'altres coses, quines són les idees errònies sobre les persones amb ceguesa o deficiència visual i quin ha de ser el tracte correcte, o quins ajuts tècnics existeixen...*

www.discapnet.es: *és un diari digital amb informació i notícies relacionades amb la discapacitat. Hi podràs trobar informació sobre normativa, recursos, centres i serveis, organitzacions, actualitat, estadístiques, etc.*

www.apps.es: *Federació Catalana Pro Persones amb Retard Mental. Si entres a Altres Àmbits (els protagonistes, la família, escola, lleure...) trobaràs informacions interessants.*

Si vols informació sobre el còmic o el seu contingut, ho pots demanar a:
crp-horta-guinardo@xtec.cat



COMER SESE, ENHANTAROS, SORRIR
 PROBLEMS "ECS"

COMER DES AJUTANTES
 ADO E VOLT
 PERILLS!

(19)



CIDA
 ATENT

EL TACTE
 FINISSIM.

BASTÓ PER
 DETECTAR
 OBSTACLES



2) NO PORE NI FER BURLA D'UNA DISCAPACITAT
 ES MOLT IMPORTANT!

SI HAN RIGOR
 DE MI PPO SÓC
 LENT

TEMNI
 JO EOC EL TEU
 AMIC

ESTIC
 AK!

↑
 AQUEST
 COMPTAMENT
 ES DE MALA
 PERSONA.

BY



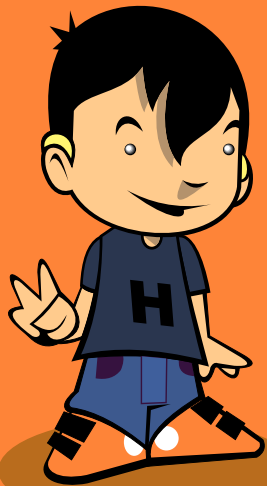


llenguatge
de
Signes

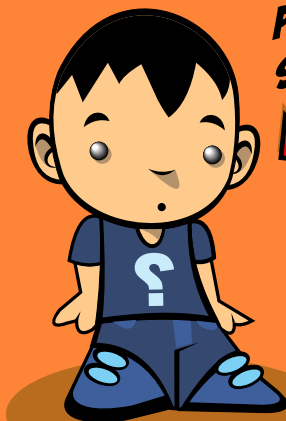
3) NO MARGINAR ALS DECAPACITATS DES NOSTRES JCS
DESEAR ALTERNATIVES



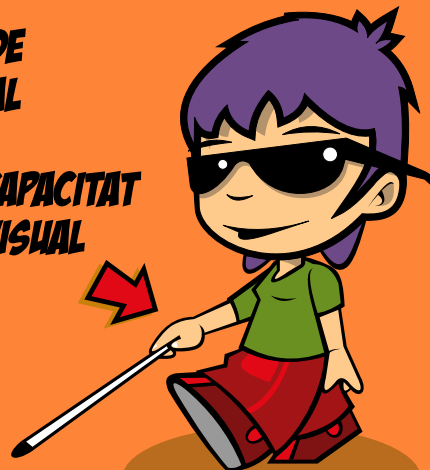
AIXO NO POT ESSER



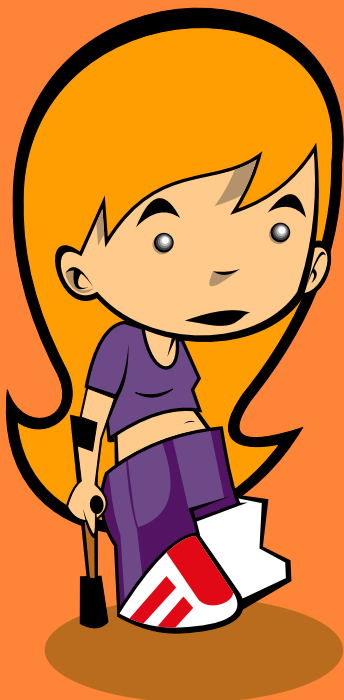
**DISCAPACITAT
AUDITIVA**



**PROBLEMES DE
SALUT MENTAL**



**DISCAPACITAT
VISUAL**



**DISCAPACITAT
INTEL·LECTUAL**



**DISCAPACITAT
FÍSICA**

