RIADIS

IDA International Disability Alliance

Red GIRDD LAC

Con el apoyo de: cbm christian blind mission

Personas con discapacidad y redes comunitarias en la nueva normalidad.

¿Sabes qué son las Redes de Comunitarias?

Las Redes Comunitarias son grupos de personas, organizaciones de personas con discapacidad, instituciones y otras organizaciones cercanas a la Persona con Discapacidad que promueven su inclusión, bienestar y el cumplimiento de los derechos humanos.

¿Por qué es importante crear y fortalecer las redes comunitarias para las personas con discapacidad durante la pandemia y en la nueva normalidad?

- **Pueden ayudarte a enfrentar y sobrellevar de la mejor manera la pandemia ocasionada por el virus de la COVID-19.**

- **Promueven la garantía de tus derechos y apoyan el mejoramiento de tu bienestar.**

1. Redes de apoyo mutuo familiares y círculos cercanos.

- Tu familia debe involucrarte en todas las medidas de protección que se realicen en tu hogar para prevenir el virus de la COVID-19. Y para preparar un plan familiar si alguien de la familia se contagia de COVID-19.

- Es importante que la familia y tus círculos cercanos te compartan información confiable sobre las vacunas y los planes de vacunación para que accedas a ellos de manera oportuna.

- Colabora con tu familia en el proceso de limpieza y desinfección de todos los espacios de tu casa, mantén limpias y desinfectadas tus ayudas técnicas.

- Realiza actividades en las que compartas tiempo con tu familia, por ejemplo, participar en juegos de mesa, hacer cine en casa, hacer ejercicios o preparar la comida.

- Tu trabajo o el de algún miembro de tu familia será un apoyo importante para tener recursos que cubran los gastos de tu hogar.

- Procura mantenerte en contacto con tus amigos por llamadas telefónicas, WhatsApp o usando plataformas virtuales para hacer reuniones.

2. Redes comunitarias en la escuela:

- Si aún estas estudiando, las redes comunitarias escolares, son muy importantes para garantizar tu derecho a tener una educación inclusiva y de calidad.

- Ante la pandemia, tus maestros tienen la obligación de seguir enseñándote cosas nuevas.

- Si en la escuela, tus maestros no te incluyen en las actividades a distancia, tienes el derecho a pedir que te permitan participar en igualdad de oportunidades que los demás.

- Tus amigos de la escuela son muy importantes, puedes hacer llamadas o videollamadas con ellos.

- Pide apoyo a tus maestros cuando tengas dificultades para acceder a la tecnología o para usar las plataformas virtuales para el aprendizaje.

- En caso de que sea necesario, pide a tus redes comunitarias en la escuela, tu familia, facilitadores o amigos que te ayuden a conseguir información accesible y adaptada a tus necesidades.

- Infórmate sobre el retorno presencial a la escuela para que conozcas los beneficios, los riesgos y las medidas de bioseguridad necesarias.

3. Redes comunitarias en el trabajo:

- Durante la pandemia es posible que tengas que dejar de asistir a tu trabajo de manera presencial.

- Conversa con tus jefes o con la persona del área de recursos humanos a cargo, para que te indiquen cómo seguir activo y productivo.

- Organiza reuniones de manera virtual, a través de videollamadas con tus colegas y compañeros de trabajo, para evaluar el avance de tus actividades.

- Si estás trabajando de manera virtual organiza tus tiempos para que el trabajo no sobrepase y afecte tu cuidado o tiempo personal.

- Para volver al trabajo de manera presencial, dialoga con tu jefe o el área de recursos humanos para que analicen las medidas de bioseguridad y tengas un retorno seguro a tu puesto de trabajo.

- Recuerda que, aunque hayas sido vacunado, el virus sigue entre nosotros y debes mantener todas las medidas de bioseguridad para cuidar tu salud, la de tus compañeros de trabajo y tu familia.

4. Organizaciones de personas con discapacidad

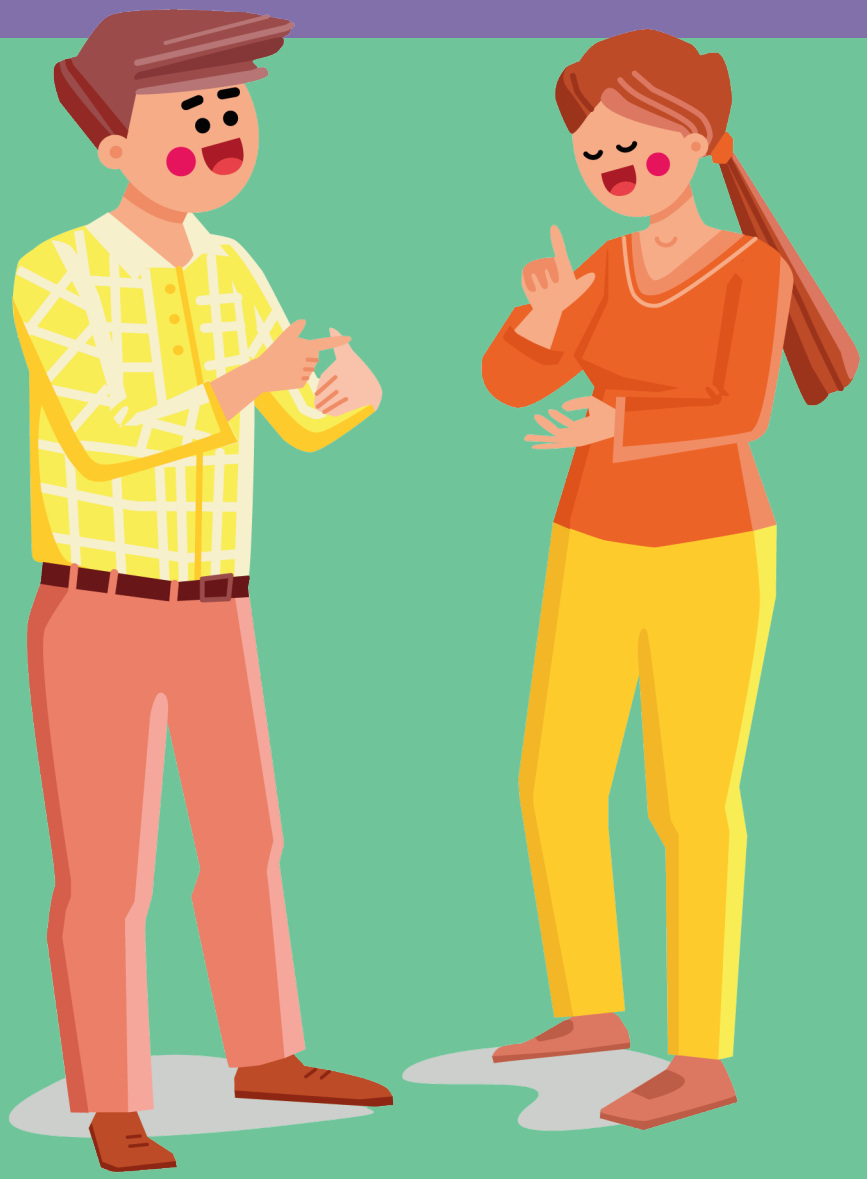
- Convivir con la sociedad nos ayuda a tener amigos, relaciones personales y compartir tiempo juntos.
- Crea nuevas formas de relacionarte con las personas.
- Organiza y participa en reuniones virtuales, es una buena oportunidad para capacitarte, compartir, aprender, salir de la rutina.
- Colabora en los planes de ayuda humanitaria para las personas de tu organización que están en situaciones económicas complicadas, ya sea entregando kits de alimentos, medicinas u otros.
- Apoya a tu organización en las acciones para la defensa y promoción de tus derechos y de las demás personas y en la incidencia política a nivel local, nacional, regional o global.
- Prepara con los integrantes de tu organización, un plan para realizar actividades presenciales considerando las medidas de bioseguridad y las recomendaciones oficiales en tu país con respecto al número de personas que pueden participar.

5. Redes Institucionales.

- Las redes institucionales pueden estar integradas por organizaciones de gobierno, organizaciones de las Naciones Unidas, organizaciones de acción humanitaria, iglesias u otras organizaciones de la sociedad civil.
- Existen instituciones dedicadas al cuidado de la salud y a la ayuda social, que están trabajando para que todos y todas estemos bien.
- Averigua qué instituciones u organizaciones están cerca, qué servicios prestan y cómo puedes acceder a ellos en caso de que tengas alguna emergencia o necesidad.
- Gracias a estas instituciones podemos acceder permanentemente a información actualizada y veraz sobre la COVID-19.

Recuerda que, aunque hayas recibido la vacuna debes seguir manteniendo las medidas de bioseguridad por tu salud y la de tu familia.

Este es un mensaje de:
RIADIS, IDA, La RED GIRDD LAC con el apoyo de CBM.



RIADIS

IDA International Disability Alliance

Red GIRDD LAC

Con el apoyo de: cbm christian blind mission