



# DAR EL PRIMER PASO



Programa Inclusión para el Desarrollo Comunitario

# DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones

**Fundación Saldarriaga Concha**  
**Carrera. 11 # 94 – 02 of 502**  
**Bogotá – Colombia**

Soraya Montoya González  
Directora Ejecutiva

## **Equipo Técnico de la Fundación**

Juan Pablo Alzate  
Líder Vida Digna  
Diana Patricia Martínez  
Líder Acceso al Conocimiento  
María Isabel Salinas  
Coordinadora del Programa  
“Inclusión para el Desarrollo Comunitario”

## **Autores**

Diana Patricia Martínez  
Carlos Alberto Vargas  
Juan Camilo Celemín

Comité editorial  
María Alejandra Neira – Gerente de relaciones institucionales  
Luisa Fernanda Berrocal – Líder movilización social

Diseño y diagramación  
[www.grafoscopio.co](http://www.grafoscopio.co)  
Impresión y encuadernación  
Grafoscopio  
Impreso en Colombia  
Fotografía o ilustraciones  
Grafoscopio

**Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional,  
USAID**

**Embajada de los Estados Unidos de América**  
**Bogotá – Colombia**

Peter Natiello  
Director General

## **Otros miembros del equipo**

John Allelo  
Director de la Oficina de Poblaciones Vulnerables  
Christina Davis  
Subdirectora de la Oficina de Poblaciones Vulnerables  
Thea Villate  
Gerente del Programa

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 3.0 Unported.

Este material fue realizado en el marco del proyecto Inclusión para el Desarrollo Comunitario.

Publicación de la Fundación Saldarriaga Concha, todas las publicaciones FSC están disponibles en el sitio web:  
[www.saldarriagaconcha.org](http://www.saldarriagaconcha.org)

Este material fue posible gracias al generoso apoyo del pueblo americano a través de la Agencia de Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (USAID). Los contenidos son responsabilidad de sus autores y no reflejan necesariamente las opiniones de USAID ni del Gobierno de Estados Unidos.

# CONTENIDO

|                                           |    |
|-------------------------------------------|----|
| PARA EMPEZAR                              | 4  |
| PARTE 1.                                  | 5  |
| SIEMPRE HAY FUTURO                        |    |
| Tema 1.                                   | 5  |
| Personas sin límites en un mundo limitado |    |
| Tema 2.                                   | 9  |
| Tener una razón para vivir                |    |
| Tema 3.                                   | 17 |
| Darle sentido a la vida                   |    |
| Tema 4.                                   | 22 |
| Cada paso es una victoria                 |    |
| PARTE 2.                                  | 27 |
| MAS ALLÁ DE LAS BARRERAS                  |    |
| TEMA 5.                                   | 28 |
| Comunidad que se Comunica                 |    |
| TEMA 6.                                   | 29 |
| Nadie está solo                           |    |
| TEMA 7.                                   | 32 |
| Ser parte de la solución                  |    |
| TEMA 8.                                   | 37 |
| El futuro en nuestras manos               |    |



### PARA EMPEZAR

Todas las familias pueden mejorar, no hay duda de eso. Si cada familia se pone de acuerdo en lo que quiere lograr, y si cada uno elige bien su futuro y lucha para construirlo, descubrirá pronto que cuenta con muchas más herramientas de las que cree, para tener una vida plena, digna, con oportunidades y sobre todo con valor.

Quienes tienen una discapacidad deben saber que sus opciones para planear su vida y hacer un buen futuro no están limitadas. Si se fijan más en sus capacidades que en sus dificultades, y si conocen y hacen valer sus derechos, van a encontrar el camino para salir adelante y lograr lo que quieren.

En estas páginas se encuentran ideas, reflexiones y ejercicios para hacer un proyecto de vida pensado desde la persona con discapacidad y su familia, pasos útiles para que todos puedan llegar a donde quieren en su vida.





# PARTE 1.

## SIEMPRE HAY FUTURO

En esta parte vamos a trabajar en un plan de vida. Todas las personas tienen la oportunidad de hacer algo grandioso con su vida: vivir bien, hacer cosas útiles con su tiempo y con sus recursos, y darle sentido a su paso por el mundo.

### Tema 1.

## Personas sin límites en un mundo limitado

### ¿Qué es la inclusión?

La inclusión significa que una persona pueda participar en las actividades y decisiones de su familia, barrio, comunidad, o su país, que pueda realizar las cosas que quiere, en cualquier aspecto de su vida, sin encontrar rechazo ni barreras.

### ¿Qué es la discapacidad?

La discapacidad se presenta cuando una persona que tiene una deficiencia en su cuerpo, y funciona de una manera diferente en su forma de moverse, sentir, pensar, o relacionarse con los demás y con el mundo, se encuentra con obstáculos y barreras en la sociedad que no lo dejan vivir activamente y en igualdad con las otras personas.



#### Recuerde que:

Todos podemos aportar en la Inclusión, si quitamos las barreras que le hacen la vida difícil a las personas con discapacidad, y si los tratamos siempre con respeto y con dignidad.



#### Preguntas:

¿Las barreras están en las personas con discapacidad o en la sociedad en la que viven?

---

---

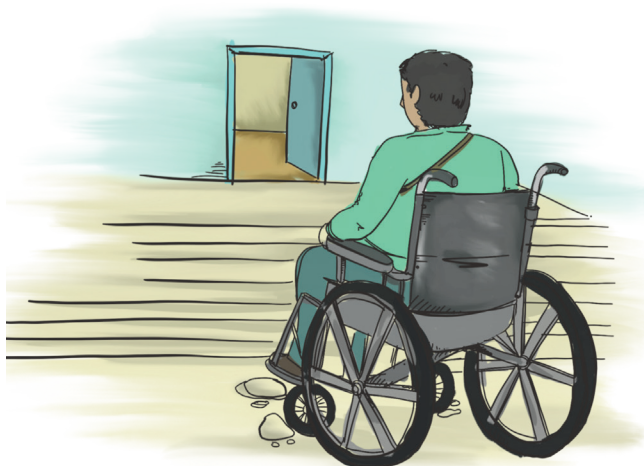
---

¿Las personas con discapacidad deben estar apartadas de las demás para poder vivir bien?

---

---

---



# DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones

## ¿Cuáles son las discapacidades que existen?

Las condiciones del cuerpo de cada persona son únicas, y por eso es importante conocerlas muy bien, para darle los apoyos que necesita. La discapacidad puede ser:



### Sensorial o de los sentidos:

Como las personas ciegas o las personas sordas, que tienen limitación en uno de los sentidos.

### Cognitiva o de aprendizaje:

Como las personas con Síndrome de Down o distintos tipos de limitaciones para aprender.

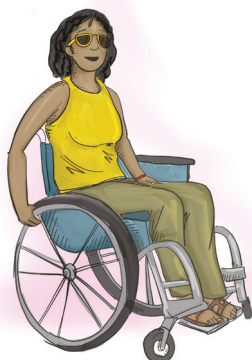


### Física o de movimiento:

Como las personas que han perdido un brazo, una pierna, o las que tienen que usar silla de ruedas.

### Psicosocial:

Como las personas que tienen paranoia o depresión, y todas las que tienen dificultades para la participación e interacción con los demás debido a estas condiciones de su mente.



### Múltiple:

Como las personas que son ciegas y que además deben usar silla de ruedas, y todas las que tienen dos o más discapacidades.

## ¿Qué derechos tienen las personas con discapacidad?

Las personas con discapacidad tienen los mismos derechos que todas las personas. Éstos aparecen en la convención sobre los derechos de las personas con discapacidad.

Es importante que las personas con discapacidad y sus familias entiendan que no son personas que tienen privilegios sobre los demás, y que así como tienen derechos, tienen los mismos deberes y les aplican las mismas leyes que a todos.





## DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones

### ¿Hay ideas equivocadas sobre la discapacidad?

Muchas personas piensan que la discapacidad es un error de la naturaleza, un castigo divino, o una enfermedad que hace a las personas especiales. Pero hoy se sabe que la discapacidad no es nada de lo anterior y hace parte de las diferencias que tienen todos los seres humanos.

La comunidad debe tomar conciencia sobre la importancia de quitar todas las barreras que a las personas con discapacidad no las dejan vivir plenamente: Tratarlos con respeto, permitirles decidir, hacerlos parte de la comunidad y no pensar que van a ser niños toda la vida.



#### Recuerde que:

Las personas con discapacidad tienen mucho potencial, son capaces de aprender y pueden tener una vida como todos.



#### Preguntas:

¿Tener discapacidad es una enfermedad?

---

---

---

¿Qué es la discapacidad psicosocial?

---

---

---



## Tema 2.

### Tener una razón para vivir

#### ¿Qué es un Plan de vida?

Plan de vida son las elecciones que una persona y una familia hacen, para darle a su vida un sentido, para aspirar a sueños concretos en los que se vean realizados, y para tomar decisiones acertadas que respalden y hagan posible cumplir esos sueños, teniendo en cuenta los recursos con que cada persona cuenta para llevar a cabo su plan.

“Lo invitamos a que haga un plan para su vida pensando en 8 derechos fundamentales que tiene como ciudadano Colombiano”



#### Recuerde que:

Las personas con discapacidad pueden planear su vida según sus gustos, sus intereses y sus habilidades.



#### Preguntas:

¿Qué es un Plan de vida?

---



---



---

¿Por qué la educación es un derecho?

---



---



---



Educación



Protección Especial



Trabajo



Justicia



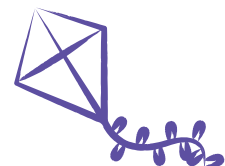
Salud



Respeto del Hogar y la Familia



Participar como ciudadano



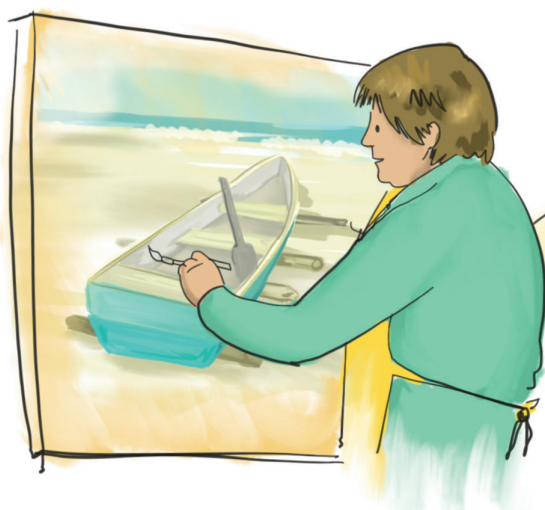
Cultura, el deporte y usar bien el tiempo libre

# DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones

## ¿Qué es el derecho a la educación?

Las personas con discapacidad tienen muchas capacidades que deben conocer y aprovechar, por esto es importante que, según su edad, vayan a la escuela y allí se les den apoyos para que puedan aprender. Las personas con discapacidad pueden ir a los colegios y las universidades a los que van las demás personas, y no a instituciones en donde estén apartados de los demás.



## ¿Cómo puedo planear mi educación?

- Es bueno que a cualquier edad las personas aprendan a leer y escribir.
- Es muy importante completar la educación básica.
- Es útil tener metas claras sobre lo que se quiere aprender.
- Todas las personas necesitan aprender cosas para poder trabajar.
- Los menores con discapacidad pueden ir al colegio más cercano a su casa.
- Las personas con discapacidad tienen talentos y habilidades que pueden desarrollar estudiando.





## ¿Qué es el derecho a la salud?

Todas las personas necesitan estar sanas y sentirse físicamente bien. Los hospitales, clínicas y demás lugares en los que atienden en salud deben prestar servicios de buena calidad a las personas con discapacidad. Y en caso de que necesiten un servicio de rehabilitación, deben darlo.



## ¿Cómo puedo planear mi salud?

- Estar afiliado a salud.
- Tener el diagnóstico de discapacidad.
- Tener una historia médica en un centro de salud o en un hospital.
- Buscar con frecuencia citas de control médico general.
- Toda enfermedad o malestar debe recibir atención médica a tiempo.
- Tener buenos hábitos de higiene y de cuidado personal.
- No descuidar la alimentación, el descanso, ni el ejercicio.

## DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones

### ¿Qué es el derecho al trabajo?

Las personas con discapacidad pueden trabajar en lo que prefieran como cualquier otra persona. Nadie puede negarles un trabajo por razón de su discapacidad ni obligarlos a trabajar en algo que no quieran.



### ¿Cómo puedo planear mi trabajo?

- Identificar las capacidades y habilidades que se tienen para trabajar.
- Según eso, hacer estudios técnicos, profesionales, aprender un arte o un oficio.
- Si el plan es iniciar un negocio propio, organizar las ideas con claridad.
- Buscar posibilidades de apoyo o asociación para iniciar el negocio.
- Si el plan es buscar un trabajo, organizar hoja de vida y documentos.
- Siempre buscar un trabajo con mejores condiciones y estabilidad.
- Nunca olvidar que los niños no deben trabajar.

## ¿Qué es el derecho a la participación ciudadana?

La sociedad necesita que las personas con discapacidad participen en las decisiones y en la política. Tienen derecho a hacerlo y nadie puede impedir que lo hagan activamente. Si las personas con discapacidad son activas como ciudadanos, las cosas que se decidan sobre ellas van a tener en cuenta su opinión y su decisión.



## ¿Cómo puedo planear mi participación ciudadana?

- Tomarse en serio las votaciones y elegir a quien mejor represente los intereses de la comunidad.
- Hacer seguimiento al trabajo de los gobernantes.
- Asegurarse de que el municipio tenga comité local de discapacidad.
- Asegurarse de que el municipio tenga política pública de discapacidad.
- Trabajar con la comunidad para que en el municipio se garantice el bienestar de las personas con discapacidad.



# DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones



## Primer Taller de Familias – Actividades



## DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones





## Tema 3.

### Darle sentido a la vida

A pesar de que a muchas personas les cuesta mucho realizar sus metas, todas tienen cosas por las que luchar, que van más allá de las necesidades materiales o de los gustos, y que al final permiten dejar una huella en las personas de la familia y la comunidad a la que cada uno pertenece.

Eso es lo que se llama SENTIDO, cuando la vida tiene significado para cada persona.



## DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones

Sigamos construyendo nuestro plan de vida sobre los siguientes derechos:

### ¿Qué es el derecho a la protección?

Cuando sucede algo, como las guerras o los desastres naturales, las personas tienen que ser protegidas para garantizar su derecho a la vida. También deben ser protegidas para que nadie las torture o trate de manera inhumana. Y para que no sean lastimadas con violencia.

Este derecho implica también que las personas con discapacidad tengan una vivienda digna, con los servicios básicos y con las condiciones para que puedan estar seguros, teniendo en cuenta las características de su discapacidad.



### ¿Cómo puedo planear la protección?

- Evitar todo tipo de maltrato o violencia hacia las personas con discapacidad.
- Evitar todo tipo de explotación de personas con discapacidad.
- Prevenir cualquier forma de abuso hacia personas con discapacidad.
- Conocer los programas de prevención de desastres del municipio.
- Conocer los planes de emergencia y estar preparados en casa para cualquier situación de riesgo.

## ¿Qué es el derecho al respeto del hogar y la familia?

Las familias de personas con discapacidad deben recibir todos los apoyos necesarios para que puedan mantenerse juntos y para que puedan vivir dignamente. Las personas con discapacidad tienen derecho a conformar una familia, a enamorarse, tener una relación afectiva, una pareja y tener hijos.

## ¿Cómo puedo planear el hogar y la familia?

- Tener claros los valores con los que se conforma la familia.
- Cambiar las actitudes que no ayudan a la inclusión.
- Hacer un plan familiar de vida, con metas y decisiones.
- Tratar a cada persona de la familia según su edad, sus capacidades y su autonomía.
- Enseñar a los niños a manejar sus emociones, sentimientos y las relaciones con los demás.
- Apoyar a las personas con discapacidad para que tengan amigos y también su propia familia.



### Recuerde que:

Las personas con discapacidad tienen los mismos derechos que cualquier otra persona y nadie puede aprovecharse de su discapacidad para evitar que vivan plenamente sus derechos.



### Preguntas:

¿En dónde podemos encontrar los derechos de las personas con discapacidad?

---



---



---

¿Se le puede negar a alguien la atención en salud por el hecho de tener una discapacidad?

---



---

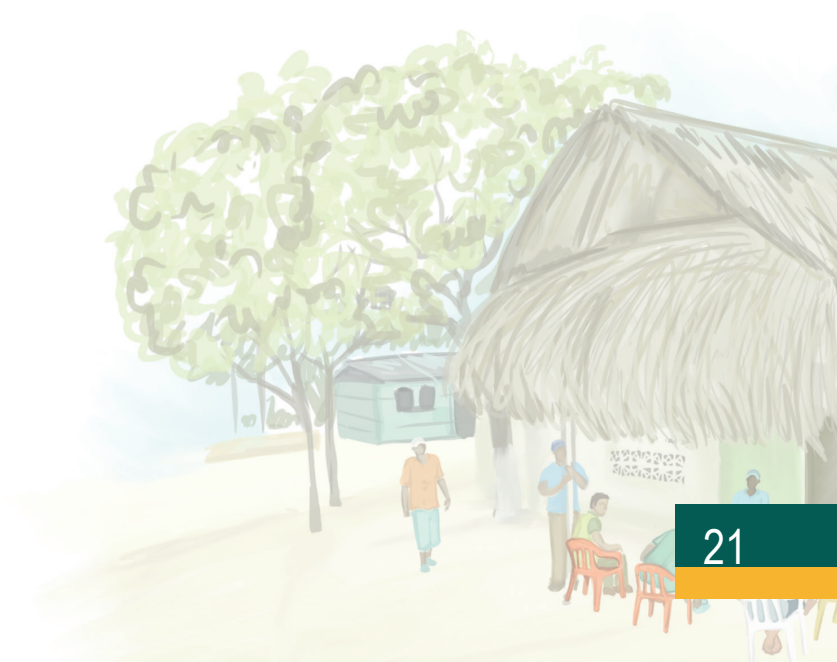


---

### Segunda Visita a la Familia – Actividades







## Tema 4.

### Cada paso es una victoria

Si una persona tiene claras las razones por las que vive, es mucho más fácil que elija sus metas y sueños. Es importante hacer una lista de esas metas, personalmente y como familia. Y saber exactamente cuáles son los pasos que hay que dar para alcanzarlas, esto es tomar decisiones y poner plazos para cumplir todo lo que se proponen.



#### Recuerde que:

Un plan de vida tiene un propósito, unas metas, unas decisiones y unas fechas para cumplirlo. Las personas con discapacidad pueden lograrlo si cuentan con los apoyos que necesitan.



#### Preguntas:

¿Son claras las razones que tenemos para vivir?

---

---

---

¿Tenemos sueños que nos ayudan a realizarnos como personas?

---

---

---



Sigamos construyendo nuestro plan de vida sobre los últimos dos derechos:

### ¿Qué es el derecho a la justicia?

Que una persona tenga discapacidad no significa que deba ser tratada de manera diferente en la justicia, sea porque ha sido víctima, o porque ha cometido un delito. En todos los casos una persona con discapacidad tiene que ser ayudada para que la justicia se cumpla plenamente en su proceso.

### ¿Cómo puedo planear que en mi vida haya justicia?

- Todas las personas en la familia deben tener sus documentos de identidad.
- Los hombres mayores de 18 años deben definir su situación militar.
- La familia debe formar en valores de ética y honestidad.
- Evitar siempre los comportamientos contrarios a la ley.
- Evitar que las personas con discapacidad sean utilizadas para actos ilegales.
- Estar atento a campañas de información sobre justicia en el municipio.
- Conocer las instituciones y los funcionarios encargados de la justicia en la región.



## DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones

### ¿Qué es el derecho a la cultura, el deporte y el uso del tiempo libre?

Las personas con discapacidad tienen derecho a participar en la cultura de su país y de su región, en los deportes, la recreación, el arte, y cualquier forma de cultura que quieran, por lo que cada municipio debe asegurarse de que puedan hacerlo y que los lugares en los que practican estén adecuados para personas con discapacidad.

### ¿Cómo puedo planear que en mi vida haya cultura, deporte y uso del tiempo libre?

- Conocer y aprovechar los talentos deportivos y artísticos de cada persona.
- Hacer parte de grupos artísticos, grupos musicales o equipos deportivos.
- Participar activamente de las celebraciones del municipio.
- Apoyar a las personas con discapacidad para que se integren a los grupos culturales.
- Promover que en todos los espacios del municipio se invite a personas con discapacidad a participar.



#### Recuerde que:

Las personas con discapacidad tienen derecho a tener una vida independiente, a tomar sus propias decisiones y elegir.



#### Preguntas:

¿Qué apoyo necesitan darse en la familia, para que todos puedan cumplir su plan de vida?

---

---

---

¿Hay alguna meta que todavía no sepan cómo cumplir?

---

---

---





## Tercera Visita a la Familia – Actividades



# DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones



## PARTE 2.

# MAS ALLÁ DE LAS BARRERAS

En la vida todas las cosas importantes necesitan preparación. Las familias de personas con discapacidad hoy están cerca de empezar nuevos capítulos en su vida, para luchar por metas más claras y vivir con menos conflictos a su alrededor, es hora de entender que las cosas no se solucionan con violencia.

En esta parte se propone conocer y ejercitar 3 habilidades muy útiles para construir una comunidad de paz, en la que las personas con discapacidad puedan cumplir su plan de vida y participar en las decisiones de la comunidad. Estas habilidades son: Comunicarse mejor, ser solidarios, y resolver en paz los problemas.



### TEMA 5.

#### Comunidad que se Comunica

##### ¿Por qué aprender a comunicarse?

Es muy importante aprender a decir las cosas de una manera tranquila, siempre respetando a los otros y siempre siendo claro en lo que se quiere decir, y es importante reconocer que no sólo se dicen las cosas con palabras, también con gestos, con la fuerza al hablar y con el interés que demuestra la posición del cuerpo. Comunicarse es clave para lograr las metas del plan de vida.

##### ¿Cómo puedo comunicarme mejor con los demás?

- Siempre escuchar a las demás personas, mirándolas con atención.
- Tratar de no interrumpir a los otros cuando están contando algo.
- Siempre que se pueda, responder las preguntas que otros hagan.
- Evitar decir cosas hasta estar seguro de que son verdad.
- Hablar con las personas, no hablar de las personas.
- Tener paciencia al hablar con alguien a quien le cuesta trabajo comunicarse, darle la oportunidad de decir todo lo que tiene por decir.
- Quien tiene dificultad para hablar, no rendirse e intentar hasta que el otro entienda lo que se le quiere decir.
- Cuando se necesita algo, pedirlo con amabilidad, y esperar con tranquilidad la respuesta.



## TEMA 6.

### Nadie está solo

Las personas están rodeadas de cosas que han hecho otros, desde la casa en la que viven, hasta las cosas que usan todos los días. Ese es un ejemplo de que nadie está solo, lo que cada uno hace tiene consecuencias en los demás, y lo que ellos hacen también afecta a otras personas, a veces para bien, a veces no.

#### ¿Es importante la solidaridad?

Cuando las personas se apoyan en sus metas y buscan conseguir juntos las cosas que les beneficien a todos, quienes tienen algunas limitaciones para ciertas actividades, ven cómo se superan esas limitaciones y pueden hacer parte activa de todos los aspectos de la vida en comunidad. Para las personas con discapacidad una vida solidaria es un excelente camino para ser y sentirse útiles dentro de la familia y la comunidad.



## DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones

### ¿Cómo podemos ser una familia y una comunidad solidaria?

- Pensar siempre en las cosas que pueden ser mejor en la familia y en la comunidad.
- Pedir ayuda al no poder hacer algo solo, y ayudar también a quien necesite una mano.
- No depender de los demás todo el tiempo, ayudar a que las personas puedan valerse por sí mismas en muchas cosas.
- Todas las personas tienen algo que aportar, es importante valorar eso y darles la oportunidad de hacerlo.
- Frente a un proyecto, una tarea en común, o un problema que resolver, es bueno pedirle a cada persona que aporte lo que sabe hacer mejor.
- Unir las fuerzas de todos es mejor que trabajar cada uno por su lado, esta unión genera inclusión y también familiaridad.
- Las comunidades salen adelante más fácilmente cuando logran reconciliarse con el pasado, superar los dolores del ayer, y cuando pueden mirarse a los ojos nuevamente.
- La solidaridad es posible cuando hay una decisión por darle una oportunidad en la comunidad a quien tal vez antes actuó contra ella.



**Recuerde que:**

Comunicarse bien y hablar bien con los demás, es algo muy importante para que nuestras relaciones con los otros sean buenas.

Ser solidarios es una manera de vivir mejor, pues todos pueden darse la mano para salir adelante y lograr sus metas.

Se construye paz cuando estas dos cosas pasan todos los días en la comunidad.

**Preguntas:**

¿En qué cosas puede mejorar cada uno de los miembros de la familia para que se comuniquen mejor?

---

---

¿Cuál puede ser una buena clave para tener una buena relación con los vecinos y las personas de la comunidad?

---

---

¿Qué asunto de la comunidad necesita de la solidaridad de todos?

---

---

### TEMA 7.

#### Ser parte de la solución

Una frase sabia dice: “Eres parte de la solución, parte del problema... o parte del paisaje”, eso significa que existen 3 posibilidades ante un problema: agrandarlo, ignorarlo, o buscar la forma de resolverlo. Muchas personas se han acostumbrado a agrandar los problemas, o a ignorarlos. Pero si las comunidades quieren vivir en paz deben aprender a ser parte de la solución.

#### ¿Cómo pueden resolverse en paz los problemas?

- La familia es el primer lugar en el que se aprende a superar las dificultades y los desacuerdos.
- No todas las cosas ameritan una discusión, un regaño, un grito. Es bueno dejar pasar algunas cosas que no son graves ni importantes.
- Cuando algo sí es importante, hay que dialogar con los otros para poder llegar a acuerdos.
- Muchas peleas tienen más relación con pequeños detalles que con los temas de fondo.
- Evitar siempre las ofensas, los insultos y las acusaciones personales.
- Evitar las peleas cuando alguien no está en sus cinco sentidos, pues algunas personas se vuelven agresivas cuando han tomado licor o consumido alguna otra sustancia.
- Las armas sólo deben estar en manos de las autoridades que protegen nuestros derechos.
- Cuando un problema ya no se pudo resolver hablando, lo mejor es retirarse y buscar ayuda con alguien que pueda servir de mediador, o acudir a la justicia que decida quién tiene la razón.





## Segundo Taller de Familias - Actividades



## DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones



## Cuarta Visita a la Familia – Actividades



## DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones





## TEMA 8.

### El futuro en nuestras manos

Hay muchas formas de participar en las decisiones que afectan o benefician a las personas con discapacidad en nuestro país, en nuestro departamento y en nuestro municipio. Si cada persona se toma en serio la participación, se podrán mejorar muchas cosas que harían más fácil el desarrollo de las comunidades, las familias y el plan que cada persona tiene para su vida.

#### ¿Cómo se puede participar en las decisiones sobre la comunidad?

Los gobernantes deben contar con las comunidades y éstas pueden pedirles cuentas de las cosas que han hecho durante el tiempo en que han estado ocupando el cargo que tienen.

Hay 3 formas en las que las personas pueden involucrarse en la manera como se deciden muchos asuntos importantes para todos:

- En las elecciones, al escoger a alguien por medio del voto para que esa persona represente a la comunidad y trabaje por sus necesidades e intereses.

- Usando alguno de los mecanismos que tiene la democracia para intervenir en las decisiones que toman quienes gobiernan.

- Cuando una persona de la comunidad se lanza como candidato a ocupar alguno de los cargos en los que puede representar esos intereses y necesidades de su comunidad.



## DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones

### ¿Qué se debe saber sobre la participación ciudadana y política?

- Al votar por alguien, se le da permiso a esa persona para que tome muchas decisiones que afectan a todos.

- El mejor voto que se puede dar, es a quien representa verdaderamente a la comunidad.

- Hay al menos 6 formas en las que una comunidad puede intervenir en la manera como alguien está gobernando o haciendo su labor en el estado:

#### 1. Referendo

#### 2. Plebiscito

#### 3. Consulta Popular

#### 4. Cabildo Abierto

#### 5. Revocatoria del Mandato

#### 6. Iniciativa Popular

- Muchas comunidades han logrado cosas muy importantes para ellos usando estos mecanismos de participación.

- Hay que conocer a las personas que ocupan cargos que son importantes para la comunidad y para las personas con discapacidad, como los concejos municipales, las juntas administradoras locales, las juntas de acción comunal, o los comités locales de discapacidad.

- Todos los municipios del país deben tener una política pública de discapacidad, y un consejo local de discapacidad.

- Todos los municipios deben tener un consejo de política social en el que asistan los representantes del consejo local de discapacidad.

- Las personas víctimas del conflicto están representadas en los comités territoriales de justicia transicional, y en las mesas de víctimas que deben tener todos los departamentos y todos los municipios.

## Quinta Visita a la Familia – Actividades



## DAR EL PRIMER PASO

Lecciones familiares para un futuro sin limitaciones

