

# TODOS TENEMOS DERECHOS



Seeing beyond disability





# TODAS LAS PERSONAS TIENEN DERECHOS.

Tienes derecho a tener una buena vida basada en lo que es importante para ti.

Este folleto te explicará tus derechos.



# QUÉ SON LOS DERECHOS?

**Los derechos son nuestras libertades.**

**Los derechos nos permiten:**

- > Estar seguros
- > Vivir libremente
- > Hacer elecciones
- > Que se nos trate de manera justa

**Nuestros derechos estan protegidos por:**

- > Leyes
- > El gobierno
- > Los tribunales





## Todos necesitamos respetar los derechos de todos.

La Ley de Estadounidenses con Discapacidades, también llamada ADA, es la ley que tiene por objeto poner fin al trato injusto de las personas con discapacidades en Estados Unidos.

Esta ley protege los derechos de trabajar, ir a la escuela, acceder a edificios, transporte y más.

Las Naciones Unidas redactaron la Declaración Universal de Derechos Humanos. Los derechos humanos establecen que todos deben recibir un buen trato, sin importar:

- > De dónde eres
- > Tu género
- > El idioma que hablas
- > Tu sexualidad
- > El color de tu piel
- > Tu discapacidad
- > Tu cultura o religión



# TU DERECHO A ELEGIR

## Tienes derecho a:

- > Try new things.
- > Learn what you like and don't like.
- > Say what you want and be heard.
- > Make your own decisions.
- > Get support to understand your choices.
- > Make mistakes and learn from them.
- > Change your mind.





# YOUR RIGHT TO SAFETY

## Tienes derecho a:

- > Llamar al 911 en caso de emergencia.
- > Acudir a la policía para que te brinde ayuda.
- > Aprender sobre la seguridad contra incendios.
- > Aprender sobre emergencias, como los apagones.
- > Aprender sobre la seguridad en casa, como la seguridad en la cocina.
- > Aprender sobre la seguridad en la comunidad, como las reglas de tránsito.

## Debes:

- > Llamar al 911 en caso de emergencia.
- > Seguir los procedimientos de evacuación en una emergencia.
- > Seguir las reglas de seguridad en casa.
- > Seguir las reglas de seguridad comunitarias, como las señales de tránsito.



# TU DERECHO A UNA CASA

## Tienes derecho a:

- > Decir dónde quieres vivir.
- > Decir con quién quieres vivir.
- > Sentirte seguro/a en tu casa.
- > Decórala como quieras.
- > Cerrar la puerta cuando quieras estar solo/a.
- > Que se te trate con amabilidad en tu casa.
- > Tener las llaves de tu casa.
- > Tener una copia de tu arrendamiento.
- > Tener visitas.
- > Entrar y salir cuando quieras.

## Debes:

- > Elegir un lugar que puedas pagar.
- > Ser un buen vecino.
- > Respetar la privacidad de los demás.







## TU DERECHO A LA PRIVACIDAD

### Tienes derecho a:

- > Un espacio privado.
- > Conversaciones privadas.
- > La privacidad de tu información.
- > Comprender lo que se escribe sobre ti.

### Debes:

- > Respetar la privacidad de los demás.

# TU DERECHO A ESTAR LIBRE DE ABUSO

## Tienes derecho a:

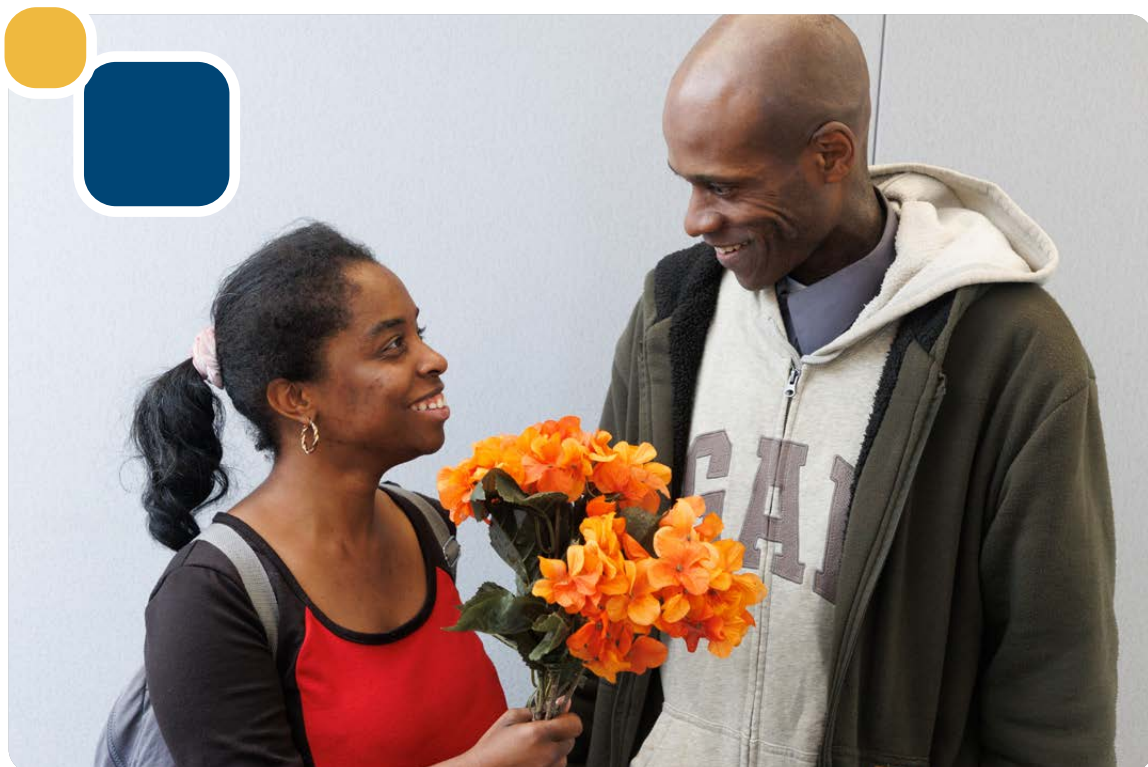
- > Estar libre de abuso verbal y físico.
- > Aprender sobre el abuso y cómo obtener ayuda.
- > Que se satisfagan tus necesidades, y que no se te desatienda.
- > Tener tu propia opinión y estar en desacuerdo con los demás.
- > Que se te trate con amabilidad, incluso cuando no estés de acuerdo.

## Debes:

- > Ser respetuoso/a con los demás.
- > Decir “no” a las cosas que te hagan sentir incómodo/a.
- > Decir “no” a las cosas que te causan daño a ti o a los demás.
- > Contarles a las personas en las que confías si alguien es grosero o irrespetuoso.







# TU DERECHO A LA SEXUALIDAD

## Tienes derecho a:

- > Tener relaciones con las personas que te gustan.
- > Aprender sobre el sexo.
- > Tu identidad de género.
- > Tu orientación sexual.
- > Tener sexo si quieres.
- > Tener una familia.

## Debes:

- > Respetar los límites de los demás.
- > Tener relaciones adecuadas para tu edad.
- > Respetar la privacidad y el espacio personal.
- > Escuchar y respetar cuando alguien dice “no”.
- > Decir “no” si no te gusta algo.

# AYUDA PARA APOYAR TUS DERECHOS

Si sientes que no se respetan tus derechos, habla con alguien de tu confianza, como un amigo, familiar o trabajador social.





# U DERECHO A LA INDEPENDENCIA

## Tienes derecho a:

- > Tener una vida independiente.
- > Recibir apoyo que te permita ser independiente.
- > Decidir cómo quieres recibir apoyo.
- > Aprender a hacer cosas por ti mismo/a, como limpiar, lavar la ropa, cocinar y hacer las compras.
- > Programar citas, realizar actividades que disfrutes y conocer gente.
- > Abogar por ti mismo/a.
- > Defender todo aquello que te importe, como el medioambiente, los animales o cualquier otra cosa.
- > Disfrutar de tus pasatiempos con otras personas.



# TU DERECHO A ACCEDER A LA TECNOLOGÍA

**Tienes derecho de aprender cómo usar dispositivos como:**

- > Computadora
- > Laptop o tableta
- > Teléfono
- > Teléfono inteligente
- > Reloj inteligente
- > Alexa
- > TV inteligente

**Tienes derecho a usar la tecnología para:**

- > Conectarte con otras personas, por ejemplo, al enviar mensajes de texto o hacer una llamada.
- > Aprender sobre tus intereses al buscar en Internet.
- > Aprender sobre la seguridad en línea.
- > Divertirte, por ejemplo, al escuchar música, jugar o ver películas.
- > Comunicarte, por ejemplo, con una tableta de voz.
- > Ser independiente, por ejemplo, usar aplicaciones de transporte público y mapas en tu teléfono.

**Debes:**

- > Ser respetuoso/a con los demás en línea.
- > Contarle a alguien sobre comportamientos inseguros o desagradables en línea.
- > Cuidar tus dispositivos.
- > Pedir ayuda cuando la necesites.





# TU DERECHO A TU DINERO

## Tienes derecho a:

- > Llevar tu dinero y tener una billetera.
- > Elegir cómo gastar tu dinero.
- > Aprender a hacer un presupuesto.
- > Tener una cuenta y una tarjeta bancaria.
- > Recibir ayuda para administrar tu dinero.

## Debes:

- > Pagar tus facturas.
- > Guardar tu dinero en un lugar seguro.
- > Pagar tus deudas.





# TU DERECHO A LA EDUCACIÓN

## Tienes derecho a:

- > Ir a la escuela con todos los demás.
- > Estar en un aula con todos los demás estudiantes.
- > Recibir el apoyo que necesitas para aprender.
- > Tener la tecnología que necesitas para aprender y comunicarte.
- > Asistir a la educación superior y a la universidad.



# TU DERECHO A TRABAJAR

**Muchas personas con discapacidades no tienen trabajos. Es difícil para las personas con discapacidades encontrar trabajo.**

**Tienes derecho a:**

- > Ser parte de los programas vocacionales.
- > Ser voluntario.
- > Buscar un trabajo que te guste.
- > Obtener ayuda para encontrar trabajo.
- > Aprender las habilidades que necesitas para tu trabajo.
- > Que se te pague por tu trabajo.





# TU DERECHO A QUE SE TE INCLUYA EN TU COMUNIDAD

## Tienes derecho a:

- > Ir a cualquier parte en tu comunidad.
- > Pasar tiempo con las personas que te agradan.
- > Participar en tu comunidad.
- > Obtener apoyo de tu comunidad.
- > Ayudar a los demás en tu comunidad.
- > Que se te respete por el valor que brindas a tu comunidad.

## Debes:

- > Respetar a los demás en tu comunidad.

# TU DERECHO A LA CULTURA Y LA RELIGIÓN

## Tienes derecho a:

- > Tu propia cultura.
- > Celebrar tus días festivos.
- > Elegir tu propia religión.
- > Ir a la iglesia, templo, mezquita u otro sitio de culto que te guste.
- > Optar por no tener una religión.

## Debes:

- > Respetar las creencias y culturas de los demás.
- > Seguir las costumbres cuando asistes a un servicio religioso.







# AYUDA DE EMERGENCIA

**Llama al 911 en caso de emergencia.**

**Si te sientes sin esperanzas y necesitas hablar, llama a:**

- > Línea directa nacional de salud mental: 866.903.3787
- > Línea directa para la prevención del suicidio: 988
- > O envía un mensaje de texto a la línea de crisis de Nueva York: 741.741

**Si experimentas abuso verbal o físico, comunícate a:**

- > Línea directa nacional para la violencia doméstica: 800.799.7233
- > Centro de justicia familiar: 800.621.4673

**Para informar un abuso por parte de un proveedor de servicio o parte del personal en el estado de Nueva York, llama al:**

- > Centro de justicia: 855.373.2122.

**Para prepararte para emergencias como apagones o inundaciones, visita estos sitios web:**

- > [www.ready.gov](http://www.ready.gov)
- > [www.nyc.gov/assets/em/downloads/pdf/myemergencyplan\\_english.pdf](http://www.nyc.gov/assets/em/downloads/pdf/myemergencyplan_english.pdf)

# SERVICIOS DE APOYO

**Los servicios gubernamentales ofrecen ayuda con alimentos, dinero, vivienda, trabajo y más.**

- > Para obtener servicios en el estado de Nueva York, llama al 211 o visita este sitio web: [www.ny.gov/services](http://www.ny.gov/services)
- > Para obtener servicios en la ciudad de Nueva York, llama al 311 o visita este sitio web: [www.nyc.gov/accessnyc](http://www.nyc.gov/accessnyc)

**Las bibliotecas públicas ofrecen libros, clases gratuitas y eventos divertidos.**

- > Encuentra una biblioteca cerca de ti en el estado de Nueva York en este sitio web:  
[www.nysl.nysed.gov/libdev/libs/publibs/1pls.htm](http://www.nysl.nysed.gov/libdev/libs/publibs/1pls.htm)

**Servicios de apoyo del estado de Nueva York**

- > Centro de Justicia del estado de Nueva York para la Protección de Personas con Necesidades Especiales
- > Habla con un asesor de discapacidades
  - Teléfono: **800.624.4143**
  - Correo electrónico: [infoassistance@justicecenter.ny.gov](mailto:infoassistance@justicecenter.ny.gov)
  - Sitio web: [www.justicecenter.ny.gov/disability-resources](http://www.justicecenter.ny.gov/disability-resources)

## Servicios de apoyo para personas con discapacidad en la ciudad de Nueva York

> **INCLUYE NYC**, (apoya personas menores de 27)

- Sitio web: [www.includenyc.org](http://www.includenyc.org)
- Teléfono: 212.677.4660
- Mensaje de texto: 646.693.3175
- Correo electrónico: [info@includenyc.org](mailto:info@includenyc.org)

## Si tienes preguntas sobre sexualidad, salud sexual e identidad de género, comunícate con:

> **Project Shine de Planned Parenthood** ofrece información y apoyo para personas con discapacidades del desarrollo.

- Sitio web: [www.plannedparenthood.org/planned-parenthood-greater-new-york/learn/community-programs/project-shine](http://www.plannedparenthood.org/planned-parenthood-greater-new-york/learn/community-programs/project-shine)
- Para hacer una cita llama al: 1.800.230.7526





# SERVICIOS PARA PERSONAS CON DISCAPACIDADES DEL DESARROLLO

En el estado de Nueva York, puedes obtener ayuda de la agencia gubernamental OPWDD (Oficina para Personas con Discapacidades del Desarrollo).

## Ofrecen:

- > Apoyo para que vivas con tu familia.
- > Ayuda para que vivas por tu cuenta en la comunidad.
- > Asistencia para encontrar un trabajo remunerado o voluntario.
- > Apoyo para tus actividades de la vida diaria.
- > Conexión con apoyo clínico o terapéutico.

## Videos para obtener más información:

- > [www.opwdd.ny.gov/access-supports/front-door-videos](http://www.opwdd.ny.gov/access-supports/front-door-videos)

## Folleto de derechos, responsabilidades y defensa de derechos de OPWDD/SANYS:

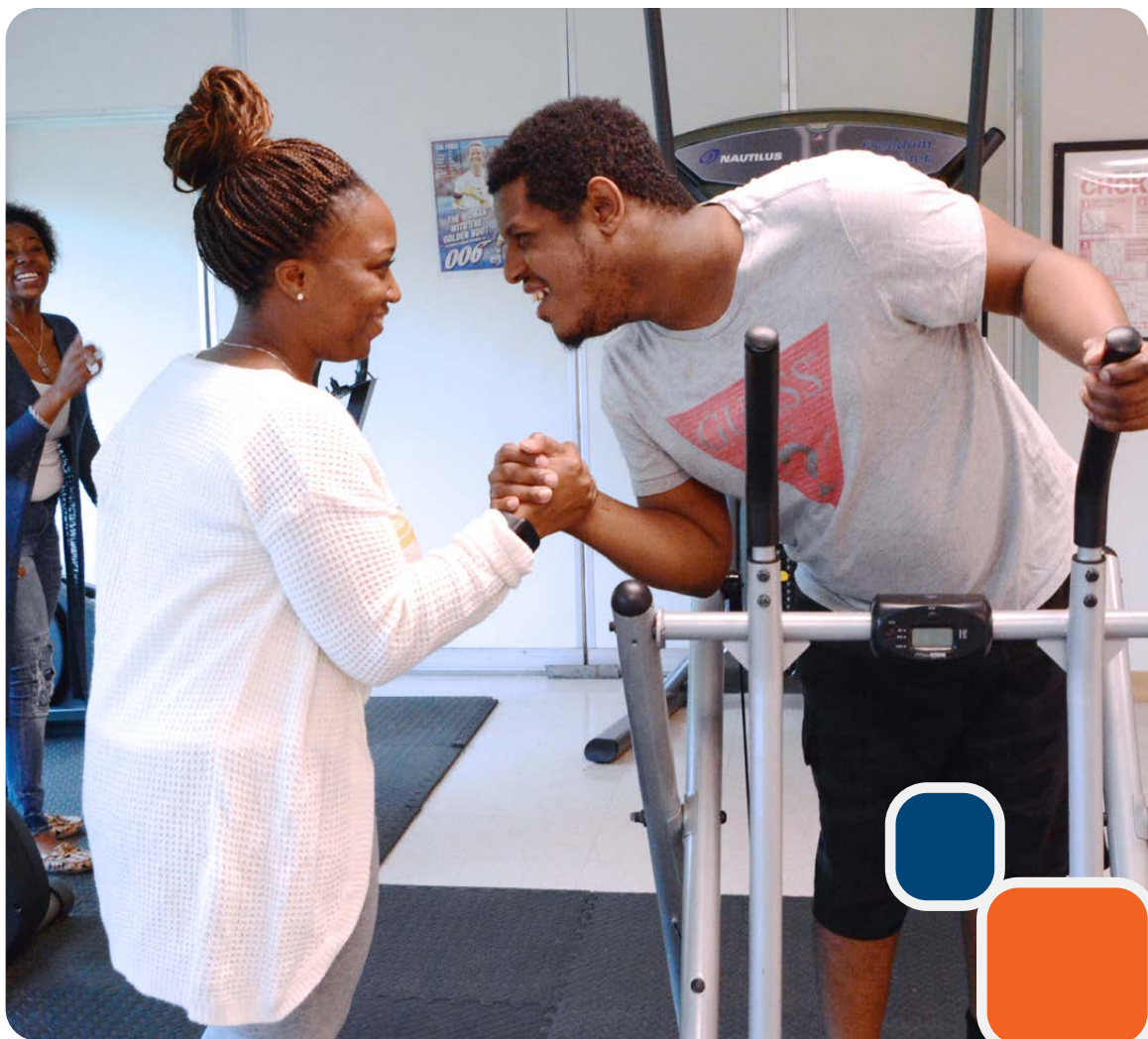
- > [www.opwdd.ny.gov/access-supports/opwddsanys-rights-responsibilities-advocacy-booklet](http://www.opwdd.ny.gov/access-supports/opwddsanys-rights-responsibilities-advocacy-booklet)

## Contacto:

- Sitio web: [www.opwdd.ny.gov](http://www.opwdd.ny.gov)
- Correo electrónico: [info@opwdd.ny.gov](mailto:info@opwdd.ny.gov)
- Teléfono: 866.946.9733

## Autodirección

- > La autodirección te permite decidir quién te apoya. Para obtener más información, visita este sitio web: [www.opwdd.ny.gov/types-services/self-direction](http://www.opwdd.ny.gov/types-services/self-direction)



## **Toma de decisiones con apoyo**

- > La toma de decisiones con apoyo ayuda a las personas a tomar sus propias decisiones de vida. Esta alternativa a la tutela protege tu capacidad jurídica.
  - Sitio web: [www.sdmny.org](http://www.sdmny.org)
  - Correo electrónico: [sdmny.info@gmail.com](mailto:sdmny.info@gmail.com)

## **Defensa de derechos**

- > Para defender los derechos de las personas con discapacidades del desarrollo, únete a la Asociación de Autodefensa del Estado de Nueva York, también llamada SANYS.
  - Sitio web: [www.sanys.org](http://www.sanys.org)
  - Teléfono: **518.382.1454**

# RECURSOS DE LA COMUNIDAD:

**Según tu identidad, los siguientes recursos pueden resultarte útiles. Además, las organizaciones religiosas o culturales locales pueden tener más recursos.**

## **Coalición Nacional de Discapacidad para Personas de raza Negra**

- > La NBDC prioriza las vidas de las personas de raza negras con discapacidad en todos los espacios.
  - Sitio web: [www.blackdisability.org](http://www.blackdisability.org)
  - Correo electrónico: [info@blackdisability.org](mailto:info@blackdisability.org)

## **El Consejo de Planificación Chino-Estadounidense**

- > Empodera a las comunidades chino-estadounidenses, inmigrantes y de bajos ingresos.
  - Sitio web: [www.cpc-nyc.org/about-us](http://www.cpc-nyc.org/about-us)
  - Teléfono: 212.941.0920
  - Correo electrónico: [info@cpc-nyc.org](mailto:info@cpc-nyc.org)

## **La Federación Hispana**

- > Red de organizaciones locales que apoyan a las comunidades latinas en todo Estados Unidos.
  - Sitio web: [www.hispanicfederation.org/agencies](http://www.hispanicfederation.org/agencies)
  - Teléfono: 866.432.9832







Seeing beyond disability.

[www.yai.org](http://www.yai.org)

Este proyecto fue financiado en parte por la subvención número 2301NYSCDD de la Administración de EE. UU. para la Vida en Comunidad, el Departamento de Salud y Servicios Humanos, Washington, D.C. 20201 a través del Consejo de Discapacidades del Desarrollo del Estado de Nueva York (NYS CDD). Se anima a los beneficiarios que emprenden proyectos con patrocinio gubernamental a expresar libremente sus hallazgos y conclusiones. Por lo tanto, los puntos de vista u opiniones no representan necesariamente la política oficial de ACL ni las opiniones, interpretaciones o políticas del NYS CDD.