

## **Dia internacional de les persones amb discapacitat**

### **Ajuda'm contra la soledat, jo també compto**

El 3 de desembre de cada any se celebra el Dia Internacional de les Persones amb Discapacitat.

Des de COCARMI, el CERMI i la fundació CERMI Mujeres, publiquem el següent Manifest:

De vegades no ens agrada viure sol o estar sols. La soledat pot fer-nos sentir malament si no volem estar sols, si no ho hem decidit nosaltres. Hi ha persones que viuen soles, que se senten soles, i no ho voldrien. Els agradaria estar acompanyats.

Moltes persones amb discapacitat han de viure soles i se senten aïllades de la vida social perquè:

- l'entorn, els serveis o els productes no són accessibles
- no poden exercir els seus drets
- no tenen ajudes ni recursos
- la societat no les valora prou

És a dir, les persones amb discapacitat pateixen més la solitud, sobre tot:

- la gent gran
- els infants víctimes de violència
- persones amb discapacitat intel·lectual i del desenvolupament
- persones amb problemes de salut mental
- persones amb discapacitats sobrevingudes en l'edat adulta o avançada



Cada vegada hi ha més persones amb discapacitat que viuen soles i no ho volen.

Segons alguns estudis, 20 de cada 100 persones amb discapacitat viuen soles. Moltes d'elles, el 38 per cent, voldrien viure acompanyades. La majoria de persones amb discapacitat que viuen soles són dones: el 74 per cent.

A més a més, aquesta solitud no volguda té un cost humà, social i sanitari per als països. Els governs haurien de fer accions per acabar acabar amb aquests costos.

La Convenció Internacional sobre els Drets de les Persones amb Discapacitat obliga a eliminar els fets desfavorables contra les persones amb discapacitat.

La Convenció tracta sobre 2 grans valors: la inclusió i la vida en comunitat de les persones amb discapacitat. Aquests valors ajuden a acabar amb l'aïllament i la soledat no desitjada de les persones amb discapacitat.

Per això, els governs de tots els països han de fomentar una imatge positiva i una major conscienciació sobre els valors del col·lectiu i la seva contribució social.

Altres tractats internacionals també demanen que totes les persones puguin participar en la societat, per exemple l'**Agenda 2030 i els Objectius de Desenvolupament Sostenible de Nacions Unides.**

## **Per això diem: Ajuda'm contra la soledat**

Perquè visc tancada a casa meva sense ascensor...

Perquè m'he quedat sense amistats.  
Ara que tinc una discapacitat, he hagut de canviar de casa perquè no era accessible.

Perquè no puc seguir una conversa,  
no puc accedir a la informació ni comunicar-me...

Perquè no puc treballar...



Perquè soc una dona gran amb discapacitat  
i no em permeten controlar la meva vida...

Perquè mai es compta amb mi, mai se'm pregunta  
què m'agrada o què em ve de gust...

Perquè soc gran, tinc una discapacitat  
i no dispo de suports per desenvolupar-me com m'agradaria...

Perquè depenc d'altres per a totes les activitats de la vida...

Perquè no dispo d'assistent personal...

Perquè a la meva escola pateixo assetjament escolar  
per la meva discapacitat...

Perquè no puc o no em deixen practicar el meu esport preferit...

Perquè he de renunciar a l'oci i a la cultura  
per manca d'accessibilitat als recintes,  
i a les pel·lícules i el teatre...

Perquè visc en un entorn rural i no tinc accés a cap recurs...

Perquè tinc una discapacitat i visc al carrer...

Perquè la gent no sap i no vol relacionar-se amb mi...

Perquè els semblo una persona rara...

Perquè tinc una discapacitat i per això es qüestionen  
les meves decisions...

Per aquestes situacions i altres semblants que vivim diàriament,  
les dones i els homes amb discapacitat, i les seves famílies,  
alcem les nostres veus per cridar:

## **Ajuda'm contra la soledat, jo també compto**

Les persones amb discapacitat  
reclamem que la societat es mobilitzi  
contra l'aïllament que patim.

Demaneu mesures com:

- ✓ Accessibilitat universal els entorns, productes i serveis, començant per l'habitatge.
- ✓ Més inclusió laboral i treball digne.
- ✓ Estratègies d'inclusió a la comunitat perquè les persones amb discapacitat dependents visquin segons els seus desitjos i preferències.
- ✓ Prestacions i serveis per promoure l'autonomia personal i la vida independent.
- ✓ Campanyes per eliminar els estereotips negatius cap a les persones amb discapacitat.
- ✓ Programes de suport i acompanyament a famílies de persones amb discapacitat.
- ✓ Iniciatives i programes per prevenir abusos i assetjament escolars.
- ✓ Programes per afavorir i reforçar les xarxes socials i veïnals.
- ✓ Solucions digitals a favor de l'acompanyament i apoderament de les persones grans amb discapacitat.
- ✓ Voluntariat de les persones amb discapacitat.
- ✓ Estratègia de Desenvolupament Rural Inclusiu que tingui en compte a les persones amb discapacitat que viuen en aquest entorn, per millorar la seva participació, accés a drets i benestar social.
- ✓ Formació dels professionals dels serveis públics per detectar i intervenir en situacions de soledat no volguda.
- ✓ Informació accessible sobre els recursos disponibles contra la soledat no desitjada.
- ✓ Estudis i investigacions sobre la soledat no desitjada.



En conclusió, el CERMI, el COCARMÍ i la fundació CerMI Mujeres volem que la societat sigui conscient del problema social de la soledat no volguda. Convidem a l'acció pública i cívica perquè entre totes les persones, fem de la vida en comunitat una experiència rica, decent, intensa i extensa.

Amb la inclusió i la participació de les persones amb discapacitat a la societat, tothom hi guanya.

3 desembre 2019

Comité Español de Representantes de Personas  
con Discapacidad -CERMI-  
Comitè Català de Representants de Persones  
amb Discapacitat -COCARMÍ-  
Fundación CerMI Mujeres

[www.cermi.es](http://www.cermi.es)

[www.cocarMI.cat](http://www.cocarMI.cat)

[www.fundacioncermimujeres.es](http://www.fundacioncermimujeres.es)

[www.convenciondiscapacidad.es](http://www.convenciondiscapacidad.es)