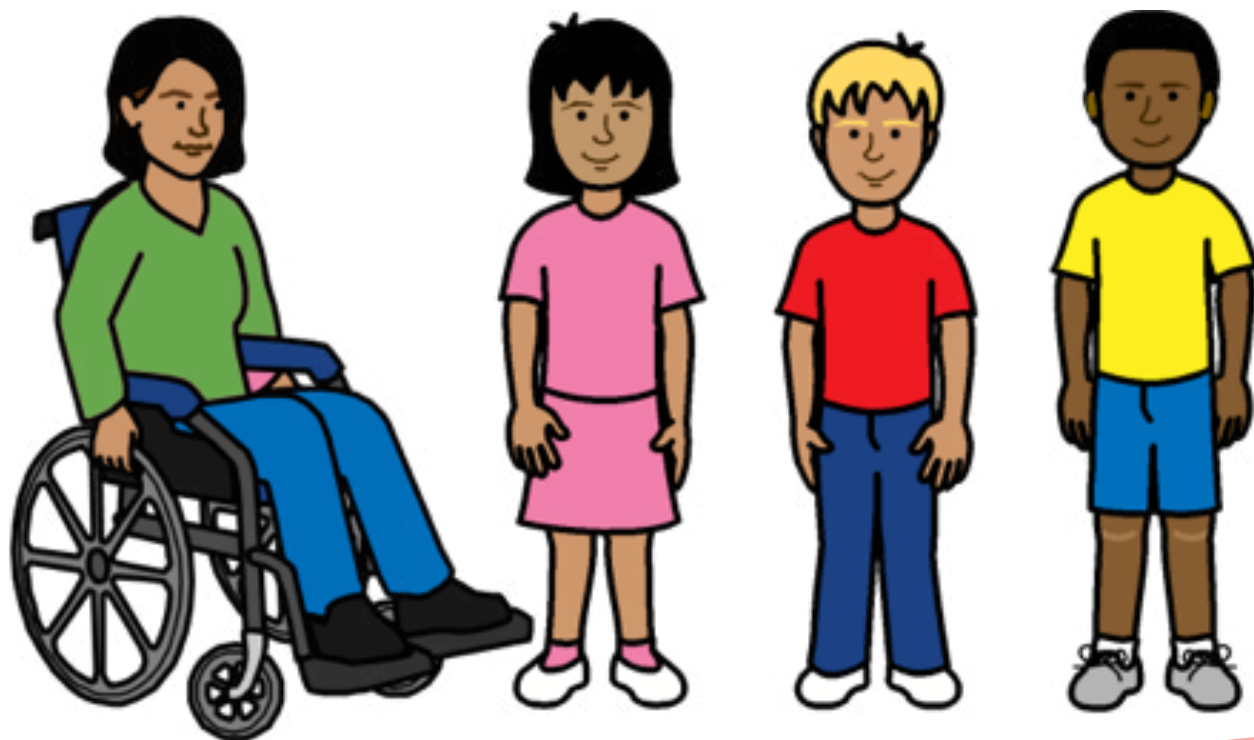


Tus derechos:

- ▶ al recibir apoyo porque alguien ha sido violento contigo.
- ▶ al recibir apoyo en relación con tu cuerpo, el sexo, las relaciones y la maternidad



Información dirigida a mujeres y personas jóvenes con discapacidad



Contenido de esta información

Acerca de esta información	4
Apoyo si alguien es violento contigo	5
Apoyo relacionado con tu cuerpo, el sexo, las relaciones y la maternidad	6
Tus derechos	8
Si sufres violencia	8
Un trato justo	8
Apoyo adicional	10
Tomar tus propias decisiones	12
Apoyo adecuado para ti	13
Dar tu opinión	13
Qué deben hacer el Gobierno y los servicios de apoyo	14

Acerca de esta información



Esta información está dirigida a mujeres y a jóvenes de ambos sexos con discapacidad.

Esta información te interesa si vives con tu familia, de manera independiente, o en un hogar para personas con discapacidad.



Trata sobre el apoyo que puedes recibir si alguien es violento contigo. Eso significa que alguien te hace daño o daña tu cuerpo.



También trata del apoyo que puedes recibir en relación con tu cuerpo, el sexo, las relaciones y la maternidad.



Puedes recibir ayuda de **servicios de apoyo**. Esto es cuando el personal te proporciona atención sanitaria o información.



Esa información te explica:

- Qué apoyo podrías necesitar.
- Qué debe ocurrir cuando recibes apoyo.
- Tus derechos.

Apoyo si alguien es violento contigo



Puedes recibir apoyo si alguien es violento contigo.



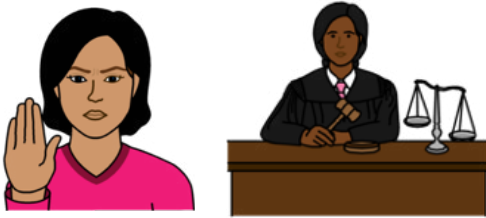
La violencia a veces se llama **violencia de género**.

La violencia de género es la violencia que sufre una persona por ser una mujer, un hombre, una niña o un niño.

¿Qué apoyo podrías necesitar?

Podrías necesitar:

- Apoyo para parar la violencia y mantenerte a salvo.
- Atención sanitaria de un médico o una enfermera.
- Ayuda de la policía o de los tribunales.



Podrías necesitar:

- Ayuda para hacer frente al problema y sentirte mejor.

Por ejemplo, alguien con quien hablar de cómo te sientes.



Hay un folleto con más información sobre tus derechos frente a la violencia.

Está en este sitio web:

<https://bit.ly/2xYWM7V>



Apoyo relacionado con tu cuerpo, el sexo, las relaciones y la maternidad



Tienes derechos relacionados con tu cuerpo, el sexo, las relaciones y la maternidad.

Estos derechos se llaman **derechos en materia de salud sexual y reproductiva**.



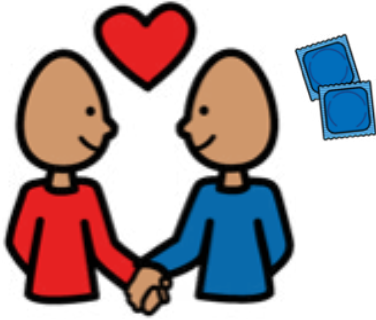
Puedes necesitar apoyo e información acerca de:

- Píldoras y otras cosas para impedir que te quedes embarazada. Son los llamados **anticonceptivos**.



- Atención sanitaria si estás embarazada y cuando tienes a tu bebé.

Apoyo relacionado con tu cuerpo, el sexo, las relaciones y la maternidad



- Aprender a tener relaciones sexuales de forma sana y segura.

El sexo puede ser peligroso a veces.

Por ejemplo, es posible contraer una enfermedad a través de las relaciones sexuales, como el VIH.

O alguien puede intentar obligarte a tener una relación sexual cuando tú no quieres.



- Pruebas y medicamentos para tratar enfermedades que podrías contraer a través de relaciones sexuales.



Hay un folleto con más información sobre tus derechos en relación con tu cuerpo, el sexo, las relaciones y la maternidad.

Está en este sitio web: <https://bit.ly/2PcwKED>

Tus derechos



Los derechos son cosas que todo el mundo debe disfrutar.

Por ejemplo, todas las personas tienen derecho a estar seguras y sanas.



Las personas con discapacidad tienen los mismos derechos que todas las demás.

Aquí tienes una lista de algunos de tus derechos.



Si sufres violencia

Tienes derecho a:

- Estar siempre a salvo de la violencia.
- Recibir ayuda de la policía, los tribunales, los médicos, las enfermeras y otras personas.



Un trato justo

Las personas que te dan apoyo deben tratarte bien.

Esto incluye a **todas** las personas que trabajan para los servicios de apoyo.

Nadie debe tratarte mal por tu discapacidad.



Las personas que te dan apoyo deben tener formación adecuada sobre las personas con discapacidad.



Debes sentirte a salvo en todo momento.



Las personas que te dan apoyo deben mantener confidenciales las cosas que les cuentas.

No deben compartir tu información a menos que tú les digas que pueden hacerlo.

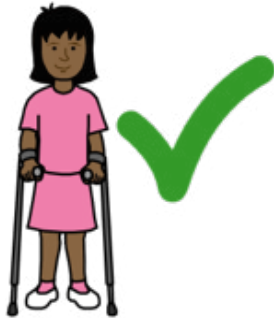
Tus derechos



Apoyo adicional

A veces hay servicios de apoyo solo para personas con discapacidad.

Pero también tienes derecho a usar los mismos servicios de apoyo que cualquier otra persona.



El apoyo que recibas tiene que ser bueno y fácil de utilizar.



Por ejemplo:

- Debe ser fácil para ti acceder al lugar donde recibes apoyo y desplazarte por él.



- Debe ser fácil para ti entender la información que te dan.

Tus derechos



Tienes derecho a recibir apoyo adicional si lo necesitas.

Por ejemplo, podrías necesitar:

- Que un médico o enfermera pase más tiempo contigo.



- Ayuda para entender la información.

O recibir la información de un modo que te sea fácil de entender.



- Que alguien te acompañe para ayudarte.



- Cosas que te ayuden. Por ejemplo, un perro guía si no ves.



Puedes pedir el apoyo adicional que necesites.

Las personas que te dan apoyo tienen que ayudarte en todo lo posible.

Tomar tus propias decisiones

Las personas que te prestan atención sanitaria o te apoyan:



- Deben asegurarse de que entiendes qué apoyo, medicamento o tratamiento quieren darte.
- Deben asegurarse de que estás de acuerdo con el apoyo, medicamento o tratamiento que quieren darte.

Si quieres, puedes decir que no.

Solo debes recibir el apoyo, medicamento o tratamiento cuando confirmes que estás de acuerdo. Esto se llama dar tu **consentimiento informado**.



- Asegúrate de que puedes hacer preguntas.



Puedes decidir qué te parece bien.

Puedes recibir apoyo para tomar una decisión.

Es tu derecho.

Pero **nadie puede** decirte lo que tienes que hacer ni decidir por ti.



Apoyo adecuado para ti

Las personas deben ayudarte a obtener el apoyo adecuado para ti.



Si es posible:

- El apoyo debería estar cerca de donde vives.



- Debería haber transporte fácil de usar para llegar hasta allí.



El apoyo que recibes debería ser gratis. O no costar mucho dinero.



Dar tu opinión

Si el apoyo no te parece bien, tienes derecho a decirlo.

Y también si no te sientes a salvo.

Si hay un problema, las personas que te dan apoyo deben intentar mejorar las cosas.

Qué deben hacer el Gobierno y los servicios de apoyo



El Gobierno y las personas que dirigen los servicios de apoyo tiene que asegurarse de que:

- Las personas con discapacidad disfrutan de todos sus derechos.



- Las personas con discapacidad pueden decir cómo quieren que sean los servicios de apoyo.



- Hay información adecuada sobre las personas con discapacidad y el apoyo que necesitan.



Debe haber leyes, normas y planes adecuados al respecto.

El Gobierno debe poner fin a las leyes, normas o planes injustos.