

Memoria 2020

COMITÉ DE MUJERES AUTISTAS CEPAMA

An aerial photograph of a volcanic crater. The central part of the crater is a dark, circular lake. The slopes of the crater are covered in reddish-brown soil and volcanic ash, with some sparse green vegetation. The lighting creates strong shadows, highlighting the texture of the ground.

Una comunidad fuerte en
unos tiempos difíciles

2020 nos sumió en la incertidumbre. Nos hicieron mella el miedo, la soledad y los cambios a los que tuvimos que ir adaptándonos de semana en semana, de mes en mes, sin poder programar ni controlar el transcurso de la vida, sin agendas y sin objetivos en el horizonte. La salud, el equilibrio y el bienestar de todas las personas se vieron comprometidas por la pandemia del Covid-19. Las personas autistas sufrieron con especial virulencia un desorden social y una sociedad sin seguridades ni certezas. Nos vimos solas, incomprendidos, aisladas de nuestros terapeutas y personas de apoyo, viviendo la precariedad económica y la incomprensión de una sociedad que con frecuencia cruel nos gritaba desde los balcones si salíamos amparadas por la legalidad a pasear durante unos minutos por nosotras o por nuestros peques autistas; nos negaban el acceso a los espacios públicos y los transportes cuando nuestras dificultades sensoriales nos impedía soportar las mascarillas, elementos que se han hecho cotidianos en nuestras vidas; pero a los que hemos tenido que adaptarnos. Olores y texturas nuevos cerca de nuestra nariz nos sumían en una vorágine de sensaciones que a algunos de nosotros y nosotras nos han dificultado mucho el uso de este elemento de protección. No hemos sido comprendidas. Familias y entidades de apoyo han pedido comprensión. Mujeres autistas desde los medios sociales y las redes de comunicación hemos alzado incansablemente la voz, pidiendo respeto, apoyo y comprensión. Definitivamente, no están siendo tiempos fáciles.

Desde **CEPAMA** tuvimos claro que teníamos que acercarnos unas a otras, que no podíamos perder nuestro espíritu de comunidad. Y así hemos transitado un año que quedará marcado en la historia de la humanidad. Unas al lado de otras, cercanas como mujeres autistas y acercándonos, en todo lo que estuvo a nuestro alcance, a los grupos de mujeres con discapacidad en general, con las que sentimos cómo esa sororidad que nace de forma natural entre mujeres, se veía reforzada en tiempos de dificultad. También tuvimos experiencias de reconocimiento y espacios compartidos con nuestra gran comunidad del autismo: las familias, los profesionales y todas las mujeres y hombres autistas con los que nos unimos para avanzar paso a paso hacia ese final del túnel del que nos hablan y que tal vez alcancemos en los próximos meses.

CEPAMA: Una comunidad fuerte en unos tiempos difíciles

No hemos parado en nuestras actividades como asociación. Hemos aprovechado, como todos los ciudadanos de este mundo global en el que vivimos, las herramientas tecnológicas para mantenernos cercanos. Y lo hemos hecho muy bien. Nuestro espacio de relación no necesita la presencia física constante y nuestros amigos y amigas, personas de apoyo y familias aparecieron de forma natural a través de las plataformas on line en las que nos hemos sentido como pez en el agua. Nos gusta escribir y nos parece natural comunicarnos sin necesidad de acompañar comunicación no verbal. En esto la pandemia ha jugado a nuestro favor. Tanto que muchas de nosotras, personas autistas, hemos visto con preocupación las sucesivas desescaladas con frecuencia descontroladas, que nos han provocado ansiedad, agorafobia, fobia social y otros desajustes del estado emocional. Los hemos afrontado y seguimos haciéndolo, sin dejar nuestro activismo, sin dejar de defender nuestros derechos como plenos ciudadanos y ciudadanas que somos.

Seguimos en el camino. Te invitamos a conocernos y unirte a nosotras. Por un mundo más inclusivo y respetuoso con la diversidad, porque ésta es sencillamente el motor y garantía de la evolución y la supervivencia de nuestra humanidad tan necesitada de tolerancia, aceptación y comprensión.

Carmen Molina

Presidenta de CEPAMA Mujeres Autistas

**CEPAMA: Una comunidad fuerte en
unos tiempos difíciles**

El Comité para la promoción y apoyo de las niñas y mujeres autistas, CEPAMA, nace para trabajar en favor de la visibilidad del autismo femenino y defender los derechos de las mujeres autistas sometidas a la doble discriminación de género y discapacidad y para apoyar a la comunidad autista en general.

Nuestros principales objetivos son la visibilización del perfil femenino del autismo para que se garanticen los derechos de las niñas y mujeres autistas.

Además apoyamos a toda la comunidad del autismo para que se conozca y comprenda la condición autista y se respete a las personas autistas de todos los géneros, edades y momento vital.



IGUALDAD

Todas las personas son iguales



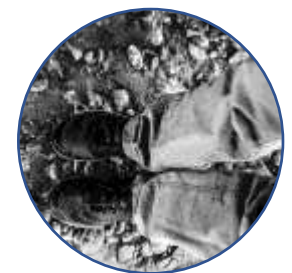
DIVERSIDAD

Todas las personas son valiosas



DERECHOS

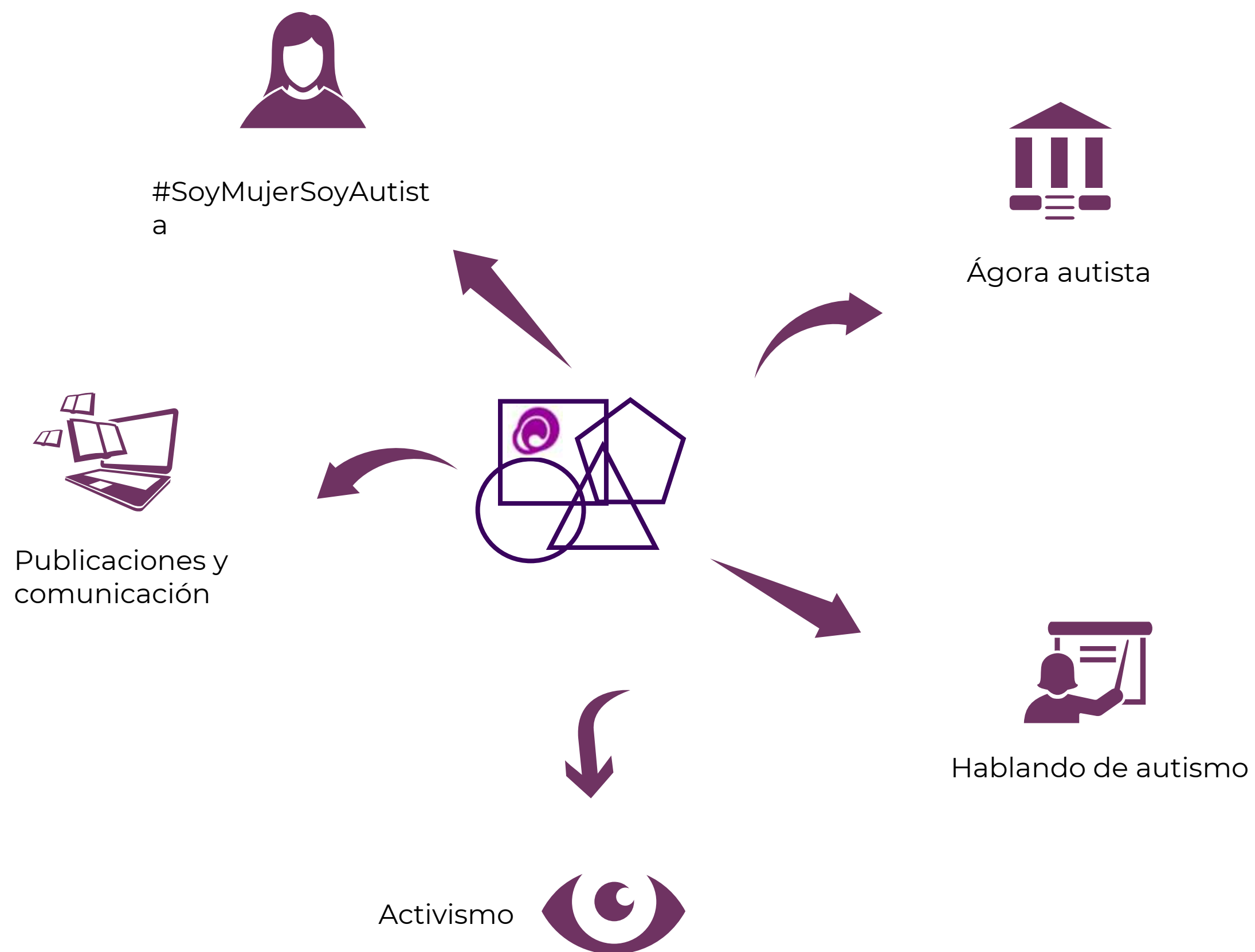
Todos somos sujetos de derecho



PARTICIPACIÓN

Todos participamos en nuestro futuro

PRESENTANDO CEPAMA MUJERES AUTISTAS



CÓMO VAMOS A ESTRUCTURAR NUESTRA MEMORIA



#SoyMujerSoyAutista

ENCUENTROS PARA EL APOYO MUTUO

Con las mujeres autistas tenemos encuentros mensuales en los que el apoyo mutuo, la comprensión y la generación de redes de colaboración nos hace sentir que pertenecemos a una comunidad propia.

En 2020 estos Encuentros han sido especialmente importantes. Nos han hecho sentir cercanas, amigas, hermanas. Hemos hablado de nuestras necesidades, de nuestros derechos, de nuestras emociones.

Nos hemos abrazado virtualmente mes a mes.

18 de enero – 15 de febrero – 29 de marzo – 9 de mayo – 15 de julio – 9 de octubre – 14 de noviembre – 19 de diciembre





Ágora Autista

EN COMUNIDAD



Estos encuentros son muy importantes para nosotras. En ellos nos encontramos con la amplia comunidad del autismo. Recibimos y acompañamos a las familias de niñas y niños autistas, con especial foco en las madres para apoyarlas en el proceso de aceptación del diagnóstico y apoyo a sus hijos e hijas. Explicamos el autismo desde dentro del autismo, en colaboración con profesionales, profesores y terapeutas exploramos eso que llaman el ‘espectro del autismo’, que no es otra cosa más que una de las manifestaciones más singulares de la diversidad humana. En 2020 nos hemos encontrado varias veces. Te lo contamos.



Ágora Autista

1er SEMESTRE EN COMUNIDAD



El **22 de febrero** tuvo lugar nuestro primer encuentro que titulamos 'Hay alguna niña o mujer autista en tu familia?'. En este encuentro tuvimos una primera parte con un webinar sobre el autismo femenino y sus características, seguido de un espacio de debate sobre cómo llegó el autismo a nuestras vidas, dificultades de diagnóstico y necesidades de comprensión y apoyo por parte de la sociedad en general y las instituciones en particular.

Los días **3 y 4 de abril**, bajo el título 'Autismo en primera persona', nuestra compañera Regina Cortés explicó a más de 200 personas de España y Latinoamérica, que nos acompañaron en la virtualidad de los encuentros en confinamiento, cómo se ve el autismo con los ojos de una persona autista. Muchas emociones y tantas experiencias compartidas con familias y profesionales, nos hicieron sentir que estamos más cerca de lo que pensamos. Quedaron personas en lista de espera, nuestros recursos tecno



HABLANDO DE AUTISMO

Jornadas y formación

La misión de CEPAMA que nos orienta a la visibilización del autismo en todos los ámbitos nos lleva a organizar nuestras propias jornadas y a colaborar como ponentes y formadoras en eventos de nuestros socios de la comunidad educativa, entidades del autismo y universidades. En 2020 hemos estado muy activas a través de las plataformas virtuales de formación y comunicación. Te lo contamos.



HABLANDO DE AUTISMO

JORNADAS Y FORMACIÓN



2020

6 FEB



IES CELESTINO MUTIS

Carmen Molina explicó a los alumnos del Ciclo formativo de grado superior de psicología por qué hablamos de la 'Invisibilidad del autismo'

13 FEB



HOSPITAL 12 DE OCTUBRE DE MADRID

Fuimos invitadas a participar en la Jornada sobre Atención Sanitaria a personas con TEA organizadas por la Asociación ProTGD

18 FEB



ASOC. FAMILIAS AZUIS

Invitados por la asociación gallega compartimos una jornada con alumnos de ESO, que participaron en un debate abierto sobre su percepción del autismo y las personas autistas

25 FEB



FeSMC UGT Madrid

CEPAMA fue invitada a esta jornada con la ponencia "Mujeres Autistas: violencias invisibles" con la que visibilizamos la particular vulnerabilidad a la violencia de las mujeres con discapacidad

3 MAR



POLICÍA MUNICIPAL DE FUENLABRADA

Charla formativa para los agentes de Policía de Fuenlabrada de Madrid, bajo el título "Formación sobre violencia de género e intrafamiliar en el autismo"



HABLANDO DE AUTISMO

JORNADAS Y FORMACIÓN



2020

4 MAR



FED. AUTISMO MADRID

Participamos en la mesa de Mujeres en el Autismo, con las ponencia: “El derecho a la salud en el autismo: una mirada de género”

21 ABR



CTIF MADRID SUR

Los profesores del Centro Territorial de Innovación y Formación de la zona sur de Madrid, atendieron nuestra formación ‘Escuela Autism Friendly’ con la que explicamos estrategias en el aula para una escuela inclusiva

6 MAY



FUNDACIÓN CERMI MUJERES

Ciclo de webinarios ‘No estás sola’ organizados por la Fundación CERMI Mujeres en el que CEPAMA estuvo representada por su presidenta, tratando la temática ‘las mujeres con discapacidad en tiempos de pandemia

20 MAY



FUNDACIÓN QUINTA

En su 12º Curso de Especialista en Autismo, el módulo sobre autismo femenino fue impartido por CEPAMA. Acercamos el autismo femenino visto por las mujeres autistas a los futuros profesionales

HABLANDO DE AUTISMO

JORNADAS Y FORMACIÓN



2020

27 MAY



FUNDACIÓN CERMI MUJERES

Ciclo de webinarios 'No estás sola' organizados por la Fundación CERMI Mujeres en el que CEPAMA estuvo representada por nuestra compañera Anna Almécija, tratando la temática 'La violencia doméstica por razón de género durante el confinamiento' con su ponencia "Motivos por los que la situación de confinamiento agrava el riesgo a sufrir violencia doméstica".

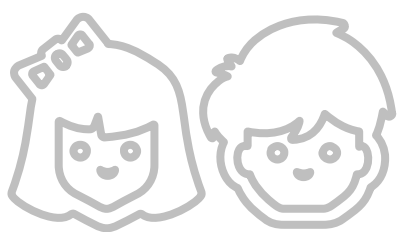
9 OCT



ASOC. FAMILIAS AZUIS

Nuestra compañera Montse Navarro participó como jurado en el Concurso de dibujo #DebuxaOTEuA, en el que los niños y jóvenes de los colegios de Ponteareas (Pontevedra) expresaron su particular visión del autismo

24 OCT



CEPAMA Y ESCUELA INCLUSIVA

Dentro de nuestras actividades que englobamos bajo el nombre 'Autismo en tiempos de cambio' CEPAMA organizó una jornada monográfica para reflexionar sobre qué modelo de escuela inclusiva necesitan nuestros niños y niñas autistas y cómo podemos reconocer sus necesidades de adaptación y apoyo en los tiempos que estamos viviendo.

28 NOV



CEPAMA EN RED

Bajo la rúbrica 'Las violencias en el autismo' CEPAMA organizó una jornada monográfica en la que diferentes ponentes, mujeres autistas, pusieron el foco en la interseccionalidad mujer-discapacidad-autismo y sus violencias específicas



TE LO CONTAMOS EN DETALLE



TEMPLATE





JORNADA HOSPITAL 12 DE OCTUBRE DE MADRID

I Jornada sobre sobre “Atención Sanitaria a Personas con TEA”

El 13 de Febrero fuimos invitadas a participar en las Jornadas organizadas por la Asociación ProTGD y el Hospital 12 de Octubre, donde asistieron cerca de 200 profesionales de la Sanidad del Hospital 12 de Octubre de Madrid,

Las ponencias que presentamos fueron:

Carmen Molina (presidenta CEPAMA): “Percepción del dolor y muerte prematura en el Autismo”.

Regina Cortes (Secretaria CEPAMA): “Atención sanitaria a las personas en el espectro del Autismo: un caso práctico y modelo de éxito en Donostia (Guipuzcoa)”.

La segunda jornada estaba prevista para el 17 de Marzo, pero por motivos del confinamiento sufrido este año por causa de la pandemia COVID-19 fue cancelada.





Mujeres Autistas: de la invisibilida d a la violencia

El 25 de febrero organizada por la Secretaría de Igualdad de FeSMC UGT Madrid se celebró en la Sede de UGT en Madrid, una jornada sobre las violencias a las mujeres con discapacidad en todos los ámbitos de la sociedad.

Esta jornada busca hablar de género y discapacidad, desde un enfoque constructivo y positivo, si bien evidenciando la invisibilidad y la discriminación que sufren las mujeres con discapacidad y la necesidad de realizar ajustes que eliminen las barreras en el acceso al ejercicio efectivo de sus derechos, así como poner el foco en la necesidad de eliminar todos los tipos de violencia que sufren las mujeres con discapacidad.

CEPAMA fue invitada a esta jornada con la ponencia “Mujeres Autistas: violencias invisibles” donde nuestra presidenta, Carmen Molina, ha puesto el énfasis en la particular vulnerabilidad a la violencia de las mujeres con discapacidad. La ponencia expuso los datos “conocidos” de las violencias hacia las mujeres y niñas con discapacidad, así como los tipos de violencia que sufren, haciendo un acercamiento, en particular, a las mujeres autistas.



Formación a agentes de la Policía de Fuenlabrada

El 3 de Marzo CEPAMA organiza una charla formativa para los agentes de Policía de Fuenlabrada de Madrid, bajo el título “Formación sobre violencia de género e intrafamiliar en el autismo”.

Invitamos a acompañarnos para esta formación a la Asociación ProTGD (Asociación para Promover y Proteger la Calidad de las Personas con Trastornos del Espectro Autista y Trastornos Generalizados del Desarrollo).

Las ponencias presentadas fueron:

‘Personas autistas: mentes diferentes’ a cargo de la presidenta de CEPAMA.

‘La persona autista ante el delito: víctima y actor’ a cargo de Ana Vidal, trabajadora social y técnica de la Asociación ProTGD.



III Jornada Mujeres en el Autismo

Fuimos invitadas a participar en esta jornada que se celebró el 4 de Marzo organizada por la Federación Autismo Madrid, en el Salón de actos de la Fundación ONCE. Se reflexionó con la participación de mujeres autistas, profesionales y familiares sobre el doble reto de ser mujer y autista.

Participamos en la mesa de Mujeres Autistas en primera persona, en la que intervinieron, con las siguientes ponencias: Carmen Molina “El derecho a la salud en el autismo: una mirada de género”, Aida Puig “Las mujeres autistas en el I+D: una vía de inclusión laboral”, Macarena Barba “ Búsqueda de empleo y situación laboral de las mujeres con autismo” y Cristina Paredero “Mujer, autonomía y vida independiente: ¿es realmente posible?”





AUTISMO EN TIEMPOS DE CAMBIO

Jornada ‘Hablando de escuela inclusiva’

24 de octubre



En esta jornada quisimos reflexionar sobre qué modelo de escuela inclusiva necesitan nuestros niños y niñas autistas y cómo podemos reconocer sus necesidades de adaptación y apoyo en los tiempos de pandemia que vivimos. ¿Cómo ayudarles a usar la mascarilla? ¿Cómo explicar a los profesores sus necesidades? ¿Cómo conseguir una inclusión de verdad y una protección a su salud? Buscamos con nuestra experiencia divulgativa que volver a la escuela presencial no se convirtiera en un escenario monocromo sino que consiguiéramos una escuela multicolor en la que todos nuestros niños y niñas tuvieran cabida.

PONENTES

Alicia Giráldez. Plataforma TEAIncluye ‘Caminando hacia la escuela inclusiva’

María Ruiz-Peña. CEPAMA ‘Panorama de la escuela en tiempos de Covid-19’

Mesa Redonda ‘Mejores prácticas para una escuela inclusiva’ con Regina Cortés, Raquel Montllor e Inés López de CEPAMA y Sindy Delgado de la asociación gallega Familias Azuis.



AUTISMO EN TIEMPOS DE CAMBIO

Jornada 'Las violencias en el autismo'

28 de noviembre

Cuando se combina el doble factor de ser mujer y autista nos encontramos en una situación de transversalidad en la discriminación que coloca a las niñas y mujeres autistas en una situación de riesgo agravado frente a múltiples violencias, que van más allá de la violencia de género.

Las niñas y mujeres autistas no solo están indefensas frente a los abusos y maltrato derivados de las conductas machistas sino que ven vulnerados sus derechos desde los entornos más cercanos como la familia o las personas de apoyo quienes las infantilizan y controlan, a veces sobreprotegiendo, negándoles con ello la posibilidad de ser personas plenas en libertad.

PONENTES

Carmen Molina. CEPAMA. 'Mujeres autistas: de la invisibilidad a la violencia'

Montse Navarro. CEPAMA. '¿Qué nos hace vulnerables?: La indefensión aprendida como factor de riesgo'

Anna Almécija. CEPAMA 'La mujer autista como víctima: la accesibilidad a las instancias policiales y judiciales'

Cristina Paredero. Plena Inclusión 'Esterilización forzada: cuando la violencia viene de casa'





ACTIVISMO

OBSERVATORIO DEL AUTISMO

Uno de los objetivos de CEPAMA es el de ejercer de observatorio del autismo, posicionándose frente a la vulneración de derechos de las personas autistas; denunciando las actitudes capacitistas de nuestra sociedad y promoviendo acciones de defensa frente a la misautismia y la inclusión.

Lo hacemos en nuestras redes sociales, a través de nuestros perfiles de Facebook y Twitter.

También a través de nuestros documentos de posicionamiento. En 2020 hablamos de la desprotección y la vulneración de derechos de las personas autistas de todas las edades cuando se produjo la vuelta a la escuela y los entornos laborales tras el confinamiento marcado por el Gobierno en el estado de alarma por la pandemia de Covid-19





Posicionamiento de CEPAMA frente a la pandemia por Covid-19

Las personas autistas, en todas las edades y niveles de afectación en su condición, fueron las grandes olvidadas durante los meses de confinamiento, y desescalada y en las actuaciones que se planificaron para la vuelta a las escuelas, universidades y centros de trabajo presencial, no contemplándose sus necesidades específicas y sus derechos a la realización de ajustes necesarios para recuperar la normalidad en estos entornos.

Las personas autistas y sus familias están pagaron un alto precio en cuanto a estrés físico y emocional, incertidumbre y desatención que redundaron en un incremento de sus comorbilidades con un aumento exponencial de ansiedad, depresión, trastornos obsesivos, compulsiones, estereotipias y dificultad para aplicar habilidades sociales y de autocuidado.

Pedimos a las administraciones públicas que pusieran el foco en la identificación de las necesidades específicas del colectivo autista, reconociéndolo igualmente como grupo de vulnerabilidad para evitar que se cayera en la desatención a sus derechos fundamentales a la salud, la educación y el trabajo; así como a su libre desempeño como ciudadanos y ciudadanas de pleno derecho.

Hicimos un amplio desglose de necesidades, apoyos y ajustes. Puedes leerlo en extenso en este enlace:

<https://cepamatea.wordpress.com/activismo/posicionamiento-de-cepama-frente-a-la-covid-19/>





El 27 de octubre de 2020, el Comité para la Promoción y Apoyo de las Niñas y Mujeres Autistas CEPAMA entró a formar parte del primer órgano de alcance europeo constituido por entidades cuya junta directiva está constituida por personas autistas: **el Consejo Europeo de Personas Autistas EUCAP**

EUCAP tiene entre sus objetivos promover el bienestar de las personas autistas en Europa a través de la participación en el discurso público, mediante la creación de redes y la interacción con los órganos de toma de decisiones, y apoyando la cooperación entre grupos liderados por autistas a través de las fronteras.

EUCAP cuenta con organizaciones de los siguientes países: Chequia, Dinamarca, Finlandia, Francia, Alemania, Italia, Malta, Países Bajos, Suecia, Reino Unido.

CEPAMA, como la primera organización española de autorrepresentación autista trabajará para dar visibilidad a toda la comunidad del autismo dando voz a las personas autistas, planteando sus demandas y defendiendo sus derechos. Contaremos para ello con el empuje de todas las socias de CEPAMA y nuestros socios colaboradores; así como con los profesionales y familias que deseen unirse a nosotras.

**CEPAMA, nuevo miembro del
Consejo Europeo de Personas Autistas EUCAP**





PUBLICACIONES Y COMUNICACIÓN

DE QUÉ HABLAMOS

Desde CEPAMA pensamos que se deben escuchar las voces de las mujeres autistas en todos los medios sociales. A veces realizamos publicaciones propias, otras participamos en entrevistas en medios tradicionales de comunicación o en las nuevas plataformas de difusión.

En 2020 estuvimos presentes en los diferentes ámbitos de nuestra comunidad. En las próximas páginas te lo contamos.





Edición Especial
2 de Abril 2020



MONOGRAFÍA SOBRE LA EMPATÍA

Para conmemorar el Día Internacional de la Concienciación sobre el Autismo dedicamos el primer monográfico de nuestra revista *La Red en torno a nosotras*, a la comprensión de las emociones y sentimientos: la tan discutida empatía de las personas autistas. Contenidos escritos por mujeres autistas y miembros de la comunidad autista en general que puede leer en este enlace:

<https://cdn.flipsnack.com/widget/v2/widget.html?hash=f7kiektdq>



Encuesta sobre confinamiento y desescalada

ENCUESTA SOBRE LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS ADULTAS AUTISTAS
MARZO A JUNIO DE 2020

Durante el período en el que España y el mundo entero se ha enfrentado a la pandemia del virus Covid-19, las personas autistas han visto modificada su calidad de vida, debiendo adaptar sus rutinas en un espacio de tiempo reducido y sobrevenido. ¿Ha influido todo este cambio en su percepción de la realidad y en su adaptación al entorno? ¿De qué manera? ¿Han encontrado las mujeres y hombres autistas aspectos positivos dentro de una situación de alarma social?

CEPAMA lanza entre el 27 de mayo y el 27 de junio una encuesta dar respuesta a algunas preguntas que nos vienen a la mente.

El 13 de Julio publicamos los resultados de nuestra encuesta, realizada y diseñada al 100% por mujeres Autistas:

<https://es.calameo.com/books/006361901cef10ade426f>

CALIDAD DE VIDA DURANTE EL CONFINAMIENTO POR COVID19



VOLVER A LA ESCUELA

Qué necesitan los niños y niñas autistas para una escuela inclusiva en tiempos de Covid-19

Ayúdame con la planificación

Las personas autistas necesitan anticipación; realiza tutorías previas con el equipo docente y visitas a los nuevos espacios para conocer su nuevo diseño y la señalización para circular en las aulas, comedores y espacios comunes. Recuerda que muchos papás y mamás de niños y niñas autistas también lo son, y **TODA** la familia necesita **ANTICIPACIÓN**.

Acompáñame en el aula

- Garantiza la **FLEXIBILIDAD** horaria y su ajuste progresivo. Permite momentos de desconexión.
- Atiende las necesidades **SENSORIALES**, personaliza los equipos de protección y su uso.
- Explica con elementos visuales las nuevas estrategias y normas.
- Permite el **ACOMPANAMIENTO** de una persona de referencia hasta la adaptación del alumno autista a los nuevos escenarios.

No nos vamos a rendir

FORMA e informa al profesorado y a las personas de servicios auxiliares. El autismo es el gran desconocido. Sólo desde el conocimiento y la aceptación de la diversidad se garantiza la escuela inclusiva.

NO bajas la guardia. Mantén la relación familia-escuela-alumnado durante el todo el curso escolar. Este curso debemos apoyar el currículo **socio-emocional**.

¿Estás listo para volver?
Necesitamos una escuela inclusiva para todos

Conoce más sobre el autismo
VISITA NUESTRA WEB [HTTPS://CEPAMA.ES](https://cepama.es)

INFOGRAFÍAS MADE IN CEPAMA: VOLVER A LA ESCUELA

El Comité de Mujeres Autistas CEPAMA ante la vuelta de los niños y niñas autistas a las escuelas defienden sus derechos a los ajustes razonables que aseguren una reincorporación que garantice su seguridad y su bienestar, por ello en Septiembre publicamos una infografía con medidas para apoyar a las niños y niñas autistas en su vuelta a las aulas. Puedes descargarlo **aquí**: <https://cepamatea.wordpress.com/activismo/posicionamiento-de-cepama-frente-a-la-covid-19/medidas-para-la-vuelta-al-cole-para-los-alumnos-y-alumnas-autistas/>



#SoyAutista

Volver al trabajo

Necesidades y derechos de los trabajadores y trabajadoras autistas en tiempos de covid-19



Más información en <http://cepama.es>

Antes de la incorporación:

REALIZA REUNIONES PREVIAS con el trabajador/a autista, el equipo de prevención de riesgos laborales y la representación de los trabajadores para conocer las necesidades de adaptación de puesto de trabajo..
ANTICIPA los cambios en las relaciones laborales y en el uso y señalización de los espacios comunes.
PROMUEVE un diálogo constructivo para garantizar la inclusión plena de la persona autista en el entorno laboral.

Durante el período de transición:

- **Garantiza la flexibilidad horaria y su ajuste progresivo** en función de la gestión que el trabajador/a presente en relación con los elementos estresores identificados o sobrevenidos (horas punta en transporte público, relaciones con compañeros, reuniones presenciales, trato con clientes o proveedores externos etc)
- **Considera las necesidades de ajustes sensoriales y el uso personalizado de los elementos de protección** . Vigila los horarios de limpieza y los productos utilizados.
- **Considera los trayectos in itinere como factores de riesgo**. Una persona autista puede presentar episodios de fobia social o agorafobia que resulten disparadores de crisis de ansiedad o pánico y que le impidan desplazarse con normalidad a su puesto de trabajo.

RECUERDA

1. El **TELETRABAJO** debe ser la primera opción para los/las trabajadores/as autistas.
2. El **derecho a la salud y al bienestar físico y mental** es un derecho fundamental: todas las personas tienen garantizada su protección.
3. **Las empresas son los primeros responsables de garantizar el derecho a la salud en los espacios laborales.**



INFOGRAFÍAS MADE IN CEPAMA: ESPACIOS LABORALES SEGUROS

El Comité de Mujeres Autistas CEPAMA ante la vuelta de las personas autistas a los espacios laborales, defienden sus derechos a los ajustes razonables que aseguren una reincorporación que garantice su seguridad y su bienestar, por ello en Septiembre publicamos una infografía con medidas para apoyar a los trabajadores autistas en su vuelta al trabajo. Puedes [descargarlo](https://cepamatea.wordpress.com/activismo/posicionamiento-de-cepama-frente-a-la-covid-19/medidas-de-apoyo-para-la-vuelta-al-trabajo-de-las-personas-autistas/) aquí:

<https://cepamatea.wordpress.com/activismo/posicionamiento-de-cepama-frente-a-la-covid-19/medidas-de-apoyo-para-la-vuelta-al-trabajo-de-las-personas-autistas/>

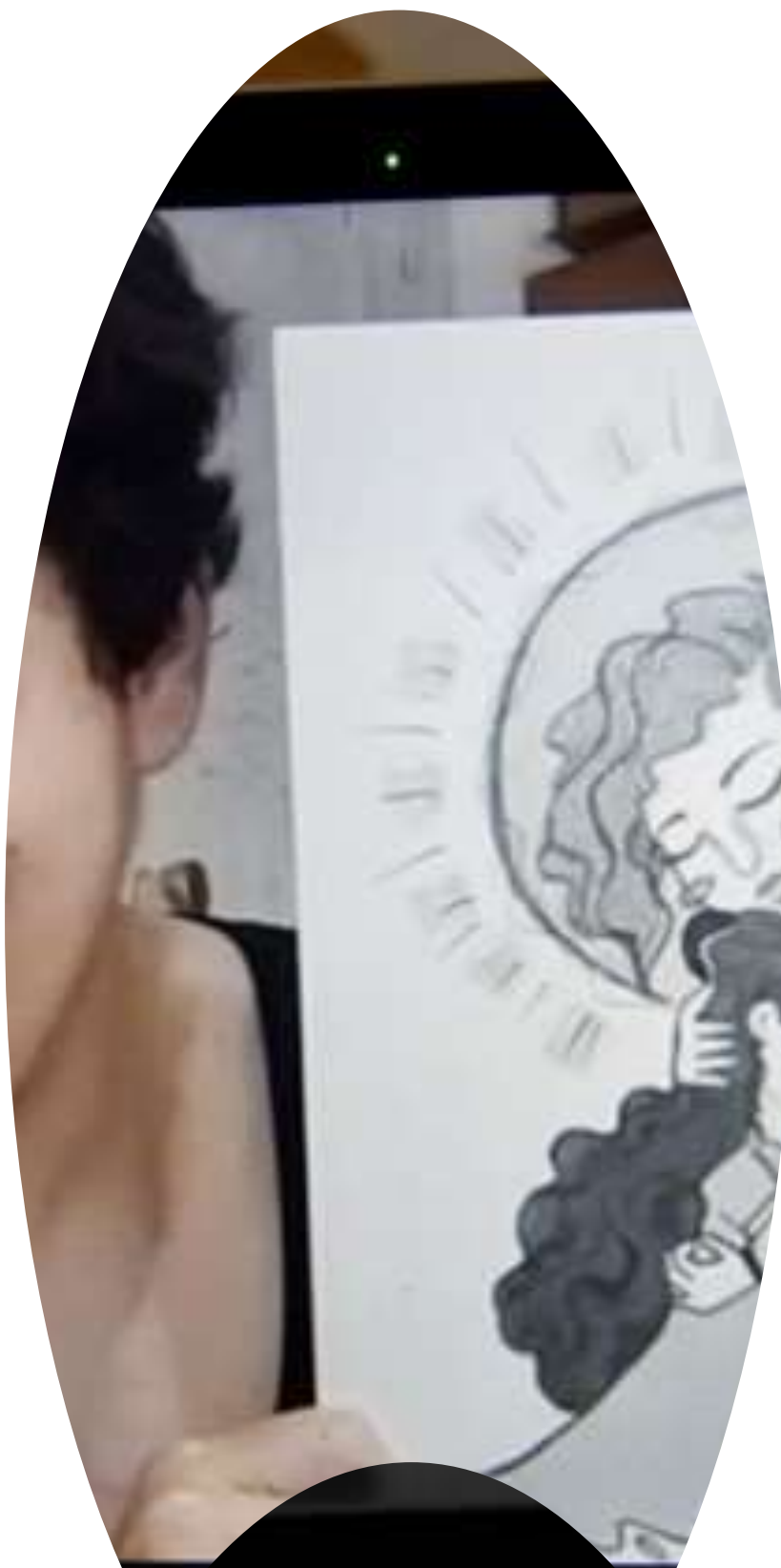


EN RADIO

El 22 de Julio, nuestra compañera de CEPAMA, Montse Ríos es entrevistada en el programa de “Grandes Minorías” de Radio 5, bajo el título “No eres rara, eres autista. Hasta los autistas somos seres sociales, aunque socialicemos de forma diferente”.

<https://www.facebook.com/watch/?v=287928222293101>

https://www.grandesminorias.com/no-eres-rara-eres-autista/?fbclid=IwAR0ouP_ttrCKxtIUyibGGf7SqzI0R4vfAbLF5b_450rJkad6HaRQ_UUS_dY



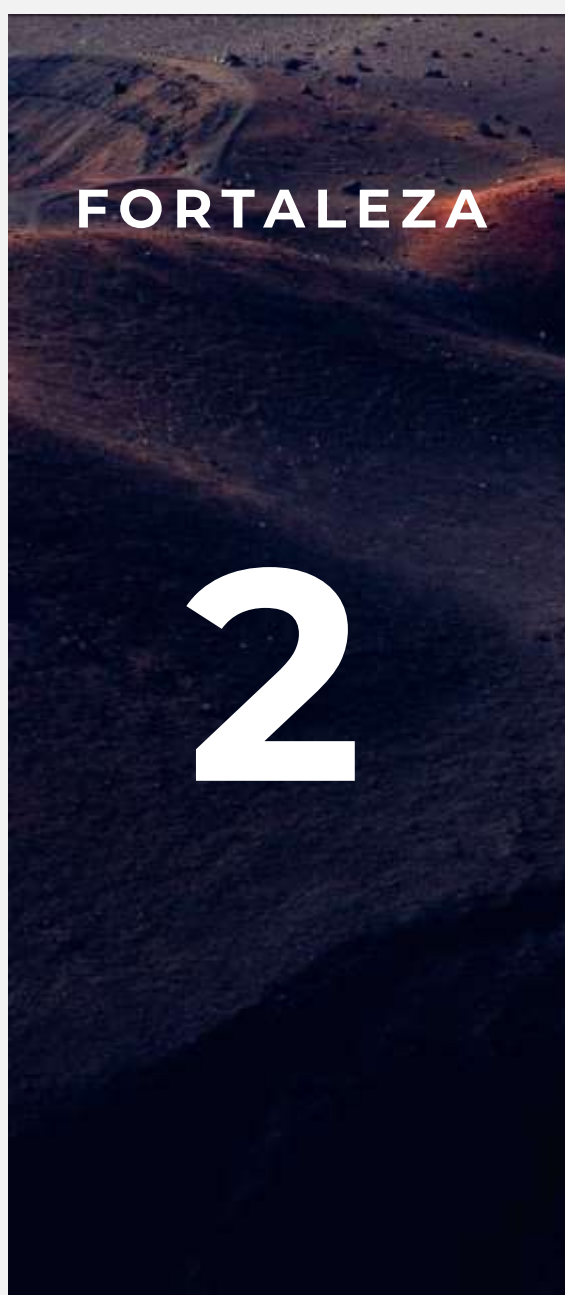
EN REDES

El 9 de septiembre nuestra compañera Montse Ríos fue entrevistada en ‘El Espacio de Lola’. Es un espacio de aprendizaje sobre diferentes temas relacionados con el desarrollo, educación, familia, crianza y convivencia de personas con autismo y otros trastornos del desarrollo. Los invitados son especialistas en educación, autismo, desarrollo personal, y personas con TEA que den su testimonio a ser entrevistados.

<https://www.facebook.com/1435833809822713/videos/968408456919023/>

POR UN FUTURO DE FORTALEZAS

DESEAMOS UN 2021 DE CRECIMIENTO

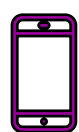


CONTACTO

www.cepama.es



@cepamaTEA



+34 634 547 413



info@cepama.es



http://cepama.es