

El punto de partida soy yo

# Empoderamiento y participación

Experiencias para la inclusión de personas  
con discapacidad



Pastoral Social  
**Cáritas**  
Coroico



## **Kit de Herramientas de DIBC**

### **Texto 2**

**El punto de partida soy yo,  
Empoderamiento y participación.  
Experiencias para la inclusión de  
personas con discapacidad**

Depósito Legal  
4 - 1 - 536 - 2023

#### **Producción y edición**

Rossmery Crispín Choquecallata  
Carlos Miguel Caballero Barahona  
Adrián Serguei Pérez Arce

#### **Redacción**

Ana María Calle Vargas  
Lizeth Sandra Lima Conde  
Litzi Patricia Pardo  
Saúl Mamani Serrano

#### **Diseño y Diagramación**

Carlos Miguel Caballero Barahona

#### **Programa Mundo Inclusivo Pastoral Social Cáritas Diocesana Coroico**

Dirección Ejecutiva  
Rdo. P. Freddy Del Villa Zúñiga

Calle Felipe López N° 339, Villa Fátima  
La Paz - Bolivia  
Telf.: (+591 - 2) 2213533 / 2263266  
E-mail: caritas@caritascoroico.org  
caritascoroico@yahoo.com  
Web: www.caritascoroico.org

#### **Esta publicación ha sido financiada por CBM Global.**

Este documento puede ser copiado, citado o adaptado por partes o completamente siempre y cuando se cite la fuente de forma expresa. Su venta queda absolutamente prohibida.

Bolivia, 2023



**El punto de partida soy yo**

# **Empoderamiento y participación**

**Experiencias para la inclusión de personas  
con discapacidad**

# Bienvenidos y bienvenidas al texto 2

## **Empoderamiento y participación**

**Este texto es parte del Kit de herramientas de DIBC producido por el Programa Mundo Inclusivo de Cáritas Coroico.**

La experiencia de Mundo Inclusivo en empoderamiento es extensa y ha sido rica durante los últimos años.

Aprendimos y contribuimos a que personas con discapacidad sean quienes lideren e incidan en las transformaciones de su entorno y en estas páginas hablaremos de cómo se puede lograr eso.

Contaremos historias basadas en hechos reales, que reflejan las experiencias y metodologías usadas por el PMI para el empoderamiento y participación de las personas con discapacidad. A lo largo del texto, también te compartiremos algunos tips que pueden ayudar a mejorar la participación de tu OPD.

# Índice


## ¿Qué encontrarás en este texto?

 **Página 3**  
¿Qué es empoderamiento de personas con discapacidad?

 **Página 4 - Catalina**  
Historias de empoderamiento y participación.

 **Página 5 - Laura**  
Historias de empoderamiento y participación.

 **Página 6 - Sara**  
Historias de empoderamiento y participación.

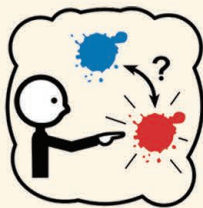
 **Página 7 - Organización de personas con discapacidad**  
Historias de empoderamiento y participación.

 **Página 8**  
Hablemos sobre participación.

 **Página 9**  
Tips para lograr la participación.



# ¿Qué es Empoderamiento de personas con discapacidad?



Yo Tomo mis decisiones y conozco mis derechos

El empoderamiento es un proceso, un avance paso a paso hasta la auto-determinación de la persona.

Si una persona toma las decisiones sobre sus actividades cotidianas y decide participar en espacios públicos, quiere decir que está empoderada.

Cuando alguien conoce sus derechos y deberes, lucha cuando estos o los de sus compañeros son vulnerados, podemos decir que la persona está empoderada.

Una persona que asume con responsabilidad sus obligaciones y asume las consecuencias de sus actos y decisiones, es una persona empoderada.


También, si una organización de personas con discapacidad comprende su rol y trabaja activamente para generar cambios sociales, podemos decir que es una organización empoderada.

El empoderamiento no forzará decisiones, ni servirá para oprimir a los demás o ejercer violencia sobre el prójimo, busca negociar y consensuar.

**Nadie me empodera.  
¡Yo me empodero!**



## Catalina en grupos de auto-ayuda



Un grupo de auto-ayuda es un grupo permanente de personas que se unen por intereses similares, como los grupos de personas con discapacidad y familiares.

A Catalina siempre se la veía preocupada, ansiosa, ajetreada y algo molesta, nunca se detenía a tomar un respiro. Ella tiene un hijo con discapacidad auditiva de 7 años de edad que asiste irregularmente a la escuela de la comunidad. La señora Catalina cultiva y vende la hoja de coca. El padre de sus hijos se fue de casa tras saber que su hijo menor tenía discapacidad auditiva.

Catalina cuida sola a sus hijos. Se siente triste y desorientada al no saber cómo poder ayudar a su hijo. Sufre discriminación, críticas por parte de vecinos, lástima o menosprecio.

Un día Catalina, se encuentra con Norah, otra señora que también tenía un hijo con discapacidad. Norah le comenta de un Grupo de Autoayuda en su comunidad. Le cuenta que tienen reuniones los jueves por la tarde y Catalina acepta ir a la siguiente reunión.

En la reunión, Catalina se encuentra con otras madres y padres con similar situación que ella, se da cuenta que ha encontrado un espacio donde la escuchan, recibe contención emocional, puede hablar de discapacidad, intercambiar sus experiencias y hallar soluciones en grupo. Al llegar a casa ella se sintió un poco mejor.

Tras algunas sesiones el grupo decidió pedir orientación en la elaboración de materiales educativos de apoyo para sus hijos e hijas con discapacidad, y también decidieron aprender un poco Lengua de señas boliviana, para personas con discapacidad auditiva.



Escanea aquí para descargar material sobre grupos de auto-ayuda. También está en el CD-Room de este Kit.

## Laura participa en sesiones de desarrollo personal

Laura veía a otros jóvenes con discapacidad que asistían a unas sesiones de desarrollo personal que se realizaban en el salón de reuniones de la sede social.

Ella era una joven muy tímida y miedosa y no se atrevía a preguntar, solo escuchaba a los otros jóvenes comentar que les gustaba ir a estas sesiones.

Un sábado Laura fue al pueblo con su mamá y se encontró con Teresa, una promotora del Proyecto de Desarrollo Inclusivo. Teresa le dijo: “¡Hola Laura! te invito a participar de la sesión de hoy mientras tu mamá hace sus compras”. Laura se emocionó y su mamá la dejó ir.

En la sesión se habló sobre la “autoestima”. A través de juegos, entre risas y charlas, todos los jóvenes aprendieron a enfrentar las dificultades que puede atravesar un joven con discapacidad.

Fue una primera sesión muy linda para Laura y le pidió a su mamá que le permitiera asistir a las siguientes sesiones. Ella dice que el grupo le gusta porque ahí la escuchan, que encontró amigas y amigos y podía dar su opinión sin miedo.

En un grupo de desarrollo personal aumento mis posibilidades de pensar, sentir y actuar de una manera saludable y plena. En el grupo juego, bailo, pinto, veo videos y me divierto mucho.



“ **Las promotoras DIBC** son personas de la comunidad capacitadas para mejorar el acceso a educación y salud de personas con discapacidad y contribuyen a su ejercicio de derechos. ”

En el CD-Room de este Kit encontrarás una guía de actividades para sesiones de Desarrollo Personal.



## Sara participa en un curso de empoderamiento

El Curso Empoderarnos está compuesto por 10 sesiones para conocernos, aprender, liderazgo y hacer más fuertes a nuestras organizaciones. Por ejemplo, aprendí que para hacer incidencia, hay 8 pasos!

Sara se apresura para llegar al auditorio del centro de salud de su comunidad, no quiere llegar tarde a la sesión de hoy. Ha pasado más de una semana desde el último taller. A Sara le pareció una eternidad cuando dijeron que serían 10 sesiones de capacitación, pero ahora ya están a poco de terminar no se quiere perder ninguna.

Durante la última sesión se hizo un juego donde un grupo personificó al alcalde, otros a un concejal y a ella le tocó interpretar a un movimiento ciudadano. Así hablaron sobre qué es incidencia política.

Hoy hablarán sobre un plan de incidencia. Sara tiene muchas ideas para el transporte y el acceso a salud que son los problemas principales que enfrentan las personas con discapacidad en su comunidad. Siente que con el plan que están realizando, podrán de influir en sus autoridades.

Al inicio le daba pena participar y le costaba, pero los juegos, las charlas y los temas le interesaban mucho. Todas las reflexiones le ayudaron a ella y al resto a pensar sobre lo que estuvieron haciendo bien y aquello en lo que han fallado.

También comprendió la importancia de apoyar a los líderes de su asociación, ahora se siente más comprometida y que debe participar más activamente que antes.



Escanea aquí para  
descargar el Manual  
Empoderarnos o  
búscalo en el CD  
Room de este Kit.



## Una organización participa en el POA

En la asamblea de una asociación de personas con discapacidad intelectual la presidenta comunicó que actualmente se están realizando planes municipales para los siguientes 5 años. Dice que la asociación debe participar y se prepara escuchando a sus bases

Ella y varios dirigentes de las asociaciones de personas con discapacidad física, múltiple, intelectuales, sordos y ciegos se reúnen con un técnico del proyecto de DIBC. Primero, hablaron sobre qué es un PTDI y cómo participar. Juntos identifican las necesidades y las ordenan según su importancia.

Cada participante consigue aportar con ideas; revisan leyes, investigan y arman una propuesta que responda a los intereses y las necesidades de todas las personas con discapacidad de la comunidad y se organizan para presentar sus propuestas a sus autoridades municipales.

Con una carta dirigida a la dirección de Desarrollo Humano y a la Dirección de Planificación del municipio, se presenta la oportunidad de trabajar, junto a las autoridades el contenido del PTDI. Terminan las reuniones agotados pero satisfechos porque por primera vez fueron escuchados y no se rendirán, más aún si sus propuestas no son escuchadas.

**“ El PTDI o Plan Territorial de Desarrollo Integra es un plan que se hace para 5 años.**

**El POA o Plan Operativo anual se lo hace cada año.**

**Ambos deben tomar en cuenta la participación de personas con discapacidad.”**





# Hablemos sobre participación

Las historias anteriores nos mostraron la importancia del empoderamiento y cómo puede cambiar la vida de las personas con discapacidad y la de sus organizaciones. Ahora debemos enfocarnos en la participación.

En el texto 1 de este Kit de herramientas de DIBC compartimos algunas actividades que el Programa Mundo Inclusivo ha llevado a cabo para fortalecer la participación de personas con discapacidad.

Recordemos que **sin participación no es y no será posible una verdadera inclusión**. Por eso, participar es un derecho que nadie debe vulnerar y que está en el artículo 9 de la Convención Internacional sobre los derechos de las Personas con Discapacidad.

En los últimos años, el Programa Mundo Inclusivo ha trabajado con más de 22 organizaciones de personas con discapacidad de varios municipios del país. Se han hecho mesas de trabajo, se han creado propuestas, se han organizado foros y otros.

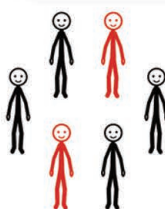
Estas organizaciones pudieron participar en los PTDI de sus municipios (todas por primera vez) y en los POA, no con demandas y reclamos, sino con propuestas y soluciones.

Algunas tuvieron mejores resultados, otras no tanto, pero todas las personas con discapacidad de esas organizaciones pudieron ejercer su derecho a participar, a ser escuchados y escuchadas.

A continuación, queremos compartir más aprendizajes sobre cómo podemos mejorar nuestra participación.



Yo



Participo



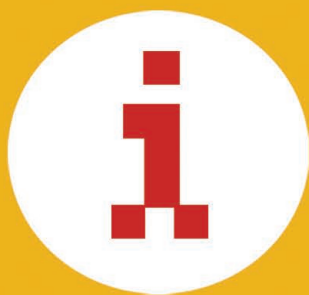
en decisiones

# Tips para lograr la participación

- Tip 1.** Infórmate sobre las normativas y la planificación del Estado.
- Tip 2.** Infórmate más sobre el trabajo de las direcciones de Planificación, Jurídica y Administrativo, Financiera y control social de tu municipio.
- Tip 3.** Buscar aliados estratégicos que tengan influencia en el municipio.
- Tip 4.** Buscar a un concejal amigo con poder de decisión.
- Tip 5.** Busca a una persona cercana que influya en la autoridad (esposa, prima, compadre, etc.)
- Tip 6.** Lleva un documento impreso que resuma tus propuestas y necesidades a tus reuniones con la autoridad.
- Tip 7.** Realiza un mapeo, para identificar y conocer qué instituciones (parroquias, iglesias evangélicas, centros de salud, juntas vecinales, comunidades educativas) existen en el municipio y puedan apoyar en tu organización de personas con discapacidad.
- Tip 8.** Acompaña tu incidencia (acontecimiento, actividad) con una red de organizaciones e instituciones que apoyan a la comunidad.
- Tip 9.** Supérate a ti mismo, informarte de fuentes verídicas.
- Tip 10.** Participa de actividades promovidas por la Alcaldía para mejorar tus aprendizajes y capacidades (ferias productivas, ferias gastronómicas y de salud, concursos, talleres, actividades culturales, etc.).







**En el CD-Room encontrarás más materiales y documentos.**  
**El texto 3 es sobre transversalización de la discapacidad.**

## Glosario

**PTDI:** Plan Territorial de Desarrollo Integral. Plan a mediano plazo del estado sobre sus recursos financieros, humanos y tecnológicos

**POA:** Plan Operativo Anual. Es el plan de corto plazo del estado sobre recursos financieros, humanos y tecnológicos.

**OPD:** Organización de personas con discapacidad.

**Equidad de Género:** Garantizar la igualdad entre hombres y mujeres para empoderar y promover los derechos de las mujeres y la participación equitativa de hombres y mujeres.

**Grupo de autoayuda:** Son grupos establecidos localmente, operan de manera informal y se centran en atender las necesidades de sus propios miembros que pueden incluir personas con y sin discapacidad, por ejemplo, miembros de la familia.

**DIBC:** El Desarrollo Inclusivo Basado en la Comunidad es un enfoque de trabajo para la reducción de la pobreza en personas con discapacidad y la eliminación de barreras.

**Incidencia política:** Es un proceso planificado que realiza una organización civil para influir en las decisiones de sus autoridades a favor de sus intereses.

**PMI:** Programa Mundo Inclusivo.

## Documentos consultados

Convención Sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, Naciones Unidas, 2006.  
Ley N° 223 - Ley General para Personas con Discapacidad, Bolivia 2012.  
Manual "Empoderarnos" Módulos de Capacitación, P. S. Cáritas Coroico, Bolivia 2021.  
Disability Inclusive Development Toolkit, CBM.  
<https://arasaac.org/pictograms>



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

