

# Autogestores Viva Vox



La autogestión es una forma poderosa de influir en el cambio social haciendo que la voz de las personas con discapacidad sea escuchada . A través de los programas de defensa de autogestión alentamos a las personas con síndrome de Down a convertirse en defensores de sus derechos ciudadanos.

Las voces más impactantes son las de las propias personas con síndrome de Down y las de los autogestores.

Para una persona con síndrome de Down, la autogestión significa desarrollar sus habilidades, conocimientos y confianza en sí misma para poder relacionarse con las personas de manera efectiva, participar en situaciones laborales o sociales y comprender sus derechos y responsabilidades como ciudadanos.

Los grupos de autogestores están formados por adultos con discapacidad intelectual que se reúnen con el apoyo de un facilitador para:

1. Adquirir habilidades de comunicación. Para prepararse para esta etapa en AVESID nuestros adultos participan en un taller de oratoria que

contribuye en desarrollar la confianza en sí misma para llegar a comunicarse de forma acertiva .

2. Desarrollar un mayor nivel de autonomía personal y social.
3. Aumentar sus habilidades para expresarse y decidir por sí mismos.
4. - Aprender a tomar decisiones en su vida cotidiana.
5. Debatir sobre asuntos que le son del interés del grupo. Adicionalmente, cada miembro dispone de su propio espacio para expresarse y manifestar sus necesidades, opiniones y deseos.
6. Participar en las actividades de su comunidad como todos los ciudadanos.

Para las personas con síndrome de Down, la autogestión tiene un profundo impacto en sus vidas: les brinda la confianza para tomar el control y participar en sus comunidades con confianza.

Nuestro grupo de autogestión se reúne los días martes de 10:00am a 12:00m

