

# El rol de los Apoyos

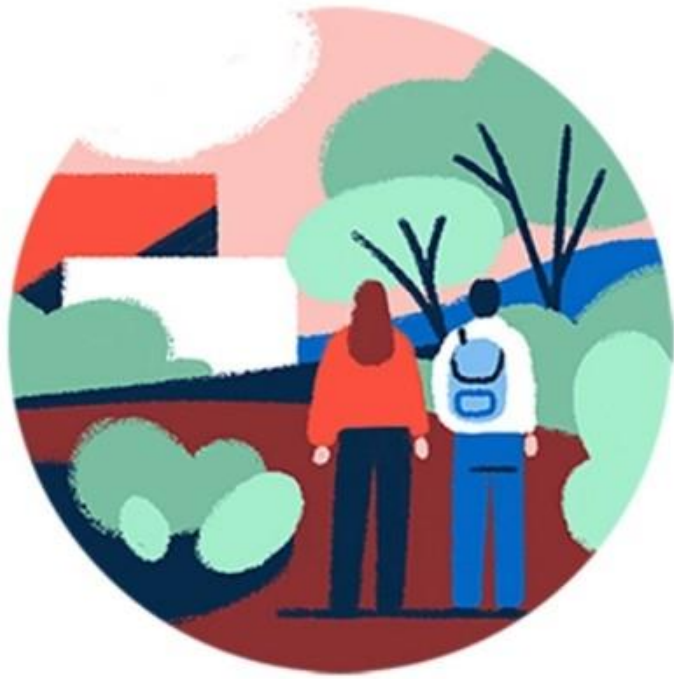


Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea



# ¿Qué es un Apoyo?





Los apoyos son personas, materiales o herramientas.



Los apoyos pueden ayudar  
A aprender nueva información y a tener nuevos intereses.



Los apoyos pueden mejorar nuestro sentido de **bienestar.**



Cofinanciado por el  
programa Erasmus+  
de la Unión Europea





El nivel de apoyo depende las necesidades de las personas.



Cofinanciado por el  
programa Erasmus+  
de la Unión Europea



Hay 4 niveles de apoyo según tu necesidad:



- Necesitas ayuda de vez en cuando.
- Necesitas ayuda en determinados momentos de tu vida.
- Necesitas ayuda todos los días para hacer determinadas cosas.
- Necesitas ayuda en todo momento.

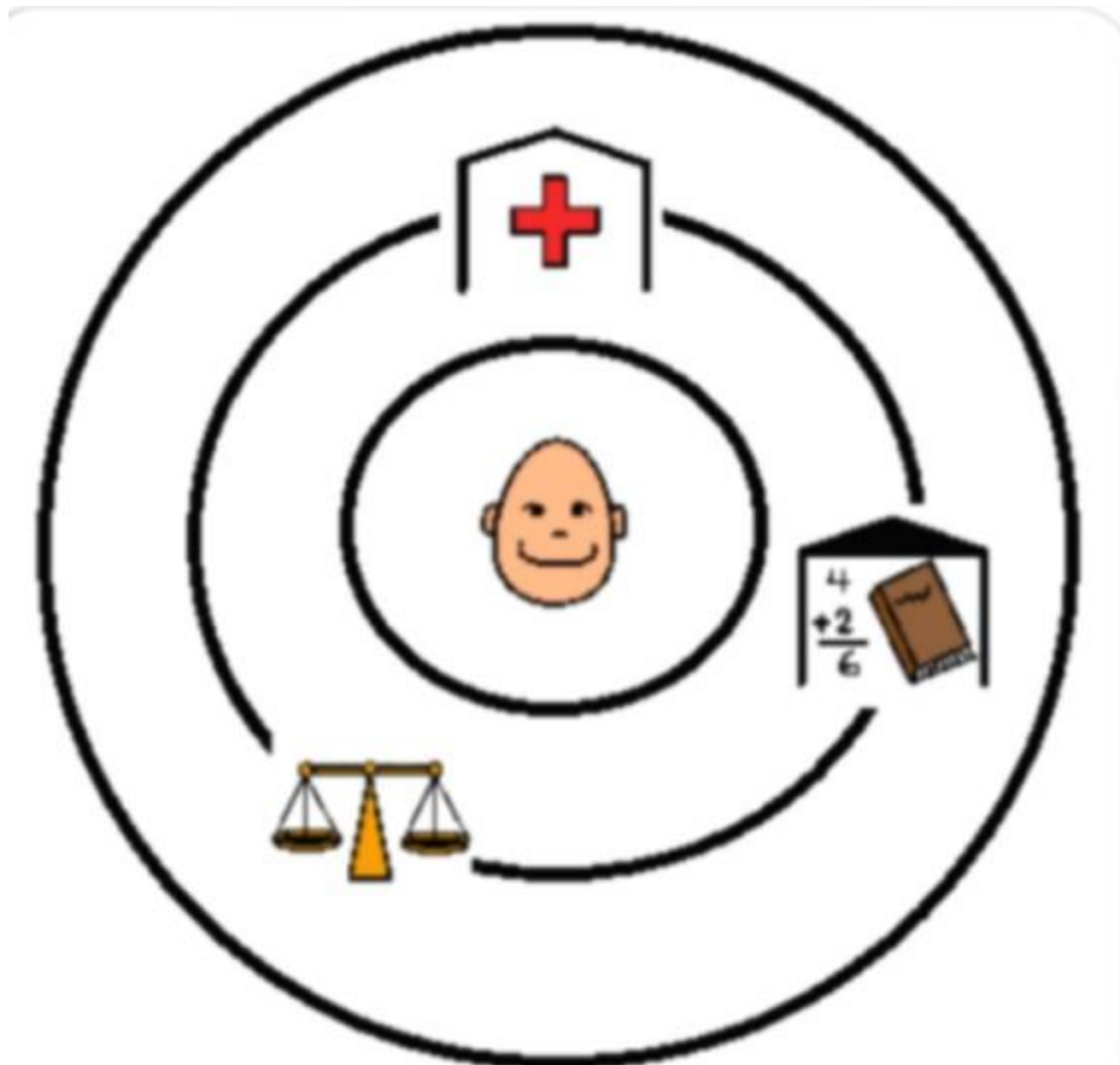


**Piensa  
acerca del  
apoyo que  
necesitas**



Cofinanciado por el  
programa Erasmus+  
de la Unión Europea





Para pensar sobre el apoyo que necesitas puedes preguntar a las personas en las que confías lo que piensan



Cofinanciado por el programa Erasmus+ de la Unión Europea



Es importante hablar acerca de lo que te importa:



- Áreas de apoyo que son importantes para ti.
- Actividades importantes para cada área de apoyo.
- El nivel de apoyo que necesitas.

Hacer tu plan personal de apoyo.





Las personas con discapacidad intelectual a menudo necesitan apoyo para aprender o trabajar.

Los apoyos pueden hacer la vida más fácil a las personas con discapacidad intelectual.

Los apoyos son importantes para tener una mejor calidad de vida.



Cofinanciado por el  
programa Erasmus+  
de la Unión Europea





## Diccionario

Encuentra aquí las definiciones de las palabras en **negrita**.

### **Bienestar**

Se trata de tener nuestro cuerpo y mente en buena forma.



Cofinanciado por el  
programa Erasmus+  
de la Unión Europea

