



Cofinançat per
la Unió Europea



ISTITUTO DEI SORDI
DI TORINO



COCEMFE
Sevilla



CITIZENS
IN POWER



European
Development



MoMs

MOTHER MATTERS

El dret a la maternitat de les dones amb discapacitat

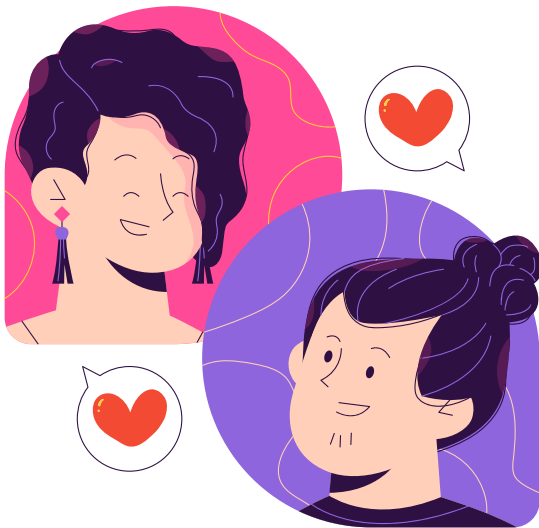
Projecte Erasmus Plus número 2023-1-IT02-KA220-ADU-000153664

PÍNDOLAS INFORMATIVES

Les píndoles informatives ofereixen explicacions breus sobre estudis de discapacitat, accessibilitat per a professionals sanitaris i maternitat de dones amb discapacitat. Es basen en el microaprenentatge, una metodologia que divideix el contingut en unitats curtes centrades en un tema o habilitat.

- RELACIONS -

ENAMORAR-SE



L'habilitisme és la discriminació de les persones amb discapacitat basada en la creença que no poden viure experiències típiques, incloses les emocionals i sexuals. Es veu la discapacitat com un defecte en lloc d'una part de la diversitat humana.

Enamorar-se és meravellós i, ahora, fa respecte per a tothom. Per a una persona amb discapacitat, poden existir més barreres, tant pràctiques (com conèixer gent) com psicològiques.

RECORDA



Tenir el desig d'una relació romàntica és un dret de tothom!



momsproject.eu



Mother Matters



[moms.mothermatters](https://www.instagram.com/moms.mothermatters)



[MoMs_MotherMatters](https://www.youtube.com/MoMs_MotherMatters)

Finançat per la Unió Europea. Les opinions i punts de vista expressats són exclusivament dels autors i no reflecteixen necessàriament els de la Unió Europea ni els de l'Agència Executiva Europea d'Educació i Cultura (EACEA). Ni la Unió Europea ni l'EACEA en poden ser considerades responsables.

Quan coneixem algú que ens agrada emocionalment, no hem d'intercanviar gestos de bondat o amistat amb l'expectativa d'amor correspost. Si tens dubtes sobre el que l'altra persona sent per tu, simplement pregunta! És la millor manera d'establir una relació clara, ja sigui d'amistat o d'amor.

Si l'altra persona no sent el mateix per tu, no t'angoixis ni t'enfadis. Cadascú és lliure de sentir com sent, i és essencial respectar els seus sentiments. El rebuig pot ser dolorós, però respectar els desitjos de l'altra persona és fonamental.

Alguns consells útils:

- Participa en activitats socials i amplia la teva xarxa.
- Dona prioritat a la connexió emocional. No tinguis pressa.
- Sigues honest/a sobre els teus desitjos, fortaleeses i límits. No amaguis els teus sentiments.
- Fes servir plataformes de cites accessibles.
- No acceptis relacions poc saludables. Identifica senyals d'alarma i confia en el teu instint.



Les apps de cites permeten personalitzar perfils per compartir la teva història, aplicar filtres per trobar persones compatibles i comunicar-te sense pressió. Ofereixen eines com videotrucades i biografies detallades per fomentar la confiança i establir connexions basades en valors compartits.

Existeixen aplicacions creades específicament per a persones amb discapacitat, garantint inclusió i comprensió. Aquestes eines ajuden a recuperar la confiança després d'experiències fallides o a iniciar-se en el món de les cites per primera vegada. Aquí en tens algunes:

- ♥ Dinderclub
- ♥ Deaf And Dating
- ♥ Disability Matching
- ♥ Disabled Singles Dating

