

La guía de autodefensa

2

2. ¿En qué consiste la guía?

Si quieres **reclamar** algo, es necesario que tú participes en el cambio y pongas en marcha todos los medios para defender tus derechos. Hablar por ti mismo, reclamar tus derechos y defenderte frente a situaciones en las que te hayas sentido discriminado servirá para que puedas conseguir tus objetivos y dar a conocer tu situación personal. De esta forma, otras personas sordas que puedan estar en tu misma situación podrán beneficiarse también.

En esta guía se ofrecerá toda la información que pueda servir de utilidad para conocer los derechos de las personas sordas, la normativa que los ampara y las vías para reclamarlos. También podrás encontrar modelos de solicitudes, quejas y reclamaciones, así como y datos de contacto que podrás usar dependiendo del ámbito (educación, sanidad, transporte, etc.) en que te hayas visto perjudicado.