

## Instrucciones

- **Objetivo:**

Conocer las hostilidades o limitaciones que presenta el entorno para el desarrollo de la vida diaria de personas con discapacidad (sensorial, física o cognitiva).

- **Procedimiento:**

- *Actividad 1: Dificultades sensoriales*

- Cuando despierten deben cubrir sus ojos con una venda o pañuelo
- Una vez cubiertos realicen las actividades que normalmente llevan a cabo durante la mañana (por ejemplo: preparar el desayuno, hacer el aseo, bañarse, cuidar a las mascotas, etc.)
- Cuando hayan realizado las actividades (2 horas app.) respondan a las siguientes preguntas:
  - a) ¿Cómo se han sentido?
  - b) ¿Qué es lo que más les ha costado realizar? ¿Por qué?
  - b) ¿Cómo les ha dificultado el entorno (mobiliario, etc.) la realización de estas actividades?
  - c) ¿Qué podrían mejorar en el entorno para realizar más fácilmente estas actividades?

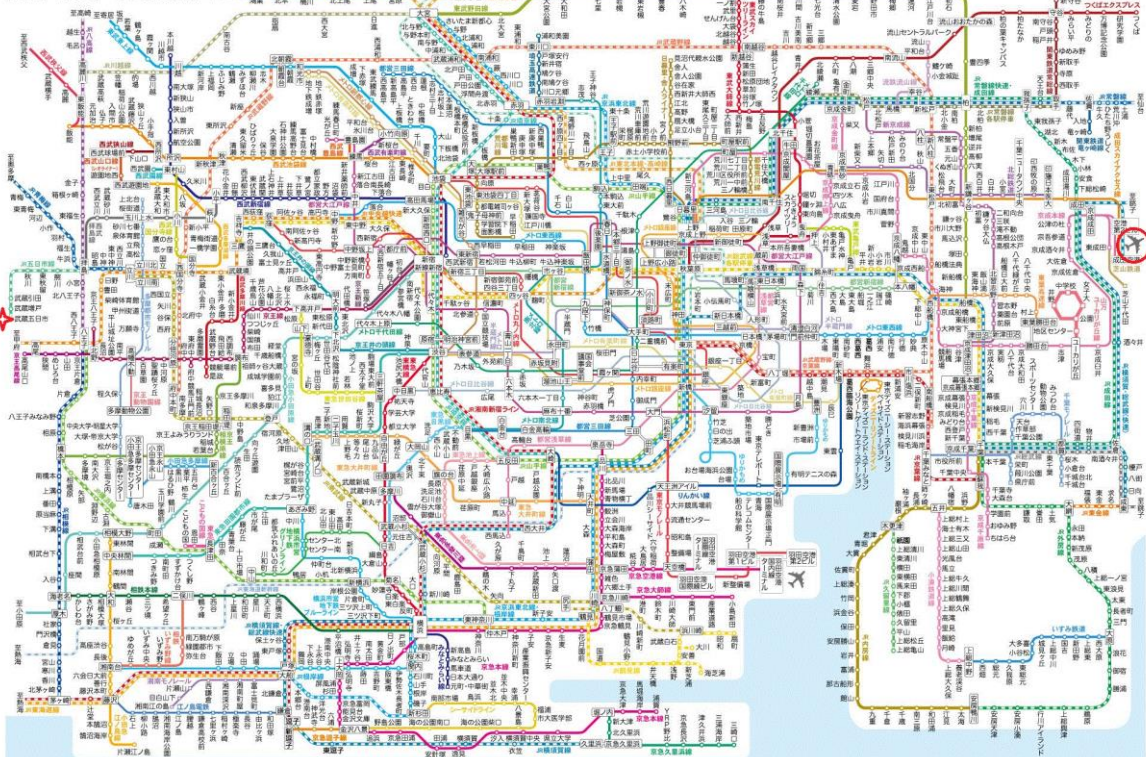
- *Actividad 2: Dificultades físicas*

- A la hora del almuerzo, deben amarrar una cuchara o tenedor a su muñeca
- Deben asegurarse de fijar bien el utensilio (siendo éste una extensión de su brazo)
- No pueden asir el utensilio con sus dedos (éstos no pueden utilizarse durante la actividad)
- Una vez amarrado el utensilio, sírvanse la comida y preparen la mesa
- A continuación, procedan a almorzar como lo harían normalmente
- Cuando hayan terminado de almorzar respondan a las siguientes preguntas:
  - a) ¿Cómo se han sentido?
  - b) ¿Qué es lo que más les ha costado realizar? ¿Por qué?
  - b) ¿Cómo les ha dificultado el entorno la realización de estas actividades?
  - c) ¿Qué podrían mejorar en el entorno para realizar más fácilmente estas actividades?

- *Actividad 3: Dificultades cognitivas*

- A continuación encontrarán el mapa de la Red de Metro de la ciudad de Tokio
- Deben llegar desde el punto marcado con una \* hasta el aeropuerto
- Tienen 6 minutos para identificar el recorrido que deberán realizar
- Una vez transcurrido ese tiempo respondan a la siguientes preguntas:
  - a) ¿Cómo se han sentido? ¿Han logrado identificar el recorrido?
  - b) ¿Cuáles son las principales dificultades que se han encontrado?
  - c) ¿Qué podrían mejorar en el entorno para realizar más fácilmente esta actividad?

# 東京・横浜・千葉路線図



※この路線図は、2013年2月20日現在、各鉄道会社の資料をもとに制作しております。※路線・駅名などは万全を期して制作しておりますが、掲載した情報(間違いなど)によって引き起こされた(直接的、間接的を含む)損害について、一切責任を負いませんのでご了承下さい。※上記路線図は、他人に転売、複製、加工、再印刷、再配布、転載することはできません。