

## ¡Manténgase Informado!



Regístrese para las Alertas de Acción en la página [www.capwiz.com/arcwa/home](http://www.capwiz.com/arcwa/home)

twitter



Nos puede seguir en Twitter en [www.twitter.com/TheArcofWA](http://www.twitter.com/TheArcofWA)



Conviértase en un usuario de nuestra página en Facebook. Regístrese en [www.facebook.com](http://www.facebook.com), buscándonos como The Arc—Washington State



Olympia Insider

Vea los videos en Olympia Insider que resaltan a los que participan en los días de abogacía en Olympia.



Olympia Reporter

El *Olympia Reporter* los mantiene informados de lo que esté pasando en el Capitolio.



Vea fotos de manifestaciones y eventos de abogacía aquí: [www.arcwa.shutterfly.com](http://www.arcwa.shutterfly.com)



Nuestro boletín de *Consejos Prácticos* nos prepara para defender los derechos de manera efectiva en Olympia, también lo puede hacer por teléfono y computador. ¡Llámenos hoy!

Achieve with us.



2638 State Avenue NE  
Olympia, WA 98506  
Llame Gratis: (888) 754-8798

Correo electrónico: [info@arcwa.org](mailto:info@arcwa.org)  
Página en Internet: [www.arcwa.org](http://www.arcwa.org)

Visite nuestra página de internet

Use su teléfono para registrar el código QR :



Septiembre 2017



Sea un

Defensor

Eficaz



The Arc™  
Washington State

Para Personas con Discapacidades Intelectuales y de Desarrollo

# Sea Un Defensor Eficaz

A continuación encontrará ideas para abogar de forma eficaz. Aún teniendo poco tiempo, usted puede abogar por teléfono, correo electrónico o por medio sociales y si puede involucrarse más, puede asistir a los Días de Abogacía, juntas personales y testificar.

## Prepare su junta:

Escoja un tema e incluya estos tres puntos principales:

1. Cuál es el problema o tema.
2. Cómo afecta su vida y la de otros.
3. La solución para resolver el problema.

## Haga una lista:

1. Nombre, dirección y teléfono.
2. Resumen corto del tema para discutir en la junta.
3. Tema a nivel estatal, historia personal y soluciones.
4. Entregue una copia al legislador.

## Cómo contactar a los legisladores:

1. Línea gratis (800) 562-6000
2. Línea directa en las oficinas.
3. Envíe un correo electrónico usando los datos del legislador así:  
nombreapellido@leg.wa.gov
1. Enviando cartas escritas a mano.
2. En persona.

## Comunicándose con los legisladores:

1. Sea breve
2. Tenga clara su misión
3. Solicite soluciones específicas
4. ¡No adivine! De información fidedigna o diga que “No sabe pero que va a averiguar para luego compartir la información.
5. Ataque el problema y no la persona. Sea educado.
6. Déjelos preguntar, escuche con atención.

## De qué hablar:

1. Presupuesto Bienal en años impares, presupuesto suplementario en los años pares.
2. Proyectos de ley de su interés, algunos considerados *Necesarios para Implementar el Presupuesto*.

## Gratitud:

1. Prepare tarjetas dando gracias por el tiempo dedicado en las juntas y por escuchar sus problemas y los de su comunidad.
2. Envíe las tarjetas de agradecimiento con un breve resumen de la junta y agradezca de antemano por la acción solicitada.

## Opciones Adicionales :

1. Participe en los Días de Abogacía.
2. Asista a una audiencia legislativa, testifique en un proyecto de ley que le interese.
3. Regístrese para las Alertas de Acción del The Arc y tome acción sobre los temas importantes, escriba cartas a los legisladores y a los editores de los periódicos locales.
4. De su testimonio en los programas de radio.
5. Asista a las juntas comunitarias patrocinadas por los legisladores de su distrito.
6. Regístrese en los boletines electrónicos de sus Legisladores.
7. Conéctese con grupos de defensoría y apoyo en su comunidad.
8. Use los medios sociales: Twitter, Facebook, YouTube, blogs, etc.

## Días de Abogacía en 2019

Enero	14	Primer día de Sesión
Enero	16	Recepción Legislativa
Enero	30	Apoyos para Familias
Feb	6	Asistencia para Empleo— Marcha con CEA
Feb	13	Autodefensa—Activismo
Feb	20	Vivienda Asistida—Marcha CRSA
Feb	27	Vivienda en la Comunidad
Mar	6	Marcha de Concientización de personas con discapacidades
Mar	13	Intervención Temprana/ Educación/Transición
Mar	20	Revisión del Presupuesto
Mar	27	Derecho de Personas con Discapacidades
Abr	3	Marcha en el Mes de la Concientización del Autismo
Abr	10	¡Toma Nota!

Para más información contactar:  
The Arc of Washington State  
Correo Electrónico: [Diana@arcwa.org](mailto:Diana@arcwa.org)  
Página: [www.capwiz.com/arcwa/home](http://www.capwiz.com/arcwa/home)

  
**The Arc**<sup>™</sup>  
Washington State

**¡El cambio lo hacen quienes participan!**

Para Personas con Discapacidades Intelectuales y de Desarrollo