



FAMILIES

**Special
Olympics**



**Guía para la Participación
Juvenil de Hermanos**



"[Mi hermano] es la persona más influyente en mi vida. Me enseñó lecciones de compasión, perseverancia, tolerancia y mucho más. Él es mi motivador y mi piedra de apoyo".

Joyce

Olimpiadas Especiales Massachusetts



"Para mí, ella es mi todo. Somos las hermanas más cercanas, y Olimpiadas Especiales nos ayudó a ser así".

Sydney

Olimpiadas Especiales Dakota del Sur



"Tengo la suerte de ver a mi madre y a mi hermana, Rosemary, ser tratadas con un rechazo insoportable... La combinación del amor de mi familia y la terrible punzada del rechazo me ayudó a desarrollar la confianza que necesitaba para creer que podía hacer una Diferencia en una dirección positiva".

Eunice Kennedy Shriver

Fundadora de Olimpiadas Especiales

Guía para la Participación Juvenil de Hermanos

Esta guía es para hermanos de personas con discapacidad intelectual. Proporciona información sobre Olimpiadas Especiales, discapacidad intelectual y participación de hermanos.

El propósito principal de esta guía es describir todas las oportunidades para que los hermanos se involucren en Olimpiadas Especiales. Esperamos que los hermanos lean esta guía y aprendan que Olimpiadas Especiales tiene un lugar para ellos.

¡No importa qué edad o intereses pueda tener un hermano, hay algo para todos!



1. ¿Qué es una Discapacidad Intelectual?



Así que tu hermano tiene una discapacidad intelectual...

Tal vez la discapacidad intelectual (DI) de tu hermano sea nueva para ti y tu familia. O tal vez ha sido parte de toda tu vida. De cualquier manera, puede ser difícil entender la discapacidad de tu hermano. ¡Olimpiadas Especiales está aquí para apoyarte! La siguiente información te ayudará a entender la Discapacidad Intelectual.

Usa esta información si tus amigos tienen preguntas sobre tu hermano/a. Cuanto mejor comprendas esta información, más útil será para los demás que quieran aprender.

>> Discapacidad Intelectual

Discapacidad intelectual (DI) es un término usado cuando una persona tiene ciertos desafíos. Estos retos dificultan la realización de actividades cotidianas. Pueden tener dificultades con las habilidades de comunicación, sociales y / o de cuidado personal. Un niño con DI puede aprender y desarrollarse de manera diferente a otros niños.

La discapacidad intelectual solía llamarse "retraso mental". Sin embargo, la palabra R (retardado) se volvió exclusiva y ofensiva. "Discapacidad intelectual" es ahora el término oficial.

>> Niveles de Discapacidad Intelectual

Las personas con DI experimentan diferentes desafíos. La severidad de sus desafíos también varía. Una persona con una discapacidad más grave puede necesitar más apoyo para ser funcional en la escuela y en la comunidad. Una persona con una discapacidad menos grave puede necesitar menos apoyo.

>> Coeficiente Intelectual (CI)

Una prueba de inteligencia mide la capacidad de una persona para aprender, razonar, resolver problemas, etc. Un puntaje de prueba por debajo de 70-75 es un signo de DI. El coeficiente intelectual no es el único factor que influye en el éxito futuro de una persona. El esfuerzo, la motivación y la autodisciplina también predicen el éxito.

>> ¿Qué califica como DI?

Olimpiadas Especiales utiliza la definición de DI de la Asociación Americana de Discapacidad Intelectual y del Desarrollo. Establece que una persona tiene una DI si cumple con estos tres criterios:

- Su CI es menor que 70-75.
- Existen limitaciones significativas en dos o más áreas de adaptación (habilidades necesarias para vivir, trabajar y jugar en la comunidad, como la comunicación o el cuidado personal).
- La condición se manifiesta antes de los 18 años de edad.



>> **Causas de Discapacidad Intelectual**

Para muchos niños, la causa de su Discapacidad Intelectual es desconocida. Una lesión, una enfermedad o un problema en el cerebro pueden causar Discapacidad Intelectual. Algunas causas pueden ocurrir antes, durante o poco después del nacimiento. Estos podrían incluir condiciones genéticas, infecciones durante el embarazo o falta de oxígeno. Otras causas de Discapacidad Intelectual pueden no ocurrir hasta que un niño sea mayor. Estos pueden incluir lesiones graves en la cabeza, infecciones o apoplejía.

>> **Impacto Social en Personas con DI**

Las personas con DI no tienen la culpa de tener diferentes desafíos. Algunas comunidades no apoyan bien a las personas con DI. Esto puede dificultar que las personas con DI funcionen en esa comunidad. Por ejemplo, un estudiante con síndrome de Down no está discapacitado por su diagnóstico. El currículo de su escuela asume que todos los estudiantes aprenden a un ritmo similar y tienen habilidades similares. Si su escuela ofreciera el apoyo y las adaptaciones adecuadas, tendría éxito en su trabajo escolar. Por lo tanto, el currículo de su escuela es incapacitante.

Cuando tu hermano está luchando con una tarea, intente identificar sus problemas. Pregúntate: ¿Qué podría hacer yo o mi comunidad para ayudar a mi hermano? ¿Cómo podemos incluir esta tarea para las personas con DI?

¡No te detengas aquí!

Si todavía tienes más preguntas, puedes...

> **¡PREGUNTAR a tus padres!**

> **CONÉCTATE con tu coordinador de Programa familiar.**



> **¡LEE más aquí!**





2. Rompiendo Mitos

MITO

REALIDAD



Las personas con discapacidad intelectual no pueden practicar deportes.



Si se les da la oportunidad y las adaptaciones adecuadas, las personas con discapacidad intelectual pueden superar barreras y practicar deportes.



Las personas con discapacidad intelectual no pueden aprender.



Las personas con DI pueden aprender de manera diferente, pero pueden aprender. Todos aprenden a su propio ritmo.



Las personas con discapacidad intelectual no pueden tener trabajo.



La mayoría de las personas con DI son capaces de mantener puestos de trabajo y contribuir a su comunidad. Su capacidad para hacerlo depende del nivel de apoyo que necesitan.



Hice que mi hermano tuviera una discapacidad intelectual.



La discapacidad intelectual no es contagiosa o causada por otras personas. Es causada por la genética, las lesiones o la exposición a enfermedades.



La discapacidad intelectual de mi hermano se curará cuando crezca o visite a un sanador espiritual.



La discapacidad intelectual es crónica, lo que significa que dura toda la vida. Sin embargo, las personas con DI pueden aprender y crecer a lo largo de sus vidas.



Tener un hermano con discapacidad intelectual es el castigo de mi familia por los pecados que hemos cometido en esta o en una vida pasada.



La discapacidad intelectual no es una forma de castigo y no es causada por las acciones de la familia o mala sangre. Son un resultado de la biología.



Si tengo hijos, ellos también tendrán discapacidad intelectual.



Sólo algunos tipos de DI pueden ser heredados. Pregúntele a sus padres o al médico si la DI de su hermano es genética y si puede hacerse una prueba genética.



No puedo tener una relación romántica porque tengo demasiada responsabilidad en el cuidado de mi hermano con DI



Muchos hermanos de personas con DI pueden tener relaciones románticas. Tener un compañero que acepte a su hermano con DI puede proporcionarles apoyo adicional.



Para poder cuidar a mi hermana en el futuro, tengo que sacrificar lo que quiero para mi propio futuro.



Hay muchos roles que puede tomar con respecto al cuidado futuro para satisfacer tus necesidades y las de tu hermano.



3. ¿Qué es Olimpiadas Especiales?



Misión

La misión de Olimpiadas Especiales es ofrecer entrenamiento deportivo a lo largo de todo el año para personas con DI. Esto les da posibilidades continuas de ser saludables, mostrar coraje y sentir alegría. Pueden compartir talentos, habilidades y amistad con sus familias, otros atletas de Olimpiadas Especiales y la comunidad.



Trasfondo



Hermanos y otros miembros de familia que participaron en el Taller de Olimpiadas Especiales para Hermanos y Familias de África en Johannesburgo, Sudáfrica posan para una foto de grupo.

Eunice Kennedy Shriver fundó Olimpiadas Especiales en 1968. Rosemary, la hermana de Eunice, tenía discapacidad intelectual. Ella y Rosemary crecieron haciendo deporte juntas y con su familia. En aquellos días, no había muchos programas para personas con DI. Eunice comenzó Olimpiadas Especiales para ofrecer a las personas con DI "la oportunidad de jugar, la oportunidad de competir y la oportunidad de crecer".

Hay 200 millones de personas con DI en el mundo. Nuestro objetivo es llegar a cada uno de ellos, y también a sus familias. Olimpiadas Especiales se extiende a través de entrenamientos, competiciones, exámenes de salud y eventos de recaudación de fondos. También creamos oportunidades para que las familias, los miembros de la comunidad y otros se reúnan y participen. ¡Todos pueden cambiar de actitud y apoyar a los atletas juntos!

Olimpiadas Especiales se apoya en voluntarios. Tenemos muchos eventos para que los hermanos, padres, otros miembros de la familia y amigos participen. ¡Las familias son nuestro recurso natural más poderoso y valioso!



4. ¿Qué es la Participación de Hermanos?



La participación de hermanos se produce cuando el hermano de una persona con DI participa activamente en la vida de su hermano o hermana. Son participantes activos en el viaje de Olimpiadas Especiales de sus hermanos. Juntos, juegan, aprenden, se desarrollan y trabajan. Hacen su relación más fuerte en el proceso. Los hermanos son un equipo que se motiva y se apoya mutuamente. Trabajan para alcanzar objetivos compartidos y personales. La participación de hermanos en Olimpiadas Especiales tiene resultados mutuamente beneficiosos. Tu hermano apreciará el tiempo que dediques a invertir en sus objetivos.

La participación de hermanos puede ofrecerte:

- Orgullo en ti y en tu hermano.
- Mayor autoestima.
- Habilidades de desarrollo profesional.
- Habilidades para resolver problemas.
- Habilidades y oportunidades de liderazgo.
- Destrezas sociales.
- Amistades con otros hermanos.
- Un vínculo más fuerte con tu hermano.
- Mayor tolerancia y aceptación de todas las personas.
- Unidad familiar más fuerte.

5. ¿Cómo puedo involucrarme? // Tipos de participación

Olimpiadas Especiales ofrece la plataforma perfecta para convertirse en un hermano comprometido. Explora tus opciones a continuación:

Apoyar

- Anima a tu hermano

Participar

- Atletas Jóvenes
- Deportes Unificados
- Participación universitaria
- Conviértete en entrenador OE

Ponerse en forma

- Clubes de Bienestar Físico de Deportes Unificados
- Fit Families
- SOFit

Ser Voluntario

- Voluntario en eventos locales de OE
- Atletas Saludables
- Conviértete en un oficial SO

Conectar

- Red de apoyo familiar

Abogar

- Vocería en escuelas
- Liderazgo Juvenil Inclusivo
- Liderazgo de programas



6. ¿Cómo puedo involucrarme? // Guía de Actividades

>> Apoyar

¡Anima a tu hermano en las prácticas y competiciones!



Ejemplo:

Sofía y su familia van a la competencia de natación de su hermano, Mateo, en Olimpiadas Especiales. Ella sostiene el cartel que hizo para Mateo y lo alienta mientras él compete.

Tipo de participación

>> Apoyar

Tiempo requerido

Puede asistir a prácticas semanales o competiciones cada pocas semanas.

Edad

Todas las edades

Recursos

¡Aprende más sobre apoyo familiar [aquí!](#)



>> Voluntario en las Prácticas y Competencias de Olimpiadas Especiales

¡Siempre hay necesidad de voluntarios en Olimpiadas Especiales! Los roles de los voluntarios varían según el tipo de evento con el que estés ayudando.



Ejemplo:

Thabo se ofreció como voluntario para el encuentro de atletismo de su hermano la semana pasada. Estaba a cargo de usar el cronómetro para medir el tiempo de cada atleta mientras corrían. Le encantó el sentimiento de responsabilidad que le dio y que pudo ver a su hermano, Zain, también competir.

Tipo de participación

>> Ser Voluntario

Tiempo requerido

Un evento único o voluntario semanal / mensual

Edad

8+

Recursos

Obtén más información sobre voluntariado [aquí.](#)





>> Atletas Saludables

Atletas Saludables de Olimpiadas Especiales utiliza expertos en atención médica que ofrecen su tiempo como voluntarios. Proporcionan exámenes y servicios de salud gratuitos para nuestros atletas. Sé voluntario en uno de nuestros eventos de salud si eres un profesional médico o estudiante.



Example:

Yui es un estudiante de medicina y se ofreció como voluntario en un evento local de Atletas Saludables para atletas. Ella enseñó a los atletas de Olimpiadas Especiales por qué comer frutas y verduras es bueno. Ella le dio a su hermana con DI, Kanna, un choque de cinco cuando cruzó su estación. Le presentó a Kanna a sus nuevos amigos con los que trabajaba como voluntaria.

Tipo de participación

>> Ser Voluntario

Tiempo requerido

Un evento único o voluntario semanal / mensual

Edad

18+

Recursos

Obtén más información sobre cómo convertirte en voluntario de Atletas Saludables [aquí](#).



>> Conviértete en un Oficial de Olimpiadas Especiales

Los oficiales son una parte importante de las competiciones deportivas. Los oficiales pueden ser árbitros o jueces deportivos. Los árbitros se aseguran de que los atletas sigan las reglas del deporte. Los jueces califican a los atletas en función de lo bien que compiten. ¡Estas posiciones son perfectas para los hermanos que tienen experiencia o interés en un deporte específico!



Example:

Gabriel creció jugando baloncesto con su hermana, Isabella, que tiene DI.

Quería usar sus habilidades de baloncesto en su papel de voluntario en Olimpiadas Especiales. Se certificó como un oficial de baloncesto de Olimpiadas Especiales. Ahora Gabriel oficia en todas las competiciones locales que puede.

Tipo de participación

>> Ser Voluntario

Tiempo requerido

Uno-dos días por mes más un período de capacitación que incluye la finalización de la certificación y 10 horas de oficiantes observados.

Edad

18+

Recursos

Obtén más información sobre los requisitos de certificación para convertirse en un oficial de Olimpiadas Especiales [aquí](#).





>> Atletas Jóvenes

Atletas Jóvenes es un programa de deportes y juegos para niños con y sin DI. El programa es para niños de 2 a 7 años. Los niños aprenden habilidades deportivas básicas, descubren formas divertidas de ponerse en forma y establecen relaciones sólidas con sus hermanos y amigos. ¡Los niños aprenden a balancear, saltar, lanzar, patear y más a través de docenas de juegos divertidos!



Ejemplo:

Meredith (5 años) y su hermano con DI, Jonah (6 años), participan en Atletas Jóvenes todas las semanas. Su actividad favorita es correr en una carrera de obstáculos para que puedan desafiarse unos a otros. ¡Incluso les gusta construir sus propios cursos de obstáculos en casa, también!

Tipo de participación

>> Participar

Tiempo de participación

Tres días por semana durante 45 minutos - 1 hora

Edad

2-7

Recursos

Aprende más sobre Atletas Jóvenes [aquí](#).



>> Deportes Unificados

Deportes Unificados une a personas con y sin DI en el mismo equipo. Fue inspirado por una creencia simple: entrenar y jugar juntos es un camino rápido hacia la amistad y la comprensión. Los equipos están formados por personas de edad y habilidad similar. Esto hace que las prácticas y los juegos sean más divertidos, desafiantes y emocionantes para todos.



Ejemplo:

Zaila tiene una hermana con DI llamada Glory. Ambas se unieron al equipo de atletismo unificado de su escuela y practican juntas cada semana. ¡Zaila y Glory decidieron ser Compañeras Unificadas y se han sentido más cercanas como hermanas desde entonces!

Tipo de participación

>> Participar

Tiempo de participación

Uno-dos días por semana

Edad

8+

Recursos

Aprende más sobre Deportes Unificados [aquí](#)!





>> Participación en Universidades

Únase a los miles de estudiantes universitarios y de colegio de todo el mundo que trabajan para beneficiar a Olimpiadas Especiales. ¡Únase a un club / sociedad / grupo estudiantil de Olimpiadas Especiales en su escuela!



Ejemplo

Symone quería continuar apoyando a su hermano con DI, Owen, después de que comenzara la universidad, pero no estaba seguro de cómo hacerlo. Durante la orientación de su universidad, ella aprendió sobre el Club de Olimpiadas Especiales.

¡Estaba emocionada de hacerse miembro! Ahora es voluntaria en eventos locales y aboga por personas con DI, como Owen, en todo el campus.

Tipo de participación

>> Participar

Tiempo de participación

Reuniones semanales / mensuales del club o celebrar eventos únicos

Edad

Estudiante universitario

Recursos

Obtén más información sobre cómo participar en Olimpiadas Especiales en las universidades [aquí](#).



>> Conviértete en un entrenador de Olimpiadas Especiales

Los entrenadores de Olimpiadas Especiales ayudan a los atletas con DI a encontrar sus propias fortalezas y habilidades. También les muestran cómo desarrollar esas fortalezas y mejorar cada día.



Ejemplo:

Oliver solía jugar al fútbol en la escuela secundaria. Ahora, su hermana pequeña, Charlotte, está compitiendo en fútbol con Olimpiadas Especiales. Decidió convertirse en entrenador de fútbol para su Programa local de Olimpiadas Especiales.

Ahora, él puede enseñar a Charlotte y otros atletas de Olimpiadas Especiales acerca de su deporte favorito

Tipo de participación

>> Participar

Tiempo de participación

Uno-dos días por semana más un periodo de entrenamiento

Edad

16-18+

Recursos

Aprende más sobre lo que significa ser un entrenador de Olimpiadas Especiales [aquí](#).



Aprende más sobre cómo convertirte en entrenador [aquí](#).





>> Clubes de Bienestar Físico de Deportes Unificados

Clubes de Bienestar Físico de Deportes Unificados es un programa de todo el año que ofrece oportunidades para la actividad física Unificada. Las personas con y sin DI hacen ejercicio a través de sesiones de caminata semanales o quincenales. Ellos ganan incentivos por el seguimiento de su actividad física. El Club es perfecto para los hermanos que prefieren participar que competir. También es ideal para aquellos que quieren agregar a sus actividades deportivas.



Ejemplo:

Kwame es 10 años mayor que su hermano Zane que tiene DI, Quería hacer más cosas junto con Zane, pero no estaba seguro de cómo, dada su diferencia de edad. Se unieron a su **Club de Bienestar Físico de Deportes Unificados** local y ahora caminan juntos y se ponen al día en las vidas de los demás cada semana.

Tipo de participación

>> Ponerse en forma

Tiempo de participación

Al menos una vez por semana de manera continua

Edad

8+

Recursos

Aprende más sobre **Deportes Unificados** [aquí](#).



>> Fit Families

Fit Families (Familias en Forma) es un desafío físico de 6 semanas para atletas y otros (miembros de la familia, amigos, etc.). El programa ofrece oportunidades para volverse activos y saludables juntos.



Ejemplo:

Aditya y Arjun son hermanos y siempre han sido competitivos entre sí mientras crecían. Ahora, ambos tienen metas para mejorar su salud, por lo que se unieron a **Fit Families**. Juntos, hacen un seguimiento de sus éxitos de salud y se empujan mutuamente para ser más saludables.

Tipo de participación

>> Ponerse en forma

Tiempo de participación

Seis semanas

Edad

8+

Resources

Aprende más sobre **Fit Families** [aquí](#).





>> SOfit

SOfit es un programa Unificado de 8 semanas que alienta a los participantes a estar activos. También les enseña sobre el bienestar holístico.



Ejemplo

Daniela y su hermana con DI, Mia, toman clases semanales de bienestar. Aprenden sobre dieta, ejercicio diario y opciones de estilo de vida. Se apoyan mutuamente para trabajar hacia sus metas de bienestar personal. Daniela quiere hacer ejercicio durante 30 minutos todos los días. Mia quiere meditar todas las noches.

Tipo de participación

>> Ponerse en forma

Tiempo de participación

Ocho semanas

Edad

8+

Recursos

Aprende más sobre **SOfit** [aquí](#).



>> Red de Apoyo Familiar

La Red de apoyo familiar de Olimpiadas Especiales conecta familias de Olimpiadas Especiales. Proporciona apoyo e información en un momento de necesidad. La red tiene foros familiares. Estas son oportunidades para que las familias compartan ideas, experiencias y consejos. Los foros cubren muchos temas relacionados con las Olimpiadas Especiales.



Ejemplo:

Fahima tenía 12 años cuando a su hermano menor, Armeen, le diagnosticaron DI.

Se unió a la Red de Apoyo Familiar para aprender sobre identificación y se sorprendió al conocer a otros hermanos como ella. De la red, ella aprendió cómo apoyar a Armeen e hizo un nuevo grupo de amigos. Sus amigos entienden lo que es ser un hermano de un niño con DI.

Tipo de participación

>> Conectar

Tiempo de participación

Una o dos horas por reunión

Edad

8+

Recursos

Próximamente recursos actualizados.

Comunícate con tu Programa Nacional de Olimpiadas Especiales para obtener más información de oportunidades para conectar [aquí](#).





>> Vocería en Escuelas

Use su voz para enseñar a sus compañeros las habilidades de las personas con DI.
¡Celebre eventos de vocería en su escuela!



Ejemplo:

La escuela de Ayu estaba planeando un evento social. Ella sabía que sería la oportunidad perfecta para compartir su mensaje de inclusión con sus amigos. Ella y su hermana con DI, Diah, trabajaron con su escuela para instalar una carpa en el evento. Pasaron folletos de Olimpiadas Especiales y compartieron sus experiencias con otros.

Tipo de participación

>> Abogar

Tiempo de participación

Tres y cinco semanas de planificación más un evento de un día

Edad

8+

Recursos

Aprende más sobre cómo las Olimpiadas Especiales están cambiando las actitudes [here!](#)



>> Liderazgo Juvenil Inclusivo

El liderazgo juvenil inclusivo es para jóvenes de todo nivel de habilidad. Les permite liderar en su escuela y comunidad. Estas actividades de liderazgo ayudan a los jóvenes a encontrar sus voces y convertirse en agentes de cambio. Los ejemplos de Liderazgo Juvenil Inclusivo incluyen servir en los Comités de Activación Juvenil, ayudar con las cumbres juveniles, servir como líderes de equipo en equipos de Deportes Unificados y planificar eventos de Atletas Jóvenes, entre otros.



Ejemplo:

Sebastián pasó años como voluntario y jugando petanca con su hermana Emilia, que tiene DI. Un día decidió que era hora de llevar su participación un paso más allá.

El año pasado, decidió liderar el equipo de petanca de Deportes Unificados de su escuela. Este año, él sirvió en su Comité de Activación Juvenil local. El próximo año, planea organizar una asamblea escolar sobre la inclusión.

Tipo de participación

>> Abogar

Tiempo de participación

Reuniones semanales / mensuales del club o celebrar eventos únicos

Edad

8+

Recursos

Aprende más sobre Liderazgo Juvenil Inclusivo [aquí.](#)





>> Liderazgo de Programa

El liderazgo del programa permite que los jóvenes y adultos mayores lideren las iniciativas de Olimpiadas Especiales en sus comunidades. El liderazgo en el nivel del Programa puede ir desde la realización de Capacitaciones de Liderazgo para Atletas hasta servir como miembro de la Junta. Otros ejemplos de Liderazgo del programa incluyen ser miembro del personal, desempeñarse como Director Nacional o Coordinador de Familias, y dirigir Comités de Activación Juvenil Inclusivos, entre otros.



Ejemplo:

Jamilah siempre ha disfrutado de ser una líder en el movimiento de Olimpiadas Especiales. Ella ha sido la compañera unificada de su hermana, una líder de su programa local de Atletas Jóvenes y miembro del Comité de Activación Juvenil.

Ahora que es mayor, quiere llevar su liderazgo al siguiente nivel. Ya que tiene experiencia en participación y liderazgo juvenil, está solicitando ser la Gerente de Deportes Unificados en su oficina local de Olimpiadas Especiales.

Tipo de participación

>> Abogar

Tiempo requerido

Puede ser un compromiso diario o asistir a reuniones semanales / mensuales.

Edad

18+



7. La Ruta de los Hermanos

Como hermano, hay muchas maneras en las que puedes participar en Olimpiadas Especiales durante tu vida. Tu papel en Olimpiadas Especiales cambiará con el tiempo dependiendo de tus intereses, objetivos y compromisos de tiempo. La siguiente ruta muestra algunos ejemplos de las muchas vías que puede tomar. ¡Usa el cuadro de Tipos de participación y la Guía de actividades para ayudar a crear tu propio camino ideal! Comunícate con tu [Programa de Olimpiadas Especiales](#) para involucrarse!

Ejemplo de Ruta 1:



Ejemplo Ruta 2:





Manténte al día con las noticias e historias de Olimpiadas Especiales en nuestro blog:
<https://medium.com/specialolympics!>



**Special
Olympics**



En alianza con:



**Samuel Family
Foundation**