



Federación Autismo Castilla y León



VIAJO EN AUTOBÚS

Historia social



INTRODUCCIÓN

La **planificación** de viajes en transporte colectivo puede resultar desafiante para muchas personas con trastornos del espectro del autismo (TEA). Pueden enfrentar dificultades para comprender rutas, horarios y otros detalles. La sobrecarga sensorial, la falta de previsibilidad y los cambios inesperados en la rutina pueden hacer que el uso del transporte colectivo suponga un alto nivel de estrés y ansiedad.

Esta historia social, “Viajo en autobús”, ofrece **información de manera sencilla y visual sobre los pasos a seguir y qué esperar de un viaje en autobús**. Permite que las personas con TEA se preparen con antelación, ganando confianza y autonomía. Desde cómo pagar hasta identificar la parada correcta, cada detalle puede trabajarse de antemano, ayudando a reducir el estrés. A través de la previsión y la preparación, las personas con TEA tienen mayor opción de moverse con libertad en la comunidad, participando en la vida diaria, ganando confianza y reduciendo la incertidumbre.

Esta herramienta se podrá adaptar a cada situación y contexto.

Este documento ha sido elaborado por la Federación Autismo Castilla y León con el apoyo de la Fundación EDP en el marco del proyecto MovilizaTEA.

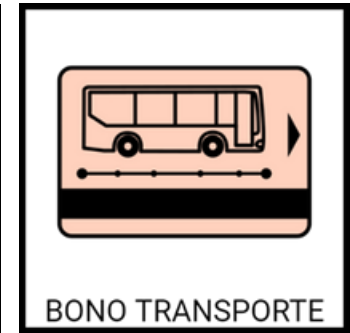
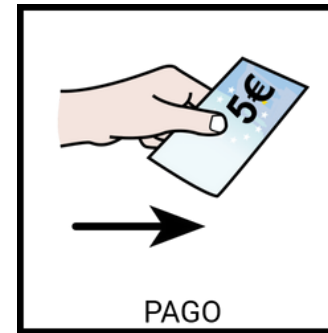
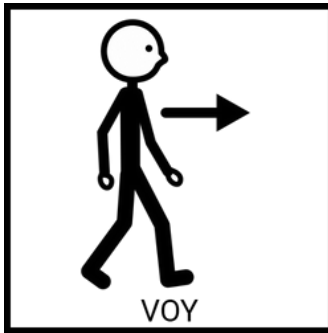


LA IMPORTANCIA DE USAR EL AUTOBÚS

- Viajar en autobús me ayuda a llegar a lugares importantes como la escuela, el parque o la casa de una amiga.
- Usar esta secuencia cuando viajo en autobús me hace sentir seguridad y confianza.

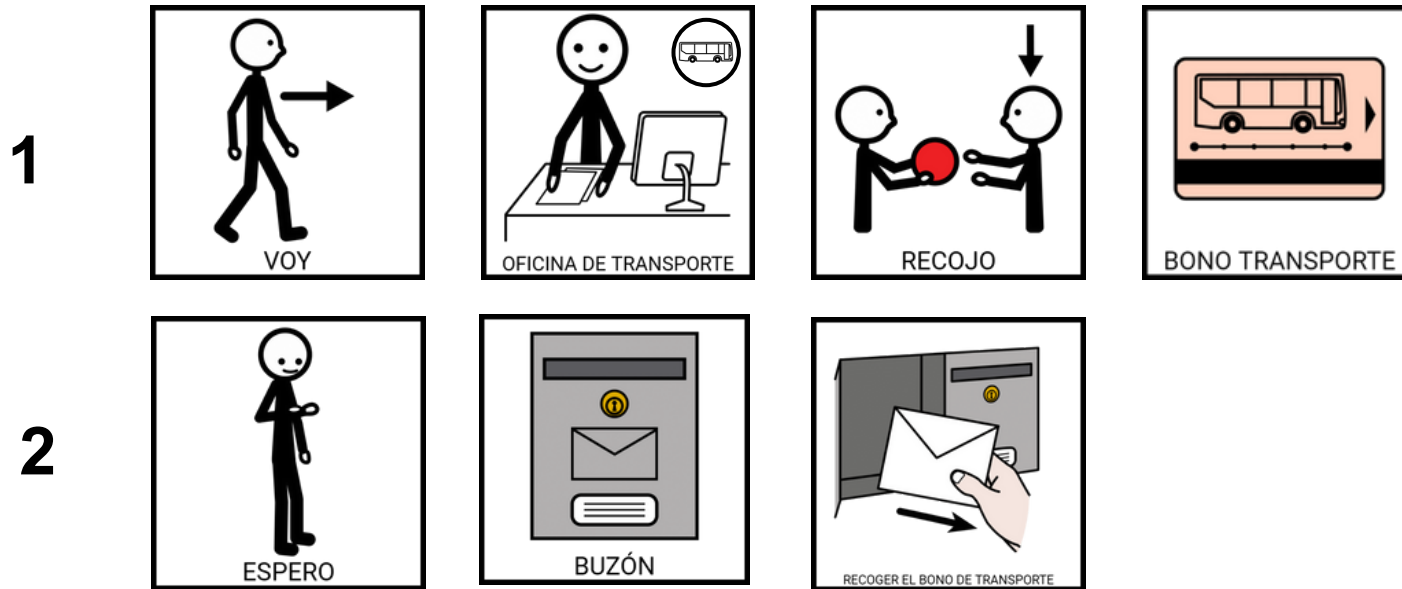


¿CÓMO PUEDO SOLICITAR EL BONO TRANSPORTE?



1. Voy a la oficina de transporte o lo solicito en su página web.
2. Si es necesario, completo el formulario de solicitud del bono transporte.
3. Si es necesario, pago el bono transporte.

¿CÓMO PUEDO RECOGER EL BONO TRANSPORTE?



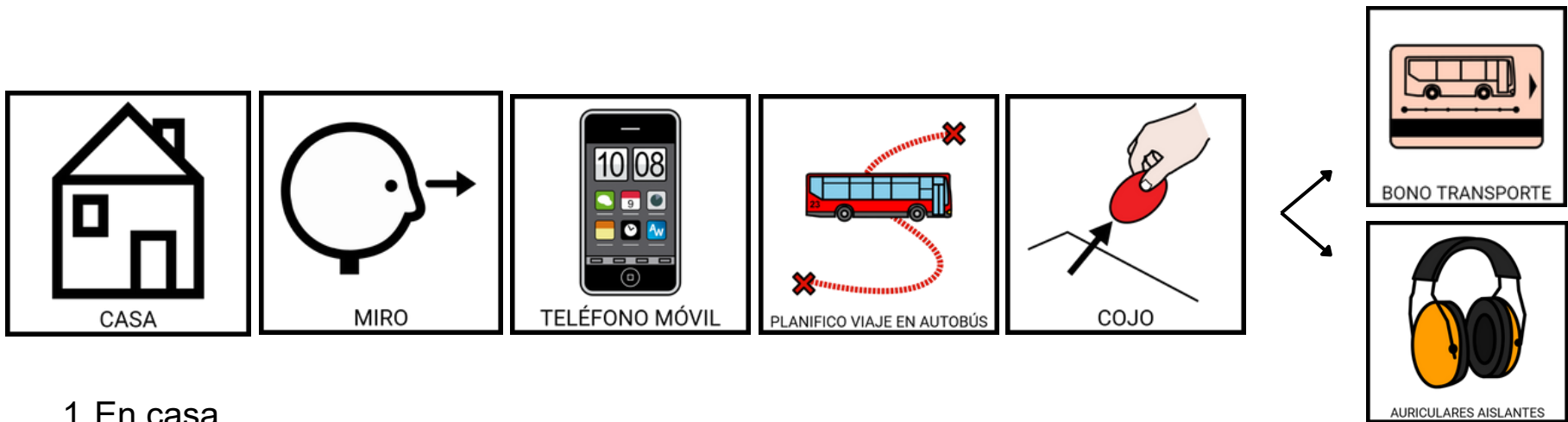
1. Cuando me avise la oficina de transporte:

- Voy a la oficina de transporte.
- Recojo mi bono transporte.

2. También puedo esperar a que me lo envíen a la dirección que he indicado en el formulario.

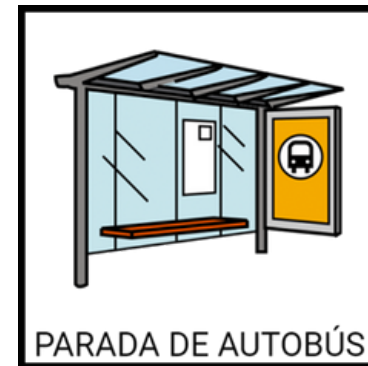
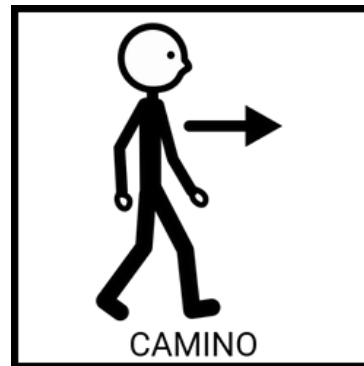
3. Si es necesario, pido ayuda a mi persona de referencia para solicitar mi bono transporte.

YO PREPARO MI VIAJE



1. En casa.
2. Miro mi teléfono móvil.
3. Preparo mi viaje en autobús.
4. Cojo:
 - Mi bono transporte.
 - Mis auriculares aislantes.
 - Entre otras cosas.

YO VOY A LA PARADA DE AUTOBÚS



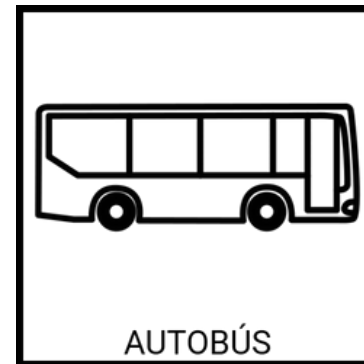
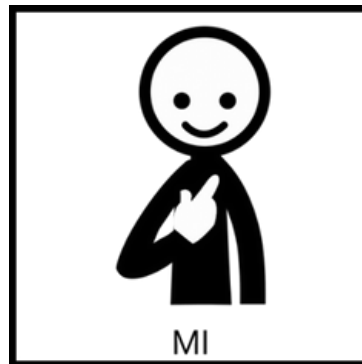
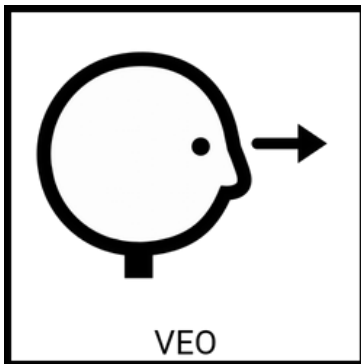
1. Camino hasta la parada de autobús.

YO ESPERO EN LA PARADA DE AUTOBÚS



1. Espero en la parada.
2. Compruebo el tiempo que falta para que llegue mi autobús.
3. Espero con tranquilidad.

YO VEO MI AUTOBÚS



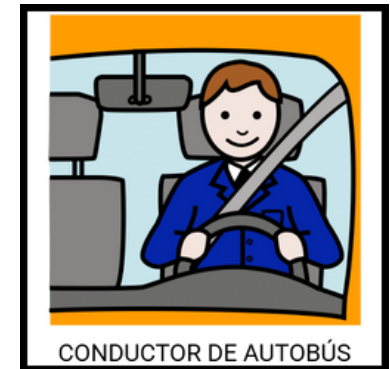
1. Veo mi autobús.
2. Compruebo que es mi número de autobús.

YO LEVANTO LA MANO



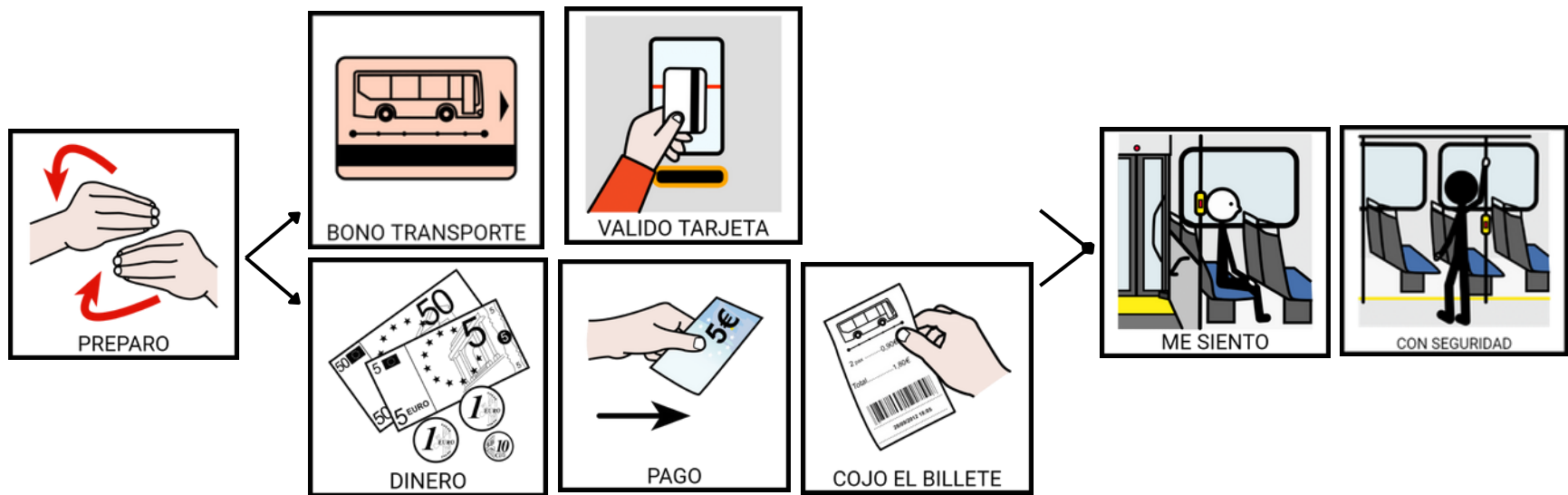
1. Me pongo de pie.
2. Levanto la mano para que el autobús pare.
3. Si hay personas esperando al autobús, hago la fila para poder subir.
4. Espero en la fila con tranquilidad.

YO SUBO AL AUTOBÚS



1. El autobús para y abre las puertas.
2. Subo al autobús en mi turno.
3. Saludo a la persona que conduce el autobús.

YO VALIDO EL BONO TRANSPORTE O PAGO CON DINERO



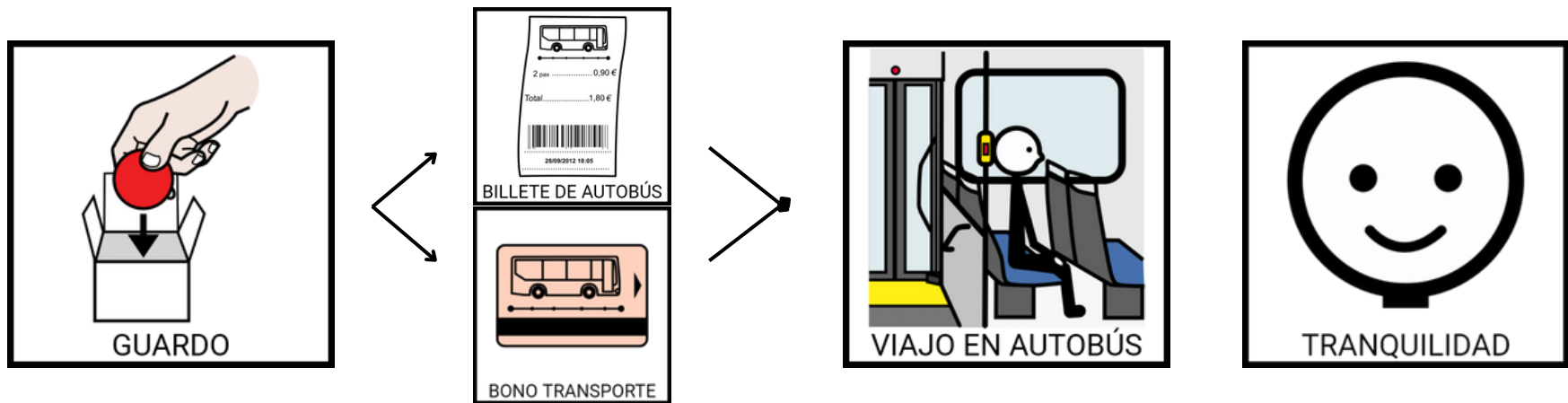
1. Preparo mi método de pago:

- Si tengo bono transporte lo valido en la máquina.
- Si tengo dinero pago a la persona que conduce. Recojo mi billete.

2. Si hay asiento libre, me siento.

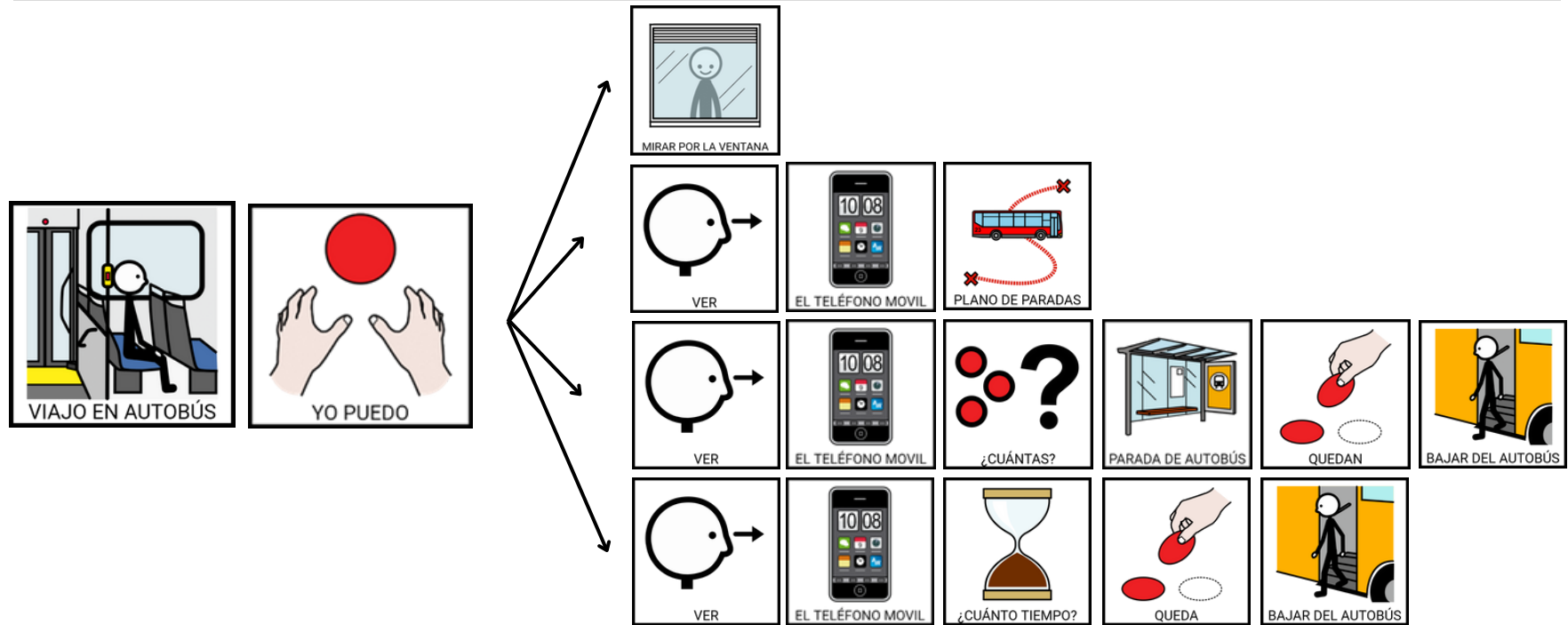
3. Si no hay asiento libre, me agarro a la barra con seguridad.

YO VIAJO EN AUTOBÚS



1. Guardo mi bono transporte o el billete de autobús.
2. Viajo con tranquilidad.

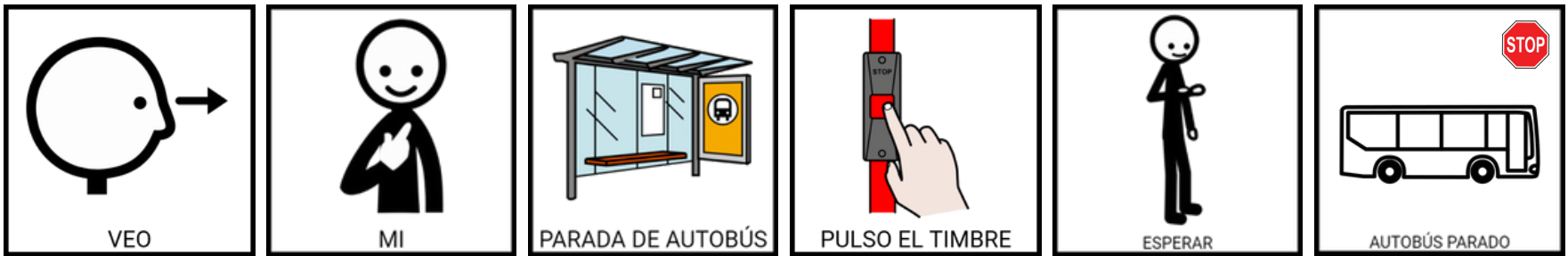
DURANTE EL TRAYECTO YO PUEDO



1. Mientras viajo en autobús yo puedo:

- Mirar por la ventana.
- Ver en el teléfono móvil el plano de paradas de autobús.
- Contar cuántas paradas de autobús quedan para bajarme del autobús.
- Contar cuánto tiempo queda para bajarme del autobús.

YO PREPARO MI SALIDA DEL AUTOBÚS



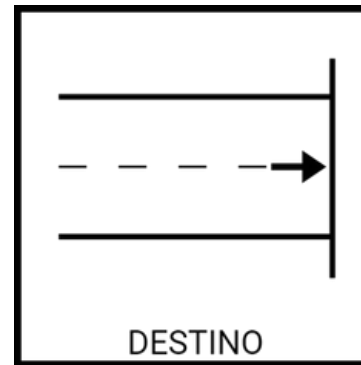
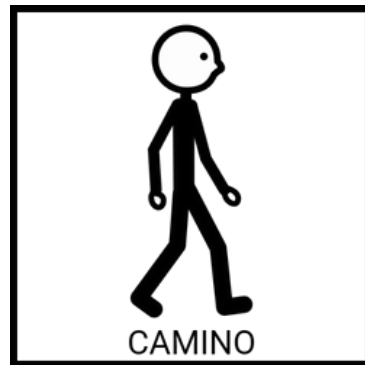
1. Veo mi parada de bajada o el aviso en mi móvil.
2. Pulso el timbre antes de mi parada de autobús.
3. Espero a que el autobús se detenga en la parada de autobús.

YO BAJO DEL AUTOBÚS



1. El autobús abre las puertas.
2. Yo bajo del autobús.

YO CAMINO A MI DESTINO



1. Si lo necesito, compruebo la ruta a mi destino.
2. Camino a mi destino.



Federación Autismo Castilla y León

autismocastillayleon.com



@autismocyl



@Autismo CyL



@AutismoCyL



@AutismoCyL

VALLADOLID

Sede Valladolid
Portillo de Balboa, 80
47010 Valladolid
Telf.: 628 882 813

BURGOS

Ed. Graciliano Urbaneja
Paseo de los Comendadores, s/n
09001 Burgos
Telf.: 947 268 993 / 699 074 015

Los símbolos pictográficos utilizados son propiedad del Gobierno de Aragón y han sido creados por Sergio Palao para ARASAAC (<http://www.arasaac.org>), que los distribuye bajo Licencia Creative Commons BY-NC-SA.



ARASAAC