

# CÓMO USAR SU PODER PARA GENERAR CAMBIOS

Aquí tiene una guía sobre lo que usted puede hacer para involucrarse en temas legislativos a nivel estatal y federal. Hay muchas maneras diferentes en las que las personas pueden generar cambios. A algunas personas les gusta hacer todas estas actividades. A otras solo les es posible hacer una a la vez. ¡Lo importante es hacer algo!

## **PARTICIPE EN PROTESTAS:**

Asista a manifestaciones o protestas pacíficas para crear conciencia.

## **VOTE:**

Asegúrese de votar en las elecciones estatales y locales para influir en el cambio.

## **CONTACTE A LOS LEGISLADORES:**

Comuníquese con sus representantes estatales por teléfono, correo electrónico o cartas.

## **ASISTA A REUNIONES PÚBLICAS:**

Participe en audiencias públicas o reuniones comunitarias para expresar sus opiniones.

## **ABOGUE EN LAS REDES SOCIALES:**

Comparta sus opiniones y conéctese con otras personas en línea.

## **ÚNASE O INICIE UNA PETICIÓN:**

Apoye o cree peticiones para mostrar apoyo público a los temas.

## **SEA VOLUNTARIO EN CAMPAÑAS:**

Ayude a los candidatos que comparten sus valores ofreciendo su tiempo como voluntario

## **MANTÉNGASE INFORMADO:**

Siga las noticias y las actualizaciones del gobierno estatal para enterarse de los temas importantes.

**El Foro de Discapacidades de Maryland (también conocido en inglés como Maryland Disabilities Forum) desea agradecer a nuestros patrocinadores:**

