

# la mirada

diciembre 2021 • número cuarenta y cinco

 **Plena  
inclusión**  
Castilla y León

El último estudio de la Federación da voz a las familias.

¿Tenemos buena salud física y mental?

Los protagonistas del 2021 mes a mes.



# Sumario



## OPINIÓN

**Página 3**

Alianza por una mejor atención a las personas con discapacidad intelectual que tienen problemas con las drogas

Por Isabel Blanco  
*Consejera de Familia e Igualdad de Oportunidades*

## REPORTAJES

**Página 4**

Cuidados personalizados

**Página 6**

¿Tenemos una buena salud física y mental?

**Página 10**

Los protagonistas del 2021

## ACTUALIDAD

**Página 12**

Noticias del sector en lectura fácil

## DEPORTE

**Página 15**

Profesionales del deporte piden más apoyo para visibilizar a la mujer deportista con discapacidad

**la mirada**

revista de feaps castilla y león **Plena inclusión**  
Castilla y León

### Presidente

Juan Pablo Torres Andrés

### Directora-Gerente

Vanessa García Miranda

### Directora de redacción

Eva Martín de Pedro

### Redacción

Esther Martín  
David Fernández  
Mamen Robles  
Raquel Blaya  
Leonor Ramos

### Fotografía de portada

Moisés, Arancha, José Antonio, Inma y Diego posan como miembros del Foro.

### Diseño y Maquetación

Segmento Gráfico, S.L.

### Edita

Plena inclusión Castilla y León

### Depósito Legal

DL VA 1238-2006

Queda prohibida la reproducción total o parcial de la presente publicación y anexos a la misma, con fines mercantiles o comerciales, así como la edición de sus contenidos de cualquier proceso reprográfico, fónico, electrónico, mecánico por medio fotoquímico, magnético o electro-óptico, microfilm, diskette, fotocopia, offset o cualquier otra forma de impresión sin la previa autorización escrita del editor y de los autores.

**Plena inclusión**  
Castilla y León

**Plena inclusión Castilla y León**  
Pº Hospital Militar, 40. Local 34.

47006 Valladolid

Tfno.: 983 320 116

E-mail:

plenainclusiuncyl@plenainclusiuncyl.org

Web:

www.plenainclusiuncyl.org

Con la colaboración de:



# Alianza por una mejor atención a las personas con discapacidad intelectual que tienen problemas con las drogas

**Por Isabel Blanco**

*Consejera de Familia e Igualdad de Oportunidades*



**Q**uiero agradecer a la revista La Mirada la oportunidad que me ofrece para hacer visible un problema que con frecuencia permanece oculto y que lamentablemente todavía hoy va acompañado del estigma y la discriminación. Me estoy refiriendo a las personas drogodependientes.

La adicción a las drogas es un trastorno mental y del comportamiento que forma parte de la clasificación internacional de enfermedades de la OMS. Es, por lo tanto, una enfermedad y, como cualquier otra, debe ser tratada por profesionales sociosanitarios.

En las personas con discapacidad intelectual, el abuso y dependencia de las drogas puede dificultar además la detección de su discapacidad y/o provocar que ciertos aspectos relacionados con la misma queden enmascarados y sean erróneamente atribuidos a su trastorno por uso de sustancias.

La Junta de Castilla y León, a través del Plan Regional sobre Drogas, que impulsa y coordina la Gerencia de Servicios Sociales por medio del Comisionado Regional para la Droga, presta una especial atención a grupos de personas con necesidades específicas, entre las que se encuentran las que padecen discapacidad intelectual.

Estos grupos necesitan una atención profesional diferenciada y personalizada que responda a sus necesidades, demandas y vulnerabilidades particulares, y en la que se contemple un apoyo integral para afrontar sus problemas y conseguir un funcionamiento lo más autónomo posible en la sociedad, desarrollando sus capacidades y fortalezas.

Para adaptar los programas preventivos y asistenciales de los que disponemos a las capacidades cognitivas y de comprensión de las personas con discapacidad intelectual, estamos trabajando codo con codo con Plena inclusión Castilla y León. Nuestro objetivo compartido es que las personas con discapacidad intelectual no encuentren barreras para acceder, mantenerse y beneficiarse de dichos programas.

En el terreno preventivo, la Gerencia de Servicios Sociales pone a disposición de las familias de personas con discapacidad intelectual tres programas preventivos que previamente han sido adaptados por Plena inclusión: el programa de prevención extraescolar Nexus y los de prevención familiar Moneo y Dédalo, además de tres guías de lectura fácil para adolescentes sobre alcohol, tabaco y cannabis.

Para el tratamiento de las personas con trastornos por uso de sustancias y discapacidad intelectual, el Plan Regional sobre Drogas dispone de 55 centros y servicios ambulatorios y

residenciales que reciben financiación y apoyo técnico de la Gerencia de Servicios Sociales. Estos recursos están adaptando la información escrita que proporcionan a los pacientes, así como sus intervenciones terapéuticas, a las capacidades cognitivas de las personas con discapacidad intelectual, reforzando la personalización de sus intervenciones.

Para ello, hemos diseñado y consensuado un modelo de coordinación entre las redes de asistencia al drogodependiente y de prevención familiar indicada y la red de entidades de Plena inclusión, con el fin de garantizar la continuidad y complementariedad de las intervenciones y de mejorar los resultados terapéuticos con las personas drogodependientes con discapacidad intelectual.

Queremos también mejorar el conocimiento de la discapacidad intelectual y de los trastornos por uso de sustancias, de las estrategias efectivas para su prevención y tratamiento, y del apoyo familiar, social y laboral que necesitan estas personas. Para ello, vamos a realizar conjuntamente cursos de formación y encuentros provinciales entre los equipos profesionales de las tres redes. Con ello pretendemos fomentar el conocimiento mutuo, así como la coordinación y cooperación de los equipos de profesionales para proporcionar una atención integral a las personas con discapacidad intelectual que tienen problemas con las drogas.

Para alcanzar estos objetivos y llevar a cabo las actuaciones previstas, hemos firmado un convenio de colaboración con Plena inclusión, que estoy segura de que va a mejorar la atención que reciben las personas con discapacidad intelectual que abusan de las drogas. El convenio es necesario, pero no es suficiente. Necesitamos, además, la comprensión, la implicación y la solidaridad de la sociedad y, de un modo muy especial, de las familias que forman parte de Plena inclusión.



# Cuidados personalizados



**Pilar con su hijo Pablo paseando por su barrio.** Pilar ha sido una de las familiares que ha participado en el estudio para dar su visión de los tipos de servicios que debe haber.

**El estudio “La percepción de las familias sobre los modelos de apoyo a las personas con discapacidad intelectual en Castilla y León” concluye que entre las familias hay una tendencia al cambio.**

Investigar, elaborar estudios científicos y buscar evidencias son las líneas de trabajo de la Federación en los últimos años y, bajo esta metodología, se ha realizado un estudio que revela el sentir de las familias y “diagnostica” cómo serán los servicios en el futuro más próximo. “Preguntar a las familias ha sido clave. Además hacerlo en un formato distendido, cercano, sin prisas,... ha sido muy enriquecedor para ellas y para el propio estudio que revela unos datos muy importantes para dibujar el futuro” destaca Teresa González, que lleva más de dos décadas trabajando con las familias en la Federación.

El estudio “La percepción de las familias sobre los modelos de apoyo a las personas con discapacidad intelectual en Castilla y León” reúne la voz de casi 80 personas siendo el 70% familiares y el resto personas con discapacidad intelectual, directivos y profesionales de las entidades y de la Administración que participaron a través de grupos de debate y entrevistas en profundidad a personalidades claves. Con estas dos fuentes de información se elaboraron unas primeras conclusiones que fueron contrastadas con unos segundos grupos de debate. “Estos debates de contraste fueron muy positivos para consolidar las conclusiones del estudio que son fruto de una muestra muy

representativa en todos los sentidos: mujeres y hombres, diferentes perfiles y edades de familiares, ámbito urbano y rural, diferentes necesidades de apoyo,...” añade González.

Plena inclusión Castilla y León realiza el estudio con la empresa Fresno Consulting y el apoyo económico de la Gerencia de Servicios Sociales en un momento clave con un ecosistema nuevo marcado principalmente por la pandemia (y la puesta en marcha del Plan de Resiliencia), la evolución de la atención



hacia modelos centrados en la persona y un marco jurídico basado en la igualdad de oportunidades (capacidad jurídica plena).

Este estudio riguroso, pormenorizado y cualitativo desvela una batería de conclusiones que revelan claramente una tendencia al cambio, a nuevos modelos de servicios más centrados en la persona y, en consecuencia, a la transformación de los servicios. “Esta tendencia está en sintonía con la evolución de las entidades que ya están inmersas en pilotajes y en proyectos experimentales al servicio de cada persona”, destaca Vanessa García Miranda, gerente de la Federación.

Una de las conclusiones claves es **la tendencia hacia un nuevo modelo de apoyos en el entorno y centrado en la persona**, tal y como revela una hermana, “para mí es importante su pequeño proyecto de vida, con sus sueños. Que se mire al conjunto de la persona” o esta madre que aboga por modelos comunitarios y de vida independiente “me gustaría que hubiese más plazas en viviendas tuteladas, porque si quieres ir a un piso tutelado hay pocas plazas”.

“Conocer cual es la visión de las familias y las tendencias de futuro desde el rigor de la investigación es la clave de este estudio” añade García que incide en la importancia de la investigación y de la innovación en el Tercer Sector como motor de cambio.

Los testimonios de las personas con discapacidad intelectual, al igual que los de sus familias, son acordes a sus vivencias y expectativas, pero tienen un denominador común: mostrar sus capacidades y reiterar la necesidad de una sociedad más inclusiva. “El que tengamos discapacidad no significa que no podamos hacer actividades, trabajar... valemos para todo. Yo tengo dos trabajos y lo estoy demostrando día a día”. El papel de la sociedad ha estado presente en todo el estudio bajo dos perspectivas: la importancia de servicios comunitarios y, en segundo lugar, **la necesidad de una mayor sensibilización hacia las personas con discapacidad, que es otra de las conclusiones clave**.

Junto al trabajo con la sociedad y la tendencia al cambio, **la transformación de los servicios es otra de las grandes conclusiones del estudio**. Una transformación que será fruto del trabajo coordinado entre familiares, personas con discapacidad, profesionales y administraciones para “dibujar” servicios a la carta acorde a las necesidades de la sociedad actual.

Un estudio que a lo largo de 70 páginas desvela el sentir de una muestra de familiares que representa a miles de ellas y, como afirma Pilar Paino, familiar de Aspanias, “es necesario que nos pregunten y que nos tengan en cuenta”. Ella junto a Enrique, del Centro Padre Zegrí y a Marta, de Fundación Personas, ponen voz a este estudio en un audiovisual que es fiel reflejo de sus vidas y sus deseos bajo el título “La investigación y la innovación al servicio de las familias”.



La Federación ha hecho un estudio para conocer la opinión de las familias sobre los servicios que reciben las personas con discapacidad. La Federación también ha preguntado a las familias cómo les gustaría que fueran esos servicios en el futuro.

Las familias tienen opiniones muy diferentes según su experiencia. Las opiniones más compartidas son: que la sociedad sea más inclusiva y que cada persona reciba atención personalizada. Esto significa que cada persona reciba atención según sus necesidades y gustos.

## IDEAS CLAVES DEL ESTUDIO



### 1 Los derechos como base



La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad ha hecho que se avance en los derechos de las personas con discapacidad y que estas sean más reivindicativas.

### 2 La opinión de las familias es vital



Las familias tienen visiones diferentes respecto a los modelos de apoyos. ¡Hay tantas opiniones como personas!

Las familias quieren servicios personalizados y aumentan la tendencia a modelos de vida independiente.



La sociedad tiene que ser más inclusiva para que las personas con discapacidad intelectual puedan acceder a todos los servicios.

### 3 La transformación de servicios es una realidad

#### Las familias

tienen un rol central en el apoyo de las personas con discapacidad intelectual y a las entidades se les demanda más un modelo centrado en la familia.



#### Las organizaciones

- tienen el reto de impulsar un modelo de prestación de apoyos acorde al planteamiento de derechos.
- deben reorganizarse internamente para dar respuestas individualizadas (recursos humanos, infraestructuras...)



# ¿Tenemos una buena salud física y mental?

**La prevención y la personalización de los servicios, tanto para las personas con discapacidad intelectual como en las familias, han hecho que los problemas de salud mental en las entidades no hayan aumentado masivamente con la pandemia.**

“Los profesionales de la salud mental están saturados”, “En España, se han prescrito el doble de psicofármacos desde el inicio de la pandemia”, “En el mundo, la ansiedad y la depresión fueron cuatro y tres veces más frecuentes de lo normal”... estos titulares los vemos casi a diario en los medios de comunicación y están muy presentes en el debate público junto al llamamiento de “cuidar la salud mental de la sociedad y dotar de más medios especializados para atender esta demanda”.

Plena inclusión Castilla y León se une a este llamamiento y a reivindicar una estrategia clara en la atención a personas con discapacidad intelectual. “El 60% de las personas con discapacidad intelectual manifestaron más nerviosismo y ansiedad en los primeros meses de pandemia” según datos del estudio “Covid19 y discapacidades intelectuales” del Inico y de Plena inclusión.

“A día de hoy, las personas con discapacidad intelectual, como toda la sociedad, han estado sometidas a una situación de estrés y de desconcierto, pero en la mayor parte de los casos no deriva en un problema de salud mental porque se ha trabajado de forma muy personalizada. “Las cifras me atrevería a decir que son similares a los datos prepandemia, 1 de cada 3 personas con discapacidad tiene un problema de salud mental y como federación y entidades debemos seguir trabajando con ellos porque son cifras muy altas”

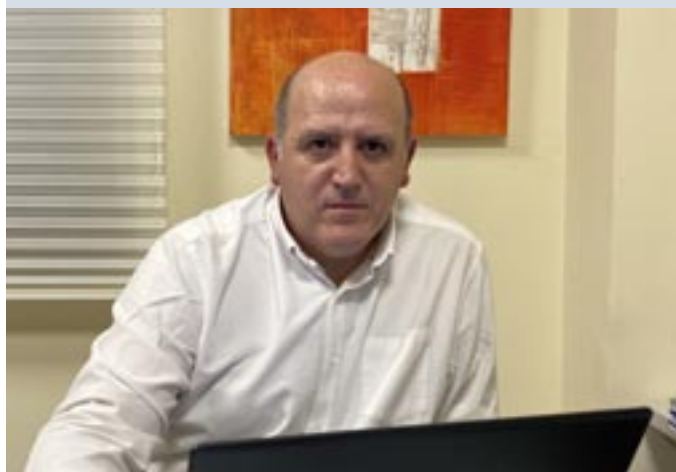
**«Los programas de prevención han hecho que la salud mental no empeore»**

destaca Carla Redondo, psicóloga de Plena inclusión Castilla y León, que junto a 30 profesionales de las entidades federadas conforman la “Red de salud mental de la Federación”. “Además, en el caso de las personas con problemas de conducta hemos visto que sus crisis se han reducido al haber estado en espacios más tranquilos y con rutinas más adaptadas a sus gustos; pero también es verdad que algunas personas con grandes necesidades de apoyo siguen sin tener una respuesta adaptada por parte del ámbito sanitario. ¡Y en esto estamos trabajando!”, añade Redondo.

Los programas de prevención (revisiones periódicas, salud bucodental, dieta equilibrada...), los paseos saludables, los talleres de inteligencia emocional y la metodología de “apoyo activo” son líneas de trabajo que comparten muchas entidades federadas en el ámbito de la salud y que, muy probablemente, sea el motivo por el que la salud mental del colectivo no se haya visto empeorado tal y como nos contarán a lo largo de estas líneas seis profesionales de diferentes asociaciones de la región.

Ana, Javier, Susana, Jorge, Rubén y Javier desde su percepción de la psicología, el deporte, las familias y los recursos humanos dan un pronóstico positivo de la salud de todas las personas que conforman las entidades y que ascienden a más de 30.000 personas entre quienes reciben apoyo en las entidades, familiares y profesionales. “Proyectos como “Senderismo para todos”





**Javier García**

**Psicólogo de La Casa Grande de Martiherrero  
Martiherrero. Ávila**

## «Los programas de promoción de la salud han hecho que tengamos un buen bienestar emocional»

“Senderismo para todos”, “Reconstrúyete, reconstrúyeme”, “Promoción de la salud” son algunos de los proyectos que tiene la Casa Grande de Martiherrero para cuidar la salud de las personas que allí reciben apoyo y que, en la actualidad, ascienden a unas 130.

“En los planes de vida que realizamos con cada persona nos están pidiendo mucha actividad física tanto interna como externa” destaca Javier García, psicólogo de La Casa Grande desde hace más de dos décadas. “Y esto unido a todo el engranaje de programas de promoción de la salud ha hecho que la salud emocional de todos ellos en general haya sido buena en este periodo de pandemia”.

nos permite combinar ejercicio físico y mental. Vamos a los pueblos natales de los usuarios y así ellos nos enseñan los caminos más interesantes, los monumentos o las tradiciones”, destaca Javier García, de la Casa Grande de Martiherrero.

En esta línea también destaca el proyecto de los “Huertos en la Facultad de Psicología” en los que participa Insolamis que combina las actividades en el entorno, que suponen una mayor socialización, junto a la actividad física del cuidado de un huerto y el conocimiento de los alimentos saludables. “Las actividades que realizamos con diferentes universidades y entidades del entorno tienen una buena repercusión de motivación y autoestima” destaca Ana García, psicóloga de la entidad.

La salud mental ha dejado de ser un tabú en la sociedad y esto ha favorecido que las jornadas, los talleres o las derivaciones a profesionales especializados tengan más aceptación en las entidades como constatan los profesionales. Por el contrario, la reanudación de las actividades deportivas y de competición ha tardado más en llegar.



**Susana Pascual**

**Psicóloga de la Fundación Conde Fernán Armentález  
Melgar de Fernamental. Burgos**

## «Estar en el medio rural y tener centro de salud hace que nos coordinemos muy bien»

“En la Fundación tenemos un programa específico de salud en el que intentamos fomentar al máximo la autonomía y las habilidades del autocuidado: llevar la medicación, una dieta sana, ejercicio...” describe Susana Pascual que lleva casi 20 años trabajando como psicóloga en la Fundación Conde Fernán Armentález.

“Ellos han tenido más restricciones que el resto de la sociedad y eso ha pasado factura pero aquí trabajamos mucho las emociones y la inteligencia emocional que ha hecho que se mitigue ese posible malestar”, añade destacando que “estar en el medio rural y tener centro de salud hace que nos coordinemos muy bien y que ellos tengan más autonomía”.

“La práctica del deporte ha tardado mucho en reanudarse y todavía queda un poco de miedo. Sobre todo en las familias”, destaca desde Aspanias Rubén Daspert que, casi al instante añade, “pero las cifras de participación son muy buenas, en el último Campeonato de Cross han participado 250 deportistas y algunos aún tienen miedo y corren con mascarilla con toda normalidad”.

Buen balance para la salud mental y física de las personas con discapacidad, pero ¿y la salud de las familias? Según el informe del Inico, “el 66,3% de los familiares que pasaron el confinamiento con la persona con discapacidad intelectual experimentaron más estrés o ansiedad debido a la sobrecarga de cuidados” y esto ha derivado un refuerzo de los programas de familias de las entidades.

“Las asociaciones hemos adaptado nuestros servicios a las necesidades de las familias con información, orientación y asesoramiento a través del contacto telefónico y una intervención mucho más específica en aquellos grupos familiares más vulne-



**Ana García**  
**Psicóloga de Insolamis**  
**Salamanca**

**«Nuestro trabajo estuvo centrado en trabajar el estado emocional y el balance ha sido bueno»**

Prevenir, anticipar, cuidar la salud física y mental han sido las claves de Insolamis para afrontar los “vaivenes” de estos meses de “no normalidad”. “Nosotros, en la medida de lo posible, mantuvimos rutinas y adaptamos las actividades para evitar esos miedos y ansiedad que se preveía que podía producirse” relata Ana García, psicóloga de Insolamis que cree que el trabajo que se hace regularmente en las entidades de cuidado de la salud como los paseos por la naturaleza, dietas saludables, talleres de emociones... ha hecho que se pueda decir que “aquí gozamos de buena salud mental con algún caso puntual de miedo o ansiedad”.



**Rubén Daspet**  
**Técnico de deportes de Aspanias**  
**Burgos**

**«El deporte aquí se va recuperando, en 2019 teníamos 150 licencias y ahora 110»**

“La actividad deportiva se va retomando poco a poco y la verdad es que no todos han vuelto, pero lo bueno es que se está animando gente joven a hacer deporte”, destaca Rubén, técnico de deportes de Aspanias desde hace tres años, pero vinculado como voluntario a la organización hace más de siete.

Rubén también es seleccionador de atletismo de FEDDI y estuvo este año en los Juegos Paralímpicos de Tokio y destaca la importancia de la práctica del deporte tanto para la salud física como mental. “Los juegos son una experiencia impresionante tanto para los entrenadores como para los deportistas porque enseñas y recibes mucho y, estos valores del deporte son los que están presentes en tu día a día”. “El deporte es salud”, añade.

rables y/o con familiares con grandes necesidades de apoyo” describe Jorge García, trabajador social de Asprona León que reitera las dificultades para llegar a todos en el momento en que cada uno lo necesita. “Las familias son sinónimo de resiliencia, de paciencia, de constancia, de apoyo incondicional... pero también con grandes dosis de preocupación, de dolor y de angustia. Por lo tanto, las asociaciones tenemos que dar nuestro apoyo al 200% me atrevería a decir”.

Un apoyo por parte de los equipos de trabajo, que convive con la transformación y adaptación de los servicios impuestos por la crisis sanitaria: reestructura de horarios, de funciones... “A raíz de la pandemia se percibió un mayor desgaste a nivel psicológico, pero con el paso del tiempo, recuperando las rutinas de trabajo, se ha ido volviendo a una relativa normalidad y el ambiente está mejor”, destaca Javier Mateo, director de Recursos Humanos de Fundación San Cebrián quien, como el

resto de profesionales, apela al trabajo previo y planificado para afrontar situaciones complejas como la Covid19.

Programas de bienestar físico y emocional, junto a programas centrados en las personas, en el que cada uno busca su felicidad, parecen ser la mejor receta para gozar de buena salud en un momento en el que los datos no son buenos como revela, casi a diario, la Organización Mundial de la Salud. “Desde Plena inclusión Castilla y León seguiremos apostando por la prevención, la personalización y la vida en comunidad para seguir cuidando la salud mental de todas las personas, con independencia de sus necesidades de apoyo, porque las sucesivas olas y el cansancio generalizado en la sociedad nos tiene alerta”, añade Redondo con un mensaje clave. “Debemos trabajar de forma coordinada familias, personas y profesionales de las entidades y de la salud. ¡Sino es imposible reducir las cifras!”





**Javier Mateo**

**Director de RR.HH. de Fundación San Cebrián  
Palencia**

## «Los datos de absentismo y siniestralidad aquí están por debajo de la media»

“La salud de las personas que trabajan en nuestra entidad, en términos generales, es buena. Tenemos datos de absentismo y siniestralidad que todos los años están por debajo de los del sector, con lo cual, es un buen indicador de salud”, destaca Javier Mateo, director de recursos humanos de Fundación San Cebrián.

“Durante la pandemia, se evidenciaron más problemas de ansiedad y estrés, pero salvo en muy contadas excepciones, las y los profesionales dieron el máximo de sí y no cedieron ante el empuje del virus y de las medidas de restricción” añade.



**Jorge García**

**Trabajador Social de Asprona León  
León**

## «La clave ha sido adaptar proyectos de vida individual y familiar a la situación de la pandemia»

“Nosotros intentamos dar todos los apoyos y servicios que requieren las familias porque creemos que es la mejor manera de cuidarnos”, destaca Jorge García, trabajador social de Asprona León con más de dos décadas de experiencia. “Definir cómo se encuentran las familias, cómo está su salud... Creo que como toda la sociedad, vivimos los últimos tiempos con sorpresa, miedo, temor... pero también con tranquilidad y confianza en el buen trabajo conjunto: entre las familias, las personas con discapacidad y nosotros como profesionales” añade.



Los problemas de salud mental de la población han aumentado por la pandemia.

Las asociaciones han trabajado para que esto no pase entre las personas con discapacidad intelectual. Por ejemplo: han organizado actividades de deporte, han trabajado las emociones y han estudiado qué necesita cada persona para estar bien.

Los datos dicen que no han aumentado los problemas de salud mental en las personas con discapacidad, pero antes de la pandemia los datos eran altos.

1 de cada 3 personas tenían problemas de salud mental. Por eso la Federación y las asociaciones trabajarán para ayudar a estas personas.

# Los protagonistas del 2021

*El protagonismo de las personas con discapacidad intelectual en la vida de las asociaciones y en el entorno va aumentando paulatinamente y, por este motivo, el resumen de este año que finaliza se hace poniendo el foco ellas. El poder de las personas es el titular que mejor define este 2021.*

## ENERO



**V**icente, de Pronisa fue uno de los miles de vacunados que **recibió la primera dosis en enero** pero hasta el mes de mayo no fueron vacunadas todas las personas de las entidades. Marzo y abril fueron meses de quejas y reivindicaciones a la Administración por las grandes diferencias en la vacunación de unas provincias a otras.

## FEBRERO



**M**aría, del Centro San Juan de Dios, forma parte de uno de los equipos motores de **los pilotajes que comenzó la Federación en febrero en 16 entidades**. Apoyo activo, educación, sexualidad, medio rural... son algunos de los pilotajes desarrollados este año

## MARZO



**P**ilar, de Acopedis, es la imagen de la web "Di violencia cero" y de algunas de las campañas de mujer de la Federación. Este **8 de marzo**, las mujeres con discapacidad intelectual de Plena inclusión España se unieron bajo el eslogan "**Mujer es poder**" y celebraron una manifestación virtual que reunió a miles de mujeres.

## ABRIL



**D**eportistas de Fundación Personas participaron en el IV Campeonato de Boccia que se celebró en Valladolid con la participación de 100 deportistas. **Este campeonato fue el primero celebrado después de meses de inactividad** debido a la pandemia y, hasta después del verano, el deporte no se reanuda con normalidad.

## MAYO



**D**iego forma parte del equipo de validación de lectura fácil de Asprona León y el 19 de mayo presentó en FITUR, Feria internacional de turismo, en Madrid junto a la Consejería de Turismo y la Federación, **el folleto general de turismo de Castilla y León en lectura fácil**. En la actualidad hay 24 equipos de validación con la participación de 100 personas.

## JUNIO



**B**eatriz de Aspar la Besana, protagonizó la campaña de Plena inclusión España "Asistente Personal: con tu apoyo, yo elijo" que se lanzó este mes de junio. La figura del asistente personal está en plena expansión al ser una herramienta al servicio de los proyectos de vida. **En Castilla y León hay 225 personas que tienen un asistente personal.**

## JULIO



**L**uis Carlos de Fundación San Cebrián, junto a una veintena de personas con discapacidad del Centro Villa San José y Fundación Personas, participaron en Capaciénciate a primeros de julio. Este proyecto de la Universidad de Valladolid **acerca la ciencia a las personas con discapacidad** a través de charlas y experimentos comprensibles y adaptados a todas las personas.

## AGOSTO



**J**osé y Álvaro, de Asprona Bierzo, disfrutaron de su vacaciones haciendo escapadas a entornos cercanos de su localidad. Aquí están en el lago de Carucedo y luego pasaron la tarde en Las Médulas. La mayor parte de las entidades optaron por este tipo de vacaciones ante las sucesivas olas de contagios y la ausencia de vacaciones IMSERSO.

## OCTUBRE



**L**as entidades de Palencia se reunieron con la Diputación para compartir la necesidad y obligación de convocar oposiciones públicas para las personas con discapacidad intelectual. Esta campaña se está desarrollando a nivel nacional con el fin de **recordar a las administraciones que respeten la reserva del 2% de puestos para personas con discapacidad intelectual** que dice la ley y creen más puestos de trabajo para ellas.



## SEPTIEMBRE

**E**duardo, Verónica, Diego y Nina

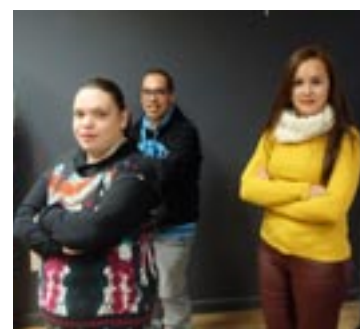
representaron a Castilla y León en el encuentro "El Poder de las personas". En este encuentro celebrado en Toledo el 23 de septiembre se constituyó la **Plataforma Estatal de personas con discapacidad** en la que ellas y solo ellas tienen el protagonismo, la voz y el poder de decisión. Un gran paso hacia la participación plena de las personas en la vida social y política.

## NOVIEMBRE



**R**oberto de Fundación Personas y de Futudis, es una de las miles de personas que **recupera su plena capacidad jurídica acorde a la reciente reforma legal** que, entre los cambios más reseñables, se encuentra la desaparición de la tutela y la patria postestad prorrogada. La Federación ha puesto en marcha un servicio de información con materiales didácticos (video Conoce los cambios en la Ley) y monográficos con familias y personas para resolver dudas.

## DICIEMBRE



**19** personas forman el Foro de Personas con discapacidad de la Federación. Este órgano consultivo tiene la misión de recoger las demandas de sus compañeros y trasladarlas a la Junta Directiva y Asamblea para avanzar en la deseada plena inclusión. En la Asamblea del 16 de diciembre presentaron el video "Conoce el Foro" con el fin de visibilizar a nivel interno y externo su trabajo.



## La Federación lanza la campaña “Parar la violencia de género está en tu mano”

La Federación ha lanzado la **campaña “Parar la violencia de género está en tu mano”** por el 25 de noviembre, que es el Día contra la violencia de género. **Esta campaña forma parte de la página web Di violencia cero.** Esta página de la Junta de Castilla y León y la Federación sirve para prevenir la violencia de género en mujeres con discapacidad intelectual. Está escrita en lectura fácil y cumple con la accesibilidad cognitiva.

Esta campaña **busca que más personas con discapacidad conozcan la web Di violencia cero** para que sepan qué pueden hacer ante un caso de violencia de género. Los materiales de la campaña son un cartel y unas pulseras moradas con el texto “DI violencia cero”.



Cartel de la campaña

La Federación también ha organizado el concurso de vídeos cortos “Di violencia cero”. El concurso animaba a las personas a hacer vídeos de 1 minuto para luchar contra la violencia de género. 3 vídeos se presentaron al concurso y estaban hechos en colaboración con 3 entidades: “Historias de un bar”, con **Asprodes**, “Baila”, con **Fundación San Cebrián** y “Iguales”, con **Asprona Bierzo**.

El concurso tenía 2 premios: el premio del jurado y el del público. **El vídeo Baila ganó el premio del jurado y el vídeo Historias de un bar el del público**, porque fue el vídeo que más me gustas tuvo en el Instagram de la Federación.

## La Federación hace un informe sobre los servicios en el medio rural con el apoyo de la Fundación Castilla y León

La Federación ha hecho un informe para saber qué servicios **reciben las personas con discapacidad y con dependencia en los pueblos**. La Federación ha hecho este trabajo gracias a la **Fundación Castilla y León de las Cortes** que ha pagado 70 mil euros para hacerlo.

En noviembre Juan Pablo Torres, presidente de la Federación, presentó los resultados a Luis Fuentes, presidente de las Cortes y de la Fundación.

Algunas de las conclusiones del informe son que **se necesitan más plazas en servicios como los centros de día o viviendas** y que es necesario contratar a más de 20 mil personas en los pueblos para ayudar a las personas mayores de 75 años a vivir en su casa y no irse a una residencia.

Juan Pablo Torres dijo que la **Federación trabaja para que cada persona reciba los apoyos que necesite** y que quiere que sea así en toda la comunidad. Luis Fuentes dijo que es urgente mejorar los servicios para las personas con discapacidad de los pueblos para que nadie tenga que irse a una ciudad más grande si no quiere.

## El Foro de Directivos avanza en el Plan Estratégico de la Federación



En noviembre se celebró un nuevo Foro de Directivos. El Foro de Directivos es un grupo formado por presidentes y miembros de Junta Directiva de las asociaciones de Plena inclusión Castilla y León. Este Foro trabajó en **el nuevo Plan Estratégico de la Federación**. Un Plan Estratégico es un documento que dice lo que va a hacer la Federación en los próximos 3 años.

La Federación ha trabajado en este documento durante todo el año y ha preguntado a profesionales, directivos, familias y personas con discapacidad. **En total han contestado más de 400 personas.**

Algunas de las peticiones de las personas, profesionales y familias son que las personas con **discapacidad tengan más ayuda para ser más autónomas, que los gobiernos den más ayudas a las personas con discapacidad y que las personas vivan sus vidas como ellas quieran.**

Este **Plan Estratégico se aprobó el 16 de diciembre en la Asamblea General de la Federación**. Es el órgano que toma las decisiones más importantes de la Federación y está formada por representantes de todas las entidades.

Los directivos también hablaron sobre la **nueva Plataforma de representantes de Plena inclusión España**. Esta plataforma es un paso muy importante porque da voz a las personas con discapacidad intelectual.

## El XIII Encuentro de Hermanos se celebra en Cuéllar con 34 asistentes



*Hermanos y hermanas que asistieron al encuentro*

Los hermanos y hermanas de Plena inclusión Castilla y León celebraron su encuentro anual en Cuéllar. **Este encuentro fue el primero presencial** desde la pandemia y por eso estaban muy emocionados. **34 personas fueron al encuentro.** Estas personas eran de 13 asociaciones: La Casa Grande de Martiherrero, Pronisa, Asesca, Asprona León, Asprona Bierzo, Asprodes, Aspace Salamanca, Aspar la Besana, Centro Padre Zegrí, Asprosub Benavente, Fundación Personas Palencia, Segovia y Valladolid.

Juan Pablo Torres es el presidente de la Federación e inauguró el encuentro. **Destacó los logros del año 2021 como la Plataforma Estatal de Personas con Discapacidad en la que participan 2 personas de Castilla y León.** En la inauguración también estuvieron Raquel Yagüe, hermana de persona con discapacidad, y María Chavida, del área de Familias de la Federación.

Después se celebró **una mesa de 4 experiencias.** En la mesa participaron profesionales y familiares de Fundación Personas, Pronisa y la Federación. Los temas de esas experiencias fueron la inclusión en la comunidad, el proyecto "A gusto en mi casa", el proyecto de Asistencia Sanitaria a personas con discapacidad y los cambios en el Código Civil para que las personas con discapacidad tomen sus decisiones.

Después los hermanos se dividieron en 4 grupos de trabajo. **Allí hablaron sobre cada una de estas experiencias.** Entre las conclusiones pidieron más información y una atención que responda a las necesidades de cada persona.

Los hermanos y hermanas también pidieron más ayuda **para conocer y entender los últimos cambios en la Ley.** Otra petición fue que **los sanitarios den una atención más humana y cercana a las personas con discapacidad intelectual.**

## Special Olympics cumple 30 años y premia a la Federación por su compromiso con el deporte



*Foto de familia, de izquierda a derecha, Miguel Sagarra, la Infanta Elena, Juan Pablo Torres y Santiago López*

**Special Olympics en España cumplió 30 años** el pasado 15 de diciembre y lo celebró con una gala y una entrega de premios.

Special Olympics **trabaja a nivel mundial para fomentar el deporte entre las personas con discapacidad intelectual** y organiza muchos campeonatos, torneos y también organiza unas «olimpiadas».

Special Olympics entregó en la gala de aniversario un **premio a Plena inclusión Castilla y León** por el trabajo que hace en el ámbito deportivo.

**La Infanta Cristina** es la presidenta de honor de Special Olympics España y quién entregó a nuestro presidente, Juan Pablo Torres, el premio.

## El Gobierno y Plena inclusión colaborarán para el empleo de personas con discapacidad

Plena inclusión España y el Ministerio de Inclusión firmaron un acuerdo de colaboración. Gracias a este acuerdo, **más personas con discapacidad intelectual en riesgo de exclusión encontrarán un trabajo.** La exclusión social es la situación que hace más difícil que algunas personas participen en la sociedad.

**Las personas con discapacidad intelectual tienen más dificultades para encontrar un trabajo.** Solo 30 de cada 100 trabajan, mientras que en el resto de población trabajan 75 de cada 100. Además, las personas con discapacidad intelectual ganan menos de 12 mil euros al año. Y 1 de cada 4 está en situación de pobreza.

Plena inclusión tiene un **proyecto de Empleo Personalizado.** El Empleo Personalizado sirve para crear puestos de trabajo diferentes en empresas para personas con muchas dificultades para encontrar trabajo. 45 asociaciones de Plena inclusión van a hacer planes de empleo personalizado. **La Federación participa en este proyecto.**

## Las personas son las protagonistas de los actos del 3 de diciembre

La Federación y las asociaciones participaron y organizaron actos el 3 de diciembre que es el **Día internacional de las personas con discapacidad**.

La Federación y la Junta anunciaron que el **examen Tucerticyl está en lectura fácil**. El examen de Tucerticyl sirve para demostrar que la persona que lo aprueba sabe manejar las nuevas tecnologías. La Federación adaptó las preguntas y Pronisa, Fundación San Cebrián y Fundación Personas las validaron.

Además la Federación participó en el acto del Ayuntamiento de Valladolid **“Valladolid por la lectura fácil”**. Eva Martín, responsable de comunicación, explicó qué es la lectura fácil y por qué es importante para los derechos de las personas con discapacidad. A este acto también acudieron representantes de las asociaciones de la ciudad.

La Federación y las asociaciones se unieron también a la **campana de Plena inclusión España «Hitos y retos»** que explica los 5 grandes logros conseguidos y las 5 grandes cosas que nos falta por conseguir.

Las asociaciones también participaron en los **actos de los ayuntamientos y diputaciones** de Ávila, León, Segovia, Salamanca y Zamora.

Este año las asociaciones también han hecho campañas. **Asprona León** lanzó la campaña “Ahora es nuestro momento: capaces”, donde personas importantes de la ciudad entrevistaron a personas con discapacidad.

**Fundación San Cebrián** hizo la campaña “Solo me importa tu nombre” y animó a las personas a hacerse una foto junto con un cartel con su nombre para demostrar que lo que importa son las personas, no su discapacidad.

Las asociaciones también trabajaron en accesibilidad cognitiva. Asprona León mejorará la accesibilidad cognitiva en San Andrés de Rabanedo y **Asprona Bierzo** evaluó la accesibilidad cognitiva del Castillo de los Templarios.

La sociedad también participó en el Día de las personas con discapacidad. **En Ávila** 22 bares se unieron a la ruta “Inclúyeme en tu tapa”. Estos bares daban información a los clientes sobre las asociaciones de discapacidad.



Cartel de la campaña de Plena inclusión del día 3

La accesibilidad cognitiva llega al comercio con la campaña “Hazlo fácil”



La Federación ha lanzado en diciembre la campaña “Hazlo fácil”. Es una **campana dirigida a pequeños comercios** para que sus materiales y espacios sean más accesibles. Esta campaña se lanza en diciembre, un mes en el que los comercios tienen mucha actividad por la Navidad.

Los materiales de la campaña son una guía y unas bolsas. **La guía da consejos para dar una atención más accesible**. Por ejemplo: dar explicaciones cortas y sencillas, hablar directamente a la persona o que sus páginas web y espacios sean fáciles y accesibles. Las bolsas tienen el lema “Hazlo fácil para las personas con discapacidad intelectual y para todos” y el logo en lectura fácil, para que más personas lo conozcan.

La Federación apuesta porque **el entorno sea accesible para que las personas con discapacidad puedan participar más de forma más independiente**. El entorno es todo aquello que rodea a una persona: los edificios, las personas con las que se relaciona o las actividades. Por eso cada año hace campañas dirigidas a diferentes partes de la sociedad como el turismo, las bibliotecas o los centros de salud para que sean más accesibles.

## Plena inclusión busca buenas prácticas en lectura fácil

Plena inclusión organiza el proyecto **Laboratorio de ideas**. Es un proyecto para conocer y dar visibilidad a buenas prácticas de lectura fácil relacionadas con la literatura española. **Cualquier persona puede participar y presentar su experiencia antes del 31 de enero**.

**Las tres mejores prácticas tendrán premio. El primer premio serán 1.200 euros, el segundo 500 euros y el tercero 300 euros**. Plena inclusión anunciará las experiencias que han ganado el 28 de febrero. El 1 de marzo se presentarán estas experiencias en un evento online. Puedes consultar toda la información en la página web: <https://www.plenainclusion.org/l/laboratorio-de-ideas/>





Javier Ortega, Consejero de Cultura, Turismo y Deporte, y Federico Martínez, presidente de Fedeacyl, junto a deportistas y ponentes momentos antes de la inauguración



Técnicos de la Federación en el Congreso



Un momento de la entrevista a la parálipica Marta Fernández que cautivó al público



Debate sobre el papel de los medios de comunicación en las informaciones sobre discapacidad y deporte



Sara, deportista de Aspañ junto a Coral Bistuer, olímpica y ahora política en la Comunidad de Madrid

## Profesionales del deporte piden más apoyo para visibilizar a la mujer deportista con discapacidad

La Federación de Deporte Adaptado celebró el I Congreso de Mujer Deporte y Discapacidad en Burgos los días 11 y 12 de diciembre

**La igualdad en el deporte adaptado y paralímpico es una realidad.** Esta fue una de las valoraciones más repetidas en el I Congreso Mujer, Deporte y Discapacidad celebrado en el Museo de la Evolución Humana de Burgos y organizado por la Federación de Deporte Adaptado de Castilla y León (Fedeacyl).

La no discriminación por género es una realidad que se repitió a lo largo de los dos días de Congreso; incluso se destacó **la importancia de la figura femenina**, en muchos casos por encima de la del hombre.

**El Congreso fue inaugurado por Javier Ortega**, consejero de Cultura, Turismo y Deporte que destacó “la importancia de deportistas paralímpicos como Marta Fernández para promover los valores del deporte y, especialmente, el deporte femenino en nuestra comunidad autónoma”.

Por su parte, el **presidente de Fedeacyl, Federico Martínez**, realizó la figura de Marta Fernández y del resto de deportistas participantes en el Congreso como

“modelos de éxito” que “permiten ver la punta del iceberg, y de las cosas increíblemente buenas que se podrían conseguir con apoyos para seguir la estela de Marta, Amaya, Ester, Lía...”, explicó.

A lo largo de los dos días, **las experiencias de las deportistas cautivaron y enriquecieron al público con sus experiencias y visión sobre el deporte del futuro.**

Marta Fernández, máxima medallista en los últimos juegos de Tokio e imagen del Congreso destacó que, “a mí, una de las cosas que más me ha marcado es que me reconozcan por la calle... y sobre todo los niños”, aseguró al tiempo que destacó precisamente esa concienciación en los más pequeños.

**Tener referentes femeninos en el mundo del deporte adaptado**, trabajar con los más pequeños para crear cantera, visibilizar más el deporte paralímpico en los medios de comunicación y apoyar económicamente el deporte adaptado fueron las ideas más repetidas en este Congreso.

revista de plena inclusión castilla y león

# la mirada

 **Plena  
inclusión**  
Castilla y León



 **Plena  
inclusión**  
Castilla y León

Plena inclusión Castilla y León  
Pº Hospital Militar, 40. Local 34 • 47006 Valladolid  
Tfno.: 983 320 116  
e-mail: [plenainclusiuncyl@plenainclusiuncyl.org](mailto:plenainclusiuncyl@plenainclusiuncyl.org)  
[www.plenainclusiuncyl.org](http://www.plenainclusiuncyl.org)



Con la colaboración de:

 **Junta de  
Castilla y León**

 **Servicios Sociales  
de Castilla y León**

 **Fundación ONCE**