

PLAN DE FORMACIÓN 2026



A close-up photograph of a hand holding a white piece of chalk, writing on a dark chalkboard. The board has some mathematical notations, including 30° and $\sqrt{3}$.

INDICE

Presentación	3
Modalidades y tipos	4
Cursos Federativos	6
Cursos de autoformación	10
Programas cursos federativos	13

A photograph of a spiral-bound calendar on a wooden desk. A red pushpin is pinned to the calendar, which shows the days of the week and some dates. There are also some orange and red paper clips nearby.A photograph of a teal-colored alarm clock with a white face and black numbers, sitting next to a small calendar. The calendar shows the date 7 and some other dates. The background is a solid blue color.



PLAN

DE

FORMACIÓN

Plan de Formación – Primer semestre de 2026

El Plan de Formación del primer semestre de 2026 se presenta como una herramienta clave para seguir acompañando a las entidades, profesionales, personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y sus familias en los procesos de mejora y transformación de los apoyos.

Este semestre el plan consolida una oferta formativa diversa y adaptada, que combina diferentes modalidades –presencial, aula virtual y online– con el objetivo de facilitar el acceso a la formación y dar respuesta a las distintas realidades territoriales y organizativas. Se refuerza, además, la formación presencial descentralizada, acercando los cursos a distintas provincias y reduciendo desplazamientos, siempre que es posible.

En cuanto a los contenidos, el catálogo recoge propuestas alineadas con el modelo de apoyos y la atención centrada en la persona, junto a acciones orientadas al reciclaje profesional, la salud y el cuidado de quienes cuidan, y la incorporación de nuevas herramientas, como la inteligencia artificial aplicada a la intervención y la gestión. Se incluyen también temáticas que responden a necesidades emergentes y a demandas trasladadas por las propias entidades en los últimos años.

El Plan de Formación combina, como siempre, cursos federativos, abiertos a la participación de todas las entidades, con acciones de autoformación y cursos a la carta, pensados para atender necesidades específicas y favorecer la personalización de los procesos formativos.

Con este planteamiento, el Plan de Formación del primer semestre de 2026 busca impulsar el aprendizaje continuo, el intercambio de conocimiento y el desarrollo de competencias, contribuyendo a la mejora de la calidad de los servicios y al avance hacia organizaciones más capacitadas, cuidadoras y alineadas con los valores del movimiento asociativo.

EL EQUIPO DE FORMACIÓN Y GESTIÓN DEL CONOCIMIENTO

MODALIDADES Y TIPOS

-  **CURSOS EN AULA VIRTUAL**
Son cursos que se desarrollan a través de plataformas como Zoom o Teams. A esta modalidad se le denomina también presencial-virtual porque el formador y alumnos se reúnen de forma síncrona durante el horario establecido para el curso. Es el equivalente de los cursos presenciales en el que el aula "física" se sustituye por su equivalente "virtual".
-  **CURSOS ON LINE**
Son cursos coordinados por tutores especializados y se desarrollan en una plataforma de formación. El alumno elige el horario que mejor le viene para desarrollar la formación y la comunicación con el formador se hace mediante mensajería interna de la plataforma.
-  **CURSOS MIXTOS**
Son cursos en los que se combina el aprendizaje presencial o presencial-virtual y el aprendizaje virtual a nivel de grupo. Son coordinados por tutores especializados y la comunicación entre formador y alumno puede hacerse por mensajería interna de la plataforma y también directamente en los horarios de formación presencial.
-  **CURSOS PRESENCIALES**
Es la formación presencial que conocemos "de siempre", en la que formador y alumnos se encuentran compartiendo espacio físico en un aula tradicional.
-  **AUTOFORMACIÓN**
Son cursos online de auto-matriculación que no cuentan con tutor. Están orientados a difundir conocimientos de diferentes ámbitos y metodologías, así como generar una visión compartida de cuestiones centrales para el desarrollo profesional de los equipos de trabajo y familiares que apoyan a personas con discapacidad y también para personas con discapacidad. Se realizarán a través de la Plataforma de Formación de Plena inclusión. La persona matriculada avanza en los contenidos a su ritmo hasta la finalización total de contenidos y horas.

FEDERATIVOS

Cursos abiertos a todas las entidades, cerrados y calendarizados, en diferentes modalidades de formación: presencial, aula virtual, online y mixta.



Inscripciones abiertas, a través del servicio de Formación de cada entidad federada.



26 de enero de 2026

A LA CARTA

Cursos elegidos "a demanda" por las entidades para sus profesionales.



Inscripciones limitadas a los profesionales de la entidad



30 de junio de 2026

AUTOFORMACIÓN

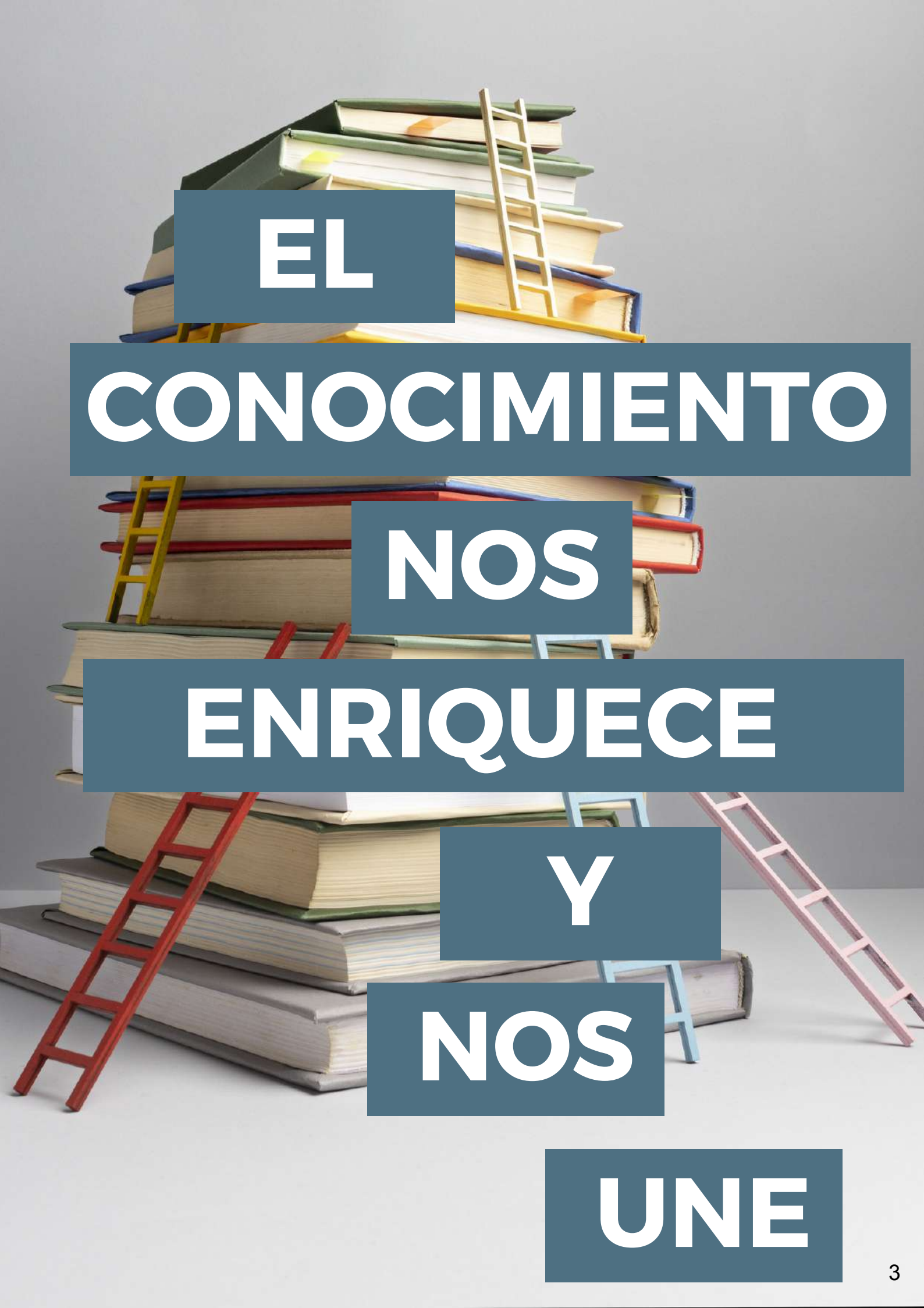
Cursos online sin tutor. Se desarrollan en la Plataforma de formación de Plena inclusión:
<http://formacionabiartplenainclusion.org/>



Inscripción directa del alumno en la plataforma



Plazo abierto permanente

A stack of several books of different colors (green, yellow, blue, red, grey) is shown. Several small wooden ladders of different colors (yellow, red, pink, blue) are leaning against the books. The background is a plain, light grey surface.

EL

CONOCIMIENTO

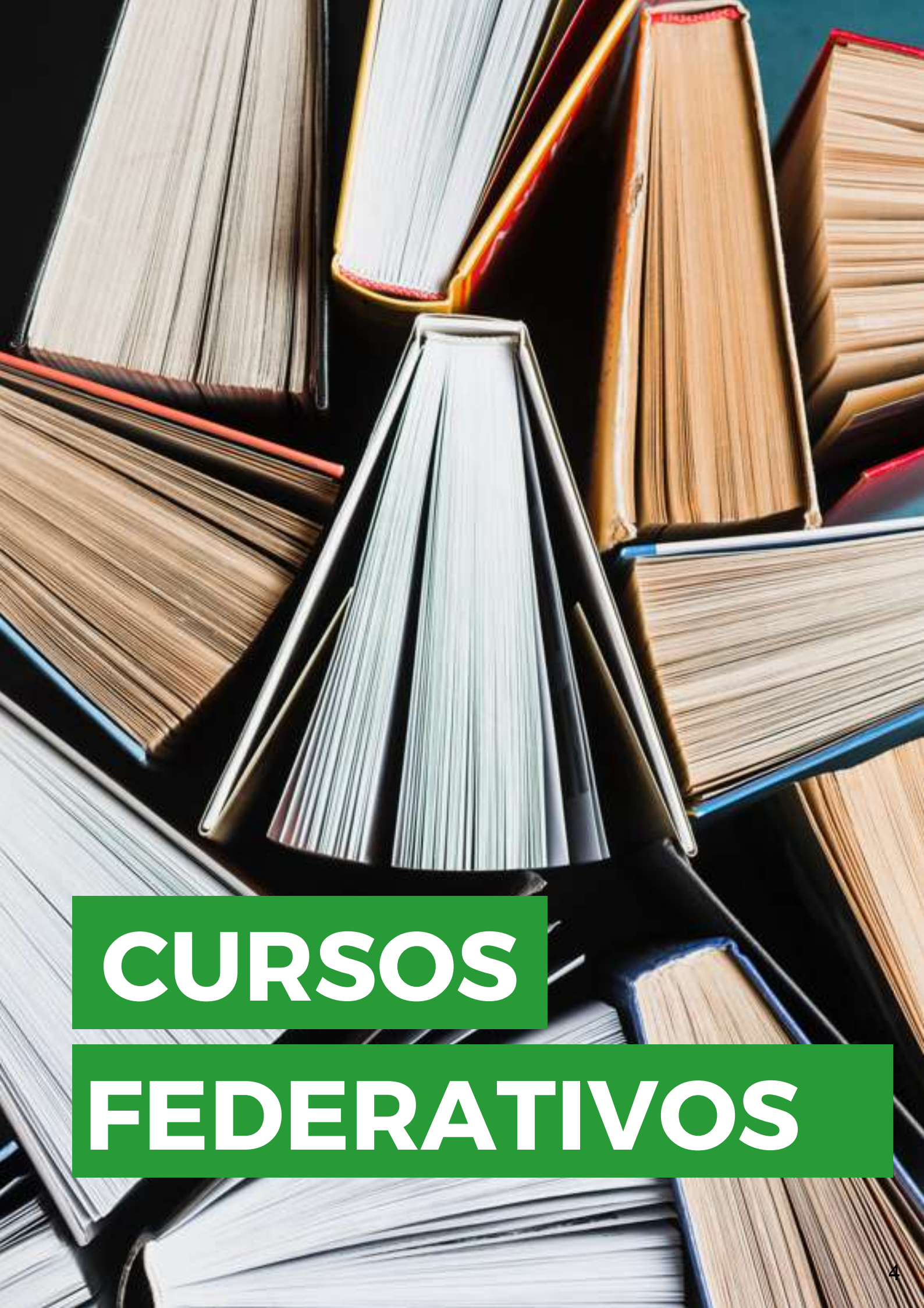
NOS

ENRIQUECE

Y

NOS

UNE



CURSOS

FEDERATIVOS

CURSOS FEDERATIVOS

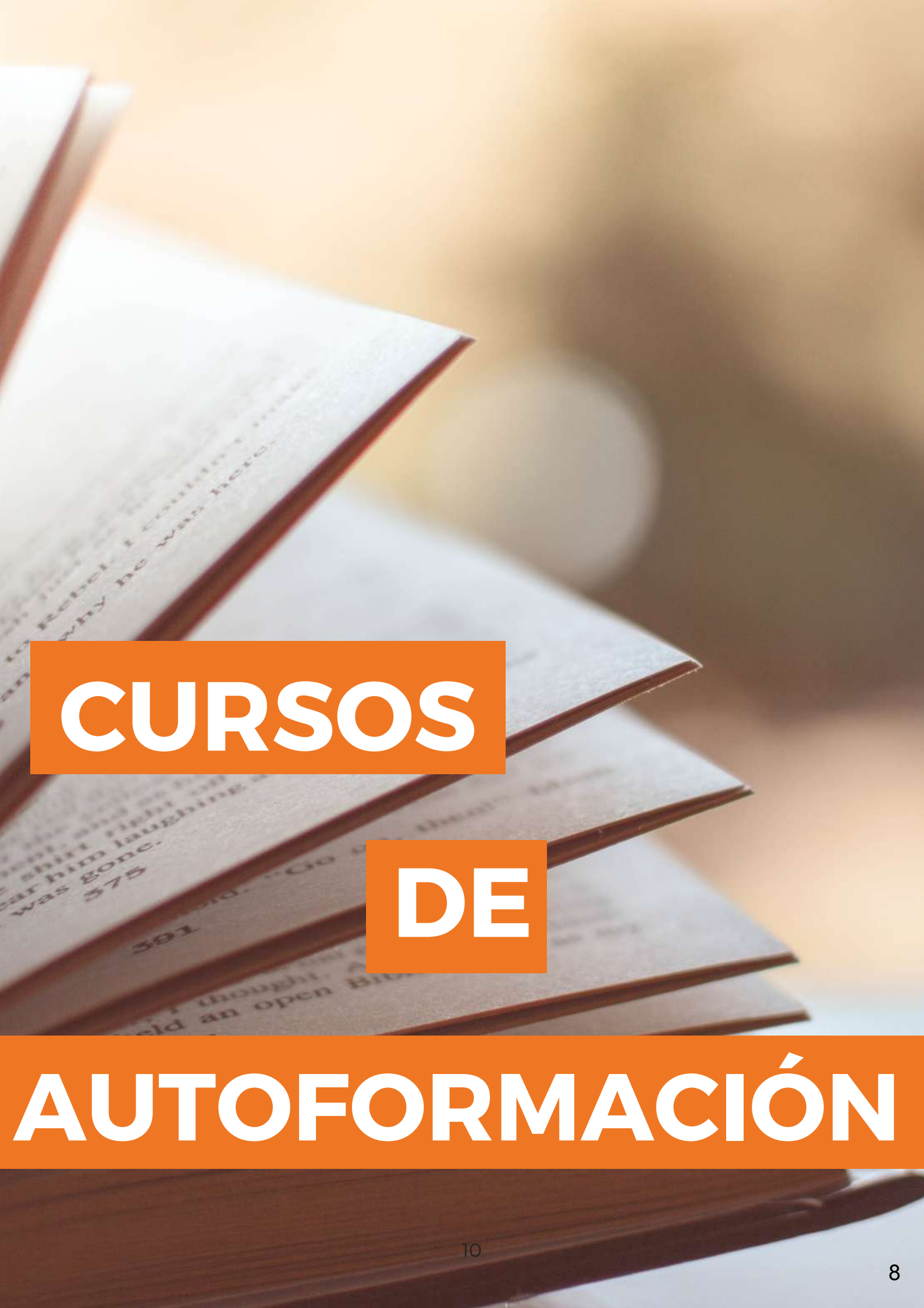
Nº	TÍTULO	TIPO	DOCENTE	FECHAS	HORAS	DESTINATARIOS/AS	
01	Taller de gestión del estrés y la ansiedad	Presencial: Ávila	Alberto Valverde	28 de enero y 4 de febrero	10	Profesionales interesados	+ INFO
02	Sistemas alternativos y aumentativos de comunicación SAAC	Online	Laura Velayos	Del 2 de febrero al 23 de marzo	50	Profesionales de apoyo a personas con DI	+ INFO
03	Entendiendo y abordando conductas que nos preocupan	Aula Virtual	Raúl Conde	4, 11 y 18 de febrero	6	Profesionales de apoyo a personas con DI	+ INFO
04	Las prácticas restrictivas. La detección y claves para su reducción	Online	Isabel del Hoyo	Del 16 de febrero al 27 de marzo	32	Profesionales de apoyo a personas con DI	+ INFO
05	El proceso de envejecimiento y los grandes síndromes geriátricos	Presencial: Burgos	Sandra Gómez	17 de febrero	5	Profesionales de AD y y ámbito sanitario	+ INFO
06	Chat GPT aplicado a organizaciones sociales a través de la IA	Aula Virtual	José Javier Romero	18, 25 de febrero, 4 y 11 de marzo	8	Dirigentes, directores, responsables de área...	+ INFO
07	Acompañando en positivo a personas con GNA	Online	Cristina Roncero	Del 27 de febrero al 26 de marzo	24	Profesionales de atención directa y técnicos	+ INFO
08	Inteligencia artificial como herramienta para la intervención en personas con DI	Aula virtual	Luis Miguel García	5, 10 y 12 de marzo	6	Dirigentes, directores, responsables de área...	+ INFO

CURSOS FEDERATIVOS

Nº	TÍTULO	TIPO	DOCENTE	FECHAS	HORAS	DESTINATARIOS/AS	
09	Cuidados del usuario encamado	Presencial: Burgos	Diego Sánchez	10 de marzo	5	Profesionales de atención directa y/o ámbito sanitario	+ INFO
10	Cambiando enfoques: prácticas efectivas para la reducción de restricciones	Aula Virtual	Raúl conde	11, 18 y 25 de marzo	6	Profesionales de apoyo a personas con DI	+ INFO
11	Alimentación saludable en pisos tutelados	Presencial: Zamora	Sandra Gómez	12 y 19 de marzo	10	Profesionales de apoyo a personas con DI en pisos y viviendas tuteladas	+ INFO
12	Cuidados básicos de personas con DI con dificultades respiratorias	Presencial: Valladolid	Diego Sánchez	20 de marzo	5	Profesionales de atención directa y/o ámbito sanitario	+ INFO
13	Envejecimiento en positivo en personas con discapacidad intelectual	Presencial: Valladolid	Cristina Roncero	8 y 15 de abril	9	Profesionales que acompañan a personas con DI en proceso de envejecimiento	+ INFO
14	Cuidados básicos de la persona con epilepsia	Presencial: Burgos	Diego Sánchez	10 de abril	5	Profesionales de atención directa y/o ámbito sanitario	+ INFO
15	Apoyos en los contextos naturales: desinstitucionalización y vida en comunidad	Online	Belén Martínez	Del 13 de abril al 25 de mayo	24	Profesionales de atención directa, equipos técnicos, coordinadores...	+ INFO
16	Salud mental y bienestar emocional	Online	Raúl Conde	Del 13 de abril al 25 de mayo	32	Profesionales de atención directa, equipos técnicos, coordinadores...	+ INFO

CURSOS FEDERATIVOS

Nº	TÍTULO	TIPO	DOCENTE	FECHAS	HORAS	DESTINATARIOS/AS	
17	Reduce tu dolor de espalda y mejora tu calidad de vida y sueño	Presencial: Valladolid	Ángel de Blas	17 de abril	4	Todo tipo de perfiles profesionales	+ INFO
18	Apoyo a la participación: herramientas y estilos para empoderar a las personas con DI	Aula Virtual	Joaquín García	20 y 27 de abril	6	Profesionales de apoyo a personas con DI	+ INFO
19	Buenas prácticas y recursos para acompañar el desarrollo afectivo-sexual y socio-relacional de personas con DI	Mixta: Teams y Valladolid	Natalia Rubio	7, 14 y 21 de mayo	10	Profesionales de apoyo a personas con DI y técnicos interesados	+ INFO
20	Taller de gestión del estrés y la ansiedad	Presencial: Valladolid	Alberto Valverde	18 y 25 de mayo	10	Todo tipo de perfiles profesionales	+ INFO
21	La ansiedad y salud mental en personas con TEA con necesidades de apoyo significativas	Aula Virtual	Rebeca Sevilla	22, 29 de abril y 2 de mayo	8	Profesionales de equipos técnicos y profesionales de atención directa	+ INFO
22	Proporcionando buenos apoyos: ACP	Aula Virtual	Rubén Parrillo	26 de mayo y 2 de junio	4	Profesionales de atención directa y técnicos interesados	+ INFO
23	Estrategias de autocuidado y gestión del estrés, claves para el bienestar profesional	Aula Virtual	Rubén Parrillo	28 de mayo y 4 de junio	4	Profesionales de atención directa y técnicos interesados	+ INFO
24	Acompañar y apoyar en el proceso del duelo a personas con DI	Presencial: Salamanca	Mª Jesús Vaca	Por determinar	12-14	Profesionales de atención directa y técnicos interesados	+ INFO
25	Apoyo e intervención en autismo	Mixta: Aula Virtual y León	Mónica Santos	Por determinar	12-14	Profesionales de apoyo a personas con autismo	+ INFO

The image shows a stack of several books, with the top one slightly open, revealing text on its pages. The background is a warm, out-of-focus orange. Overlaid on the books are three orange rectangular boxes containing white text. The first box at the top left contains the word 'CURSOS'. The second box, positioned lower and to the right, contains the word 'DE'. The third box is a wide horizontal bar at the bottom containing the word 'AUTOFORMACIÓN'.

CURSOS

DE

AUTOFORMACIÓN

AUTOFORMACIÓN



La autoformación son cursos online sin tutor y el alumnado interesado debe inscribirse directamente en la [plataforma de formación de Plena inclusión](#)

Nº	DESTINATARIOS	TÍTULO	HORAS
1.	Agentes públicos	Coproducción	10
2.	Agentes públicos	Currículo Multinivel: recursos para enseñar en un aula heterogénea	15
3.	Agentes públicos	Discapacidad intelectual y del desarrollo	10
4.	Agentes públicos	Discapacidad intelectual: trabajando en las administraciones públicas	7
5.	Agentes públicos	Inclusión educativa: Una tarea para todos/as	15
6.	Agentes públicos	Introducción a los trastornos del espectro del autismo	10
7.	Agentes públicos	Introducción a los trastornos del espectro del autismo para agentes públicos	10
8.	Agentes públicos	Lectura fácil	10
9.	Agentes públicos	Sensibilización en diversidad	10
10.	Agentes públicos	Sistemas alternativos de comunicación para agentes públicos	15
Nº	DESTINATARIOS	TÍTULO	HORAS
11.	Educación	Currículo Multinivel: recursos para enseñar en un aula heterogénea	15
12.	Educación	Diseño Universal de Aprendizaje. Versión 3.0	15
13.	Educación	Inclusión educativa: Una tarea para todos/as	15
14.	Educación	Recursos y estrategias metodológicas inclusivas en el aula	15
15.	Educación	Situaciones de aprendizaje sin barreras	15
Nº	DESTINATARIOS	TÍTULO	HORAS
16.	Familiares	Apoyo emocional en la etapa de atención temprana	6
17.	Familiares	Calidad de vida familiar Mayores de 18 años	10
18.	Familiares	Calidad de vida familiar Menores de 18 años	10
19.	Familiares	Claves para mejorar la participación en mi entidad	8
20.	Familiares	Gestión de emociones de herman@s de personas con DI	12
Nº	DESTINATARIOS	TÍTULO	HORAS
21.	Fortalecimiento	6 claves para la captación de fondos privados	5,5
22.	Fortalecimiento	Ciclo integral de un proyecto	6,5
23.	Fortalecimiento	Conductas que nos preocupan: claves para generar entornos de apoyo eficaces y éticos	8
24.	Fortalecimiento	Contabilidad social	4,5
25.	Fortalecimiento	Contexto y planificación estratégica	6
26.	Fortalecimiento	Dirección y gestión de personas	6
27.	Fortalecimiento	Diseño de proyectos	4,5
28.	Fortalecimiento	Gestión presupuestaria	6
29.	Fortalecimiento	Inteligencia artificial para la gestión de entidades	6
30.	General	Apoyo activo (viviendas en comunidad)	21

AUTOFORMACIÓN



La autoformación son cursos online sin tutor y el alumnado interesado debe inscribirse directamente en la [plataforma de formación de Plena inclusión](#)



Nº	DESTINATARIOS	TÍTULO	HORAS
31.	General	Apoyo conductual positivo (viviendas en comunidad)	24
32.	General	Autoformación en atención temprana	10
33.	General	Claves de acción para el desarrollo comunitario	15
34.	General	Coproducción	10
35.	General	Desarrollo de apoyos en los contextos naturales	12
36.	General	Discapacidad intelectual y del desarrollo	10
37.	General	Discapacidad intelectual: trabajando en las administraciones públicas	7
38.	General	Diseño de Planes personales de ocio para personas con DI y del desarrollo	8
39.	General	Empleo personalizado	10
40.	General	Enfoque centrado en la familia	15
41.	General	Entornos amigables: cómo podemos contribuir a generar espacios de convivencia amables y con oportunidades.	10
42.	General	Ética para valientes	6
43.	General	Introducción a los trastornos del espectro del autismo para agentes públicos	10
44.	General	Lectura fácil	10
45.	General	Mi casa: irrenunciables del proceso	15
46.	General	Modelo de calidad Plena y SECP: inicial y avanzado. Restringido a entidades con compromiso de calidad PLENA	15
47.	General	Participación y co-liderazgo para personas con DI	15
48.	General	Personalización	15
49.	General	Sensibilización en apoyo conductual positivo	6
50.	General	Sistemas alternativos de comunicación	15
Nº	DESTINATARIOS	TÍTULO	HORAS
51.	Participación y voluntariado	Participación social	10
52.	Participación y voluntariado	Voluntariado en entidades de Plena inclusión	10
Nº	DESTINATARIOS	TÍTULO	HORAS
53.	Tecnología	Access para todos	2
54.	Tecnología	Crea tus contenidos digitales	2
55.	Tecnología	Excel 365	2
56.	Tecnología	Formación básica para reducir la brecha digital	5
57.	Tecnología	Herramientas digitales para comunicarte	2
58.	Tecnología	Inicio a Windows e internet	2
59.	Tecnología	Presentaciones eficaces con Power point	2
60.	Tecnología	Realiza tus gestiones desde casa	2
61.	Tecnología	Redes sociales	2
62.	Tecnología	Seguridad informática	2
63.	Tecnología	Tratamiento de textos con Word	2



PROGRAMAS

CURSOS

FEDERATIVOS

Taller de gestión del estrés y la ansiedad

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
AULA INNOVA
Pronisa Plena inclusión
ÁVILA

Fechas:
Miércoles, 28 de enero
y miércoles, 4 de
febrero

Duración:
10 horas

Horario:
De 9 a 14 h

Docente:
ALBERTO VALVERDE
Experto en inteligencia
emocional y neurociencia



Dirigido a:

Profesionales de diferentes perfiles.

Descripción:

El estrés y la ansiedad forman parte del día a día de los profesionales que trabajan en contextos de atención y apoyo a personas, pudiendo afectar tanto al bienestar personal como al desempeño profesional. Este taller ofrece un espacio formativo y práctico para comprender qué es el estrés y la ansiedad, cómo se manifiestan en el cuerpo y la mente, y qué efectos tiene la exposición prolongada a estas situaciones. A través de contenidos teóricos y herramientas aplicadas, se facilitarán estrategias de autorregulación emocional y manejo del estrés que permitan mejorar el bienestar personal, prevenir el desgaste profesional y favorecer una práctica laboral más saludable.

Objetivos:

- Conocer los diferentes tipos de estrés y ansiedad y sus principales características.
- Identificar las señales y síntomas físicos y emocionales asociados al estrés y la ansiedad en uno mismo.
- Comprender qué ocurre en el cerebro y en el organismo ante situaciones de estrés prolongado.
- Desarrollar habilidades de autorregulación emocional aplicables al ámbito personal y profesional.
- Aprender y practicar herramientas útiles para la reducción del estrés y el manejo de la ansiedad en la vida diaria y en el entorno laboral.

Contenidos:

1. Tipos de estrés y ansiedad.
2. Identificación de síntomas previos en tu cuerpo.
3. Autorregulación emocional.
4. ¿Qué ocurre en nuestro cerebro cuando se expone a un estrés prolongado?
5. Herramientas aplicadas a la reducción de estrés y manejo de la ansiedad.



Sistemas alternativos y aumentativos de comunicación - SAAC

Modalidad:
ON LINE



Lugar:
Plataforma de
formación tutorizada de
Plena inclusión España

Fechas:
Del 2 de febrero al 23
de marzo

Duración:
50 horas

Horario:
Libre

Docente:
LAURA VELAYOS
Psicóloga del EQUIPO
IRIDIA, expertos en TEA y
SAAC



Dirigido a:

Profesionales de apoyo a personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.

Descripción:

Conocer la importancia del uso de los SAAC en las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo y saber cuáles se ajustan más a las necesidades de cada una.

"La comunicación es un derecho fundamental de toda persona. Por lo tanto, el uso de los Sistemas Aumentativos de Comunicación (SAAC) no es una moda o una estrategia más de intervención, es la llave que puede abrir, a muchas personas con discapacidad, la posibilidad de expresarse, decidir, comprender, elegir, rechazar y compartir lo que es importante para ellas.

Como profesionales, es un desafío poder estar actualizados, conocer los diferentes sistemas que existen y desmontar mitos, que siguen siendo una barrera para la comunicación. Este curso quiere aportar conocimientos actualizado, claro y práctico sobre los SAAC"

Contenidos:

1. Para qué y por qué usar los SAAC
2. Qué son los SAAC
3. Entornos facilitadores de la comunicación
4. Selección del sistema
5. Implementamos y usamos los diferentes SAAC
6. Tecnología para crear apoyos visuales



Entendiendo y abordando conductas que nos preocupan: estrategias de apoyo efectivas

Modalidad:
AULA VIRTUAL



Lugar:
TEAMS

Fechas:
4, 11 y 18 de febrero

Duración:
6 horas

Horarios:
De 17 a 19 h.

Docente:
RAÚL CONDE

Psicólogo. Personas con discapacidad intelectual y/o trastornos del desarrollo, salud mental y Conductas que nos preocupan.



Dirigido a:

Profesionales de apoyo a personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Objetivo:

Proporcionar herramientas y estrategias para comprender y abordar las conductas que nos preocupan en las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo, favoreciendo una intervención respetuosa y efectiva que promueva la autonomía y el bienestar de la persona. El objetivo es lograr un enfoque positivo y centrado en la persona, entendiendo las conductas como una forma de comunicación y buscando soluciones que mejoren su calidad de vida.

Contenidos:

1. Introducción a las conductas que nos preocupan
2. Entendiendo las causas subyacentes de las conductas
3. El enfoque centrado en la persona
4. Estrategias de intervención positiva
5. Prevención de conductas que nos preocupan
6. Trabajo colaborativo y gestión de crisis
7. Evaluación y seguimiento de la intervención



Las prácticas restrictivas: Detección y claves para su reducción

Modalidad:
ON LINE



Lugar:
Plataforma de
Formación tutorizada
de Plena inclusión
España.

Fechas:
Del 16 de febrero al 27
de marzo

Duración:
32 horas

Horario:
Libre

Docente:
ISABEL DEL HOYO

Directora del Centro de
Día Alhucema, y formo
parte del Equipo Técnico
de Autismo Cádiz (Plena
inclusión Andalucía)



Dirigido a:

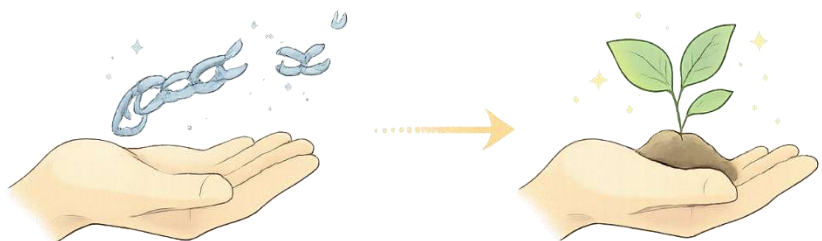
Profesionales que apoyan a personas con conductas que nos preocupan o mayores necesidades de apoyo.

Objetivos:

- Toma de conciencia sobre el impacto de las prácticas restrictivas sobre la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.
- Cambio en la visión asistencialista y creencias en torno a posibilidades de desarrollo personal de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.
- Puesta en práctica de valores que favorezcan el desarrollo de estilos de apoyo respetuosos con el marco de derechos.
- Generar estrategias alternativas a las prácticas restrictivas en el apoyo a personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.
- Dotar de herramientas para la elaboración de un plan de reducción de prácticas restrictivas (individual y/u organizacional)

Contenidos:

1. **Bloque 1.** Marco legislativo, derechos y principios de las prácticas restrictivas.
2. **Bloque 2:** Condiciones necesarias: generando el entorno y trabajando sobre los valores.
3. **Bloque 3:** Herramientas para valoración y análisis.
4. **Bloque 4:** Metodología para la reducción de las restricciones.
5. **Bloque 5:** Acompañando la implementación en las organizaciones y equipos.
6. **Bloque 6:** Planificando un plan de reducción de prácticas restrictivas.



El proceso de envejecimiento y los grandes síndromes geriátricos

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
BURGOS

Fecha:
17 de febrero

Duración:
5 horas

Horario:
De 9:30 a 14:30 h.

Docente:
DIEGO SÁNCHEZ
Enfermero formador
experto en contenidos de
certificados de
profesionalidad sanitarios y
sociosanitarios.



Dirigido a:

Profesionales de atención directa y/o ámbito sanitario que apoyan a personas con discapacidad intelectual en proceso de envejecimiento.

Descripción:

El aumento de la esperanza de vida ha dado lugar a un nuevo perfil de personas con necesidades de cuidados. Para poder suministrar unos cuidados de alta calidad debemos conocer los cambios físicos, psíquicos y sociales que estos experimentan, además de los principales problemas de los que pueden ser protagonistas.

Objetivos:

- Conocer el proceso de envejecimiento en todas las dimensiones de la persona
- Identificar las diferentes modificaciones anatómicas, fisiológicas y sociales durante el envejecimiento
- Estudiar los grandes síndromes geriátricos, así como sus complicaciones y problemas de salud asociados a los mismos
- Detectar situaciones de ancianos frágiles y en riesgo social

Contenidos:

1. Introducción.
2. Concepto y generalidades relacionadas con el envejecimiento.
3. Envejecimiento y discapacidad.
4. Envejecimiento saludable.
5. Cambios fisiológicos relacionados con el envejecimiento: sistema tegumentario, sistema cardiovascular, sistema respiratorio, sistema excretor, sistema locomotor, sistema neurológico.
6. Cambios físicos y sociales relacionados con el envejecimiento.
7. Grandes síndromes geriátricos: alteraciones cognitivas, dolor, caídas, inmovilidad, incontinencia, UPP, insomnio, aislamiento, depresión.



ChatGPT aplicado a organizaciones sociales a través de la IA

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
TEAMS

Fechas:
18, 25 de febrero, 4 y
11 de marzo

Duración:
8 horas

Horarios:
De 9 a 11 h.

Docente:
JOSÉ JAVIER ROMERO
Consultor ONG Excelentes



Dirigido a:

Dirigentes, directores, responsables de área y equipos técnicos.

Objetivos:

- Comprender el potencial de la IA generativa (especialmente ChatGPT) aplicada al ámbito de la gestión de ONG.
- Mejorar la eficiencia organizativa mediante el uso de ChatGPT en la redacción de documentos, informes, proyectos y comunicaciones.
- Desarrollar competencias en prompting consciente, aprendiendo a formular preguntas y órdenes que generen resultados útiles y precisos.
- Como utilizar la IA para el desarrollo de proyectos sociales, desde la lectura de la convocatoria hasta la evaluación del proyecto: uso de la herramienta PROYECT de ChatGPT
- Aplicar ChatGPT a la captación de fondos y comunicación externa, diseñando mensajes atractivos, campañas y materiales divulgativos.
- Optimizar la gestión interna: tareas administrativas, coordinación de equipos, seguimiento de proyectos y apoyo en la toma de decisiones.
- Adoptar buenas prácticas éticas y de seguridad en el uso de IA en organizaciones sociales.

Contenidos:

1. Qué es ChatGPT y cómo puede aplicarse en la gestión de una ONG.
2. Principios básicos de prompting consciente (cómo preguntar para obtener mejores respuestas).
3. Consultas en ChatGPT para la obtención de información: claves de un PROMPT
4. Herramienta PROYECT para la elaboración de proyectos en CHATGPT. Aplicación para el desarrollo completo del proyecto: elaboración, diagnóstico,
5. Como sacar partido con Chat GPT para el trabajo diario: uso de ChatGPT en la elaboración, gestión y supervisión de proyectos, memorias e informes.
6. Como sacar partido con ChatGPT para el marketing y la gestión de redes sociales: redacción de comunicaciones externas: notas de prensa, redes sociales y campañas de captación de fondos.
7. Uso interno: actas, correos, manuales y tareas administrativas.



Acompañando en positivo a personas con grandes necesidades de apoyo

Modalidad:

ONLINE



Lugar:

Plataforma de formación tutorizada de Plena inclusión España

Fechas:

Del 27 de febrero al 26 de marzo

Duración:

24 horas

Horarios:

Libre

Docente:

CRISTINA RONCERO

Psicóloga y experta en apoyo de personas con discapacidad intelectual y grandes necesidades de apoyo



Dirigido a:

Profesionales de atención directa y/o coordinadores de programas que acompañen a personas con grandes necesidades de apoyo.

Objetivos:

- Compartir un espacio de reflexión para el acompañamiento a personas con grandes necesidades de apoyo.
- Ahondar en las bases teóricas de acompañamiento, cómo impactar en la calidad de vida de la mano de las familias y equipos
- Profundizar en herramientas específicas que nos puedan facilitar dicho apoyo, y en las que las personas con grandes necesidades de apoyo sean protagonistas de sus vidas y se puedan acercar más a una vida plena y feliz.

Contenidos:

MÓDULO 1:

- Aproximación al concepto de personas con grandes necesidades de apoyo.
- Entendiendo a la persona, la familia y el equipo
- Bases teóricas de nuestro acompañamiento
- Calidad de vida y dimensiones. Aterrizando con la calidad de vida

MÓDULO 2:

- Planes personales.
- Comunicación

MÓDULO 3:

- Apoyos y acompañamiento en las diferentes etapas vitales, algunas claves
- Envejecimiento en personas con grandes necesidades y el acompañamiento en positivo
- La importancia de la salud centrada en la persona

MÓDULO 4:

- REVISEP (Revisión de vida centrada en Sucesos Específicos Positivos)
- Planificación por adelantado
- Indagación de futuro (ASTOR)
- ¿Qué es el apoyo conductual positivo?



Inteligencia artificial como herramienta para la intervención en personas con DI

Modalidad:
AULA VIRTUAL



Lugar:
TEAMS

Fechas:
5, 10 y 12 de marzo

Duración:
6 horas

Horarios:
De 16:30 a 18:30 h.

Docente:
LUIS MIGUEL GARCÍA
Responsable de Comunicación
y NNTT de PLACEAT Plena
Inclusión España



Dirigido a:

Dirigentes, directores, responsables de área y equipos técnicos.

Descripción:

Este curso está diseñado para brindar a los participantes una comprensión básica de qué es la inteligencia artificial (IA) y cómo puede aplicarse en el ámbito de las entidades sociales. Se busca estimular la reflexión sobre su potencial, facilitar la identificación de casos de uso en las organizaciones y, a través de ejemplos prácticos, inspirar el desarrollo de soluciones innovadoras. Además, se presentarán algunos proyectos de IA desarrollados en organizaciones de Plena Inclusión España para mostrar aplicaciones reales y replicables.

Objetivos:

- **Reflexionar sobre la inteligencia artificial:** Comprender qué es la IA y explorar cómo puede integrarse en el trabajo de las entidades de Plena Inclusión Castilla y León para mejorar procesos y resultados.
- **Identificar oportunidades de aplicación:** Capacitar a los participantes para reconocer problemas o necesidades en sus entidades que podrían beneficiarse del uso de herramientas o soluciones basadas en IA.
- **Fomentar el aprendizaje práctico:** Mostrar ejemplos concretos y proporcionar una base para que las entidades puedan comenzar a desarrollar e implementar aplicaciones de IA adaptadas a su realidad.

Contenidos:

1. Introducción a la inteligencia artificial:

- ¿Qué es la IA y cómo funciona?
- Conceptos básicos y tipos de inteligencia artificial.
- Tendencias actuales en el uso de la IA en el sector social.

2. Identificación de necesidades y oportunidades:

- Ejemplos de problemas comunes en entidades de Plena Inclusión España que pueden resolverse con IA.
- Ejercicios prácticos para detectar casos de uso en las entidades.

3. Aplicaciones prácticas de IA:

- Herramientas para empezar
- Presentación de casos prácticos
- Soluciones personalizadas

4. La punta del iceberg



Cuidados del usuario encamado

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
BURGOS

Fecha:
10 de marzo

Duración:
5 horas

Horario:
De 9:30 a 14:30 h.

Docente:
DIEGO SÁNCHEZ

Enfermero formador experto
en contenidos de certificados
de profesionalidad sanitarios y
sociosanitarios



Dirigido a:

Profesionales de atención directa y/o ámbito sanitario que apoyan a personas con discapacidad intelectual con movilidad limitada o encamadas.

Descripción:

La dependencia relacionada con la movilidad puede aparecer en diferentes grados, limitando la actividad del usuario. Esto se traduce en multitud de cambios fisiológicos que dan lugar a situaciones riesgo que como cuidadores debemos conocer, para saber cómo apoyar mejor a las personas en esta situación y contribuir a mejorar su bienestar físico y su salud.

Objetivos:

- Conocer los diferentes grados de inmovilidad.
- Identificar los diferentes tipos de usuarios con alto riesgo de movilidad.
- Estudiar los diferentes cambios fisiológicos derivados de la inmovilidad.
- Prevenir las diferentes patologías derivadas de falta de movilidad

Contenidos:

1. Etiología de las limitaciones de movilidad
2. Cambios fisiológicos derivadas de la inmovilidad
3. Higiene adaptada a los problemas de movilidad
 - Realización de cama en encamados
 - Higiene en el encamado
 - Higiene de boca
 - Higiene de oídos
 - Higiene de pies
 - Higiene de los genitales
 - Higiene capilar
 - Arreglo de cama e higiene del usuario
 - Manipulación y uso de diferentes elementos absorbentes
 - Concepto de úlcera por presión
4. Prevención de úlceras por presión
5. Principales cuidados de úlceras por presión
6. Tratamientos de úlceras por presión
7. Desarrollo del plan de cuidados del usuario encamado



Cambiando enfoques: prácticas efectivas para la reducción de restricciones en el cuidado de personas con DI

Modalidad:
AULA VIRTUAL



Lugar:
TEAMS

Fechas:
11, 18 y 25 de marzo

Duración:
6 horas

Horario:
De 17 a 19 h.

Docente:
RAÚL CONDE
Psicólogo. Personas con discapacidad intelectual y/o trastornos del desarrollo, salud mental y Conductas que nos preocupan.



Dirigido a:

Profesionales de apoyo a personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Objetivo:

Proporcionar conocimientos sobre prácticas inclusivas y respetuosas que favorezcan el bienestar y el desarrollo de las personas, minimizando intervenciones restrictivas innecesarias.

Contenidos:

1. Introducción a la reducción de restricciones.
2. Tipos de restricciones y su impacto.
3. Enfoques y metodologías para la reducción de restricciones.
4. El papel de la capacitación del equipo profesional.
5. Evaluación de riesgos y toma de decisiones.
6. Promoción de la participación y la inclusión.
7. Buenas prácticas y casos de éxito.



Alimentación saludable en pisos tutelados

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
ZAMORA

Fechas:
12 y 19 de marzo

Duración:
10 horas

Horario:
De 10 a 15 h.

Docente:
SANDRA GÓMEZ
Dietista y nutricionista



Dirigido a:

Profesionales de atención directa y otros interesados que apoyen a personas con discapacidad intelectual en pisos y viviendas tuteladas.

Descripción:

Este curso tiene como objetivo ofrecer a los y las profesionales de atención directa que prestan apoyos a personas con discapacidad intelectual en pisos y viviendas tuteladas los conocimientos y herramientas necesarios para fomentar hábitos de alimentación saludables.

Objetivos:

- Aplicar estrategias de educación alimentaria para transmitir de forma accesible y comprensible los principios de una alimentación saludable, flexible y adaptada a las necesidades de cada persona.
- Facilitar conocimientos y herramientas prácticas que permitan promover e instaurar hábitos alimentarios saludables en las personas usuarias de pisos y viviendas tuteladas.
- Identificar y adaptar la alimentación teniendo en cuenta mitos nutricionales, enfermedades, intolerancias o aversiones, para favorecer una dieta equilibrada y personalizada.
- Diseñar menús semanales saludables y realizar compras conscientes, a partir del conocimiento y análisis del etiquetado nutricional de los productos.

Contenidos:

1. Alimentación saludable y calidad de vida en pisos y viviendas tuteladas.
2. Principios básicos de una dieta equilibrada y adaptada a cada persona.
3. Educación alimentaria accesible y promoción de hábitos saludables.
4. Planificación de menús y compra consciente: lectura del etiquetado nutricional.
5. Identificación y abordaje de conductas alimentarias preocupantes desde un enfoque centrado en la persona.



Cuidados básicos de personas con DI con dificultades respiratorias

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
VALLADOLID

Fecha:
20 de marzo

Duración:
5 horas

Horarios:
De 9:30 a 14:30 h.

Docente:
DIEGO SÁNCHEZ
Enfermero formador
experto en contenidos de
certificados de
profesionalidad sanitarios y
socio-sanitarios



Dirigido a:

Profesionales de atención directa y/o ámbito sanitario que apoyan a personas con discapacidad intelectual con enfermedades respiratorias.

Descripción:

Este curso ofrece una formación práctica sobre la atención y los cuidados básicos de personas con discapacidad intelectual y con dificultades respiratorias, orientada a mejorar la detección de problemas, la intervención adecuada y el uso seguro de los recursos respiratorios.

Objetivos:

- Conocer la anatomía y fisiología respiratoria
- Identificar diferentes patologías relacionadas con la EPOC
- Estudiar los diferentes fármacos y dispositivos destinados al apoyo respiratorio
- Planificar y ejecutar diferentes cuidados relacionados sobre el usuario con problemas respiratorios.

Contenidos:

1. Anatomía y fisiología del apartado respiratorio.
2. Constantes vitales relacionadas con el aparato respiratorio.
3. Valoración de las constantes vitales respiratorias.
4. Patrones respiratorios.
5. Clasificación de las enfermedades respiratorias.
 - Restrictivas.
 - Obstructivas
6. La enfermedad EPOC
 - Bronquitis crónica.
 - Enfisema pulmonar.
 - Asma.
7. Complicaciones asociadas al EPOC
8. Tratamientos asociados al EPOC
9. Infecciones respiratorias
 - Faringitis
 - Sinusitis
 - Bronquitis
 - Bronquiolitis
 - Neumonía
10. Oxígeno terapia
 - Indicación y manejo de diferentes dispositivos respiratorios



Envejecimiento en positivo en personas con discapacidad intelectual

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar: VALLADOLID

Fechas:
8 y 15 de abril

Duración:
9 horas

Horarios:
De 9:30 a 14 h.

Docente:
CRISTINA RONCERO
Psicóloga y experta en
apoyo de personas con
discapacidad intelectual y
grandes necesidades de
apoyo



Dirigido a:

Profesionales de atención directa y técnicos que apoyan a personas con discapacidad en proceso de envejecimiento.

Descripción:

En este curso se pretende facilitar conocimiento sobre el proceso de envejecimiento de personas con discapacidad intelectual, identificando signos y síntomas comunes que nos permitan detectar si una persona se encuentra ya en dicho proceso.

Así mismo, se reflexionará sobre herramientas de medida y adaptaciones necesarias para acompañar a las personas desde la perspectiva positiva y activa del envejecimiento.

Objetivos:

- Reflexionar sobre el proceso de envejecimiento de las personas con discapacidad. Signos y alertas, herramientas para detectar el proceso.
- Profundizar en la adaptación de los servicios para el acompañamiento de la persona que envejece.
- Fomentar las buenas prácticas en las mejoras de programas de atención desde la PPA y el REVISEP apoyando el proceso de envejecimiento desde el RESPETO, la EMPATÍA y la VISIÓN POSITIVA.

Contenidos:

1. Envejecimiento y discapacidad intelectual
2. Signos de alerta.
3. Adaptación de servicios y entornos.
4. REVISEP Y PPA



Cuidados básicos de la persona con DI con epilepsia

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
BURGOS

Fecha:
10 de abril

Duración:
5 horas

Horarios:
De 9:30 a 14:30 h.

Docente:
DIEGO SÁNCHEZ
Enfermero formador
experto en contenidos de
certificados de
profesionalidad sanitarios y
socio-sanitarios.



Dirigido a:

Profesionales de atención directa y/o ámbito sanitario que apoyan a personas con discapacidad intelectual con epilepsia.

Descripción:

Este curso ofrece una formación básica sobre la epilepsia en personas con discapacidad intelectual, abordando su origen, características y principales tipos de crisis. Se trabajan los tratamientos disponibles, tanto farmacológicos como no farmacológicos, y se proporcionan pautas prácticas para la atención, prevención de riesgos y actuación ante urgencias, con el objetivo de garantizar una atención segura, eficaz y centrada en la persona.

Objetivos:

- Conocer la incidencia real de las enfermedades crónicas en la población.
- Estudiar diferentes enfermedades crónicas centrándonos en su fisiología y etiología.
- Planificar y desarrollar diferentes estrategias de cuidados
- Identificar diferentes complicaciones basadas en el desarrollo de las enfermedades crónicas.

Contenidos:

1. Epidemiología de la epilepsia en nuestro país.
2. Epilepsia y discapacidad.
3. Concepto y fisiología de la enfermedad.
4. Etiología de la enfermedad.
5. Tratamientos destinados al control de la epilepsia.
 - Farmacología
 - Cirugía.
 - Estimulación del vago
 - Dieta cetogénica
6. Principales urgencias y emergencias.



Apoyos en los contextos naturales, desinstitucionalización y vida en comunidad

Modalidad:
ON LINE



Lugar:
Plataforma de
formación tutorizada de
Plena inclusión España

Fechas:
Del 13 de abril al 25 de
mayo

Duración:
32 horas

Horario:
Libre

Docente:
BELÉN MARTÍNEZ
Directora de Aula Escalena
y formadora de la Red de
Formadores de Plena
inclusión en asistencia
personal, enfoque centrado
en la persona y en la
comunidad, y desarrollo
comunitario.



Dirigido a:

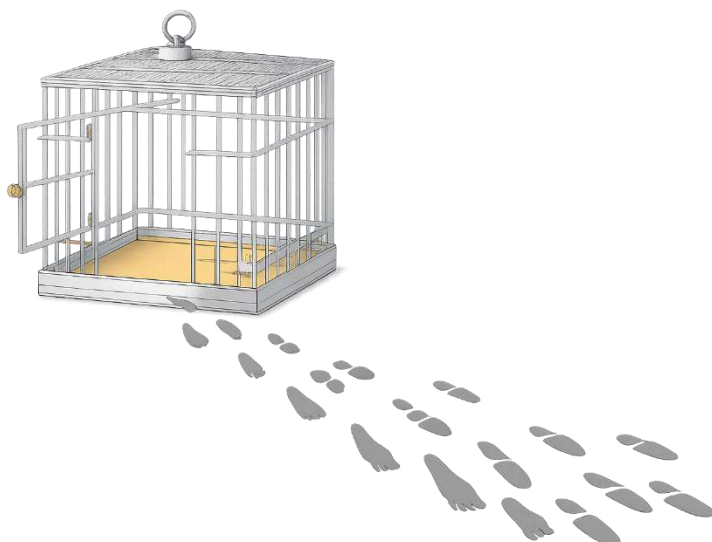
Profesionales de atención directa, coordinadores de programas y servicios, y profesionales que quieran contribuir al desarrollo de servicios centrados en las personas y comunitarios, a través de: iniciar procesos de desinstitucionalización o de prevención de la institucionalización.

Objetivos:

Contribuir al desarrollo de servicios centrados en las personas y comunitarios, a través de dos líneas de trabajo: iniciar procesos de desinstitucionalización o de prevención de la institucionalización.

Contenidos:

1. Historia de la desinstitucionalización.
2. Situación actual en España-
 - Revisión general de la situación actual.
 - Institución: el término a definir por alusiones.
3. Desinstitucionalización, nuestro propósito.
4. El proceso de transformación para la desinstitucionalización: claves para llevarlo a cabo.
 - Proceso de transformación para la desinstitucionalización.
 - Condiciones necesarias:
 - Marco legal para la desinstitucionalización.
 - Sostenibilidad y financiación.
 - Claves sobre cómo llevarlo a cabo:
 - Proceso centrado en la persona.
 - Co-liderazgo de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo y sus familias.
 - Práctica basada en la ética la evidencia.
 - Tejido de alianzas.
 - Espacios de innovación y reflexión.



Salud mental y Bienestar emocional

Modalidad:
ON LINE



Lugar:
Plataforma de
formación tutorizada de
Plena inclusión España

Fechas:
Del 13 de abril al 25 de
mayo

Duración:
32 horas

Horario:
Libre

Docente:
RAÚL CONDE
Psicólogo. Personas con
discapacidad intelectual y/o
trastornos del desarrollo,
salud mental y Conductas
que nos preocupan.



Dirigido a:

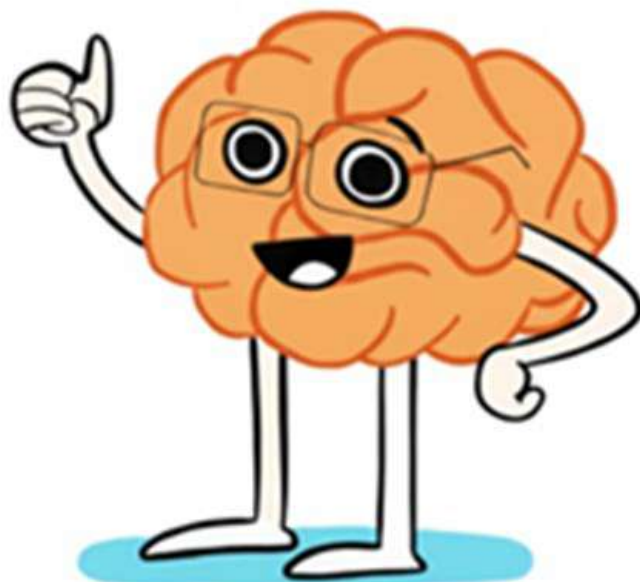
Profesionales de atención directa, cuidadores/as, educadores/as, auxiliares, personal técnico de integración social, preparadores/as laborales...

Objetivo:

Tener una visión global del apoyo a personas con discapacidad intelectual y del desarrollo que tienen problemas de salud mental, a través de un enfoque bio-psico-social y basado en la personalización.

Contenidos:

1. ¿Qué es la salud mental?
2. Relación entre salud mental y discapacidad intelectual y del desarrollo.
3. Detección de trastornos de salud mental en personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.
4. ¿Cómo desarrollar un proceso de evaluación adecuado?
5. Relación entre salud mental y problemas de conducta.
6. Claves en el apoyo a personas con problemas de salud mental y discapacidad intelectual y del desarrollo desde el principio de la personalización.
7. Recursos.



Reduce tu dolor de espalda y mejora tu calidad de vida y sueño: herramientas de autocuidado para la vida laboral y diaria

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
VALLADOLID

Fecha:
17 de abril

Duración:
4 horas

Horario:
De 10 a 14 h.

Docente:
ÁNGEL DE BLAS
Licenciado en Fisioterapia.
Máster en Fisioterapia
Avanzada en el tratamiento
del dolor.



Dirigido a:

Todo tipo de profesionales en general, especialmente aquellos que tienen trabajos sedentarios (oficina), y profesionales con trabajos físicamente demandantes, que requieren posturas repetitivas o carga de peso y necesitan prevenir lesiones.

Descripción:

Este curso ofrece herramientas de autocuidado para reducir el dolor de espalda y mejorar la calidad de vida, tanto en el ámbito personal como laboral.

Parte teórica:

- **Dolor de espalda en oficina.**
 - Paradigma del dolor de espalda en la población general.
 - Tipos de dolor de espalda, cómo reconocerlos y qué medidas adoptar ante cada uno de ellos.
 - Mitos sobre el dolor y las posturas relacionadas con la espalda.
- **Funcionamiento básico del dolor y cómo funciona en la curación del cuerpo.**
 - Generalidades sobre el dolor (qué es, tipos, cómo se procesa y por qué se dispara).
 - Para qué es útil saber cómo funciona.
- **Importancia del sueño y los hábitos de vida, cómo nos pueden ayudar a lidiar con el dolor.**
 - Por qué es tan importante dormir.
 - Riesgos y beneficios.
 - Cómo afecta al sistema del dolor.

Parte práctica:

1. Enseñanza y puesta en práctica de ejercicios para la espalda (implementación de algunos de estos en tu jornada laboral): 1 hora de fuerza combinada con cardio.
2. Planificación y puesta en marcha en el día a día: herramienta para establecer una rutina de ejercicio
3. Calendario de sueño: estrategias para mejorar la calidad del sueño.



Apoyo a la participación: herramientas y estilos para empoderar a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo

Modalidad:
AULA VIRTUAL



Lugar:
TEAMS

Fechas:
20 y 27 de abril

Duración:
4 horas

Horarios:
De 11 a 13 h.

Docente:
JOAQUÍN GARCÍA
Profesional de apoyo de
Inclusión Activa. Plena
inclusión Andalucía



Dirigido a:

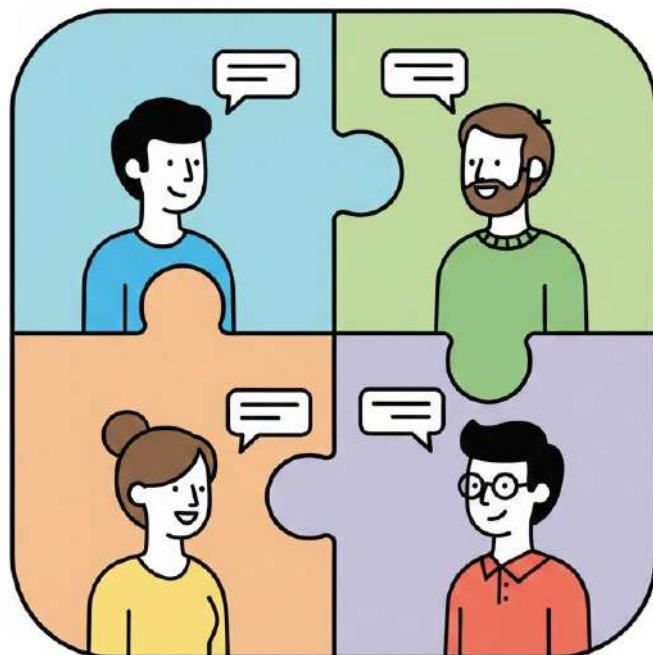
Profesionales de apoyo de personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Objetivos:

Proporcionar a los profesionales de apoyo las herramientas, estrategias y conocimientos necesarios para fomentar la participación activa de las personas con discapacidad en diferentes aspectos de su vida, promoviendo su autonomía y empoderamiento, y trabajar desde las alianzas.

Contenidos:

1. Introducción a la participación de las personas con discapacidad.
2. El rol del profesional de apoyo.
3. Estilos de apoyo.
4. Herramientas para fomentar la participación.



Buenas prácticas y recursos para acompañar el desarrollo afectivo-sexual y socio-relacional de personas con DI intelectual

Modalidad:

MIXTA: Aula virtual y presencial



Fechas:

7, 14 y 21 de mayo

Duración:

10 horas

Lugar:

7 y 14 de mayo:

Teams

21 de mayo:

Valladolid

Horarios:

7 y 14 de mayo: de 11 a 13:30

21 de mayo: De 9 a 14

Docente:

NATALIA RUBIO

Lda. en Psicología.

Presidenta de la

Asociación Sexualidad y discapacidad



Dirigido a:

Profesionales de atención directa y técnicos interesados.

Descripción:

Acción formativa orientada a dotar a los participantes de conocimientos, estrategias y recursos para acompañar el desarrollo afectivo-sexual y socio-relacional de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo desde un enfoque de derechos, inclusión y calidad de vida. La formación aborda la sexualidad a lo largo de todo el ciclo vital, incorporando la diversidad de perfiles y necesidades de apoyo, y ofreciendo pautas prácticas para la intervención profesional, el trabajo con familias y la coordinación con el entorno comunitario.

Objetivos:

- Proporcionar una comprensión integral de la sexualidad de las personas con discapacidad intelectual desde un enfoque inclusivo y basado en derechos.
- Desarrollar habilidades para acompañar procesos de autoconocimiento, autoestima, autonomía, relaciones saludables y consentimiento.
- Ofrecer pautas de actuación ante conductas sexuales inadecuadas o situaciones de riesgo, abuso o violencia.
- Facilitar herramientas para la educación sexual accesible y adaptada a distintos perfiles y contextos.
- Favorecer la implicación de los equipos profesionales y la coordinación con familias y otros agentes del entorno.

Contenidos:

MÓDULO 1: En el plural de las sexualidades.

MÓDULO 2: Incorporando la sexualidad en los proyectos y planes de vida.

MÓDULO 3: Educación sexual integral, inclusiva, diversa e igualitaria.

MÓDULO 4: Ante las conductas inadecuadas. Pautas de actuación.

MÓDULO 5: La responsabilidad de la educación sexual. El papel de los agentes implicados. Educación sexual e Intervención con familias, familiares, y otros agentes sociales.

MÓDULO 6: Recursos educativos inclusivos, accesibles e igualitarios.



Taller de gestión del estrés y la ansiedad

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
VALLADOLID

Fechas:
18 y 25 de mayo

Duración:
10 horas

Horario:
De 9 a 14 h.

Docente:
ALBERTO VALVERDE
Experto en inteligencia
emocional y neurociencia



Dirigido a:

Profesionales de todos los perfiles

Descripción:

El estrés y la ansiedad forman parte del día a día de los profesionales que trabajan en contextos de atención y apoyo a personas, pudiendo afectar tanto al bienestar personal como al desempeño profesional. Este taller ofrece un espacio formativo y práctico para comprender qué es el estrés y la ansiedad, cómo se manifiestan en el cuerpo y la mente, y qué efectos tiene la exposición prolongada a estas situaciones. A través de contenidos teóricos y herramientas aplicadas, se facilitarán estrategias de autorregulación emocional y manejo del estrés que permitan mejorar el bienestar personal, prevenir el desgaste profesional y favorecer una práctica laboral más saludable.

Objetivos:

- Conocer los diferentes tipos de estrés y ansiedad y sus principales características.
- Identificar las señales y síntomas físicos y emocionales asociados al estrés y la ansiedad en uno mismo.
- Comprender qué ocurre en el cerebro y en el organismo ante situaciones de estrés prolongado.
- Desarrollar habilidades de autorregulación emocional aplicables al ámbito personal y profesional.
- Aprender y practicar herramientas útiles para la reducción del estrés y el manejo de la ansiedad en la vida diaria y en el entorno laboral.

Contenidos:

1. Tipos de estrés y ansiedad.
2. Identificación de síntomas previos en tu cuerpo.
3. Autorregulación emocional.
4. ¿Qué ocurre en nuestro cerebro cuando se expone a un estrés prolongado?
5. Herramientas aplicadas a la reducción de estrés y manejo de la ansiedad.



La ansiedad y salud mental en personas con TEA con necesidades de apoyo significativas

Modalidad:
AULA VIRTUAL



Lugar:
TEAMS

Fechas:
22, 29 de abril
6 de mayo

Duración:
8 horas

Horarios:
22 y 29 de abril:
de 10:30 a 13:00
6 de mayo:
de 10:30 a 13:30 h.

Docente:
REBECA SEVILLA

Psicóloga especializada en salud mental de personas con TEA. IGAIN (Instituto Global de Atención Integral del Neurodesarrollo)



Dirigido a:

Profesionales de equipos técnicos y profesionales de atención directa.

Descripción:

La ansiedad es uno de los aspectos referidos como más impactantes en el día a día de las personas en el espectro del autismo, siendo además uno de los factores que incide en el bienestar emocional y la salud mental de todas las personas.

En este curso podremos ver cuáles pueden ser los detonantes de esta ansiedad, así como recursos y estrategias para facilitar su prevención. Veremos también de qué manera estos detonantes y ansiedad generada puede impactar en la salud de las personas, tanto en la salud física como en la salud mental, considerando su estrecha relación.

En el caso de las personas con necesidades de apoyo significativas veremos cómo sus comportamientos y expresiones nos orientarán sobre la necesidad de pararnos, analizar e ir más allá en nuestras interpretaciones, contemplando diferentes aspectos que pueden estar condicionando su bienestar.

Contenidos:

1. Introducción a la ansiedad y la salud mental.
2. Factores de riesgo o posibles causas de ansiedad.
3. La evaluación.
4. Acompañamiento y apoyo.



Proporcionando buenos apoyos: Apoyo conductual positivo

Modalidad:
AULA VIRTUAL



Lugar:
TEAMS

Fechas:
26 de mayo y 2 de junio

Duración:
4 horas

Horarios:
De 11 a 13 h.

Docente:
RUBÉN PARRILLO
Psicólogo. Director del
Centro Ocupacional de
Inclusión Activa. Plena
inclusión Andalucía



Dirigido a:

Profesionales de atención directa

Descripción:

Acercar a los profesionales de atención directa en el uso de estrategias de Apoyo Conductual Positivo (ACP) para fomentar conductas adaptativas y mejorar la calidad de vida de las personas a su cuidado, mediante la implementación de intervenciones personalizadas, el manejo de conductas desafiantes y el refuerzo de habilidades en un entorno respetuoso y de apoyo.

Contenidos:

1. Identificación y evaluación de necesidades conductuales.
2. Estrategias y técnicas de intervención.
3. Manejo de conductas desafiantes.



Estrategias de autocuidado y gestión del estrés: Claves para el bienestar profesional

Modalidad:
AULA VIRTUAL



Lugar:
TEAMS

Fechas:
28 de mayo y 4 de junio

Duración:
4 horas

Horarios:
De 11 a 13 h.

Docente:
RUBÉN PARRILLO
Psicólogo. Director del
Centro Ocupacional de
Inclusión Activa. Plena
inclusión Andalucía



Dirigido a:

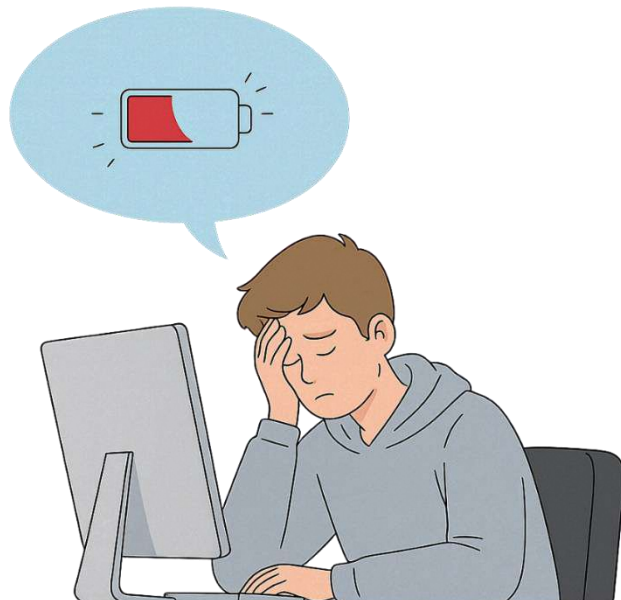
Profesionales de atención directa.

Objetivos:

Facilitar a los profesionales de atención directa de herramientas y estrategias prácticas para la gestión del estrés y el autocuidado, promoviendo su bienestar físico, emocional y mental, con el fin de prevenir el agotamiento y mejorar su calidad de vida laboral.

Contenidos:

1. Introducción al autocuidado y la gestión del estrés.
2. Identificación de factores de estrés.
3. Técnicas de autocuidado.
4. Estrategias de manejo del estrés.
5. Manejo de la ansiedad y la sobrecarga emocional.
6. Trabajo en equipo y apoyo mutuo.



Acompañar y apoyar en el proceso del duelo a personas con DI

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
SALAMANCA

Fechas:
Por determinar

Duración:
10/12 horas

Horarios:
Por determinar.

Docente:
M^a JESÚS VACA
Psicóloga, gerontóloga.
Máster en psicología de la vejez.



Dirigido a:

Profesionales de atención directa y técnicos interesados.

Descripción:

Cuando muere un ser querido, en ocasiones, ni los padres, ni hermanos, ni otros familiares o amigos sabemos por lo general qué decir o hacer para que las personas con discapacidad intelectual comprendan lo que ha ocurrido.

En este curso se aportan conocimientos sobre cómo ayudar en estos momentos, sobre qué decir y que no. También haremos un pequeño encuentro teórico para desarrollar ideas básicas sobre la muerte y el duelo, pero también habrá tiempo para escuchar vuestros testimonios y reflexiones sobre este tema, para facilitar el desahogo de emociones y poder sentirnos más aliviados.

Objetivos:

- Reflexionar sobre el proceso de duelo en las personas con discapacidad intelectual
- Definir el concepto de duelo y los diferentes tipos de duelo
- Exponer las diferentes reacciones asociadas al duelo.
- Explicar el proceso de duelo en personas con discapacidad intelectual, sus fases y etapas.
- Conocer las características del duelo en personas con discapacidad intelectual.
- Desarrollar estrategias para acompañar a los dolientes.

Contenidos:

1. Definición del Duelo y las reacciones emocionales
2. Tipos de duelo
3. Fases y etapas del duelo
4. El duelo en las personas con Discapacidad Intelectual.



Apoyo e intervención en autismo

Modalidad:

**MIXTA: PRESENCIAL Y
AULA VIRTUAL**



Lugar:

LEÓN

Fechas:

Por determinar

Duración:

Por determinar

Horarios:

Por determinar

Docente:

MÓNICA SANTOS

Licenciatura en
psicopedagogía

Máster en trastornos del
desarrollo y atención
temprana.

Directora Técnica Vida
Adulta de Autismo BATA.
Plena inclusión Galicia



Dirigido a:

Profesionales de atención directa y técnicos interesados que apoyen a personas con TEA.

Descripción:

Las características, perfiles y necesidades diversas de las personas que se encuentran en el espectro del autismo, requieren de un conocimiento profundo y abordaje específico.

Esta formación pretende proporcionar herramientas para intervenir en diferentes situaciones con personas con TEA e invitar a la reflexión rigurosa de las prácticas en el apoyo a personas que están en espectro autista.

Objetivos:

1. Conocer las características, necesidades de apoyo y fortalezas de las personas con autismo desmontando mitos.
2. Identificar diferentes orientaciones, estrategias y pautas de intervención comprendiendo los principios en que se basan, y el porqué de su uso.
3. Analizar casos prácticos y diferentes ejemplos, para aplicar las herramientas de intervención adecuadas a cada caso.
4. Reflexionar acerca de las orientaciones, estrategias y pautas de intervención, comprendiendo los principios en que se basan desde una visión rigurosa y ética de los apoyos.



 **Plena
inclusión**
Castilla y León

Plena inclusión Castilla y León
Pº Hospital Militar, 40 local 34
47006 Valladolid
Tlfno. 983 320 116
www.plenainclusioncyl.org

Financiado por:

