

Catálogo de talleres para una ciudadanía plena

Metodología y materiales adaptados al servicio de las personas



INTRODUCCIÓN

Os presentamos este documento que nace con una vocación clara: poner a disposición de los y las profesionales de las entidades **un conjunto organizado de talleres, materiales y propuestas formativas** desarrolladas por las diferentes redes de profesionales de Plena inclusión Castilla y León a lo largo de los últimos años. Se trata de un recurso práctico, pensado para facilitar el acceso a contenidos ya elaborados y probados, y para apoyar a los equipos en la planificación de acciones formativas adaptadas a las necesidades de las personas a las que acompañan.

En estas páginas se recogen propuestas que abordan cuestiones clave para la vida de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo, como el ejercicio de los **derechos, la promoción de la salud, la gestión de la economía personal, el uso seguro y responsable de las nuevas tecnologías, y la prevención y denuncia de situaciones de discriminación o vulneración de derechos**, entre otros. Todos estos materiales parten de un enfoque centrado en la persona y en el respeto a su dignidad, autonomía y participación en la comunidad.

El objetivo es que este documento sirva como guía y punto de apoyo para que cada entidad pueda solicitar, adaptar o desarrollar estas formaciones cuando lo considere oportuno, integrándolas en sus propios planes de trabajo. De este modo, se favorece que el conocimiento generado y la experiencia acumulada se compartan, se reutilicen y lleguen a un mayor número de profesionales y, en última instancia, a más personas y familias.

Esperamos que esta recopilación resulte útil, inspire nuevas iniciativas y contribuya a seguir fortaleciendo la labor de acompañamiento, defensa de derechos y mejora de la calidad de vida que se realiza cada día en las entidades de Plena inclusión Castilla y León.

ÍNDICE

1 Introducción

2 No te líes, no la líes **Justicia**

3 Denuncia y delitos de odio **Justicia**

4 Proyecto de vida **Ciudadanía**

5 Comunidad **Ciudadanía**

6 Vida independiente **Ciudadanía**

7 Toma de decisiones **Ciudadanía**

8 Sexualidad **Igualdad**

9 Igualdad de género **Igualdad**

10 Economía inclusiva **Economía**

11 Derechos como consumidores y usuarios **Economía**

12 Digitalízate **Tecnología**

13 Ciberseguridad **Tecnología**

NO TE LÍES, NO LA LÍES

Este taller introduce de forma práctica el sistema de justicia y la prevención de conductas delictivas. Además, busca reforzar habilidades sociales y emocionales para identificar riesgos y fomentar comportamientos responsables.



OBJETIVOS

- Acercar la Justicia y los delitos a las personas con discapacidad intelectual.
- Entrenar en habilidades sociales y emocionales que permitan identificar y prevenir conductas delictivas.
- Fomentar valores positivos y comportamientos saludables.

NÚMERO DE SESIONES

8 sesiones de una duración aproximada de hora y media.

METODOLOGÍA

Sesiones con una parte de desarrollo teórico adaptado a personas con discapacidad intelectual y actividades para fijar aprendizajes.

MATERIALES

- Desarrollo teórico.
- Presentaciones en power point.
- Dinámicas y actividades.

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Apoyo en el desarrollo de la primera sesión y el seguimiento de las demás.
- Materiales para el aula
- Formación de formadores si se considera necesario.

DENUNCIA Y DELITOS DE ODIO

Este curso explica qué es la discriminación y los delitos de odio, y cómo actuar ante ellos. Ofrece información clara sobre el funcionamiento de la justicia y el proceso de denuncia.



OBJETIVOS

- Fomentar que las personas con discapacidad intelectual reconozcan qué formas de discriminación existen, con especial incidencia en los delitos de odio.
- Conocer cómo funciona la Justicia.
- Saber cómo denunciar.

NÚMERO DE SESIONES

Entre 2 y 3 sesiones de dos horas de duración.

METODOLOGÍA

- Una o dos sesiones teóricas.
- Posibilidad de visita a Comandancia de Guardia Civil o Comisaría de Policía para conocer dependencias y el procedimiento de denuncia.

MATERIALES

- Presentación de power point.
- Vídeos.
- Guía "Qué es un delito y como se denuncia en lectura fácil"
- Infografía de "Cómo poner una denuncia"

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Presentaciones de las sesiones del taller.
- Desarrollo del contenido que se solicite.
- Coordinación de la visita a Cuerpos y Fuerzas de Seguridad.

COMUNIDAD

Este curso fomenta el conocimiento de la comunidad y la participación ciudadana activa. Refuerza el sentido de pertenencia y el ejercicio de derechos y responsabilidades.



OBJETIVOS

- Dar a conocer a las personas con discapacidad intelectual sus derechos y obligaciones, la participación activa, el activismo social y el sentido de pertenencia.
- Presentar materiales para explorar la comunidad.

NÚMERO DE SESIONES

3 o 4 sesiones de 2 horas de duración.

METODOLOGÍA

Sesiones con una parte de desarrollo teórico adaptado a personas con discapacidad intelectual, actividades y audiovisuales para fijar aprendizajes.

Se aconseja impartirlos en colaboración con las Escuelas de Participación Ciudadana de las localidades (si las hubiera) o espacios de participación ciudadana.

MATERIALES

- Power point Comunidad
- Materiales del Proyecto Construye Comunidad

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Apoyo en el desarrollo de la primera sesión y el seguimiento de las demás.
- Materiales para el aula.
- Contacto con agentes externos y/o en comunidad para desarrollo de una sesión.

PROYECTO DE VIDA

Esta formación acompaña a las personas en la reflexión y desarrollo de su proyecto de vida. Fomenta la toma de decisiones y el protagonismo personal con los apoyos necesarios.



OBJETIVOS

- Seguir aprendiendo, avanzando y reflexionando juntos para poder desarrollar mejor nuestros proyectos de vida y ser los protagonistas reales de los mismos.
- Tener información de los procesos y cambio de papeles de todos los agentes de las entidades es prioritario para que las personas con discapacidad asuman el protagonismo de sus proyectos de vida.

NÚMERO DE SESIONES

3 o 4 sesiones de 2 horas de duración.

METODOLOGÍA

Sesiones con una parte de desarrollo teórico adaptado a personas con discapacidad intelectual, actividades y audiovisuales para fijar aprendizajes. Sería muy deseable impartirlos acercándonos a instituciones de Igualdad de la Administración u otras organizaciones el Tercer Sector.

MATERIALES

- Presentaciones "Protagonista de mi proyecto de vida"
- Materiales teóricos y actividades

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Apoyo en el desarrollo de la primera sesión y el seguimiento de las demás.
- Materiales para el aula

VIDA

INDEPENDIENTE

Este curso reflexiona sobre la vida independiente como el derecho a decidir sobre la propia vida. Potencia la autodeterminación, la autonomía y la búsqueda de apoyos adecuados.



OBJETIVOS

- Sensibilizar a las personas con discapacidad intelectual de la importancia de la autodeterminación, la autonomía y la accesibilidad, para alcanzar la vida independiente.
- Entendiendo el concepto de vida independiente, no como “yo vivo solo” si no como “yo tomo decisiones en mi vida” y busco los apoyos necesarios para conseguir mis metas.

NÚMERO DE SESIONES

3 o 4 sesiones de 2 horas de duración.

METODOLOGÍA

Sesiones con una parte de desarrollo teórico adaptado a personas con discapacidad intelectual, actividades y audiovisuales para fijar aprendizajes.

MATERIALES

- Materiales teóricos y actividades.
- Materiales audiovisuales “Hablamos de vida independiente”.

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Materiales para el aula
- Apoyo en el desarrollo de la primera sesión y el seguimiento de las demás.
- Contacto con agentes externos y/o en comunidad para desarrollo de una sesión.

TOMA DE DECISIONES

Este taller refuerza el derecho y la capacidad de tomar decisiones propias. Ayuda a aprender a elegir, asumir responsabilidades y mejorar la calidad de vida.



OBJETIVOS

- Fomentar el debate y la reflexión en torno a la toma de decisiones.
- Contribuir a aprender a elegir y tomar responsabilidades.

NÚMERO DE SESIONES

2 sesiones de 2 horas de duración

METODOLOGÍA

Sesiones con una parte de desarrollo teórico adaptado a PCDI, actividades y audiovisuales para fijar aprendizajes

MATERIALES

- Materiales teóricos y actividades.
- Presentaciones del taller.

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Apoyo en el desarrollo de la primera sesión y el seguimiento de las demás.
- Materiales para el aula

SEXUALIDAD

Este taller promueve una educación sexual sana, responsable y adaptada. Trabaja el autocuidado, el respeto y el bienestar emocional.



OBJETIVOS

- Formación para el desarrollo de una salud sexual sana, plena y responsable.

NÚMERO DE SESIONES

3 o 4 sesiones de 2 horas de duración.

METODOLOGÍA

Sesiones con una parte de desarrollo teórico adaptado a PCDI, actividades y audiovisuales para fijar aprendizajes

MATERIALES

- Materiales teóricos y actividades
- Materiales audiovisuales

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Facilitamos los materiales.
- Apoyamos en el desarrollo de la primera sesión y el seguimiento de las demás.
- Fomentar que al menos una de las sesiones se desarrolle con agentes externos y/o en comunidad.

IGUALDAD DE GÉNERO

Este taller aborda la igualdad entre mujeres y hombres desde una perspectiva accesible. Analiza roles de género y promueve la reflexión a partir de experiencias reales de mujeres con discapacidad intelectual.



OBJETIVOS

- Analizar las diferencias entre sexo y género, los roles de género, y los mensajes del día a día que contribuyen a fomentar esa desigualdad entre mujeres y hombre.
- Dar a conocer el equipo de promotoras, que son mujeres con discapacidad intelectual activistas por la igualdad). Ellas son las protagonistas que nos contarán en qué ha consistido este programa y qué implica ser promotoras de igualdad.

NÚMERO DE SESIONES

3 o 4 sesiones de 2 horas de duración.

METODOLOGÍA

Sesiones con una parte de desarrollo teórico adaptado a PCDI, actividades y audiovisuales para fijar aprendizajes. Sería muy deseable impartirlos acercándonos a instituciones de Igualdad de la Administración u otras organizaciones del Tercer Sector.

MATERIALES

- Posicionamiento de Género Plena inclusión
- Cuento Lila Cambio Gómez

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Materiales para el aula
- Apoyo en el desarrollo de la primera sesión y el seguimiento de las demás.
- Contacto con agentes externos y/o en comunidad para desarrollo de una sesión.

ECONOMÍA INCLUSIVA

Este curso acerca la economía a las personas con discapacidad intelectual de forma clara y accesible, ayudándoles a comprender cómo funciona y cómo influye en su vida diaria.



OBJETIVOS

- Capacitar a las personas con discapacidad intelectual para que tengan conceptos básicos de economía y ampliar conocimientos sobre el mundo que les rodea y cómo les afecta desde el punto de vista económico.
- Facilitar el acceso a la formación académica a personas con discapacidad intelectual.
- Promover habilidades para analizar y tomar decisiones en contextos económicos cotidianos.

NÚMERO DE SESIONES

11 temas que pueden desarrollarse de manera independiente con carácter monográfico.

Un desarrollo ideal de los materiales necesitaría de un año lectivo durante 2 días a la semana.

METODOLOGÍA

Todas las sesiones tienen una parte de desarrollo teórico, elaborado en lectura fácil, actividades y evaluación para fijar contenidos.

MATERIALES

[Manual de Economía inclusiva en lectura fácil](#)

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Manual detallado con teoría y ejercicios prácticos por cada bloque.
- Contacto con universidades de la comunidad.

DERECHOS COMO CONSUMIDORES Y USUARIOS

Este taller promueve el conocimiento de los derechos como consumidores y usuarios, especialmente en situaciones de mayor vulnerabilidad.



OBJETIVOS

- Garantizar la defensa de los consumidores y usuarios protegiendo la seguridad, salud y los intereses económicos de las personas.
- Promover la información y la educación de los consumidores y usuarios en las cuestiones que les afectan, teniendo en cuenta la especial vulnerabilidad de las personas con discapacidad.

NÚMERO DE SESIONES

Entre 4 y 7 sesiones de 2 horas de duración.

METODOLOGÍA

Análisis de los derechos que tenemos como consumidores y usuarios desde una perspectiva teórica, con actividades para fijar el aprendizaje y posible participación de agentes externos (Cuerpos y Fuerzas de Seguridad del Estado, Asociaciones de consumidores y usuarios...).

MATERIALES

- Presentación de power point.
- Material teórico.
- Actividades de apoyo al aprendizaje.
- Guía para seguir las sesiones.

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Materiales teóricos y actividades.
- Formación de formadores (si se considera necesario),
- Contacto con agentes externos.

DIGITALÍZATE

formación dirigida a reducir la brecha digital y a favorecer la autonomía, la participación social y el uso seguro y práctico de la tecnología en la vida diaria.



OBJETIVOS

- Reducir la brecha digital enseñando competencias digitales básicas a personas con discapacidad intelectual y dificultades de comprensión lectora.
- Facilitar el uso de tecnologías cotidianas (dispositivos, internet, comunicación online) de forma accesible y comprensible.
- Preparar al alumnado para certificaciones accesibles, como el examen de competencias digitales adaptado (Tucerticyl en lectura fácil).
- Empoderar para la inclusión social y laboral, facilitando habilidades digitales que favorezcan la autonomía, la participación y oportunidades laborales.

NÚMERO DE SESIONES

12 temas que pueden desarrollarse de manera independiente con carácter monográfico.

Un desarrollo ideal de los materiales necesitaría de un año lectivo durante 2 días a la semana.

METODOLOGÍA

Sesiones presenciales con materiales adaptados a lectura fácil y actividades y audiovisuales para fijar aprendizajes.

MATERIALES

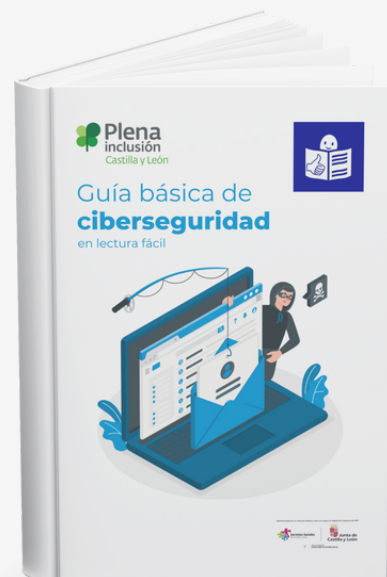
- Manual en lectura fácil sobre competencias digitales "[Digitalízate](#)"
- [Presentaciones](#) con actividades incorporadas para impartir en el aula.

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Asesoría para su puesta en marcha.

CIBERSEGURIDAD

Formación destinada a aprender medidas básicas de ciberseguridad para proteger los dispositivos, la información y la privacidad al navegar y usar tecnología.



OBJETIVOS

- Conocer los riesgos digitales: identificar amenazas como fraudes, virus o engaños en internet.
- Aprender medidas de protección: manejar contraseñas seguras, privacidad en redes y seguridad en dispositivos.
- Desarrollar hábitos seguros online: navegar y usar tecnología de forma responsable y autónoma.
- Aumentar la autonomía digital: que las personas con discapacidad intelectual puedan tomar decisiones seguras al usar internet.
- Sensibilizar sobre la ciberseguridad: fomentar la prevención y la conciencia sobre los posibles peligros digitales.

NÚMERO DE SESIONES

8 temas que pueden desarrollarse de manera independiente con carácter monográfico.

Un desarrollo ideal de los materiales necesitaría de un año lectivo durante 1 día a la semana.

METODOLOGÍA

Sesiones presenciales con materiales adaptados a lectura fácil y actividades y audiovisuales para fijar aprendizajes.

MATERIALES

- Guía básica de ciberseguridad en lectura fácil
- Presentaciones con actividades incorporadas para impartir en el aula.

¿CÓMO APOYA LA FEDERACIÓN?

- Asesoría para su puesta en marcha.



Catálogo de talleres para una ciudadanía plena

Metodología y materiales adaptados
al servicio de las personas



Plena inclusión Castilla y León

Pº Hospital Militar, 40 local 34

47006 Valladolid

Tlfno. 983 320 116

www.plenainclusioncyl.org



Subvencionado por la Junta de Castilla y León con cargo a la asignación tributaria del IRPF



POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL