

PLAN DE FORMACIÓN 2026





INDICE

Presentación 3

Modalidades y tipos 4

Cursos Federativos 6

Cursos a la carta 15

Cursos de autoformación 28





PLAN

DE

FORMACIÓN

El Plan de Formación del **segundo semestre de 2026** continúa acompañando a las entidades y profesionales en la mejora y transformación de los apoyos, dando respuesta tanto a necesidades compartidas por el movimiento asociativo como a demandas específicas de las entidades.

Este semestre, además, la formación se vincula **al nuevo Plan Estratégico 2026-2029, “Desde cada rincón”**, contribuyendo especialmente al fortalecimiento de las organizaciones y sus equipos, la consolidación de apoyos personalizados y basados en derechos y la incorporación de la innovación y la tecnología.

La programación presta especial atención al bienestar y desarrollo de los equipos, la salud mental y el bienestar emocional, el envejecimiento, la actualización de las competencias de quienes prestan apoyos y la mejora de las prácticas desde la ética, la participación y la atención centrada en la persona. Junto a ello, se incorporan contenidos relacionados con la inteligencia artificial aplicada a la gestión, la salud y seguridad, la reducción de restricciones y el apoyo conductual positivo.

El Plan mantiene la combinación de **cursos federativos y formación a la carta**, favoreciendo una respuesta flexible y cercana a las necesidades de las entidades y los territorios. Con este planteamiento, la formación se consolida como una herramienta para compartir conocimiento, mejorar los apoyos y avanzar hacia organizaciones más preparadas e innovadoras.

EL EQUIPO DE FORMACIÓN Y GESTIÓN DEL CONOCIMIENTO

PLAN DE FORMACIÓN 2º SEMESTRE DE 2026

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.



15 de septiembre de 2026

A LA CARTA

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



Inscripciones limitadas a los profesionales de la entidad



Plazo cerrado

AUTOFORMACIÓN

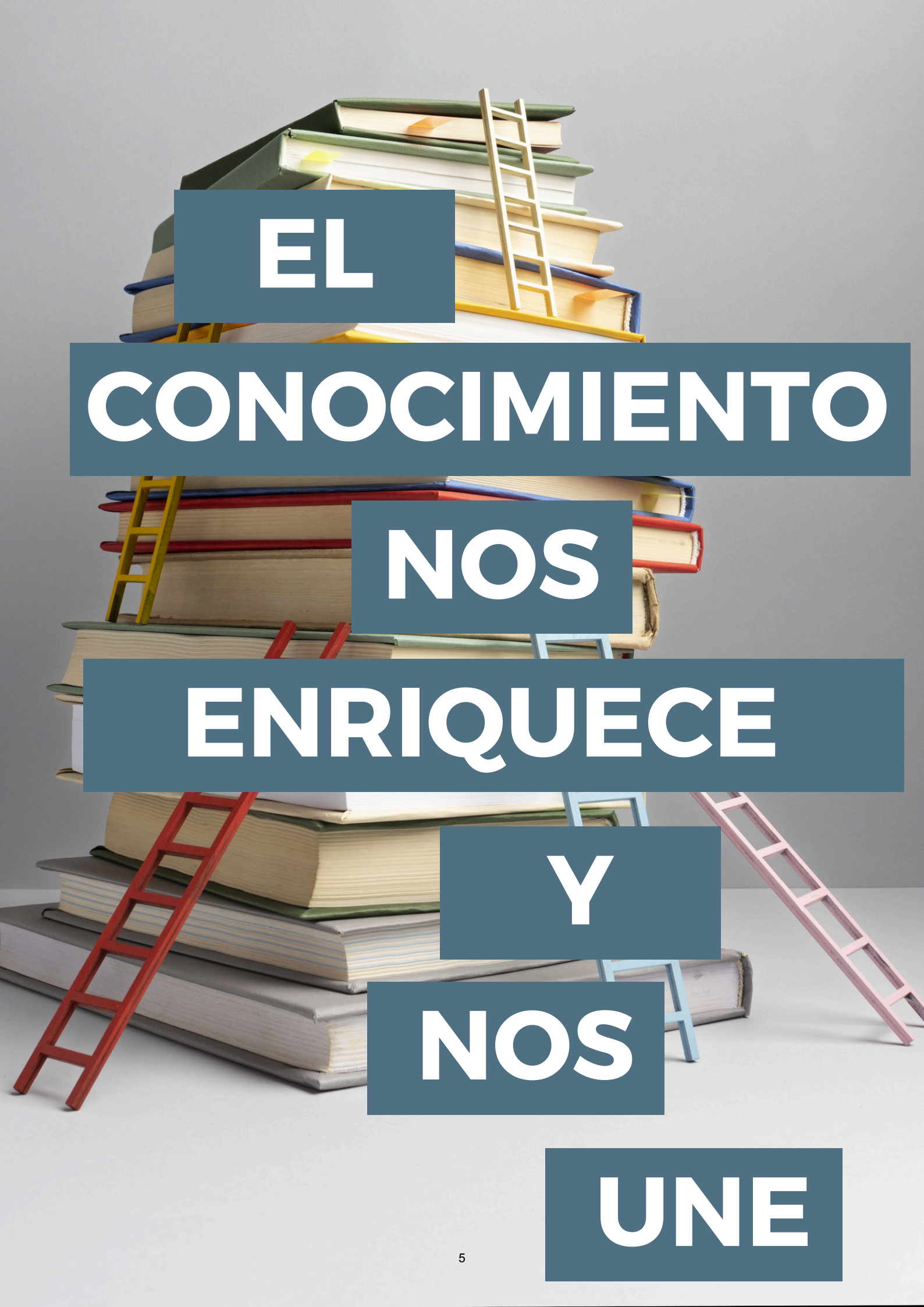
Cursos online sin tutor. Se desarrollan en la Plataforma de formación de Plena inclusión:
<http://formacionabiartplenainclusion.org/>



Inscripción directa del alumno en la plataforma



Plazo abierto permanente

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

EL

CONOCIMIENTO

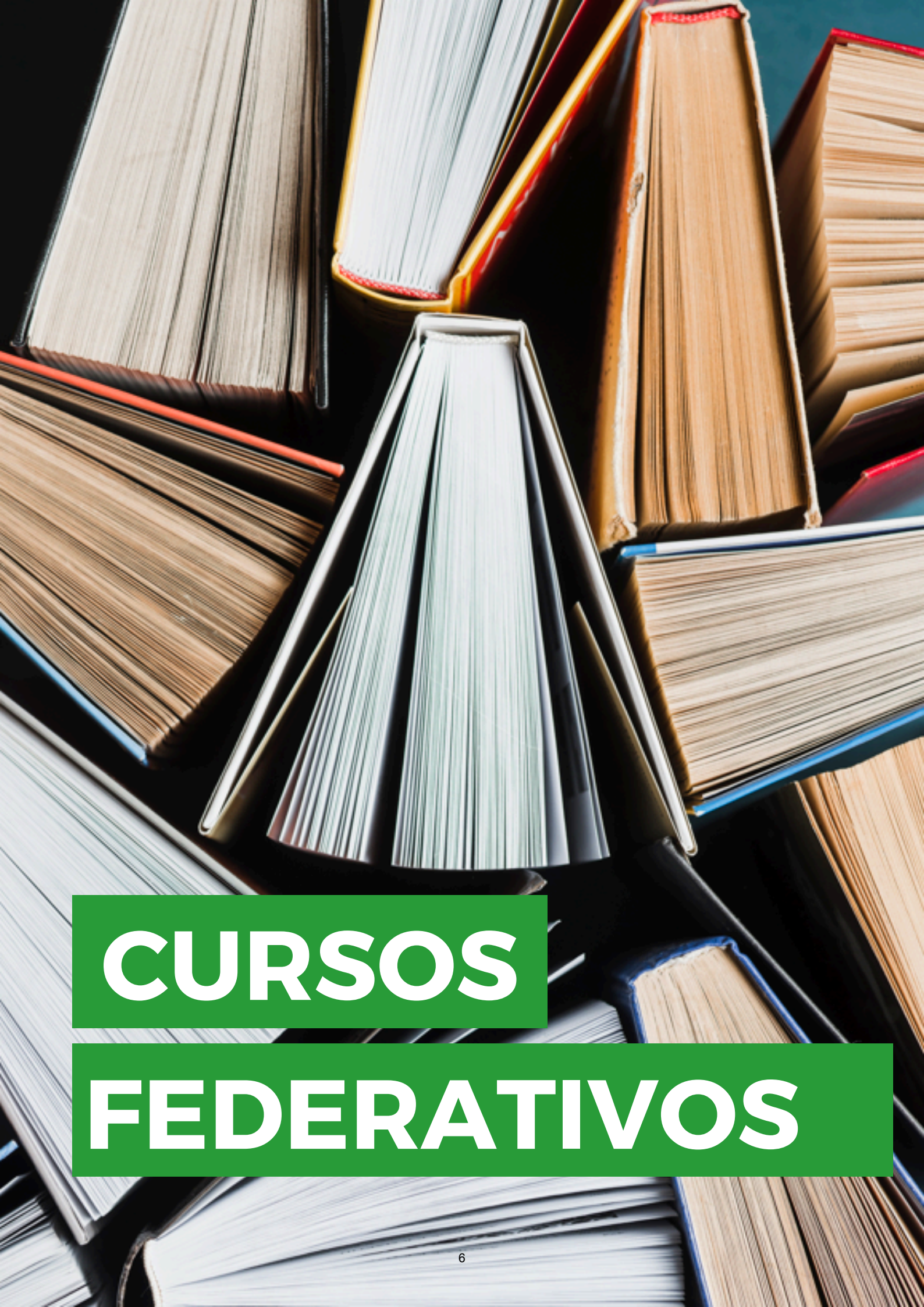
NOS

ENRIQUECE

Y

NOS

UNE



CURSOS

FEDERATIVOS

CURSOS FEDERATIVOS

Nº	TÍTULO	TIPO	DOCENTE	FECHAS	HORAS	DESTINATARIOS/AS	
21BIS	La ansiedad y salud mental en personas con TEA: Casos prácticos	Aula Virtual	Rebeca Sevilla	26 de octubre	3	Profesionales que participaron en el curso 21 del 1er semestre	+ INFO
26	Organizaciones saludables: espacios de apoyo y comunicación no violenta	Aula Virtual	J. Javier Romero	1, 8, 15 y 22 de octubre	8	Profesionales con responsabilidades de dirección, coordinación, gestión o acompañamiento de equipos	+ INFO
27	Prevención de la conducta suicida	Presencial: Valladolid	Ana Moreno	7 de octubre	3,5	Profesionales de AD y personal técnico que prestan apoyo a personas con DI o del desarrollo	+ INFO
28	Gerontogimnasia para personas con DI y deterioro cognitivo	Presencial: Valladolid	Clara Díez	30 de octubre	5	Profesionales de AD que apoyan a usuarios en proceso de envejecimiento	+ INFO
29	ChatGPT Work: IA agéntica aplicada a la gestión económica, contable y administrativa	Presencial: Valladolid	Eduardo Elúa	14 de octubre	4,5	Profesionales que desarrollan funciones de administración, gestión económica o contabilidad.	+ INFO
30	Cultivar la confianza en los equipos: de la seguridad psicológica al trabajo colaborativo	Presencial: Valladolid	Marta Trejo	5 de noviembre	7,5	Profesionales con responsabilidades de dirección, coordinación, gestión o acompañamiento de equipos	+ INFO
31	KIT Básico para personas de apoyo a personas con DI o del desarrollo	Aula Virtual	Almudena Calero	8, 15 y 22 de octubre	6	Profesionales de nueva incorporación y/o profesionales que quieran actualizar su manera de acompañar	+ INFO

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

Casos prácticos

Modalidad:
AULA VIRTUAL



Lugar: TEAMS

Fecha: 26 de OCTUBRE

Duración: 3 horas

Horario: de 09:30 a 12:30 h.

Docente:
REBECA SEVILLA

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



Dirigido a:

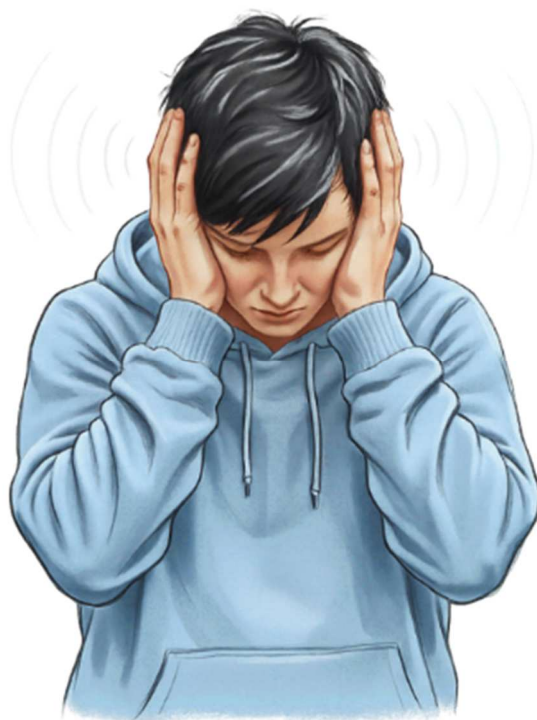
Profesionales que participaron en el curso 21 del primer semestre.

Descripción:

Este taller se plantea como continuación del curso 21 y tiene como objetivo analizar y trabajar casos prácticos aportados por las personas participantes. La realización de esta nueva sesión durante el segundo semestre fue acordada por el propio grupo junto con la formadora, Rebeca Sevilla.

Contenidos:

Abordaje y análisis de casos prácticos relacionados con la ansiedad y la salud mental de personas con TEA.



Organizaciones saludables: espacios de apoyo y comunicación no violenta

Modalidad:
AULA VIRTUAL



Lugar:
ZOOM

Fechas:
1, 8, 15 y 22 de octubre

Duración:
8 horas

Horarios:
De 9 a 11 h.

Docente:
JOSÉ JAVIER ROMERO
Consultor ONG Excelentes



Dirigido a:

Profesionales con responsabilidades de dirección, coordinación, gestión o acompañamiento de equipos.

Descripción:

La formación ONG 's Saludables: Espacios de apoyo y comunicación para entidades sociales tiene como finalidad fortalecer el bienestar organizativo y personal de los equipos de trabajo en el ámbito social. Se trata de un espacio práctico y vivencial que ofrece herramientas para la construcción de un clima laboral positivo, basado en la empatía, la escucha activa y la comunicación consciente.

Objetivos:

- Promover el desarrollo de habilidades de comunicación que faciliten relaciones laborales sanas y constructivas.
- Favorecer la creación de espacios de escucha y apoyo emocional dentro de las organizaciones sociales
- Impulsar la práctica de la comunicación no violenta como herramienta de prevención y resolución de conflictos
- Contribuir al bienestar de las personas que trabajan en entidades sociales y, por extensión, al cuidado de las personas atendidas
- Generar una cultura organizativa orientada al cuidado, la empatía y el acompañamiento mutuo

Contenidos:

1. El clima laboral en las entidades sociales y su impacto en el bienestar individual y colectivo
2. Señales invisibles para mejorar tu comunicación con equipos
3. Comunicación consciente. El darse cuenta. Lo verbal y lo no verbal.
4. La escucha activa y la empatía como competencias clave para el trabajo en equipo
5. El apoyo emocional en entornos de alta demanda y cuidado profesional de quienes cuidan
6. Bases de la comunicación no violenta y estrategias para aplicarla en situaciones cotidianas de la organización
7. Herramientas de resolución constructiva de conflictos y mediación interna
8. Diseño de espacios de apoyo y acompañamiento dentro de la entidad: prácticas y dinámicas sostenibles en el tiempo



Prevención de la conducta suicida

Modalidad:
PRESENCIAL



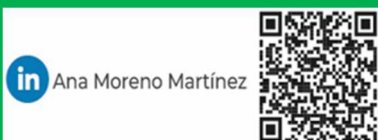
Lugar:
VALLADOLID

Fechas:
7 de octubre

Duración:
3,5 horas

Horarios:
De 10 a 13:30 h.

Docente:
ANA MORENO
Psicóloga y terapeuta.
Facilitadora de un grupo de
Duelo por Suicidio en CyL



Dirigido a:

Profesionales de atención directa y personal técnico que prestan apoyo a personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.

Descripción:

Este curso tiene como objetivo facilitar conocimientos sobre la prevención de la conducta suicida. Como señala el Observatorio Estatal de la Discapacidad, este colectivo afronta situaciones de discriminación, vulnerabilidad y exclusión. Las personas con discapacidad tienen una mayor exposición a factores de riesgo de conducta suicida.

El alumnado aprenderán a capacitarse para la detección temprana de señales de alerta, la intervención oportuna y la derivación eficaz, promoviendo una responsabilidad compartida que contribuya a eliminar el estigma y a favorecer la petición de ayuda para salvar vidas.

Objetivos:

- Abordar la posible conducta suicida de los y las usuarios y las usuarias de entidades federadas en Plena inclusión Castilla y León.
- Desmitificar el suicidio y proporcionar información precisa sobre este fenómeno.
- Dotar a los profesionales de herramientas para identificar personas en riesgo, realizar un abordaje inicial y derivar de manera oportuna.

Contenidos:

1. Definición y breves datos epidemiológicos.
2. Desmontar mitos sobre el suicidio.
3. Señales de alarma de conducta de riesgo.
4. Factores de protección.
5. Qué decir y qué no decir a una persona que verbaliza ideación suicida.
6. Pautas de actuación en casos de riesgo.

Actividades

- Definición de términos.
- Vídeo breve (proyección y análisis)
- Dinámica grupal.
- Role playing



Gerontogimnasia para personas con DI y deterioro cognitivo asociado al envejecimiento

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
VALLADOLID

Fechas:
30 de octubre

Duración:
5 horas

Horarios:
De 9:00 a 14:00 h.

Docente:
CLARA DÍEZ

Fisioterapeuta y Licenciada
en CAFyD, especialista en
Readaptación Funcional



Dirigido a: Profesionales de AD que apoyan a usuarios en proceso de envejecimiento.

Descripción:

Las personas con discapacidad intelectual presentan un mayor riesgo de envejecimiento prematuro y deterioro cognitivo relacionado con la edad. La práctica sistemática de ejercicio físico contribuye a mantener la movilidad y favorecer el mantenimiento de las funciones cognitivas. Este curso propone un programa específico de actividades adaptadas y accesibles que promuevan un envejecimiento activo y saludable.

Objetivo:

Mantener y mejorar las capacidades físicas, cognitivas, funcionales y sociales de las personas con discapacidad intelectual que presentan deterioro asociado al envejecimiento, favoreciendo su autonomía y calidad de vida.

Objetivos específicos:

- **Área física:** mantener la fuerza, la movilidad, la flexibilidad, el equilibrio y la capacidad cardiorrespiratoria, previniendo la fragilidad y las caídas.
- **Área cognitiva:** estimular la atención, la concentración, la memoria, la orientación y las funciones ejecutivas básicas.
- **Área funcional:** conservar las capacidades necesarias para realizar las actividades de la vida diaria y potenciar la coordinación y la autonomía personal.
- **Área psicosocial:** fomentar la participación, las relaciones sociales, la autoestima y el bienestar emocional.

Actividades

- 1. Activación corporal:** Movilidad articular, conciencia corporal, control postural, respiración y preparación para la actividad física.
- 2. Fuerza y capacidad funcional:** Ejercicios de brazos y piernas, levantarse y sentarse, empujar, tirar y transportar objetos ligeros, así como actividades relacionadas con la vida diaria.
- 3. Equilibrio y prevención de caídas:** Cambios de peso corporal, desplazamientos en distintas direcciones, circuitos adaptados, coordinación y ejercicios de estabilidad.
- 4. Capacidad aeróbica:** Caminatas guiadas, bailes sencillos, juegos motores y actividades rítmicas adaptadas.
- 5. Estimulación cognitiva en movimiento:** Juegos de atención y memoria, orientación temporal y espacial, secuencias motoras y actividades que combinan movimiento y diferentes consignas.
- 6. Coordinación y psicomotricidad:** Ejercicios de coordinación óculo-manual y óculo-pédica, lanzamientos, recepciones, ritmo, secuenciación motora y coordinación bilateral.
- 7. Relajación y bienestar:** Estiramientos suaves, respiración consciente, técnicas básicas de relajación y dinámicas de expresión emocional positiva.

ChatGPT Work: IA agéntica aplicada a la gestión económica, contable y administrativa

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
VALLADOLID

Fechas:
14 de octubre

Duración:
4,5 horas

Horarios:
De 9:00 a 13:30 h.

Docente:
EDUARDO ELÚA
Ingeniero industrial y
consultor especializado en
la aplicación de la IA en
entornos profesionales.



Dirigido a:

Profesionales que desarrollan funciones de administración, gestión económica o contabilidad.

Requisito técnico: Disponer de una cuenta de ChatGPT con suscripción de pago activa. Se puede asistir con el propio portátil, aunque en el aula habrá ordenadores (sólo con acceso a la cuenta gratuita de ChatGPT).

Descripción:

Curso práctico sobre el uso de ChatGPT Work como apoyo en tareas económicas, contables y administrativas. Las personas participantes aprenderán a organizar, revisar y conciliar información, formular encargos eficaces y validar los resultados obtenidos, manteniendo siempre el criterio profesional y la protección de los datos.

Objetivos:

- Conocer el funcionamiento y las posibilidades de la IA agéntica.
- Formular encargos claros y adecuados a cada tarea.
- Aplicar ChatGPT Work a procesos administrativos y contables.
- Detectar errores y utilizar la herramienta de forma segura y responsable.

Contenidos

1. ChatGPT como agente de trabajo.

Funcionamiento, gestión de archivos, formulación de encargos y seguimiento de tareas

2. Aplicaciones en la gestión económica y administrativa

Organización y depuración de datos; cumplimentación asistida de documentos; revisión de hojas de cálculo; detección de incoherencias y conciliación de información.

3. Uso responsable y protección de la información

Validación profesional de resultados, límites de la herramienta, anonimización, confidencialidad y protección de datos.

Metodología, formato y licencias

Formación eminentemente práctica, basada en demostraciones breves y ejercicios individuales guiados con archivos y datos ficticios. Las personas participantes podrán consultar al docente las dudas surgidas durante los 30 días posteriores al curso.



Cultivar la confianza en equipos. “De la seguridad psicológica al trabajo colaborativo”

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar: VALLADOLID

Fecha: 5 de noviembre

Duración: 7,5 horas

Horario: De 9:30 a 18 h.
(incluye 1 hora para el almuerzo,
a cargo de la organización).

Docente:
MARTA TREJO

Facilitadora de procesos de empoderamiento.
Counsellor Humanista Integrativa. Experta en habilidades comunicativas pro el Modelo Bridge. Máster en Programación Neuro-Lingüística (PNL)



Dirigido a:

Profesionales con responsabilidad directiva o de mando intermedio, facilitadoras de equipos, agentes del cambio y en general, personas trabajadoras que deban ejercer el liderazgo.

Descripción:

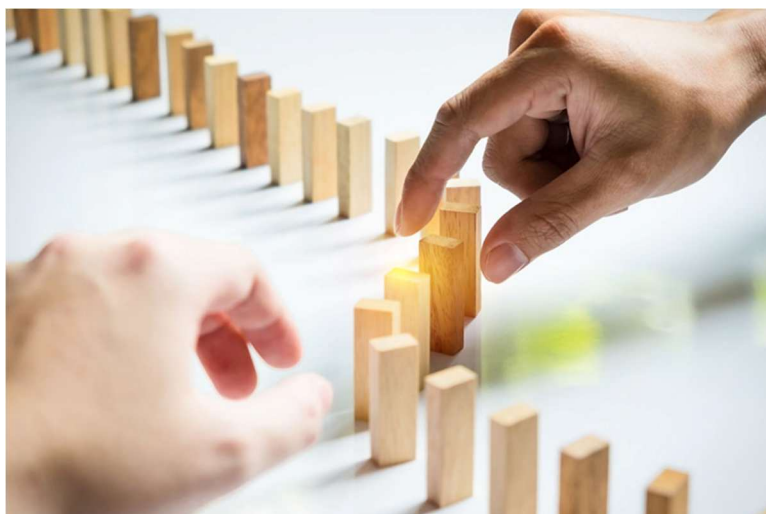
Este curso pretende ofrecer a los y las profesionales herramientas prácticas para fortalecer la confianza y el clima de trabajo en los equipos.

Contenidos:

- Introducción a la seguridad psicológica.
- Obstáculos y roles en la confianza del equipo.
- Herramientas para conversaciones valientes y feedback.
- Diseño de acuerdos de equipo y plan de acción.

Metodología:

Práctica y vivencial.



KIT básico para personas de apoyo a personas con DI o del desarrollo

Modalidad:
AULA VIRTUAL



Lugar: ZOOM

Fechas:
8, 15 y 22 de octubre

Duración: 6 horas

Horario:
De 11:30 a 13:30 h.

Docente:
ALMUDENA CALERO

Directora técnica de la Fundación Autismo Sur, psicóloga de la Asociación Cornelia de Lange, colaboradora en la cátedra de Autismo Málaga. Formadora y colaboradora en diferentes proyectos de Plena inclusión, y otras entidades.



Dirigido a:

Profesionales de nueva incorporación y/o profesionales que quieran actualizar su manera de acompañar.

Descripción:

Este curso ofrece un “kit básico” para que cualquier profesional tenga un marco claro sobre cómo apoyar, desde qué valores y con qué estilo de intervención.

A través de un recorrido claro y aplicado, se trabajarán enfoques esenciales como la atención centrada en la persona, la inclusión comunitaria, la ética y el estilo de apoyo, el apoyo activo y el apoyo conductual positivo, entendiendo la conducta como comunicación y priorizando estrategias que aumenten el bienestar y la participación.

El objetivo principal es interiorizar un modelo preventivo y transformarlo en actitudes y prácticas cotidianas. Al finalizar, se contará con un marco común para ofrecer apoyos más coherentes, respetuosos y alineados con los derechos y la calidad de vida de cada persona.

Objetivos:

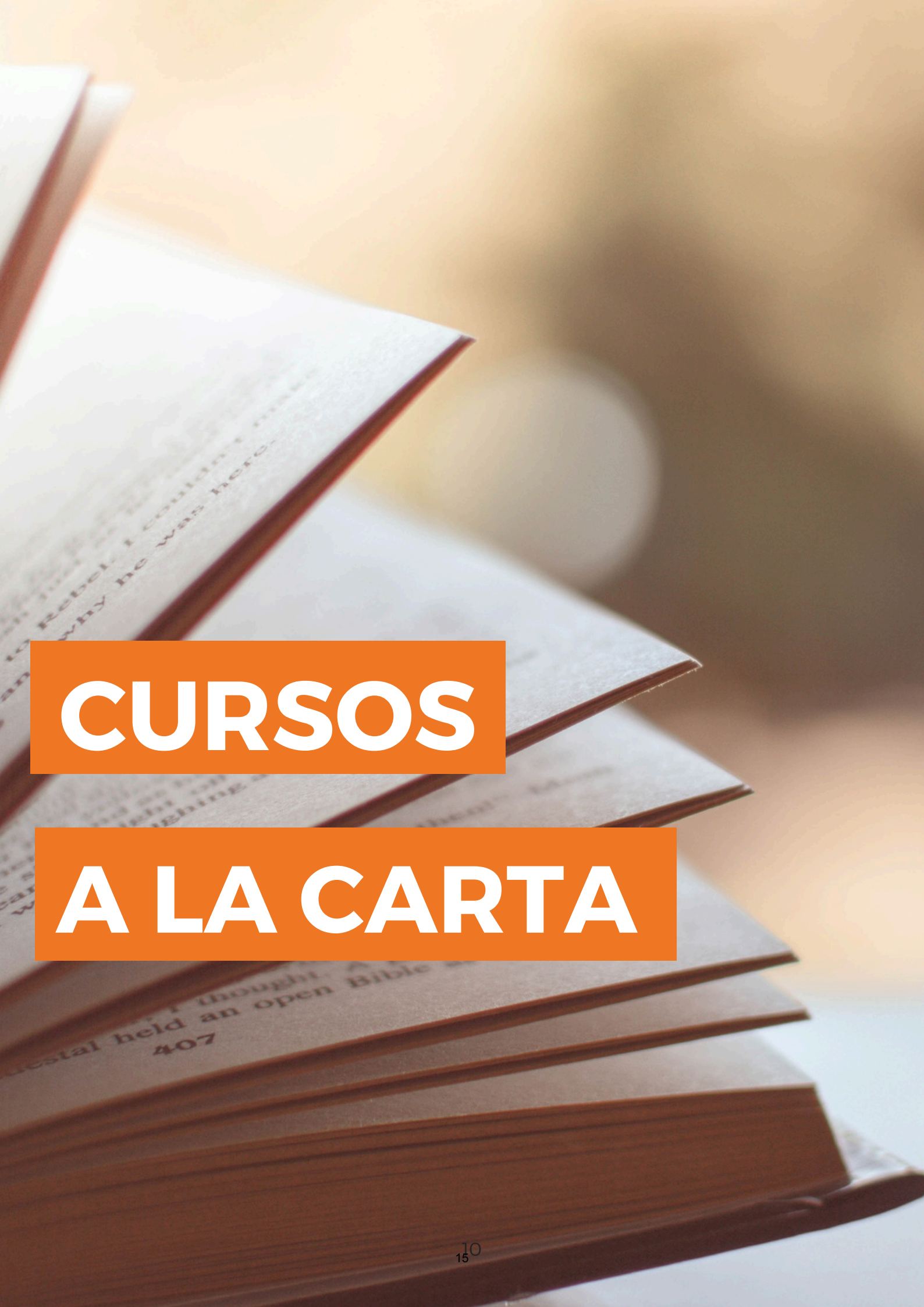
1. Conocer las metodologías básicas.
2. Generar un proceso de reflexión sobre las prácticas.
3. Identificar estilos de apoyo no adecuados y buenas prácticas.
4. Desarrollar una mirada que potencie las oportunidades de participación.
5. Fomentar una visión ética de las relaciones de apoyo.

Contenidos:

Sesión 1: Paradigmas de la atención a las personas con DI. La personalización, la visión comunitaria y los entornos amables como ejes clave. Las metodologías preventivas: introducción al Apoyo Conductual Positivo desde un enfoque amplio.

Sesión 2: La mirada comprensiva del ACP. Identificación de restricciones. Accesibilidad, participación: la voz de las personas. Revisar entornos: entornos capacitadores. Estilos de apoyo. Fomentar la participación: estrategias de apoyo activo. Oportunidades comunitarias. Propuesta de tareas para revisar en la siguiente sesión.

Sesión 3: Revisión de tareas propuestas para identificar oportunidades de participación. Revisión de tareas propuestas sobre observación basada en el ACP. Comprensión de episodios o revisión de entornos. Decálogo de buenas prácticas cotidianas.

A stack of several books is shown, with the top book open. The pages are slightly aged and the text is somewhat blurred. An orange rectangular box is overlaid on the middle of the stack, containing the word 'CURSOS' in white, bold, sans-serif capital letters. Below it, another orange rectangular box contains the words 'A LA CARTA' in the same style. The background is a warm, out-of-focus light brown.

CURSOS

A LA CARTA

CURSOS

A LA CARTA

Nº	TIPO	TÍTULO	FECHAS	HORAS	DOCENTE	DESTINATARIOS/AS	
C07	Aula Virtual	Cambiando enfoques: reducción de restricciones	20 y 27 de octubre, 3 y 10 de noviembre	8	Raúl Conde	Profesionales de Martiherrero y Pronisa	+ INFO
C08	Online	Salud mental y bienestar emocional	Del 21 de setiembre al 1 de noviembre	32	Raúl Conde	Profesionales de Aspanias	+ INFO
C09	Presencial: Valladolid	Neurocomunicación y resolución de conflictos	7, 21 y 28 de octubre	15	Alberto Valverde	Profesionales de la F. FUTUDIS	+ INFO
C10	Presencial: Valladolid	Kit de herramientas prácticas para prestar apoyos centrados en cada persona	Del 16 de julio al 22 de octubre	20	Equipo de formadores multidisciplinar	Profesionales del C. Especial P. Zegrí	+ INFO
C11	Presencial: Quintana de Raneros (Le)	Apoyo conductual positivo en personas con autismo	Sin determinar	10	Mónica Santos	Profesionales de Asprona-León	+ INFO
C12	Presencial: San Cebrián de Campos (Pa)	Valoración del usuario y detección de urgencias y emergencias	6 de octubre	5	Diego Santos	Profesionales de F. Brian	+ INFO
C13	Presencial: San Cebrián de Campos (Pa)	Valoración del usuario y detección de urgencias y emergencias	1 de diciembre	5	Diego Sánchez	Profesionales de F. Brian	+ INFO
C14	Presencial: Medina del Campo (Va)	Urgencias, emergencias y primeros auxilios	18 de septiembre	3	Diego Sáchez	Profesionales de Asprona León	+ INFO
C15	Presencial: Ávila	Disfagia y manejo de texturas	8 de septiembre	5	Diego Sánchez	Profesionales de Pronisa	+ INFO
C16	Presecial: Benavente (Za)	Apoyos y cuidados en salud mental para personas con DI	21 de septiembre	5	Diego Sáchez	Profesionales de Asprosub Virgen de la Vega	+ INFO
C17	Presencial: Benavente (Za)	Trastornos músculo-esqueléticos asociados al ámbito del trabajo	25 de septiembre	5	Diego Sánchez	Profesionales de Asprosub Virgen de la Vega.	+ INFO

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

Modalidad:
AULA VIRTUAL



Lugar:
TEAMS

Fecha:
20 y 27 de octubre
3 y 10 de noviembre

Duración:
8 horas

Horarios:
De 16 a 18 horas

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



Dirigido a:

Profesionales de La Casa Grande de Martiherrero y Pronisa.

Requisito previo recomendado:

Para garantizar la mayor efectividad del curso, es conveniente que los participantes completen previamente la formación "**Sensibilización en apoyo conductual positivo**", disponible en la plataforma de formación abierta de Plena inclusión España.

- **Duración:** 6 horas. **Coste:** Gratuito.
- **Enlace:** <https://formacionabiertaplenainclusion.org>

Descripción:

El día a día de las personas con discapacidad intelectual y/o trastornos del desarrollo está repleto de restricciones. Algunas son bastante reconocibles, pero otras no son tan evidentes. Y todas ellas generan un impacto negativo en la vida de las personas.

Conocer qué es una práctica restrictiva y los distintos tipos de restricciones que existen, generará en los profesionales y en sus familias una consciencia en cuanto a los apoyos prestados para poder establecer un plan de eliminación y/o reducción de prácticas restrictivas en los servicios y/o en la vida de las personas, a través de estrategias de apoyos centrados en las personas.

Objetivos:

- Conocer qué son las prácticas restrictivas y los distintos tipos que existen.
- Conocer qué tipo de impacto generan en las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y estrategias de apoyo.
- Cómo evaluar las prácticas restrictivas en una organización o en la vida de una persona.
- Conocer cómo hacer un plan de reducción y/o eliminación de prácticas restrictivas.



Salud mental y Bienestar emocional

Modalidad:

ON LINE



Lugar:

Plataforma de formación tutorizada de Plena inclusión España

Fechas:

Del 21 de septiembre al 1 de noviembre

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 de centros y servicios de Fundación Aspanias Burgos.

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. Las personas a quienes acompañamos y prestamos apoyo.
2. La salud mental
3. El bienestar emocional.
4. Evaluación para comprender las conductas que nos preocupan.
5. El equipo de apoyo.
6. Problemas de salud mental más frecuentes en personas con discapacidad intelectual.
7. Atribuciones ante signos y síntomas de los problemas de salud mental.
8. Buenas prácticas para prestar apoyo a personas con problemas de salud mental y discapacidad intelectual.
9. Claves para la promoción de bienestar emocional en personas con discapacidad intelectual.
10. La familia: acompañamiento y apoyo.
11. Cuidado del bienestar emocional del y de la profesional de atención directa.



Neurocomunicación y resolución de conflictos

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
PRAECYL
(Fundación Patrimonio
Natural de Castilla y León)

Fechas:
7, 21 y 28 de octubre

Duración:
15 horas

Horario:
De 9 a 14 h

Docente:
ALBERTO VALVERDE
Experto en inteligencia
emocional y neurociencia



Dirigido a:

Profesionales de la Fundación FUTUDIS.

Descripción:

Muchas conversaciones fracasan no por falta de argumentos, sino porque llegan tarde: cuando la otra persona ya está cerrada, activada, dolida o en modo ataque. Este curso enseña a comunicar teniendo en cuenta cómo funciona el cerebro cuando hay tensión, miedo, enfado, frustración o sensación de amenaza.

Objetivo del curso:

Aprender a comunicar con firmeza y humanidad incluso cuando la conversación se vuelve incómoda.

Contenidos:

- **Comunicación asertiva:**
Gestión de límites sin romper la relación.
- **Escucha activa:**
Validación emocional y lenguaje verbal, paraverbal y no verbal.
- **Perfiles reactivos:**
Identificación de perfiles conflictivos y señales de escalada.
- **Desescalada emocional:**
Conversaciones difíciles sin aumentar la tensión.
- **Gestión de críticas:**
Manejo de quejas, acusaciones y retroalimentación negativa.
- **Resolución de conflictos:**
En relaciones, equipos y entornos profesionales.



KIT de herramientas prácticas para prestar apoyos centrados en cada persona

Modalidad: Presencial



Lugar: C. E. Padre Zegrí

Fechas:

1. 16/07/26 (2h)
2. 20/07/26 (2h)
3. 29/07/26 (2h)
4. 11/09/26 (2h)
5. 17/09/26 (2h)
6. 24/09/26 (2h)
7. 29/09/26 (2h)
8. 08/10/26 (2h)
9. 15/10/26 (2h)
10. 22/10/26 (2h)

Duración: 20 horas

Horario:

De 15.30 a 17.30 h.

Docente: Equipo interdisciplinar formado por profesionales de diferentes ámbitos: Medicina, enfermería, fisioterapia, psicología, y otros perfiles relacionados con la prestación de apoyos.



Dirigido a:

Profesionales de atención directa, personal técnico y de apoyo, y asistentes personales del Centro Especial Padre Zegrí.

Descripción:

Formación teórico-práctica organizada en módulos presenciales de dos horas. A través de diferentes contenidos y situaciones prácticas, las personas participantes adquirirán conocimientos, estrategias y herramientas para prestar apoyos personalizados, seguros y respetuosos con las preferencias, necesidades y proyecto de vida de cada persona.

La formación parte de una visión integral de la persona y promueve una manera de trabajar coordinada, interdisciplinar y centrada en la calidad de vida.

Objetivos:

- Conocer y comprender a cada persona desde una visión integral, teniendo en cuenta sus preferencias, fortalezas, necesidades de apoyo, estado de salud y contexto.
- Mejorar las competencias profesionales para prestar apoyos personalizados, seguros y respetuosos.
- Promover el bienestar, la autonomía, la autodeterminación, la participación y la calidad de vida de las personas.
- Incorporar estrategias de cuidado profesional, trabajo seguro y prevención de riesgos.
- Favorecer una práctica profesional coordinada y centrada en la persona.

Contenidos:

Salud y seguridad

- Cuidados y apoyos relacionados con la Gastrostomía Endoscópica Percutánea —PEG—.
- Prevención y apoyo ante la disfagia y los atragantamientos.
- Primeros auxilios y utilización del DESA.

Apoyo emocional

- Apoyo Conductual Positivo.
- Comprensión y apoyo ante conductas que nos preocupan.

Entornos y tecnología

- Entornos seguros, accesibles y que cuidan.
- Apoyos para una movilidad y deambulación seguras.
- Tecnología de apoyo para favorecer la autonomía, la participación, y la calidad de vida.

Bienestar profesional

- Autocuidado profesional e higiene postural.
- Estrategias de atención plena, regulación emocional y gestión del estrés₂₀

Apoyo Conductual Positivo en personas con autismo

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
CENTRO SAN NICOLÁS DE BARI

ASPRONA - LEÓN
Cam. Antimio, 32
24391 QUINTANA DE
RANEROS (LEÓN)
Teléfono: 987 280211

Fechas: Por determinar

Duración: 10 horas

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

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 de los centros y servicios de Asprona León

Objetivos:

- Conocer las características generales del autismo y tener en cuenta las diferencias individuales.
- Conocer el apoyo conductual positivo y aplicación práctica de estrategias de apoyo centradas en personas con autismo.



Valoración del usuario y detección de urgencias y emergencias

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
BRIAN

Avda. Nuestra Señora del
Prado, 7. 34429 San Cebrián
de Campos, Palencia
Tf: 979 15 40 50

Fecha: 6 de octubre

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 BRIAN

Descripción:
El estado de salud de nuestros usuarios es dinámico y cambiante. Esta premisa da lugar a la necesidad de determinar de una forma sistemática, clara y precisa el conjunto de signos y síntomas relacionados con diferentes urgencias y emergencias asociadas a múltiples patologías.

- Objetivos:**
1. Conocer los principios relacionados con los conceptos de urgencia y emergencia
 2. Participar de forma activa en la cadena de supervivencia contribuyendo a la detección y alerte de problemas de salud
 3. Dotar de conocimientos y habilidades al cuidador destinados a la valoración objetiva y detección precoz de emergencias médicas
 4. Favorecer el pronóstico de patologías tiempo dependientes.

- Contenidos:**
- **Concepto de Emergencia y Urgencia.**
 - **Tipología de emergencias asociadas al cuidado de personas.**
 - **El sistema sanitario y su servicio de emergencias.**
 - El sistema de emergencias.
 - La importancia del primer interviniente.
 - La cadena de supervivencia.
 - **Valoración del usuario**
 - Valoración y detección de emergencias neurológicas y relacionadas con el estado de consciencia.
 - Valoración y detección de emergencias relacionadas con la función respiratoria.
 - Valoración y detección de emergencia relacionadas con la función circulatoria.
 - Valoración de otros datos y parámetros (temperatura, glucemia, etc).



Valoración del usuario y detección de urgencias y emergencias

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
BRIAN

Avda. Nuestra Señora del
Prado 7. 34429 San Cebrián
de Campos, Palencia
Tf: 979 15 40 50

Fecha: 1 de diciembre

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 BRIAN

Descripción:
El estado de salud de nuestros usuarios es dinámico y cambiante. Esta premisa da lugar a la necesidad de determinar de una forma sistemática, clara y precisa el conjunto de signos y síntomas relacionados con diferentes urgencias y emergencias asociadas a múltiples patologías.

- Objetivos:**
1. Conocer los principios relacionados con los conceptos de urgencia y emergencia
 2. Participar de forma activa en la cadena de supervivencia contribuyendo a la detección y alerta de problemas de salud
 3. Dotar de conocimientos y habilidades al cuidador destinados a la valoración objetiva y detección precoz de emergencias médicas
 4. Favorecer el pronóstico de patologías tiempo dependientes.

- Contenidos:**
- **Concepto de Emergencia y Urgencia.**
 - **Tipología de emergencias asociadas al cuidado de personas.**
 - **El sistema sanitario y su servicio de emergencias.**
 - El sistema de emergencias.
 - La importancia del primer interviniente.
 - La cadena de supervivencia.
 - **Valoración del usuario**
 - Valoración y detección de emergencias neurológicas y relacionadas con el estado de consciencia.
 - Valoración y detección de emergencias relacionadas con la función respiratoria.
 - Valoración y detección de emergencia relacionadas con la función circulatoria.
 - Valoración de otros datos y parámetros (temperatura, glucemia, etc).



Urgencias, emergencias, y primeros auxilios

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
FUNDACIÓN SIMÓN RUIZ
Calle La Piedad nº 16
47400 MEDINA DEL CAMPO
(Valladolid)

Fecha: 18 de
septiembre

Duración: 3 horas

Horario:
De 10:00 a 13:00 h.

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



Dirigido a:

Profesionales, usuarios y familiares de la Fundación SIMÓN RUIZ

Descripción:

El estado de salud de nuestros usuarios es dinámico y cambiante. Esta premisa da lugar a la necesidad de determinar de una forma sistemática, clara y precisa el conjunto de signos y síntomas relacionados con diferentes urgencias y emergencias asociadas a múltiples patologías.

Contenidos:

1. URGENCIAS Y EMERGENCIAS.

- Concepto de Emergencia (Diferenciación del concepto de urgencia y emergencia).
- Funcionamiento del sistema sanitario y nuestras funciones dentro de la detección de emergencias sanitarias.
- Valoración del usuario (Valoración de urgencia y emergencia).
- Actuación ante enfermedades de tipo infeccioso.
- Protocolos de actuación ante Emergencias de diferente naturaleza.

2. PRIMEROS AUXILIOS.

- Concepto.
- Objetivo de los primeros auxilios.
- Responsabilidad legal relacionada con los primeros auxilios.
- Otros conceptos relacionados con los primeros auxilios (Parada cardiorrespiratoria, Reanimación cardiopulmonar, cadena de supervivencia)
- Fisiología básica: Respiración, circulación, fisiología de la muerte.
- Técnicas de primeros auxilios I:
 - Mareos y lipotimias.
 - Crisis asmáticas.
 - Urgencias y emergencias de pacientes diabéticos.
 - Reacciones anafilácticas.
 - Convulsiones y crisis epilépticas.
 - Reconocimiento y actuación ante infartos.
 - Reconocimiento y actuación ante ictus.
- Técnicas de primeros auxilios II
 - Control de hemorragias (técnicas básicas de control de hemorragias superficiales y profundas).
 - Control de hemorragias ante amputaciones y aplastamientos (uso del torniquete).
 - Actuación ante traumatismos y fracturas.
 - Movilizaciones e inmovilizaciones.



Disfagia y manejo de texturas

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
AULA INNOVA
Pronisa Plena inclusión
ÁVILA

Fecha: 8 de septiembre

Duración:
5 horas

Horario:
De 9:00 a 14:00 h.

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



Dirigido a:

Profesionales de PRONISA y otras entidades de Ávila.

Descripción:

Este curso ofrece conocimientos prácticos sobre alimentación, nutrición y dietas adaptadas a diferentes necesidades de salud de las personas con discapacidad intelectual. Se abordarán los principios de una alimentación saludable, las principales vías de apoyo a la ingesta y el manejo seguro de la disfagia mediante la adaptación de texturas.

Objetivos:

- Conocer los diferentes conceptos relacionados con la nutrición y la alimentación
- Identificar las diferentes dietas indicadas en múltiples patologías
- Dar a conocer los principios de una dieta saludable
- Estudiar los diferentes mecanismos de alimentación mediante la vía enteral y situaciones de disfagia

Contenidos:

1. Conceptos básicos relacionados con la alimentación.
2. Anatomía y fisiología básica del aparato digestivo.
3. Principios de una dieta saludable.
4. Recomendaciones alimentarias en diferentes patologías.
5. Apoyo a la ingesta:
 - Sonda nasogástrica.
 - Sonda PEG.
 - Otros catéteres asociados al sistema digestivo.
 - Texturas aplicadas a la disfagia.



Apoyos y cuidados en salud mental para personas con discapacidad intelectual

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
ASPROSUB VIRGEN DE
LA VEGA (BENAVENTE)

Fecha: 21 de
septiembre

Duración: 5 horas

Horario:
De 9:00 a 14:00 h.

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



Dirigido a: Profesionales de Asprosub Virgen de la Vega.

Descripción: La salud mental es una dimensión fundamental del bienestar y la calidad de vida de todas las personas. Conocer los principales problemas de salud mental, sus manifestaciones y los apoyos que puede necesitar cada persona permite ofrecer una atención más adecuada, individualizada y respetuosa. Esta formación aborda también el uso de la medicación relacionada con la salud mental y proporciona herramientas para prevenir y responder adecuadamente ante situaciones de malestar o crisis.

Objetivos:

- 01** Conocer los principales problemas de salud mental y sus posibles manifestaciones.
- 02** Identificar cómo pueden afectar a la vida y al bienestar de las personas, especialmente de las personas con discapacidad intelectual.
- 03** Promover apoyos y cuidados individualizados, centrados en la persona y en sus necesidades, preferencias y bienestar.
- 04** Conocer los principales grupos de medicamentos utilizados en salud mental, sus efectos y los aspectos básicos que deben tenerse en cuenta en la prestación de apoyos.

Contenidos:

01. Salud mental: conceptos básicos, prevalencia y factores relacionados

02. Salud mental y discapacidad intelectual

03. Principales problemas de salud mental

- Trastornos psicóticos y otras alteraciones de la percepción y el pensamiento.
- Trastornos depresivos.
- Trastorno bipolar.
- Trastornos de la personalidad.
- Trastornos relacionados con la ansiedad y el estrés.
- Problemas relacionados con el consumo de sustancias.

04. Valoración de las necesidades de apoyo en salud mental

05. Medicación relacionada con la salud mental

- Antidepresivos.
- Estabilizadores del estado de ánimo.
- Ansiolíticos.
- Antipsicóticos.
- Medicación relacionada con los problemas derivados del consumo de sustancias.
- Principales efectos, precauciones y aspectos a observar en la prestación de apoyos.

06. Prevención y apoyo ante situaciones de crisis, agitación o desregulación

Trastornos musculoesqueléticos asociados al ámbito del trabajo

Modalidad:
PRESENCIAL



Lugar:
ASPROSUB VIRGEN DE
LA VEGA (BENAVENTE)

Fecha: 25 de
septiembre

Duración: 5 horas

Horario:
De 15:00 a 20:00 h.

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



Dirigido a: Profesionales de Asprosub Virgen de la Vega.

Descripción: La actividad laboral puede implicar la realización de movimientos, el mantenimiento de determinadas posturas o la repetición de tareas que, cuando se prolongan en el tiempo o se realizan en condiciones poco adecuadas, pueden favorecer la aparición de molestias y trastornos musculoesqueléticos. Conocer los principales factores de riesgo y adquirir pautas de ergonomía, movilidad y cuidado postural contribuye a prevenir estas situaciones y a promover entornos laborales más saludables.

Objetivos:

- 01** Promover entornos laborales saludables y favorecer el bienestar de las personas trabajadoras.
- 02** Sensibilizar sobre la importancia de la prevención y el cuidado de la salud musculoesquelética en el entorno laboral.
- 03** Identificar los principales factores de riesgo relacionados con la aparición de trastornos musculoesqueléticos.
- 04** Conocer los trastornos musculoesqueléticos más frecuentes relacionados con la actividad laboral.
- 05** Adquirir pautas de ergonomía, movilidad y cuidado postural aplicables al trabajo cotidiano.

Contenidos:

01. Introducción a los trastornos musculoesqueléticos

- Concepto y características.
- Frecuencia de los trastornos musculoesqueléticos.
- Impacto en la actividad laboral y en el bienestar de las personas.
- Sedentarismo y salud musculoesquelética.

02. Principales trastornos y molestias musculoesqueléticas

- Cervicalgia.
- Lumbalgia mecánica.
- Síndrome del túnel carpiano.
- Epicondilitis.
- Molestias y tensión en cuello y hombros.

03. Factores de riesgo

- Posturas mantenidas o forzadas. Movimientos repetitivos.
- Sedentarismo prolongado.
- Organización y disposición del mobiliario y los equipos de trabajo.
- Factores psicosociales, estrés y fatiga y su relación con el bienestar musculoesquelético.

04. Ergonomía y cuidado postural en el puesto de trabajo

- Uso y ajuste adecuado de la silla y otros elementos de trabajo.
- Organización del espacio y los materiales.
- Prevención de posturas mantenidas y movimientos innecesarios.
- Recursos y estrategias para favorecer una adecuada higiene postural.
- Pausas activas, movilidad y estiramientos.



CURSOS

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



 **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:



 POR SOLIDARIDAD
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL