

Participan:



«Intentamos mantener la distancia de seguridad, pero sin ayuda de quienes nos rodean nos cuesta»

No pueden ver cuando se les acerca una persona y, a veces, cuando la perciben, ya no tienen margen de maniobra. Silvia Borrego pide que cuando veamos a una persona con un perro-guía o un bastón, sobre todo si es blanco y rojo (el de las personas con sordoceguera), les ayudemos a mantener la distancia de seguridad

ZARAGOZA Cuando sale a la calle, guarda la distancia de seguridad lo mejor que puede. «Intento respetar las medidas, tiro mucho de oído. Si noto que el bulto que veo está más cerca, me alejo. Y lo llevo también con humor, si te chocas, te disculpas y ya está». Silvia Borrego tiene entre un 1 y un 4% de resto visual; es afiliada de la ONCE y la responsable en esta entidad de los Servicios Sociales de Aragón, La Rioja y Navarra. Con su perro-guía, se mueve mucho por el centro de Zaragoza y, «aunque en general la gente es amable y te indica por voz por dónde hay que ir si los carriles de tránsito están marcados en el suelo», también se cruza con gente distraída, «que no presta atención y viene en dirección contraria y entonces piensas que eres tú quien se confunde». Por eso pide «que nos echéis una mano para mantener la distancia de seguridad porque a las personas con discapacidad visual nos cuesta, para ayudar solo hace falta fijarnos en los demás y sentido común».



Silvia Borrego camina por la calle junto a su perro-guía. JOSÉ MIGUEL MARCO

En el día a día, Silvia no usa guantes «porque reduce nuestra capacidad de relacionarnos con el entorno; al final, las personas ciegas vamos a tocar, así que tenemos que lavarnos mucho las manos con jabón y geles hidroalcohólicos» que, por cierto, ella no puede ver dónde están cuando entra en una tienda. «Llevo mi botecito, pero en algunos sitios piden que se use el de la tienda». Los dispositivos tiflotecnológicos suelen ser individuales, pero con el braille se plantea un problema «porque no es recomendable tocar algo que van a tocar otros». Así que están valorando qué hacer por ejemplo con los libros en braille de la biblioteca.

Atención personalizada

Desde la delegación de la ONCE han atendido de forma personalizada cada problema. «Los técnicos de rehabilitación idean fórmulas de trabajo, de orientación, de movilidad, pequeños trucos», señala. Y también han dado respuesta y apoyo a las dudas de un colectivo que traslada sobre todo «miedo a salir de casa, que es nuestro entorno seguro, el que dominamos, pero también miedo a cruzarnos con gente manteniendo la distancia establecida, a subir al transporte público con nuevas normas...».

La desescalada crea nuevas situaciones, «en realidad para todos, y en el caso de las personas con discapacidad, con un hándicap añadido -explica-, pero nos hemos adaptado, como siempre».

MARÍA PILAR PERLA MATEO

Una guía con consejos útiles

La ONCE ha elaborado una guía de recomendaciones para garantizar la seguridad de las personas ciegas en la desescalada.

- No depositar el bastón, móvil o apoyos ópticos y tiflotécnicos sobre mesas y no prestarlos; utilizar una bolsa para guardarlos separados en el bolso o mochila.
- Identificarse ante los demás como persona ciega (con el bastón o el perro-guía); circular por ace-

ras amplias, por la derecha y cerca de la pared.

- Si se precisa contacto, usar la técnica-guía con el brazo extendido, pañuelos, gel o guantes.
- En el transporte público, comunicar al conductor la parada deseada y pedirle que abra para evitar tocar botones o barras.
- Desinfectarse las manos antes y después de leer carteles o botones en braille.

ayudar a una persona con diferentes capacidades y preguntarle qué necesita». Claramente, «lo mejor siempre es hablar; si no te veo y me agarras, aunque sea con buena intención, me asusto y se pueden generar situaciones no agradables por desconocimiento». Una vez que la persona indica si necesita ser guiada en ese momento, «nosotros nos agarramos al hombro con el brazo y los dedos estirados al máximo para mantener la mayor distancia posible».

Gdo de 'Invitados Especiales' de la Asociación Aragonesa Pro Salud Mental

La Asociación Aragonesa Pro Salud Mental (Asapme) continúa con su labor 'online' para mantener la estabilidad y el bienestar emocional de sus socios y usuarios frente a la situación excepcional provocada por la covid-19. Entre las actividades que se han venido desarrollando, el ciclo de 'Invitados Especiales' ha sido una de las que más relevancia ha alcanzado, con la presencia de personajes del mundo de la cultura y el deporte como Kase O, B Vocal, Javier Hernández, La Ronda de Boltaña, Javi el Mago y Car-



Con la Ronda de Boltaña.

los Pauner. En este ciclo, los participantes han compartido conversación y buen humor con los usuarios de Asapme a través de reuniones telemáticas en directo. Hoy viernes 19 de junio, está previsto que Nayim, el héroe de la Recopa, sea el próximo colaborador solidario del ciclo de 'Invitados Especiales'.

Brotalia acoge Semonia, una sección de alimentación de cercanía y ecológica

Semonia, la tienda de alimentación ecológica y de proximidad del Centro Especial de Empleo

de Valentia en Huesca, abre sus puertas junto a Brotalia. De esta manera, los productos de alimentación ecológica y de proximidad se ofrecerán en nuevo espacio más cercano a la huerta donde se cultivan las verduras y hortalizas ecológicas de la huerta de Semonia.

De esta manera, Brotalia y Semonia compartirán espacio ofreciendo al cliente una mayor variedad de productos que comparten una misma filosofía: calidad, proximidad y compromiso social. Ambas comparten además su adhesión a los compromisos de sostenibilidad de Naciones Unidas. Así, en esta nueva etapa, Semonia ofrecerá un nuevo ser-

vicio de cestas de productos ecológicos que se repartirán a domicilio de forma semanal. Igualmente, en el espacio comercial podrán encontrarse productos frescos de la huerta de Semonia junto a una selección de productos de proveedores seleccionados, principalmente de alimentación ecológica, productos saludables, de proximidad o comercio justo.

Con motivo de la inauguración de este nuevo espacio, Semonia ofrecerá un 30% de descuento en la cesta de la compra mostrando el 'banner' que se promociona en las redes sociales tanto de Semonia como de Brotalia.

#Sin Barreras

Fundación CAI, con la carrera virtual de Atades del 27 y 28

El sábado 27 y el domingo 28 de junio, Atades celebrará de forma virtual la VI edición de la Carrera Solidaria #PorUnNuevoCole. La prueba a beneficio del nuevo Colegio de Educación Especial San Martín de Porres se iba a celebrar el 15 de marzo en el parque Grande José Antonio Laborde, pero tuvo que aplazarse por la crisis sanitaria provocada por la covid-19.

La carrera, que cuenta un año más con la colaboración de Fundación Caja Inmaculada, entre otras instituciones y empresas, es una de las citas inclusivas más relevantes de Aragón. La organización espera que mediante el formato 'online' se bata la cifra de más de tres mil corredores de 2019. Las inscripciones están abiertas en la web www.unnuevocole.org, donde está disponible toda la información.

En la prueba podrán participar personas de cualquier edad con o sin discapacidad. Además, se ha habilitado un dorsal virtual y un dorsal 0 (Ibercaja ES29 2085 0103 94 0332217490) para quienes quieran aportar algún donativo. Comenzará a las 00.00 del día 27 y finalizará a las 23.59.59 del 28. Se pueden hacer recorridos de 1 o 5 kilómetros, o, si se prefiere, un pequeño paseo. Los participantes deberán subir a las redes sociales una foto o un vídeo del recorrido con la camiseta oficial o el dorsal virtual etiquetando a Atades e incluyendo los 'hashtags' #YoDoUnPasoEnVerde, #PorUnNuevoCole #YoCorroPorUnNuevoCole.

Las imágenes se pueden enviar igualmente al whatsapp de Atades (650 124 539) para que la asociación las cuelgue en sus perfiles. Habrá un sorteo de regalos entre las personas inscri-



Un momento de la carrera celebrada el año pasado. FUNDACIÓN CAI

tas, y el 3 de julio se sorteará un patinete eléctrico entre quienes compartan sus fotos en las redes.

La entrega de camisetas y dorsales tendrá lugar desde este lunes hasta el próximo viernes, de 15.00 a 19.30, en las oficinas de Atades, junto al Colegio de Edu-

cación Especial San Martín de Porres (calle de Octavio de Toledo, 2). Se hará bajo las medidas de seguridad y sanitarias establecidas. El uso de mascarilla será obligatorio.

El nuevo colegio entra ahora en una nueva fase: el equipamiento. Se prevé que abra sus puertas en

septiembre. Será un referente nacional de centros educativos, ya que dará servicio a más de 150 niños y jóvenes con discapacidad intelectual: desde los primeros meses de vida hasta los 21 años. Contará, además, con 10 plazas de residencia.

HERALDO

@Plena inclusión

#DESESCALADA

La vuelta a los centros, más accesible con Cadis Huesca



Durante el estado de alarma por el coronavirus, los trabajadores de muchas entidades para personas con discapacidad han trabajado desde casa.

El próximo lunes acaba el estado de alarma, y los trabajado-



Un cartel avisa de que hay que tomar la temperatura antes de entrar.

res vuelven a atender a las personas con discapacidad en los centros y oficinas de las entidades.

En los centros de trabajo hay que tener medidas de prevención para evitar nuevos contagios.

Cadis Huesca pidió ayuda a Plena inclusión Aragón y Valentia para explicar estas medidas de prevención de manera accesible, para que todo el mundo las entienda.

Las comisiones de accesibilidad de Plena inclusión Aragón y Valentia han ayudado a Cadis Huesca a hacer unos carteles en lectura fácil y con pictogramas. En los carteles se explica cómo

hay que comportarse dentro de las entidades para evitar contagios.

En los carteles ponen cosas como, por ejemplo, cómo usar las mascarillas y el gel desinfectante, qué hacer cuando quieras ir al baño o cuando tengas sed o dónde puedes sentarte.

Todas las entidades y empresas pueden usar estos carteles.

Los carteles se pueden descargar en las páginas web de Huesca más inclusiva, Plena inclusión Aragón y Valentia.

Estos carteles forman parte del proyecto Huesca más inclusiva. (Texto en Lectura Fácil)

@Fundación DFA

#COVID-19

Medidas extraordinarias durante el estado de Alarma

La excepcional situación vivida ha dado lugar a la aprobación de distintas medidas sociales para contrarrestar los efectos de la covid-19. Algunas afectan al colectivo de la discapacidad.

Para aquellas personas con revisión del grado de discapacidad



Asesoría en Fundación DFA. DFA

durante la pandemia, el plazo se ha prorrogado doce meses. Así, si estaba fijada entre el 1 de marzo de 2020 y el 28 de febrero de 2021, la revisión se efectuará el mismo día, pero del año siguiente.

Recogiendo una demanda del Cermi, ya no será necesaria la presencia física de los conductores/as con movilidad reducida en la Jefatura Provincial de Tráfico para realizar la renovación, y únicamente será obligatoria cuando haya modificaciones en el vehículo que deban ser evaluadas.

Además, el Ayuntamiento de Zaragoza ha acordado prorrogar

doce meses las tarjetas de estacionamiento con fecha de caducidad, por revisión del grado de discapacidad, entre el 1 de marzo de 2020 y el 28 de febrero de 2021.

Una de las medidas de mayor calado es el ingreso mínimo vital, que garantiza unos ingresos mínimos a quienes carecen de ellos, siempre que se cumplan los requisitos. Otras medidas incluyen la suspensión de desahucios y alzamientos y las moratorias de las deudas de alquiler o hipotecaria.

Más información: GP7, asesoría de Fundación DFA (www.gp7.es), 907 701 707 o info@gp7.es.