

INTEGRACIÓN

INTEGRACIÓN

tablón de anuncios

PLENA INCLUSIÓN

Las entidades colaboran para su transformación



Plena inclusión Aragón y sus entidades trabajan para transformar sus organizaciones y su forma de trabajar.

Ese trabajo se llama Proyecto de Transformación.

El Proyecto de Transformación sirve para mejorar los servicios y los apoyos que se ofrecen a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

Al principio, las entidades



► Reunión de profesionales de transformación en Zaragoza, el año pasado.

se crearon pensando en las personas con discapacidad, así en general.

Ahora, se busca que las entidades y sus servicios se centren en cada persona, individualmente.

Así se ofrece a cada persona lo que necesita, y no a todos lo mismo.

De esta forma se defienden los derechos de las personas con discapacidad intelectual.

También mejora la calidad de vida de estas personas.

Plena inclusión Aragón trabaja en 4 proyectos de transformación distintos:

- Mi Casa.

Fundación Ibercaja apoya una nueva edición de la Marcha Aspace Huesca

Este año la marcha solidaria podrá realizarse libremente entre el 18 de septiembre y el 5 de octubre para apoyar a las personas con parálisis cerebral, previa inscripción en www.aspacehuesca.org

INTEGRACIÓN

es un espacio promovido por Fundación CAI, Fundación Ibercaja, DFA y Plena Inclusión, con el objetivo de informar y dar voz a los principales colectivos de personas con discapacidad y enfermedad mental y sensibilizar a la sociedad sobre la importancia de la integración.

EL PERIÓDICO
eparagon@elperiodico.com
ZARAGOZA

La Marcha Aspace, que cuenta con el apoyo de Fundación Ibercaja y más de 150 entidades y empresas, se celebrará este año en un nuevo formato para adaptarse a las circunstancias derivadas de la pandemia, con el fin de seguir buscando apoyo social al colectivo de personas con parálisis cerebral y discapacidades afines de la provincia de Huesca.

Tras su cancelación en mayo, la organización del evento - Aspace Huesca, Comarca-De La Hoya De Huesca/Plana de Uesca y Ayuntamiento de Huesca - decidió que este año se celebre una marcha "alternativa", en la que los inscritos podrán participar libremente entre el 18 de septiembre y el 5 de octubre. En total, 18 días que sustituyen a los 18 km del recorrido habitual.

Cada participante puede inscribirse de forma gratuita a través de la web www.aspacehuesca.org,



► La marcha se ha presentado esta semana en la Diputación Provincial de Huesca.

donar la cantidad que quieran aportar y usar su dorsal solidario para mostrar apoyo a Aspace Huesca en sus redes sociales. Los participantes podrán realizar el recorrido que deseen por su entorno, caminando, en bicicleta, corriendo, patinando, con su mascota... El cierre

de esta marcha "virtual" se celebrará el 6 de octubre con un acto simbólico, con motivo del Día Internacional de la Parálisis Cerebral.

Esta marcha solidaria se ha convertido en uno de los eventos deportivos más importantes de la

provincia de Huesca. Su celebración ha permitido cada año llevar a cabo mejoras en las infraestructuras de Aspace Huesca, y sirve para concienciar a la sociedad de las necesidades que tienen los niños y adultos con parálisis cerebral y discapacidades afines.



Más de 30 años trabajando por la normalización de las personas con discapacidad física

Somos Capaces

Zaragoza:
c/ José Luis Pomarón 9. 976 59 59 59
Huesca:
c/ Aragón 3. 974 23 06 46
Teruel:
c/ Ripalda 5. 978 61 96 19

Con la colaboración de:



- Asistencia personal.
- Planificación centrada en la familia.
- Servicios de apoyo en la comunidad.

Las entidades de Plena inclusión de toda España que participan en los proyectos de transformación han creado una red de colaboración.

Los profesionales de estas entidades se reúnen para compartir experiencias y aprender unos de otros a mejorar su trabajo.

El Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, a través del IRPF, financia el Proyecto de Transformación.

FUNDACIÓN DFA

Atención telefónica a las familias en Aragón

La Dirección General de Igualdad y Familias del Gobierno de Aragón ha impulsado un servicio de atención telefónica, gestionado por Fundación DFA, donde solicitar información y cita previa para efectuar los trámites de familia monoparental, numerosa o pareja estable no casada. El teléfono 976 701 708 prestará servicio en horario de lunes a viernes de 9 a 14 horas, exceptuando festivos, para las tres provincias aragonesas.

Este teléfono comenzó a funcionar el pasado martes 15 de septiembre. Permite solicitar cita previa para el reconocimiento y renovación



►► Centro de Atención Telefónica de DFA

de los títulos de familia numerosa, familias monoparentales y para la inscripción en el Registro Administrativo de las parejas estables no casadas; además, se ofrece información sobre la documen-

tación a presentar en la realización de los trámites y procedimientos; así como recibir apoyo para gestionar la cita previa online en caso de ser necesario. El servicio de atención telefónica

no limita la actividad presencial ordinaria, sino que la gestiona para ofrecer atención de forma ordenada y agendada, asegurando que las personas que acuden a realizar trámites lo hagan previamente informados, con la documentación necesaria y con una cita previa que disminuya y regule el tiempo de espera. De esta manera, se agiliza los trámites y se resuelven las dudas antes de acudir presencialmente a las oficinas de los Servicios Provinciales de Ciudadanía y Derechos Sociales del Gobierno de Aragón.

El Centro de Atención Telefónica de Fundación DFA gestiona otros servicios como la asistencia telefónica de la Dirección Provincial del IASS (Instituto Aragonés de Servicios Sociales) o el teléfono de Atención a Personas Mayores impulsado por el Gobierno de Aragón.

«Cada año contamos con más usuarios y ahora, con esta situación, necesitamos más espacio y tenemos más gastos», señala Paco Ratia, director de Aspace Huesca. «Somos conscientes de que somos la única entidad en Huesca que ofrece servicios para este colectivo y este tipo de eventos solidarios son nuestra única vía de avanzar», añade.

Desde la primera marcha, organizada en 2013, cada año ha batido récords de participantes, voluntarios, colaboradores y recaudación. En su edición de 2019 recaudó cerca de 80.000 euros gracias a las aportaciones de más de 8.200 inscritos, las ayudas de más de 140 empresas que colaboran en la prueba y la aportación de varias entidades e instituciones que se vuelcan con este evento solidario.

Este año, el objetivo de la Marcha es recaudar fondos para finalizar el proyecto de ampliación del comedor para el Centro de Día y Residencia, que se va realizando por fases, y cuyo presupuesto asciende a más de 400.000 euros.

Aspace Huesca es una asociación sin ánimo de lucro fundada en 1979 y declarada de utilidad Pública en 1997, creada para dar servicio a las personas con parálisis cerebral y otras discapacidades afines, y sus familias, en la provincia de Huesca. Este año la entidad cumple su 40 aniversario. ≡

Vuelven las clases de 'Espalda sana'

Mantener una rutina de cuidado y educar nuestra postura favorece la condición física

EL PERIÓDICO
eparagon@elperiodico.com
ZARAGOZA

¿Quién no ha tenido alguna vez dolores de espalda? Mantener una rutina de cuidado y educar nuestra postura favorece la condición física, evita el dolor y contribuye a mejorar nuestra calidad de vida. Y este es el objetivo de las clases de 'Espalda sana' del Centro de Rehabilitación y Fisioterapia de Fundación DFA. Tras el parón obligado por la situación sanitaria, se retoman estas clases, tan importantes para el mantenimiento de la salud y el bienestar.

Con un aforo máximo de 9 personas y con las medidas de seguridad necesarias, van a comenzar este mes las clases en dos grupos: lunes y jueves en turno de mañanas y lunes y miércoles en el turno de tardes.

Se trata de clases grupales dirigidas por una fisioterapeuta y adaptadas al perfil de cada perso-

na, según sus necesidades y características. En estas sesiones se trabaja la reeducación postural, la conciencia del movimiento, los autoestiramientos y los automasajes. Puede acudir a estas sesiones cualquier persona, independientemente de su edad o de si tienen problemas específicos que requieran un tratamiento o simplemente se interesen por el mantenimiento de su salud y bienestar. Es un programa abierto a toda la población, personas con y sin discapacidad. Las inscripciones se realizan a través del teléfono de la fundación: 976 59 59 59.

80 personas ya realizan Rehabilitación y Fisioterapia

«Al retomar las sesiones de rehabilitación, noté que me costaba un poco más hacer los ejercicios, que mis músculos se habían resentido durante el confinamiento», explicaba una usuaria del Centro de Rehabilitación y Fisioterapia de



►► Las sesiones de rehabilitación se realizan con medidas de seguridad

Fundación DFA tras la reapertura de los centros. Una opinión bastante extendida entre las personas que habitualmente acuden a este servicio y que durante los meses de confinamiento tuvieron que prescindir de las sesiones. «Hemos tenido que bajar la intensidad de los ejercicios y adecuarlo al nuevo estado físico», afirman las fisioterapeutas del centro Pomarón, que añaden: «estas consecuencias no sólo se notaron a nivel físico, también en el estado de ánimo».

Y es que estas sesiones de rehabilitación no solamente abordan 'problemas por los que una persona acude en un momento pun-

tual', se trata de fisioterapia de mantenimiento en la que los usuarios y usuarias necesitan recibir el tratamiento para evitar un retroceso en su estado físico y su calidad de vida, en muchas ocasiones asociado a una enfermedad o a una discapacidad. Para muchas personas que acuden a estas sesiones de manera habitual, «fue un shock conjunto el perder de golpe el tratamiento y las sesiones rutinarias sumado a la disminución del movimiento cotidiano, el no salir de casa o no pasear». Por ello, en cuanto la situación lo permitió, las más de 80 personas que realizan sesiones en este centro se reincorporaron a sus tratamientos. ≡



Misión: Mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual y de sus familias

C/ Joaquina Zamora, 4 Bajos
976 738 581
50018 Zaragoza.

info@plenainclusionaragon.com