

Participan:



# 2021

## Un año lleno de buenos deseos

Plena inclusión Aragón desea un 2021 repleto de buena salud, en el que la accesibilidad universal y el total cumplimiento de los derechos de las personas con discapacidad se alejen de la utopía y estén más cerca de convertirse en realidad

**PLENA INCLUSIÓN ARAGÓN**

En 2021, Di Capacidad, porque contando con las capacidades de todas las personas podemos construir una sociedad más inclusiva, solidaria, igualitaria y empática y un futuro lleno de optimismo. Ahora más que nunca,

**Somos Capaces FUNDACIÓN DFA**

Asapme os desea una plena salud mental, que la experiencia vivida en 2020 nos humanice y que se trate con empatía y dignidad a las personas con problemas mentales. Reclamamos inversión en profesionales y servicios que mejoren su calidad de vida

**ASAPME**

Tras un año tan especial como el que se acaba, queremos enviar nuestros mejores deseos a todos los que creen y trabajan contra la segregación y por la inclusión real de las personas con discapacidad intelectual. Feliz Navidad y feliz entrada al 2021

**FUNDACIÓN LACUS ARAGÓN**

Que el espíritu de la Navidad inunde nuestros corazones de magia, para construir un futuro mejor para todos

**ASOCIACIÓN UTRILLO**

Las personas que formamos Atades deseamos un 2021 lleno de salud, progreso y empleo para todos. Queremos seguir trabajando, unidos, por una sociedad inclusiva, justa y solidaria, que apoye e integre a las personas con discapacidad intelectual en todo su ciclo vital

**ATADES**

Nuestro deseo para el 2021 es... contagiar diversidad

**COLEGIO LA PURÍSIMA**

Deseamos una mayor comprensión para todas las personas con sordera, invisibles para la Administración: que puedan recibir una atención por parte de sanidad, educación, servicios sociales... en igualdad de condiciones que el resto de los aragoneses

**ASOCIACIÓN SAN FRANCISCO DE SALES DE HIPOCÁCISOS**

Tras un año complicado, os animamos a afrontar el 2021 con esperanza y, sobre todo, mucha ilusión. Porque en Atadi estamos convencidos de que una sociedad ilusionada es capaz de construir futuro para todas las personas. ¡Felices fiestas!

**ATADI**

Desde Kairós os deseamos un 2021 lleno de abrazos, besos, celebraciones, conciertos, viajes, excursiones, aventuras, actividades, deporte, reuniones, encuentros, multitudes, aglomeraciones. En definitiva, un 2021 lleno de salud y de vida

**KAIROS**

# #Sin Barreras

## Videoconferencias en torno a la acción social en Fundación Ibercaja



ZARAGOZA Fundación Ibercaja ha adaptado sus actividades a las medidas sanitarias y continúa ofreciendo 'online' conferencias y mesas redondas sobre temas de actualidad, entre las que destacan los debates y reflexiones sobre los retos de la acción social en la actual crisis sanitaria. Estas charlas se emiten en directo a través de Youtube y después quedan disponibles en la plataforma. También se puede acceder a ellas a través de la web [www.fundacionibercaja.es/conecta](http://www.fundacionibercaja.es/conecta).

Durante los últimos meses, las videoconferencias de Fundación Ibercaja relacionadas con la acción social han dado respuesta a dudas e inquietudes sobre la pandemia del público general, pero sobre todo de los más vulnerables a las consecuencias sociales y económicas de la covid-19, sus familiares y las entidades que les atienden.

El ciclo comenzó el pasado 8 de junio con la videoconferencia 'Respuesta de las entidades sociales ante la crisis de la covid-19', donde se reflexionó sobre el papel de las organizaciones en este nuevo escenario. El 14 de julio se realizó la mesa redonda 'Claves para proteger la salud mental en tiempos de covid-19', en la que se dieron algunos consejos para prevenir problemas de salud mental durante la pandemia, mantener rutinas saludables y afrontar el miedo y la soledad.

### Situaciones de riesgo

Las conductas de riesgo en el uso de la tecnología y los dispositivos móviles durante la actual crisis se abordaron en la charla titulada 'Cómo prevenir las adicciones en tiempo de pandemia', que tuvo lugar el 4 de noviembre, donde se ofrecieron pautas a las familias a



Luis Gonzaga, presidente de CERMI Aragón, y Marta Valencia, presidenta de Fundación DFA y vicepresidenta de CERMI Aragón, charlaron con la periodista Lorena Ruano el Día Internacional de la Discapacidad. F. I.

la hora de detectar situaciones de riesgo, sobre todo entre los más jóvenes, y recomendaciones.

Finalmente, el 3 de diciembre Fundación Ibercaja celebró el Día Internacional de la Discapacidad con la mesa redonda que llevaba por título 'Nuevos desa-

fíos, derechos y garantías de las personas con discapacidad'. En ella se analizó en profundidad cómo la pandemia está intensificando las desigualdades y amenazas que afronta el colectivo.

La próxima conferencia del ciclo se dedicará a abordar las

'Medidas urgentes para erradicar la pobreza infantil en España', tendrá lugar el próximo viernes, 18 de diciembre, y se podrá seguir en directo a través del canal de Youtube de Fundación Ibercaja a partir de las 12.00.

HERALDO

### #PLAN ESTRATÉGICO

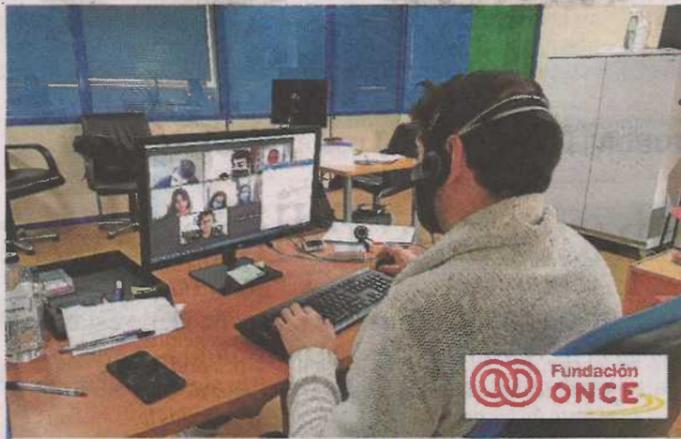
## Las entidades comparten ideas sobre ocio y voluntariado



Plena inclusión está haciendo su plan estratégico para los próximos años.

Un plan estratégico es el documento que explica qué queremos conseguir en los próximos años.

Un plan es importante para tra-



Reunión virtual para planear el ocio y el voluntariado.

bajar juntos en actividades que nos ayuden a lograr nuestra meta.

Este plan lo hacen la confederación española, las federaciones autonómicas y las entidades miembro de Plena inclusión.

Una forma de aportar ideas es participar en los círculos de conversación a través de internet.

Cada círculo de conversación se dedica a un tema distinto.

Plena inclusión Aragón ha celebrado un círculo de conversación sobre ocio y voluntariado.

Participaron profesionales y personas voluntarias de Atadi, Valentia, Kairós, Fundación Ser Más y Plena inclusión Aragón.

## @Plena inclusión

El objetivo de la reunión era mejorar los servicios de ocio y voluntariado de las entidades.

Las entidades contaron lo que hacen en sus programas de ocio y voluntariado, antes y después de la covid.

Las entidades acordaron que van a compartir ideas para hacer actividades de ocio.

Las personas voluntarias de unas entidades también ayudarán al resto de entidades.

Todas las actividades para la elaboración del plan estratégico de Plena inclusión están financiadas por la Fundación ONCE.

(Texto en Lectura Fácil)

### #BIENESTAR

## Ocio inclusivo y accesible para todas las personas

Socializar y disfrutar de actividades de ocio es imprescindible para el bienestar mental y físico de todas las personas. Cuando se tiene una discapacidad, el acceso al ocio está más complicado, ya sea por barreras físicas o sociales. Por ello nacen proyectos dirigidos a jóvenes, como el subvencionado



Visitas y cultura en la ciudad de Zaragoza. DFA

por el Servicio de Juventud del Ayuntamiento de Zaragoza. Patricia Gascón, responsable del Centro de Actividades Socioculturales de DFA, explica que más de 100 personas con discapacidad participan en una variada programación de ocio inclusivo.

«Los sábados aprovechamos para disfrutar de la ciudad y realizar actividades culturales, visitamos el Foro Romano, la Real Maestranza de Caballería, exposiciones en el Caixaforum...», señala. Durante el confinamiento, «organizamos retos en redes sociales y talleres para tener un 'confinamiento activo': cocina, bailes, gimnasia adaptada, papiroflexia, dibujo, teatro, etc.», explica. También continuaron con el proyecto 'Zaragoza accesible', recogiendo toda la información sobre accesibilidad en diferentes lugares de la ciudad.

Esta programación hubiera sido imposible sin el equipo de voluntariado, que cuenta con 12 nuevas incorporaciones. «Se han realizado 10 formaciones al voluntariado en derechos y deberes, competencias o primeros auxilios, pero también sobre herramientas 'online' y voluntariado 'poscovid'», concluye.

## @Fundación DFA