

# INTEGRACIÓN

## INTEGRACIÓN

### tablón de anuncios

#### PLENA INCLUSIÓN

### El profesorado aragonés se forma en educación inclusiva



El Gobierno de Aragón está formando a profesores y profesoras sobre educación inclusiva.

En la educación inclusiva, todas las personas son iguales y tienen los mismos derechos.

Todo el mundo participa en la educación inclusiva, sin importar sus características físicas, intelectuales, sociales o culturales.



Servicio Especial

►► El colegio Hispanidad de Zaragoza es un ejemplo de inclusión educativa.

tuales, sociales o culturales.

El curso se llama 'Educación Inclusiva: ciclo formativo para comunidades educativas en proceso de reflexión'.

El Departamento de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de Aragón organiza este curso.

El curso lo ha diseñado Plena inclusión.

El curso se dirige a profesores y profesoras de los colegios públicos y concertados de Aragón.

Están participando 280 profesores y profesoras.

## Arrancan nuevos talleres en Amanixer para mujeres con discapacidad

La Asociación de Mujeres con Discapacidad de Aragón pone en marcha diversas actividades sobre temas como el empoderamiento, la sexualidad, la salud, la violencia o la cultura

AMANIXER  
info@amanixer.es  
ZARAGOZA

Amanixer, la Asociación de Mujeres con Discapacidad de Aragón, ha organizado diversos talleres, en su mayoría gratuitos, dirigidos a fomentar la autoestima y las redes de apoyo mutuo entre mujeres con y sin discapacidad. Durante abril y mayo, van a comenzar talleres de *Mindfulness* en Zaragoza y Teruel, con muy buena acogida ya que, en la situación actual, las herramientas para gestionar el estrés y la ansiedad son más necesarias que nunca. Otra de las actividades que se desarrolla actualmente con gran éxito es el taller de cómic, de carácter mensual, en el que se reúnen mujeres con discapacidad para compartir en clave de humor diferentes situaciones de discriminación que han vivido y que se verán plasmadas en viñetas de cómic de la mano de la ilustradora Sara Jotabé.

A partir de junio, todos los miércoles tendrán lugar las sesiones de *Teatro terapia*. En esta actividad, gracias a diversas técnicas teatrales, las participantes refuerzan áreas como el empoderamiento, las habilidades sociales, la expresión corporal y verbal, la comunicación, la autoestima... Durante los meses de mayo, septiembre y



SERVICIO ESPECIAL

►► Taller de 'Mindfulness' en Teruel impartido por AFDA Aragón.

noviembre están previstos talleres de alfabetización tecnológica, totalmente gratuitos, con el objetivo de acabar con la brecha digital existente, acentuada a lo largo de la pandemia, en las mujeres con discapacidad.

A lo largo de todo el año se van realizando también diversos talleres de sexualidad abordando temas variados como el derecho a la sexualidad, el autoconocimiento y el placer, la potencialidad y diversidad del cuerpo, la anticoncepción o la menstruación. Además, y con el objetivo de mejorar la salud

realizando también diversos talleres de sexualidad abordando temas variados como el derecho a la sexualidad, el autoconocimiento y el placer, la potencialidad y diversidad del cuerpo, la anticoncepción o la menstruación. Además, y con el objetivo de mejorar la salud

## 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.



Plena  
inclusión  
Aragón

**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

Con la colaboración de:



La duración del curso son 7 clases de 2 horas cada una.

Las clases se hacen por las tardes a través de internet.

La primera clase fue el 6 de abril y la última será el 21 de mayo.

Con este curso se quieren mejorar la inclusión educativa y la inclusión social.

El objetivo es que los colegios se transformen para dar respuesta a las necesidades del alumnado con discapacidad.

Para lograrlo, los profesores y las profesoras están aprendiendo en este curso las cosas que se pueden hacer para mejorar la inclusión en las aulas.

**FUNDACIÓN DFA****El deporte como forma de rehabilitación y de integración social para jóvenes**

Cuando los y las jóvenes finalizan su tratamiento de atención posttemprana necesitan continuar su rehabilitación pero buscan una alternativa a la tradicional sesión fisioterapeuta-usuario/a. En los centros de la Fundación DFA se identificó esta necesidad: «En esa edad necesitan algo más lúdico, atractivo, con un enfoque deportivo, en grupo... y que al mismo tiempo sea una alternativa a la rehabilitación. Y así sur-



►► Un ejercicio de 'Multideporte'.

gió el *multideporte*», explica Patricia López, fisioterapeuta del centro.

En esta actividad se ofrece una práctica deportiva variada en una misma actividad lúdica, en la que se atiende a las necesidades y características de los y las partici-

pantes, integrando ejercicios que sean beneficiosos para todos y todas y que puedan realizar cada uno en su nivel. También tiene beneficios a nivel conductual y relacional. «Se trata de una actividad semanal en la que tenemos chicos

y chicas de 12 a 20 años con perfiles muy diferentes a nivel cognitivo y físico. Esto sirve para fomentar la colaboración entre ellos, se animan, se organizan, cumplen reglas, se respetan, se ayudan, cuidan de los demás... La relación entre iguales que se crea es muy importante. Les sirve para 'salir de su grupo', ampliar sus relaciones sociales con personas de fuera de su entorno, socializar y hacer amistades. Esto es imprescindible», afirma la fisioterapeuta.

Este año se ha limitado el aforo, con material individual y distancia de seguridad y con ejercicios adaptados a la situación. Esta actividad es gratuita dentro del Programa de Autonomía Personal dirigido a personas con discapacidad financiado por el Gobierno de Aragón a cargo de la convocatoria del IRPF. Si estás interesado/a en participar llama al 976 59 59 59.

física y psicológica, también están previstas diferentes actividades de gestión del sueño, yoga adaptado o literatura.

Amanixer considera de vital importancia mejorar el bienestar social y mental de las mujeres con discapacidad y, por ello, a lo largo de todo el año se ofrece, de manera gratuita, atención e información social para dar apoyo y acompañamiento a mujeres con necesidades psicosociales. De la misma manera, se pone a disposición de las usuarias un servicio de terapia psicológica, individual y grupal, donde se trabajan aspectos relacionados con el malestar emocional o psicológico, el apoyo mutuo, las habilidades sociales, el empoderamiento, la prevención de la violencia. Esta atención psicológica puede ser presencial y online, está subvencionada y se dirige tanto a mujeres con discapacidad como a mujeres cuidadoras de una persona dependiente o con discapacidad.

Fundación CAI apoya y colabora con Amanixer desde hace años, cediendo sus instalaciones para el desarrollo de las diferentes actividades que se programan en la ciudad de Zaragoza.

Si estás interesada en participar en alguno de los servicios o talleres, no dudes en ponerte en contacto en el teléfono 682 728 686, info@amanixer.es y redes sociales. ≡

## Plena inclusión pide más lectura fácil en el Día del Libro

**Una mayor accesibilidad cognitiva garantizaría el derecho de las personas con discapacidad intelectual a acceder a la cultura y la literatura clásica**

EL PERIÓDICO  
eparagon@elperiodico.com  
ZARAGOZA

Con motivo del Día del Libro, Plena inclusión ha lanzado la campaña 'Está claro, lectura fácil'. En una conmemoración así, la mayoría de la población da por sentado el disfrute universal de la lectura. Sin embargo, esto no ocurre igual para las personas con dificultades de comprensión.

La lectura fácil es un método de creación y adaptación de documentos -desde noticias o programas electorales a sentencias, leyes u obras literarias- para que resulten más fáciles de comprender. Se estima que este tipo de textos comprensibles benefician a uno de cada tres ciudadanos, no solo a las personas con discapacidad intelectual, autismo o parálisis cerebral, sino también a aquellas con deterioro cognitivo a causa de la edad o de un accidente, o a los extranjeros que no dominan bien el idioma, entre otros.

Para la campaña, personas con discapacidad intelectual o del de-



►► Tres de los participantes en el club de lectura fácil.

sarrollo posan imitando a Julio Iglesias con la frase "Tienes que adaptarlo a lectura fácil, y lo sabes". Parodian así el famoso meme viral que nos recuerda algo que sabemos o deberíamos saber. De esa manera, se pretende señalar la responsabilidad de cada cual en que el hecho de que la cultura

llegue o no a todo el mundo.

El origen de la campaña está en el vídeo *La Carta* de TEBVist TV, ganador del concurso de VivirCon de Plena inclusión. En el clip, alguien da por hecho que otra persona debería saber qué es un recurso de alzada. Esta le replica: "¿Y tú, sabes lo que es la lectura fá-

cil?". Así, el vídeo propone un cambio de enfoque. En lugar de dar por sentados ciertos conocimientos, asume que mucha información debería ser más fácil de entender para que todo el mundo pueda participar plenamente en la sociedad.

Las redes sociales de Plena inclusión Aragón se han sumado esta semana a esta campaña estatal. Pero la entidad autonómica trabaja a favor de la accesibilidad cognitiva a lo largo de todo el año, haciendo promoción de la lectura fácil también en el ámbito de la cultura y la literatura.

En estos momentos, su comisión *Creando Espacios Accesibles* está adaptando a lectura fácil la obra de la literatura clásica aragonesa *La Vida de Pedro Saputo*. Y, desde el pasado mes de marzo, ha puesto en marcha un club de lectura fácil, donde las personas con discapacidad intelectual trabajan valores a través de las novelas. Y, de paso, derriban las barreras cognitivas que les impiden disfrutar de la literatura clásica. ≡



**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