

Participan:



Avanzando con paso firme y las mejores terapias en el tembloroso camino del Párkinson

Más de 5.000 aragoneses padecen Párkinson, la segunda enfermedad neurodegenerativa más frecuente a partir de los 65 años. Desde la Asociación Párkinson Aragón ofrecen a los pacientes y sus familiares apoyo y asesoramiento para hacer frente a este trastorno degenerativo que también afecta a colectivos más jóvenes

ZARAGOZA 'Hoy puedo, pero mañana no lo sé'. Esta frase, que parece sacada del mejor de los manuales de autoayuda, la pronuncia Ana Carmen Villanueva, una sonriente mujer de 51 años, quien, a los 39, fue diagnosticada de Párkinson después de descartar otras muchas dolencias, ya que, por su temprana edad, algunos profesionales médicos se negaban a creer la evidencia.

Ana era madre de dos niños de 5 y 2 años, en esos momentos, y su mayor preocupación era quedarse cruzada en un semáforo cuando la acompañara al colegio o a sus actividades extraescolares. «En un principio fue duro, se me cayó el mundo encima, pero rápidamente me puse manos a la obra para que mis hijos nunca dijeran que su madre no hizo nada por ellos. Acepté la enfermedad y la normalicé, que es lo que hay que hacer en estos casos, porque si lo haces tienes parte de este largo camino ya andado», apunta Ana, quien insiste en no avergonzarse a la hora de decir que se tiene Párkinson, así como en la necesidad de no ocultarlo, de darle visibilidad para que otras personas en similares situaciones sepan qué pueden hacer y quiénes les pueden ayudar.

Ella encontró apoyo, ayuda y asesoramiento profesional y personal en la Asociación Párkinson Aragón, entidad que, en sus más de 25 años de trayectoria, ha atendido las demandas de alrededor de 2.000 usuarios. En su sede, Ana imparte, todas las semanas,



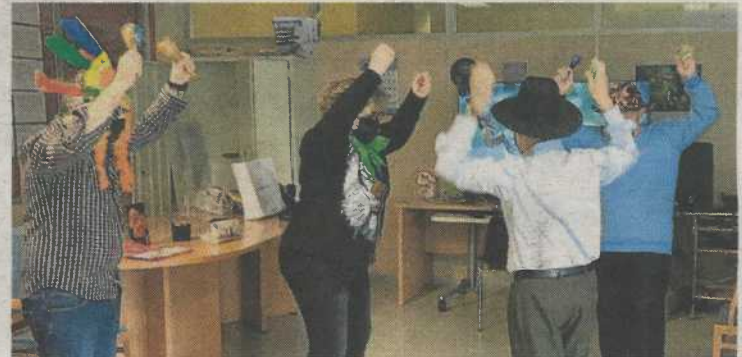
Ana, en el taller de manualidades. A.PARKINSON

un curso de manualidades, del que salen auténticas obras de arte de manos que son mucho más que articulaciones temblorosas y que rompen con el estereotipo de los enfermos de Párkinson.

Un colectivo muy numeroso, ya que, más de 5.000 aragoneses padecen esta enfermedad, que es más frecuente a partir de los 65 años. Por todo ello, y con motivo del Día Mundial, que se celebra el 11 de abril, pacientes y

profesionales insisten en la importancia de que «tanto la persona afectada como sus familiares y cuidadores, sean conscientes y tengan información suficiente de los efectos de la enfermedad con el fin de ser capaces de afrontar sus trastornos, muchas veces difícilmente comprensibles, y que cuenten con los mejores tratamientos para hacerles frente», explican.

El caso de Ana no es excepcio-



Clases de baile para mejorar el estado físico. A.P.A.



Carrera simbólica en la que participaron los usuarios. A.P.A.

nal, ya que un 5% de los diagnósticos se producen en personas menores de 50 años, aunque la prevalencia de la patología aumenta a partir de los 60.

En el tiempo que ha transcurrido desde su diagnóstico, Ana ha mirado a la enfermedad de frente y ha hecho, y sigue haciendo, todo lo posible para que el día a día de los que la rodean sea mejor. El de sus hijos, que hace dos años se quedaron sin pa-

dre y ella sin el esposo fiel que la apoyaba y animaba; de su familia; de sus vecinos de Zaragoza y los de su pueblo, donde colabora en los actos festivos; del instituto de sus hijos; de sus compañeros de la Asociación; y de sus amigos. Y lo hace porque si algo tiene claro Ana es que se niega a que «el Párkinson me quite la vida».

Más información de interés: www.parkinsonaragon.com
ANA ESTEBAN PELEGRÍN

Un plan estratégico muy participativo para Plena inclusión Aragón

ZARAGOZA. Plena inclusión Aragón y sus entidades miembro han celebrado recientemente un encuentro para elaborar de forma participativa su tercer plan estratégico, que estará vigente hasta 2025. Este documento define las líneas maestras que seguirán estas organizaciones sin ánimo de lucro a favor de los derechos de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y sus familias. Una labor tan trascendente que Plena inclusión Aragón quiso abrir este proceso al mayor número posible de personas.

World Trade Center Zaragoza

acogió a 90 representantes de todos los colectivos implicados en el sector: profesionales y juntas directivas de las entidades, personas con discapacidad intelectual y sus familias. Todas juntas decidieron el futuro del movimiento asociativo. A lo largo de dos días, los participantes se dividieron en seis equipos para ir trabajando sobre los diez retos en torno a los que gira el nuevo plan estratégico. Al final, pusieron en común sus conclusiones para, entre todos y todas, configurar el nuevo plan.

El anterior plan estratégico de Plena inclusión Aragón estuvo



El WTC acogió la reunión para elaborar el plan estratégico. P.I.A.

vigente de 2016 a 2020. Poco antes de su renovación se decretó el primer estado de alarma, y después, las restricciones sanitarias habían impedido celebrar un encuentro tan participativo como el de la semana pasada.

Por ello, el nuevo plan llega con dos años de retraso sobre la fecha prevista, pero, al mismo tiempo, esta demora ha permitido a Plena inclusión Aragón y sus entidades poner en marcha el 95% de las actuaciones previstas en el anterior plan, lo cual supone un elevado grado de cumplimiento.

P.I.A.

#Sin Barreras

Fundación Ibercaja colabora en la llegada de ucranianos a España



Centro de Cruz Roja en Besançon (Francia), donde los refugiados fueron atendidos por personal sanitario.

ZARAGOZA. Fundación Ibercaja apoya una nueva iniciativa de ayuda al pueblo ucraniano. Desde la entidad, se ha respaldado económicamente una acción voluntaria, impulsada por un empleado del Grupo Ibercaja en Zaragoza, que ha realizado un viaje

en autobús junto con otro voluntario hasta la frontera polaca con Ucrania, para facilitar el desplazamiento de refugiados a España.

El pasado día 23 de marzo, un autocar salió de la capital española e inició un largo viaje hasta la ciudad de Cracovia, donde ini-

cialmente se había coordinado la recogida de 15 refugiados, en su mayoría mujeres, niños y personas mayores. Debido a las necesidades del país, se sumaron al autobús 38 ciudadanos más que se encontraban en Varsovia en esta misma situación. En la fron-

tera ucraniana, contaron con la colaboración de dos diplomáticos de la embajada española en Kiev.

Un largo viaje

A través de esta iniciativa, apoyada por Fundación Ibercaja, empresas y particulares, los voluntarios recogieron en Polonia a los refugiados. En primer lugar, les proporcionaron comida antes de iniciar el viaje a España. Durante el viaje, se realizó una parada en la ciudad francesa de Besançon, donde pudieron pasar la noche en un centro de la Cruz Roja y ser atendidos por personal sanitario.

La mayoría llegaron hasta Madrid, al centro de acogida para refugiados de Pozuelo de Alarcón. Actualmente, ya disponen de un alojamiento en España junto a familiares y amigos. Por otro lado, aquellas familias que no tienen vivienda donde instalarse, van a ser atendidas por diferentes organizaciones, colaboradoras de esta iniciativa.

Con este viaje, 53 personas han podido llegar a España, a través de una iniciativa apoyada por Fundación Ibercaja, con el fin de ayudar a la población ucraniana en esta situación de emergencia y conflicto.

HA

Concierto solidario a favor del pueblo ucraniano

El próximo viernes 29 de abril, el salón Aragón de Ibercaja Patio de la Infanta acogerá el concierto benéfico 'Voces por la paz', a cargo del coro juvenil de Amici Musicae, cuya recaudación irá destinada a las víctimas de la guerra de Ucrania y se hará a través de la oenegé Aldeas Infantiles SOS.

Una fantástica oportunidad que hace posible la entidad para disfrutar del Coro Amici Musicae, formado por casi setenta jóvenes, entre los diecisiete y los veintiséis años, que lanzarán un recital con un mensaje de esperanza por la paz.

La entrada será solidaria, con un coste de 10 euros, y se puede conseguir a través de la página web o en cualquier cajero de Ibercaja.

Además, se ha habilitado, hasta el mismo día del concierto, una fila 0 abierta a donaciones que se podrán realizar en la web de Fundación Ibercaja.

HA

@Plena inclusión

#SOCIAL

El plan de la discapacidad de Aragón, en lectura fácil



Plena inclusión Aragón tiene un programa de responsabilidad social. La responsabilidad social de una entidad consiste en colaborar con sociedad en la que trabaja.

Plena inclusión Aragón colabora con las administraciones pú-



blicas para que la sociedad entienda las leyes y los documentos con facilidad.

El Gobierno de Aragón ha presentado el primer Plan de Acción Integral para las Personas con Discapacidad de Aragón.

Propone acciones para asegurar que se cumple la ley de derechos de las personas con discapacidad de Aragón.

Plena inclusión Aragón está adaptando a lectura fácil este plan. Así, las personas con discapacidad intelectual o que tienen dificultades para comprender lo que leen podrán entender lo que dice el plan.

El año pasado, el Gobierno de Aragón hizo un proceso de participación para hacer este plan.

Un proceso de participación es un espacio en el que los ciudadanos proponen cambios para mejorar un plan o una ley. En este proceso participaron 112 personas con discapacidad intelectual de Plena inclusión Aragón y de sus entidades. Las entidades que participaron son: Atadi, Amibil, Valentia, Adisciv, Los que no se rinden y Adispaz.

Estas personas aportaron ideas para que las personas con discapacidad vivan mejor en Aragón. (Texto en Lectura Fácil)

#GALARDONES

Fundación DFA entrega los premios Zangalleta

Fundación Dfa ha celebrado esta semana, en la Sala de la Corona del Edificio Pignatelli, los XXVII Premios Zangalleta. En esta edición, Carmen Bastón Rial, Reale Foundation, ATAM y el Ayuntamiento de Jaca recogieron unos galardones que reconocen la labor en torno a la inclusión y los derechos de



Imagen de la entrega de premios. F. DFA

las personas con discapacidad. La presidenta de Fundación DFA, Marta Valencia, dejó claro cuál es el denominador común entre los premiados: «Se centran en las personas, en hacer su vida mejor y,

muy especialmente, la de las personas con discapacidad».

Carmen Bastón subió al escenario para recoger el primero de los galardones. Dfa reconoció la trayectoria de la empleada jubilada

del Ayuntamiento de Zaragoza, cuyo trabajo ha estado vinculado a las entidades sociales.

Reale Foundation recibió su galardón por el compromiso y la vinculación altruista con Dfa, traducido en la ejecución de diversos proyectos dirigidos a niños y niñas con discapacidad y alteraciones en el desarrollo.

ATAM fue distinguida por su implicación en el terreno de la investigación y la implantación para hacer de la tecnología una herramienta para derribar barreras y facilitar la autonomía personal y la independencia.

@Fundación DFA

El compromiso por la accesibilidad sirvió para que el Ayuntamiento de Jaca, de manos de su alcalde, Juan Manuel Ramón, se llevase otra de las esculturas 'Libertad'.

A la ceremonia de entrega de premios asistieron el presidente de las Cortes de Aragón, Javier Sada; la delegada del Gobierno en Aragón, Rosa María Serrano; la consejera de Ciudadanía y Derechos Sociales, María Victoria Broto; y los consejeros del Ayuntamiento de Zaragoza Ángel Lorén, Natalia Chueca, Carmen Herrarte y Patricia Cavero, entre otros.