

2020 año de "El Poder de las Personas" en Plena inclusión



Representantes con discapacidad intelectual.

En este boletín vamos a hablar de:



Noticias de organizaciones de Plena inclusión 3

2020 año “El poder de las personas” en Plena inclusión 3



Noticias de organizaciones de Plena inclusión 4

¿Por qué Plena inclusión cambió de nombre? 4



Noticias sobre cultura 7

Participa en nuestro blog literario 7



Noticias sobre discapacidad 8

3 tecnologías que facilitan la lectura 8



Noticias de organizaciones de Plena inclusión 10

Afanas lanza unas guías sobre maternidad y crianza 10



Noticias de organizaciones de Plena inclusión 13

La AEFT investiga el apoyo a la toma de decisiones 13



2020 año “El poder de las personas” en Plena inclusión

Plena inclusión ha elegido su lema para el año 2020.

Un lema es una frase
que nos ayuda a conseguir lo que queremos.

El lema será “El poder de las personas”.

Significa que lucharemos aún más
para que se cumpla el derecho a participar y a decidir
de las personas con discapacidad intelectual
y sus familias.

Haremos muchas cosas:

- Un nuevo plan estratégico en el que participarán
Las personas con discapacidad y sus familias.
Este plan es un documento
que explica las metas de Plena inclusión
y lo que va a hacer para conseguirlas.
- Crearemos la Plataforma Española
de personas con discapacidad intelectual.
Será un espacio para que opinen.
- Haremos un gran encuentro en junio en Toledo.



¿Por qué Plena inclusión cambió de nombre?

¿Sabías que Plena inclusión antes se llamaba FEAPS?

Te contamos cómo y por qué Plena inclusión cambió de nombre.

Plena inclusión nació
hace más de 50 años: en 1960.

Su nombre entonces era FEAPS.
Estas letras significaban
Federación Española de Asociaciones
Pro Subnormales.

A las personas con discapacidad, las familias
y profesionales no les gustaba.

Era un nombre difícil.
Además, tenía la palabra subnormal.
Esa palabra se utilizaba hace años.
Pero luego cambiaron los tiempos
y se empezó a ver como un insulto.

Luego, cambió ese nombre
por Confederación Española
de Organizaciones en favor de las Personas.
Ese nombre también era difícil.

En 2015, por fin cambió su nombre
por Plena inclusión.

El nombre les gustó
a las personas con discapacidad,
profesionales y familias.

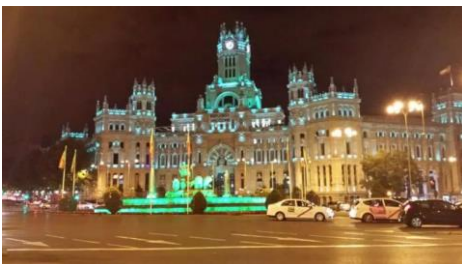
Es un nombre fácil.

Y además el nombre dice lo que queremos:
la plena inclusión de las personas con discapacidad
en la sociedad.

Para anunciar el cambio,
hubo muchos actos en toda España.

En Madrid, se iluminó de color verde
el Palacio de Cibeles.

Este palacio es el ayuntamiento de Madrid.



Ayuntamiento de Madrid iluminado de verde.

El logo de Plena inclusión
Es un trébol de 4 hojas.



Los 4 colores del trébol significan:

1. La hoja de color verde oscuro representa a las personas con discapacidad intelectual. Ellas son las verdaderas protagonistas de la organización.
2. El resto de los colores representan a los apoyos que reciben estas personas. Estos apoyos pueden ser profesionales o familiares.



Participa en nuestro blog literario

En Planeta fácil estrenamos nueva sección.

Es un blog literario.

En ella queremos que muchas personas participen.

¿Qué puedes publicar?

Poemas, relatos o cuentos, por ejemplo.

¿Cómo puedes participar?

1. Entra en la web de Planeta fácil:
<http://planetafacil.plenainclusion.org>.
2. Entra en la sección [blog literario](#).
Puedes verla en el menú.
3. Pulsa en el botón [¡Participa!](#)
Lo tienes a la derecha.
4. Pulsa el botón [Publicar mi primera obra](#).
5. Rellena el formulario con tus datos y tu obra.
6. Al final, pulsa el botón Enviar obra.

¡Anímate y participa ya mismo!



3 tecnologías que facilitan la lectura

En la actualidad, existen muchas tecnologías para que las personas con discapacidad puedan leer documentos en el ordenador.

Hoy os mostramos 3 tecnologías que les facilitan la lectura:

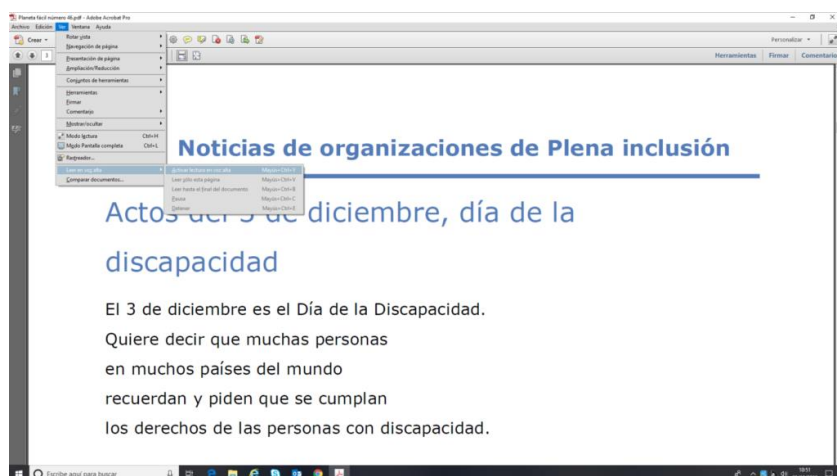
1. Lectura en voz alta de archivos PDF.
2. Lectura en voz alta de Planeta fácil.
3. Usar la lupa de Windows.

¡Pruébalas!

Lectura en voz alta de archivos PDF

1. Abre el documento con Adobe Acrobat.
2. En el menú Ver, pulsa Leer en voz alta.
3. Activa leer en voz alta.
4. Con el ratón, selecciona el texto que deseas leer.

Puedes verlo en esta imagen:



Lectura en voz alta de Planeta fácil

Leer contenidos de nuestra web es aún más fácil.

Busca y pulsa el botón Escuchar el texto.

Puedes verlo en esta imagen:



Usar la lupa de Windows

Para activar la lupa en Windows:

1. Entra al menú pulsando el icono Windows de abajo a la izquierda.
2. En el buscador, teclea la palabra lupa.
3. Amplía y reduce cuando desees.
4. Desplázate por la pantalla con el ratón.

Puedes verlo en esta imagen:





Afanías lanza unas guías sobre maternidad y crianza

Afanías ha publicado unas guías sobre la maternidad y crianza.

La crianza es el cuidado y la educación de los niños y las niñas. Estas guías tratan de:

- La alimentación del bebé de los 0 a los 6 meses.
- La alimentación del bebé de los 6 meses a los 2 años.
- Mi hijo está enfermo. ¿Qué hago?
- Guía sobre cómo marcar límites a tus hijos e hijas.

A continuación, ponemos 2 o 3 ejemplos sobre qué tratan cada una de estas guías.



La alimentación del bebé de 0 a 6 meses

En esta guía puedes ver:

- Consejos para darle el pecho al bebé.
- Cómo preparar el biberón.



La alimentación del bebé de 6 meses a 2 años

En esta guía puedes ver:

- Qué alimentación puede tomar tu bebé.
- Consejos para una buena alimentación de tu bebé.
- Tabla de apoyo para guiarte de manera fácil.



Mi hijo está enfermo. ¿Qué hago?

En esta guía puedes ver:

- Si tu hijo tiene fiebre.
- Si tu hijo vomita.
- Si tu hijo tiene cambios en el pipí.

Guía sobre cómo marcar límites a tus hijos

Guía sobre cómo marcar límites a tus hijos

En esta guía puedes ver:

- Cuáles son los horarios de comida, de ducharse o de jugar.
- Como explicarle de manera fácil las normas para que las entienda.
- Tener paciencia y no chillar a tu hijo.

Estas guías las han hecho:

- Profesionales de pediatría, que son médicos y enfermeros que atienden a los niños y niñas.
- El área de mujer de Afanias, que es una organización de Plena inclusión Madrid.

Enlace:

[Guías informativas de apoyo a la maternidad y crianza en lectura fácil](#)



La AEFT investiga el apoyo a la toma de decisiones

La Asociación Española de Fundaciones Tutelares ha publicado una investigación sobre el apoyo a la toma de decisiones.

También llamamos AEFT a la Asociación Española de Fundaciones Tutelares.

Esta investigación trata del artículo 12 de la [Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad](#).

El artículo 12 dice:
Todas las personas con discapacidad somos iguales ante la ley desde que nacemos.

La investigación la han hecho para demostrar que la vida de las personas con discapacidad intelectual mejora cuando toman decisiones sobre ella y tienen los apoyos que necesitan.

La investigación explica:

- Los objetivos de la investigación.
- Las personas han participado.
- Los resultados de la investigación.

La investigación está en lectura fácil.

Enlace:

[Investigación sobre apoyo a la toma de decisiones \(archivo PDF\)](#)



Web de Planeta fácil
planetafacil.plenainclusion.org



¡Participa!

Envía tus opiniones a Planeta Fácil.
<http://planetafacil.plenainclusion.org/participa-en-planeta-facil/>

