

— Abril 2021 · N° 459

ISSN: 2444-9970

Índice

Abril
2021

■ N° 459

	Tema de portada	
	— La poesía como espacio de igualdad y convivencia	4
	Documenta	
	— Contenidos sobre arte y cultura	6
	Entrevista	
	— Francesc Miralles, escritor	7
	Opini3n	
	— Personas con grandes necesidades de apoyo	9
	— No es lo mismo apoyar que cuidar	10
	Reportaje	
	— Músca y teatro para expresar emociones y trabajar en equipo	11
	Entrevista	
	— Lydia Mart3nez, miembro de Asproher, Grupo de Hermanos de Aspronaga	12
	Reportaje	
	— Residencias art3sticas de Plena Inclusi3n Madrid: el arte como poder integrador	14
	Actualidad Plena	
	— La m3sca vocal y la inclusi3n se dan la mano en Zaragoza	16
	— Vulneraci3n de derechos por raz3n de discapacidad tras un a3o de estado de alarma	16
	— Participaci3n y liderazgo en Plena CV	17
	— FADEMGA participa en el encuentro sobre el derecho a la vivienda contando #QuieroMisLlaves	17



Entrevista

- Miguel Sagarra,
Presidente de Special Olympics España 18



Reportaje

- Danzar por primera vez 19



El poder de las personas

- Maribel Cáceres exhibe
El Poder de las Personas en el Senado 20
- La Red de Herma@s y Cuñad@s estrena una comunidad
virtual en la que compartir experiencias 21
- Terminan los debates de 'El Poder de las Personas' 22
- Mujeres protagonistas de la historia de Cantabria 23



Reportaje

- Laboratorio de Arte 24



Últimas publicaciones

26



La contra

- La Viñeta de Voces 27



La poesía como espacio de igualdad y convivencia

*Sentir con el corazón de otro,
ver a través de otros ojos,
vestir con la piel de otro,
¿puedes?*

Mikey Mondéjar

Mikey Mondéjar y Silvia Coto son dos poetas con discapacidad intelectual o del desarrollo, que comparten sus historias para inspirar a otras personas a escribir y leer poesía como un camino de transformación vivencial.

Valentina Lara.
Plena inclusión España



Nos citamos con ellos en el mítico Café Gijón de Madrid, fundado en la primavera de 1888, un lugar que ha albergado durante su historia a grandes figuras de la literatura: Federico García Lorca, Benito Pérez Galdós, Angelina Gatell, entre muchas otras. Mikey Mondéjar y Silvia Coto esperan al fondo del café, cada uno con su libro de poemas en la mano.

Este es un espacio habitual para ellos. Antes de que irrumpiera la COVID-19 en nuestra historia, allí se reunían con más 30 personas con discapacidad intelectual para celebrar la tertulia literaria 'Escribir por el placer de contar'.

Ambos sienten la poesía como un espacio de igualdad y convivencia en el que pueden expresarse con libertad, conocerse a sí mismos y entender el mundo. Los dos tienen en su haber varios libros publicados y han participado en antologías literarias del Café Gijón.

En repetidas ediciones de la Feria del Libro de Madrid han sido protagonistas. Silvia, así lo recuerda: "El primer año que participé, con el libro 'Mi traje jardín' publicado por la Editorial Grupo Cero, vinieron muchas personas a que les firmara el libro. Fue muy emocionante poder compartir mis textos".

La autora espera ansiosa que en abril se publique su segundo poemario 'Te llevo en mi silencio'. Escribe desde que era una niña y a sus 44 años continúa su viaje literario divirtiéndose y aprendiendo el oficio. La inspiración la encuentra en su familia y sus amigos, y en sus versos reclama y sueña un mundo distinto.

*Razones para vivir,
razones para besar,
razones para querer,
razones para amar,
quiero volver a sentir.*



Grabación del reportaje para Planeta fácil TV

Cuando nos encontramos con ella, nos regala la lectura de uno de los poemas que incluirá su nuevo libro. Admira la poesía de Gustavo Adolfo Bécquer, Gloria Fuertes y Miguel de Cervantes. Escribiendo versos se siente a gusto consigo misma, y además reflexiona: "Como escritora he aprendido a escuchar y a respetar a los demás, a sentir seguridad en mí misma y estar a gusto con mis compañeros".

Silvia y Mikey son de la misma opinión: en la tertulia literaria han perdido el miedo a compartir sus textos porque es una comunidad donde las diferencias son parte de la riqueza creativa. "Hablando y escribiendo se entiende la gente", añade Mikey.

Mikey escribe en castellano e inglés. Su creación bilingüe evidencia su descendencia inglesa, de la que se siente orgulloso mientras da un sorbo al té de su taza, a las seis de la tarde. Su profundidad y claridad impactan. En sus versos se descubren grandes inquietudes.

En la edición de mayo de Planeta fácil TV, el programa de información accesible de Plena inclusión y Servimedia, Silvia y Mikey serán los protagonistas del reportaje central. Hablarán de sus grandes retos y aprendizajes y compartirán su arte, porque, como asegura Mikey: "Todos los seres humanos tenemos la capacidad de ser creativos. Mientras podamos poner un objeto sobre un pensamiento, volará la imaginación y se crearán mundos nuevos, mundos que conecten las mentes con los corazones".

Mikey y Silvia desean volver a encontrarse con sus compañeros de oficio en el Café Gijón, compartir y escuchar poesía. Mientras tanto continúan sus tertulias de manera online.

Terminamos nuestro encuentro. "Me preguntas por qué me esfuerzo tanto. Tengo algo de tiempo. Háblame", susurran las páginas de 'Spectro', una obra de M. Mondejar.

La tertulia literaria 'Escribir por el placer de contar' y las publicaciones de Silvia y Mikey, como las de muchos otros autores con discapacidad intelectual o del desarrollo, han sido acompañadas e impulsadas por la Fundación Argadini, con el apoyo de la Fundación Repsol.

Contenidos sobre arte y cultura

Olga Berrios. Plena inclusión España



Más cultura, más inclusión. Plena inclusión Madrid



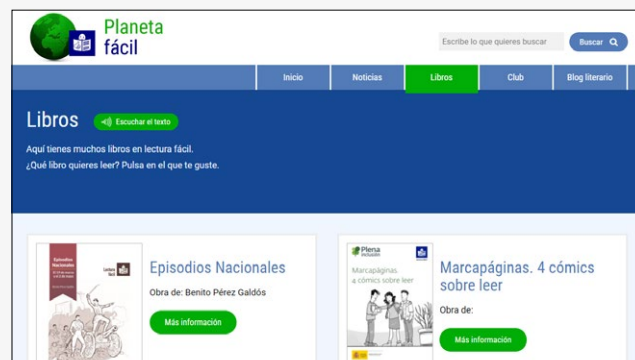
[Accede a la web](#)

PdiCiencia. AFAMP. Plena inclusión Andalucía



[Accede a la web](#)

Libros en lectura fácil. Plena inclusión España



[Accede a la web](#)

Premio de relato corto y poesía. Plena inclusión Andalucía



[Accede a la web](#)



Canarias, fuente de leyendas. Plena inclusión Canarias

[Accede a la publicación](#)



La accesibilidad de los museos. Participa FADEMGA Plena inclusión Galicia

[Accede a la publicación](#)





Francesc Miralles

Escritor

“Auguro una revolución de lo analógico como rechazo a las pantallas”

José L. Corretjé. Plena inclusión España

Francesc Miralles es un escritor prolífico, con más de 50 libros publicados. Al escucharle, transmite una cercanía y una sencillez que podrían identificarse con la paz luminosa de un ser espiritual que viene de Oriente. Su obra reciente investiga sobre la felicidad y la realización personal. Quizás por ello, esta búsqueda le ha llevado en los últimos años a viajar y escribir sobre Japón y su cultura.

— Has escrito decenas de libros, algunos de ellos sobre la búsqueda de la felicidad. ¿Dónde se encuentra la gran deseada?

La felicidad es algo distinto para cada persona. Hay quienes se obsesionan con la fama y el dinero. Para otras personas, la felicidad sería curarse o compartir su vida con otra persona. Yo diría que la felicidad se halla en el momento en que logras acortar la distancia entre tus aspiraciones y tu realidad. El problema viene cuando una persona ha imaginado un tipo de vida y su realidad le lleva a experimentar algo muy distinto. Entonces, en vez de felicidad tenemos frustración, apatía o depresión.

— Buena parte de tu obra reciente mira a Japón. ¿Qué has descubierto allí que da más sentido al vivir?



Foto de Héctor García

En los últimos siete años he viajado allí y escrito mucho sobre Japón. La japonesa es una cultura que vuelve sofisticado todo lo que toca. Lo han hecho con lo que les llegaba de China y, después de la Segunda Guerra Mundial, tomando tecnología de Estados Unidos y transformándola en mejores productos. Es un pueblo amante del perfeccionismo que saben que nunca se va a alcanzar. Así, han desarrollado el wabi-sabi: la belleza de la imperfección. Consideran que solo lo que se parece a la naturaleza puede ser bello, y en la naturaleza nada es perfecto y nada es para siempre. Shoma Morita, el Víktor Frankl japonés, decía que “la misión de todo ser humano es ser la mejor persona imperfecta posible”.

— Junto a Héctor García has explorado recientemente el *Ichigo Ichie* que recomienda, entre otras cosas, celebrar la vida con otras personas estando plenamente presente. ¿Por qué nos empeñamos en evitar el aquí y el ahora?

Ichigo-Ichie es un lema que está en las casas de té de Japón y que significa “una vez, una

oportunidad". Quiere decir que lo que vamos a vivir ahora no se repetirá más. Es una invitación a celebrar el momento presente con los cinco sentidos. En realidad, es como una ceremonia de la atención plena. Sería lo opuesto a la multitarea, o a cuando quedas con un amigo para contarle algo importante y este no te escucha porque está pendiente del móvil.

Los filósofos romanos ya tenían una palabra para lo que nos pasa ahora: *hórror vacui* (miedo al vacío). Ya hace dos mil años conocieron el terror a una hora vacía sin nada que hacer. Ese miedo nos lleva a estar enganchados a las redes sociales y a que, como dice Marian Rojas, "los niños tengan agendas de ministros". Pascal decía que "la infelicidad del ser humano se basa en quedarse quieto en una habitación". Así que se me ocurre que un gran paso que puede dar cualquier persona es darse cita a sí mismo y preguntarse qué es lo que le satisface verdaderamente.

— Con tanta pantalla y tanta prisa nos perdemos gran parte del goce que nos aportan los sentidos. ¿Cómo recuperarlo?

Esta pandemia no ha ayudado a alejarnos de la pantalla, sino a todo lo contrario. Pero yo hago la predicción de que, a tres o cinco años vista, va a haber una revolución de lo analógico. La gente se cansará de las pantallas y descubrirá que lo realmente excitante va a ser encontrarse cara a cara, darse un abrazo, escribir a boli en una libreta y revelar fotos de un carrete. Al final, el mundo de las pantallas es útil pero se ha vuelto muy previsible. Además, ahora que es cuando más conectados estamos, es cuando hay más gente que se siente sola. Mirarnos,

sonreírnos y ayudarnos, ninguna pandemia nos lo va a quitar.

— El *Ikigai*, otra práctica que nos llega desde Japón sobre la que has escrito, anima a hacer de tu pasión el motor de tu vida. ¿Por qué entonces trabajamos en lo que nos desazona y dejamos las pasiones para los ratos libres?

Ha habido grandes creadores, como Kafka, que dejaban su pasión para el tiempo libre. Era abogado de una compañía de seguros, y tras finalizar su trabajo y dormirse una siete de dos o tres horas, se ponía a escribir hasta muy tarde por la noche. Pero también, cuando tenemos una afición que nos apasiona, podemos intentar dedicarnos a ello a tiempo completo.

— "La felicidad son las ganas de repetir algo". ¿Cómo hacemos ahora para ser dichosos cuando nos prohíben repetir lo que más nos gusta?

Esta es una frase que dice uno de los personajes de 'La insoportable levedad del ser', de Milan Kundera. Y curiosamente, esa afirmación choca con la concepción moderna por la que la felicidad es sinónimo de consumo de la novedad y se asemeja al cambio permanente. Kundera reivindica la práctica diaria de lo que tienes y quieres. Y esto lo aprendimos con Héctor García (coautor de varios libros de Miralles), cuando visitamos Ogimi, la aldea japonesa con el récord Guinness de longevidad. Es un pueblo de agricultores en el que, aparentemente, cada día hacen la misma rutina. La diferencia es que para los habitantes de Ogimi, cada día es una celebración del privilegio de seguir vivos.



Personas con grandes necesidades de apoyo

Cristina Paredero. Activista y miembro de la Junta Directiva de Plena Inclusión



Tengo la suerte de necesitar menos apoyos que otras personas, y eso me ha permitido que pueda participar en grupos que toman decisiones importantes, pero soy consciente de lo injusto que es que personas con grandes necesidades de apoyo no estén en la toma de decisiones, por eso precisamente estoy aquí.

No puedo ni voy a compararme con aquellas personas que tienen mas necesidades de apoyo, pero vivimos en un mundo en el que la discapacidad intelectual o del desarrollo está marcada por un profundo modelo asistencial que no concibe que nosotras podamos ser personas empoderadas y por supuesto, líderes.

Viviendo en una sociedad estigmatizada y arraigada en la creencia de que lo diferente es censurable, cuanto más diferente seas y más apoyo necesites, mas “problemático” te conviertes. Esto es una visión muy peyorativa, dañina y capacitista de la diversidad en la discapacidad. Tenemos que cambiar esta visión y no ver los desafíos como un problema, sino como una forma de mejorar, aprender y crecer como personas. Es decir, no hay que centrar el foco de atención en las capacidades de estas personas, sino verlo desde la perspectiva de capacidades diversas, ya que no existen las “buenas o malas” capacidades, solo las capacidades diferentes, acompañadas de los apoyos personalizados y específicos de cada persona. Pensemos que, si a ninguna persona le gusta que le traten de una manera asistencial e institucionalizada ¿Por qué con estas personas iba a ser diferente? Sean cuales sean sus necesidades de apoyo, todos tenemos el derecho a tener una calidad de vida plena y a una vida comunitaria total, es decir, a ser ciudadanos activos. Jamás debemos confundir la palabra “asistencia” con “dependencia” porque la asistencia es un derecho, la dependencia, un error. Una adecuada asistencia nos conduce a la independencia y autonomía, y por tanto, al ejercicio de nuestros derechos, a la libertad personal y a la capacidad para influir y cambiar el mundo y nuestra realidad. Y eso, es lo que nos convierte en ciudadanos.

Por eso debemos agradecer a Plena Inclusión que se preocupe por dar voz a todas aquellas personas, tengan las necesidades que tengan y les de la oportunidad mediante seminarios y debates, de conocer su realidad.

No es ningún secreto que las personas con grandes necesidades de apoyo son las más olvidadas en nuestras organizaciones, pero lo que todos y todas debemos aprender es que el liderazgo en las personas con mas necesidades de apoyo, sigue siendo liderazgo y como tal, es un derecho que no podemos vulnerar.

El rol de apoyo para estas personas es fundamental para que puedan ejercer sus derechos y una calidad de vida digna en las mismas condiciones que los demás. Pero para eso tenemos que aprender a redefinir la palabra apoyo y dotarla de un significado diferente cuando se trata del liderazgo.

Sigue leyendo



Lectura fácil



No es lo mismo apoyar que cuidar

Sofía Reyes y Olga Barrios. Plena inclusión España



En una reunión del CERMI, alguien comentaba que el Gobierno preparaba un plan de cuidados a las personas con discapacidad y señalaba: “no nos gusta la palabra cuidados porque nos suena muy asistencialista, preferimos apoyos”.

Así surgió en nuestra cabeza la interrogante: ¿qué diferencia hay entre los apoyos y los cuidados?

Las definiciones no ayudan mucho. Pero, al buscar en las imágenes, nos acercamos a qué visión social existe de ambos. Los apoyos se relacionan más con manos unidas y con el avance. Los cuidados se relacionan con personas dependientes, con batas e instrumental sanitario y mujeres que cuidan. También, aparecen muchos corazones en las imágenes de los cuidados.

Pero, ¿esto debería ser así? Este es un artículo de intuiciones. Hemos hecho búsquedas y leído y, sobre todo, charlado sobre el tema. Compartimos unas ideas para continuar y abrir esa conversación.

Algo sí tenemos claro: no son sinónimos. Ponemos un ejemplo. En la frase: “históricamente, las mujeres han asumido la mayoría de los cuidados”; no cambiaríamos en ningún momento la palabra “cuidados” por “apoyos”.

CÓMO DISTINGUIRLOS

Para distinguir apoyos y cuidados quizá nos debemos fijar en qué necesidades cubren y en dónde está el foco puesto: en conseguir algo o en la participación y la autonomía.

Hablamos de cuidados, cuando las necesidades que cubren están en la base de la pirámide de Maslow: alimentación, higiene o seguridad, por ejemplo. También cuando el foco está en realizar la tarea (asear a la persona cuidada, por ejemplo), más que en su participación, aunque esa participación siempre debe tenerse en cuenta.

Hablamos de apoyos cuando las necesidades que se cubren están en cualquier parte de la pirámide de Maslow: desde la alimentación o la higiene hasta la participación política, la creación literaria o las relaciones personales. También cuando el foco no está tanto en conseguir algo (votar o asearse), sino en que la persona apoyada participe, tome decisiones y sea más autónoma.

Sigue leyendo



Lectura fácil



Música y teatro para expresar emociones y trabajar en equipo

Mauri, Luisa, Toni, Sergio y Eva ya han empezado con sus compañeros a ensayar para grabar un videoclip. Forman parte del nuevo Club de Música y Teatro que ha creado la Fundació Per Amor a l'Art (FPAA) en la antigua fábrica Bombas Gens.

Blanca Barberá. Plena inclusión CV

Es una iniciativa del área social de esta fundación en colaboración con la Plena inclusión Comunidad Valenciana y bajo la dirección artística de Jaime Costa y Coral Cubells.



Plena Inclusión CV es una ONG que representa a entidades y asociaciones para personas con discapacidad intelectual y a sus familias en la Comunidad Valenciana. Jaime Costa es uno de los concursantes de la última edición del aclamado concurso televisivo La Voz Senior.

El Club de Música y Teatro está formado por personas con discapacidad intelectual de entidades de Plena inclusión CV, por jóvenes del barrio de Marxalenes que asisten al Programa Educativo y Familiar de la fundación, por familiares, amistades y por el personal de la fundació que cada día se apunta a esta iniciativa.

Pero el videoclip es solo uno de los objetivos que visibilizará el proyecto. Hay más proyectos. Tantos que todas estas personas saldrán de su entorno para ir a Bombas Gens a formar parte de un grupo en el que la diversión, el trabajo en equipo, la convivencia y la inclusión están asegurados. Y, además, aprenderán a tocar el piano, la guitarra, instrumentos de percusión o técnicas de canto. Sin olvidar la parte de teatro, con clases específicas de montaje audiovisual, expresión corporal, baile o interpretación.

“Queremos que sientan que el club es suyo”, apunta Roberto Simón, director del área Social de la FPAA que añade: “Estamos dando pasos para poder trabajar creando sinergias entre los diferentes colectivos que tenemos: adolescentes en riesgo de exclusión social, personas con discapacidad intelectual y personas con daño cerebral adquirido”.

Sigue leyendo



Lydia Martínez

Hermana de José Miguel y miembro de Asproher, Grupo de Hermanos de Aspronaga

“Compartir ocio inclusivo con personas con discapacidad ha sido un descubrimiento”

Raúl Febrer. Red de Hermanos/as, cuñados/as



Hablamos con Lydia Martínez Novo, hermana de José Miguel y miembro de Asproher, Grupo de Hermanos de Aspronaga, asociación pro personas con discapacidad intelectual de Galicia que pertenece a Plena inclusión. Hoy hablamos sobre ocio inclusivo.

— ¿Cómo te acercaste al mundo del ocio inclusivo? ¿Fue un paso más en formar parte de la vida de tu hermano?

Conocí el ocio inclusivo por Aspronaga, que es una asociación que lucha por el mundo de la discapacidad en un sentido muy amplio de la palabra. Esta entidad tiene colegios, centro laboral, residencias, programas de ocio, etc. Cuando yo empecé a colaborar con ellos, mi hermano ya iba al Centro Laboral Lamastelle y participaba en algunos de estos programas de ocio inclusivo. En ellos se organizan grupos por intereses y franja de edad, en los que favorecen la autogestión y autodeterminación de personas con dificultades para relacionarse en la sociedad.

Se puede considerar que fue un paso más en formar parte de la vida de mi hermano porque sin él probablemente no habría conocido este mundo ni valorado esta oportunidad. Digamos que fue una forma de meterme yo en su mundo, en vez de tener que hacerlo él en el mío. Aunque en cuanto al ocio, mi hermano y yo lo hemos compartido siempre de forma natural. Me pareció interesante poder favorecer estos programas y me ofrecieron la oportunidad

”

Para mí el ocio inclusivo ha resultado una experiencia muy enriquecedora porque me ha aportado una visión diferente de cómo puede ser para las personas

de disfrutar este tiempo también con otros chicos y chicas de la asociación que conocía.

— ¿Qué ha significado en tu vida el ocio inclusivo?

Para mí el ocio inclusivo ha resultado una experiencia muy enriquecedora porque me ha aportado una visión diferente de cómo puede ser para las personas, así como ideas nuevas en cuanto a integración e inclusión. También ha sido muy importante porque me ha ofrecido la oportunidad y los medios para compartir tiempo de calidad con los amigos con los que me resultaba un poco más difícil poder hacerlo.

— ¿Cómo ves que percibe la sociedad este tipo de ocio?

Creo que todavía se ve estandarizado y necesario, pero no prioritario, por lo que es muy difícil encontrar voluntarios. Por supuesto, dejando cabida para personas que tienen vocaciones sociales por naturaleza, creo que habría que apelar a familiares y allegados de las personas protagonistas en estos programas, porque así se puede ir ampliando mejor la red de relaciones. ¡Lo bueno también se contagia! Sería ideal funcionar como una verdadera pandilla y que las actividades y las relaciones surgiesen de manera natural.

”

Este tipo de ocio todavía se ve estandarizado y necesario, pero no prioritario, por lo que es muy difícil encontrar voluntarios

”

Participar me ha mostrado que todo el mundo necesita y merece la oportunidad de tener un grupo donde divertirse y poder disfrutar juntos, donde conocer gente y disfrutar haciendo cosas nuevas

— ¿Dinos algunos beneficios que dirías que tiene para ti, como hermana, esa participación?

Me ha ofrecido una visión de mi hermano como individuo más independiente y autónomo. Me han dado, además, la oportunidad de compartir tiempo de calidad y experiencias de ocio reales con gente con la que no imaginaba poder hacerlo de una forma tan amplia. Me ha mostrado que todo el mundo necesita y merece la oportunidad de tener un grupo donde divertirse y poder disfrutar juntos, donde conocer gente y disfrutar haciendo cosas nuevas. Me ha enseñado que, de momento, son necesarios programas que prioricen la importancia de experiencias sociales plenas y reales para todo el mundo. Y también que algunas personas tienen dificultades, pero la peor de todas es que muchas otras no están preparadas para asumir que todos somos un equipo y que así funcionamos mejor. Tengo claro que con este tipo de acciones salimos ganando todos y nos hacemos mejores personas cuando entendemos que nos mueve lo mismo.



Residencias artísticas de Plena Inclusión Madrid: el arte como poder integrador

La promoción de la creación artística de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y la construcción de espacios en los que compartir esa inquietud con otros artistas inspiraron hace unos años la puesta en marcha de las residencias artísticas Espacio Convergente y Paisaje Abierto, de Plena Inclusión Madrid.

Plena Madrid

Con la colaboración de Fundación Repsol, y dentro del programa Más Cultura, Más Inclusión, desde la federación madrileña se

hizo realidad una iniciativa basada en el convencimiento de que el arte y la cultura son elementos integradores y de cohesión social que permiten además un desarrollo integral de las habilidades individuales.

En este sentido, Espacio Convergente nace en 2017 como espacio de colaboración entre un artista profesional y un grupo de participantes de un centro de una de las entidades federadas que, con un proyecto común, crean una obra individual o colectiva de teatro, danza, cerámica o artes visuales. En estos cuatro años se han sucedido los proyectos artísticos, incluso cuando la COVID-19 dejó en suspenso numerosas iniciativas que requerían de presencialidad, y ha

contado con la participación de una docena de entidades.

“Para los participantes este tipo de proyectos supone una oportunidad para convertirse en sujetos activos de la creación artística y partícipes de procesos a los que difícilmente pueden acceder y en los que aún hay que trabajar la inclusión”

Las residencias se desarrollan en distintas sesiones dinamizadas por el artista que propone el proyecto, artistas que en muchas ocasiones parten



con un desconocimiento del sector de la discapacidad intelectual o del desarrollo y que confíes en su mayoría haber transitado al final un camino en el que han recogido un aprendizaje enorme. Para los

participantes de las entidades, por su parte, este tipo de proyectos supone una oportunidad para convertirse en sujetos activos de la creación artística y partícipes de procesos a los que difícilmente pueden acceder y en los que aún hay que trabajar la inclusión.

Los participantes comparten el descubrimiento de materiales, técnicas de creación e incluso nociones básicas de historia del arte en las residencias de artes visuales, en las que se juega tanto con elementos tangibles, como telas, pintura o materiales procedentes de la naturaleza, como con técnicas de creación audiovisual (fotografía y vídeo). En el caso de los proyectos de danza y teatro, la clave es el conocimiento de la propia expresión corporal y adquirir habilidades para desatlarla y conjugarla con la del resto de participantes para crear una obra colectiva.

En paralelo con el desarrollo de Espacio Convergente, Plena Inclusión Madrid creó en 2019 el proyecto artístico de 'land-art' o arte en la naturaleza Paisaje Abierto, un espacio de convivencia, procesos de trabajo y experimentaciones artísticas en el que participan artistas

con y sin discapacidad intelectual bajo la tutela de Lucía Loren. Paisaje Abierto es una experiencia pionera que se desarrolla en la Sierra Norte de Madrid, en un entorno que permite a las personas participantes

Los resultados de las residencias artísticas de ambos proyectos se han compartido con el público en diversas muestras y exposiciones celebradas en espacios culturales de referencia

conseguir la necesaria conexión con la naturaleza y el paisaje para intervenir en la misma con su creación. La primera edición se celebró en Berzosa del Lozoya y la segunda, en Madarcos.

Los resultados de las residencias artísticas de ambos proyectos (Espacio Convergente y Paisaje Abierto) se han compartido con el público en diversas muestras y exposiciones celebradas en espacios culturales de referencia, como la Feria de Arte Contemporáneo Art Madrid, la Casa Árabe, Nave 73 o la Escuela Superior de Cerámica. Todos ellos han quedado recogidos, además, en diverso material audiovisual que se puede consultar en el canal de YouTube de Plena Inclusión Madrid.

Espacio Convergente

Paisaje abierto: Vínculo Paisaje Abierto



La música vocal y la inclusión se dan la mano en Zaragoza

Mario Gracia. Plena inclusión Aragón

El Festival Saulus pone a prueba la accesibilidad cognitiva para garantizar la plena participación de las personas con discapacidad intelectual en los eventos culturales

La música vocal ha triunfado en Zaragoza gracias al éxito del Festival Saulus, el primero dedicado a este género en la capital aragonesa, que ha contado con un rotundo apoyo del público. Un total de 876 asistentes han pasado por sus conciertos, que han tenido lugar del 6 de febrero al 20 de marzo, congregando a más de 60 artistas de todo el país.

Además, el festival ha tenido muy presente su compromiso social, apostando en su primera edición por la accesibilidad plenamente universal, prioritariamente la cognitiva. Para ello, la organización ha contado con el asesoramiento de Plena inclusión Aragón, que ha supervisado e introducido mejoras de accesibilidad en las dos emblemáticas sedes que han acogido las sesiones: la iglesia San Pablo y el edificio modernista de Caja Rural Aragón.



Un concierto del Festival Saulus en la iglesia de San Pablo de Zaragoza

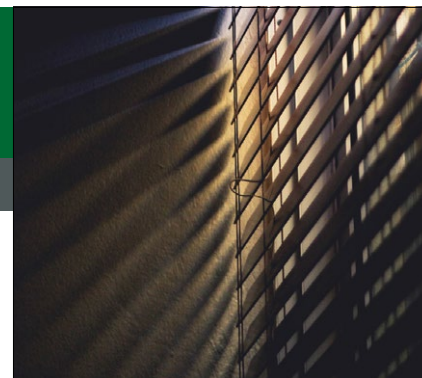
[Sigue leyendo](#)

Vulneración de derechos por razón de discapacidad tras un año de estado de alarma

Blanca Tejero. AEFT

Tras un año desde la declaración del estado de alarma, el Observatorio de Derechos de la Asociación Española de Fundaciones Tutelares (AEFT) publica un informe en el que analiza 44 situaciones vividas por personas con discapacidad intelectual o del desarrollo apoyadas por las entidades tutelares de su red y que suponen, en la mayoría de los casos, y según el Observatorio vulneraciones de derechos por razón de discapacidad o situaciones en las que la restricción de derechos se ha agravado por la misma razón. Entre estas situaciones destacan algunos casos de denegación de derivación a hospital o a UCI por razón de discapacidad, aislamientos sin comunicación ni información prolongados durante un mes, entre otros.

En este sentido, aseguran que las personas con discapacidad han resultado ser unas de las grandes perjudicadas por esta situación, ya que "el efecto de esta pandemia y de todas las medidas establecidas para su contención ha sido mucho mayor en la población con discapacidad.

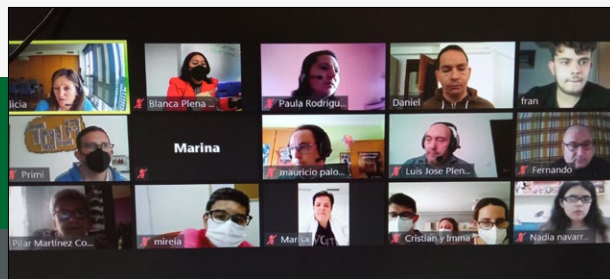


[Sigue leyendo](#)



Participación y liderazgo en Plena CV

Blanca Barberá. Plena inclusión CV



Más de 30 personas con discapacidad intelectual participaron en marzo en el encuentro de Líderes y Representantes de Plena inclusión Comunidad Valenciana. En esta reunión hemos conocido a las personas que representarán a sus compañeros y compañeras en sus asociaciones, en Plena inclusión España y en la Plataforma estatal de personas con discapacidad.

Serán portavoces y defensoras de los derechos de todas las personas con discapacidad intelectual.

Han reflexionado sobre la participación de las personas con discapacidad intelectual, sobre qué significa, sobre ser ciudadanos y ciudadanas de pleno derecho, sobre formar parte de la comunidad y sobre cómo reivindicar sus necesidades, sus capacidades y hacer oír su voz. El grupo de líderes y representantes trabajaron conjuntamente en beneficio de cada una de las personas con discapacidad intelectual.

[Acta encuentro líderes y representantes](#)

[Sigue leyendo](#)

FADEMGA participa en el encuentro sobre el derecho a la vivienda contando #QuieroMisLlaves

Iria García. FADEMGA Plena inclusión Galicia

En el marco de la campaña #QuieroMisLlaves, FADEMGA Plena inclusión Galicia participó el pasado 23 de marzo en el encuentro organizado por REAS Galicia (Red de economía alternativa y solidaria de Galicia) y la red Eusumo (Economía Social de Galicia), celebrado con el objetivo de conectar a diferentes colectivos llamados a trabajar en el campo de los derechos por el acceso a una vivienda digna como Provivienda, Coop57, Acoradoiro, Arquitectura sin fronteras, Otra forma de vida, Seteoitavas, Cooperativa Kibutz y la propia Plena inclusión.



Pilar Villaverde, responsable del proyecto, MiCasa en FADEMGA Plena inclusión Galicia, explicaba cómo nacía esta iniciativa en el campo de nuestro Movimiento Asociativo: "En el año 2019, España presentaba un informe sobre las medidas que se estaban tomando para cumplir la Convención de Naciones Unidas sobre los derechos de las personas con discapacidad.

[Sigue leyendo](#)



Miguel Sagarra

Presidente de Special Olympics España

“El deporte forma parte del proyecto de vida de las personas con discapacidad intelectual”

José L. Corretjé. Plena inclusión España



Special Olympics España cumple en 2021 tres décadas de trabajo abnegado en favor de la promoción del deporte entre las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y sus familias. Como parte de un movimiento internacional que funciona en 170 países y que agrupa a 4.2 millones de personas. Su presidente, Miguel Sagarra, ha hablado con VOCES en el día en que Special Olympics España y Plena inclusión firmaban un convenio de colaboración que aporta mayor cohesión y consolida la relación que mantienen desde hace años ambas organizaciones hermanas.

“Nuestra filosofía se basa en que el deporte es una parte más del proyecto de vida de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo”, afirma Sagarra, quien asegura que “el ejercicio físico les aporta notables beneficios en muchos aspectos. También desarrollamos actividades de deporte inclusivo donde personas con y sin discapacidad compiten e interactúan”.

El acuerdo suscrito por Special Olympics y Plena inclusión persigue fomentar el intercambio de experiencias entre las federaciones autonómicas de ambas confederaciones y extender la inclusión, a través del deporte,

de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo (Síndrome de Down, TEA y parálisis cerebral). “Sabemos que la unión hace la fuerza y que el movimiento asociativo de Plena inclusión, del que también formamos parte, tiene un enorme potencial para poner en marcha iniciativas, en el campo del deporte, que atraigan a muchas personas con discapacidad intelectual o del desarrollo deseosas de participar”, señala Miguel Sagarra.

“Sabemos que es el momento de reforzar los programas deportivos autonómicos mediante ayudas económicas y técnicas. Nuestra estructura de red nos concede una especial fortaleza para llegar a todos los rincones del país”, sostiene el presidente de Special Olympics España. El convenio firmado también prevé que Special Olympics España promueva la formación de técnicos deportivos y de personal voluntario, a través de su herramienta de formación online u otros medios acordados entre las partes.

Sigue leyendo



Lectura fácil



Danzar por primera vez

Un grupo de personas con discapacidad intelectual, que residen en pueblos de la Sierra norte de Madrid, se han estado juntando durante meses para bailar juntas. Para algunas de ellas, como le sucede a Fuencisla, esta era su primera vez.

José L. Corretjé.
Plena inclusión España

El proyecto, que se enmarca en 'Espacio Convergente', una iniciativa de Plena inclusión Madrid, se basa en la premisa: "más arte es igual a más inclusión". Así lo entiende también Teresa Rodríguez, gerente de APAFAM, que es la entidad en la que participa un grupo de siete personas que hasta ese momento no habían tenido contacto previo con la danza. "Ellos y ellas se sienten artistas. Y al presentar su trabajo ante el público, además reciben un reconocimiento que les hace más felices", relata Rodríguez. Así lo expresan Benito y Lorena, dos de los componentes de esta 'compañía provisional', para los que las horas de ensayos les han reportado: "tranquilidad, ilusión y alegría".

Un equipo de Planeta Fácil TV fue testigo de su arte y conversó después con los protagonistas. Todo sucedió en el mes de marzo, en una nave que hace las veces de espacio cultura, ubicada en el serrano pueblo de Bustarviejo. Acompañados por música de piano, este grupo entregado al movimiento, abandonaba por un instante la palabra como modo de expresión de emociones e imágenes, sustituyéndola con el lenguaje del cuerpo.

Lucía Marote lleva la mayor parte de su vida dedicada a investigar en la danza contemporánea y a enseñar este arte combinando improvisación y movimiento coreografiado. Para ella, esta es también su primera vez. Aunque en su caso, la novedad se refiere a trabajar con personas con discapacidad intelectual o del desarrollo. Cuando le preguntamos sobre cómo abordó este reto, nos responde que lo que le funcionó mejor invitar a la imitación de movimientos y devolver lo contemplado, antes que plantear coreografías o danza libre. "Me tocó observar y descubrir en qué momentos ellas y ellos conectaban con movimientos propios en los que se sentían cómodos y felices. Me he encontrado con cuerpos muy genuinos que abordan la danza desde una autenticidad reconocible, sin filtros ni patrones previos", asegura esta bailarina y creadora.



Foto: Lobolopezz / Plena Inclusión Madrid

[Video del reportaje en Planeta Fácil TV](#)



Maribel Cáceres exhibe El Poder de las Personas en el Senado

JL Corretjé. Plena inclusión España

El PODER de
las PERSONAS

Una representante del movimiento asociativo de Plena inclusión hizo historia, el pasado 31 de marzo, en el Senado. Por primera vez, una persona con discapacidad intelectual intervino ante representantes de una Comisión, en este caso la de Políticas Integrales de la Discapacidad. Maribel Cáceres desarrolló un discurso poderoso y en ocasiones cargado de emoción, para reclamar los derechos de 150.000 personas y sus familias a las que representa Plena inclusión. El motivo de su presencia en la Cámara Alta era presentar la Plataforma Española de Autorrepresentación que se reunirá, en septiembre, en Toledo por primera vez.



Cáceres es una activista con una larga trayectoria en la defensa de los derechos de estas personas en diferentes plataformas y foros. Ella forma parte de la Junta Directiva de Plena inclusión, es miembro del Comité Ejecutivo del CERMI, y preside la recién nacida Asociación de Mujeres con Discapacidades del Desarrollo de Extremadura.

En su discurso en el Senado recordó la discriminación social que soportan las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo: “Soportamos un trato paternalista y sobreprotector. Una forma de discriminación que puede parecer buen trato, pero no lo es. Sufrimos más abusos, más pobreza, más bullying, más soledad, más problemas de salud mental, más violencia sobre las niñas y mujeres, más abandono escolar, más paro, más problemas con la justicia, más institucionalización, menos atenciones médicas...”.

Cáceres reivindicó el reconocimiento de la accesibilidad cognitiva como un derecho que abre la puerta a otros (educación, empleo, salud, etc.); desterrar el capacitismo; facilitar que en las asociaciones las personas con discapacidad intelectual puedan ser socias y participar en los órganos de gobierno; que se den las condiciones para que estas personas puedan elegir cómo vivir de modo independiente y en comunidad, etc.

Le acompañó Santiago López, presidente de Plena inclusión España, quien aplaudió a Cáceres y reconoció: “quizás hubiera estado mejor que Maribel hubiera venido sola”. No obstante, López aprovechó su intervención para reclamar un nuevo modelo de apoyos y un reenfoque del Sistema de Atención a la Dependencia. “Es hora de superar un modelo basado en diagnósticos, déficits y cajones estancos basados en categorías trasnochadas. ¿Qué pensarían si su hijo o hija tiene necesidades de una intensidad de apoyo, pero ese apoyo solo se da si tienes un diagnóstico concreto? Hay que avanzar y superar las barreras que suponen la visión solo médica y basada en el déficit”, dijo.



Lectura fácil

Sigue leyendo



La Red de Herma@s y Cuñad@s estrena una comunidad virtual en la que compartir experiencias

Plena inclusión España

El movimiento asociativo de Plena inclusión es amplio y diverso. Después de más de medio siglo de andadura lo forman diferentes grupos de personas unidas en la causa de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo (TEA, síndrome de Down y parálisis cerebral). Y, en la actualidad, uno de los grupos más pujantes es el de la Red de Herman@s y Cuñad@s, un colectivo entusiasta y lleno de iniciativas.



Una de las últimas es la puesta en marcha de una comunidad en Facebook, ligada al perfil de Plena inclusión España, que nace hoy con el firme propósito de servir de espacio de comunicación e intercambio de experiencias que ayuden a mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

El estreno de la comunidad virtual se ve acompañado con tres videos en los que familiares, miembros de esta Red de Plena inclusión, animan a unirse a otros hermanos/as, cuñados/as de personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.

De momento y pese a que inició su andadura en marzo, este perfil ya cuenta con 250 seguidoras y seguidores que a buen seguro encontrarán en esta red social un lugar donde compartir sus vivencias a través de mensajes, fotos o vídeos. También quiere convertirse en una referencia a la que puedan acudir familiares para conocer propuestas formativas, actividades, encuentros, etc.

En su primer mensaje dicen: “Te invitamos a que nos sigas, a que comentes, a que propongas, a que te unas a otras iniciativas, que preguntes, que repreguntes, que cuestiones, que compartas, pero sobre todo, a que estés aquí con nosotros y formes parte de esta nueva aventura”.

La Red de Herman@s y Cuñad@s es un grupo numeroso, con hasta 5 comisiones de trabajo y un grupo de portavoces a través del que se canalizan sus iniciativas.



Lectura fácil



Terminan los debates de 'El Poder de las Personas'

Antonio Hinojosa. Plena inclusión España

Entre los meses de febrero y marzo ha habido 4 debates online acerca de "El Poder de las Personas". Estos debates son para la preparación del Encuentro Estatal de Toledo que tendrá lugar en septiembre de este año.

Plena inclusión España, la confederación que agrupa a 935 asociaciones que defienden los derechos de las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo y sus familias, ha organizado estos debates para que las personas con discapacidad intelectual sean los protagonistas y participen en estos espacios de interés.

Ahora os vamos a contar un pequeño resumen sobre los 4 debates que hemos tenido. En estos 4 debates participaron personas con discapacidad intelectual de toda España.

DEBATE 1

Este 1 debate tuvo lugar el 9 de febrero, participaron 280 personas.



Lectura fácil

Plena inclusión ha organizado 4 debates.

En estos debates las personas con discapacidad intelectual eran las protagonistas.

Estos debates son para preparar el encuentro que va a tener lugar en Toledo en septiembre de este año.

Estos debates son:

- Cómo vivimos en nuestros barrios y pueblos y cómo las personas con discapacidad podemos mejorarlo.
- El liderazgo de nuestras organizaciones.
- Si en las organizaciones y en la sociedad las personas con más necesidades de apoyo tienen oportunidades para participar y para tomar decisiones.
- Nuestra imagen social.

En el debate conto colaboración con el presidente de Plena inclusión Santiago López Noguera.

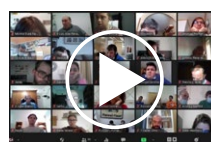
Este debate trataba sobre: Cómo vivimos en nuestros barrios y pueblos y cómo las personas con discapacidad intelectual podemos mejorarlo

Algunas ideas que se sacaron son:

- » La sociedad es de todos, nos tienen que tener en cuenta a todos, todos tenemos que participar para tener una sociedad más justa y solidaria.
- » Con el coronavirus las tecnologías son muy necesarias.
- » Necesitamos lugares más accesibles para que las personas podamos participar.

[Sigue leyendo](#)

[Web El Poder de las Personas](#)



[Accede a los videos de los 4 debates](#)



Mujeres protagonistas de la historia de Cantabria

Plena inclusión Cantabria

La Convención Internacional de Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, en su artículo 6, afirma que los Estados parte deben reconocer “que las mujeres y niñas con discapacidad están sujetas a múltiples formas de discriminación y, a ese respecto, adoptarán medidas para asegurar que puedan disfrutar plenamente y en igualdad de condiciones de todos los derechos humanos y libertades fundamentales”.

Con el objetivo de visibilizar cómo ha sido la realidad de las mujeres en nuestra sociedad, y reflexionar sobre el papel y las barreras que se han ido encontrando en su día a día, hemos investigado y creado un material en Lectura Fácil al que hemos llamado “Mujeres que escribieron la historia”.



El libro se presentará en un acto oficial en la celebración del Día del Libro 2021, en la Biblioteca Central de Cantabria. Tiene ese título porque en la época en la vivieron sus protagonistas, estas tenían muy difícil el acceso al trabajo o a la participación social. Este documento cuenta la vida, logros y aportaciones sociales de diez mujeres que nacieron y vivieron durante los siglos XIX y XX, y que de alguna manera tuvieron una fuerte vinculación con Cantabria. Todas ellas apoyaron con su esfuerzo cambios en la sociedad, y reivindicaron sus derechos como ciudadanas, llegando a ser influyentes en la lucha por la igualdad y por los derechos.

Algunas de las mujeres que aparecen en este documento son:

Concha Espina, una de las mejores escritoras del siglo XX. Escribió estudios, poesía y otros muchos géneros. Recibió dos nominaciones al Nobel de literatura y otras dos para a ser miembro de la Real Academia Española de la Lengua. Fue miembro de honor de la Academia de Artes y Letras de Nueva York.

Concepción Arenal, experta en derecho, pensadora, periodista, poeta y autora dramática española. Pionera en el feminismo español, fue a la Facultad de Derecho de la Universidad Central de Madrid vestida de hombre, pero no le dieron el título por ser mujer.

Consuelo Berges, no fue a la escuela. Escribió en diferentes periódicos y, sus puntos de vista, siempre polémicos, despertaron el interés de intelectuales del momento como Clara Campoamor, Azorín o José Ortega y Gasset, con quienes mantuvo correspondencia y amistad.

Laboratorio de Arte



El arte no entiende de barreras y en Inclusives Plena inclusión lo saben bien. En el año 2018 desarrollaron un innovador programa denominado 'Laboratorio de Arte. Creación Artística desde la discapacidad'. Y desde entonces, las personas con discapacidad intelectual de Villanueva de la Serena no han dejado de imaginar, experimentar, crear y demostrar que el arte también es un potente medio para la inclusión social.

María Serra. Plena inclusión Extremadura

Este proyecto busca romper las barreras que todavía hoy se encuentran en el ámbito sociocultural, creando sinergias y promoviendo la participación ciudadana. En las actividades artísticas propuestas participan usuarios de Inclusives, pero están abiertas a toda la comunidad para brindar la oportunidad a personas con y sin discapacidad de compartir espacios y momentos, logrando así una verdadera inclusión en la sociedad. Al menos así ha sido hasta la llegada de la pandemia.

Laboratorio de Arte promueve el acceso de las personas con discapacidad intelectual a la cultura no como meros espectadores, sino como auténticos artistas que puedan desarrollar su creatividad y crecer como individuos, ser protagonistas de los procesos de creación, potenciando sus capacidades y permitiéndoles adquirir una mayor autonomía personal.

Mañanas y tardes de ocio y manualidades que además de hacerles disfrutar, les permite trabajar aspectos como la concentración, la memoria y la motricidad fina así como mejorar sus habilidades sociales. Desde sus inicios, los usuarios de esta entidad extremeña no han dejado disciplina artística sin explorar. Y el resultado está siendo infinito. Su creatividad, su ilusión y sus ganas de innovar no tienen límites.

El taller de fotografía de estudio les ha permitido plasmar retratos inolvidables para el recuerdo, convirtiéndose en fotógrafos, modelos, escenógrafos... Trabajo que ha quedado plasmado en la exposición 'Con otra mirada'.

Incluso Teatro y Grupo Duende Teatro son los nombres de los dos grupos de teatro que se han creado. Fieles a su espíritu artístico, ellos mismos han creado las marionetas del tradicional

cuento de Los tres cerditos, con las que luego han representado un original teatro de sombras abierto a la comunidad.

Las personas con discapacidad de Inclusives han ejercido de actores, operadores de cámara, técnicos de sonido, iluminación y productores en varios cortometrajes, como Por culpa de la pandemia, que ha buscado sacar el lado más positivo a la situación actual, o el documental Las Guerreras, donde el grupo de mujeres de la entidad toma la palabra

El taller de cine ha sido otro de los elegidos. Las personas con discapacidad de Inclusives han ejercido de actores, operadores de cámara, técnicos de sonido,

iluminación y productores en varios cortometrajes, como Por culpa de la pandemia, que ha buscado sacar el lado más positivo a la situación actual, o el documental Las Guerreras, donde el grupo de mujeres de la entidad toma la palabra. Laboratorio de Arte también ha impulsado el sueño del coro Dando la nota: publicar el disco Una mijita de Extremadura, que recoge canciones populares de la tierra.

Viajar es otra de sus pasiones y ya han recorrido medio mundo gracias a la música. La percusión afrocubana es su favorita, demostrando que manejan con destreza los instrumentos y generan ritmos musicales con los bongos, güiros, claves, maracas o raspadores. Y con la danza han aprendido a mover el cuerpo, desde el flamenco hasta el hip hop. En los talleres de cartulina han dejado volar la imaginación y han elaborado preciosas piezas para regalar y decorar como cactus en macetas, molinillos de viento, el juego de la serpiente y la escalera, y mucho más. Y como si de arte de magia se tratara, han sacado billetes de 20 euros de la nada. Los usuarios de Inclusives se han convertido en ilusionistas y ayudantes de Emilio, el mago.

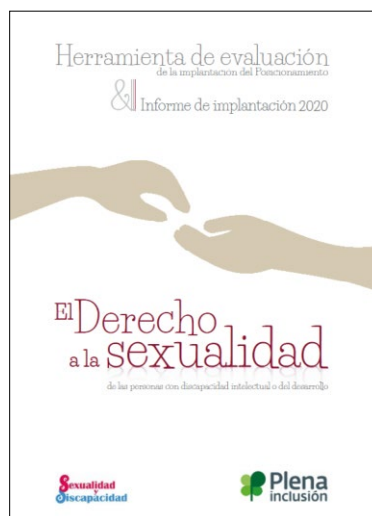
Pero el Laboratorio de Arte no deja de innovar y a estos artistas no se les pone nada por delante. ¿Qué será lo siguiente? ¿origami? ¿animación con software? ¿tango? ¿realización de mosaicos? ¿taller de acuarela al aire libre? Todo, para este 2021.



Últimas publicaciones de Plena inclusión



Implementación de prácticas basadas en la evidencia



Herramienta de evaluación e informe de implantación del posicionamiento de sexualidad 2020



Lectura fácil



Estatut de la víctima



Estudios sobre género y discapacidad intelectual o del desarrollo adaptados a Lectura Fácil



Guía de Economía doméstica



La Viñeta de Voces



Autor: Pernan Goñi

Pernan Goñi, uno de nuestros ilustradores de cabecera, ha realizado dibujos tan chulos como este para la nueva 'Guía de Activismo' en lectura fácil de Plena inclusión. El documento se publicará en breve y estará disponible en nuestra web www.plenainclusion.org En el próximo VOCES ofreceremos una información más detallada sobre este documento.



¿Todavía no recibes **Voces** en tu correo?

Suscríbete **ahora** y recibe puntualmente
nuestro **boletín gratuito**

Completa un sencillo formulario y recibirás nuestra revista en tu correo.

¡Quiero suscribirme!

VOCES es una publicación dirigida a las personas con discapacidad intelectual y sus familias que combina imagen, texto y formato audiovisual, y reúne contenidos propios de profundidad (reportajes, entrevistas, opinión), e informaciones de nuestras organizaciones.

¡Gracias por tu apoyo!

comunicacion@plenainclusion.org
www.plenainclusion.org



TWITTER



FACEBOOK



INSTAGRAM



LINKEDIN



YOUTUBE

ISSN: 2444-9970

Coordina: José L. Corretjé / Edita: Plena inclusión España

Redacción: Fermín Núñez, Olga Berrios, Antonio Hinojosa y Valentina Lara

Administración: Avda. General Perón, 32, 1º. 28020, Madrid. Tel: 915 567 413



Proyecto financiado por la Fundación ONCE