

zangalleta

OTOÑO 2020

LA REVISTA DE FUNDACIÓN DFA

REPORTAJE

Discapacidad al volante

Carnet de conducir y adaptaciones en los vehículos

SERVICIOS

Asesoría Jurídica

Consultas más frecuentes sobre discapacidad



#DFAPorElPlaneta

El desarrollo sostenible e inclusivo como compromiso social de la fundación

Aplique en su Empresa la **RESPONSABILIDAD SOCIAL CORPORATIVA**



**DESARROLLO SOCIAL
E INTEGRACIÓN S.L.**



Integración Sociolaboral de **PERSONAS CON DISCAPACIDAD**



Desarrollo Social e Integración es una empresa sin ánimo de lucro cuyo fin es la integración sociolaboral de las personas con discapacidad de Aragón. En nuestros **Centros Especiales de Empleo** realizamos todo tipo de manipulados:

- ✓ Montaje de conjuntos y subconjuntos para el sector del automovil, energias renovables, etc.
- ✓ Montaje de interruptores de gran potencia y conjuntos de luminaria
- ✓ Amplia gama de procesos manuales para la cosmética, automoción, industria textil y juguetes, entre otros
- ✓ Todo tipo de embolsados, encajados y retractilados
- ✓ Soldadura por ultrasonido
- ✓ Manipulados para campañas de publicidad

NUESTROS CENTROS

Pol. Inbisa-Malpica
calle E nave 42
50016 **Zaragoza**
ZARAGOZA

Pol. Tarazona, nave 82
50500 **Tarazona**
ZARAGOZA

Pol. Mediavega, s/n
50300 **Calatayud**
ZARAGOZA



Visítanos en www.fundaciondfa.es o llámanos al Tfno. **976 59 59 59**



- 04** EDITORIAL
Marta Valencia, presidenta de Fundación DFA
- 05** FIRMA INVITADA
Luis Felipe, alcalde del Ayuntamiento de Huesca
- 06** COMPROMISO ECOSOCIAL
Reportaje sobre Medio Ambiente y las medidas para ser una fundación sostenible
- 10** ASESORÍA JURÍDICA
Entrevista para conocer en profundidad este servicio de DFA y algunos términos jurídicos
- 14** DISCAPACIDAD AL VOLANTE
Dudas sobre la obtención del carnet de conducir y las adaptaciones en los vehículos
- 18** EMPLEO
Testimonios en primera persona sobre la búsqueda de empleo a través de dfaemplea
- 20** FORMACIÓN
Los PCI retoman las clases presenciales y algunos de sus proyectos

- 22** ACCESIBILIDAD
Hablamos del proyecto 'Zaragoza accesible' y proponemos algunas rutas en Teruel y Huesca
- 27** AMANIXER
Rompe mitos sobre sexualidad y mujeres con discapacidad
- 28** JORNADAS
Fibrosis Quística en la segunda charla Montpellier
- 30** EXPOSICIÓN
'La solidaridad a través del mundo' del pintor José Manuel Cardiel
- 32** ACTUALIDAD
Servicios de la fundación que han sido noticia
- 34** RECETA
Yolanda Luna nos propone una receta vegetariana



EN PORTADA

#DFAPorElPlaneta

Fundación DFA adopta medidas para frenar el cambio climático y proteger el medio ambiente.



zangalleta

EDITA:

Fundación DFA

CONSEJO EDITORIAL:

Fundación DFA

DIRECCIÓN:

Gabinete de Comunicación

REDACCIÓN:

Gabinete de Comunicación

REPORTAJES GRÁFICOS:

Fundación DFA

DISEÑO Y MAQUETACIÓN:

Gabinete de Comunicación

DIRECCIÓN:

José Luis Pomarón, 9

50008 Zaragoza

Tel: 976 59 59 59

MAIL:

comunicacion@fundaciondfa.es

WEB:

www.fundaciondfa.es

IMPRIME:

Gráficas Alzate

DEPÓSITO LEGAL:

Z-2366/05

COLABORAN:



Fundación DFA no se hace responsable del contenido de cada uno de los artículos, ya que estos expresan ideas personales.

Prohibida la reproducción total o parcial del contenido de los artículos de esta revista sin citar la fuente.

Según L.O. 15/99 sobre Protección de Datos de Carácter Personal, le comunicamos que sus datos obran en nuestro poder. Usted tiene derecho a modificarlos o cancelarlos.

Esta publicación ha sido elaborado íntegramente con papel 100% reciclado.



Tenemos que hablar



El titular de nuestra anterior Zangalleta fue «Ahora más que nunca, somos capaces». Y, como se pudo leer en los diferentes reportajes, fuimos y seguimos siendo capaces, porque trabajamos como un equipo y con los valores de la solidaridad, el compromiso y la unidad como unas herramientas más de trabajo.

En definitiva, como decía aquel viejo lema de la Bola de Cristal, «Sola no puedo pero con amigos sí» (a veces me puede la nostalgia, otra vez me he ido a los 80).

Y trabajar desde la unión, que no es lo mismo que pensamiento único, significa entender la parte de razón que pueden tener los demás, para así poder hacer mejor las cosas: el diálogo y la voluntad de escuchar y de entender han de ser fundamentales para poder construir con bases sólidas cualquier iniciativa. La colaboración entre la ciudadanía y los poderes públicos ha de ser una constante.

Sin embargo, no está siendo así. Desde las entidades queremos decir y explicar nuestras necesidades en estos momentos tan complicados para todo el mundo, tener diálogo con las administraciones públicas, que de primera mano tengan la opinión de las personas con discapacidad ante las medidas tan duras que se tienen que ir tomando. La ausencia del diálogo con las plataformas nacionales que nos representan, y en general con todo el Tercer Sector, no pronostica nada bueno, y ello es decepcionante ya que es la primera vez que pasa en los derechos sociales.

En este momento, hay una serie de temas que necesitan ser abordados con urgencia, problemas que requieren soluciones inmediatas porque afectan a personas que cada día deben enfrentarse a una serie de situaciones que requieren de soluciones que el Gobierno debe poner en marcha. Somos conscientes de que tienen que tomar decisiones rápidas y decisivas, pero queremos que sean con el conocimiento de todas nuestras realidades, como siempre decimos: nada sobre nosotros sin nosotros. No queremos que los hombres y mujeres con discapacidad se queden atrás, ya que en momentos de crisis se nos ha olvidado y no queremos que se repita.

Las entidades y plataformas que representamos a las personas con discapacidad estamos preparadas para trabajar y tenemos propuestas que pueden mejorar la vida diaria de muchas personas y que van a conseguir, además, que vivamos en una sociedad más justa y amable. Que no se quede nadie atrás!!

Ánimo y a por el otoño! Cuidaos mucho!

Marta Valencia Betrán

Presidenta de Fundación DFA

Luis Felipe Serrate

Alcalde del Ayuntamiento de Huesca



Una sociedad igualitaria e inclusiva no se entendería sin todas las asociaciones y entidades que, como DFA, trabajan desde hace años de forma incansable para mejorar la vida de las personas con discapacidad. El día a día es duro para el colectivo y sus familias, y se ha visto además golpeado con fuerza por la pandemia del coronavirus.

Sabemos que durante meses no habéis podido ir a vuestras sesiones de fisioterapia, que vuestras rutinas se han tenido que adaptar a la nueva situación, que la reapertura de los centros de día tampoco está siendo fácil, que la inclusión en el mundo laboral se ha complicado todavía más... Por eso, ahora más que nunca, desde las administraciones públicas seguiremos estando a vuestro lado.

Nuestro Ayuntamiento, a través del proyecto *Huesca + Inclusiva* y de otras muchas iniciativas como la inversión para la eliminación de barreras arquitectónicas en diferentes zonas de la ciudad, sigue avanzando con pasos firmes para no dejar a nadie atrás.

Pero en Huesca también tenemos otro objetivo: lograr la plena inclusión de las personas con discapacidad. Somos conscientes de que es un reto a largo plazo, pero no vamos a reblar. El camino a veces es complicado, vosotros lo sabéis mejor que nadie, pero os merecéis que trabajemos con el mismo ahínco que lo hacéis vosotros.

Quiero aprovechar también este espacio para felicitaros por vuestro trabajo y constante colaboración, para daros las gracias por esas más de 33.600 intervenciones que realizasteis durante el confinamiento en todo Aragón y que son solo un mínimo ejemplo de vuestra amplia e ingente labor. Gracias porque sin vosotros, nunca llegaríamos a buen puerto.

COMPROMISO ecosocial

Comienza a sonar entre la población el término "ecoansiedad", la ansiedad que se genera al tomar conciencia de que el cambio climático es real y que puede que estemos en el punto de no retorno.

¿Qué planeta dejamos a las futuras generaciones?

¿Cómo afrontaremos los cambios en 10, 20 y 30 años?

¿Esos cambios son irreversibles?



Calentamiento

Para el año 2100 la temperatura media del planeta no puede haber aumentado más de 2°C, ya que eso provocará sequías, hambrunas, enfermedades, pandemias...

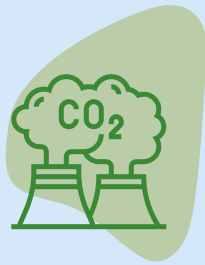


Consumo

Al ritmo actual de consumo, necesitaríamos los recursos de 2,8 planetas al año. Los monocultivos como algodón, soja o café provocan deforestación, pérdida de biodiversidad y daños a los ecosistemas, contaminación de tierras y aguas...

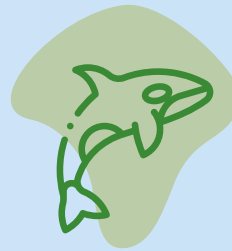
El término "ecoansiedad" no está reconocido como una afectación médica, pero sí que afecta a nuestra salud mental y física, ya que el sentimiento de impotencia frente a la situación se agrava.





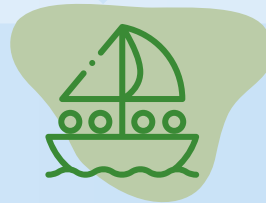
CO₂

Un 60% del CO₂ se atribuye a las emisiones de combustibles fósiles que provocan el calentamiento global y numerosas enfermedades respiratorias que van en aumento.



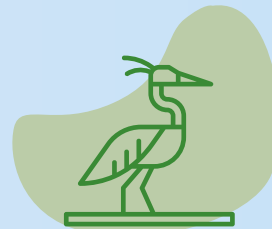
Biodiversidad

150 especies se extinguen al día por culpa del ser humano con consecuencias desastrosas (menos recursos, peor calidad del agua...).



Migraciones

El cambio climático hará que aumenten las personas desplazadas, debido a la falta de recursos, guerras, pobreza y crisis económica.



Humedales

Desde 1900 han desaparecido el 64% de los humedales del planeta.

¿Qué podemos hacer?

Podemos implementar muchos cambios de hábitos en nuestras rutinas, en la forma que tenemos de consumir, de alimentarnos y desplazarnos. Pero los cambios serán realmente eficaces si se toman de manera colectiva a través de modificaciones legislativas y de la implicación empresarial en favor de los intereses comunes.

Debemos pasar a la acción de forma conjunta para mitigar el cambio climático y salvar el planeta, el único que tenemos.



#DFA POREL PLA NETA

Siendo conscientes de que cuidar el planeta es una responsabilidad compartida, Fundación DFA ha ido adoptando diferentes medidas para reducir el impacto de su actividad, mitigar la huella ambiental, sensibilizar a todos los trabajadores y trabajadoras y fomentar hábitos de consumo responsable.

01

Comprometidos

Con el objetivo de reafirmar nuestro compromiso con el medioambiente, la fundación se adhirió a la Estrategia Aragonesa de Cambio Climático y Energías Limpias (EACCEL), a la Declaración de Davos y a la Comunidad #Porelclima. DFA también se compromete en el cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), una iniciativa de Naciones Unidas.



02

Grupo de Mejora

Grupo de trabajo interno formado en 2018 donde participan siete personas de la plantilla que se reúnen de manera periódica para debatir sobre las medidas que se podrían adoptar para hacer de Fundación DFA una 'empresa sostenible'. Desde este Grupo de Mejora reconocen la importancia de los logros conseguidos, secundados por la dirección y apoyados por todos y todas las compañeras.



03

Vehículos respetuosos

Una de las primeras propuestas fue dirigida a mejorar de manera progresiva la flota de vehículos de la fundación, conforme sea necesaria su renovación. Así, las nuevas adquisiciones han sido vehículos respetuosos con el medio ambiente, dos de ellos híbridos y otros dos totalmente eléctricos.



04

La 'Guerra del táper'

La primera de las medidas que se impulsó desde el grupo de trabajo fue la 'guerra del táper', recogiendo una demanda muy común entre algunos compañeros y compañeras de las oficinas centrales de la fundación. La propuesta implicó un cambio en los tápers de plástico utilizados hasta el momento en el 'Menú del trabajador/a' por unos más sostenibles, realizados a partir de caña de azúcar, totalmente orgánicos, compostables y más rentables económicamente.



05

Reducción de consumo

Se han impulsado medidas como la utilización de productos de limpieza más respetuosos con el medio ambiente, el uso de pintura de gama ecológica, el empleo de papel 100% reciclado para toda la papelería corporativa y la revista, o la configuración de las impresoras para reducir el gasto de tóner. Los centros de DFA ya cuentan con sistemas de iluminación LED de bajo consumo, control del gasto de agua y cambio de WC por cisternas de doble descarga. También se han colocado programadores horarios en máquinas vending y de café para reducir el consumo eléctrico en horas nocturnas y fin de semana.

06

Sensibilización

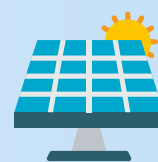
Bajo el lema 'DFA por el planeta' se llevó a cabo una campaña en los centros de la fundación instalando diferentes pegatinas para no olvidar apagar las luces al salir de una sala, apagar los ordenadores e impresoras al finalizar la jornada, concienciar del uso adecuado de calefacción y aire acondicionado o controlar el gasto de agua en los aseos.

07

Nóminas online

En 2020 se ha suprimido la impresión de las nóminas en papel de toda la plantilla, sustituyéndolas por su versión digital. Desde la intranet corporativa 'El Puente' todo el personal puede acceder a su documentación laboral. De esta manera, se ha logrado disminuir notablemente el gasto de papel y de tóner, con el consecuente ahorro energético y económico.

08

Edificio Josemi Monserrate

La puesta en marcha de un nuevo centro permitió adoptar medidas de eficiencia energética desde cero, con criterios de construcción eficiente y bioclimáticos en su diseño, optimización de la climatización, sistema de calefacción bajo en emisiones, ascensores eficientes y sistemas de ahorro energético y de consumo de agua. Además, se instalaron placas solares que proporcionan la energía necesaria al centro y también sirven para cargar los vehículos eléctricos adquiridos.

09

Contenedores de reciclaje

En todos los centros se han instalado contenedores de recogida selectiva de residuos para facilitar su reciclaje. Actualmente, hay contenedores para clasificar el papel, los envases, los desechos orgánicos, las pilas y los tóneres. En el restaurante Dfabula se recicla el aceite usado. También los aceites de la flota de vehículos son recogidos y gestionados a través de la Red SIGAUS.

10

Entidades proveedoras

También se están incorporando criterios ambientales en los procesos de homologación de las entidades proveedoras. En la medida de lo posible, se intenta que las entidades proveedoras se encuentren lo más cerca posible a los centros, reduciendo de esta manera la emisión de gases contaminantes durante el transporte y fomentando la economía local y de proximidad. Casi el 68% de nuestras entidades proveedoras están ubicados en Aragón.

A photograph of four professionals in a meeting. A woman with blonde hair is seated on the left, looking towards the center. A man in a blue suit is seated in the center, gesturing with his right hand while looking at a laptop. A woman with long dark hair is standing behind him, looking at the laptop. A man with a beard and grey hair is seated on the right, looking at the laptop. The laptop is an HP. The background is a bright, slightly blurred office setting.

ASESORÍA JURÍDICA

DFA dispone de un servicio de asesoría especializada dirigida a intervenir sobre aspectos jurídicos relacionados con la discapacidad. 4 abogados y abogadas forman este servicio: José Pardo, Cristina Aguaron, Cristian Bascuñán y Miriam Herrero.

¿Cómo describiríais el servicio de Asesoría Jurídica para alguien que no os conozca?

La asesoría jurídica de Fundación DFA es un servicio que se presta con el objetivo de atender a personas con asuntos legales relacionados con la discapacidad. Sobre todo, consultas sobre certificados de discapacidad y sobre temas de incapacidad laboral. También asesoramos sobre incapacitaciones civiles, un procedimiento que suele generar muchas dudas e incertidumbre puesto que se trata de algo tan serio como la modificación de la capacidad de decidir de una persona y se persigue que se apoye la toma de decisiones y no se sustituya sin más.

¿Es un servicio gratuito?

La asesoría inicial sí es un servicio gratuito. La posterior gestión o presentación de escritos tiene coste, aunque a precios asequibles.

¿Cuántas asesorías se realizan?

Aproximadamente 400 intervenciones anuales.

¿Quién acude a esta asesoría?

Puede acudir cualquier persona, sea o no usuaria o colaboradora de DFA, para asesorarse sobre sus derechos, para informarse sobre cuestiones relacionadas con la discapacidad, o por estar en desacuerdo con alguna decisión tomada por su empresa, por una administración pública o por su comunidad de vecinos. También asesoramos a las comunidades sobre accesibilidad o a empresas sobre adaptación de puestos de trabajo y como cumplir la normativa en materia de medidas alternativas...

En general, abordamos cualquier conflicto jurídico que esté relacionado con el ámbito de la discapacidad.

¿También asesorías sobre cuestiones relacionadas con la accesibilidad?

Sí, son muy habituales. Resolvemos dudas sobre adaptación de edificios. Por ejemplo, cuando una persona tiene problemas de accesibilidad en su trabajo o su vivienda, o cuando las zonas comunes de su comunidad no son accesibles. Trabajamos de manera conjunta con la Asesoría de Accesibilidad de DFA.

A nivel laboral, ¿qué cuestiones son las más frecuentes?

En temas laborales asesoramos sobre todo en adaptaciones del puesto de trabajo, sobre cómo funcionan las bajas, sobre jubilaciones anticipadas... En relación con la administración, en cuestiones legales en las que una persona está en desacuerdo con la decisión tomada por esa administración, especialmente reclamaciones sobre incapacidades laborales.

¿Y sobre otros temas?

Muy especialmente, asesoramos sobre dudas relacionadas con la solicitud o revisión del certificado de discapacidad y sobre la valoración de la situación de dependencia. Pero la temática que abordamos es muy variada. Desde herencias y donaciones, hasta incapacitaciones civiles y designaciones de tutores legales, también recursos por denegación de material ortoprotésico, por multas o por prestaciones erróneas.

Para este asesoramiento se necesitan, no solamente conocimientos a nivel legal, también especialización en otros ámbitos.

Sobre todo, es importante saber tratar a las personas. Lo primero es escuchar a las personas que acuden y entender su situación personal. A partir de ahí, intentar despejar las ideas subjetivas, la rumorología o cuestiones preconcebidas y trasladar la realidad de su situación y la normativa existente al respecto. Tenemos que aprender a interpretar una radiografía o un informe médico para poder asesorar a la persona de la mejor manera.

Para las cuestiones más técnicas, contamos con el apoyo de un perito forense, médico especialista en medicina legal para asesorar en estos temas. En el caso de necesitarlo, es el encargado de realizar una evaluación médica independiente para conocer si esa persona cumple o no con los requisitos para el grado de discapacidad, incapacidad o lo que necesite.

¿Cómo es el proceso cuando una persona acude a este servicio?

Se accede a través del Centro de Apoyo Social (CAS), que es el que deriva las consultas. Todas las atenciones comienzan con una asesoría inicial en la que conocemos y valoramos la situación, y ofrecemos la información necesaria. Generalmente, se presta el servicio y se instruye a la persona sobre cómo tiene que actuar, qué intereses defender, con quién hablar o qué proceso seguir. En relación con la administración, el proceso suele incluir la interposición de un recurso para mostrar disconformidad con la resolución, que generalmente se resuelve por vía administrativa. En última instancia, se acude a la vía judicial.

¿Este servicio se ofrece de manera presencial o también telemática?

Prestamos atención en todo el territorio aragonés. Por eso, parte de nuestra asesoría se realiza de manera telefónica. Aunque también realizamos atención presencial, durante la pandemia se ha priorizado la atención a distancia por la seguridad de todas las personas, tanto usuarias como la nuestra.

Para las cuestiones más técnicas, contamos con el apoyo de un perito forense, médico especialista en medicina legal

Prestáis un servicio muy especializado, ¿existen otras asesorías similares?

No, hay muy pocas especializadas en cuestiones sobre discapacidad. De hecho, otras entidades del ámbito de la discapacidad nos derivan a sus usuarios o usuarias cuando necesitan atención especializada.

Pero no solamente ofrecéis asesoría a personas, también a empresas.

Sí. Por ejemplo, las empresas de más de 50 trabajadores o trabajadoras tienen la obligación legal de que el 2% de su plantilla tenga discapacidad. Si una empresa no cumple ese porcentaje mínimo en su contratación, le asesoramos en lo que se denomina 'medidas alternativas', es decir, la posibilidad de contratar servicios con Centros Especiales de Empleo o realizar una donación económica a una entidad social. Por otro lado, también ofrecemos asesoría a ayuntamientos y otros organismos públicos, especialmente con temas de accesibilidad y barreras arquitectónicas.



¿También asesoráis a otras entidades del Tercer Sector?

Desde este departamento también gestionamos todas las cuestiones jurídicas de la propia fundación: licencias, licitaciones, contratación pública y privada, recursos, información legal... Ello nos permite ofrecer una asesoría muy especializada con conocimiento a nivel interno de las entidades sociales. Por ejemplo, sobre procesos de toma de decisiones y modificación de los estatutos, reclamaciones patrimoniales a la administración, gestión de donaciones y herencias, etc. Trabajamos conjuntamente con la gestoría de la fundación, GP7, llevando la gestión de trámites administrativos y tributarios a entidades y asociaciones, incluso aunque no tengan relación con la discapacidad.

¿Cómo os especializasteis en derecho y discapacidad?

En la facultad de Derecho se estudia alguna asignatura como 'Protección Social' que da unas bases pero no un conocimiento amplio sobre discapacidad. Al empezar las prácticas en DFA fue cuando nos fuimos formando en esta especialidad. Formación que se ha ido completando con el paso del tiempo y la experiencia compartida entre las y los compañeros.

Asesoría Jurídica. Fundación DFA

C/ José Luis Pomarón, 9. 50003 Zaragoza

Solicita Cita Previa a través de los Centro de Apoyo Social llamando al 976 701 701 de Lunes a Viernes de 9h. a 14h. y los miércoles de 15 a 18h.

EL DERECHO PARA DUMMIES

Certificado de Discapacidad

Para acreditar tu condición de persona con discapacidad, deberás obtener el reconocimiento por parte del Instituto Aragonés de Servicios Sociales de, al menos, un 33% de grado de discapacidad.

Reconocimiento del grado de Dependencia

En caso de que tú o alguno de tus familiares requiera asistencia de otra persona para la realización de las actividades básicas de la vida diaria, deberás solicitar que se reconozca un grado de dependencia al Instituto Aragonés de Servicios Sociales. Las actividades básicas de la vida diaria son aquellas relacionadas con el autocuidado: alimentación, higiene personal, vestirse, etc. En función del grado reconocido se elaborará un plan individualizado con ayudas destinadas a promocionar la autonomía personal.

Incapacitación civil

Es la resolución judicial por la que se restringe la capacidad civil, principalmente aquella relacionada con la gestión de bienes y dinero, de una persona que tiene reducida o ha perdido esa facultad de gestión. El objetivo se orienta a la protección de los intereses patrimoniales del incapaz, aunque puede incluir cuestiones sanitarias o de internamiento. En función de la sentencia, se puede designar un tutor que suple la voluntad en todos los actos (tutela) o sólo en algunos (curatela).

Incapacidad laboral

Si por enfermedad, discapacidad o accidente de trabajo o no laboral ya no puedes desarrollar tu trabajo, el Instituto Nacional de la Seguridad Social puede reconocer una prestación de incapacidad laboral. Esta consiste en una paga mensual en función del grado que se determine según las limitaciones que presentes. Los principales grados son:

- **Total:** Si ya no puedes desarrollar tu profesión.
- **Absoluta:** Si no puedes acometer ningún trabajo.
- **Gran Invalidez:** Si, además de no poder trabajar, sea necesaria la ayuda de otra persona para las actividades básicas de la vida diaria.

Movilidad reducida

Es la situación en la que se encuentra una persona con discapacidad que tiene limitada la posibilidad de desplazarse, incluso pudiendo necesitar ayudas técnicas como bastones o silla de ruedas. No se debe confundir con la Dificultad de Transporte, que es una valoración que puede incluirse en el certificado de discapacidad y que, si alcanza siete puntos o más, permite la obtención de beneficios adicionales, siendo el más conocido la Tarjeta de Estacionamiento para personas con Discapacidad. Esta valoración se obtiene cuando la movilidad reducida es de tal entidad que condiciona el uso del transporte público.

Accesibilidad y diseño universal

Es la condición que deben tener tanto los entornos como los servicios y los objetos para ser comprensibles y utilizables por todas las personas en condiciones de seguridad y comodidad y de la manera más autónoma y natural posible. Es uno de nuestros grandes objetivos por su beneficio para todas las personas, ya que las barreras aparecen cuando no hay accesibilidad universal, no cuando existe una discapacidad. Todas las edificaciones, los servicios y el espacio urbano deberían disponer de, al menos, un itinerario accesible que permita utilizarlos de forma no discriminatoria, independiente y segura.

Ajuste razonable

Cuando por cuestiones de costes desproporcionados o imposibilidad técnica no se pueden eliminar completamente las barreras que impiden la accesibilidad universal, excepcionalmente se pueden realizar actuaciones que permitan reducir su impacto. Por ejemplo, un salvaescaleras o una rampa con pendiente mayor de la permitida.



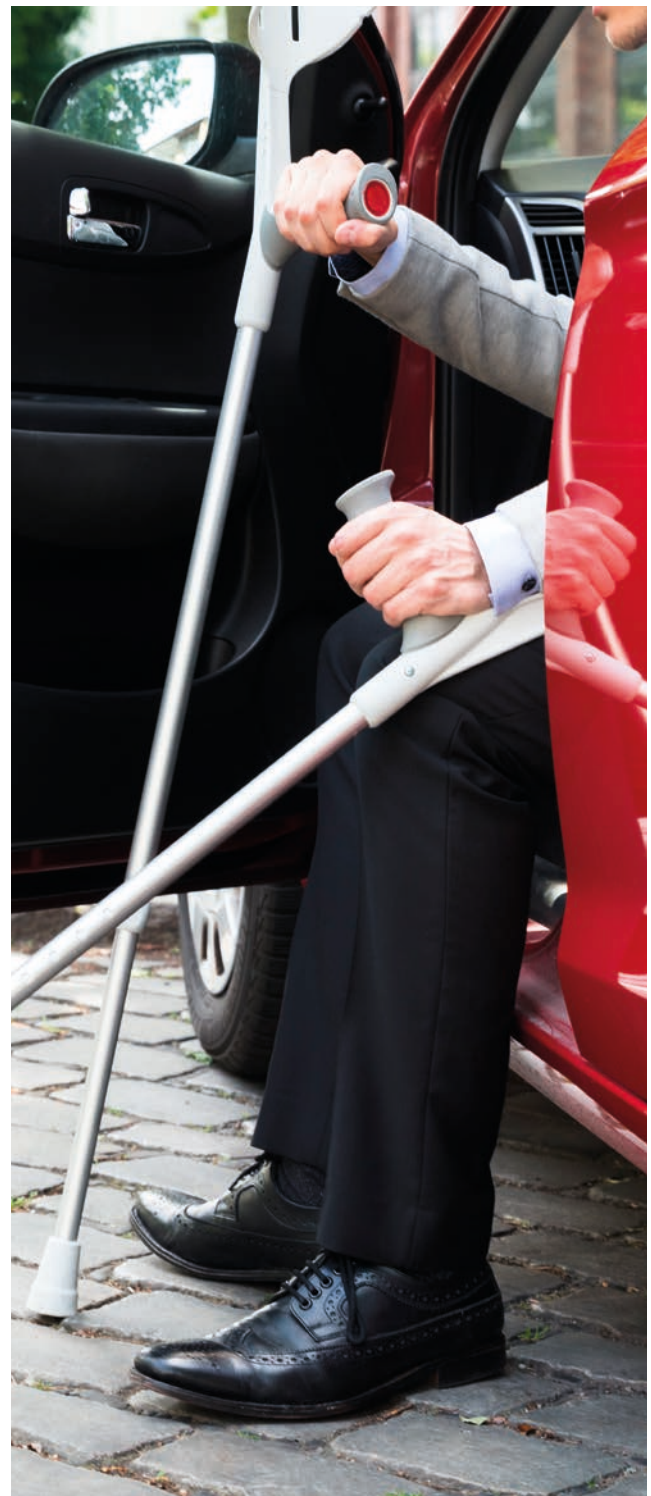
DISCAPACIDAD AL VOLANTE

Sacarse el permiso de conducir, al cumplir la mayoría de edad o más adelante, es un objetivo para muchas personas por la autonomía e independencia que proporciona, o por la necesidad al acceder al mundo laboral. La discapacidad no está reñida con la conducción, pero muchas veces existen obstáculos que impiden, dificultan o desaniman el comenzar con el proceso de obtención del permiso de conducir. Y es que son muchas las dudas que se plantean: ¿qué condiciones debo cumplir?, ¿necesito algún permiso especial según mis características?, ¿puedo ir a cualquier autoescuela?, ¿quién puede informarme de todo esto? Vamos por partes:

En primer lugar, **¿cumpló con las condiciones necesarias?**

Cualquier persona que quiera sacarse el carnet de conducir debe cumplir con una serie de requisitos: tener cumplidos los 18 años, residir en España y superar tres exámenes: psicofísico, teórico y práctico.

No todas las condiciones son compatibles con la conducción. La DGT (Dirección General de Tráfico) informa de la necesidad de acudir a un centro de reconocimiento donde emitirán un informe personalizado a tus características y discapacidad. En este informe se indica si eres o no apto o apta para la conducción, o si lo eres pero con condiciones restrictivas. En este último caso, se debe acudir a la Jefatura Provincial de Tráfico correspondiente para verificar las adaptaciones o necesidades que tendrás que incluir en tu vehículo. En algunas ocasiones, se puede solicitar un informe médico complementario o te puedes someter a una prueba práctica donde se evalúe tus capacidades.





El reto de encontrar una autoescuela adaptada

En la búsqueda de una autoescuela que se adapte a nuestras características debemos tener en cuenta no sólo la necesidad de contar con un vehículo adaptado sino también la accesibilidad en las clases o parte teórica.

Respecto al vehículo, en el caso de que nos hayan declarado 'personas aptas para la conducción sin condiciones' podemos ir a una autoescuela ordinaria. En algunas ocasiones, la única condición se reduce a la obligatoriedad de que el coche sea de modo 'automático'. Sin embargo, en otras muchas ocasiones las condiciones de aptitud implican adaptaciones en el vehículo por lo que deberemos acudir a una autoescuela que disponga de un coche adaptado a nuestras necesidades. La búsqueda no siempre es fácil, ya que no en todas las localidades existen autoescuelas con vehículos adaptados y no todas las adaptaciones sirven para todos los tipos de discapacidad. En ocasiones, son las propias personas que acuden a la autoescuela las que aportan un vehículo adaptado a sus características y necesidades.

La prueba: superar los exámenes teórico y práctico

La persona que te examine comprobará que cumples con las condiciones necesarias que se incluyen en el informe de reconocimiento. El vehículo con el que te examines debe cumplir con las adaptaciones obligatorias que necesitas. El examen se realiza como es habitual, así que lo único que necesitas es controlar los nervios.

Por cierto, no cuesta más dinero obtener el permiso de conducir no ordinario, pero puede ocurrir que se deba renovar con más periodicidad. Las adaptaciones al vehículo sí incrementan el precio pero existen ayudas individuales y convocatorias específicas para subvencionar dichas adaptaciones, como en Fundación ONCE o el Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS).

¿Y si ya disponía de permiso de conducir y me ha sobrevenido la discapacidad?

Si tienes una discapacidad sobrevenida y ya contabas con permiso de conducir, no tienes que volver a superar el examen. Se considera una renovación del permiso de conducir 'extraordinaria' ya que debes acudir a tu centro de reconocimiento para que acredite si puedes seguir conduciendo y, en el caso de que puedas, qué condiciones específicas y/o adaptaciones tienes que realizar en tu vehículo.



**Nunca comunicamos,
multitud de líneas disponibles.**

RESERVAS

Zaragoza. 976 75 75 75 / 976 75 15 15

Teruel. 978 61 75 77

Personas Sordas SMS. 678 77 74 47

**¡No espere!
Más de 1.100 taxis a su servicio**



ADAPTACIONES DEL VEHÍCULO

En función de las condiciones que se hayan incluido en el informe psicofísico y por la DGT, necesitarás realizar algunas adaptaciones a tu vehículo para adecuarlo a tus necesidades personales. Debes adaptar tu coche a tus características específicas siempre de manera homologada y superando la Inspección Técnica de Vehículos (ITV).

VOLANTE



- Pomos de agarre
- Potencia adicional para facilitar el movimiento a personas con fuerza reducida en la parte superior del cuerpo
- Controles manuales para aceleración y frenado
- Control de intermitentes, luces, claxon, aire acondicionado y limpiaparabrisas

PEDALES



- Supresión de alguno o todos los pedales: embrague, freno y acelerador (en ocasiones esos pedales se sustituyen por mandos que se manejan con las manos o incluidos en el volante)
- Extensiones para los pedales
- Interruptores de suelo



56.000

conductores/as con discapacidad en España precisan de adaptaciones y ayudas técnicas para conducir un vehículo.

Menos del **1%** de las autoescuelas están preparadas para la formación de personas con discapacidad.

8% de personas que obtuvieron el permiso de conducir tras su discapacidad se vieron obligadas a poner a disposición de la autoescuela un vehículo adaptado a sus necesidades.

Cifras obtenidas de la DGT y del "Estudio sobre discapacidad y permiso de conducción" realizado por FESVIAL y la Fundación CNAE en colaboración con la Fundación ONCE

PUERTA TRASERA

- Plataformas elevadoras
- Rampas de acceso al vehículo para personas con movilidad reducida.



PUERTA LATERAL / ASIENTO

- Asientos giratorios
- Extensiones para las manillas
- Elevadores eléctricos
- Tablas de transferencia
- Elevadores de piernas



RETROVISOR

- Retrovisores y espejos adaptados
- Espejos adicionales para personas con movilidad reducida en el cuello
- Retrovisores panorámicos o espejos gran angular



EN PRIMERA PERSONA: EMPLEO Y DISCAPACIDAD

David y Vanesa son dos personas usuarias de Dfaemplea, la Agencia de Colocación de Fundación DFA, que trabaja en la inserción sociolaboral de las personas con discapacidad. Hablamos con ellas para conocer sus experiencias en el proceso de la mejora de su empleabilidad y búsqueda de empleo

Vanesa Hernández, 39 años

Estudió Biblioteconomía y Documentación, pero casi toda su experiencia profesional es como administrativa. Actualmente, trabaja como administrativa de logística.

¿Cómo conociste Fundación DFA?

Tras quedarme en paro, creo que por el año 2015, comencé a buscar en internet diferentes opciones que me ayudasen a encontrar un empleo. Uno de los recursos que utilicé fueron las entidades que se dedican a ayudar a las personas con discapacidad, y así es como encontré a DFA y su Agencia de Colocación.

¿Cómo es el proceso de búsqueda de empleo en dfaemplea?

Primero pasé una entrevista con la trabajadora social y me explicó muchas cosas que yo desconocía, por ejemplo las ayudas o subvenciones que existen para personas con discapacidad. El siguiente paso fue otra entrevista con la técnico de empleo, donde comentamos mi formación y experiencia laboral. Me hizo una serie de recomendaciones para mejorar este proceso de búsqueda. También formé parte de un programa, llamado PIMEI, donde puedes asistir a jornadas formativas, te hacen un seguimiento mediante tutorías personalizadas, te derivan a procesos de selección, etc.

¿Qué te ha aportado la agencia de colocación?

Ha significado mucho para mí. Como usuaria me ayudaron muchísimo. En cada tutoría marcábamos unos objetivos, una ruta a seguir, cómo mejorar el cv, sitios donde poder enviarlo, cursos que me podían interesar, ofertas de empleo... Pero no sólo eso. Además tuve la oportunidad de trabajar unos meses para la agencia de colocación, lo que fue todavía más enriquecedor. Aprendí muchísimo, no sólo en el terreno profesional sino también en el personal. Lo más importante es el trato, la confianza que te genera que te traten con esa cercanía y humanidad, que se preocupen



por ti de verdad. Hoy en día no hay muchos sitios donde te sientas así de bien.

¿Te sirvieron de ayuda las ofertas de empleo que publica dfaemplea en su APP o en las redes sociales?

Debo reconocer que durante el primer contacto con la agencia yo no hacía mucho uso de las "nuevas tecnologías". Pero ahora que ya soy un poco más hábil con esto de las redes, puedo decir que sí me están resultando de gran utilidad. Y no sólo para conocer ofertas de empleo, también para estar al día de otras noticias de interés.

¿Crees que las personas con discapacidad tienen las mismas oportunidades de encontrar empleo?

Desgraciadamente no. Es cierto que la situación va mejorando poco a poco, pero creo que en la mayoría de las empresas ordinarias hay mucha desconfianza y desconocimiento sobre la discapacidad, y esto hace que no contemos con las mismas oportunidades.

David Villena, 25 años

Tiene formación en la rama administrativa y actualmente trabaja en el Departamento de Administración de Fundación DFA.

¿Cómo conociste Fundación DFA y su Agencia?

Cursaba un Grado Medio en Gestión Administrativa y me salió la posibilidad de hacer las prácticas en Fundación DFA en el departamento de Formación. Cuando finalicé esas prácticas en DFA decidí seguir formándome y realicé un Grado Superior de Administración. Al terminar, quería buscar empleo pero no sabía muy bien cómo empezar. Encontré una oferta de empleo que me interesaba en dfaemplea y así me apunté a la agencia. Es una agencia que se dedica a las personas con discapacidad y conocen más recursos que te sirven para orientarte mejor

¿Cómo es ese proceso desde que te apuntas en la Agencia de Colocación?

Participé en el programa PIMEI (Programa Integral para la Mejora de la Empleabilidad) donde me facilitaron el proceso de búsqueda de empleo. Esa búsqueda se adapta a tu discapacidad y formación, es un proceso personalizado. Participas en talleres sobre dónde buscar trabajo, cómo crear tu CV, te orientan sobre cómo mejorar tu formación... Yo me apunté al curso en DFA sobre 'Creación y Gestión de Microempresas' que incluía dos semanas de prácticas y yo las hice en el departamento de Administración de la fundación.

¿Gracias a eso encontraste empleo en una empresa ordinaria?

Sí, después del curso. Y gracias a la profesora de orientación laboral me salió una oportunidad en una empresa en



Utebo, donde vivo. Necesitaban un administrativo para sustituir una baja durante unos meses. Las oportunidades son únicas y hay que cogerlas.

La búsqueda de empleo no es fácil.

El mundo laboral siempre es complicado... En julio me quedé sin trabajo, pero desde dfaemplea contactaron conmigo cuando se quedó una vacante en el departamento de Administración de la fundación. Como ya conocían mi perfil, me llamaron para ver si estaba interesado. Y ¡claro que sí! Pasé de una empresa pequeña a trabajar en una fundación enorme. Conocía a todos y todas de cuando hice las prácticas y el ambiente es muy bueno. Me gustaría quedarme en DFA mucho tiempo.

Lázaro Baeta
FLORISTAS

José Luis Pomarón, 15
50.008 Zaragoza
TEL. 976 493 030 / 667 080 050
www.floreslazarobaeta.com

cores
colectividad y restaurantes

Cócteles
Banquetes
Bodas
Comuniones
Ferias
Congresos

c/ Clara Campeano, 7, local
50018 Zaragoza
Teléfono: 976 513 197 Móvil: 697 439 667
cores@cores-sl.com

DESPUÉS DE UN FIN DE CURSO IRREGULAR, VUELVEN A CLASE LOS PCI

Los alumnos y alumnas de los Programas de Cualificación Inicial retoman el proyecto de decoración interrumpido por la pandemia



Los PCI vuelven a las clases y retoman proyectos como la decoración de las instalaciones de la "Zona de Salud Joven Amparo Poch" (nuevo nombre del Centro Municipal de Promoción de la Salud), que presta atención gratuita en materia de salud sexual, reproductiva y mental a personas de entre 15 y 20 años y está situado en la Plaza Añón, nº3-5. Después del proyecto realizado en 2017, en esta ocasión se trata de dos espacios destinados a temas relacionados con la diversidad de la anatomía femenina, trabajando sobre todo la autoestima y la reafirmación del propio cuerpo rompiendo prejuicios y estereotipos negativos.

La propuesta llegó hasta el alumnado de los Programas de Cualificación Inicial (PCI) de Fundación DFA a comienzos del curso pasado, y, por supuesto, todos y todas aceptaron el nuevo reto. Como siempre, desde el principio se fomentó el trabajo en equipo y la interrelación de grupos, mezclando clases, implicando a las dos líneas impartidas (Auxiliar de arreglos y adaptaciones textiles y Auxiliar en servicios administrativos) y distribuyendo las tareas a rea-

lizar: diseño, búsqueda de materiales, presupuestos, compras, ejecución...

Aunque el proyecto avanzó en el curso pasado, los trabajos se vieron interrumpidos por la aparición de la COVID-19 y el confinamiento derivado del Estado de Alarma, una situación que obligó a profesorado y alumnado a adaptarse a unas circunstancias totalmente nuevas.

El nuevo proyecto aborda la diversidad de la anatomía femenina desde la autoestima y la reafirmación

Ahora, el proyecto se retoma en un nuevo curso marcado por las medidas de seguridad, imprescindibles para evitar el contagio y propagación de la enfermedad: mascarilla, distancia de seguridad, creación de los Grupos Estables

de Convivencia según la normativa, puestos fijos, recorridos de acceso marcados dentro del edificio, sin mezclar clases... Algo que, a pesar de ser inevitable y romper con la filosofía del método empleado habitualmente en estos proyectos, no ha restado ni un ápice de ganas e ilusión a las chicas y chicos, que ya están trabajando al 100%.

En lugar de equipos interactivos en el mismo espacio, se trabaja de forma cooperativa independiente: cada grupo de alumnos y alumnas asume una función específica para lograr un mismo fin. Una situación que también afecta a la educación emocional, aspecto que siempre se ha trabajado dentro del programa.

Programas de Cualificación Inicial

Los PCI son una formación reglada equivalente a la Formación Profesional Básica, adaptada a las circunstancias de diversos colectivos de jóvenes con necesidades o dificultades especiales. En Fundación DFA se ofrecen dos modalidades: Auxiliar de arreglos y adaptaciones textiles y Auxiliar en Servicios Administrativos.



Está subvencionada por el Programa Operativo del Fondo Social Europeo 2014/2020 y la Dirección General de Planificación y Formación Profesional del Gobierno de Aragón. Con estos estudios, y tras dos años de formación, el alumnado obtiene un Certificado de Cualificación Profesional de Nivel 1, favoreciendo su inserción sociolaboral.

Roberto Flores: "Lo peor fue no ver a mis amigos y amigas"

¿Cómo llegaste a Fundación DFA?

En el instituto no iba a conseguir el título, así que mis padres me ayudaron a decidirme a cambiar a este magnífico centro, con los maravillosos compañeros y compañeras de clase y las profesoras que tenemos. Y cómo no, espero acabar el curso por todo lo alto.

¿Cómo viviste la noticia del confinamiento durante el curso pasado?

Fue duro no ver a los amigos y amigas de clase durante tanto tiempo, estar tantos meses sin verlos.

¿Fue complicado adaptarse a la nueva manera de trabajar durante esos meses?

No, me adapté enseguida. Las profesoras acabaron contentas con el rendimiento que había tenido durante la pandemia y el confinamiento.

¿Qué te resultó más difícil?

Lo que me resultó más difícil de la COVID-19 fue no ver a mis mejores amigos y amigas de clase.



En este nuevo curso, ¿qué ha cambiado?

En este nuevo curso ha cambiado que ahora tienes que estar a un metro y medio, incluso dos metros de distancia, para relacionarte, y las separaciones de las mesas en las clases.

ACCESIBILIDAD EN ENTORNOS URBANOS Y RURALES



Las personas con movilidad reducida se enfrentan a una odisea, que en muchos casos es imposible de franquear, en los entornos no accesibles. Aunque en algunos aspectos se han conseguido mejoras, en general, las personas con discapacidad continúan encontrando barreras en los itinerarios urbanos que les dificultan desplazarse de manera cómoda y segura en la vía pública.

La idea que debemos transmitir es que la accesibilidad no es algo ajeno a la población. Todas y cada una de las medidas en materia de accesibilidad benefician a todas las personas.

Proyecto 'Zaragoza Accesible'

El proyecto 'Zaragoza Accesible' sirve para comprobar la accesibilidad en la ciudad, en sus bares, museos, plazas... Es un taller donde un grupo de personas voluntarias y

usuarias, junto con un técnico, aprovechando las diferentes salidas de ocio que realizan a distintos lugares de la ciudad, analizan desde una visión menos técnica, pero sí más práctica, la accesibilidad de los mismos.

'Zaragoza Accesible' surge debido a las dificultades en el acceso físico, arquitectónico y de comunicación que encontramos en los recursos socioculturales de la ciudad.

Todos los meses, jóvenes con diferentes discapacidades y, por ende, diferentes necesidades de apoyo, y un equipo de voluntariado, liderado por un técnico de Fundación DFA, realizan visitas a establecimientos y edificios.

El objetivo es, por una parte, disfrutar de la actividad que allí se realice y, por otra parte, analizar la accesibilidad universal de dichos recursos y de las zonas públicas de acceso a los mismos, recogiendo esa información en una ficha tipo.

También se realizan reseñas de accesibilidad en Google para facilitar la información obtenida, almacenar, organizar y crear un fichero de recursos accesibles con los datos recogidos. Además, el proyecto contempla la colaboración con otras entidades del ámbito de la discapacidad para dar una visión universal de la accesibilidad.

«Es una iniciativa que se podría trasladar a todo el territorio nacional, ya que ayudaría a poner en común con otros territorios medidas, iniciativas, programas, charlas, cursos, ideas en común...», explica Jesús Gabriel Corral, participante del taller desde octubre del año pasado.

Este tipo de actividades sirven para sensibilizar a la sociedad, ya que, según afirma Elisa Terrén, participante desde hace dos años: «en algunos lugares hay deseos de mejorar y en otros notamos más indiferencia, depende de la persona con la que se habla. Pero si con nuestra visita podemos concienciar a alguien, creo que ya habremos conseguido algo».

Algunos establecimientos han sido reformados cumpliendo la accesibilidad tras las acciones de este grupo.

El taller resulta ser «muy útil», tanto para los sitios visitados como para los participantes, ya que «se aprenden cosas nuevas sobre lo diferentes que somos, y siempre es gratificante ver que cambian calles o establecimientos porque nosotros hemos detectado algún error», responde Bea Mansilla.

Preguntando también sobre qué tipo de establecimientos se visitan más en el proyecto, María Ángeles dice que se frecuentan más «centros culturales, piscinas, lugares como el Mercado Central de Zaragoza...». Algunos de estos establecimientos «han sido reformados cumpliendo la accesibilidad tras las acciones de este grupo. Alguna vez he vuelto a verlo cumplido», explica Ester Salas.

El fin de los participantes del proyecto es, en palabras de Héctor Sancho, darse cuenta de que «todavía queda mucho por hacer, pero es algo que ya sabía o me imaginaba al menos», porque lograr una accesibilidad plena y universal en la ciudad de Zaragoza es una lucha diaria.

Además de estas acciones, existen aplicaciones móviles que «visibilizan la falta de accesibilidad como 'AccesibilidadApp' de COCEMFE, 'Tour4All' de PREDIF y herramientas como Google y sus comentarios de los lugares analizados», confiesa Marina Joven, participante desde hace dos años.

Zaragoza adaptará más de 1.000 pasos de peatones



El Ayuntamiento de Zaragoza puso en marcha a principios de este año un plan específico de 'mejora de la accesibilidad' en las calles de la ciudad, trabajando de forma coordinada con Fundación DFA y ONCE. Con este objetivo, desde el consistorio se ha aumentado la partida presupuestaria, comprometiéndose a la adaptación de todos los pasos de peatones para lograr que todas las aceras estén rebajadas y sean, por tanto, accesibles.

Según los datos proporcionados por el Ayuntamiento, en Zaragoza existen un total de 15.761 pasos de peatones de los cuales el 90% ya dispone de aceras rebajadas. En este plan conjunto se plantea abordar tanto el rebaje de los más de 1.000 pasos pendientes como adaptar los pasos peatonales que, a pesar de estar rebajados, no son accesibles desde la perspectiva sensorial, es decir, no disponen de pavimentación podotáctil que facilite la movilidad de personas con dificultades visuales. Para ello, se realizan reuniones de coordinación entre el Ayuntamiento de Zaragoza y los agentes sociales implicados, Fundación DFA y ONCE, con el objetivo de coordinar conjuntamente los criterios a seguir y priorizar las actuaciones.



RUTAS ACCESIBLES

Aragón está lleno de lugares que visitar, de pueblos con encanto, ricos en cultura y con una variada gastronomía. ¡Es hora de hacer turismo por nuestra comunidad! Pero... ¿Y la accesibilidad?

En las zonas rurales, las localidades que están mejor adaptadas son aquellas que cuentan con más población y, especialmente, las que reciben turismo. Por ejemplo, Jaca es una de las localidades que se está preocupando más por el tema de la accesibilidad urbanística.

Existe una normativa a nivel estatal que regula la accesibilidad en todos los espacios, incluyendo edificios públicos como comercios, bares, hoteles... Supuestamente (porque no siempre se cumple), cualquier establecimiento que abra ahora sus puertas debería tener accesos accesibles. Uno de los temas pendientes es la accesibilidad en los edificios históricos, ya que no siempre es compatible el estricto mantenimiento del patrimonio con las adaptaciones necesarias para hacerlo accesible.

Rutas accesibles en Teruel

En Teruel capital y provincia existen algunos senderos y lugares accesibles para personas con movilidad reducida que merece la pena visitar.

La excursión a las pinturas rupestres del Navazo y el Mirador de Peñas Royas es un recorrido lineal que combina pavimento especial y pasarelas de madera, con una distancia de 2,5 km y accesible a todos los visitantes, con independencia de su grado de discapacidad. A 4 kilómetros del inicio del sendero se encuentra la ciudad monumental de Albarracín, donde se dispone de servicios hosteleros, de restauración, camping, alimentación...

El Centro de Interpretación de Donarque también dispone de ruta accesible y es un sencillo sendero lineal, con pavimento espacial para el tránsito de sillas de ruedas, que conduce hasta el Área Recreativa de Fuente Buena, donde pasar un agradable día en contacto con la naturaleza. El sendero se inicia en el centro adaptado que muestra los valores del Paisaje Protegido y a lo largo del sendero se aprecia vegetación de ribera (chopos, sauces...) en contraste con el pino rodeno, dominante del Paisaje Protegido.

A estas rutas, poco a poco se van añadiendo nuevas como el mirador de la Ermita del Tremedal o el de Castillo de Peracense, uno de los castillos más singulares, tanto por su emplazamiento como por el color rojizo de su construcción. Además, desde el magnífico mirador de la Ermita del Tremedal se pueden contemplar las montañas de la Sierra de Albarracín, Orihuela y la depresión del Jiloca.



Rutas accesibles en Huesca

Te proponemos algunos senderos accesibles de la provincia de Huesca desde los que contemplar paisajes espectaculares.

La ruta accesible de la Pradera de Ordesa (Torla) avanza remontando el valle y nos permite descubrir la rica vegetación del valle de Ordesa. El camino avanza en paralelo al río Arazas y cruza un bosque de ribera y un bonito hayedo, donde podremos admirar las espectaculares y escarpadas paredes del valle, resultado de la erosión del hielo de los glaciares durante miles de años.

En Bielsa, más concretamente a 4,5 kilómetros, se encuentra el sendero de El Cornato, un recorrido accesible junto al río Cinca. Allí atravesarás un bosque de abetos y pinos de más de 100 años. La ruta es circular y transcurre a lo largo de 700 metros. En la excursión hay 10 paradas de interpretación de la naturaleza.

Otra ruta conocida es el Mirador accesible de Siresa, en Hecho. Un excelente mirador hacia el norte, (Peña Forca y el desfiladero de la Boca del Infierno) y hacia el este (valle del Aragón Subordán). Para acceder a él disponemos de acceso rodado asfaltado hasta la misma explanada y nos permite disfrutar de paisaje excepcional.

El Parque Natural de la Sierra de Guara ha sido reconocido por sus iniciativas en materia de accesibilidad. Prueba de ello es el premio europeo recibido de turismo accesible, en reconocimiento a sus esfuerzos por ofrecer actividades turísticas sostenibles y accesibles para todos, con infraestructuras adaptadas a las personas con discapacidad.





Adaptados a tus necesidades

Gestión Asistencial Aragonesa S.L. es una empresa sin ánimo de lucro, especializada en el **transporte de personas con movilidad reducida** y cuyo fin principal es la integración sociolaboral de las personas con discapacidad.

- Transporte adaptado para **personas mayores**
- Transporte adaptado para **personas con discapacidad**
- Transporte **turístico y discrecional** adaptado

Contamos con una flota de **11 microbuses** y **9 furgonetas** completamente adaptados para que todos los usuarios puedan disfrutar de su viaje.

Llama al **976 59 59 59** y solicita presupuesto sin compromiso.

 **GESTIÓN
ASISTENCIAL
ARAGONESA, S.L.**

Visítanos en
www.fundaciondfa.es

5 MITOS SOBRE SEXUALIDAD Y MUJERES CON DISCAPACIDAD

....

1

ASEXUALIDAD

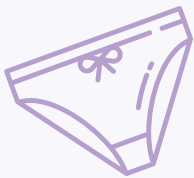
La infantilización y la sobreprotección a la que se somete a las mujeres con discapacidad hace perdurar la creencia de que no son sujetos de deseo sexual



2

BELLEZA

Los cánones y la estética establecida por la sociedad expulsan del ideal de belleza a las mujeres con discapacidad no percibiéndolas como objeto de deseo y provocando problemas de autoestima.



++++

4

INCAPACIDAD

Existe la creencia de que una discapacidad física genera incapacidad sexual. La sexualidad implica afectividad, deseo, satisfacción, autoconocimiento, aceptación...

3

EL SEXO SIGUE SIENDO TABÚ

No se habla de sexualidad y discapacidad, muchas veces por desconocimiento, por vergüenza o por creer que 'si no se nombra, no existe'.

x

5

EL DERECHO A DECIDIR

En ocasiones no se tiene en cuenta la opinión de las mujeres con discapacidad, especialmente si ésta es intelectual, en cuestiones como el uso de anticonceptivos, la esterilización o la maternidad.



FIBROSIS QUÍSTICA: UNA DOLENCIA CONGÉNITA COMPLEJA QUE PRECISA EQUIPOS BIEN FORMADOS

Actualmente los tratamientos se centran en detener el avance de la enfermedad y mejorar la calidad de vida de los pacientes



La segunda jornada del Ciclo de Conferencias Divulgativas, que organiza conjuntamente Fundación DFA y Clínica HLA Montpellier, se centró en 'Fibrosis Quística y Discapacidad'. Esta charla, que cerró inesperadamente el ciclo 2019/2020 a causa de la COVID-19, contó con la participación de la Dra. Inés Herrero, neumóloga del Hospital Universitario Miguel Servet, y José Luis Gracia, usuario de la asociación Fibrosis Quística Aragón, que compartió su experiencia personal.

Como es habitual, el doctor Alfredo Pérez Lambán dio la bienvenida a los asistentes y destacó lo especial de la fecha, ya que durante este año la Clínica Montpellier de Zaragoza celebra su 50 aniversario.

Por su parte, Marta Valencia, presidenta de Fundación DFA, recordó los orígenes de la colaboración entre las dos entidades, resaltando el carácter eminentemente divulgativo y cercano del ciclo anual de charlas.

La Dra. Inés Herrero comenzó su charla recordando una de las características principales de la enfermedad: el sabor excesivamente salado del sudor, que en la edad media hizo que a los niños que lo presentaban se les considerara 'embruados'.

Se trata de una enfermedad congénita, la más frecuente en la raza caucásica. Una de cada cuatro personas posee la mutación genética que la desencadena, desarrollando la enfermedad tres de cada cuatro mil personas y siendo atendida cada vez más por médicos de adultos.

La mutación que la desencadena se produce en el gen que regula la proteína CFTR, que actúa como canal de cloro, y de la que el individuo debe presentar un déficit muy severo para que se manifieste la enfermedad. Además, se requiere que padre y madre sean portadores de la mutación.

La fibrosis quística se manifiesta con secreciones viscosas, inflamación, infección, daño pulmonar... Una de las voces

de alarma es la presencia poco habitual de los gérmenes *S. aureus* y *Ps. aeruginosa* en el esputo. Estos síntomas acababan afectando a diversos órganos (hígado, páncreas...) y causando diabetes, mala absorción, artropatías, disminución de la fertilidad... en un círculo difícil de romper que ha de ser tratado por un equipo multidisciplinar y entrenado que realice controles periódicos evolutivos.

Este tratamiento no es curativo, señaló la Dra. Herrero, sino que está enfocado a detener la progresión y a mejorar la calidad de vida del paciente. En este sentido, se están dando unos esperanzadores pasos en la terapia proteica mientras se sigue trabajando con el tratamiento broncopulmonar (broncodilatadores, antiinflamatorios mucolíticos, hidratación vía aérea, antibióticos...).

Estos tratamientos se han de complementar con otros no farmacológicos como la fisioterapia respiratoria, ejercicio, terapia postural, dieta, enzimas pancreáticas, vitaminas, o el oxígeno en las fases avanzadas.

«Hay que convivir con la fibrosis quística, pero no permitirle que te impida vivir con normalidad»

Para finalizar, la doctora Herrero lanzó un mensaje: La fibrosis quística es una enfermedad compleja, complicada, que precisa equipos bien formados (especialmente en adultos), pero de la que se tiene una visión muy esperanzadora.

José Luis Gracia Herrando, usuario de Fibrosis Quística Aragón, compartió su experiencia personal con la enfermedad, que se remonta a su infancia, con catarros y gripes continuas y frecuentes visitas a médicos, «aunque en esos años no existían los medicamentos actuales».

«Con el cambio a la vida adulta la enfermedad se estabiliza, está más controlada. Se puede llevar una vida normal, aunque con más cuidado y precauciones», señala José Luis Gracia, quien también dio testimonio de sus problemas a la hora de encontrar un empleo.

«La fibrosis quística es como si llenaras un vaso hasta arriba. Cualquier cosa que llega lo desborda. De esto sales tú con la ayuda de los que te rodean. Aunque a veces viene bien la ayuda psiquiátrica, porque la cabeza es muy mala»

«Personalmente recomiendo buscar la mayor normalidad posible siendo consciente de la enfermedad. Hay que convivir con ella, pero no permitirle que te impida vivir con normalidad», concluyó José Luis Gracia.

Finalmente, el doctor Alfredo Pérez Lambán hizo entrega a Marta Valencia de una placa conmemorativa en reco-



INCIDENCIA FIBROSIS QUÍSTICA EN ESPAÑA

Afecta a **2.500** personas | 1 de cada **5.000** nacimientos

1 de cada **35** personas son portadoras sanas de la enfermedad

nocimiento a la labor y trayectoria de Fundación DFA y en conmemoración de los años de colaboración con la Clínica HLA Montpellier, de los que resaltó su valor divulgativo: «Ante enfermedades crónicas hay que crear pacientes expertos».

“LA SOLIDARIDAD A TRAVÉS DEL MUNDO” DE JOSÉ MANUEL CARDIEL

La oficina Store de CaixaBank, situada en la Plaza Aragón de Zaragoza, acogió esta exposición solidaria del artista aragonés durante todo el mes de febrero



El 5 de febrero tuvo lugar la inauguración de la exposición ‘La solidaridad a través del mundo’ del pintor zaragozano José Manuel Cardiel.

El objetivo de esta exposición era recaudar fondos para el proyecto de Atención Postemprana que ofrece el Centro de Desarrollo Infantil de Fundación DFA y que atiende las necesidades de niños y niñas de 6 a 14 años que presentan algún trastorno en el desarrollo o riesgo de padecerlo. Un servicio imprescindible para prevenir la discapacidad o atenuar sus efectos gracias a una intervención terapéutica a edades tempranas. Al cumplir los 6 años, los niños y niñas dejan de tener cubierto este servicio y tienen que ser las propias familias las que lo asumen. De las 200 familias atendidas cada año en el programa, aproximadamente un 20% no puede hacer frente al coste. Con el objetivo de co-

laborar para que ninguna familia se quede sin este servicio por falta de recurso, CaixaBank, a través de Obra Social “la Caixa”, hizo entrega en este acto de un talón por valor de 12.000€.

En el acto de inauguración estuvieron presentes diferentes autoridades y representantes de instituciones y entidades. Marta Valencia, presidenta de Fundación DFA, quiso agradecer tanto al artista como a CaixaBank su colaboración, destacando la importancia del proyecto porque «cuando hablamos de autonomía personal y de vivir sin barreras, las bases se deben poner desde la infancia. Las dificultades económicas de las familias no pueden ser un obstáculo para que los niños y niñas que lo necesitan reciban este servicio». Por su parte, José Manuel Cardiel afirmó que esta exposición era su manera «de aportar un granito de arena



para que niños y niñas con discapacidad no tengan que dejar sus tratamientos por problemas económicos». Por parte de la entidad, estuvieron presentes José Eloy Ascaso, director comercial de CaixaBank en Aragón y La Rioja, que quiso agradecer al artista que pensara en esta oficina Store para acoger sus obras; y Javier Muñoz, representante de Acción Social en la delegación territorial Ebro.

CaixaBank, a través de Obra Social "la Caixa", hizo entrega en este acto de un talón por valor de 12.000€

El vicepresidente del Gobierno de Aragón, Arturo Aliaga, recalcó que «a veces hay que dejar de lado las cuestiones políticas y pensar más en las personas» y Sara Fernández, vicealcaldesa del Ayuntamiento de Zaragoza, hizo hincapié en que «no se puede hacer ciudad sin contar con las asociaciones». Clausuró el acto Ángel Dolado, Justicia de Aragón, destacando la importancia de que «todas las personas tengan un hábito laboral para sentirse realizado».



Atención Postemprana

El programa de Atención Postemprana ofrece una atención integral a todas las necesidades y áreas del desarrollo de niños y niñas desde los 6 a los 14 años. Las profesionales de los Centros de Desarrollo Infantil evalúan las dificultades y potencialidades de cada niño o niña, diseñando un plan de intervención individualizado y adaptando el tratamiento a su perfil y sus necesidades. Todo ello gracias a un equipo multidisciplinar y especializado en rehabilitación, fisioterapia, logopedia, psicología, psicomotricidad y terapia ocupacional. Esta intervención se realiza de manera coordinada con la familia, la escuela y el entorno.

la mejor impresión

gráficas **ALZATE**

Pol. Comarca 2, Calle A, Nave 49
31191 Esparza de Galar (Navarra)
T.948 321 180 - F.948 321 121
graficasalzate@alzate.es

www.alzate.es

ATENCIÓN TELEFÓNICA A LAS FAMILIAS EN ARAGÓN

La Dirección General de Igualdad y Familias del Gobierno de Aragón ha impulsado un servicio de atención telefónica, gestionado por Fundación DFA, donde solicitar información y cita previa para efectuar los trámites de familia monoparental, numerosa o pareja estable no casada. El teléfono 976 701 708 prestará servicio en horario de lunes a viernes de 9 a 14 horas, exceptuando festivos, para las tres provincias aragonesas.

Este teléfono comenzó a funcionar el pasado martes 15 de septiembre. Permite solicitar cita previa para el reconocimiento y renovación de los títulos de familia numerosa, familias monoparentales y para la inscripción en el Registro Administrativo de las parejas estables no casadas; además, se ofrece información sobre la documentación a presentar en la realización de los trámites y procedimientos; así como recibir apoyo para gestionar la cita previa online en caso de ser necesario.

El servicio de atención telefónica no limita la actividad presencial ordinaria, sino que la gestiona para ofrecer atención de forma ordenada y agendada, asegurando que las personas que acuden a realizar trámites lo hagan previamente informados, con la documentación necesaria y con una cita previa que disminuya y regule el tiempo de espera. De esta manera, se agilizan los trámites y se resuelven las



dudas antes de acudir presencialmente a las oficinas de los Servicios Provinciales de Ciudadanía y Derechos Sociales del Gobierno de Aragón.

FALLADO EL XXVII CERTAMEN LITERARIO

En un año normal los ganadores del Certamen Literario convocado por el Centro de Actividades Socioculturales de Fundación DFA se hacen públicos durante su Fiesta Fin de Curso. Pero este año 2020 está siendo de todo menos normal, y la Fiesta Fin de Curso ha tenido que ser suspendida. Pero el Certamen sigue adelante, y tenemos los ganadores y ganadoras en las distintas categorías.

Los ganadores de cada categoría recibirán un lote de libros y un vale/menú para dos personas en el restaurante dfabula. Los premiados en segundo y tercer lugar de cada categoría recibirán un lote de libros.

Esta edición del Certamen Literario ha sido especial, y no sólo por la cancelación de la Fiesta fin de Curso, sino por la cantidad de obras presentadas y la procedencia de ellos: En total 121 obras llegadas de distintos puntos de España y de Latinoamérica (Chile, cuba, Uruguay...) Muchísimas gracias a todos y todas por participar, y... ¡Os esperamos en la próxima edición!

OBRAS GANADORAS

Categoría Relato

- 1º. "La veo mis sueños". Emilia García Castro. Oviedo.
- 2º. "El espejo de Manuela". Eduardo José Vilades Fernandez. Logroño.
- 3º. "El Salto". Carmen Molinero Arcega. Zaragoza.

Categoría Microrrelato

- 1º. "Luz exterior". José Fco. Domínguez Torres. La Puebla de Caramiñal, La Coruña.
- 2º. "Giros oceánicos". Juan Gonzalez Repiso. Huelva.
- 3º. "Bloqueo". Raúl Clavero Blazquez. Madrid.

Categoría Poesía

- 1º. "A mi madre". Javier Esteban Santos. Zaragoza
- 2º. "Mi amigo". Rosa María Longa Olondo.
- 3º. "Inconsútil". Rafael Negrete Portillo. Madrid

EL SERVICIO DE ATENCIÓN TELEFÓNICA GESTIONADO POR FUNDACIÓN DFA PARA EL IASS, PREMIO CUARTO PILAR

El Servicio de Atención Telefónica que Fundación DFA gestiona para el Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS) resultó galardonado en la III Edición de los Premios Cuarto Pilar en la categoría de 'Programas desarrollados por entidades conveniadas o concertadas'. Este premio reconoce la labor del Servicio de Información, que ofrece una nueva prestación al usuario dentro de la Dirección Provincial del IASS, informando y dando citas de atención a la dependencia.

La gala de entrega de premios tuvo lugar el 20 de febrero en el Palacio de Congresos de la Expo. Entre los méritos para la concesión de este reconocimiento, desde el IASS se destacó «la amabilidad, la intención de facilitar toda la información y el asegurarse de que el interlocutor ha entendido correctamente el mensaje». Este servicio ya ha recibido más de 50.000 llamadas.

En esta edición también resultaron premiados los trabajadores de la Residencia Romareda (en su 25 aniversario), los centros de servicios sociales de la Comarca Central de Zaragoza, la Remos Band del Centro El Remós de Guayente, el trabajo de investigación desarrollado por Francisco Aguelo y Ana Chamorro sobre herramientas para tratar conductas violentas en centros de menores, el estudio de María Teresa Ayuda y María Concepción Muñoz sobre el beneficio de los procesos terapéuticos en grupo en personas de entre 50 y 90 años y el Centro de Referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas de Madrid (CEAPAT).



Adaptamos vehículos para personas con discapacidad

Talleres **SAN CRISTÓBAL**

Distribuidor: **Guidosimplex**

C/ Escultor Palao, 1
50.017 Zaragoza

Tel. y Fax: 976 31 78 11
www.talleressancristobal.es
info@talleressancristobal.es

comercialartigas.es
correo@comercialartigas.es

CA

FERRETERIA • MENAJE DE HOGAR •
PINTURAS • SUMINISTRO INDUSTRIAL

Avda. Tenor Fleta, 58
50.007 - Zaragoza

☎ **976 428 700**
Fax - 976 461 670



Pimientos rellenos de tofu y chía

Los pimientos de cristal rellenos de tofu y chía sobre crema de zanahoria no dejan a nadie indiferente. Esta receta vegetariana tiene un sabor suave y delicioso que deleitará a vegetarianos y omnívoros por igual

INGREDIENTES (4 Personas)

- 4 pimientos de cristal (rectos y grandes a ser posible)
- sal y pimienta
- aceite de oliva

Para el relleno:

- 1 cebolla
- 200 gr de tofu
- 100 gr de pasas
- 100 gr de chía
- 100 gr de maíz dulce
- Pan rallado, harina y huevo

Para la crema:

- 3 zanahorias
- 1 nuez de mantequilla
- nuez moscada
- ralladura de jengibre

• **Tiempo:** 40 min.

• **Dificultad:** Fácil

• **Coste:** Medio

PREPARACIÓN

1. Lavamos y vaciamos los pimientos quitando las pepitas. Freímos con cuidado para que no se rompan y los reservamos.
2. Para el relleno, ponemos la chía en remojo 12 horas antes para que se infle y así potenciar su característica aglutinadora. Por otro lado, cortamos el tofu en dados y empanamos para después freír.
3. En una cacerola pochamos la cebolla lentamente y añadimos las pasas y el maíz dulce. Rehogamos hasta que la pasas se rehidraten añadiendo un poquito de agua si fuese necesario. Seguidamente añadimos el tofu frito y la chía suavemente ligando todos los ingredientes con cuidado para que el tofu no se rompa en exceso. Salpimentamos y cuando lo podamos manejar a modo de masa de croquetas rellenos los pimientos.
4. Para la crema, lavamos y cortamos a dados pequeños la zanahoria. Rehogamos en una cacerola con la nuez de mantequilla. Salpimentamos y añadimos un poquito de ralladura de jengibre y nuez moscada. Cuando esté pochada, batimos a máxima potencia y, si fuese necesario, añadimos un poco de agua para dejar la textura deseada.
5. Para servir, poner en la base del plato un poco de crema y encima el pimiento relleno.



Restaurante Dfabula

José Luis Pomarón, g. 50.008 Zaragoza

Teléfono de Reservas: 976 49 68 76



Zaragoza Parkings S.L. es una empresa sin ánimo de lucro cuyo fin es la integración sociolaboral de las personas con discapacidad, principalmente física.

Más de **20 años de experiencia** en la gestión de aparcamientos nos avalan.

> **GESTIÓN Y EXPLOTACIÓN DE APARCAMIENTOS**

- **GESTIÓN INTEGRAL:** Acondicionamiento y mantenimiento de la explotación de aparcamientos públicos y privados.

- **EXPLOTACIÓN:** Gestión administrativa, inversión en instalaciones, contratación de personal, acondicionamiento, control de accesos, organización y promoción del servicio.

> **LIMPIEZA INDUSTRIAL Y MANUAL**

Limpieza de viales y plazas, accesos, aseos, zonas comunes...



Visítanos en www.fundaciondfa.es



dfaemplea

LA APP DE LA AGENCIA DE COLOCACIÓN
DE FUNDACIÓN DFA

Empleo para personas capaces

Si tienes discapacidad y buscas empleo
en Aragón, descubre las ofertas de
trabajo que tenemos para ti.



NUESTROS SERVICIOS

Consigue un empleo

Consulta nuestras ofertas de trabajo disponibles, talleres, cursos de formación y noticias de interés en materia de empleo.

Contrata personas capaces

Tenemos el perfil que buscas.
Te informamos sobre ventajas de contratación, adaptación de puestos de trabajo...

dfaemplea@fundaciondfa.es
www.fundaciondfa.es

DESARROLLA:



COLABORA:

