

Zangalleta

VERANO 2022

La revista de Fundación Dfa



Premios Zangalleta

Emotiva ceremonia en reconocimiento
a la labor por las personas con discapacidad

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

María Victoria Broto, consejera de Ciudadanía y Derechos Sociales del Gobierno de Aragón

12 DISCAPACIDAD

El INE publicó la Encuesta de Discapacidad, Autonomía Personal y Situaciones de Dependencia de 2020

14 AUTONOMÍA

Apuesta por la regularización de un sistema de asistencia personal y de viviendas para la discapacidad

16 ATENCIÓN TELEFÓNICA

La soledad en mayores, cada vez más presente según el informe de Fundación Dfa para el IASS

20 DESARROLLO INFANTIL

El ciclo de 'Literatura infantil respetuosa' resulta muy útil para las familias

22 APOYO SOCIAL

Ana Laplana repasa el papel de los y las trabajadoras sociales en la sociedad actual

24 DFAEMPLEA

El departamento de Atención Telefónica crece tras las formaciones organizadas por la agencia de colocación y el Centro de Apoyo Social

28 ACTUALIDAD

Fundación Dfa obtiene el certificado de Garantía de Origen (GdO) por parte de la CNMC

34 OCIO

Infórmate bien y planifica tus vacaciones para no sufrir ningún contratiempo con una breve serie de consejos

38 SALUD Y BIENESTAR

El ciclo Dfalimentación, promovido por Fundación Dfa y la Clínica HLA Montpellier, ofrece pautas para llevar una alimentación saludable

40 MUJER

Amanixer celebra un ciclo de talleres destinados a la alfabetización tecnológica

42 RECETA DFABULA

Yolanda Luna prepara un rico pastel de verduras



EN PORTADA

Premios Zangalleta

El 7 de abril se celebró la entrega a los galardonados de la XXVII edición de los Premios Zangalleta.

EDITORIAL

El componente 22



La pandemia sanitaria ha puesto en cuestión el modelo de atención en centros, coloquialmente llamadas residencias, ya sean de personas mayores o con discapacidad. De esto trata el Componente 22 del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia aprobado por el Gobierno de España, con las Comunidades Autónomas, financiado con Fondos Europeos y, a este respecto, creemos que debemos hacer varias consideraciones.

Es fundamental que el nuevo modelo esté centrado en la atención a la persona y ha de nacer con vocación de perdurar a lo largo de los próximos años.

Por ello, los partidos políticos deben de ser conscientes de que han de llegar a un modelo de consenso para así alejar este tema de cualquier lucha partidista de desgaste del adversario, de manera que los gobiernos que formen no cuestionen el modelo, sino que lo sigan desarrollando con la estabilidad política necesaria y lo doten con la financiación adecuada.

Además, han de participar de manera imprescindible quienes van a ser las personas beneficiarias. Hay que preguntarles para saber qué piensan, qué sienten, cómo quieren vivir sus vidas. No es difícil hacerlo, prueba de ello es el estudio 'Redes de apoyo social a mayores' del Gobierno de Aragón que se presentó hace unos días y que fue realizado por nuestro departamento de Estudios Sociales y de Mercado.

También las entidades sociales sin ánimo de lucro, que trabajamos con, por y para todas las personas con discapacidad, tenemos una gran experiencia y estamos dispuestas a poner todo lo que sabemos a disposición del proceso de gestación del nuevo modelo.

Así pues, estamos ante una oportunidad magnífica de mejorar la vida de muchísimas personas. Para quienes no puedan vivir en sus casas, centros de reducidas dimensiones que favorezcan una mayor y mejor personalización en la atención, y, para quienes sí puedan, profesionalización de los servicios de apoyo en domicilio, asistencia personal, mayor facilidad para que las comunidades de vecinos y viviendas sean accesibles y avances tecnológicos. Todo con el fin de permitir que el concepto de autonomía cobre una nueva dimensión y que muchas personas, que antes no se planteaban permanecer en sus casas y barrios, ahora lo hagan con seguridad y total tranquilidad tanto para ellas como para sus familias.

El reto es apasionante y una cosa sí tenemos clara en Dfa: no podemos fallar. ¡Qué paséis un muy feliz verano!

Marta Valencia Betrán
Presidenta de Fundación Dfa

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 la Ley 3/2018 de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, le comunicamos que sus datos obran en nuestro poder. Usted tiene derecho a modificarlos o cancelarlos.

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





M^a Victoria Broto

Consejera de Ciudadanía y Derechos Sociales del Gobierno de Aragón



Aragón está sumido en un momento de cambio, tras una crisis sanitaria sin precedentes, y sus Servicios Sociales, su política de cuidados, son parte de esta transformación. Desde el IASS, desde el Departamento de Ciudadanía, queremos mirar hacia delante, convirtiendo esos momentos de crisis en aprendizajes; y la incertidumbre vivida en impulso compartido, en evolución hacia otros modelos. Somos más conscientes que nunca de que sin escuchar a los usuarios, sin saber qué demanda el ciudadano, no podemos construir los Servicios Sociales y tejer las redes de apoyo que necesitan las personas.

Con esta voluntad trabajamos en todos los ámbitos del IASS y lo hacemos a través del modelo de atención centrada en la persona, que ha contado con un apoyo financiero imprescindible: el programa 'Next Generation EU', que incluye una línea estratégica en las políticas de cuidados.

Esta nueva filosofía de atención es un paso más en la gran evolución de los servicios sociales en los últimos 40 años, precisamente los que cumple nuestro Estatuto de Autonomía: se ha consolidado un paradigma de atención a las personas con discapacidad o dependencia basado en su calidad de vida. Este modelo asegura el ejercicio de los derechos, identifica y fomenta capacidades, y busca la existencia de un entorno facilitador para una plena inclusión social y laboral.

Ese es hoy nuestro marco de acción, que se centra en la transformación de los espacios para potenciar ese cambio de entornos significativos, y también en una nueva concepción en la forma de trabajar y de escuchar a los usuarios, donde su biografía y su voluntad son prioritarios.

Por todo ello, las líneas consideradas como estratégicas para la atención de las personas con discapacidad o dependencia en Aragón pasan por disponer de una red de apoyos para fomentar la permanencia en el domicilio, y la reorganización de otros existentes (como aquellos de atención diurna o residenciales) para su modernización e integración en la comunidad. El Gobierno de Aragón está asumiendo los esfuerzos necesarios para trabajar en esta línea con el tercer sector y las entidades privadas, porque este cambio nos implica a todos.

Vivimos un momento de gran intensidad y esfuerzo, pero también de ilusión, en el que los diferentes actores del sistema de los servicios públicos debemos compartir la misma visión, trabajando de forma integrada en el desarrollo de los proyectos vitales de las personas, que hoy ocupan el centro de todas nuestras actuaciones.



27ª edición de los Premios Zangalleta

Reale Foundation, ATAM, Ayuntamiento de Jaca y Carmen Bastón reciben los galardones por la labor en favor de las personas con discapacidad

Reale Foundation, ATAM, el Ayuntamiento de Jaca y Carmen Bastón Rial recibieron el 7 de abril los premios Zangalleta 2022 de Fundación Dfa. La sede del Gobierno de Aragón acogió la XXVII edición de estos galardones que se entregan en reconocimiento a la labor de personas, colec-

tivos o instituciones por los derechos de las personas con discapacidad, la superación de barreras sociales y arquitectónicas y la inclusión social.

Ana Sánchez Borroy, periodista de Radio Zaragoza, condujo una emocionante ceremonia que arrancó con el discurso de Marta Valencia, presidenta de Fundación Dfa. Valencia quiso mandar un mensaje de solidaridad a la ciudadanía ucraniana antes de poner en valor el denominador común de los premiados: «Los proyectos que desarrollan tanto Reale Foundation como ATAM, los planes y normativa desarrolladas por el Ayuntamiento de Jaca y el



trabajo del día a día de Carmen se centran en las personas, en hacer su vida mejor y, muy especialmente, la de las personas con discapacidad».

Carmen Bastón fue la encargada de recoger el primero de los premios. Lo hizo de manos del consejero de Acción Social y Familia del Ayuntamiento de Zaragoza, Ángel Lorén. La loa corrió a cargo de Cristian Bascuñán, abogado de Fundación Dfa.

A continuación, José Carlos Pardo, coordinador del área de Secretaría Técnica, aplaudió el compromiso y la vinculación altruista de Reale Foundation con los objetivos de la entidad aragonesa. La delegada del Gobierno en Aragón, Rosa María Serrano, hizo entrega del galardón a Arancha Escalada, responsable de RSE de Real Seguros.

La labor que ATAM lleva a cabo en el terreno de la investigación e implantación de proyectos para hacer de la

tecnología una herramienta para derribar barreras y facilitar la autonomía personal fue reconocida después. La directora del área de Infraestructuras, Beatriz Aranda, en su loa, apuntó como ejemplo el proyecto Vivelibre. La consejera de Ciudadanía y Derechos Sociales, María Victoria Broto, ofreció el galardón a Ignacio Aizpún, director de ATAM.

El premio Zangalleta para la institución pública recayó en el Ayuntamiento de Jaca. Su mérito lo expuso la directora del área de Centros Sociales, Pilar Moreno. El presidente de las Cortes de Aragón, Javier Sada, le entregó la escultura 'Libertad' al alcalde Juan Manuel Ramón.

María Victoria Broto abrió el acto con una proclama: «Reivindicamos la inclusión, la igualdad y una cosa muy importante: que no podemos tolerar ningún retroceso. Siempre tenemos que caminar hacia adelante y tenemos que valorar todo lo hecho hasta ahora».



Carmen Bastón

«Espero que Zaragoza sea una ciudad más inclusiva y accesible»

La trayectoria profesional de la empleada jubilada del Ayuntamiento de Zaragoza ha estado siempre vinculada a los servicios sociales y, en especial, con las entidades que trabajan y representan a las personas con discapacidad. Coordinó, además, el grupo de la redacción de la ordenanza municipal de accesibilidad, siendo reconocida de manera unánime como una ordenanza de accesibilidad de carácter universal. Bastón se mostró visiblemente emocionada y agradecida sobre el escenario, pero también optimista: «Lo que vamos a hacer y lo que podemos hacer juntos va a marcar la vida de muchas personas; espero que Zaragoza sea una ciudad más inclusiva y mejor para todos y todas». Bastón, además, recordó que «las inversiones en accesibilidad generan muchos beneficios».



Fundación Reale

«Con este proyecto, Reale y Dfa hacemos algo por la discapacidad»

La fundación corporativa de Reale Seguros fue premiada por el compromiso y vinculación altruista con los objetivos de Fundación Dfa, gracias al cual se pudieron desarrollar diversos proyectos dirigidos a niños y niñas con discapacidad y alteraciones en el desarrollo y sus familias, así como diversos proyectos de comunicación y equipamiento tecnológico. La delegada del Gobierno en Aragón, Rosa María Serrano, hizo entrega del galardón a Arancha Escalada, responsable de RSE de Real Seguros, quien explicó el fuerte componente que invade a su compañía cuando se trata la discapacidad: «Decir que trabajas por la discapacidad no es adaptar un baño, es mucho más. Con el proyecto de Dfa creíamos que nuestra compañía y la fundación hacíamos un poco más por la discapacidad».



ATAM

«Hallamos en Dfa un compañero con quien explorar este mundo futuro»

El trabajo desarrollado por esta institución social en el terreno de la investigación e implantación de proyectos para hacer de la tecnología una herramienta con la cual derribar barreras y facilitar la autonomía personal e independencia de las personas con discapacidad, dependientes y mayores fue clave. Ignacio Aizpún, director de ATAM, señaló que «no somos conscientes de la revolución tecnológica que nos rodea, no solo desde el aspecto superficial sino también desde lo más profundo de aquello que nos hace humanos». Para conocer la interpretación de este hecho, añadió que «decidimos jugar un papel activo para entender el papel que las entidades sociales debían tener. No lo podíamos hacer solos y por eso encontramos un compañero de viaje en Dfa con quien explorar este mundo futuro».



Ayuntamiento de Jaca

«No hacemos nada sin tener en cuenta la atención a la discapacidad»

El compromiso por la accesibilidad del Ayuntamiento de Jaca, tanto en las calles como en los edificios públicos, resultó decisivo para obtener el reconocimiento. Las ordenanzas municipales obligan a que los comercios que o bien se vayan a abrir o bien se reformen, lo hagan incorporando criterios de accesibilidad de manera que se facilite a las personas con discapacidad el acceso a los locales comerciales. Además, convocan anualmente ayudas para que los comerciantes puedan hacer accesibles sus establecimientos. El alcalde, José Manuel Ramón, desveló una premisa básica dentro del Consistorio de Jaca: «La primera norma es que no se hace nada sin tener en cuenta el impacto ambiental y la atención a la discapacidad. Si uno siempre tiene esa visión, todo es más fácil».





Radiografía de la discapacidad en España

El INE hizo públicos en abril los datos de la última Encuesta de Discapacidad, Autonomía Personal y Situaciones de Dependencia (EDAD), referida a 2020.

La cifra global de personas con algún grado de discapacidad en España se dispara hasta los 4,3 millones, lo que supone un incremento de 530.000 desde 2008. A la hora de segregar por sexos, la mujer sigue siendo mayoría (60%) y un 75% supera la edad de 75 años. Esos son solo algunos de los datos relevantes que se extraen de la Encuesta de Discapacidad, Autonomía Personal y Situaciones de Dependencia (EDAD) referente al año 2020.

Este informe presentado en abril destapó la realidad que rodea a las personas con discapacidad en España. El envejecimiento de la población, con el aumento de la esperanza de vida, es la principal razón por la que hoy esta parte de la sociedad es mayor a la que se obtuvo 12 años antes.

Otra conclusión evidente gira en torno a los problemas para encontrar un empleo, si bien el estudio se realizó en

un contexto muy especial –pandemia, confinamiento, ERTES–, 1,58 millones de hombres o mujeres tenían edad de trabajar, pero solo uno de cada cuatro desempeñaba un oficio. Este ratio, fuera de ese periodo concreto y según estadísticas oficiales del INE en Aragón, mejora levemente y se sitúa cerca del 35%.

En cuanto a las principales cuestiones que afectan a la vida diaria con una discapacidad, la mayor dificultad está ligada a temas de movilidad. Así lo consideraba un 56%. Los inconvenientes en el entorno doméstico tenían su importancia para un 46% y el autocuidado suponía el mayor reto para al menos un 32%.

En la educación, el 99,5% del colectivo de menores de 6 a 15 años estaba escolarizado, mayoritariamente en centros ordinarios pero con apoyos personalizados (59,1%). Pese a ello, todavía queda mucho camino por recorrer. Así lo demuestra un dato: solo el 2,9% de personas entre 16 y 24 años estudiaban en ese momento.

La macroencuesta dedicó un apartado a la discriminación. En este aspecto la sociedad demostraba tener margen de mejora. Cerca del 40% de los jóvenes entre 6 y 15 años reconocieron haberse sentido discriminados en el ámbito escolar. El número descendía a la mitad a partir de los 16 años. Por el contrario, nueve de cada diez con empleo reconocían no sufrir esa lacra.

Por último, el 34% manifestó tener complicaciones en su vivienda o para acceder a ella. Un porcentaje similar opinaba que moverse en edificios públicos o en el entorno urbano es una barrera, mientras que los impedimentos en el transporte público y en el acceso a la tecnología también resultaban de especial importancia para alrededor del 40% de la participación.

En España

4,3 Millones
de personas con discapacidad
en España

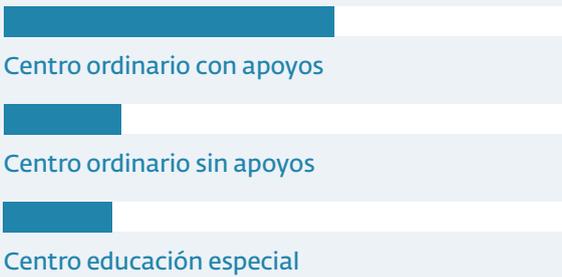
59% son Mujeres

75% de las mujeres con
discapacidad son **mayores de 55 años**

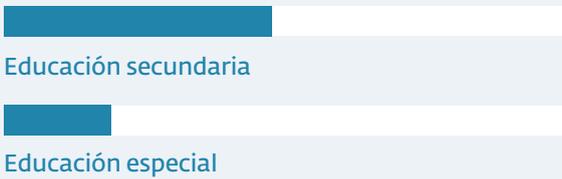
Encuesta Discapacidad y Autonomía Personal y Situaciones de Dependencia 2020. Instituto Nacional de Estadística (INE)

Educación

99,5% Menores de 15 años con discapacidad están escolarizados



2,9% entre 16 años y 24 años están estudiando



Mayores dificultades



Ayudas

3,3 Millones de personas reciben algún tipo de ayuda técnica, personal o ambas

Empleo

1,58 Millones de personas con discapacidad en edad de trabajar



* Los datos de empleo están condicionados por la situación de pandemia vivida durante 2020.

Accesibilidad



Cuidados



Discriminación

38,9% de los menores entre 6 y 15 años sufren discriminación



Hacia un modelo de **vida independiente** para las personas con discapacidad

El movimiento asociativo de la discapacidad apuesta por la regularización de un sistema de asistencia personal y de viviendas asistidas destinado a las personas con discapacidad física



A día de hoy viven en Aragón más de 116.000 personas con discapacidad y algunas de ellas mantienen un denominador común: sus vidas están restringidas a la dependencia del entorno familiar o deben, por determinadas circunstancias, vivir en instituciones. Se rompe en ambos casos el derecho a llevar una vida independiente en una sociedad inclusiva, aspirando a que se respete su libertad para elegir dónde y con quién quieren vivir, sin tener que limitarse a una residencia o a un entorno estrictamente regulado.

Hasta ahora, la Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia de España, más conocida, por desgracia, como «ley de dependencia», contempla para

personas con discapacidad una serie de recursos: centros de día, residencias, asistencia personal -en forma de teleasistencia o ayuda a domicilio- o prestación económica vinculada al servicio -solo en casos de educación y empleo- o, también, prestación del cuidador del entorno familiar.

En relación a las personas con discapacidad, que además se encuentran en situación de dependencia, la asistencia personal se presenta como el mecanismo más eficaz para favorecer una vida independiente. El modelo, presentado por COCEMFE, propone una regulación exclusivamente de la prestación de este servicio con el fin de facilitar la inclusión en Aragón de las personas con discapacidad y así evitar su aislamiento.

«Pedimos que estén disponibles todos los servicios y que la gente pueda elegir dónde o cómo quiere vivir sin que la decisión venga precipitada porque no hay otro recurso más que la residencia»

Si bien en Madrid, País Vasco o Galicia el camino recorrido en este sentido es grande, la realidad es que Aragón prevalece la prestación económica del entorno familiar o el recurso de centro de día o residencia. Como resultado, la ausencia de la figura de asistencia personal discrimina y condena a una parte de la sociedad con discapacidad.

Para que la situación cambie, representantes de entidades con discapacidad mantuvieron el pasado mes de mayo una reunión con el Gobierno de Aragón y Javier Lambán a la cabeza. Se trataba de una primera toma de contacto con el objetivo de crear un foro desde el que abordar el tema de un nuevo modelo de cuidados en los servicios sociales. Desde esta parte de la sociedad, la reclamación es cristalina. «Pedimos que estén disponibles todos los servicios y que luego la gente pueda elegir. Teniendo disponibles todos los recursos, la gente puede elegir dónde o cómo quiere vivir sin que la decisión venga precipitada porque no hay otro recurso más que la residencia», manifestó la presidenta de Fundación Dfa, Marta Valencia.

Tampoco existe en Aragón un modelo de vivienda asistida para la población con discapacidad física, pero sí que es posible residir en una vivienda tutelada en caso de que la discapacidad sea intelectual o psicosocial. «Para que podamos vivir autónomamente, nosotros pedimos que los pisos asistidos tengan unos servicios comunes: comida, lavandería, limpieza...», destaca Valencia.

Otro aspecto relevante pasa por implicarse y trabajar por la autonomía personal en las residencias. «En nuestras residencias intentamos que las personas tengan la máxima flexibilidad posible porque son sus hogares. Para conseguirlo, es importante dar libertad y fomentar las actividades», comenta.

Por último, Valencia recuerda que «lo fundamental es que la persona que quiera seguir viviendo en su entorno, lo haga el máximo tiempo posible». La presidenta de Fundación Dfa es consciente de que toca seguir luchando mientras espera que el Gobierno de Aragón sea valiente y dé un paso hacia el nuevo modelo de autonomía personal.



¿Qué es la asistencia personal?

Es un servicio de apoyo humano, contratado directamente por una entidad o por una persona con necesidades de apoyo, mediante la disponibilidad de una prestación pública o por medios propios, para el desempeño de tareas de la vida diaria, lo que posibilita la autonomía personal y la vida independiente.

El servicio es controlado por la persona con discapacidad, lo cual significa que puede planearlo y decidir quién lo presta, cómo, cuándo, dónde y de qué manera, así como dar instrucciones y dirigir a las personas que lo prestan.

El Proyecto Rumbo

Es una iniciativa que se desarrollará en Andalucía, Aragón, Cataluña, Castilla y León y Galicia. Plantea implementar un nuevo modelo de apoyo a la autonomía personal y al cuidado de personas con discapacidad, especialmente aquellas con mayores necesidades de apoyo, mediante la combinación de servicios y recursos que permita evitar su institucionalización y mantener a las personas en su entorno, facilitando formas de vida inclusivas en condiciones de seguridad, accesibilidad y bienestar. El trabajo conjunto implica a 22 entidades y promueve la libre elección y la posibilidad de que desarrollen sus vidas según sus planes.

La soledad, presente en el 20% de las personas mayores aragonesas

La pandemia ha agravado la situación, según el informe del IASS sobre 'Redes de Apoyo Social en las Personas Mayores' elaborado por Fundación Dfa

El Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS) refuerza el uso del Teléfono del Mayor y del programa 'Cuidarte (interconectando y promocionando) para mejorar la atención a las personas en situación de soledad no deseada en Aragón'. Esta es la acción que se decidió impulsar, en primera instancia, tras la realización por parte de Fundación Dfa del estudio 'Redes de apoyo social para personas mayores' en Aragón y el análisis de los datos de uso del Teléfono del Mayor en 2021 (900 25 26 26). De este modo, desde el Teléfono se informará a los usuarios de la existencia de este programa, un espacio seguro –en el que poder compartir vivencias y que ayuda a establecer nuevas redes de apoyo– y se potenciará su implantación en los diferentes servicios sociales.

El trabajo sobre 'la interacción de redes en Aragón' –para el que se efectuaron 1.189 encuestas a mayores, 13 entrevistas en profundidad (a mayores y expertos) y se trabajó con

dos grupos de discusión– concluye que, si bien los mayores encuestados dan una nota media de 7,6 a su sensación de felicidad, también manifiestan (casi un 20%) que se sienten solos en alguna ocasión, aunque esta sensación varía en función de múltiples factores (como el lugar en el que habitan o su relación con hijos e hijas y amistades). Una soledad que está también detrás del 60% de las llamadas que recibió en 2021 el Teléfono del Mayor.

Respecto al estudio de redes, Isabel Calvo, coautora de este trabajo encargado por el IASS a Fundación Dfa, indicó que sus resultados son clave para analizar la implementación de recursos. «El apoyo social con el que cuentan los mayores, sus redes, son prioritarias porque tienen un papel protector, ayudan a prevenir carencias o enfermedades y fortalecen a las personas, ayudándolas a superar las crisis que puedan presentarse», indicó. En esta línea, añadió que «las redes, por sí mismas, no aseguran apoyo o ayuda; es preciso que tengan calidad, frecuencia, efectividad y disponibilidad». Además, incidió en que las personas que viven solas son menos felices que las que viven en compañía (6,97 frente a 7,81) y subrayó que de las encuestas se desprende que tan solo el 5,9% de las personas encuestadas participa en actividades asociativas.

Según los datos aportados por este estudio, casi el 70% de las mujeres que participaron en él y el 58% de los hombres aseguran que ven a sus hijos casi todos los días o, al menos, una vez la semana. En cuanto a las relaciones con las amistades, casi el 70% de los encuestados varones las ve al menos una vez a la semana, frente al 59,5% de las mujeres. «Aquí constatamos también –subrayó Calvo– que en los municipios pequeños existe menos contacto frecuente con los hijos y que con la edad la red de amistad se debilita». Respecto a la red vecinal, queda claro que es más personal en los municipios más pequeños, y que en el 41,8% de los casos se circunscribe a una conversación breve o saludo; si bien otro 51% de los encuestados afirma que puede pedir ayuda o favores a este entorno.





Casi 3.000 comunicaciones

El 900 25 26 26 del Teléfono del Mayor atendió el año pasado 2.982 comunicaciones y el 60% de las llamadas entrantes fueron de personas que necesitaban entablar una conversación.

Sobre el perfil de las personas que, de un modo u otro, hizo uso de este teléfono, la responsable de este servicio que presta el IASS a través de la Fundación Dfa, Ángeles Cepero, detalló que el 52% son mujeres, que la edad media es de 78 años y que el 78,2% de los usuarios son de Zaragoza.

Otro de los datos destacados de este análisis, indicó Cepero, es que el 39,5% de quien usa el teléfono vive solo; una relación que es aún más llamativa si se analizan las llamadas entrantes, donde se constata que las personas que viven solas registran una media de comunicaciones muy superior a la de las personas que viven acompañadas (6,35 frente a 3,72).

Teléfono de Atención a Personas Mayores del IASS



60% de las llamadas querían conversar



9,9% en riesgo de aislamiento y que viven solas



2.982 llamadas en el año 2021 al 900 25 26 26

ENTREVISTA

ANA RODRÍGUEZ

Usuaria del Teléfono de Atención a Personas Mayores

MARAHY MENDOZA

Operadora del Teléfono de Atención a Personas Mayores

Unidas por el **Teléfono de Atención a Personas Mayores** del IASS

Ana Rodríguez tiene 71 años y la mitad de su vida ha transcurrido en Zaragoza, a más de mil kilómetros de su Málaga natal. Las curvas más recientes de su periodo vital, con sus hijos lejos de la capital aragonesa, la han conducido a momentos donde la soledad o la ansiedad han ocupado más protagonismo del que deberían. Ocurren sobre todo cuando la luz del día se escapa, la oscuridad hace acto de presencia y el insomnio revolotea por su cabeza. Es entonces cuando piensa que marcar el 902 25 26 26 es la mejor solución.

Al otro lado del Teléfono del Mayor suele coincidir con Marahy Mendoza, una compañera de viaje, «un ángel con un don –según Ana–». Una y otra habían intercambiado palabras y silencios en muchas ocasiones. Sus voces les eran reconocidas, pero no así sus caras. Al menos, hasta el pasado 11 de mayo, cuando el contacto telefónico se convirtió en contacto personal con motivo de la Jornada Técnica de Presentación de Redes de Apoyo Social en las Personas Mayores.

¿Fue un día especial?

Ana Rodríguez: Para mí fue un día especialísimo. Fue muy emotivo poder conocer a Marahy personalmente, porque la conocía solo por las conversaciones a través del Teléfono del Mayor. El cariño es grande tanto hacia ella como hacia sus compañeros (Iñaki, Iván, María, Marta, Noelia...), pero con Marahy es mayor en el sentido de que me ha ayudado tanto y tan bien en algunos momentos delicados, que solo tengo palabras de agradecimiento.

Marahy Mendoza: A mí me hizo ilusión coincidir con ella. Cuando comencé como operadora del Teléfono del Mayor, siendo nueva y con muchos nervios, la de Ana fue una de las primeras llamadas que tuve que atender.



«Manejar información es útil para las personas mayores, pero saber escuchar y ponerte en el lugar de la persona que te llama es lo más importante»

¿Es ser operadora del Teléfono del Mayor una labor, más que quizá un trabajo, que trae consigo momentos buenos y otros no tan amables?

M. M.: Hay momentos y momentos. Generalmente nos necesitan cuando la soledad se les hace muy cuesta arriba y anímicamente no están bien, por lo que no es agradable para nadie. Pero también hay situaciones, y con Ana concretamente nos ha pasado, que después de habernos llamado porque no estaban bien, es muy bonito que nos vuelvan a llamar para decirnos que están mejor.

¿Es la empatía fundamental para afrontar con éxito situaciones como las que llevan a una persona mayor a marcar el 902 25 26 26?

M. M.: Es cierto que hay que ser muy empático, tener mucha paciencia, saber escuchar... Pienso que lo más importante de todo en este trabajo es ponerte en lugar de la otra persona porque necesita que la escuches.

A. R.: Eso es lo más importante, y Marahy sabe hacerlo muy bien. Al principio creí que era psicóloga por cómo se expresaba, por esa voz tan dulce... En momentos de ansiedad que he tenido, la verdad es que da mucha paz.

Un 60% de las personas que descuelgan el teléfono lo hacen porque buscan conversación, pero del resto hay un gran porcentaje que llama para resolver alguna duda.

M. M.: Hay gente que necesita información, así que en nuestro trabajo también es muy importante tener toda la información posible para poder ofrecerla, pero el saber escuchar y ponerte en el lugar de la persona que te llama es lo más importante.

¿Se necesita tener cierto don para estar al otro lado del teléfono?

M. M.: En ese proceso de selección de los operarios y operarias están nuestros jefes, que saben valorar quien encaja mejor en este tipo de trabajo y quienes nos ponen a



prueba para ver cómo responderíamos en determinadas situaciones.

A. R.: A ti no te tienen que poner a prueba, tú vales mucho. Tienes un don.

M. M.: Más que un don, lo que hay es un trabajo muy grande detrás de la persona que coge el teléfono.

Como usuaria del Teléfono del Mayor, ¿qué es lo que más valora de este servicio?

A. R.: El apoyo que me dan y el verme escuchada. Cuando estás muy sola, cuando hay una soledad impuesta como la mía, es muy duro. Yo cuando llamo es porque lo necesito de verdad y porque en muchas ocasiones me sucede cuando no son horas para molestar a mi familia.

Centro de Atención Telefónica

Jesús Gracia, 2. 50014 Zaragoza

Teléfono: 976 59 59 59

atencion-telefonica@fundaciondfa.es

www.fundaciondfa.es

Sobresaliente ciclo de **Literatura Infantil Respetuosa**

Las familias participantes de los niños y niñas de Desarrollo Infantil valoran con un 9.7 la iniciativa impulsada por Rosana Alegre y Laura Tremps



20

VERANO 2022 Zangollista

¿Cómo seleccionar cuentos acordes a la edad de cada niño o niña? ¿Cómo conseguir que el momento de lectura antes de dar las buenas noches se transforme en un espacio íntimo entre tu hijo o hija y tú? ¿Cómo hallar una vía de solución de conflictos a través de los libros? Y, ¿por qué no?, ¿cómo una obra infantil puede ayudar a enfocar el momento de abandonar el pañal? La psicóloga Rosana Alegre y la maestra en Audición y Lenguaje Laura Tremps abordaron

«La literatura infantil actual ha cambiado mucho; ahora las princesas se salvan solas, llevan botas de montaña y hasta se tiran pedos»

estas y muchas otras cuestiones a lo largo del ciclo talleres gratuitos 'Literatura Infantil Respetuosa'. Ambas profesionales de Fundación Dfa lo hicieron, además, ante un público muy especial: los padres y las madres de los niños y las niñas de Atención Temprana y Postemprana.

En cada uno de los cinco talleres, tanto Laura como Rosana ofrecieron recursos e ideas con los cuentos como hilo conductor. Cada apunte teórico iba acompañado de una lectura a modo de ejemplo. «Los contamos en directo y sin filtros, tal y como nosotras los contamos a nuestros hijos o hijas. Hay que dramatizar, hay que perder el miedo a poner voces y conseguir que ellos sean los protagonistas de estas historias», apunta Rosana.

Uno de los aspectos en los que ambas ponentes insisten es la evolución que ha sufrido, para bien, la propia literatura infantil. Los cuentos, como tónica general, han aparcado los componentes con los que la sociedad actual ya no está de acuerdo. Lo precisa la psicóloga de Fundación Dfa: «Leemos cuentos que muestran una comunicación no violenta, que son tolerantes, no racistas, no bélicos, no sexistas y sobre todo que respetan las necesidades de la infancia: seguridad, afecto, atención, autonomía... También aceptan y abrazan la diversidad en su conjunto: la familiar, la funcional, la cultural». En definitiva, como Rosana añade, «ahora las princesas se salvan solas, usan botas de montaña y hasta se tiran pedos».

Los cinco talleres del ciclo lograron captar la atención de unos padres y madres que aprendieron como adultos, pero disfrutaron como niños y niñas. «Lo que más aprecian es cómo contamos los cuentos. Ponemos voces, de repente gritamos, gesticulamos... Al final son ideas que cogen para luego contar a sus peques», revela Laura.

Un alto grado de satisfacción unía a la gran mayoría de oyentes. Así se extrae de cada una de las encuestas que las familias de Atención Temprana y Postemprana rellenaron. Entre todas, la nota media alcanzó un sobresaliente 9,7.

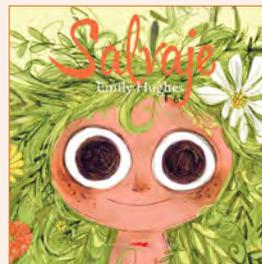
Melani López fue una de las 40 personas que se dieron cita en la sede de Pomarón. Madre de una niña de cuatro años con retraso en el habla, acudió al taller 'El cuento como recurso para validar y afrontar los conflictos' y repitió asistencia en la jornada bajo el título 'Cuentos para acompañar el momento de dejar el pañal'. Tras comenzar a aplicar las pautas que escuchó, reconoce que su pequeña de cuatro años ya nota los beneficios. «Desde que le leo los cuentos, mi hija ha evolucionado mucho; ahora tiene un vocabulario mucho más amplio», comenta Melani.

El balance final corre a cargo de Laura: «Todos los talleres tuvieron buena acogida y gustaron muchísimo. Las familias se fueron muy satisfechas y, como ejemplo, creo que, tanto a ellas como a nosotras, las sesiones se nos hacían cortas».

Y así es como, a través la literatura infantil y respetuosa, dos profesionales y a su vez apasionadas de los cuentos, lograron transformar lo bueno de la lectura y la imaginación en una herramienta útil para la educación de las generaciones que vienen.



Cuentos respetuosos



Salvaje

Libros del Zorro Rojo

Para recordar la importancia de respetar las necesidades de la infancia.



Así es mi corazón

Editorial Bruño

Un cuento ideal para ayudar a reconocer y validar las diferentes emociones.



Estoy contigo

Editorial Beascoa

Perfecto para aprender a acompañar las emociones de manera respetuosa.

Centros de Desarrollo Infantil

José Luis Pomarón, 9. 50008 Zaragoza

Teléfono: 976 59 59 59

info@fundaciondfa.es

www.fundaciondfa.es

ENTREVISTA

ANA LAPLANA

Responsable de los Centros de Apoyo Social

«A través de la información pretendemos mejorar la vida de las personas con discapacidad y sus familias»

El pasado 15 de marzo se celebró el Día del Trabajo Social y Ana María Laplana, responsable del Centro de Apoyo Social de Fundación Dfa, explica el papel de esta figura en la actualidad.

El Centro de Apoyo Social de Fundación Dfa, en sus sedes de Zaragoza, Huesca y Teruel, atendió en 2021 a 3.106 personas con discapacidad. Este volumen de trabajo fue posible gracias al esfuerzo del equipo de nueve personas cuya responsable es Ana María Laplana. Todas ellas coinciden en una profesión, la de trabajadora social, que está marcada por una fuerte vocación. Su labor, a menudo, pasa desapercibida a ojos de la sociedad.

¿Cómo explicaría qué es una trabajadora social?

Diría que somos las profesionales que intentamos mejorar la situación que presenta una persona que acude solicitando ayuda, detectando y conociendo cuáles son las necesidades que tiene. Para ello debemos manejar tanto los recursos que ofrece la sociedad como los propios recursos que envuelven a la persona. A la vez, tenemos que ser una figura que promueva cambios en la sociedad.

«La figura de la persona que se dedica al trabajo social es principalmente vocacional, pero ante todo debe ser profesional»

Interesante. Siga, por favor...

Me refiero a que nuestro trabajo no consiste exclusivamente en centrarnos, por así decirlo, en las características que tiene la persona que nos viene a plantear una necesidad, sino que tenemos que ser un motor de cambio para procurar una sociedad más solidaria, más justa, más equitativa... La trabajadora social no solo provee recursos, sino que además tiene una tarea de identificar unas necesidades y de trasladarlas a quién corresponda para que promueva un cambio en la manera en la que está estructurada la sociedad. El reto es mejorar las condiciones de todos los participantes.

3.106 personas con discapacidad atendidas en un año son muchas personas.

Así es. El objeto de intervención del Centro de Apoyo Social son los usuarios y usuarias de servicios propios de Dfa, como pueden ser los de centros asistenciales, pero también atendemos a cualquier ciudadano o ciudadana que venga y que busque que le resolvamos alguna cuestión relacionada con la discapacidad.

¿Qué tipo de servicio es el más demandado?

Lo que la gente demanda es información sobre diferentes materias: beneficios, cómo mejorar su situación sociola-



boral, dependencia, ayudas económicas, formación, accesibilidad, transporte... Consideramos que la persona tiene que estar informada al respecto de cuáles son sus derechos para que después pueda ejecutarlos o no. A través de esta información pretendemos mejorar la atención a las personas con discapacidad y familias, respondiendo a sus necesidades. Además, también hacemos tareas de tramitación de recursos y luego también realizamos funciones de acompañamiento ante diferentes procesos para favorecer el proceso de empoderamiento de las personas e incluso de las familias.

¿Qué otras funciones desempeñan desde el Centro de Apoyo Social?

Aparte de la atención directa e información que ofrecemos a los usuarios y usuarias del servicio, entre otras hacemos la planificación, diseño y ejecución de proyectos; nos encargamos de la prevención ligada a la tarea de seguimiento; de la promoción e inserción social dentro de un proceso de acompañamiento; y también nos ocupamos de la docencia a través de las prácticas en la Facultad de Estudios Sociales del alumnado de Trabajo Social.

¿Es el componente vocacional una parte fundamental en una trabajadora social?

Esta profesión tiene que ser vocacional, pero también tiene que ser profesional. Por un lado está la vocación, pero por otro lado no podemos perder de vista premisas como la de respetar algunos principios básicos como son la individualización de cada persona; la personalización, no todas las soluciones valen para todas las personas; o la autodeterminación: es la propia persona la que tiene que tomar las riendas para alcanzar una solución. La trabajadora social le puede ayudar, pero nada más.

Si hablamos de dónde viene y hacia dónde va, ¿ha notado algún cambio en el Trabajo Social?

Sí. Antes era todo más caritativo y ahora ya se empiezan a reconocer los derechos sociales como derechos subjetivos de la propia persona. Eso hace que la figura de la trabajadora social pase de ser un asistencialismo a ser algo como más profesionalizado y sustentado en derechos por parte del Estado.

Centro de Apoyo Social

Andrés Gúrpide 8-12. 50008 Zaragoza

Teléfono: 976 701 701

social@fundaciondfa.es

www.fundaciondfa.es

La **atención telefónica**, un empleo de presente y futuro

Dfaemplea organizó en lo que va de año dos acciones formativas relacionadas con este ámbito laboral y ocho personas con discapacidad se han incorporado a alguno de los puestos de un departamento con 58 integrantes



El Gobierno de España acaba de aprobar un anteproyecto de ley para regular los servicios de atención a la clientela de las empresas que prohíbe que esta función solo la desempeñen robots automatizados. La realidad es que el contacto humano sigue aportando un valor diferencial a la hora de solventar situaciones cotidianas. Lo sabe bien Dfaemplea, la agencia de colocación de Fundación Dfa, que organizó en lo que va de año dos cursos de atención telefónica al que asistieron 29 personas con discapacidad. Tras la finalización de estas acciones formativas, ocho de

Dfa se ocupará a partir de julio del nuevo servicio de atención telefónica para mejorar el acceso a los servicios sociales del Ayuntamiento de Zaragoza

ellas se incorporaron a puestos de un departamento con 58 integrantes.

Del primero de los cursos de atención telefónica se benefició Daniel Aznar, quien, tras 14 años como operario de montaje eléctrico, se vio obligado a reciclarse por incapacidad laboral. «Una vez concedida la discapacidad y la incapacidad, que me gestionaron a través de Dfa, me puse en contacto con el Centro de Atención Social (CAS) de la propia fundación y con Dfaemplea. Allí su equipo técnico me recomendó enfocarme en la atención al cliente», recuerda Aznar.

Como parte del proceso de enseñanza intervino Ángeles Cepero, trabajadora social del Centro de Atención Telefónica, quien se muestra muy satisfecha por el resultado. «El curso fue un éxito porque, a través de esta acción y de Dfa-

emplea, ocho personas pudieron acceder al mercado laboral», destaca Cepero. A raíz de esta formación, más del 60% del alumnado se incorporó a Dfa.

Acabar el curso y comenzar a trabajar

Cepero, por su parte, cree que esta organización teórico-práctica es fundamental: «Una parte es teórica y después hacemos simulaciones de lo que hacen esos operadores y operadoras en el día a día de su trabajo. Esas simulaciones permiten ver realmente cómo se expresan las personas: cómo es el tono de voz, la cadencia, sus habilidades comunicativas...».

Las salidas laborales relacionadas con este ámbito dentro de Fundación Dfa son diferentes: 'call center'; estudios sociales y encuestas de calidad; teléfono del mayor; teleasistencia, atención telefónica del Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS) y, desde este próximo mes de julio, la centralita de los servicios sociales del Ayuntamiento de Zaragoza.

En este sentido, aunque el contenido del curso sea el mismo para todo el alumnado, las características necesarias difieren en función de la tipología dentro de la atención telefónica. «En estos empleos, donde se trabaja con la voz y las habilidades comunicativas, hasta que la persona no se mete en el papel, no sabes cómo se va a desenvolver», apunta Cepero, quien añade algunos detalles: «Hay perfiles que se ajustan más a una atención telefónica de tipo informativo, de encuestas, de calidad o gestión de citas, y otros perfiles que se adaptan a una atención más de tipo social, pero todos encajan en los servicios que Dfa gestiona».



El departamento de Atención Telefónica y Dfaemplea trabajan ya en la organización de más acciones formativas con el fin de encontrar talento y profesionalidad al otro lado del teléfono. El único requisito, en un principio, es poseer un grado de discapacidad física y/o sensorial igual o superior al 33%.

Dfaemplea

Andrés Gúrpide, 8-12. 50008 Zaragoza
Teléfono: 976 59 59 59
dfaemplea@fundaciondfa.es
www.fundaciondfa.es

Lázaro Baeta
FLORISTAS

FLORES POR TODO EL MUNDO
INTERFLORA

José Luis Pomarón, 15
TELF. 976 493 030
FAX. 976 480 360
MÓVIL. 667 080 050
www.floreslazarobaeta.com

Talleres gratuitos para impulsar el empleo de las personas con discapacidad

Dfaemplea continúa trabajando con el objetivo de fomentar la empleabilidad y la búsqueda de empleo de las personas con discapacidad. Y por ello se ha programado un ciclo de talleres gratuitos, desarrollados en diferentes fechas, en los que se ha profundizado en diferentes habilidades para la búsqueda activa de empleo y la mejora de la empleabilidad:

'Autoconocimiento y Motivación', con el que se profundiza en el papel que juega el autoconocimiento en el nivel personal de motivación, y las diversas estrategias para mantener la misma.

'Currículum Vitae 2.0', donde se ofrecen pautas para redactar un buen currículum vitae, con información relevante y bien estructurada.

'Recursos on line para la búsqueda de empleo', donde además de analizar los distintos recursos disponibles en internet, se ofrecen tips para organizar y sistematizar la búsqueda.

'Afrontar una entrevista de trabajo', donde se analiza la preparación y el desarrollo de la entrevista, y, además, se realizan distintas dinámicas (de grupo, role playing...) y se profundiza en las habilidades que más se valoran en estos procesos.



'Mercado Laboral y discapacidad', donde se analizan tanto las empresas como los puestos más demandados, y se hace un repaso a los beneficios de contratar a personas con discapacidad.

Cada taller incluye una sesión grupal presencial de dos a tres horas de duración con profesionales de Dfaemplea y en el también hay un espacio para compartir experiencias personales entre las y los participantes.



Centro de Formación AVANZA

El Centro de formación de Fundación Dfa, situado en la calle José Luis Pomarón, acogió una jornada en la que el alumnado del curso de 'Docencia para el empleo', impartido por el Centro de Formación Avanza, conoció de primera mano los métodos de trabajo y los servicios gratuitos de Dfaemplea.

Durante la sesión se analizó el recorrido de las personas con discapacidad, desde la valoración de su perfil, las labores de orientación y acompañamiento, información sesiones grupales o individuales... hasta su contacto con el mundo laboral, la selección de personal y la contratación. Sin olvidar la labor desarrollada junto a las empresas (información sobre las ventajas de contratar personas con discapacidad, preselección de personal, adaptación puestos de trabajo, etc.).

Sensibilización en el IES María Moliner: **Mitos y realidades de la discapacidad**

Una jornada similar se realizó en el Instituto de Educación Secundaria María Moliner para los alumnos del ciclo formativo superior de Integración Social, donde además de dar a conocer la fundación se hizo especial hincapié en los itinerarios profesionales y los centros especiales de empleo. Las técnicas de Fundación Dfa compartieron con el alumnado los diferentes proyectos de inserción sociolaboral que desarrollan, cómo realizan el diagnóstico de empleabilidad y cuáles son los aspectos importantes a la hora de intervenir con los usuarios y usuarias con discapacidad.

También se realizó una dinámica sobre los mitos de la discapacidad y el empleo con el fin de afianzar que lo importante, tanto en este como en el resto de los ámbitos de la vida, es poner el foco en la persona y no en su discapacidad. Aunque se han conseguido superar muchos obstáculos, todavía quedan otros por derribar para conseguir la inserción laboral dentro del mercado de trabajo ordinario. «Creemos que es muy necesario desde la Formación Profesional acercar al alumnado a la realidad social y a la forma de trabajar de los profesionales de esta fundación para fomentar la sensibilidad hacia los colectivos con los que se interviene. También creemos que es esencial dar a conocer el perfil profesional del Integrador e Integradora Social a la fundación», explicó Lidia Dolader, docente del IES María Moliner.

Como recordó María Meavilla, técnica de empleo de Dfa-emplea, «nuestra discapacidad, no nos define, ni condiciona, simplemente nos acompaña».



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

**FERRETERIA • MENAJE DE HOGAR •
PINTURAS • SUMINISTRO INDUSTRIAL**

Avda. Tenor Fleta, 58
50.007 - Zaragoza

☎ **976 428 700**
Fax - 976 461 670

La báscula adaptada, un servicio necesario y gratuito

En Fundación Dfa se trabaja por y para las personas con discapacidad y sus necesidades. Una de ellas, en el caso de usuarias o usuarios con movilidad reducida, puede llegar a plantearse a la hora de encontrar un lugar donde poder pesarse sin la obligación de tener que dejar de lado la silla de ruedas. La respuesta, actualmente, no abarca demasiadas alternativas. Hallar en Aragón una báscula adaptada para esta finalidad no es fácil, por lo que Fundación Dfa ofrece una solución abierta a todo el mundo en tres de sus centros.

En Zaragoza, tanto en la sede ubicada en la calle José Luis Pomarón, 9, como en el edificio Josemi Monserrate (c/ Jesús Gracia, 2) y en el centro Rey Fernando (c/ Juan Ramón Jiménez, 2), está a disposición de cualquier persona, aunque no sea usuaria de Dfa, la posibilidad de hacer uso de este servicio de manera totalmente gratuita.

Hace muchos años que Fundación Dfa detectó la necesidad de cubrir esta carencia y trabajó en aportar soluciones.



Desde entonces, el número de demandantes que se benefician ha ido en aumento conforme se ha ido conociendo el servicio.

«Algunos de nuestros pacientes usuarios de silla de ruedas nos han comentado lo difícil que puede resultar encontrar una báscula adaptada en la que pesarse cómodamente, así que pensamos que era un servicio que teníamos que cubrir de la mejor manera posible», explica Desirée Garrido, responsable del departamento de rehabilitación integral de Fundación Dfa.

Uno de los usuarios habituales de la báscula adaptada en el servicio de rehabilitación de Pomarón es Gregorio Lizalde, usuario de la propia residencia, quien no falla a su cita mensual para controlar el peso desde hace más de 20 años. «Sabiendo lo difícil que es acceder a este servicio en Zaragoza, es una suerte para mí poder pesarme aquí, porque no tengo casi ni que desplazarme», explica Lizalde desde su silla.

Con Gregorio trata cada día Javier Velilla, educador en la propia residencia Pomarón. «Muchas personas con movilidad reducida deben pasar por la báscula regularmente para tener una referencia sobre la que basar la dieta que deben seguir. Hay casos con tendencia a ganar peso y otros casos que necesitan suplementos u otro tipo de alimentación para paliar la pérdida de kilos», manifiesta Velilla.

El proceso para poder hacer uso de estas básculas es sencillo: «Al ser un servicio que la persona suele requerir de manera regular, lo primero que hacemos la primera vez que vienen a uno de nuestros centros, con cita previa, es abrirles un expediente y tomar el peso de la silla, así como el registro del peso del usuario en cada uso. A partir de ahí, ya no es necesario que abandonen sus sillas cuando vuelvan a pesarse», anuncia Garrido.

Ya sea por prescripción médica o por el propio conocimiento personal, la posibilidad de acceder a una báscula de estas características está ahí para romper con una barrera más de las que las personas con este tipo de discapacidades físicas se enfrentan a diario. Como explica Garrido, «las cosas que consideramos más insignificantes o cotidianas son las que más nos pueden complicar la vida; cubrir este tipo de necesidades marca la diferencia en la calidad de vida».

Fundación Dfa reduce su **impacto medioambiental**

Fundación Dfa mantiene su apuesta por la sostenibilidad y su compromiso con el medio ambiente. Un ejemplo es el contrato suscrito con la compañía eléctrica para abastecerse de energía verde en sus principales edificios, cuyos resultados ya se empiezan a atisbar. La entidad consiguió reducir la emisión de CO₂ a la atmósfera en más de 389 toneladas, lo que equivale a más de 15.550 árboles plantados. Estas cifras corresponden solo a los meses de septiembre a diciembre de 2021.

La contribución de Fundación Dfa hacia un futuro más sostenible a través de la energía de origen 100% renovable se ha visto ahora recompensada con la obtención del certificado de Garantía de Origen (GdO) por parte de la Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia (CNMC).

La conocida como energía verde comenzó a ser suministrada en septiembre en el Edificio Josemi Monserrate; los talleres de manipulado y montaje del Polígono Malpica; la Residencia Rey Fernando de Aragón; y la nave del Polígono Mediavega, en Calatayud. En octubre se distribuyó también por las instalaciones de Fundación Dfa en la calle José Luis Pomarón (sede central, residencia, restaurante Dfabula y centro de rehabilitación), además del taller ubicado en Tarazona.

La previsión para 2022 es que este tipo de energía menos contaminante suponga el 81,3% del total del consumo de



Fundación Dfa y la reducción en la emisión de CO₂ supere, como mínimo, las 1.500 toneladas.

Con esta certificación, Dfa asegura una energía limpia que no contamina el aire, el agua y la tierra, además de no producir gases de efecto invernadero. La Garantía de Origen acredita que la electricidad ha sido producida por fuentes renovables o de alta eficiencia en España.

El compromiso con la sostenibilidad no es nuevo. El Edificio Josemi Monserrate está dotado con un sistema de energía solar con 80 placas fotovoltaicas y térmicas. También la Residencia Rey Fernando cuenta desde el año pasado con 184 placas con tecnología de doble vidrio.

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
graficalzate@alzate.es

www.alzate.es

oqa oqa

Almudévar apuesta por la accesibilidad



El departamento de Accesibilidad de Fundación Dfa trabaja desde hace unos meses en la elaboración de un estudio que permitirá al Ayuntamiento de Almudévar dotar a la localidad de una mejor accesibilidad en sus instalaciones de carácter público. El objetivo del consistorio oscense es recabar informes que le permitan poner el foco en la eliminación de barreras de urbanismo que actualmente se pueden encontrar las personas con discapacidad.

En el análisis que está llevando a cabo este departamento figuran el propio Ayuntamiento, las piscinas, el pabellón polideportivo, el centro cultural, el juzgado, el cementerio o los colegios públicos, entre otras instalaciones. La situación de bordillos, aparcamientos reservados para personas con movilidad reducida, pasos peatonales, aceras y marquesinas también forman parte del mapa urbano que está registrando el equipo de Fundación Dfa.

Gemma Usieto es la responsable de la asesoría en accesibilidad de Fundación Dfa, un servicio gratuito que depende del Centro de Apoyo Social de la entidad. «Nuestro trabajo es realizar un profundo análisis sobre los elementos que entorpecen o impiden el acceso o la utilización de instalaciones o servicios de competencia pública a las personas con discapacidad», explica.



Tras la toma de datos de todos los diferentes elementos, la técnica de Accesibilidad se centra ahora en el progresivo envío de informes a la corporación municipal del Ayuntamiento de Almudévar, encabezada por su alcalde, Antonio Labarta. Por lo que ha podido comprobar hasta el momento, Usieto destaca que «hay instalaciones nuevas y bien equipadas en las que se ha tenido en cuenta la eliminación y adecuación de barreras arquitectónicas, como puede ser el caso de las piscinas municipales, pero en las que es recomendable hacer algunas mejoras, a otras en las que en ningún caso se pueden considerar accesibles».

El estudio encargado por el Consistorio de Almudévar también abarca los núcleos de Artasona del Llano, San Jorge y Valsalada, todos ellos pertenecientes al mismo municipio.

En marcha el concurso de carteles 'Buscamos imagen'

Fundación DFA convoca la XVI edición del concurso de carteles 'Buscamos Imagen'. Esta iniciativa tiene el objetivo de conseguir la plena normalización y sensibilizar a la ciudadanía sobre la discapacidad. El cartel ganador se convertirá en la imagen de la campaña del 3 de diciembre, Día Internacional de las Personas con Discapacidad.

La composición se expondrá durante la primera semana de diciembre por los mupis publicitarios de la ciudad de Zaragoza y, como novedad este año, también de Huesca. Además, los carteles ganadores formarán parte del calendario 2023 de la fundación, con una distribución de 10.000 ejemplares.

El primer premio está dotado con 600 € y el segundo premio viene acompañado con 300 €. El plazo de presentación de obras finalizará el viernes 14 de octubre.

Los trabajos pueden ser fotografías, ilustraciones o composiciones diseñadas mediante cualquier tipo de técnica creativa, siempre que sean originales, estén relacionadas con el tema de la campaña y no hayan sido premiadas en ningún otro certamen. El diseño, en formato vertical, deberá incorporar dos conceptos: '3 de diciembre' y 'Día Internacional de las Personas con Discapacidad', siendo opcional la existencia de un lema. El concurso es totalmente abierto, independientemente de la zona de residencia, sin límite de obras por persona.



Todas las bases se encuentran disponibles en la web www.fundaciondfa.es y en los perfiles de redes sociales de la fundación.

Para participar se deben enviar las obras a través del correo electrónico comunicacion@fundaciondfa.es con el asunto 'Buscamos Imagen 2021', incluyendo en el cuerpo del mensaje los datos de contacto: nombre y apellidos, ciudad y número de teléfono.



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

Fundación Dfa incorpora mejoras tecnológicas en sus centros asistenciales



Fundación Dfa ha dado un paso adelante en su objetivo de actualizar equipamientos que faciliten y mejoren la autonomía de las personas usuarias de sus centros asistenciales. Las residencias y los centros de estancia diurna han sustituido algunas herramientas tecnológicas ya obsoletas por otras que se adaptan a las necesidades de los tiempos actuales.

Un adelanto muy útil para las personas que conviven en las residencias de Rey Fernando y Pomarón ha llegado con la instalación de sistema de apertura automática de puertas con reconocimiento facial. Gracias a estos dispositivos ya es posible acceder al centro sin necesidad de tener que tocar el timbre y esperar a la apertura desde el interior. «Nuestros usuarios y usuarias ya no tienen que estar pendientes de que alguien les abra la puerta. Su cara es como si fuese la llave. Así conseguimos que se rompa esa barrera obteniendo una mayor autonomía», explica Pilar Pérez, directora de los centros asistenciales de Fundación Dfa.

Por otro lado, las personas que hacen uso de los centros asistenciales también han podido estrenar para el manejo individual adaptaciones para ordenadores, como ratones o joysticks, además de tablets y pantallas táctiles. A

nivel colectivo se incluyen pizarras táctiles, proyectores y una pantalla desplegable que favorezcan, a partir de ahora, el disfrute de una manera diferente del tiempo de ocio. La renovación se ha completado con diverso material de terapia ocupacional, grúas y aparatos de rehabilitación.

Centro de Día Rey Fernando

Se ha reabierto el Centro de Día Rey Fernando de Aragón, coordinado con el Colegio de Educación Especial Jean Piaget. «Se ha dotado el servicio con el fin de cubrir las necesidades de un perfil de personas con discapacidad que acaba el ciclo educativo y que requiere tener tecnología idónea a su alcance. Ahora contamos con un mobiliario más moderno y acorde al nuevo planteamiento del centro como mesas regulables en altura, mesas con escotadura individuales, etc.», comenta Pérez.

Todo esto ha sido posible gracias al Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia, para la financiación de actuaciones de creación, modernización y reforma de plazas de centros de atención a personas en situación de discapacidad de titularidad de entidades sociales sin ánimo de lucro, financiado por el Departamento de Ciudadanía y Derechos Sociales del Gobierno de Aragón.



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



Viajar con movilidad reducida



2. Verifica tu destino comprobando su accesibilidad. Echa un vistazo a blogs de viajes accesibles, tienen información muy útil.

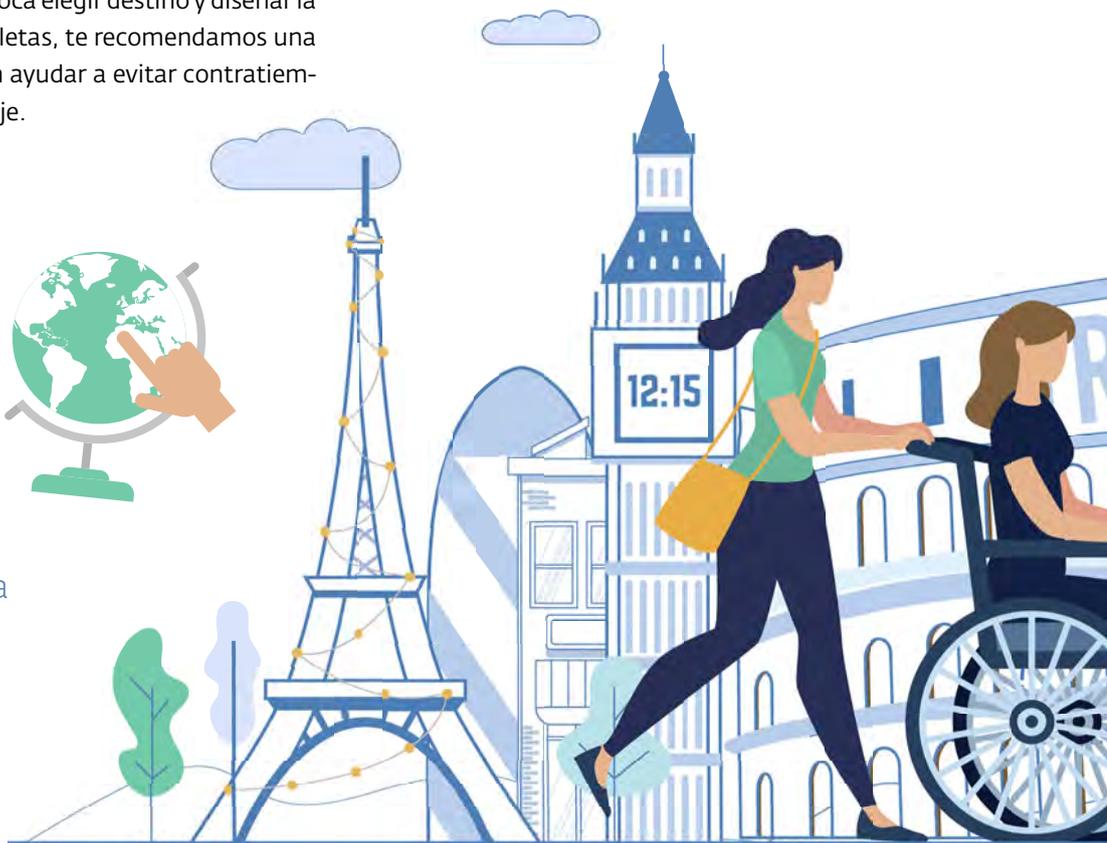
La llegada del verano implica, para muchas personas, dedicar tiempo a planificar y preparar los desplazamientos. ¡No te pierdas estos consejos antes de hacer la maleta!



3. Busca un hotel accesible y asegúrate de que está totalmente adaptado. Pide fotos o consulta agencias de viajes especializadas.

El verano está ya aquí. La época estival trae consigo una serie de clichés que, aunque se hayan podido ver algo distorsionados desde la llegada de la covid-19, están presentes una vez más. Sol, piscina, playa y, por supuesto, viajes vacacionales, ya sea para desconectar o para conocer otras culturas. Son muchas las personas con discapacidad que por estas fechas comienzan a planificar –si no lo han hecho ya– su desplazamiento. Toca elegir destino y diseñar la salida. Antes de hacer las maletas, te recomendamos una serie de consejos que pueden ayudar a evitar contratiempos y disgustos durante el viaje.

1. Si tu viaje es internacional, comprueba las restricciones COVID del país de destino. Por desgracia, la pandemia no ha terminado.



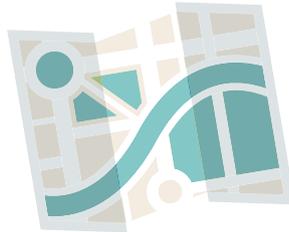
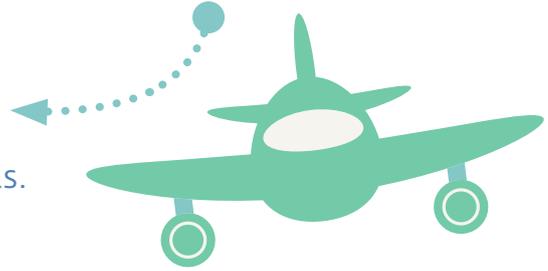
4. Al comprar los billetes, indica la movilidad reducida y las necesidades de asistencia. A veces hay paquetes con descuentos.



5. Comprueba la accesibilidad del viaje desde el aeropuerto (si vas en avión) hasta el hotel. Las aplicaciones de mapas son muy útiles.



6. Echa un vistazo a las webs de los metros, autobuses y taxis. A veces hay sorpresas para acceder a los vagones de metro. Lee comentarios de otras personas.



8. Haz un itinerario de sitios concretos o edificios y desde sus webs o Google Maps Street View visita las instalaciones y entradas.

7. Ve con bastante tiempo por cualquier imprevisto. Planificar va a ser tu verbo aliado.



9. Valora la opción de alquilar ayudas técnicas en tu destino. Muchas agencias te ayudan en la búsqueda de grúas, sillas...

Iniciativa enmarcada en la convocatoria de subvenciones a las Asociaciones de Consumidores y Usuarios y otras entidades sin ánimo de lucro, para la realización de **proyectos de protección o defensa en materia de consumo** del Gobierno de Aragón.

Jornada de juegos inclusivos en el edificio Josemi Monserrate

El Centro de Actividades Socioculturales de Fundación Dfa organizó una emocionante y divertida jornada de juegos inclusivos en el Edificio Josemi Monserrate de Zaragoza. Participaron en este evento una treintena usuarios y usuarias y, como es habitual en este tipo de actividades, no faltó la tan necesaria compañía del voluntariado.

La primera planta de las instalaciones de Vadorrey albergó lo que fue la gran atracción del torneo de ocio inclusivo: un fútbol adaptado. Los gritos tras cada gol, la celebración de las victorias y el buen ambiente general fueron posibles gracias a la Asociación Aragonesa de Fútbolín 8 Barras, que cedió esta versión adaptada del clásico fútbolín.



Los y las asistentes tuvieron, además, la oportunidad de demostrar sus dotes con las palas de tenis de mesa. Completaba el recorrido una tercera zona al aire libre habilitada con varias dianas con la que pusieron a prueba su puntería en una competición de dardos.

La jornada tocó a su fin a última hora de la tarde con la entrega de un recuerdo a cada participante y, como en toda

competición, la medalla a los miembros del combinado vencedor en la suma de las tres disciplinas: Dfantástico@s.

Esta iniciativa, enmarcada en el programa de Promoción de Autonomía Personal de Fundación «la Caixa», es una más de las muchas que se organizan durante el año destinadas al ocio y la socialización para el desarrollo personal de las personas con discapacidad.

Visitas culturales y eventos deportivos



Pero ha habido más actividades. Entre las visitas, la Fundación José Antonio Labordeta, el Palacio de Sástago, donde conocimos los detalles de este edificio renacentista; y el Mercado Central, una visita que culminó con un buen vermú.

Entre los eventos deportivos, el partido de baloncesto de la Liga ACB entre el Casademont Zaragoza y el Joventut de Badalona y el encuentro de fútbol entre el Real Zaragoza y el Alcorcón. Y también repasamos los musicales más populares en CaixaForum Zaragoza con el espectáculo «That's Musical».

Actividades organizadas por Fundación Dfa y Fundación Instituto para la Integración Social (FIIS) a través del programa 'Conciliación / Ocio para tod@s' financiado por el Gobierno de Aragón a través de su convocatoria de IRPF.

Las personas con discapacidad como **motor de autoconocimiento y desarrollo personal**

El voluntariado es un pilar fundamental de las entidades sociales. Pero para poder desarrollar esta labor, primero hay que conocer a fondo qué es y qué implica desarrollar un voluntariado.

Siguiendo el Plan de Voluntariado de Fundación Dfa, se han llevado a cabo diversas acciones formativas como '¿Dónde están los límites de mi voluntariado?', cuyo objetivo fue mostrar una visión global sobre los derechos y los deberes que atañen a las voluntarias y voluntarios durante su compromiso con la discapacidad; y 'Voluntariado con personas con gran necesidad de apoyo', centrada en consejos sobre cómo adaptar la ayuda de este tipo de perfil colaborativo según las necesidades personales de apoyo.

Patricia Gascón, responsable del Centro de Actividades Socioculturales, pone el énfasis en conocer las funciones del voluntariado y tener muy claro dónde están los límites. «Si haces un voluntariado sin estar lo suficientemente fuerte y sin tener un mínimo de madurez ni de toma de consciencia real de tu situación, es muy posible que no disfrutes de la experiencia. Tu motor deben ser las personas con y por las que estás colaborando, por lo tanto, tu energía tiene que ir dirigida a estas. Ellas son las protagonistas. Hay que ver el voluntariado como un proceso de autoconocimiento, de desarrollo y de crecimiento humano. Jamás como una huída ni como una terapia milagrosa».

Y una buena muestra de voluntariado son las actividades programadas en la Unidad de Lesionados Medulares del



Hospital Miguel Servet, que tras dos años han retomado su agenda comenzando con la actuación del cantante Ángel Cortés. Una actividad que, además de ofrecer unos momentos de distracción a las personas ingresadas en esa unidad, proporciona un respiro a las personas cuidadoras.

La formación para el voluntariado está enmarcada en el programa 'Ocio para tod@s', financiado por el Departamento de Ciudadanía y Derechos Sociales del Gobierno de Aragón a través de su convocatoria del IRPF.

En el Área Social de GAES nos preocupamos por tu **salud auditiva**



Estudio y revisiones auditivas



Subvenciones de hasta el 35% en audífonos de última generación



Prueba de audífonos gratis y sin compromiso

Revisión auditiva GRATUITA. Ventajas especiales para colaboradores de Fundación DFA.



TELÉFONO GRATUITO
900 374 474



es-infoareasocialGAES@amplifon.com



GAES área social
grupo **amplifon**

Consejos para una alimentación saludable

El ciclo Dfa alimentación, promovido por Fundación Dfa y la Clínica HLA Montpellier, divulga en materia de nutrición para todos los públicos, especialmente para la infancia.

38

VERANO 2022 **Zangolleta**

Fundación Dfa y Clínica HLA Montpellier presentan Dfa alimentación, una nueva iniciativa con la que se pretende mejorar la salud de las personas a través de una adecuada alimentación.

El objetivo fundamental de este ciclo divulgativo es mejorar los hábitos de alimentación en personas con discapacidad física pero también en la población general, especialmente en la infancia. Mediante una serie de 'tips' nutricionales se pretende aportar consejos sencillos sobre una correcta y completa alimentación, así como desmentir los mitos más comunes asociados a la nutrición.

Los consejos sobre alimentación que hasta ahora ha compartido Darioleta Aranda, nutricionista de la Clínica HLA Montpellier, tratan temas como: desayunos y meriendas, etiquetado y Nutriscore, plato saludable, lista de la compra, dieta triturada, comida de túper, almuerzos para niños y niñas, intolerancias, anemias, ideas para picnics...

Charlas en primera persona

La colaboración retoma la presencialidad con las conferencias divulgativas en las tres provincias aragonesas. La primera charla aborda en Zaragoza las intolerancias alimenticias por la nutricionista Darioleta Aranda, con el testimonio y experiencia de una persona con intolerancia al gluten.

Tras el verano, Teruel y Huesca acogerán dos conferencias más sobre temas relacionados con la salud nutricional que podrán conocerse en la página web de la fundación.



1 El Nutriscore

Este semáforo de alimentos, que oscila de la A, siendo la mejor puntuación, a la E, siendo la peor, sirve para comparar nutricionalmente alimentos de la misma categoría. Debemos tener cuidado porque no es la mejor forma de escoger los productos, ya que basa su puntuación en las calorías del alimento. Por lo que, un alimento más calórico, como podría ser el aceite de oliva, según este semáforo, no sería saludable, pero en cambio, sí lo es. Nuestro consejo es que te informes siempre a través del etiquetado: ingredientes y valoración nutricional.

2 El etiquetado

Lo primero que debes saber de la etiqueta de un producto es que la lista de ingredientes que encontramos nos indica, según el orden, la proporción en la que podemos encontrar cada uno de ellos. El primer ingrediente es el que está en mayor cantidad, pero deberemos estar muy atentos y atentas al % que indica, por ejemplo, de harina integral, de jamón, chocolate...

3 Plato de Harvard

Ya no podemos hablar de pirámide nutricional de alimentos, ahora hablamos del plato saludable de Harvard. Un 50% de tu plato debería ir destinado a frutas y verduras, un 25% a proteína de calidad, animal o vegetal, y el otro 25% a un hidrato de carbono saludable.

4 25gr. de azúcar

Elige muy bien con qué productos llenas tu carro de la compra, porque solemos pasar con creces los 25gr de azúcar recomendados al día. Por ejemplo, escoge siempre yogures naturales, no azucarados; leche o bebidas vegetales sin azúcares añadidos... Poco a poco iremos acostumbrando a nuestro paladar a disfrutar del sabor real de los alimentos, sin azúcares ni edulcorantes.

5 Para el cole

Los almuerzos que se llevan los y las más peques al colegio no tienen porqué dejar de ser saludables. Podemos elaborar, de forma rápida y sencilla, opciones con ingredientes de primera calidad. Por ejemplo, en vez de comprar batidos con azúcares añadidos, podemos hacer un batido en casa con fruta natural y leche o bebida vegetal. Para bocadillos, siempre pan 100% integral y con alimentos más saludables que embutido, como pechuga, pimientos, huevo, hummus...

Descubre los consejos sobre alimentación saludable que comparte **Darioleta Aranda**, responsable de nutrición y calidad de la **Clínica HLA Montpellier**.





Derribando barreras tecnológicas

Amanixer, asociación aragonesa de mujeres con discapacidad, celebra un ciclo de talleres destinados a la alfabetización tecnológica

Las mujeres con discapacidad son el colectivo que más dificultades tiene de acceso a la tecnología, no solo por las barreras económicas, sino por las herramientas tecnológicas y la accesibilidad de las mismas.

Las barreras formativas y de accesibilidad son un gran impedimento a la hora de disfrutar y aprovechar las ventajas de internet y las aplicaciones. De hecho, la mayoría de personas con discapacidad considera que las redes sociales han mejorado su calidad de vida. La usabilidad de estas aplicaciones se centra sobre todo en el ocio, búsqueda de empleo y plataforma de concienciación hacia la discapacidad.

El acceso a las nuevas tecnologías y las adaptaciones tecnológicas son una de las principales mejoras para la contratación de personas con discapacidad, ya que permite el desempeño de puestos de trabajo a los que antes no se podía acceder por la discapacidad.

Derribando las barreras tecnológicas del ámbito sanitario y jurídico

Pero, no sólo es esencial para conseguir un empleo, también es importante no quedarse atrás y acceder en igualdad de condiciones a las aplicaciones del ámbito sanitario o jurídico.

Según el Instituto Nacional de Estadística, «en edades avanzadas, el porcentaje de alfabetización disminuye hasta el 89,4% (93% en hombres y 86,8% en mujeres). En el caso de la población con discapacidad, la situación cambia considerablemente. Las personas de 10 a 44 años, no sólo presentan porcentajes de alfabetismo (87,45%) menores que las personas de la misma edad sin discapacidades (99,82%), sino que no llegan a alcanzar los valores de las personas mayores de 65 años sin discapacidades (91,35%)».

Un reto de futuro

Existe un rol muy habitual de usuarias pasivas en mujeres con y sin discapacidad respecto a las TIC, pero los avances en diversas materias han conseguido acercar a las mujeres a las nuevas tecnologías y convertirlas en usuarias activas.

La falta de participación de las mujeres con discapacidad en la elaboración de contenidos o la innovación de desa-

La alfabetización tecnológica permite a las mujeres con discapacidad acceder al empleo y a la formación en igualdad de condiciones que las demás personas de la sociedad

rollos se traslada en menor acceso a puestos de trabajo de empresas de tecnología donde la presencia de las mujeres con discapacidad es casi inexistente.

Por lo tanto, el reto de largo recorrido es hacer partícipes a las mujeres con discapacidad del manejo de la tecnología y la creación de contenido desde sus necesidades y su inclusión en todo el proceso de desarrollo.

Ciclo de talleres de alfabetización tecnológica

Una de las actividades destinadas a mejorar la formación tecnológica de las mujeres con discapacidad es el ciclo de talleres de alfabetización tecnológica.

Estos talleres van dirigidos a mujeres con y sin discapacidad donde adquirir conocimientos básicos digitales como manejar el correo electrónico, redes sociales, seguridad digital, manejo de aplicación del Salud...

Es un taller muy demandado por las usuarias de la asociación, por lo que la actividad se repite en el tiempo. El ciclo se realiza todos los años en varias sesiones, tanto en Zaragoza como en Teruel. El próximo y último taller se celebrará en Zaragoza durante el mes de octubre y noviembre.

La iniciativa en Zaragoza es una colaboración con el Servicio de Igualdad del Ayuntamiento de Zaragoza, dentro del convenio 'Libres y diversas'.

Asociación Amanixer

Saiz de Otero, 10. 50018 Zaragoza

Teléfono: 682 728 686

info@amanixer.es

www.amanixer.es



Pastel de Verduras

Yolanda Luna, jefa de cocina del restaurante Dfabula, prepara una receta vegetariana al horno muy fácil y deliciosa que puede servirse como entrante o aperitivo.

INGREDIENTES (4 personas)

- Un molde de puding o de bizcocho alto
- 50 grs de zanahoria
- 50 grs de judías verdes
- 50 grs de guisantes
- 50 grs de puerro
- 50 grs de pimienta rojo
- ½ litro de nata
- 8 huevos
- Sal
- 1 pizca de pimienta blanca molida
- 1 pizca de nuez moscada
- 1 pastilla de caldo concentrado de verduras

- **Tiempo:** 60 min.
- **Dificultad:** media
- **Coste:** medio

PREPARACIÓN

1. Cortamos las verduras en cuadrados no muy pequeños y las cocemos en agua con sal y con la pastilla de caldo.
2. Escurrimos bien y reservamos el agua de la cocción.
3. En un bol cascamos los 8 huevos, salpimentamos y añadimos la nuez moscada, el ½ litro de nata y ½ litro de caldo de cocción de las verduras. Batimos bien.
4. Untamos con mantequilla y espolvoreamos con pan rallado el molde para que el pastel se desmolde bien.
5. Precalentamos el horno a 180°C.
6. Vertemos la mezcla en el molde hasta la mitad, teniendo en cuenta que el pastel crecerá durante la cocción.
7. Añadimos las verduras cocidas.
8. Tapamos el molde con papel de aluminio y lo introducimos al horno durante 45 minutos en una bandeja con agua hasta la mitad del molde, haciendo así un 'baño maría'. Para asegurarnos de que esta hecho, pinchamos con un palillo comprobando que sale limpio.
9. Sacamos el pastel del horno. Lo dejamos enfriar y desmoldamos dándole la vuelta.
10. Podemos servir el pastel frío con una salsa mahonesa o sala cocktail, o podemos servirlo caliente con una salsa de pimientos del piquillo o de espárragos. ¡A tu gusto!





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

Dfaemplea

LA APP DE LA AGENCIA DE COLOCACIÓN
DE FUNDACIÓN DFA

¿Buscas empleo?

Si tienes certificado de discapacidad
(a partir del 33%) 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.

¿Necesitas contratar?

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

dfaemplea@fundaciondfa.es
www.fundaciondfa.es

DESARROLLA:



COLABORA:

