

# zangalleta

Anuario 2022

La revista de Fundación Dfa

INFANCIA

## Claves para el desarrollo emocional

Decálogo para que nuestros hijos e hijas construyan una sana autoestima



## Ciudades Accesibles

Jugando a romper barreras sobre la discapacidad en las aulas

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, energías 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](http://www.fundaciondfa.es) o llámanos al Tfno. **976 59 59 59**



20



34



36

**10** 3 DE DICIEMBRE  
Campaña de concienciación por el Día Internacional de las Personas con Discapacidad

**14** DESARROLLO INFANTIL  
El Programa de Atención a las familias, un espacio para comprender y recibir soporte emocional

**20** ATENCIÓN TELEFÓNICA  
El Teléfono del Mayor, gestionado por Fundación Dfa, supera las 14.000 comunicaciones

**22** AYUDA A DOMICILIO  
Entrevista a la responsable de un servicio que ha vuelto a crecer durante el último año

**24** EMPLEO  
El trabajo de la agencia de colocación favorece la incorporación a un puesto de trabajo para 471 personas

**26** FORMACIÓN  
El alumnado de los Programas de Cualificación Inicial se forma en lenguaje inclusivo, violencia de género, seguridad vial...

**28** VOLUNTARIADO  
Jornada de convivencia en el Josemi Monserrate y entrevista a una joven voluntaria

**30** TERUEL  
La Carrera Solidaria por la Discapacidad reúne a 2.200 personas

**31** HUESCA  
Las clases de espalda sana, una actividad que no para de ganar adeptos

**34** ACTUALIDAD  
El Rabal reconoce la labor de Dfa, Carmen París actúa en la ULME, celebración de Halloween y de mercadillos navideños

**38** HA SIDO NOTICIA  
Resumen con las noticias más importantes del año pasado

**40** COCEMFE  
Nace el proyecto 'Rumbo' para favorecer la vida independiente de personas con discapacidad

**44** MUJER  
Amanixer celebra su décimo aniversario atendiendo a mujeres con discapacidad

**46** COLABORA  
Más de 70 establecimientos premian tu solidaridad

**50** RECETA DFABULA  
Yolanda Luna prepara unos deliciosos contramuslos de pollo



### EN PORTADA

El juego 'Ciudades accesibles' se presentó oficialmente en el CEIP Miraflores y ya está a disposición de los centros educativos.



## ***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](http://www.fundaciondfa.es)

**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.



## EDITORIAL

# Elecciones a la vista



El tiempo pasa con rapidez. Parece que fue ayer y ya estamos en un nuevo ciclo electoral. A lo largo del año elegiremos a quienes han de representarnos en las diferentes instituciones y gobiernos; a quienes aprobarán las leyes que deben permitirnos avanzar como sociedad y harán que todo ese andamiaje jurídico sea coherente con el tipo de sociedad que somos, amparando las nuevas realidades y marcando el camino por el que tenemos que avanzar.

Como siempre decimos, ese avance tiene que hacerse sin dejar a nadie atrás, si bien esta frase corre el riesgo de quedar vacía de contenido de tanto usarla más como eslogan

que como fundamento de una acción. Y desde Fundación Dfa no vamos a dejar de recordar que las personas con discapacidad deben formar parte de la acción de los gobiernos y de las agendas legislativas de nuestros parlamentos.

Ese compromiso debe plasmarse en nuestra norma fundamental, la Constitución, para, a partir de ella, ir cayendo en cascada por el resto de la legislación. Porque en el momento en el que escribo estas líneas, y pese a las promesas hechas, todavía no se ha aprobado en las Cortes la reforma del artículo 49 de la Constitución que ha de sustituir el término 'disminuido' por 'persona con discapacidad'.

Creemos que esto demuestra una falta de compromiso de todos los partidos con representación parlamentaria con las personas con discapacidad, a quienes, no olvidemos, también representan.

A las personas con discapacidad nos da la sensación de que nuestros representantes políticos no entienden lo que es la discapacidad. No solo porque permiten que nuestra Constitución nos siga llamando disminuidos, sino porque en los últimos meses ha habido algunas iniciativas normativas que han puesto en serio peligro nuestra inclusión laboral y el modelo de éxito de los Centros Especiales de Empleo. Gracias a la reacción decidida y enérgica de CERMI y COCEMFE y a la unión de todas las entidades que representamos a las personas con discapacidad, se consiguieron parar.

Desde Dfa creemos en el trabajo en red y siempre hemos colaborado con los gobiernos para seguir avanzando. Esta es la propuesta que haremos a quienes salgan elegidos y elegidas en los procesos electorales: contarles quiénes somos las personas con discapacidad y ofrecerles nuestro trabajo para que puedan conocer nuestra realidad.

**Marta Valencia Betrán**

Presidenta de Fundación Dfa

# Ciudades Accesibles

Fundación Dfa lanza un juego de mesa colaborativo creado con el fin de introducir en los centros educativos aragoneses conceptos sobre la discapacidad, la accesibilidad y las barreras sociales, arquitectónicas y comunicativas.





Casi coincidiendo con la campaña del 3 de diciembre, Día Internacional de las Personas con Discapacidad, Fundación Dfa presentó a finales de noviembre 'Ciudades accesibles', un juego de mesa colaborativo lanzado con el objetivo de acercar la discapacidad, la accesibilidad y las barreras sociales, arquitectónicas y comunicativas a los centros educativos aragoneses.

El desarrollo del juego, dirigido al alumnado de 4º a 6º de educación primaria, consiste en completar un recorrido entre los equipos, al estilo juego de la oca, con tres tipos de pruebas diferentes. En algunas casillas, los participantes deben enfrentarse a una pregunta relacionada con el ámbito de la discapacidad.





Además, unas tarjetas sirven para poner en contexto problemas reales a los que se enfrenta esta parte de la sociedad, lo que obliga a los alumnos y las alumnas a generar debate y consensuar la manera de solventar estos contratiempos. Por ejemplo, ¿qué hacer en caso de que un usuario de silla de ruedas se encuentre con un bordillo a la entrada de una tienda?

El otro modelo de casilla lleva a sus jugadores y jugadoras a dibujar conceptos al hilo de la discapacidad.

### Tablero y dado gigante para el patio

‘Ciudades accesibles’ no es solo un juego de mesa, sino también una dinámica de juego y aprendizaje a gran escala. El tablero se ha reproducido en una lona gigante para ser desplegada en los patios de los centros educativos a través de la dinamización del equipo profesional del departamento de Actividades Socioculturales de Fundación Dfa.

Completa la iniciativa una guía para el trato adecuado de la discapacidad en las aulas con información para las dudas que puedan surgir entre el profesorado.

### Presentación en el CEIP Miraflores

Marta Valencia, presidenta de Fundación Dfa, explicó durante la presentación del proyecto en el CEIP Miraflores de Zaragoza que «los colegios pedían nuestras yincanas de sensibilización porque el hacerlas en silla de ruedas son muy visuales, pero no tan didácticas. Como solución, decidimos elaborar un juego con diferentes situaciones que puede vivir una persona con discapacidad». De esta forma, «ofrecemos al profesorado y al alumnado de los centros educativos un vehículo para abordar cuestiones relacionadas con este ámbito en las aulas», indicó Valencia.

Por su parte, María Victoria Broto, consejera de Ciudadanía y Derechos Sociales, destacó la estrecha colaboración del Gobierno de Aragón con Fundación Dfa en la defensa

«Este tipo de iniciativas en las aulas en las que se están formando los aragoneses del futuro, que deben seguir trabajando para construir una sociedad inclusiva y libre de barreras para cualquier persona, tienen mucha importancia»

**María Victoria Broto**

Consejera de Servicios Sociales

de los derechos de estas personas y subrayó «la importancia de este tipo de iniciativas en las aulas en las que se están formando los aragoneses del futuro, que deberán seguir trabajando para construir una sociedad inclusiva y libre de barreras para cualquier persona».

## Un juego 100% aragonés

Este trabajo se incluye dentro del programa 'Somos diversidad', financiado por el Gobierno de Aragón a través de la convocatoria del IRPF, por un importe de 13.948,31 €, y fue posible gracias al equipo multidisciplinar de Dfa formado por el Centro de Apoyo Social, Actividades Socioculturales, Desarrollo Infantil, Programas y Concursos y Comunicación. Una parte fundamental del juego 'Ciudades accesibles' es la identidad gráfica, que corrió a cargo de la ilustradora aragonesa Berta Maluenda.

'Somos diversidad' tendrá una segunda fase con el juego 'Desmontando mitos', que está en proceso de elaboración actualmente y servirá para trabajar los mitos de la discapacidad con el alumnado de secundaria de una forma muy visual y totalmente interactiva.



## ¿Cómo solicitar 'Ciudades accesibles' para tu cole?



Si perteneces a un centro educativo de Aragón, tienes la posibilidad de solicitar ya la actividad de dinamización del 'Ciudades accesibles' dirigido al alumnado de 4º a 6º de educación primaria, cumplimentando el formulario en la página web [www.somosdiversidad.es](http://www.somosdiversidad.es) o poniéndote en contacto con el Centro de Actividades Socioculturales de Fundación Dfa. Una vez concretada la fecha, el equipo de Fundación Dfa se desplazará el día fijado hasta tu colegio, donde impartirá una charla de sensibilización sobre la discapacidad y dinamizará las partidas del 'Ciudades accesibles' en torno a una lona gigante. La visita incluirá el regalo del juego en versión mesa, que quedará a disposición del centro para poder hacer uso de él cuando lo considere oportuno.

En caso de que el desplazamiento para la dinamización de la actividad no sea posible, se donará el juego para que ningún niño o niña se quede sin participar.

Además, Fundación Dfa enviará el juego de mesa a través de correo postal a todos los Centros Rurales Agrupados (CRA) y Centros Rurales de Innovación Educativa (CRIE) de Aragón.

### Centro Actividades Socioculturales

Jesús Gracia, 2. 50014. Zaragoza

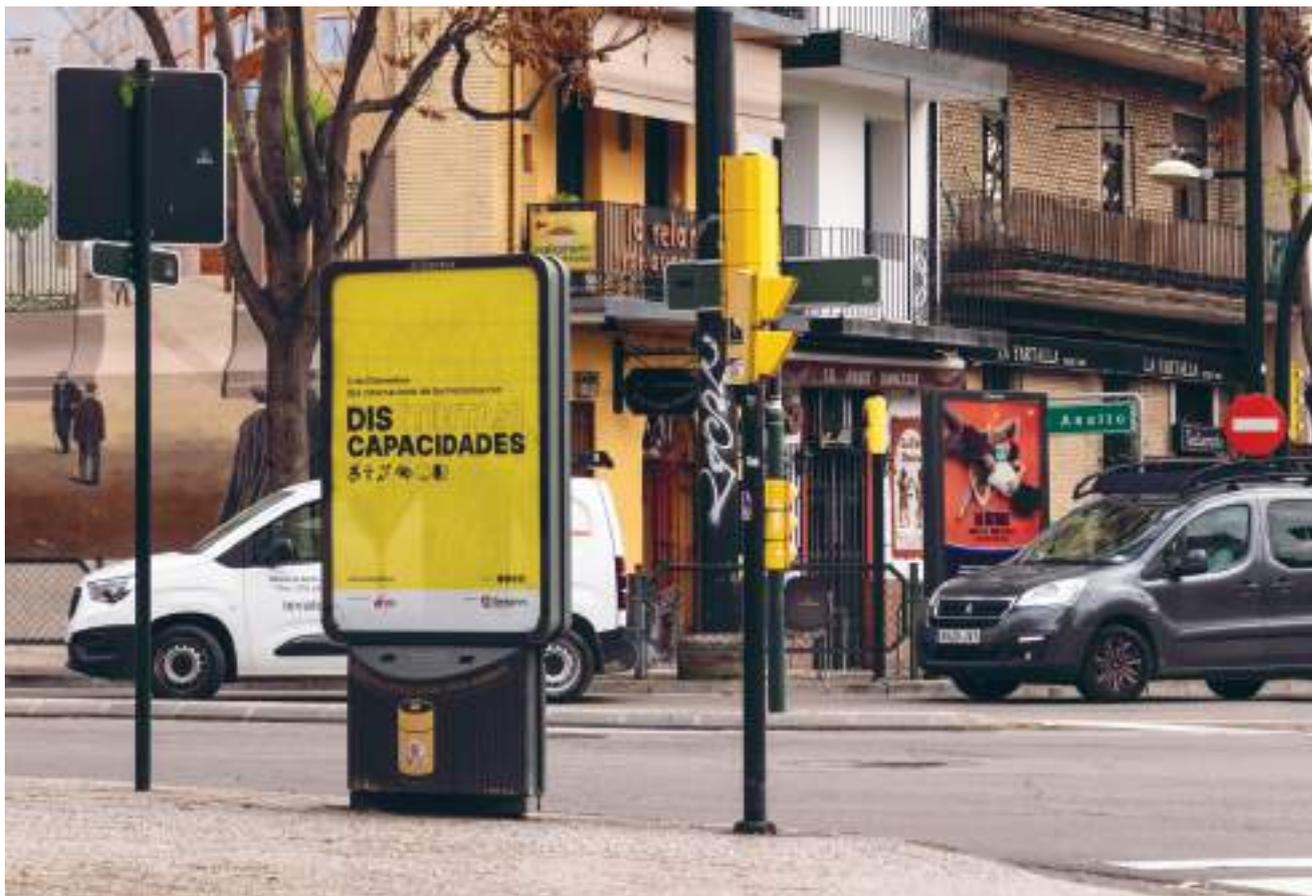
Teléfono: 976 59 59 59

[ocio@fundaciondfa.es](mailto:ocio@fundaciondfa.es)

[www.fundaciondfa.es](http://www.fundaciondfa.es)

# Dis(tintas)capacidades

Con motivo de la campaña del 3 de diciembre, el cartel ganador del concurso 'Buscamos imagen' se mostró por vez primera en mupis de Huesca, junto con los habituales de la capital aragonesa, e ilustra el calendario 2023 de Fundación Dfa



El pasado sábado 3 de diciembre se conmemoró el Día Internacional de las Personas con Discapacidad. Fundación Dfa aprovechó para lanzar su tradicional campaña de sensibilización poniendo el foco en las capacidades. El cartel que ilustró este año la iniciativa, el cual se mostró durante unos días en varios mupis de la ciudad de Zaragoza y, como novedad, también de Huesca, fue obra de la madrileña Marta Piedra, ganadora de la XVI edición del concurso 'Buscamos imagen'.

«Con esta campaña pretendemos poner en valor las capacidades que atesora cada persona, que son muchas y muy diversas», destacó Marta Valencia, presidenta de Fundación Dfa. «Una parte de la sociedad todavía se fija

solo en la discapacidad, con lo cual se sigue sin romper con los estereotipos y se continúa con las discriminaciones», añadió.

Esa línea seguía el cartel elegido en la edición del 'Buscamos imagen' 2022, cuyo diseño se centraba en las capacidades de las personas, tengan la discapacidad que tengan.

Más allá de reivindicar esas capacidades, la campaña perseguía el objetivo de mejorar la empleabilidad de las personas con discapacidad, cuestión indispensable para lograr la autonomía personal y la independencia. En este sentido, desde Dfa se quiere aprovechar cada 3 de diciembre para trasladar la importancia de seguir visibilizando



Primer Premio. **Marta Piedra.**

otras necesidades y demandas que afectan a esta parte de la sociedad.

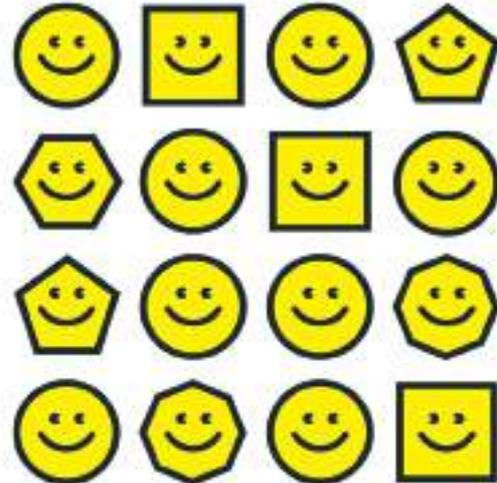
Además, tanto la obra de Marta Piedra como la de Isidro Gil, merecedora del segundo premio del concurso, ilustran el calendario 2023 de la fundación, que tiene una tirada de 10.000 ejemplares.

## Manifiesto del Cermi

Asimismo, por la celebración del Día Internacional de las Personas con Discapacidad, Fundación Dfa se adhirió al manifiesto del Cermi Estatal en el que advertía que la discapacidad, según el INE, afecta al 20% de la población española y esta no puede ser una realidad olvidada. Apuntaba, además, que esta parte de la sociedad continúa precisando «políticas enérgicas para alcanzar un umbral aceptable de derechos, inclusión y bienestar».

El discurso también alertaba de las dificultades económicas, sociales y de convivencia que afectan a los colectivos en riesgo de exclusión, como pueden ser las personas

De una forma u otra,  
**somos iguales**



3 de diciembre  
**Día internacional  
de las personas  
con discapacidad**

Segundo Premio. **Isidro Gil.**

con discapacidad, a causa de pandemias como las de la Covid-19, el conflicto entre Rusia y Ucrania o la crisis económica actual.

El manifiesto ponía en valor el esfuerzo de las organizaciones que trabajan con, por y para las personas con discapacidad y sus familias, a la vez que lanzaba un S.O.S debido a la situación de precariedad en la que se encuentran muchas de ellas.



## ENTREVISTA

**MARTA** PIEDRA

Historietista / Humorista gráfica

# «No hay que poner el foco en la discapacidad, sino **en las distintas capacidades de las personas** y en la diversidad»

En su cuenta de Instagram, Marta Piedra y sus ilustraciones acumulan más de 159.000 seguidores. Sus diseños, como indica en la propia red social, giran en torno al «'wellness' -bienestar- gamberro» y la «educación sexual con mucho humor». En su primer contacto con la discapacidad, esta artista, residente en Pozuelo de Alarcón, alumbró la obra elegida para representar la campaña del 3 de diciembre.

**Vivir a más de 300 kilómetros de distancia de Zaragoza no fue inconveniente para venir a la capital aragonesa y recoger su premio.**



Para nada. Es más, tenía muchas ganas de venir para conocer en persona la fundación y para ver mi obra en los mupis de Zaragoza, una ciudad en la que por cierto no había estado.

## ¿Qué le llevó a participar en el concurso?

Me hacía mucha ilusión porque la discapacidad es un tema que tenía muchas ganas de tocar, que nunca había trabajado por desconocimiento absoluto. Cuando di con el concurso, lo entendí como una señal y me dije: «me lo tengo que currar».

## ¿Cómo se enteró de la convocatoria del 'Buscamos imagen'?

Me enteré porque estaba muy desesperada buscando concursos de carteles. Nunca me había apuntado a uno y fue el primero que me apareció en una alerta. No pensaba en que pudiera ganar, pero por lo menos lo tenía que intentar.

## ¿Cómo enfocó su trabajo?

La discapacidad es un tema muy complejo porque no meter la pata o no herir a alguien es muy difícil. Para no

## «Me documenté muchísimo para no caer en una idea equivocada de la discapacidad»

caer en el error, me puse a ver documentales, charlas TED y a leer mucho en Internet para así poder hacerme una pequeña idea.

### Y de esa idea surgieron hasta seis propuestas.

Sí, tenía muchas ideas distintas y no quería dejar ninguna de lado. También pensé que sería interesante lanzar una campaña en Instagram porque es un tema que la gente desconoce y una manera que tengo de interactuar en Instagram es divulgar este tipo de cosas, cosas que la gente desconoce, que yo me las encuentro y que decido informarme y darles visibilidad. Qué mínimo que normalizar y visibilizar a gente que no tiene esa visibilidad.

### ¿Qué mensaje quiso trasladar?

Me parecía más importante el mensaje que la forma de contarlo. No quería ponerme a dibujar ni hacer grandes maravillas, quería transmitir un mensaje y que se entendiera. Eso era lo importante. Este diseño viene a decir que no hay que poner el foco en la discapacidad, sino en las capacidades distintas, en la diversidad.

Hay tantas capacidades como personas en el mundo. Por ejemplo, no significa que alguien que esté en una silla de ruedas ya no valga para nada; al contrario, seguro que vale para muchas cosas y quizá para más que otra determinada persona. La sociedad se ha de centrar más en la capacidad que en la discapacidad. La discapacidad es una parte muy pequeña de una persona.

### ¿Queda camino por recorrer?

Ahora acabamos de empezar a andar, por así decirlo. Lo vi reflejado en mí misma. Si no investigaba, no sabía por dónde empezar y eso que yo me considero una persona bastante comprometida con la sociedad. Creo que las personas que estamos comprometidas con las causas sociales, cada vez estamos más comprometidas; pero hay que ampliar el abanico a las demás personas que no se han llegado ni a plantear cuestiones sobre la discapacidad.



### Conoce a...

Ilustradora especializada en webcómic, que se define como humorista, feminista, animalista y reivindicadora social.

Recorrió varios países como Costa Rica o México, donde conoció a su marido y se estableció profesionalmente como ilustradora.

Ha colaborado en varios medios de comunicación como TVE o Cosmopolitan, medios digitales como AdoptaUnTío, Madresfera y SantaMandanga y en empresas como Novartis, Cocoro, La Maleta Roja y Casa Corona.

[www.martapiedra.com](http://www.martapiedra.com)

# El Programa de **Atención a las Familias**, un punto de encuentro

Fundación Dfa ofrece un espacio en el que se facilitan herramientas para comprender y atender las necesidades especiales de hijos e hijas con alteraciones en el desarrollo, a la vez que presta el soporte emocional que se requiere en estas situaciones



La atención a la familia se manifiesta como un punto de vital importancia en el abordaje de la discapacidad en la infancia o ante el riesgo de aparición de la misma. Con la intención de acompañar en este contexto, Fundación Dfa puso en marcha el Programa de Atención a las Familias de Niños con Discapacidad o Transtornos en su Desarrollo, un espacio específico en el que se facilitan herramientas para comprender y atender las necesidades especiales de los hijos con alteraciones en el desarrollo y, por otro lado, dar el soporte emocional que requieren este tipo de situaciones.

«El objetivo último es sostener a la familia en el proceso de ajuste ante la aparición o riesgo de aparición de la discapacidad de un hijo y ayudarles a construir un contexto que permita el desarrollo integral de cada una de sus miembros», explica Desirée Garrido, responsable del departamento de Atención Temprana y Desarrollo Infantil.

Desde el año 2003, Fundación Dfa cuenta con dos Centros de Desarrollo Infantil (Pomarón y Vadorrey), donde se cu-

bren las necesidades crónicas o transitorias de los niños y niñas que presentan alguna alteración en su desarrollo. 3.000 infantes y sus familias han recibido atención desde entonces y, solo en 2022, atendieron y ofrecieron un tratamiento interdisciplinar del ámbito sanitario, educativo y social a 930 familias.

Las tres ramas sobre las que se asienta el Programa de Atención a las Familias son las siguientes: Atención familiar individual, Escuela de familias y Grupos de apoyo mutuo.

EN 2022

**930** familias atendidas

**5.039** intervenciones individuales con familias

## Atención familiar individual

Se trata de recoger las necesidades específicas de cada familia y de proporcionar la información, orientación, formación y apoyo que requieran. Esta tarea corresponde al equipo interdisciplinar: trabajadora social, psicóloga y especialistas indicados en cada caso. El proceso consiste en elaborar un Plan de Intervención Familiar (PIF), que es coordinado por un profesional del equipo.

A lo largo del año 2022 se diseñaron un total de 193 planes iniciales de intervención con familias, coincidiendo con el número de familias que se incorporaron a los dos centros de Desarrollo Infantil. Asimismo, se continuó con 416



planes de intervención de familias que habían iniciado en años anteriores.

## Escuela de familias

Iniciativa encaminada a ofrecer herramientas y estrategias necesarias para facilitar el óptimo desarrollo del niño y la familia como sistema. Consta, por un lado, de un programa anual en el que se programan talleres con temas relativos al desarrollo infantil, sus alteraciones y cómo abordar desde el hogar para favorecer el óptimo desarrollo de los niños. En 2022 se organizaron las siguientes actividades: Charla 'Alimentación infantil saludable', impartida por Carolina Marcuello (terapeuta ocupacional); ciclo 'Literatura infantil respetuosa', compuesto por cinco talleres dirigidos por Laura Tremps (maestra en Audición y Lenguaje) y Rosana Alegre (psicóloga); charla 'Mocos fuera', con la participación de Carolina Negroa (fisioterapeuta); y la charla 'Estimulación a través del Juego', a cargo de Laura Tremps.



Por otro lado, en la página web de Fundación Dfa se ha creado el espacio 'Escuela de familias' para proporcionar información sobre el desarrollo infantil. Esta área se divide en tres partes: 'Para saber más', con información útil sobre el desarrollo infantil; 'Estrategias de estimulación', sobre pautas de estimulación; y 'Reseñas de cuentos', con información sobre literatura infantil.

## Grupos de apoyo mutuo 'Hablando entre familias'

Mediado por un profesional, sirve como espacio propio de las familias para compartir experiencias comunes y obtener soporte emocional necesario. Se programa una reunión cada 15 días con una duración de una hora aproximadamente. Se reúne un grupo en el Centro de Pomarón y otro en el Centro de Vadorrey, en horario de tarde y de mañana respectivamente, para facilitar que las familias puedan acudir.



# 10

claves para  
el **desarrollo**  
**emocional**  
de nuestros  
hijos e hijas

Es probablemente uno de los retos más importantes a los que nos enfrentamos como padres y madres. Acompañar este desarrollo día a día, de forma que nuestros hijos vayan construyendo un autoconcepto positivo y una sana autoestima que les convierta en personas sanas emocionalmente, no es tarea fácil, pero quizás sí de las más satisfactorias, porque nos dan la oportunidad de crecer también con ellos. Os dejamos aquí 10 claves que nos pueden guiar.



## Regala tiempo de calidad

Cuando compartimos tiempo y actividades con alguien, lo normal es que esa persona sienta que la tenemos en cuenta, que es importante para nosotros. Pero estar con alguien o junto a alguien no significa que se esté compartiendo o acompañando. Muchas veces compartimos el espacio con nuestros hijos, pero no interactuamos con ellos o no lo hacemos con una atención plena. El primer consejo es que reserves algunos tiempos de calidad en tu día a día, en los que tu hijo o hija sí sea el foco de tu atención y se sientan tenidos en cuenta. El tiempo de calidad no implica hacer cosas especiales, sino disfrutar de hacer cosas juntos por cotidianas que sean.

## Cuando te dirijas a tu niño o niña, hazlo a su altura

No nos referimos a agacharnos para hablar con ellos –que en ocasiones será muy recomendable, además de salirnos de forma natural con frecuencia–. El contacto ocular es fundamental, así que mírale a los ojos. Si no puedes mantener el contacto ocular, usa su nombre o un apelativo cariñoso cuando te dirijas a él o ella.

Además, es importante comprender desde dónde ve tu hijo o hija las cosas, cómo las percibe y las dimensiona teniendo en cuenta su desarrollo, así como su capacidad para entender las palabras e interpretar las situaciones.

## Acepta y respeta sus emociones sin minimizarlas ni ridiculizarlas

No hay mayor verdad para una persona que lo que está sintiendo en cada momento. Nuestras emociones se proyectan como la expresión más genuina de nosotros mismos y todas ellas nos hablan de lo que es importante para nosotros. Quitar importancia o ridiculizar las emociones de nuestros pequeños tiene el mismo impacto que cuando alguien hace esto con los adultos: sentimos que no nos tienen en cuenta, que no nos comprenden e incluso nos sentimos agredidos y ofendidos. Debemos recoger las emociones de nuestros hijos e hijas desde el respeto y ayudarles a gestionarlas de forma adecuada.

## Ayúdale a identificar y a validar todas sus emociones

Esto es difícil hasta para la mayoría de las personas adultas y es una tarea para todos. Las personas sentimos antes de saber ponerle palabras a lo que sentimos. Las emociones brotan de forma espontánea ante diferentes experiencias o situaciones de nuestro entorno: cuando perdemos algo, nos sentimos tristes; ante algo que consideramos una injusticia, sentimos rabia; cuando se frustran nuestros deseos o expectativas, nos enfadamos; cuando nos regalan algo que nos gusta, sentimos alegría; y ante un plan futuro que nos gusta mucho, sentimos ilusión. Ante estas emociones, las personas actuamos de diferentes maneras. Enseñar a nuestros hijos e hijas a identificar qué les pasa, qué sienten y ponerles palabras a eso que sienten es el primer paso para aprender a manejarlas de forma saludable.

Sentir una emoción es algo natural y ninguna emoción es mala. Todas forman parte del ser humano y son respuestas naturales a las diferentes situaciones. Lo importante es saber identificarlas y no quedarnos anclados en ellas. Como padres y madres, tendremos que ofrecer a nuestros hijos e hijas formas adecuadas de expresar esas emociones. Por ejemplo, si está enfadado porque le has dicho que se ha acabado el tiempo de jugar. El mensaje debería ser el siguiente: «Entiendo que estés enfadado y estás en tu derecho de hacerlo, pero es mejor expresar tu enfado verbalmente, o apretando los puños, o golpeando en un cojín, que rompiendo cosas».



## Escucha sus necesidades sin proyectar las tuyas

A veces caemos en la torpeza de pensar que las cosas que nos gustan a nosotros son buenas en sí mismas y que a los demás también les hacen felices. Además, somos tendentes a «adivinar» por qué una persona reacciona de una manera u otra o cómo se debe estar sintiendo. Es cierto que el ser humano –unos más que otros– tiene una habilidad llamada empatía, que es la capacidad de ponerse en lugar del otro. Sin embargo, ninguna de nuestras habilidades adivinatorias es comparable al bálsamo de la Escucha Activa.

Escucha a tus hijos e hijas sin prejuicios, deja que expresen qué es lo que quieren o necesitan, por extraño que te pueda parecer, y trata de dejar a un lado lo que necesitarías tú en una situación similar. Nuestros hijos e hijas son personas diferentes a nosotros, y la mejor manera de acompañarles en su desarrollo emocional es escuchar sin ideas preconcebidas.

## Muéstrate disponible permitiendo que sienta que puede contar contigo

Los niños y niñas están descubriendo el mundo, por lo que todo son novedades y situaciones desconocidas. Sienten curiosidad por todo tipo de cosas, por sencillas que a nosotros, los adultos, nos puedan parecer. Las cosas que pre-

ocupan a nuestros hijos o hijas también pueden ser «pequeñas cosas» sin importancia para nosotros, pero muy importantes para ellos.

Atender todas sus dudas o preocupaciones por pequeñas que nos parezcan, o resolver sus curiosidades, contribuye a que sientan que pueden contar contigo y les genera seguridad. Además, cuando se sientan inseguros por algo o sientan incertidumbre, puedes expresar abiertamente un «confío en ti» o «cuentas conmigo», y brindarle tu ayuda cuando te lo pida o sientas que lo necesita.

## Crea un clima de confianza y seguridad para que pueda comunicarse contigo

Nos sentimos seguros con aquellas personas que no nos juzgan por nuestras opiniones ni se ríen de nuestros pensamientos. Confiamos en quienes no traicionan lo que les contamos ni lo usan en nuestra contra. Nos sentimos seguros con las personas a las que les podemos contar nuestros errores y nos ayudan a corregirlos o evitarlos en futuras ocasiones. Por ello, no ridiculices a tu hijo o hija ni le juzgues por lo que expresa. Si te cuenta alguna «metedura de pata», no le castigues sin más; analiza con él o ella la situación y ayúdale a corregir las consecuencias, si es posible, y a utilizar el error para un aprendizaje.

## Fomenta la confianza en sí mismo/a

En la base de una sólida autoestima se encuentra la confianza en uno mismo. Podemos contribuir a que nuestros hijos e hijas desarrollen un autoconcepto positivo de varias maneras:

- Encomiéndale responsabilidades acordes a su edad y desarrollo. Darle la ocasión de contribuir al sistema familiar con algunas tareas hará que sienta que confías en él y se sentirá partícipe en la familia.
- Pídele su opinión y tenla en cuenta. Ofrécele un par de opciones posibles a la hora de elegir su merienda, permítele que elija entre dos o tres camisetas para vestirse por la mañana, o pregúntale qué actividad le gustaría realizar el fin de semana en familia. Pregúntale si algo le ha gustado y por qué.



- Pon en valor sus características como algo que le hace única/o. Puedes elogiar sus logros y animarle a aprender de sus errores como algo natural. Expresa lo orgulloso/a que te sientes de él/ella, y enséñale a no tener miedo a equivocarse o a fallar, pues forman parte del propio aprendizaje.

## Sé una persona sincera y honesta

Ser honestos en la forma en que nos relacionamos con los demás contribuye a crear relaciones sanas y satisfactorias, pero cuando se trata de nuestros pequeños/as es de vital importancia. Las mentiras solo fomentan el miedo, la inseguridad y la falta de confianza.

Además, es importante cumplir las cosas que decimos a nuestros hijos. Si no estamos seguros de poder cumplirlas, lo mejor es no comprometernos o hacerlo de forma condicionada desde el principio. En el caso de fallar, es beneficioso disculparnos y explicar nuestros motivos con naturalidad.

## Muéstrale tu amor

Las muestras de amor son el abono para la salud emocional de nuestros hijos. Crecer en un entorno en el que nos sentimos queridos incondicionalmente nos fortalece para siempre. Incondicionalmente significa que mostraremos nuestro amor al margen de cómo sea nuestro hijo/a, ante las cosas que nos gustan de él/ella y ante las que no. Cuando acierta y cuando falla, cuando se porta bien y cuando se porta mal. Cuando esté triste y cuando esté contento.



Podemos educarles y corregir sus errores desde el amor; podemos poner límites mostrando que le queremos. Es más, será mucho más eficaz. Mostrar amor se hace de muchas maneras, no solo verbalmente, pero todas ellas son importantes. Decirle «cuánto te quiero», «eres mi alegría», «cuánto me gusta estar contigo», «me gusta cómo hueles», «me gusta verte reír»; preguntarle por las cosas que le gustan; darle una pequeña sorpresa; jugar juntos; reír juntos o consolarle cuando está triste son solo unos pocos ejemplos de cómo mostrar el amor a nuestros hijos e hijas.

**Lizaro Baeta**  
FLORISTAS

José Luis Pomarón, 15  
TEL: 976 493 030  
FAX: 976 480 360  
MÓVIL: 667 080 060  
[www.floristaszangallata.com](http://www.floristaszangallata.com)

# El Teléfono del Mayor supera las 14.000 comunicaciones

Fundación Dfa gestiona el servicio del IASS desde su puesta en marcha el 1 de junio de 2019 y solo en 2022 atendió 2.872



El Teléfono de Atención a Personas Mayores de Aragón gestionó durante el año 2022 un total de 2.872 comunicaciones entre llamadas entrantes y salientes, correos electrónicos, buzones de voz y derivaciones a servicios sociales. Con este dato, el servicio gratuito impulsado por el Instituto Aragonés de Servicios Sociales (IASS) y atendido por el Centro de Atención Telefónica de Fundación Dfa alcanzó a fecha de 31 de diciembre la cifra de 14.276 comunicaciones desde su puesta en marcha el 1 de junio de 2019.

Como ya venía siendo habitual, durante 2022 la principal motivación para ponerse en contacto con el Teléfono del Mayor (900 25 26 26) fue la necesidad de conversación. El 64 % de los contactos producidos el pasado año tenía que ver con la búsqueda de compañía en determinados momentos de angustia o de soledad no elegida.

La demanda de información u orientación sobre servicios, programas y prestaciones sociales era y sigue siendo otro motivo de interés para otra gran parte de las personas que interactúan con las operadoras de Fundación Dfa.

El perfil de las personas que utilizan este servicio es fundamentalmente el de mujer (52%) de una franja de edad entre los 75 y 80 años. Otro patrón bastante compartido tiene que ver con que una gran mayoría de las comunicaciones tiene relación con personas que residen en zonas urbanas y, de manera destacada, de la ciudad de Zaragoza.

El teléfono 900 25 26 26 está operativo los 365 días del año. De lunes a viernes atiende llamadas desde las 15:00 hasta las 07:00 horas; mientras que los sábados, domingos y festivos está disponible las 24 horas. La iniciativa sirve de



complemento a los servicios habituales de atención a la ciudadanía, especialmente durante las noches, proporcionando una atención inmediata ante cualquier necesidad que pueda surgir. Fuera de ese horario, permanece operativo a través de un buzón de voz.

Cualquiera que lo desee puede llamar a este teléfono gratuito, ya sean las propias personas mayores o alguien de su entorno que desee informar de una situación de soledad o riesgo.

### ANÁLISIS SOCIODEMOGRÁFICO



**2.872**  
comunicaciones en 2022



**14.276**  
comunicaciones desde 2019



**64%**  
busca conversación



**78**  
años de media



**78%**  
de Zaragoza

## 70.379 llamadas a los servicios sociales municipales



Otro servicio gestionado por el equipo profesional de Atención Telefónica de Fundación Dfa es, desde el pasado mes de julio, la central telefónica de los Servicios Sociales del Ayuntamiento de Zaragoza. A través del número gratuito 900 700 107, un total de 70.379 llamadas fueron atendidas en 2022 por 12 personas con discapacidad contratadas para ofrecer respuesta a las necesidades de la población.

En horario de lunes a viernes, de 8:00 a 16:00 horas, el personal de Fundación Dfa ejerce funciones de apoyo que dotan de mayor agilidad a los Servicios Sociales municipales: recepción y derivación de llamadas, gestión de cita previa y labores de tipo administrativo.

En esta línea gratuita se centralizan también otros recursos del área de Acción Social y Familia del Ayuntamiento de la capital aragonesa. Además, durante dos horas diarias permanece activo un servicio de videointerpretación en lengua de signos española.

El contrato entre el Consistorio zaragozano y Fundación Dfa tiene una duración de tres años, con una posible prórroga de dos más.

## ENTREVISTA

**PILAR RISUEÑO**

Responsable del servicio de Ayuda a Domicilio que Fundación Dfa y FIIS llevan prestando desde 2015 con el objetivo de atender a las personas en su propio entorno, sin tener que abandonar su hogar ni su vida cotidiana.

## «La demanda de Ayuda a Domicilio ha repuntado en el último año»

### ¿En qué consiste el Servicio de Ayuda a Domicilio?

Como bien dice su nombre, consiste en ofrecer ayuda a las personas que lo necesitan en su domicilio. Se trata de convertirnos en sus manos y en sus pies, para que puedan tener en su casa las mismas capacidades que cualquier persona. En Ayuda a Domicilio hacemos lo que haría cualquier persona que estuviera en condiciones de hacerlo por sí misma.

### ¿Cuáles son las funciones que desempeñan?

Nos encargamos de las funciones que conlleva la vida diaria. Si una persona no es capaz de levantarse por sí misma cuando se despierta, no puede ducharse ni lavarse los dientes, ya sea en un momento dado o en un periodo prolongado, este servicio es su soporte. Pero también somos el apoyo de personas que no pueden bajar a la calle a hacer la compra, cocinar o encargarse de la limpieza de su hogar.

### Es una forma de evitar la institucionalización para muchas personas.

Efectivamente. Este servicio sirve como apoyo en el hogar. El servicio está disponible de lunes a viernes en horario de mañana y/o tarde. No disponemos de un médico o una enfermera, como sería el caso de una residencia; pero somos el apoyo que permite a algunas personas hacer lo que no pueden hacer en sus casas estando solas. Para nosotras es un privilegio ayudar a las personas con nuestro trabajo.

### ¿Cómo se puede contratar el servicio?

El usuario que tiene necesidades de contratar la Ayuda a Domicilio se pone en contacto con nosotros a través del teléfono, del correo o de la web. Muchos también vienen hasta nuestra sede. En función de las necesidades y de los horarios en los que necesitaría apoyo, comenzamos a trabajar y procuramos ofrecerle la mejor opción adaptada a su situación.





«Somos el apoyo que permite a algunas personas hacer lo que no pueden hacer en sus casas estando solas. Es un privilegio ayudar a las personas con nuestro trabajo»

el acompañamiento y las tareas relacionadas con el aseo personal son las últimas en contratarse.

### ¿Cuáles son esos horarios a los que se refiere?

Los trabajos se suelen organizar en varias franjas. La primera sería de 7:30 a 11:00 de la mañana aproximadamente. Este horario se dedica fundamentalmente al aseo. A partir de esa hora y hasta las 14:00, más o menos, nuestro trabajo se centra más en la ayuda para hacer diferentes tareas en el hogar o fuera del mismo, como podría ser hacer la compra o preparar la comida o labores de acompañamiento (médicos, banco, paseos). En el servicio de tardes las tareas suelen estar relacionadas con el acompañamiento o el aseo previo a acostarse. En este caso, la demanda es más baja.

### ¿Las ayudas que se solicitan tienen carácter puntual o son más a largo plazo?

La mayoría son a largo plazo, aunque también hay casos que son puntuales y cuando nos conocen dejan de serlo para alargarse en el tiempo. Por supuesto, también hay situaciones puntuales, como las caídas y roturas de cadera, que derivan en la necesidad de tener ayuda cerca unas semanas, unos meses, etc.

### ¿A cuántas personas atendieron en Ayuda a Domicilio a lo largo de 2022?

Atendimos a 68 familias. En total fueron 5.549 asistencias prestadas, distribuidas en 4.600 horas de atenciones personales y 5.900 horas de limpieza. Es un repunte con respecto al bajón que hubo con la llegada de la pandemia.

### ¿Cuántas personas se dedican a la Ayuda a Domicilio en Fundación Dfa?

Somos un grupo de 16 personas cualificadas (auxiliares sociosanitarias) y con experiencia en la atención a personas y en las labores de limpieza en los hogares.

### ¿Qué es lo que más demandan las familias?

Depende del horario en el cual solicitan asistencia, pero lo que más demandan los usuarios y usuarias es la limpieza y el apoyo en el hogar. Cuando alguien tiene un problema de salud, lo último de lo que se desprende es de la intimidad de su cuerpo. Mientras la persona se puede asear por sí sola, o puede asearle su pareja o un familiar, aún con dificultades, delegar esa tarea a un externo siempre es difícil. Por esta razón, nuestro equipo es muy profesional y trata de ofrecer todo el cariño y confianza para facilitar este momento complejo. Pero, como decía, en un primer momento prefieren delegar las labores relacionadas con el hogar y

### Ayuda a Domicilio

Andrés Gúrpide 8-12. 50008. Zaragoza  
Teléfono: 609 25 20 99  
prisueno@fundaciondfa.es  
www.fundaciondfa.es

# 2022, un año en el que **471 personas encontraron un nuevo empleo**

Dfaemplea atendió a 1.834 hombres y mujeres y 447 tuvieron contacto con la agencia de colocación por primera vez



La agencia de colocación de Fundación Dfa cerró 2022 con unas cifras satisfactorias atendiendo a 1.834 personas. 471 encontraron a lo largo del año un empleo a través de las diferentes actuaciones de Dfaemplea y 74 de ellas suscribieron contratos de carácter indefinido.

En total, el número de ofertas de trabajo captadas como resultado de la actividad de intermediación de las profesionales de la entidad ascendió a 492. Entre otros indicadores de interés, destacan las 447 orientaciones laborales a personas que establecieron contacto con la agenda por primera vez.

La prospección empresarial es otro de los objetivos prioritarios de este servicio de empleo. Con las empresas se trabaja desde la atención personalizada e individualizada, dando respuesta a sus necesidades y a las demandas que se planteen en materia de contratación. En 2022 se estableció contacto con 266 compañías y se visitó a 54 entidades u organismos de carácter público para la difusión de los servicios.

Dfaemplea es un servicio de empleo que se puso en marcha en 1985 y desde entonces ha intervenido en la contra-

tación de más de 10.000 personas. Se trata de un servicio gratuito tanto para quienes buscan empleo como para las empresas.

## EN CIFRAS



**1.834** personas  
atendidas



**471** personas  
encontraron trabajo



**492** ofertas de trabajo  
captadas por intermediación



**266** empresas  
contactadas

## Renovación del convenio con Fundación Ibercaja

La presidenta de Fundación Dfa, Marta Valencia, y el director general de Fundación Ibercaja, José Luis Rodrigo, firmaron a finales de año la renovación del convenio de colaboración mediante el que se realiza un respaldo económico a Dfa para fomentar el servicio la agencia de colocación Dfaemplea. El objetivo fundamental de este acuerdo es favorecer la inserción laboral de las personas con discapacidad.

La presidenta de Fundación Dfa, Marta Valencia, expresó la importancia de colaborar con la entidad financiera y destacó que «para conseguir una autonomía plena, es un fundamental obtener un empleo digno».

Por su parte, el director general de Fundación Ibercaja, José Luis Rodrigo reconoció la labor y eficacia de la agencia de colocación y afirmó que «a través de esta colaboración, contribuimos a la incorporación al mundo laboral de personas con discapacidad y facilitamos su plena inserción».



# !Taxi!

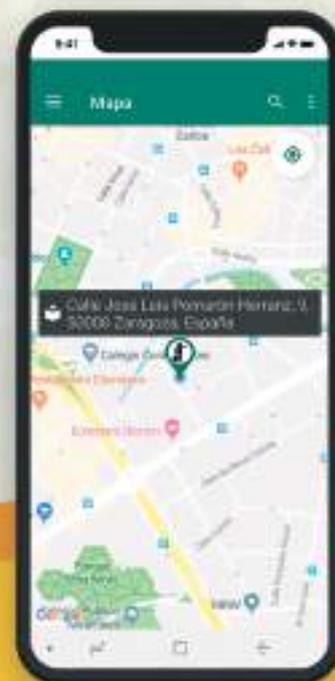
La app que te busca tu **Taxi75** estés donde estés.

Más de **60.000 taxis** a su disposición en más de **500 municipios** de toda España.

¡Ya disponible para **Zaragoza!**



📞 976 75 75 75 📍 [www.taxi75zaragoza.com](http://www.taxi75zaragoza.com)



# Programas de Cualificación Inicial: algo más que Formación Profesional

A lo largo del curso, el alumnado de los PCI participa en diferentes talleres y jornadas que completan su preparación



En los Programas de Cualificación Inicial (PCI) de Fundación Dfa no se vive únicamente de las clases, ya sean teóricas o prácticas. El alumnado de las dos vías que se imparten en el edificio Josemi Monserrate, Administración y gestión y Textil, confección y piel, recibe durante el curso la visita de diferentes especialistas con los que complementar su formación y su preparación para desarrollar un proyecto vital satisfactorio.

El calendario reciente ha estado marcado por charlas de temáticas diversas incluidas en el Programa de Actividades Educativas del Ayuntamiento de Zaragoza o la ponencia sobre lenguaje inclusivo del Instituto Aragonés de la Juventud.

## Lenguaje Inclusivo

La periodista Elena Bandrés, de la Asociación de Periodistas por la Igualdad, fue la encargada de profundizar en lenguaje inclusivo, estereotipos y roles de género, algo «que nos limita y que además se perpetúan en el tiempo, que muestran a los hombres como dominante y protectores y a las mujeres como protegidas y pasivas.

Utilizar 'todes' como genérico no es inclusivo porque sigue invisibilizando a las mujeres. El lenguaje inclusivo se ocupa de comunicar la realidad sin ser repetitivos, por ejemplo, evitando los desdoblamientos. El lenguaje es como el estereotipo de belleza: hay diversidad».

## Violencia de Género

Lara Pellitero, de Mandrágora Gestión de Actividades SL, fue la encargada de ayudarnos a identificar situaciones de maltrato y violencias machistas (física, psicológica, económica...).

«Esta es una lucha de toda la sociedad. Todos y todas somos iguales en derechos y obligaciones, también lo hemos de ser en oportunidades».

La charla contó como refuerzo con los cómics ganadores del Concurso Cómics contra la Violencia de Género, del Servicio de Igualdad del Ayuntamiento de Zaragoza, unas imágenes que calaron entre el alumnado: «¿Por qué me pegas, si dices que me quieres?».

## ¿Y si hablamos de la muerte?

La activista cultural Olga Larrubia se sirvió del cuento 'Mi vecina Enriqueta' para tratar un tema tan complejo como el duelo, qué es, qué implica y cómo superar algo que es doloroso, pero a la vez natural.

El alumnado de los PCI aprendieron que el duelo es un proceso, que es dinámico y está en constante movimiento, que es algo normal, que es un proceso único que afecta a cada persona de forma distinta, y que superarlo implica un trabajo personal que nadie puede hacer por nosotros y nosotras.

## Higiene del sueño

José Luis Manjón, de la Fundación Entabán, comenzó su charla advirtiendo que 'no dormir o no dormir lo suficiente tiene sus consecuencias, como las tiene el uso excesivo de la tecnología'.

Durante la noche el cerebro consolida la memoria y el aprendizaje, y lo hace durante las cuatro fases del sueño: duermela, intermedia, profunda o Delta y REM, que es donde descansamos, soñamos y cuando se 'resetea' el cerebro.

La charla concluyó hablando de algunos de los trastornos del sueño, como el sonambulismo, la parálisis del sueño, que aparece en la Fase REM.

## Seguridad Vial

Por último, también recibimos la visita de la Policía Local de Zaragoza que nos habló de la importancia de circular con responsabilidad, ya sea al volante o como peatones.



Y, por supuesto, cuando circulamos en bicicleta o en un vehículo de movilidad personal (VMP).

También se hizo especial hincapié en evitar las distracciones: móvil, auriculares, no esperar a cruzar cerca del bordillo, mirar a ambos lados y no dar por hecho que el vehículo va a frenar...

Para concluir la charla contamos con el testimonio de dos víctimas de accidente de tráfico de AFADACER, que compartieron su experiencia y las secuelas con las que todavía han de convivir.

**Comercial Artigas**

Tfno. 976 428 700 - Fax. 976 461 670

Avda. Tenor Fleta, 58 - 50.007 Zaragoza - [www.comercialartigas.es](http://www.comercialartigas.es) - [correo@comercialartigas.es](mailto:correo@comercialartigas.es)

- FERRETERÍA
- BRICOLAJE
- MENAJE DE HOGAR
- PINTURA
- FONTANERÍA
- CALEFACCIÓN

# El voluntariado disfruta de una jornada de convivencia

El Centro de Actividades Socioculturales organizó en el edificio Josemi Monserrate una jornada dirigida al grupo que reúne actualmente en torno a 120 personas



El edificio Josemi Monserrate acogió en noviembre una intensa jornada dirigida al voluntariado de Fundación Dfa. Más de 50 personas participaron en un programa de actividades que tenía como objetivo estrechar lazos, compartir experiencias, ampliar o renovar conocimientos sobre la entidad a través de juegos o dinámicas.

La jornada comenzó a las 11.00 con la bienvenida y una dinámica de presentación. Tras la pausa para el café, el equipo de voluntariado recibió una formación sobre el marco ético de la entidad y, antes del almuerzo, se presentó el proyecto 'Somos diversidad' y el juego 'Ciudades accesibles'. Los actos de la tarde incluyeron una dinámica de activación de grupo y una partida en la lona del juego antes de despedirse con una evaluación de los propios actos.

Patricia Gascón, responsable del Centro de Actividades Socioculturales, resume cuáles son los objetivos. «Es un día para hacer grupo: estrechamos lazos, compartimos experiencias, ampliamos o renovamos conocimientos sobre Dfa... Todo, con juegos o dinámicas, porque lo importante es aprender pero también pasárselo bien».

Actualmente son 120 personas voluntarias involucradas en diferentes actuaciones. Sus principales tareas son de acompañamiento y dinamización que los equipos técnicos de las residencias y de los centros organizan con personas con discapacidad. También ayudan a sensibilizar en materia de discapacidad en centros educativos de Aragón y animan con actuaciones musicales o bailes a pacientes de la Unidad de Lesiones Medulares del Hospital Miguel Servet.

Si tienes ganas de pasártelo bien, de vivir experiencias nuevas, de conocer nuestra ciudad desde una perspectiva diferente y de colaborar sobre todo en la inclusión de las personas con discapacidad, puedes enviar un correo a [voluntariado@fundaciondfa.es](mailto:voluntariado@fundaciondfa.es) o entrar en la web [www.fundaciondfa.es](http://www.fundaciondfa.es) y obtener más información.

## Centro Actividades Socioculturales

Jesús Gracia, 2. 50014. Zaragoza  
Teléfono: 976 59 59 59  
[voluntariado@fundaciondfa.es](mailto:voluntariado@fundaciondfa.es)  
[www.fundaciondfa.es](http://www.fundaciondfa.es)

MARÍA IBÁÑEZ. VOLUNTARIA

## «Mi aportación es insignificante en comparación con lo que recibo de las personas con discapacidad»

María Ibáñez trabaja como técnico de integración social ayudando en la inclusión de colectivos vulnerables y gestionando proyectos sociales para diversas entidades, pero su vocación solidaria abarca mucho más allá de su jornada laboral. Esta joven es voluntaria de Fundación Dfa desde octubre de 2019 y, con 23 años, colabora activamente con el Centro de Actividades Socioculturales.

### ¿Qué le llevó a ser voluntaria de Fundación Dfa?

La aparición de una demencia en mi abuelo paterno me llevó a querer escoger un camino diferente a la hora de decidir quién quería ser como profesional, enfocándolo en ayudar a los demás. Decidí buscar voluntariados para descubrir si era lo que me gustaba, a la vez que ayudaba a los demás en mi tiempo libre. Cuando di con Dfa y, tras conocer todas las acciones que llevaba a cabo con, por y para las personas con discapacidad, decidí ponerme en contacto. Si entonces me hubieran dicho todo lo que el voluntariado tenía preparado para mí, nunca me lo hubiera creído.

### Seguro que aporta mucho a las personas con discapacidad con las que realiza su labor de voluntaria. ¿Qué le aportan ellas?

Enseguida te das cuenta de que muchas veces parece insignificante lo que tú les aportas a ellas en comparación con lo que cada una de ellas te aporta a ti. Cariño, diversión, respeto, risas, felicidad y, sin duda, aprendizaje. No hay un solo día en el que no salga habiendo aprendido algo nuevo gracias a cada una de estas personas.

### ¿Qué es lo que más le gusta de ser voluntaria?

Poder ser capaz de aportar mi granito de arena a la hora de mostrarle a la sociedad, y a ellos mismos, que las personas con discapacidad son capaces de hacer todo aquello que se propongan, porque la palabra superación se encuentra camuflada entre la gran cantidad de barreras, prejuicios y estereotipos con los que deben luchar día a día.

### ¿Qué les diría a aquellas personas que se plantean unirse al voluntariado?

Les diría que se atrevan a dar el paso, a compartir ratitos de su tiempo ayudando a los demás, a salir de su zona de confort y, sobre todo, que se atrevan a aprender a ver la vida con una mirada humana. No importa que el tiempo del que dispongan para llevar a cabo su labor como voluntarios sea mucho o poco, ya que las pequeñas acciones de muchos consiguen lograr grandes cambios.

### ¿Qué momento guarda con especial cariño de su etapa en el voluntariado de Fundación Dfa?

Cada uno de los momentos y aprendizajes vividos cuentan con la misma importancia para mí. Gracias a todos ellos soy en parte quien soy hoy en día, no solo como persona sino también como profesional. Por supuesto, no hubieran sido posibles sin todas y cada una de las personas que están detrás de ellos (técnicos, voluntarios y personas usuarias), por lo que hoy y siempre, gracias.



## Ciclo de sensibilización en el Criet de Alcorisa



Fundación Dfa comenzó en noviembre un ciclo de sensibilización en materia de discapacidad. Estas sesiones se organizaron periódicamente hasta enero en el Criet de Alcorisa, donde acudieron los niños y niñas de 4º a 6º de primaria de varios colegios rurales agrupados de la provincia de Teruel.

Sara Martínez, trabajadora social de Fundación Dfa, fue la encargada de desarrollar esta iniciativa que constaba de dos partes diferenciadas. La primera de ellas estaba dedicada a una explicación teórica sobre qué y cuáles son los tipos de discapacidades. La segunda constaba de una práctica a través de un circuito en silla de ruedas y otro recorrido que representaba cómo es vivir con discapacidad visual y las barreras que se encuentra esta parte de la sociedad.

Hasta Alcorisa se desplazaron los colegios rurales de Algars, Matarranya, Bajo Martín, Ariño-Alloza, Alifara, Tastavins, Olea, Regallo, L'Albardín y Mezquín, Muniesa, Martín del Río, Somontano-Bajo Aragón y los CEIP Valero Serrano y Antonio Gargallo Moya de Escucha.

Esta acción de Fundación Dfa se enmarcaba dentro de 'Somos diversidad', programa de interés social en Aragón con cargo a la asignación del IRPF.



## La Carrera Solidaria por la Discapacidad reúne a 2.200 personas

Tras dos años de ausencia por culpa de la pandemia, la Carrera Solidaria por la Discapacidad volvió a celebrarse por las calles de Teruel el pasado 27 de noviembre. El objetivo fundamental era conmemorar el Día Internacional de las Personas con Discapacidad, que se celebraba el 3 de diciembre. 2.200 se sumaron a una iniciativa que incluía sesiones de zumba, batucada y deporte adaptado

La jornada organizada por el Grupo Avanzamos, al que pertenecen Anudi, Asapme Teruel, Atpansor, Atadi y Fundación Dfa, sirvió para fomentar la inclusión social, la convivencia y la promoción de las personas con discapacidad, además de visibilizar los distintos tipos de discapacidad existentes: intelectual, psíquica, física y sensorial.



## Éxito de las clases de **espalda sana**

El cuidado de la salud y el bienestar son dos pilares en Fundación Dfa. El programa de 'Autonomía personal' para personas con discapacidad goza de una gran aceptación. 47 personas acuden regularmente a las instalaciones del número 3 de la calle Aragón de Huesca para sus sesiones de fisioterapia y rehabilitación individual. La oferta la completan con gran éxito las clases grupales de espalda sana y consciencia corporal y el gimnasio, con la asistencia regular de 19 usuarios y usuarias.

El ajetreo, el trabajo y el tipo de actividades en la vida diaria implican horas de movimientos repetitivos y posturas forzadas que derivan en contracturas y dolores musculares. A modo de prevención, las clases de espalda sana pueden resultar eficaces en este sentido.

Las clases están abiertas a toda la población, personas con y sin discapacidad, y se componen de dos sesiones semanales de entre 45 minutos y una hora de duración para grupos reducidos.



## EN EL ÁREA SOCIAL DE GAES NOS PREOCUPAMOS POR LA SALUD AUDITIVA DE LAS PERSONAS

Somos un equipo de profesionales especializados en el ámbito social. **Ayudamos a las personas con pérdida auditiva** a redescubrir las emociones del sonido contribuyendo a mejorar su calidad de vida.

### TE OFRECEMOS UNA REVISIÓN AUDITIVA GRATUITA

VENTAJAS ESPECIALES PARA LOS MIEMBROS DE LA FUNDACIÓN DFA  
(Discapacitados Físicos de Aragón)



Estudio y revisiones  
auditivas gratuitas



Subvenciones del 35 %  
en audífonos de última  
generación



Prueba de audífonos  
gratis y sin compromiso

PRESENTA ESTE CUPÓN EN CUALQUIERA DE NUESTROS CENTROS Y BENEFÍCIATE DE UNA PRUEBA AUDITIVA TOTALMENTE GRATUITA

Si tienes dudas o necesitas más información, contacta con la Fundación DFA, llama a nuestro teléfono gratuito o contacta con nosotros a través de [es-infoareasocialGAES@amplifon.com](mailto:es-infoareasocialGAES@amplifon.com).

 TELÉFONO GRATUITO  
ÁREA SOCIAL  
900374 474



**GAES**  
área social

# Estudio sobre **bajas de larga duración** en Centros Especiales de Empleo



Las bajas de larga duración de los trabajadores con discapacidad tienen una duración media de 350 días, se producen sobre todo en la franja de edad comprendida entre los 45 y los 64 años y se originan más con enfermedades comunes que con accidentes laborales.

Así lo refleja un estudio sobre las bajas de larga duración en esta parte de la sociedad, elaborado por la Asociación Empresarial de Centros Especiales de Empleo de Cocemfe (Aecemco) y Fundación Dfa, en colaboración con el Ministerio de Trabajo y Economía Social.

El informe se presentó en un acto organizado por Servimedia con la directora de Trabajo Autónomo, Economía Social y Responsabilidad Social de las Empresas, Maravillas Espín; el presidente de Aecemco, Ignacio Rodríguez; Isabel Calvo, socióloga de Fundación Dfa y autora del estudio; Marina Ladrero, directora de RR.HH. de Dfa; y Toñi Romero, trabajadora afectada por una baja de larga duración.

El estudio, elaborado a partir del análisis de bajas laborales en centros especiales de empleo de iniciativa so-

cial, pone de manifiesto que el 54,6% de las bajas prolongadas son de entre seis y doce meses, y el 45% superan el año.

La mayoría de estas bajas las solicitan personas con discapacidad física, con un grado de discapacidad de entre el 33% y el 44%, con contrato indefinido y a tiempo completo, con la categoría de auxiliar. No hay una diferencia significativa entre hombres y mujeres en este aspecto.

A partir de la pandemia, la proporción de bajas de larga duración entre personas con discapacidad ha subido del 10% antes de la covid a cerca del 15% en 2020 y 2021.

Según explicó Isabel Calvo, el estudio también revela que hay un elevado porcentaje de recaídas en las bajas, que se acrecienta conforme avanza la edad de los empleados.

Marina Ladrero, por su parte, resaltó la labor de asistencia forense y jurídica que hacen los centros de empleo de ayuda a los trabajadores a los que Trabajo deniega la incapacidad.



## El Gobierno aprueba la **reforma de los incentivos al empleo** manteniendo el esquema para la discapacidad

El Consejo de Ministros aprobó a principios de este año el real decreto ley de medidas urgentes en materia de incentivos a la contratación laboral, que mantiene el esquema para favorecer la inclusión de las personas con discapacidad en el mercado laboral.

La aprobación de este real decreto llega tras un acuerdo entre el Ministerio de Trabajo y el Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (Cermi), por el que se mantiene el actual sistema de incentivos al fomento del empleo de las personas con discapacidad, dadas sus especiales dificultades de inserción.

El propio Cermi fue quien anunció el pacto con Trabajo, por lo que se mantendrá en su integridad el marco vigente de bonificaciones a la contratación laboral de personas pertenecientes a este colectivo.

El texto suscitó una importante preocupación e inquietud en el sector de la discapacidad el pasado otoño, pues al concluir la fase de consulta pública eliminaba la bonificación del 100% por la contratación de personas con discapacidad que tienen los Centros Especiales de Empleo (CEE),



cuya plantilla por ley debe superar el 70% de integrantes de este colectivo.

Derogar la legislación actual ponía en riesgo el trabajo directo de casi 100.000 personas contratadas en este tipo de entidades y las dejaba en situación de absoluta vulnerabilidad, según reconocieron a Servimedia fuentes del sector.

Tras el acuerdo entre Trabajo y el Cermi, organizaciones de personas con discapacidad y sus familias, Tercer Sector, sindicatos e incluso la propia Dirección General de Discapacidad del Gobierno de España expresaron su satisfacción y alivio.

## Nueva **Unidad de Enfermedades Neuromusculares**



Desde el pasado mes de septiembre se encuentra operativa en el Centro de Especialidades Inocencio Jiménez de Zaragoza una unidad multidisciplinar destinada a la atención integral pionera y de referencia para atender la patología neuromuscular compleja.

Un grupo de profesionales de Neurología, Neumología, Endocrinología y Rehabilitación de los hospitales Miguel Servet, Clínico Lozano Blesa y Royo Villanova forman parte de esta unidad, donde se tratan patologías neurológicas que afectan a los músculos, a los nervios o a las neuronas que controlan esos músculos.

Con una misma cita, el paciente que acude a la consulta multidisciplinar pasa por las consultas de los diferentes especialistas y evita hacer varios desplazamientos.

Según el Plan de Atención para las personas con Enfermedades Neuromusculares del Gobierno de Aragón, unos 2.300 pacientes sufren una enfermedad neuromuscular. De ellos, un centenar padecen Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA).

## El Rabal reconoce la labor de Fundación Dfa

La Junta Municipal El Rabal concedió el pasado mes de diciembre el reconocimiento al Mérito Social a Fundación Dfa por su trayectoria de más de 45 años trabajando con, por y para las personas con discapacidad. El pleno extraordinario, celebrado en el Centro Cívico Distrito14, ubicado en la antigua Estación del Norte, estuvo marcado por los homenajes y las distinciones.

La presidenta de Fundación Dfa, Marta Valencia, recogió el galardón en nombre de la entidad de manos de la presidenta de la junta, Lola Ranera.

Valencia agradeció la concesión de este premio porque «nos identificamos mucho con la filosofía de este barrio tan tradicional de Zaragoza. Ahora vemos un urbanismo amable para que los vecinos y vecinas disfruten de sus entornos».

Entre otros, el restaurante Gente Rara, el grupo musical Distrito 14, la exatleta Isabel Marcías, el historiador Alberto Sabio y la banda Dixie Rue del Percebe y el vecino Bienvenido Buil fueron galardonados. Hubo mención especial para las asociaciones vecinales del Picarral, Tío Jorge Arrabal, Vadorrey, La Jota y barrio Jesús.



## Fundación Dfa renueva su sello RSA



En Fundación Dfa estamos desde hace tiempo comprometidos con la responsabilidad social, la sostenibilidad, los diez Principios del Pacto Mundial de Naciones Unidas y los Objetivos de Desarrollo Sostenible del Milenio.

En esta línea, hemos sido reconocidos de nuevo, como ya ocurriera hace un año, con el Sello RSA otorgado por el Instituto Aragonés de Fomento dentro del Plan de Responsabilidad de Aragón, basado en cuatro conceptos principales: sensibilización, compromiso, formación y transparencia.

Se trata de un reconocimiento no solo a lo ya realizado, sino también al compromiso con las buenas prácticas, la transparencia, y una sociedad más justa, inclusiva, sostenible y responsable.

Este Plan RSA, elaborado por el Gobierno de Aragón, pretende llegar al mayor número posible de autónomos y autónomas, pymes, grandes empresas y entidades no lucrativas sin excluir a ningún colectivo, difundiendo los principios de la responsabilidad social de manera que vayan calando entre el tejido empresarial de Aragón.

Todas las entidades participantes tienen la obligación de adquirir un compromiso con los principios de responsabilidad social.

## Carmen París muestra su cara más solidaria en la ULME del Miguel Servet

La Unidad de Lesionados Medulares (ULME) del Hospital Miguel Servet recibió en diciembre una visita muy especial. Allí estuvo presente la cantante Carmen París para ofrecer una breve pero íntima actuación.

La cantante y compositora, acompañada de su teclado y de su guitarrico aragonés, proyectó su inconfundible voz ante un público entregado. Como es habitual, pacientes, acompañantes y personal sanitario disfrutaron de un rato diferente y divertido que no se quisieron perder parte del equipo sanitario y del personal voluntario de Fundación Dfa.

Carmen París mostró su lado más solidario al ofrecer su pequeño regalo a unas personas que, alejadas de su entorno familiar y en situación difíciles, lo supieron agradecer.

Unos días antes, el 13 de diciembre, fue Maracaibo el que consiguió captar la atención. El grupo musical dedicó par-



te de su tiempo, como ya es habitual, a las personas con lesiones medulares ingresadas en el Hospital Miguel Servet.

La llegada de la pandemia provocó la suspensión de unas actividades que la entidad organiza a través de su voluntariado en colaboración con la ULME, pero que se volvieron a retomar el pasado mes de mayo. Desde 2015, año en el que surgió la colaboración entre Fundación Dfa y la ULME, las personas con lesión medular que participan en las diferentes sesiones han disfrutado de multitud de actividades y actuaciones de diferente género.

An advertisement for Graficas Alzate. The main graphic is a white banner with the text "Queremos darte una buena impresión" in a stylized font. "buena" is in red, "impresión" is in black, and "Queremos darte una" is in black. The banner is decorated with colorful circular patterns. In the background, there is a photograph of the Graficas Alzate building, a modern glass-fronted structure. The company logo, "GRAFICAS ALZATE", is visible on the building. At the bottom left of the banner, there is contact information: "Pol. Comarca 2, Calle A, Nave 49", "31191 Esparta de Galar (Navarra)", "T.948 321 180 - F.948 321 121", and "graficasalzate@alzate.es". At the bottom right, the website "www.alzate.es" is displayed, along with two small circular logos.

## Alumnado y profesorado de los Programas de Cualificación Inicial (PCI) dan la bienvenida a **Halloween**



La celebración de la fiesta de Halloween se adelantó en las instalaciones del Edificio Josemi Monserrate con la particular celebración del profesorado y el alumnado de los Programas de Cualificación Inicial de Fundación Dfa.

Los 40 chicos y chicas que cursan los itinerarios profesionales de auxiliar de servicios administrativos y de auxiliar de arreglos y adaptaciones de artículos textiles cambiaron sus atuendos habituales por otros más perversos. A los juegos, risas y mucho miedo se unieron las profesoras, convertidas en la perfecta imitación de Miércoles, el personaje de 'La familia Addams'.

Además, los alumnos y alumnas de la rama de textil aprovecharon su formación para decorar un pasillo de las instalaciones del centro de formación con algunas de sus creaciones más tenebrosas.

Los PCI son formaciones regladas equivalentes al Grado Básico. El objetivo de este alumnado con discapacidad y/o necesidades educativas especiales es alcanzar competencias profesionales para la obtención de un certificado de profesionalidad de nivel 1.



## Pasaje del terror en el **centro ocupacional**

El Centro Ocupacional de la Fundación Instituto para la Integración Social (FIIS) exhibió su lado más tenebroso con motivo de la fiesta de Halloween. Sus trabajadoras encarnaron a unos seres del inframundo y crearon el particular pasaje del terror con una ambientación de miedo.

El habitual comedor se transformó en una oscura gruta del horror en el que los usuarios y usuarias debían enfrentarse a personajes poco amigables que bien podían ser protagonistas de algunas de las películas más clásicas del cine de terror.

Al centro ocupacional, en aras a lograr su integración social y laboral, acuden 35 personas con discapacidad intelectual leve y/o moderada.



## El mercadillo solidario, en el Centro Ocupacional de FIIS



El Centro Ocupacional de la Fundación Instituto para la Integración Social (FIIS) organizó su propio mercadillo solidario. Por espacio de unas horas, los usuarios y usuarias, con el acompañamiento de las trabajadoras, compartieron momentos con los familiares, que pudieron comprar los diferentes trabajos expuestos: llaveros, bolsas, regalos, textiles, postales, etc.

Las risas y el buen ambiente se trasladaron hasta en el 'photocall' fabricado para la ocasión, donde usuarios y usuarias, personal del centro y familiares y amigos compartieron protagonismo frente a la cámara.

La jornada sirvió para dar a conocer la labor del centro, que está destinado a la atención de personas con discapacidad intelectual límite-ligera y que facilita la normalización social e integración laboral de los usuarios y usuarias que acuden cada día. Trabajan en el desarrollo de sus capacidades y aprendizaje de labores no productivas y realizan actividades de ocio y tiempo libre que favorecen la comunicación, las relaciones personales y el conocimiento del entorno.

## El rastrillo vuelve a Rey Fernando

La cita, interrumpida durante los dos últimos años por culpa de la pandemia, regresó a la sala del centro de día. La principal novedad fue la participación de los chicos y las chicas de entre 21 y 25 años con diferentes discapacidades que forman parte del proyecto 'Más 21'.

Allí se expusieron y vendieron los productos y trabajos fabricados a lo largo del año por parte de residentes y usuarios del centro de día. El esfuerzo de todos y todas resultó un éxito, ya que los diferentes presentes y obsequios tuvieron una gran aceptación.



 Adaptamos vehículos para personas con discapacidad

**Talleres**  
**SAN CRISTÓBAL**



Distribuidor: 

AYUDAS A LA CONDUCCIÓN  
ACELERADOR ELECTRÓNICO  
EMBRAGUE ELECTRÓNICO  
FRENO DE MANO ELÉCTRICO  
INVERSOR DE ACELERADOR  
POMO AL VOLANTE  
AYUDAS AL TRANSPORTE




Tel. y Fax: 976 31 78 11  
c/ Escultor Palao, 1, 50.017 Zaragoza

[www.talleressancristobal.es](http://www.talleressancristobal.es)  
[tasancristobal@hotmail.com](mailto:tasancristobal@hotmail.com)

## Reale Foundation, ATAM, el Ayuntamiento de Jaca y Carmen Bastón, premiados en los Zangalleta

Reale Foundation, ATAM, el Ayuntamiento de Jaca y Carmen Bastón Rial recibieron el 6 de abril los premios Zangalleta 2022 de Fundación Dfa. Alrededor de un centenar de personas se dieron cita en la Sala de la Corona del Edificio Pignatelli. La sede del Gobierno de Aragón acogió la XXVII edición de estos galardones que se entregan en reconocimiento de la labor de personas, colectivos 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, fue la encargada de conducir una emotiva ceremonia que arrancó con el discurso inaugural 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».



## El Festival Fin de Curso, presencial de nuevo

El tradicional Festival Fin de Curso regresó en junio a su fisonomía habitual. El acto organizado por el Centro de Actividades Socioculturales recuperó su espacio en el centro municipal de convivencia para mayores Laín Entralgo de Zaragoza.

El festival reunió a 36 personas con discapacidad física e intelectual. La temática giró en torno a la vuelta al mundo. Los bailes, las risas y el buen ambiente que desprendían los protagonistas atraparon a un público entregado. Hubo tiempo para brindar un sonoro aplauso al equipo de voluntariado.

El festival es una iniciativa enmarcada en el proyecto de promoción del asociacionismo juvenil del Instituto Aragonés de la Juventud.

## El 20% de los mayores aragoneses se sienten solos



El IASS reforzó 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, tras la realización del estudio por parte de Fundación Dfa 'Redes de apoyo social para personas mayores' y el análisis de los datos de uso del Teléfono del Mayor en 2021 (900 25 26 26).

El trabajo, para el que se realizaron 1.189 encuestas a mayores, 13 entrevistas en profundidad (a mayores y expertos) y dos grupos de discusión, concluyó 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.

Respecto al estudio de redes, Isabel Calvo, coautora de este trabajo encargado por el IASS, indicó que «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».

## Almudévar y Escatrón apuestan por la accesibilidad



La presidenta de Fundación Dfa, Marta Valencia, y el alcalde de Escatrón, Juan Abad, firmaron en junio un convenio de colaboración en representación de la entidad y del Consistorio del municipio de la Ribera Baja del Ebro. La finalidad de este acuerdo suscrito era la elaboración de un estudio para la eliminación de barreras arquitectónicas en los espacios públicos.

Por otro lado, el departamento de Accesibilidad 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.



**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**



# Hacia un nuevo modelo de autonomía personal

El proyecto 'Rumbo' pretende promover soluciones innovadoras que favorezcan la vida independiente de las personas con discapacidad



La Delegación del Gobierno en Aragón acogió en diciembre la presentación del proyecto 'Rumbo' –junto con el proyecto 'Mi casa'– impulsado por las principales organizaciones del sector social de la discapacidad con financiación del Ministerio de Asuntos Sociales y Agenda 2030 a través de los fondos NextGenerationEU. El objetivo es promover soluciones innovadoras que favorezcan la vida independiente de las personas con discapacidad, con los apoyos necesarios para su autonomía personal y participación social.

La delegada del Gobierno, Rosa Serrano, recalcó que estos planes suponen «lograr que las personas con discapacidad puedan vivir más integradas en la sociedad es abrir una ventana de par en par a su felicidad, a su desarrollo integral y a sus posibilidades de relacionarse con los demás».

Cocemfe Aragón y Aspace Aragón, al frente del desarrollo del proyecto 'Rumbo' en la comunidad aragonesa, explicaron que el objetivo es implementar un nuevo modelo de

apoyo a la autonomía personal de personas con discapacidad física, orgánica y con parálisis cerebral, mediante la combinación de servicios y recursos que faciliten formas de vida inclusivas en condiciones de seguridad, accesibilidad y bienestar.

Enric Soley, secretario general de Cocemfe Aragón, señaló que «estamos ante una oportunidad magnífica de mejorar la vida de muchísimas personas con discapacidad. Se busca 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, a partir de ahora lo puedan hacer con seguridad y tranquilidad tanto para ellas como para sus familias».

Soley explicó que se trabaja «en un servicio de dos viviendas de transición a la vida independiente, que no está incluido en el actual catálogo de Servicios Sociales y es fundamental para fomentar la desinstitutionalización».



Cocemfe Aragón también pondrá en marcha servicios socio-sanitarios para 40 personas del medio rural.

Francisco Ratia, en representación de la Confederación Aspace y Federación Aspace Aragón, señaló que «el reto es mayor para las personas con pluridiscapacidad y mayores necesidades de apoyo, como es el caso de nuestro colectivo, y por eso estamos volcados en promover un cambio de cultura que respete su autonomía y capacidad de decisión».

En el proyecto 'Rumbo', que cuenta con una inversión a nivel nacional de más de 10,5 millones de euros, participan cinco organizaciones estatales del sector social de la discapacidad junto a su tejido asociativo: Cocemfe, Fedace, Aspace, Predif y la Confederación Autismo España.

### «Mi casa, una vida en comunidad»

El proyecto 'Mi casa' apuesta por promover la transición de los entornos residenciales tradicionales hacia viviendas integradas en la comunidad con un nuevo modelo de cuidados y apoyos individualizados para lograr una verdadera inclusión de las personas con discapacidad intelectual.

Estos proyectos reciben más de 3 millones del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia: 2,5 millones son gestionados por Plena Inclusión; Cocemfe Aragón cuenta con 499.999,78 €, en el caso de Aspace, son 116.819,15 €.



### EN CIFRAS

## 499.999,78 €

ha recibido Cocemfe Aragón para implementar el nuevo modelo de apoyo a la autonomía personal de personas con discapacidad física y orgánica.

## 116.819,15 €

gestionará Aspace en su plan dirigido a mejorar la autonomía de las personas con parálisis cerebral.

5 entidades participan en el proyecto 'Rumbo' a nivel estatal: Cocemfe, Fedace, Aspace, Predif y la Confederación Autismo España.

## Plan de Formación para el Empleo en Aragón



Por los centros de formación Pomarón y Vadorrey de Fundación Dfa pasaron en 2022 un total de 668 alumnos y alumnas. Parte de la oferta formativa impartida por la entidad estuvo dirigida a personas con discapacidad. De hecho, 297 personas tenían reconocido un grado igual o superior al 33%.

Dentro del Plan de Formación para el Empleo de Aragón del Inaem, Dfa desarrolló 21 cursos conducentes a certificados de profesionalidad dirigidos a personas desempleadas. Cursaron sus estudios 286 personas, de las cuales 80 tenían algún grado de discapacidad.

Además, como viene siendo habitual, se gestionaron los talleres de empleo DFASISTE II y FIIS T-Cuida, impulsados por Fundación Dfa y FIIS (Fundación Instituto para la Integración Social) en las especialidades de 'Atención Socio-

nitaria a Personas Dependientes en Instituciones Sociales' y 'Atención Sociosanitaria a Personas en el Domicilio'. Diez personas participaron en cada una de las modalidades.

Los Programas de Cualificación Inicial de Formación Profesional reunieron, como lo vienen haciendo cada año, a 40 jóvenes de entre 16 y 21 años. Por otro lado, la Formación Inicial para Personas Adultas contó con un alumnado de 35 personas.

La oferta se completó con más acciones formativas diseñadas por el Inaem y cursos de diferentes especialidades.

 **668** alumnos/as

## Acción Social del Ayuntamiento de Zaragoza

Dentro de la convocatoria 'Acción Social', financiada por el Ayuntamiento de Zaragoza, Fundación Dfa desarrolla el programa 'Dfa Contigo'. Este proyecto tiene el objetivo de favorecer el proceso de inclusión de las personas con discapacidad física y/o sensorial en la ciudad de Zaragoza, mediante una intervención integral y multidisciplinar, tanto de manera directa con las personas como de forma genérica a través de la sensibilización, la divulgación y la promoción del voluntariado. En 2022 fueron 2.040 personas las que participaron en este proyecto.

Por otro lado, la Fundación Instituto para la Integración Social (FIIS) impulsa el proyecto 'Intervención social para personas con discapacidad intelectual y sus familias', en el que han participado 233 personas a lo largo del año 2022.

 **2.040** participantes

## Programa de la Red de Integración Social de Personas con Discapacidad (ISPEDIS)

El proyecto 'Dfa Inserta' se desarrolla en las tres provincias aragonesas y se enmarca dentro del programa de la Red de Integración Social de Personas con Discapacidad (ISPEDIS), del IASS y cofinanciado por el Fondo Social Europeo. Su objetivo es favorecer la inserción sociolaboral de las personas con discapacidad física y/o sensorial, estableciendo los procesos que mejoren su empleabilidad. A lo largo de 2022, se beneficiaron 240 personas en Zaragoza, 41 personas en Huesca y 30 personas en Teruel: 73 fueron contratadas en Zaragoza, 18 lograron un empleo en Huesca y otras seis

mejoraron la empleabilidad en Teruel. Por otra parte, la Fundación Instituto para la Integración Social (FIIS) también desarrolla el programa ISPEDIS con hombres y mujeres con discapacidad intelectual. 47 personas participaron en esta iniciativa y se suscribieron 19 contratos.

 **311** participantes

## Programas para la Mejora de la Empleabilidad y la Inserción laboral (PIMEI)

A través del Programa Integral PIMEI, Dfaemplea, la agencia de colocación de Fundación Dfa, cerró 2022 mediando en la suscripción de 32 nuevos contratos laborales para personas con discapacidad. El proyecto arrancó el pasado mes de mayo y hasta finales de año contó con la participación de 26 mujeres y 15 hombres.

La agencia de colocación realizó a través del PIMEI 881 intervenciones: entrevistas personales, diseño de itinerarios individuales con tutorías de seguimiento, elaboración de

planes en el proceso de búsqueda de empleo, etc. Estas actuaciones se complementaron con talleres, sesiones grupales y asesoramiento en proyectos empresariales. El programa está cofinanciado por Inaem, Gobierno de Aragón y Ministerio de Trabajo y Economía Social.

 **41** participantes

## Herramientas para tu **Autonomía Personal**

Trabajar en la promoción y mejora de la capacidad funcional es uno de los aspectos fundamentales en la vida diaria de muchas personas con discapacidad física. Ese es también uno de los objetivos de los proyectos 'Herramientas para tu autonomía', que Fundación Dfa desarrolla en las tres provincias aragonesas.

En los centros de rehabilitación y fisioterapia de Dfa, los diferentes profesionales tratan todo tipo de lesiones o patologías físicas, de carácter permanente provocadas por una discapacidad, o las temporales ocasionadas por accidentes o personas en procesos agudos. Existen sesiones individuales donde trabajar en patologías concretas; gimnasio

adaptado y equipado para llevar a cabo rutinas de ejercicios pautados; y un programa de ejercicios destinados al mantenimiento funcional y a la autonomía de personas con discapacidad física o grado de dependencia.

158 personas participaron en 2022 en alguna de estas acciones. El programa se desarrolla a través de la convocatoria de subvenciones del IASS.

 **158** participantes



# 10 años

## de atención a mujeres con discapacidad en Aragón

El aniversario de Amanixer, asociación aragonesa de mujeres con discapacidad, coincide con el rediseño de su identidad visual.

Amanixer celebró en 2022 su décimo aniversario como asociación de mujeres con discapacidad de Aragón. Un momento para reflexionar sobre los logros y desafíos a los que se han enfrentado a lo largo de estos años la entidad y las mujeres aragonesas con discapacidad. Durante la última década, Amanixer ha trabajado incansablemente para promover la igualdad y brindar apoyo a estas mujeres.

Desde su fundación en 2012, la asociación presta servicios para el empoderamiento de las mujeres con el objetivo de crear un espacio de encuentro y fomentar las relaciones, el apoyo mutuo y la creación de redes.

Amanixer nació con el objetivo de dar respuesta a las necesidades de las mujeres con discapacidad que no se veían representadas en el colectivo de personas con discapacidad, ni en el movimiento feminista. Además, desde su creación ha promovido campañas para sensibilizar sobre la importancia de la igualdad y los derechos de las mujeres con discapacidad en todas las esferas de la vida, incluyendo el empleo, la educación, el ocio, la formación... Ha organizado talleres y actividades para empoderar a las mujeres y brindarles herramientas para abogar por sus derechos y necesidades.

Durante 2022, Amanixer apostó por proveer un servicio de apoyo social de manera presencial en Huesca y Teruel, que comparte sede con Fundación Dfa y que ha permitido atender las necesidades de las mujeres con discapacidad que viven en el medio rural.

El apoyo social, servicio esencial de la entidad, ha proporcionado en las tres capitales aragonesas recursos y conexiones para que las mujeres se enfrenten a desafíos y adversidades en sus vidas y ayudarlas a superarlos, así como un impacto positivo en la comunidad y en el tejido asociativo.

Sin embargo, aún hay mucho por hacer en la lucha por la igualdad. Amanixer reconoce que todavía existen barreras y obstáculos que deben ser superados, y se comprometen a continuar liderando la lucha por los derechos y la igualdad para las mujeres. Al mismo tiempo, la entidad mira hacia el futuro con esperanza y determinación, preparada para abordar los desafíos que aún quedan por enfrentar.

## Acto por el 10 aniversario

El pasado diciembre, Amanixer conmemoró el décimo aniversario con un acto en el Centro Joaquín Roncal de Zaragoza junto a usuarias, colaboradoras y entidades y profesionales con las que han trabajado en red durante estos últimos diez años.

Tras unas palabras de Marta Puertas, miembro de la junta de la asociación, se presentó la nueva identidad visual, más moderna, sencilla y accesible, tras un video corpora-

tivo con imágenes de talleres y actividades realizados en el año.

El emotivo día tuvo sorpresas muy emocionantes para todas. Mari Carmen, usuaria y participante del taller literario, junto a Laura Bordonaba, escritora y profesora del mismo, leyó un relato que conmovió a todas las mujeres de la sala. Carmen, Teresa, Sonia, Elisa, Ana y 'Super Jessi' mostraron su trabajo a lo largo del año en el taller de teatro terapia, un taller muy popular y demandado en la asociación. Joshua Guijarro, actor y productor, trabaja en técnicas de teatro que ayudan al empoderamiento de las mujeres con discapacidad en su día a día. La divertidísima actuación de tres de ellas, animo aún más la jornada.

También se pudieron ver las muestras de ganchillo del taller 'Tejiendo redes' que realizan anualmente de la mano de Isabel Toro, trabajadora social de la entidad, y que sirve como punto de encuentro entre mujeres para intercambiar experiencias entre costuras.

Miriam Herrero, presidenta de Amanixer, cerró el acto con un agradecimiento por todos los años compartidos, por la dedicación y apoyo de todas las personas que han formado parte del proyecto, y celebró los logros y avances que han hecho juntas.

## Nueva identidad visual

Amanixer estrena nueva identidad visual y el rebranding se presentó coincidiendo con el 10 aniversario. Más allá de un nuevo logo, la asociación renueva papelería, soportes visuales y elementos gráficos, en consonancia con la página web, que fue relanzada en 2021.

Con los cambios introducidos, Amanixer presenta una identidad más dinámica, cercana, accesible, fácil de recordar, moderna y sencilla. Ahora, con la personalidad propia de la asociación cobra movimiento y potencia ese amanecer que lleva por nombre.

### Asociación Amanixer

Saiz de Otero, 10. 50018 Zaragoza  
Teléfono: 682 728 686  
info@amanixer.es  
www.amanixer.es

# Empresas que premian tu solidaridad

Más de 70 establecimientos te ofrecen descuentos y condiciones ventajosas en sus productos y/o servicios. Tan sólo debes presentar la tarjeta que te acredita como colaborador o colaboradora de Fundación Dfa

## Fundación Dfa

### Instituto Ortopédico

Servicios de venta y alquiler de ayudas técnicas para resolver problemas de autonomía personal, reparación, trabajos técnicos ortoprotésicos y realización de plantillas, entre otros.

10% de dto en todos los productos y servicios.

### Asesoría

Apoyo técnico en aspectos que requieran de asesoramiento jurídico. Descuentos entre el 8 y el 17%, en función del servicio y la antigüedad del colaborador/a, en juicios por incapacidad o grado de discapacidad, peritaje médico o incapacitación civil, entre otros.

### Centros de Rehabilitación

Ofrecemos atención personalizada, con servicios de fisioterapia y rehabilitación, asesoría y orientación psicológica, logopedia, educación infantil, psicomotricidad, atención temprana y postemprana. A partir del 15% de descuento en función del tratamiento y de la antigüedad del colaborador/a. A partir del 25% de descuento en clases de 'Espalda sana'.

### Ayuda a domicilio

Ofrecemos un servicio de calidad y adaptado a las necesidades de cada persona, cuidando de su salud, ayudándole en el hogar o acompañándole en las tareas cotidianas, facilitándole así la vida diaria.

10% dto. para personas con discapacidad.

### Centro de Formación

Programa acciones formativas –regladas y ocupacionales– dirigidas a personas con y sin discapacidad, tanto en activo como en situación de desempleo. 50% de descuento en preparación de oposiciones para Personal de Servicios Auxiliares del Gobierno de Aragón (plazas para personas con discapacidad).

### Teleasistencia

Proporcionar una mayor independencia y autonomía a todas las personas que lo necesiten, con o sin discapacidad, garantizando una atención personalizada las 24 horas del día y todos los días del año ¡Dentro y fuera de casa! Vive Libre Teleasistencia domiciliaria en el hogar y Vive Libre Movilidad en el móvil. Consulta condiciones especiales.

## Autoescuelas

### Grupauto

50€ de descuento en los gastos de tramitación de tu permiso de conducir. Descuento aplicable solo en la tramitación del primer permiso.

## Centros Auditivos

### Gaes Soluciones Auditivas

Descuento del 35% en la adquisición de prótesis auditivas para personas asociadas y trabajadoras y 25% para familiares directos. 20% descuento en sistemas de comunicación. 30% en protección auditiva. Revisión gratuita.

### Centro Auditivo Aural

Revisiones auditivas gratuitas. 10% de dto. en audífonos, ayudas técnicas, accesorios y moldes.

### Oirnatur Centros Auditivos

30% de descuento en la gama de audífonos Premium. Garantía de 5 años. Seguro de pérdida o robo.

## Clínicas Dentales

### Clínica Dental y Podología Comet

25% de descuento en limpieza bucal.  
10% de descuento en el resto de los tratamientos.  
10% de descuento en podología.

### Inst. Odontológico Zgz

Precio fijo: 22€ higiene bucal + revisión.  
20% dto. en todos los tratamientos.

### Clínica Dental Dr. Pablo Murillo

Revisión y diagnóstico gratuito, limpieza gratuita. Financiación a medida.

### Clínica Dental Dr. Toledo

10% de descuento.

### Centro Dental Funcional

Implantes completos: 800€.  
Limpiezas: 25€. Empastes desde 25€.  
Resto de tratamientos: 25% de descuento.

### Clínica Dehesa

Primera visita, estudio y presupuesto sin coste.  
15% dto. en tratamientos periodontales e implantológicos.

### Clínica Gonzalo de Berceo

15% dto. en todos los tratamientos.  
Revisión gratuita. Presupuesto sin compromiso.

## Floristería

### Flores Lázaro Baeta

10% dto. sobre cualquier producto de floristería.

### Flores Elena

15% dto. en todos los productos.

## Formación

### Academia Cem System

Academia de informática.  
5% dto. en la matrícula.

### Oposiciones Zaragoza

Preparación de oposiciones.  
10% de dto.

## Herboristerías

### Natural Universitas

10% dto. en jaleas, cosmética y fitoterapia.  
5% dto. en alimentación.  
Otros descuentos, consultar.

### Herbolario Vigor

10% dto. en productos específicos.

## Hogar

### Murano. Central De Regalos Aragón

Entre 10% y 15% dto. en iluminación, muebles, regalos y decoración, menaje, textil y espejos (excepto ofertas).

### Caeli

Cortinas, visillos y tejidos para muebles.  
10% dto. no acumulable a otras ofertas.

### Muebles Nebra

10% dto. para todos los artículos, excepto ofertas y rebajas.

### Comercial Artigas

10% dto. no acumulable a otras ofertas.

### Comercial Ferretera Viñas

5% dto. en nuestros productos, salvo trabajos de reformas, carpintería, fontanería, etc.  
No acumulable a otras ofertas.

### D´Orte Ropa de Hogar

10% dto. para todos los artículos excepto periodo de rebajas.

### Noctalia

Hasta un 40% dto. en colchones y somieres.  
Hasta un 20% dto. en el resto de artículos (textil, complementos, almohadas...).

### Justo Pérez Muñoz - Basinox

Pasamanos, barandillas, etc.  
15% descuento para personas colaboradoras de Fundación Dfa.

### Marvi Cocinas y Baños

Descuento adicional del 5% en muebles de cocina, baño, armarios y todos los gremios.  
Financiación hasta 20 meses sin intereses.

### Hyperluz

10% - 15% descuento en iluminación y lámparas decorativas. Excepto ofertas.

### Zaramatel

20% dto. en calefacción eléctrica de bajo consumo y presupuesto en el domicilio sin compromiso.

### SGP Instalaciones

10% de descuento en accesorios, griferías y sanitarios.  
20% de descuento en fontanería y calefacción.  
Gastos de desplazamiento gratuitos para Zaragoza capital.

**Adapta y Reforma**

5% a 10% dto. sobre el precio final de la reforma, dependiendo del tipo de adaptación.

**Electroblancas Aragón**

Revisión de cuadro eléctrico gratis en la primera visita.  
10% descuento en mano de obra. En Huesca y Zaragoza sin coste de desplazamiento (consultar condiciones).

**Moda / Calzado****Alejandro moda**

Obsequio de perfume por la compra de un traje o de ropa de sport por importe superior a 200€, excepto período de descuentos. No acumulable a otras promociones.

**Elio bertino - moda hombre**

10% dto. en todos los artículos, excepto rebajas, ofertas o promociones.

**Mercería El Siglo**

5% dto. en artículos de mercería.  
10% dto. en textil e inscripciones a cursos.  
Oferta aplicable a compras superiores a 10€.

**Mercería la aguja de oro**

5% dto. en todas las compras.

**Motor****Majacristal**

20% dto. en láminas de control solar, parabrisas, espejos, mamparas, cerramiento de galerías, murales, mesas, etc. Todo lo relacionado con vidrios, coche y hogar.

**Mecánica Rápida Plaza**

20% dto. en materiales y mano de obra.  
Descuento aplicable también a personas trabajadoras de Fundación Dfa.

**Taller Midas Cesareo Alierta**

10% dto. en todos los servicios, salvo en neumáticos y piezas de servicio oficial.  
Coche gratuito de sustitución.

**Expotyre**

5% dto. en neumáticos sobre precios netos ofertados.

**Salud****Clínica Montpellier**

Descuentos en urgencias, consultas, radiología, cardiología, ingresos, etc.

**Podología Alejandro Nuñez Trull**

20% en todos los tratamientos.

**Centro Médico Verdú**

10% de descuento y una hora de parking gratuita en los siguientes servicios:  
Certificados médicos para carnet de conducir y otros tipos de certificados médicos, fisioterapia, psicología y medicina estética.

**Seguros****Aegon, asegura el mañana**

10% dto. en seguro de vida, seguro de salud con protección dental o seguro de accidentes.

**Aparjim correduría de seguros**

Precios especiales en seguros del hogar, automóvil, vida, accidentes, comercio, etc.

**MG Seguros - Agencia Delta Axa Seguros**

Trato preferente a colaboradores/as de Dfa.

**Miguel y Uceta**

Rebajamos tu póliza actual en un 15% (auto, hogar, vida, comercio, decesos...).  
Válido también para su seguro del coche, aunque se tenga siniestralidad, como mínimo un decuento del 15% sobre el precio de renovación.

**Servicios funerarios****Pompas fúnebres aragón**

15% de descuento para colaboradores/as de Fundación Dfa, excepto servicios mínimos.

**Albia servicios funerarios**

Cualquier trabajador/a, usuario/a o familiar directo se beneficiará en 300€ de descuento en el total de la factura, o bien una mejora equivalente en el servicio. Siempre que la persona fallecida no tuviese seguro de decesos.

**Ópticas****Centro Óptico y Auditivo Aravisión**

Revisión auditiva gratuita.  
10% Descuento en audífonos.  
Presupuesto sin compromiso.

**Ópticas Blasco**

15% dto. en todos los productos de óptica y audífonos, excepto ofertas y promociones.

**Óptica Visión**

40% dto. en gafas graduadas completas.  
25% dto. en gafa de sol. No acumulable.

### Central Ópticos

40% dto. permanente sobre el P.V.P. de tarifas oficiales de los fabricantes en gafas y lentes graduadas y sol, lentes de contacto y audífonos  
Revisiones gratuitas.  
Parking gratuito en el edificio.  
Sin barreras arquitectónicas y disponibilidad de préstamo de sillas de ruedas.

### Ópticas Pinar

40% dto. en monturas y cristales graduados.

### Peluquerías

#### Peluquería Mixta Shanty's

10% dto. en servicios de peluquería.

#### Peluquería de Caballeros "Córtate"

Local accesible. Corte de pelo para caballero por solo 10€.  
Corte de pelo para jubilados por solo 7€.

### Viajes

#### Viajes Zartravel

5% de descuento sobre cualquier reserva de programa de vacaciones.

### Varios

#### Centro fuji

15 € + IVA el revelado de 100 fotos digitales.

#### Felicití. Los cinco sentidos cocina y baño

5% dto. salvo ofertas o rebajas. No acumulables.

### Fitness basic-fit

Cuota especial convenio 18.90 €/mes (compromiso de 12 meses) + matrícula gratuita.

### Tintorería europa

10% dto. en todo tipo de prendas. Guarda y custodia de prendas y alfombras durante 2 meses gratuito.

### Comte s.C. Informática

5% dto. En la mano de obra de reparaciones de ordenadores o componentes informáticos.

### Makoke stetic. Centro de cuidado personal

10% de descuento a trabajadores/as y colaboradores/as de Fundación DFA en todos los servicios (excepto promociones puntuales).

### Laborda Tabiques Modulares y Aluminio

5% de descuento para personas colaboradoras de Fundación Dfa.

### Perfumería Douglas Zaragoza (Gran Casa)

20% de dto. sobre todos los productos. No acumulable a otras ofertas.

Haciéndose la tarjeta de douglas obtendrá más promociones durante todo el año.

### Superamigos

Sala de alquiler para cumpleaños y celebraciones.  
Al reservar la sala 'superamigos', regalo de 1 hora extra para que tu fiesta sea 'súper'.

### Interdomicilio

Regalo de 2h en la contratación de un servicio de limpieza doméstica de 3h semanales, que se aplicará en el segundo mes de servicio.

### Clínica veterinaria sada

10% de dto. en clínica.  
Servicio de recogida y entrega de la mascota a domicilio sin cargo adicional. Solo zaragoza capital.  
Asistencia a domicilio sin cargo. No acumulable a otras ofertas.

### DESCARGA EL LISTADO DE ESTABLECIMIENTOS COLABORADORES

Escanea este código QR con tu móvil o accede a nuestra web [www.fundaciondfa.es](http://www.fundaciondfa.es) en el apartado 'Colabora/Únete a Dfa', situado en el menú superior.



### CONVIÉRTETE EN ESTABLECIMIENTO COLABORADOR

Si eres propietario/a de un establecimiento y quieres cooperar con una buena causa, no dudes en formar parte de este programa. Contamos con más 6.000 personas colaboradoras. Para más información, llama a Fundación Dfa al teléfono: 976 59 59 59.



## Recetas **dfabula**

# Contramuslo de pollo relleno de verduras y setas con salsa de naranja

Yolanda Luna, jefa de cocina del restaurante dfabula, nos presenta una saludable delicia culinaria con la carne de esta ave como ingrediente principal.

### INGREDIENTES (4 personas)

- 4 contramuslos de pollo deshuesados
- 100 grs de setas (cardo, boletus, trompetilla...)
- 100 grs de judía verde francesa
- 50 grs de pimiento rojo
- 100 grs de cebolla
- Aceite y sal

#### Para la salsa:

- 1 L. de zumo de naranja
- 100 grs de cebolla
- Pimienta negra, aceite y sal.

- **Dificultad:** media
- **Coste:** medio

### PREPARACIÓN

1. Cocemos las judías al vapor dejándolas al dente. En una sartén rehogamos los pimientos y la cebolla cortando todo en dados pequeños (mirepoix). Una vez pochada la mezcla, añadimos las judías verdes y las setas, cortadas a mano para que no se oxiden.
2. Cocinamos hasta que estén hechas, salpimentamos y reservamos.
3. Salpimentamos y freímos los contramuslos por ambos lados.
4. Rellenamos los muslos con las verduras y setas, y hacemos un rollito clavando un palillo para que no se abra.
5. Para elaborar la salsa, pochamos la cebolla muy despacio, añadimos el zumo de naranja y dejamos reducir. Trituramos y pasamos por un chino para evitar cualquier resto de pulpa de la naranja en la salsa.
6. Servimos emplatando un rollito de contramuslo por persona y salseando el pollo con la salsa de naranja, junto con unas patatas panaderas.



**Bar Restaurante dfabula**  
José Luis Pomarón, 9. 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](http://www.fundaciondfa.es)

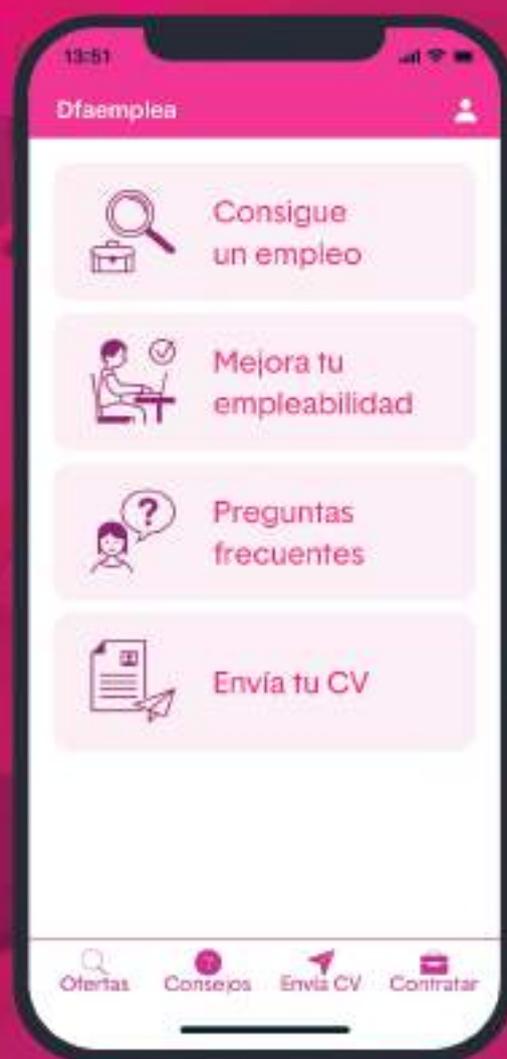
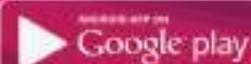


# Dfaemplea

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:

