



Plena inclusión Cabeza del Buey 2023

Contenidos



03	Carta del Presidente
04	Quienes Somos
05	Personas Atendidas
06	Recursos Humanos
07	Voluntariado
08	Reflexión Ética
09	Mejoras y Alianzas
10	Formación y Empleo
11	Deporte y Bienestar
12	Centrados en las Personas

13	Arte y Cultura
14	Accesibilidad Cognitiva
15	Salud y Bienestar
16	Ocio y Diversión
17	Grupo de Líderes
18	Envejecimiento Activo
19	Comunicación
20	Centrados en las Familias
21	Sensibilización
22	Galería de Imágenes.





Carta del Presidente

Queridos amigos y amigas de Plena inclusión Cabeza del Buey.

Me vuelvo a dirigir a vosotros, en esta segunda etapa como Presidente, tras la elección de la nueva junta directiva el pasado mes de diciembre del año que ahora recogemos en esta memoria.

Nos unimos como directiva a este proyecto, con la intención de seguir construyendo nuestro camino en Plena inclusión Cabeza del Buey.

Nuestros retos siguen siendo los mismos de siempre, cumplir la Misión que tenemos compartida, que es mejorar la vida de todas las personas con discapacidad intelectual y de sus familias, de la mano de todas las personas que formamos esta asociación, tales como trabajadores, voluntarios, y comunidad.

Debemos tener conciencia de que somos una asociación en constante evolución, con retos constantes para mejorar, y que necesitamos seguir formándonos todos.

Este avance se consigue en un ambiente de diálogo y predisposición a solucionar los problemas que, seguro, surgirán diariamente, pero que entre todos seremos capaces de avanzar hasta conseguir mejorar la vida de nuestros familiares.

Os presentamos, con la misma ilusión de siempre, un resumen de lo que ha sido el año 2023 para nuestra asociación.

Gracias por seguir formando parte de este proyecto.

Atentamente,

Marcelino Sánchez Sereno

Quienes Somos



Misión

Contribuir, desde un compromiso ético, con los servicios y apoyos necesarios, para que cada Persona con Discapacidad Intelectual y/o del desarrollo, y cada familia, desarrollen sus proyectos de calidad de vida, en un marco del ejercicio de sus derechos y de inclusión social.



Visión

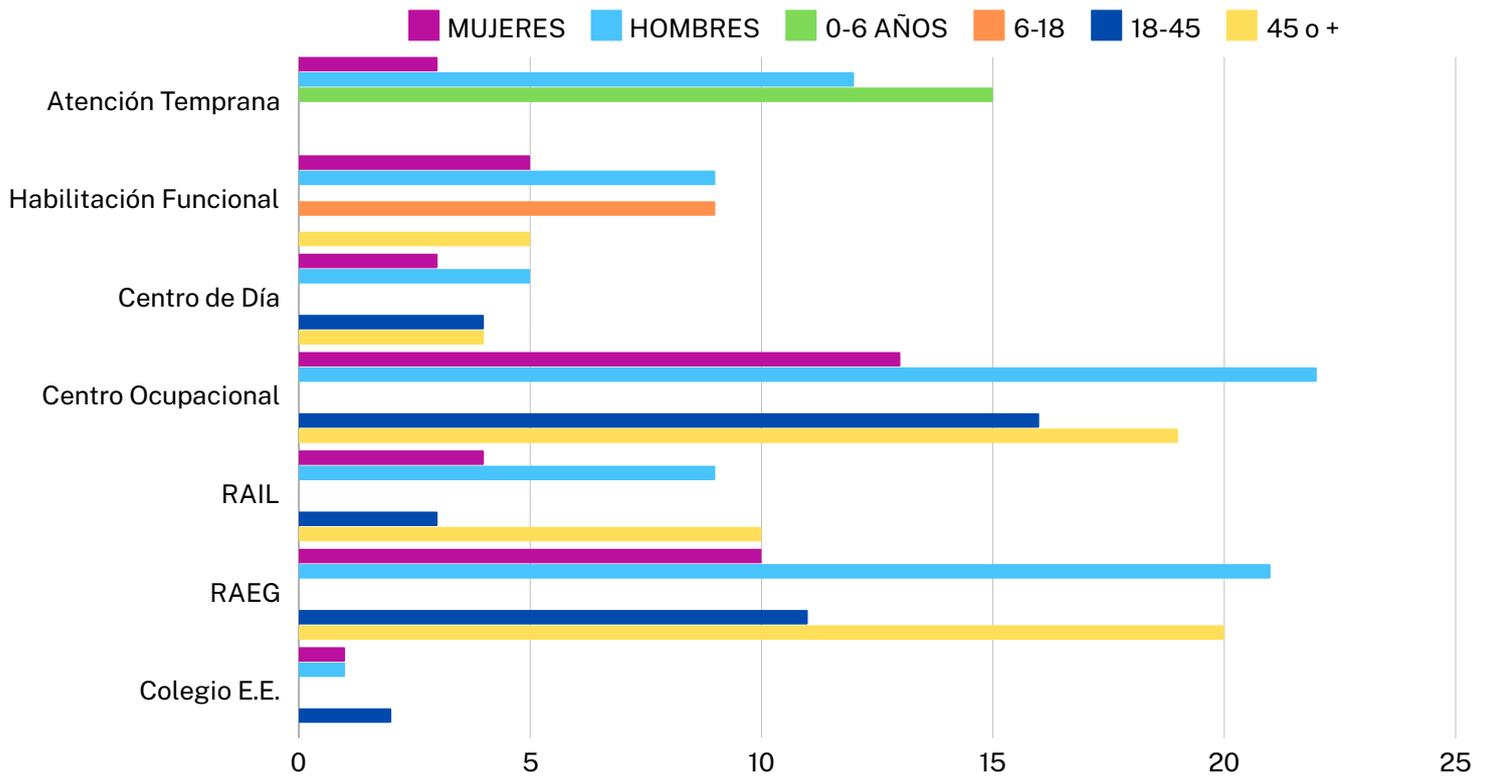
Ser una organización cohesionada, comprometida desde la ética, con los proyectos de calidad de vida de cada Persona con discapacidad Intelectual y de cada familia, orientada a la excelencia, siendo un referente social.



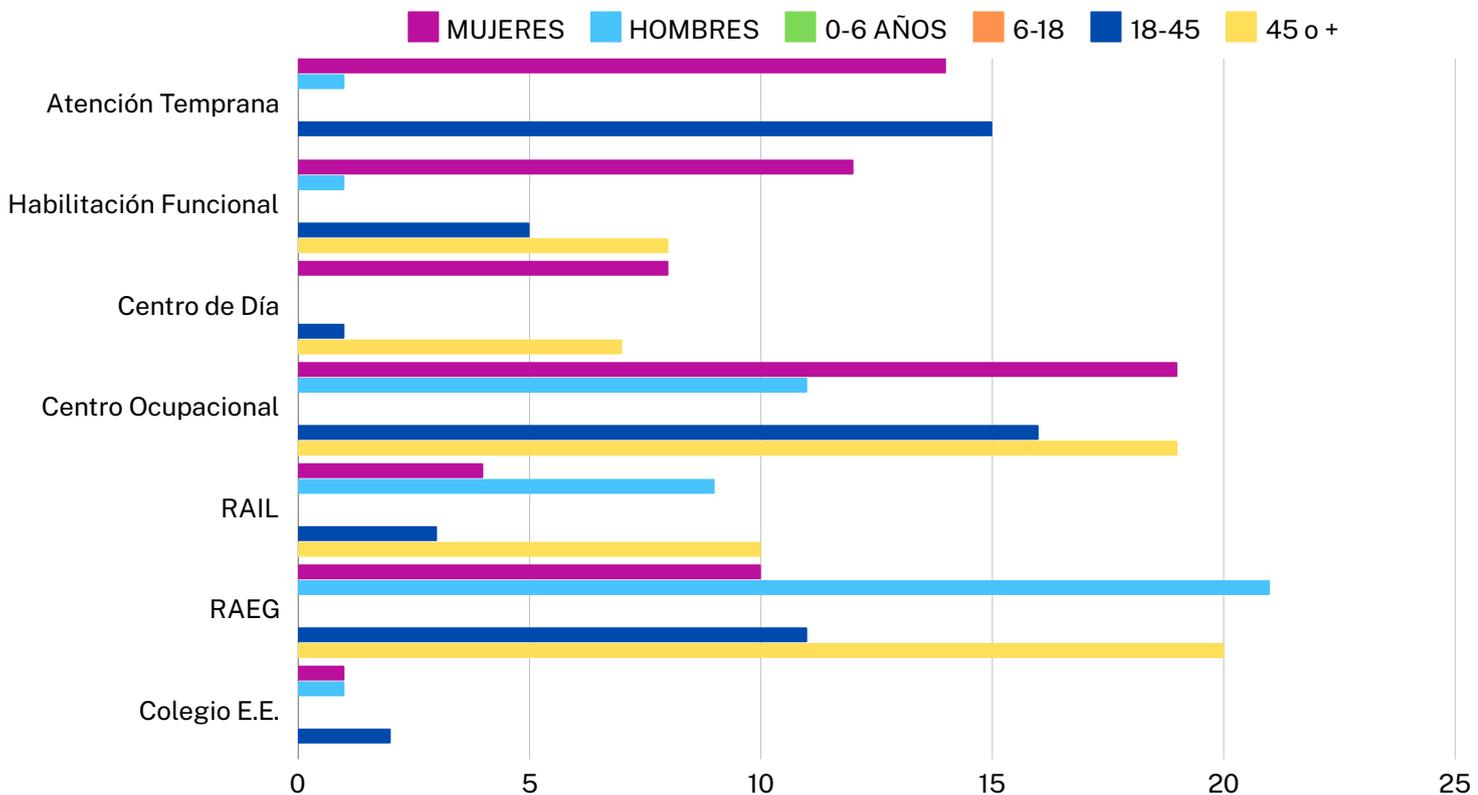
Valores

- Solidaridad
- Transparencia
- Trabajo en equipo
- Confianza
- Eficiencia
- Calidad
- Participación

Personas Atendidas

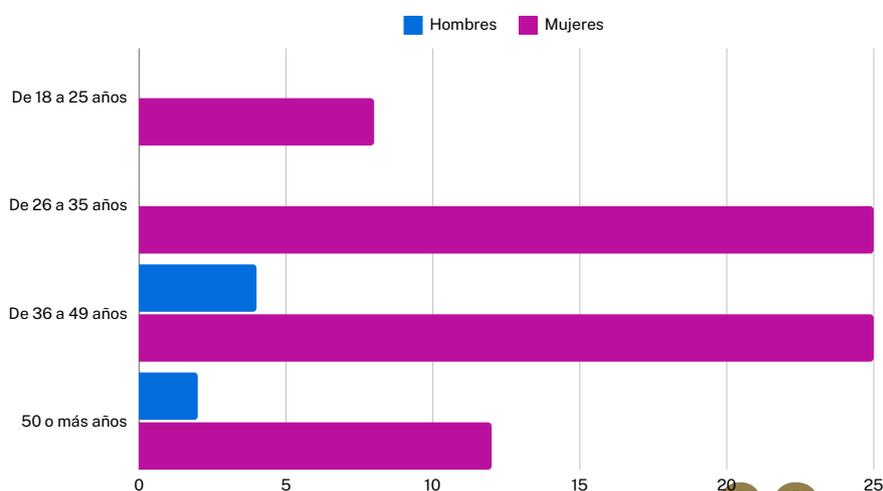
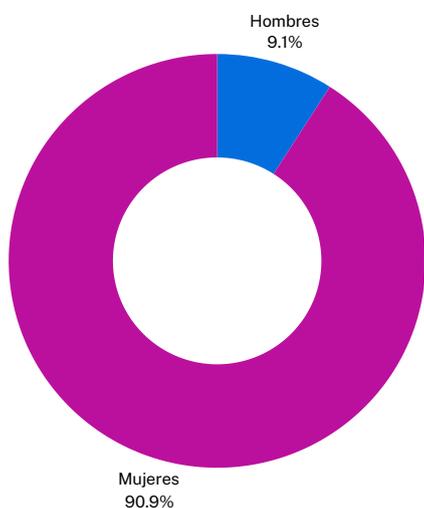
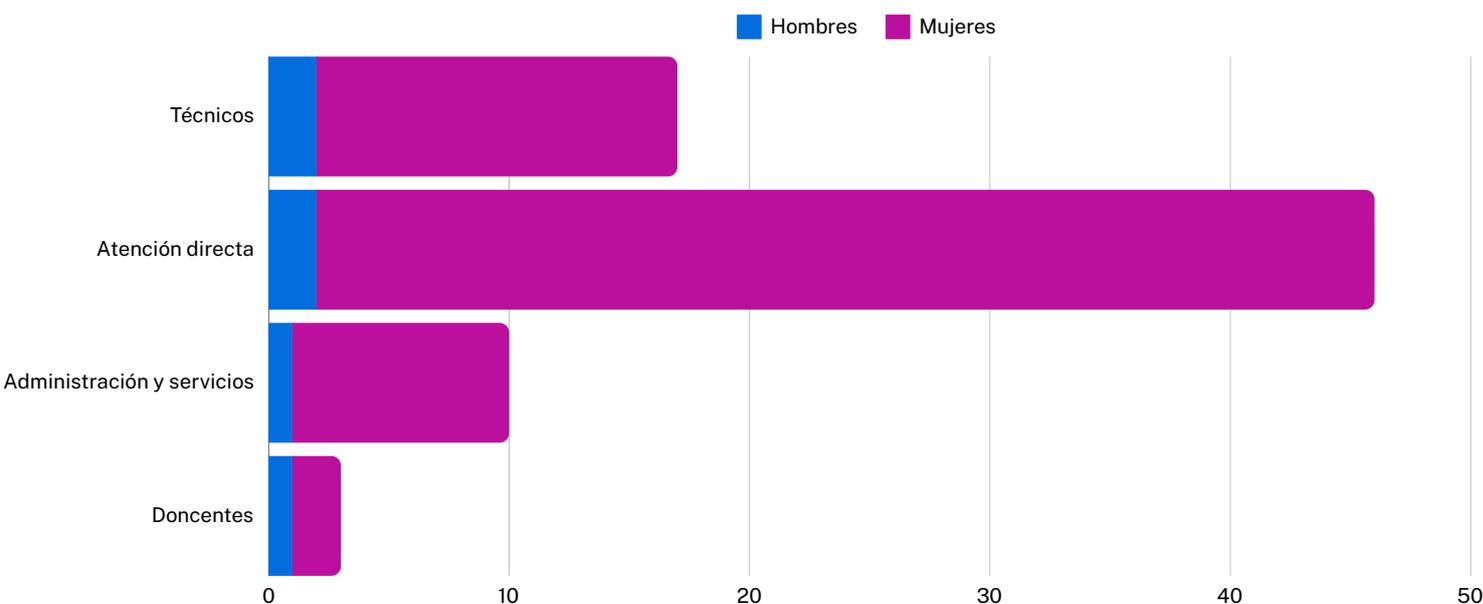
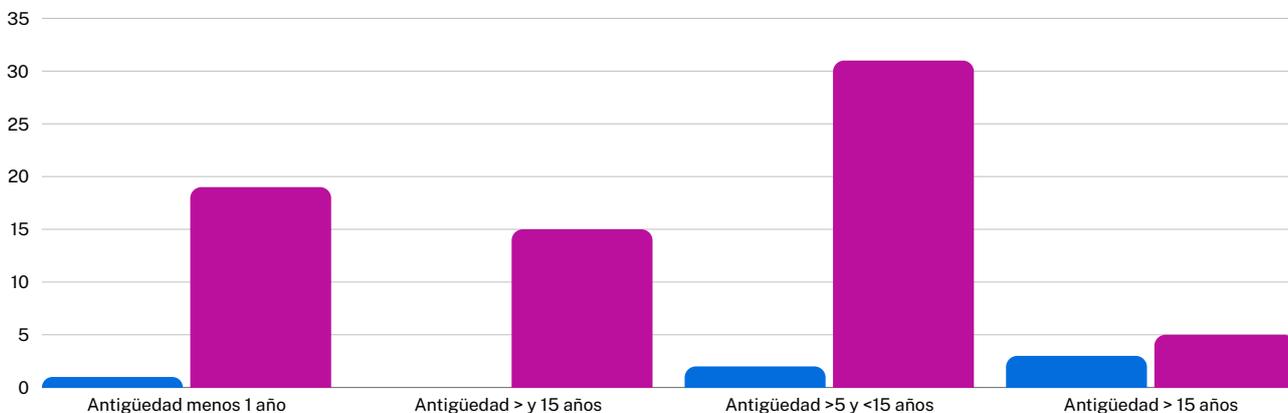


Familias Atendidas



Recursos Humanos

Contamos con un total de 76 profesionales para llevar a cabo todas nuestras acciones, además de otros 6 profesionales del Centro Especial de Empleo Asproíntegra, que lleva a cabo la limpieza de nuestras instalaciones.



“Mucha gente pequeña, en lugares pequeños, haciendo cosas pequeñas, pueden cambiar el mundo” Eduardo Galeano.

- **33** personas informadas sobre nuestro modelo de voluntariado.
- **26** personas formadas sobre nuestro modelo de voluntariado.
- **4** nuevos voluntarios.
- **24** posibles nuevos voluntarios a la espera de definir actividades y coordinarlo.
- **5** nuevas actividades basadas en gustos e intereses de los usuarios de las cuales 4 son actividades comunitarias.
- **23** personas de la comunidad participan de forma inclusiva en nuestras actividades.
- **23** personas con discapacidad de la entidad empiezan a realizar actividades de su interés en la comunidad.
- El **100%** de los usuarios y de sus familias están satisfechos con las actividades propuestas y el funcionamiento de las mismas.



NUEVAS ACTIVIDADES GRACIAS A NUESTROS VOLUNTARIOS

CLUB DE LECTURA
FÁCIL EN
MONTERRUBIO DE
LA SERENA

HUERTA

MINDFULNESS

Objetivos 2024:

- Mantener las actividades que se realizan hasta el momento.
- Incorporar al menos el 50% de los voluntarios inscritos en actividades comunitarias.

REFLEXIÓN ÉTICA

Lo importante no es solo lo que hacemos, sino sobre todo, cómo lo hacemos

En los primeros meses del año pusimos en marcha un **proceso de reflexión-formación-acción**, donde un grupo de 25 personas entre profesionales y Personas con discapacidad hemos tenido 3 sesiones de trabajo presenciales y 1 online.

En estos equipos hemos reflexionado sobre lo que consideramos buenos apoyos y personalización, y pusimos en marcha 3 **micro proyectos** para trabajar la confianza, la comunicación y la personalización e ir desplegando estos aprendizajes en la asociación.

Gracias al proyecto de **Normalización**, disponemos ya de píldoras formativas en vídeo de elaboración propia, para desplegar nuestros modelos y nuestra cultura.

Hemos seguido **defendiendo nuestros derechos y la igualdad de oportunidades**:

- Acuerdo con el Ayuntamiento de Cabeza del Buey para celebrar e iluminar edificios oficiales en el Día del Autismo.

- 6ª Encuentro de Mujeres de Plena inclusión de Extremadura
- Marcha “Caminando por la Inclusión”, el día 2 de diciembre de 2023
- Difusión proyecto “Activistas por la Plena” en colaboración con el Ciclo formativo de Integración Social

Seguimos apostando por modelos de trabajo donde las prácticas profesionales, los estilos de apoyo y los factores culturales estén alineados por el **Buen Trato**.

Por ello para la elaboración de nuestro **decálogo** de Buen trato hemos creado un grupo de reflexión, formado por personas con discapacidad y profesionales, que lo elaborará y planificará el despliegue de este en términos de comunicación, sensibilización y formación a lo largo del próximo año.



Mejoras y Alianzas

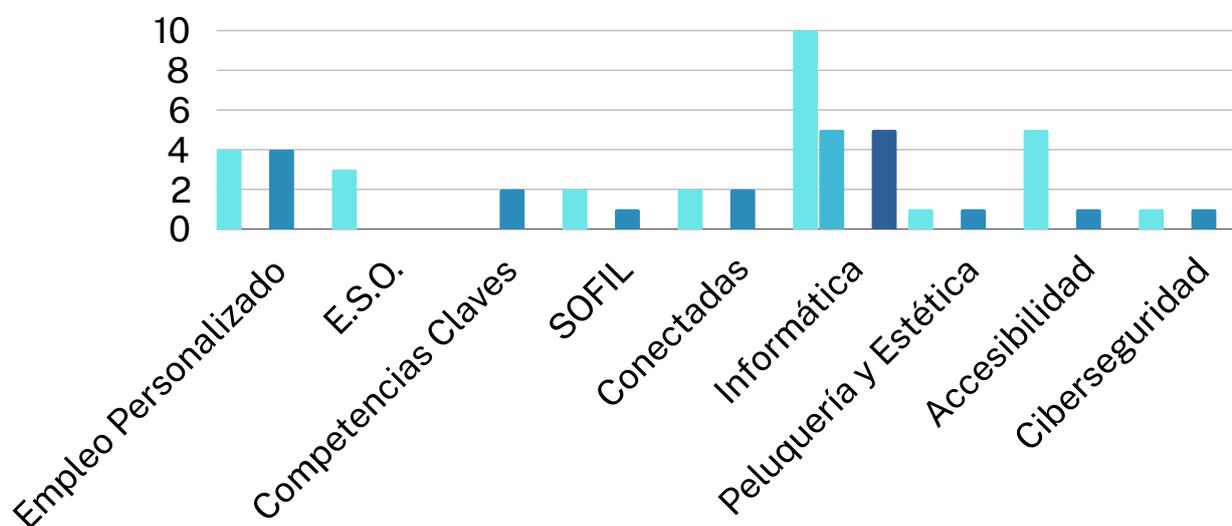
NUESTROS LOGROS NOS IMPULSAN

	✓		✓
SOCIOS NUEVOS	33	ACTUALIZACIÓN DE PROTOCOLOS	3
VOLUNTARIOS NUEVOS	5	RENOVACIÓN DE CONCIERTOS	1
PERSONAS EN PRÁCTICAS	11	RENOVACIÓN ACREDITACIÓN SANITARIA	1
CONTRATOS INDEFINIDOS	2	AUMENTO DE PLAZAS	7
CONTRATOS NUEVOS	5	NUEVOS USUARIOS	17
CONVENIOS NUEVOS	8	REALIZACIÓN DE WEB	1
PROYECTOS APROBADOS	4	HORAS DE FORMACIÓN OFRECIDAS A PROFESIONALES	350



Formación y Empleo

NOS HEMOS FORMADO UN TOTAL DE 22 PERSONAS CON DISCAPACIDAD



● EMPLEO PERSONALIZADO

En 2023 terminamos el proyecto de empleo personalizado a cargo del Ministerio de Inclusión, Seguridad Social y Migraciones en el marco del Plan de Recuperación y Resiliencia Next Generation, subvencionado por el IRPF Estatal y coordinado por la Secretaría General de Objetivos y Políticas de Inclusión y Previsión Social junto con Plena Inclusión España en el que participaron durante todo un año 8 PCDI de la entidad y sus familias.

Hemos visitado empresas locales en las que podemos poner en práctica lo que nos gusta y sabemos hacer, para conseguir un trabajo.



● EMPLEO

- 1 incorporación en el Ayuntamiento de Cabeza del Buey como espantador de pájaros.
- 5 apoyos en el reparto de publicidad por las localidades de Cabeza del Buey, Zarza Capilla y Peñalsordo.
- 1 apoyo en la elección de formación especializada en el área deportiva.

Deporte y bienestar físico

EN EL PROGRAMA DEPORTIVO JEDES HEMOS PARTICIPADO UN TOTAL DE 43 DEPORTISTAS Y HEMOS QUEDADO:

2º y 3º en modalidad de **fútbolín**

1º y dos 3º en **lanzamiento de peso adaptado**

2º en **lanzamiento de peso modalidad competición**

2º en **lanzamiento de jabalina modalidad competición**

1º y 3º clasificados en **damas**

3º clasificados en **habilidades de baloncesto** categoría +50 años.



DEPORTE EN COMUNIDAD

- HIPOTERAPIA. 10 PERSONAS
- HIDROTERAPIA. 13 PERSONAS
- GIMNASIA DE MANTENIMIENTO JUNTO A PISOS TUTELADOS. 16 PERSONAS
- AQUAEROBIC. 9 PERSONAS
- PROGRAMA DE BIENESTAR FÍSICO, HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE. 13 PERSONAS
- EQUIPO DE LÍDERES: DEPORTE. 2 PERSONAS
- CAMPEONATO REGIONAL DE PETANCA.
- JORNADAS DE LA NATURALEZA EN ALJUCÉN.

No se trata de tener ideas, si no de hacerlas realidad. ¿Y si nos centramos en las personas?

LE HEMOS DADO FORMA A NUESTRO PROCESO PCP

Una vez elaborado nuestro proceso, comenzamos dando una formación básica sobre planes personales a todos los grupos naturales.

Nos hemos dado cuenta que es fundamental que los facilitadores de los PCP sean el personal de atención directa y para ello decidimos comenzar con un pequeño pilotaje, en el que se han formado a 17 profesional para pilotar 11 planes personales.

En este proceso, hemos diferenciado a dos figuras importantes, el coordinador y el facilitador.

Con ello se busca alcanzar la mayoría de los objetivos planteados en los diferentes planes personales.

Por otro lado, hemos seguido avanzando en formación y para ello las psicólogas del centro han realizado un curso de “Apoyo conductual Positivo, nivel 2”.

Con esto se pretende tener una mayor formación sobre esta filosofía de trabajo y poder implementar nuevos planes de apoyo conductual positivo más efectivos y poder guiar mejor al personal de atención directa.

Durante este año se han revisado 3 protocolos de apoyo conductual positivo de personas de apoyo extenso.



ARTE Y CULTURA

CARNAVAL.

La murga “LOS TRINKAOS” participamos de manera activa en el carnaval de Cabeza del Buey.

CORO

Junto a la Asociación Barbuquejo, hemos participado en Cabeza del Buey, en el festival de villancicos de la parroquia, y hemos cantado por las calles del pueblo esta navidad. Y junto al grupo Tomillar Folk participamos en el encuentro de villancicos de Monterrubio de la Serena.

CLUB DE TEATRO, “CLÁSICOS INCLUIDOS”

Estrenamos nuestro nuevo trabajo en el centro cultural de la localidad.
“REBELIÓN EN LA GRANJA”

27º Encuentro de Grupos de Autogestores

Estuvimos en Mérida, más de 100 personas con discapacidad intelectual de 18 entidades de la región, bajo el lema 'Mirando el futuro'.

CLUB DE LECTURA FÁCIL

Este año como novedad, hemos creado uno en Monterrubio de la Serena. Nos reunimos en la Biblioteca de la localidad.

PROYECTO “ACTIVA TU OCIO Y DISFRUTA CONMIGO”

Dentro del Programa de Integración social (proyectos de normalización dirigidos a personas con discapacidad para el ejercicio 2023), financiado por el SEPAD.



LA ACCESIBILIDAD COGNITIVA SE EXPANDE

PROYECTO “POISES Uno a Uno 2023”

Nos hemos formado 10 personas con discapacidad en experto en evaluación y validación en accesibilidad cognitiva en multi entornos. Y hemos realizado prácticas en distintos lugares de la localidad.

También hemos editado dos libros "Conoce Cabeza del Buey de la A a la Z" y "Conoce la Serena de la A a la Z" en lectura fácil. Se trata de dos libros-juegos.



LECTURA FÁCIL, YA!

- Participamos en el espacio Nubeteca, con la lectura de un libro.
- Asistimos al 5º Encuentro de Clubes de Lectura Fácil en Mérida.
- Visitamos Fuente Obejuna, después de leer el libro Fuenteovejuna.
- Hemos creado 2 clubs de lectura fácil, 1 en Cabeza del Buey y 1 en Monterrubio de la Serena.

UN PROYECTO MUY APETITOSO

Nuestro equipo de accesibilidad cognitiva impartió una formación sobre lectura fácil al alumnado del ciclo de integración social del IES Muñoz Torrero colaborando con un proyecto que consistió en hacer accesible cognitivamente una Food Truck.



LA REVOLUCIÓN DE LO FÁCIL

Tres profesionales asistieron al I Congreso Internacional de Accesibilidad Cognitiva en Badajoz.

Este congreso fue organizado por CEACOG y su lema fue “la revolución de lo fácil”. Conocimos que se está haciendo en Accesibilidad Cognitiva y qué queda por hacer.

Plena Información Accesible camina hacia la INCLUSIÓN

Participamos 10 personas como presentadores, validadores y redactores este año hemos reivindicado los derechos de TODAS las personas implicando a la sociedad. En nuestra página web oficial, <https://www.plenainclusioncabezadelbuey.org/> puedes ver las noticias de actualidad explicadas de forma sencilla.

Disfrutando

● Playa, sol y campo

Un total de 41 personas con discapacidad (18 RAEG, 8 RAIL, 9 CO, 6 CD) hemos ido al menos una vez a la playa, gracias a las 24 personas de apoyo que nos han acompañado en esta aventura.

[Elijo mis vacaciones](#)

● ¡Descubriendo lugares de diferentes comunidades!

Hemos explorado rincones de Extremadura y Andalucía y salidas a lugares cercanos a nuestro entorno.

Han participado 8 personas de CD, 19 de RAEG, 17 de CO y 23 de RAIL.

● Dando vida

Participamos como voluntarios en las jornadas de **Plantabosques**, proyecto de reforestación llevado a cabo por ADENEX en Extremadura. La zona a repoblar ha sido **La Reserva Biológica de Los Berciales – Puerto Mejoral**, plantando 600 encinas con la ayuda de 60 voluntarios.

En esta actividad hemos participado 7 PCDI

[Noticias](#)

● Moviendo el cuerpo

Hemos participado en:

-**Cross del Cordero** (1 participante de CO y 7 voluntarios, de los cuales 2 de CO y 3 de RAIL).

-**Ruta Ciclista Sierra del Pedregoso** (8 voluntarios; 3 de CO y 5 de RAIL).

-**Marcha senderista 8M** (7 personas de CO y 3 de RAIL).

[Carnaval](#)

[Halloween](#)

[Ruta ciclista del Pedregoso](#)

[Cross del cordero](#)

● Dándole gusto al paladar

Organizar cenas temáticas proporciona beneficios tanto a nivel emocional como social.

Las temáticas elegidas este año han sido: de la **primavera, griega, americana, mallorquina, verano, día de extremadura y de halloween**. Hemos disfrutado de todas nuestras fiestas, en algunas hasta nos hemos disfrazado.

Seguimos participando en el **taller de cocina** y seguimos aprendiendo y elaborando nuevas recetas.



Lideres

Encarna Alcántara representante de la Plataforma Estatal



En el encuentro de Madrid se ha evaluado el año 2022 y se ha elaborado el Plan de Acción de 2023, reivindicando el ejercicio pleno de la ciudadanía y la promoción de la participación.

Nuestra representante ha presentado el congreso estatal “**Enredando**”

Equipo de líderes Plena Prevención

Javier Gutierrez y Waldino Tamayo son los integrantes de este equipo, desarrollando las siguientes acciones:

- Jornadas de actuación en caso de emergencias: Emergencias y evacuación accesible.
- Jornada online con los coordinadores de otras asociaciones sobre formación en conceptos básicos de PRL
- Participación en la 5ª Jornada de emergencia y evacuación accesible.



Activistas por la Plena

En el día Internacional de las Personas con Discapacidad, el alumnado de Integración Social del IES Muñoz Torrero y Plena Inclusión Cabeza del Buey realizaron actividades de **concienciación y eliminación de barreras actitudinales e ideológicas** con las que se encuentran las personas con discapacidad en su día a día.



Equipo de líderes de sensibilización

Hemos tenido el placer de compartir nuestro proyecto de voluntariado con los alumnos/as de TCAE del Instituto Muñoz Torrero de Cabeza del Buey y con **personas voluntarias** en la Universidad Popular. Tras el Proyecto “Información Plena” dentro del Programa de información a la población y de Promoción de la imagen de las personas con discapacidad subvencionado por SEPAD, ¡seguimos creciendo!



Mirando al futuro, por un envejecimiento activo y saludable

El **edadismo** es el conjunto de estereotipos y prejuicios que presuponen que todas las personas de una determinada edad piensan y se comportan de igual manera o tienen las mismas necesidades o intereses.

Son **comportamientos edadistas** excluir o invisibilizar a las personas mayores, infantilizarlas en el trato o presuponerlas frágiles o menos capaces simplemente por tener una determinada edad, si a todo esto le sumamos que las personas mayores tienen discapacidad intelectual, la discriminación es aún mayor, por ello Plena inclusión pertenece desde el año 2012 a la red de envejecimiento de Plena Inclusión Extremadura, sumándose a todas las acciones que contribuyan a la prevención de estas situaciones y creando nuevos escenarios para disfrutar de un envejecimiento activo y saludable.



Acciones realizadas

- Mes del adulto mayor, octubre 2023
- 2º Encuentro de personas mayores de Mérida: “Yo elijo dónde vivir” (5 de octubre)
- Charla sobre el cuidado de la piel en personas mayores (11 octubre)
- Jornadas “El arte del buen comer. Nutrición y envejecimiento” (Mérida 26 octubre)
- Presentación de “La guía práctica de actividades para la prevención del edadismo hacia las personas mayores” (Mérida 30 noviembre)

Comunicación

Recopilación de datos de las diferentes redes o medios por los que publicamos durante el año 2023.



En Facebook se han hecho 184 publicaciones de videos y fotos. Respecto al año pasado ha subido el alcance de nuestras publicaciones en un 144%, el número de visitas a nuestra página un 229% y un 56% más en interacción y nuevos seguidores.



En instagram hemos publicado 136 fotos, 32 historias y 12 reels.



En nuestra web hemos incluido 31 publicaciones de las cuales 7 han salido publicada en prensa regional, 4 en diferentes medios de comunicación y en televisión, 2 de reconocimiento “te mereces una i”, 4 obras de teatro “Clásicos inclusivos”, ofertas de trabajo de la entidad y publicaciones del taller de accesibilidad, entre otras.

Enlaces de interés

- [Coro de villancicos de Plena Inclusión Cabeza del Buey](#)
- [Globos día del Síndrome de Down](#)
- [Carnaval inclusivo](#)
- [Proyecto ODS en el aula INCLUSIVA](#)
- [Plena información accesible marzo 2023](#)
- [Día del libro inclusivo](#)
- [Planeta fácil Encarna Alcántara](#)
- [Curso Validación accesibilidad cognitiva](#)
- [Plena inclusión Extremadura](#)
- [Día de la discapacidad .Coro villancicos en Canal Extremadura](#)

Centrados en las familias

AVANZAMOS EN LA TRANSFORMACIÓN DEL SERVICIO DE CENTRO DÍA, HACIA EL ENFOQUE CENTRADO EN FAMILIA

Finalizado el pilotaje liderado por Plena inclusión Madrid, comenzamos a poner en marcha nuestro plan de mejora.

Una de las acciones es la de llevar a cabo actividades demandadas por las personas y sus familias e intentar promover espacios donde poder compartir profesionales, personas y familias.

Como novedad, una persona de centro de día, ha celebrado su cumpleaños en su campo, tal y como ella y su familia deseaban, rodeados de familiares, y de profesionales, compañeros y familias del centro.

CON LAS FAMILIAS

- 1 familia ha contado con 7 estancias de conciliación.
- 2 familias de menores han contado 2 estancia de conciliación.
- 1 familia ha contado con apoyos en entornos naturales.
- 3 familias cuentan con 17 horas de ayuda a domicilio.

APOYAMOS EN ENTORNOS NATURALES

- Proporcionamos orientaciones a profesionales y prestamos apoyos a los niños, en el campamento de verano del Ayto.
- Trabajamos con los niñ@s, adultos y su familia en su domicilio.
- Nos coordinamos con colegios, EOE, CEI, sanidad, SS.SS. etc
- Aprovechamos las rutinas diarias .
- Nos centramos en las preocupaciones de las familias.
- Ponemos en marcha con un colegio de la localidad, el proyecto “Juntos por la INCLUSION”.



Acciones de sensibilización y sociedad

Semana de la Inclusión

Hemos realizado 5 charlas en los centros educativos de Cabeza del Buey, con un total de 127 asistentes y con el objetivo de sensibilizar y formar en para conseguir una sociedad más inclusiva, en cuya base está la educación de niños y jóvenes.

El 100% de los participantes han mostrado su satisfacción y un 28% han manifestado una actitud positiva, mostrando interés de participación en nuestra entidad.



Plena información accesible

Se han grabado programas con la finalidad de informar sobre los mitos y las barreras actitudinales a las que tienen que hacer frente las personas con discapacidad.

Se han publicado 3 videos y han obtenido un total de 791 visualizaciones; el 10% de personas que visualizan el video han clicado "un like".

- [La importancia del voluntariado](#)
- [Los apoyos nos permiten elegir a todos](#)
- [El peso de las etiquetas](#)

Te mereces una "i"

La persona elegida este año ha sido Emilio Pérez Ruiz - Moyano por su colaboración desinteresada y constante desde los medios de comunicación locales; con la entrega el premio la "i" de la inclusión.



Feria del Re-conocimiento

Su objetivo ha sido dar visibilidad al rol valorado de las personas con discapacidad. Se ha dividido en varios stands, cada uno con una actividad o dinámica distinta, mostrando las distintas actividades y recursos que podemos encontrar en nuestro centro. Se llevó a cabo el 15 de diciembre de 2023, contando con unos 120 asistentes y el 97% de los asistentes estaban muy satisfechas y el 85% de los asistentes manifestó una actitud positiva tras la jornada.

Juntos ganaremos comunidad: Día de la discapacidad

Es una oportunidad para favorecer la sensibilización y visibilización de las personas con discapacidad a través de diferentes actividades donde sean las propias personas con discapacidad las protagonistas de este día, esto se consigue mediante la firma de un acuerdo con el Ayuntamiento de Cabeza del Buey, con el que se logra la realización de dos actividades que cuentan con una participación de 75 personas.

GALERÍA DE IMÁGENES



HIDROTERAPIA



VACACIONES EN LA PLAYA



DESAYUNOS EN COMUNIDAD



CELEBRACIONES EN FAMILIA



CONVIVENCIAS



HIPOTERAPIA

GALERÍA DE IMÁGENES



CONCILIACIÓN MENORES



CONCILIACIÓN MENORES



CONCILIACIÓN ADULTOS



NAVIDAD EN FAMILIA



COMPETICIONES DEPORTIVAS



CONVIVENCIA



WEB

<https://www.plenainclusioncabezadelbuey.org/>



INSTAGRAM

<https://www.instagram.com/plenainclusioncabezadelbuey/>



FACEBOOK

<https://www.facebook.com/plenainclusioncabezadelbuey/>