

## Celebramos el Día de la Mujer

La presidenta de nuestro Comité Regional de Representantes recibe el Premio Mujer 8 de Marzo de la Región de Murcia. La presidenta se llama Ana Isabel Martínez y es de Apcom.

El Día 8 de Marzo es el Día de la Mujer. Este año ha sido muy especial para Plena inclusión.

La presidenta de nuestro Comité de Representantes de personas con discapacidad ganó un premio muy importante.

El premio se llama Mujer 8 de Marzo, y lo da la Comunidad Autónoma. La presidenta del Comité se llama Ana Isabel Martínez y es de la asociación Apcom. El presidente de la Región de Murcia le entregó el premio a Ana Isabel.

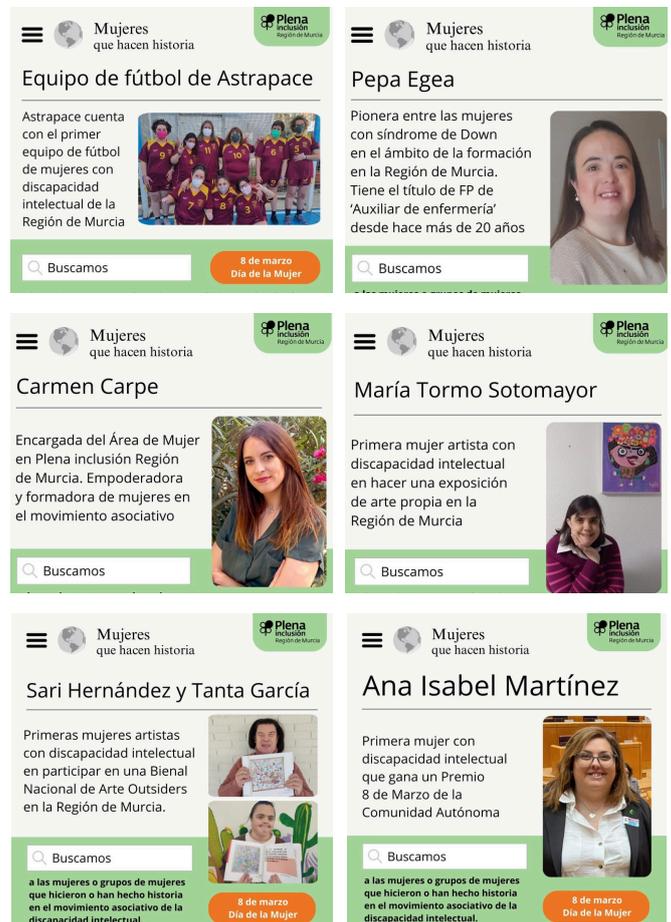
Además, Plena inclusión enseñó en sus redes sociales a otras mujeres importantes de nuestras asociaciones y de la federación.

Todas han hecho algo importante para las mujeres con discapacidad intelectual y del desarrollo.

### Foto del premio a Ana Isabel Martínez:



### Fotos de las publicaciones en internet:





## Explicamos el proyecto 'Mi casa'

Plena inclusión Región de Murcia y Plena inclusión España hicieron un encuentro en Murcia. Explicaron juntas el proyecto 'Mi Casa, una vida en comunidad'.

Este proyecto es sobre vivienda y en la Región de Murcia lo hacen las asociaciones Ceom e Intedis.



## Graban un vídeo sobre 'Mi casa' en Intedis

Plena inclusión España ha grabado un vídeo para enseñar el proyecto 'Mi casa, una vida en comunidad'.

Siete asociaciones de toda España saldrán en vídeos. Intedis de Mula es una de ellas. Así podremos ver cómo viven las personas de la asociación en su vivienda.



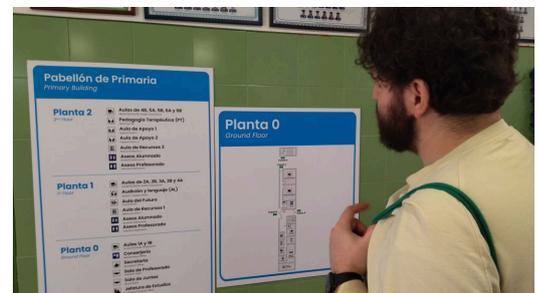
# Muchos colegios ya son más fáciles de entender con nuestras señales

Plena inclusión Región de Murcia y la Consejería de Educación colaboran para llevar la accesibilidad cognitiva a los colegios públicos.

La Región de Murcia es la primera Comunidad de España con colegios más fáciles de entender. Estos colegios tienen nuevas señales con accesibilidad cognitiva. La accesibilidad cognitiva es la característica de las cosas que se entienden bien.

Plena inclusión Región de Murcia ha hecho un manual y estas señales. Las señales ya están puestas en 55 colegios públicos de toda la Región de Murcia.

El manual y las señales se puede ver en la página web de Plena inclusión Murcia.



## Formación en centros educativos para orientar

Los colegios Asacruz y Virgen de la Esperanza participan en un proyecto que se llama 'Orientados al futuro'.

El objetivo es ayudar a sus alumnos a planear sus vidas después del colegio.



## Los usuarios de Apandis hacen ejercicio al aire libre sin que les dé el sol

La asociación Apandis de Lorca ha creado una zona de sombra en el parque de su centro.

Las personas de la asociación usan más el parque ahora porque están protegidas del sol.

La Consejería de Política Social ha ayudado a poner esta sombra.



 Región de Murcia  
Consejería de Política Social,  
Familias e Igualdad

## Apcom hace rutas accesibles en Caravaca de la Cruz por el Año Jubilar

Guías de la asociación Apcom enseñan a otras personas las calles y monumentos de Caravaca de la Cruz.

Las rutas accesibles serán:

- sábado 23 de marzo,
- sábado 25 de mayo,
- sábado 21 de septiembre,
- sábado 26 de octubre.

Para apuntarte,  
llama al teléfono 691 92 77 34.



Te explicamos qué es el Año Jubilar en la página 11.



## Asido Cartagena construirá casas para personas con síndrome de Down

La asociación Asido Cartagena va a construir casas para personas adultas con síndrome de Down. El proyecto se llama 'Mi hogar contigo'.

Muchas personas celebraron el comienzo de la construcción. Fueron personas de la asociación, políticos y periodistas.



## Aspajunide forma a personas con autismo con realidad virtual

La realidad virtual es una forma de ver y moverse en escenarios creados por ordenador con unas gafas especiales.

Personas con autismo de la asociación Aspajunide usan la realidad virtual para aprender a trabajar. Este proyecto se llama 'Bit the Spectrum' y colabora la empresa 'Skills Divers'.



## Assido da un curso de 'Auxiliar de almacén' con prácticas en empresa

Cinco estudiantes de Assido hacen un curso de 'Auxiliar de almacén' en la asociación.

El curso tiene una parte de teoría y otra parte de práctica.

La práctica se va a hacer en la empresa GorFactory.

Es un curso del Programa de Empleo Juvenil 'Uno a Uno' de Fundación ONCE.



## Astrade anima a que decenas de edificios se iluminen de azul

El día 2 de abril es el Día Mundial de la Concienciación sobre el Autismo.

La asociación Astrade invitó a los ayuntamientos a poner de color azul sus edificios porque el color azul es el color del autismo.



## La presidenta de Astrapace recibe un premio por el Día de la Mujer

El Ayuntamiento de Murcia le dio un premio a la presidenta de Astrapace en el Día de la Mujer. La presidenta de Astrapace se llama Rosa García Iniesta.

Rosa García Iniesta dedicó el premio a todas a las madres de personas con parálisis cerebral y con discapacidad intelectual.



## Fundación Cajamurcia dona el dinero de un concierto a Astus

La Fundación Cajamurcia ha entregado a Astus el dinero que consiguió con las entradas del Concierto de Año Nuevo.

El concierto fue en enero en el Auditorio El Batel y actuó la Orquesta Sinfónica de la Región de Murcia.



## Miembros de Autismo Somos Todos disfrutan en la naturaleza

Miembros de Autismo Somos Todos han disfrutado de un viaje y han estado durante unos días en un albergue en la naturaleza.

El albergue se llama 'El Rellano' y está en Molina de Segura. Las personas de la asociación han hecho juegos y actividades al aire libre.



## Ceom compra una casa con ayuda de Fundación ONCE

Ceom ha comprado una casa con ayuda de la Fundación ONCE. La casa está en una ciudad que se llama Alcantarilla.

Personas de la asociación Ceom podrán empezar en esta casa un proyecto de vida independiente. La casa está en un barrio para convivir con los vecinos.



## Intedis renueva su Junta Directiva en su Asamblea General

La asociación Intedis hizo una Asamblea General para renovar su Junta Directiva.

El presidente es José Antonio Asensio, la secretaria es Mari Espín Béjar, el tesorero es Diego García y la vocal es Mari Ángeles Mateos.

Antonio Blaya y Ángeles López dejan la Junta Directiva.



## Más de mil personas participan en la carrera de Prometeo

La asociación Prometeo organizó una carrera popular en Torre Pacheco.

Participaron más de mil personas. Hace 10 años que Prometeo organiza esta carrera solidaria.

Una banda de música animó la carrera.



## Urci disfruta el Carnaval de Águilas con visitas y disfraces

Los miembros de la asociación Urci disfrutaron del Carnaval de Águilas. Personas importantes de esta fiesta visitaron su centro. La cantante Carmen López Navarro cantó en la asociación la nueva canción del Carnaval. Las personas de la asociación se disfrazaron al estilo de los años ochenta.



## Miembros de Aspadem asisten a una obra de danza en Murcia

Un grupo de la asociación Aspadem de Mazarrón fue a ver en una obra de danza en el Teatro Circo de Murcia. La obra fue 'La zapatera prodigiosa' y la hizo la Compañía Murciana de Danza.

Voluntarios de la ONG 'Making a Difference' acompañaron al grupo.



## La asociación Adica ofrece actividades de ocio los viernes

La asociación Adica hace actividades de ocio y tiempo libre en Puerto Lumbreras. Las actividades son los viernes por la tarde todo el año. Y son para personas con discapacidad intelectual y del desarrollo de todas las edades. Algunas actividades son cuentacuentos, teatro o visitas.



## Asteamur y el instituto Carlos III trabajan para informar sobre el TEA

Estudiantes de Marketing en el Instituto Carlos III de Cartagena colaboran con la asociación Asteamur.

Los alumnos ayudan creando folletos y un vídeo sobre la asociación y las personas con autismo. El vídeo se podrá ver pronto en una red social que se llama TikTok.



## Padisito celebra su 30 aniversario y recibe un premio de Radio Cope

La asociación Padisito de Totana celebra sus 30 años este 2024. Además, Radio Cope España le ha dado un premio por sus 30 años de trabajo por las personas con discapacidad y sus familias. La asociación ofrece actividades de ocio para las personas con discapacidad y servicio de respiro familiar.



## Un manual para hacer debates en las asociaciones de Plena inclusión

Plena inclusión organiza un curso que se llama 'Ética en construcción'. El curso es para profesionales y personas con discapacidad. En cada sesión hay debates. Después, el debate sigue en cada asociación. Los participantes en el curso van a escribir juntos un manual con instrucciones para debates.



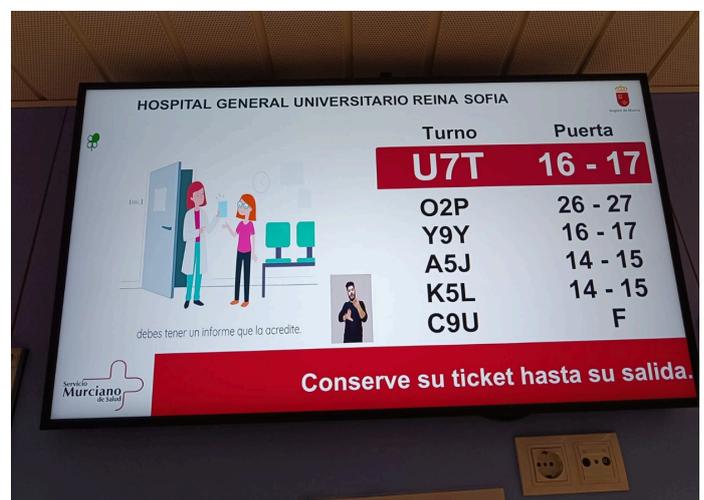
## ¿Sabes qué es la Atención Preferente?

La Tarjeta de Atención Preferente es una tarjeta para ir al médico en la Región de Murcia. Las personas que la tienen esperarán menos tiempo para ser atendidas.

Esta tarjeta es para personas con discapacidad y el grado 3 de dependencia.

Plena inclusión informa de esta tarjeta con un folleto y un vídeo.

El folleto y el video están en los centros de salud y en los hospitales. También puedes verlos en nuestra página web.



## Mariano Rosique actuará en el concierto de Plena inclusión España

Plena inclusión España cumple 60 años en 2024 y lo celebrará con un gran concierto. En ese concierto van a participar músicos sin discapacidad y con discapacidad intelectual. Será en el Auditorio Nacional de Madrid.

Mariano Rosique es un pianista de Cartagena que actuará en este concierto. Mariano tiene autismo y dice que todas las personas podemos tocar música.



# Un nuevo reto para el Año Jubilar

Los peregrinos recorrerán el Camino de Levante hasta llegar a Caravaca

Los deportistas de Plena inclusión peregrinarán a Caravaca de la Cruz en este Año Jubilar 2024.

Los participantes van a recorrer el Camino de Levante en diferentes etapas.

Ya se han recorrido dos etapas. La primera etapa fue entre Orihuela y Alquerías y se hizo en febrero.

La segunda etapa fue entre la Catedral de Murcia y la Contraparada y se hizo en marzo.

Más de cien personas participan en esta peregrinación.



## ¿Qué es el Año Jubilar?

El Año Jubilar de Caravaca de la Cruz es una celebración que se hace cada 7 años en esta ciudad.

Es una celebración religiosa de la Iglesia Católica muy importante en todo el mundo.

También se le llama Año Santo.



## El obispo recibe a los peregrinos de Plena inclusión

El obispo José Manuel Lorca Planes recibió a los peregrinos en el Palacio Episcopal de Murcia. El obispo regaló a los asistentes la Credencial de Peregrino para ir poniendo sellos durante el recorrido. El obispo dijo a los deportistas que van a visitar muchos pueblos y a hacer nuevos amigos.





## Primer encuentro de baloncesto

Plena inclusión celebró por primera vez un Encuentro Autonómico de Baloncesto. Se hizo en La Palma, que está en Cartagena. Participaron seis equipos con jugadores de nuestras asociaciones.

El Encuentro de Baloncesto tuvo tres niveles para que todo el mundo pudiera participar. Los jugadores recibieron una clase de zumba antes de los partidos.

El Encuentro terminó con el deportista profesional Dicko. Dicko es un jugador que mide dos metros y que hizo jugadas en la canasta para que lo vieran los participantes.



## Disfrutamos del deporte en la nieve de los Pirineos

Deportistas de las asociaciones Astrapace y Ceom esquiaron en las pistas de Candanchú, que están en los Pirineos. Estuvieron una semana y practicaron muchos deportes de nieve diferentes como esquí nórdico o raquetas de nieve.

