

## Viajamos a Salamanca y Castellón

Más de cien personas con discapacidad intelectual y del desarrollo disfrutaron de los viajes del Imsero que ha organizado Plena inclusión en 2024

Más de cien personas han disfrutado este año de los viajes de ocio del Imsero que organiza Plena inclusión.

Los dos primeros viajes fueron en junio y a Salamanca.

Los otros dos viajes fueron en septiembre y a Castellón.

Los viajeros hicieron rutas guiadas, y vieron museos y monumentos, entre otras actividades.



## Y nos relajamos en el Balneario de Archena

Más de ochenta personas mayores con discapacidad fueron al Balneario de Archena.

Disfrutaron de un baño relajante en piscinas cubiertas y al aire libre.

Es una actividad de nuestro programa de Envejecimiento.





## Premiamos a las empresas más inclusivas

La federación Plena inclusión Región de Murcia entregó los premios Laurel a empresas e instituciones que apoyan la inclusión laboral y social de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.

Los premios Laurel de 2024 han sido para:

- El Corte Inglés de Cartagena.
- Price Waterhouse Coopers (PwC).
- El abuelo de los melones (Procomel).
- Linasa.
- Grupo Orenes.
- Madness Coffee.
- Cerrajería y Carpintería Metálica Jara.
- Escuela de Adultos del Noroeste.



## El Estatuto de Autonomía ya está en Lectura Fácil

Plena inclusión ha adaptado el Estatuto de Autonomía a Lectura Fácil.

El Estatuto de Autonomía es la ley que organiza la política y la económica en la Región de Murcia.



## Los voluntarios siguen aprendiendo

Voluntarios de las asociaciones asisten a un curso para manejar una silla de ruedas especial para el deporte. Este tipo de silla se llama Joelette.

Voluntarios de las asociaciones dieron un curso teórico y práctico para aprender a manejar una silla de ruedas tipo Joelette. Puedes ver una de estas sillas en la foto de la derecha.

Las personas con movilidad reducida pueden participar en actividades que se hagan al aire libre gracias a estas sillas.

Los profesores del curso fueron Pablo Barrial y Julia Hernández, de la Federación de Montañismo de la Región de Murcia.



## Los lectores disfrutan en los clubs de lectura fácil

Plena inclusión ha organizado cinco clubs de lectura fácil en bibliotecas y centros culturales de la Región de Murcia.

Los clubs se hacen en:

- Murcia. Centro Cultural El Ranero.
- Cartagena. Centro Cultural Luzzy.
- Lorca. Biblioteca Pilar Barnés.
- Cehegín. Biblioteca municipal.
- Calasparra. Biblioteca Municipal Antonio Maya.



## Apandis disfruta del club de lectura fácil en la biblioteca Pilar Barnés

Los lectores de Apandis se juntan todos los lunes en la biblioteca pública de Lorca que se llama Pilar Barnés. Todos juntos leen libros y hablan sobre libros.

El grupo ha elegido los libros. Ya han leído Romeo y Julieta. Ahora leen El Conde de Montecristo.



## Apcom organiza planes personalizados de ocio en comunidad

El servicio de ocio de Apcom organiza planes individualizados de ocio inclusivo en la comunidad. Se llaman planes personalizados porque cada persona puede elegir qué hacer en su tiempo libre y dónde hacer las actividades.

Apcom hace estos planes especialmente a personas con grandes necesidades de apoyo.



## Las familias de Asido Cartagena entregan sus premios Amigo Solidario

Las familias de Asido Cartagena dieron sus premios Amigo Solidario en el Ayuntamiento de Cartagena.

Los premiados en 2024 han sido:

- El instituto Arturo Pérez Reverte.
- La empresa Nieto Aquatics.
- El fotógrafo Rafael Marín.



## Los usuarios de Aspajunide hacen prácticas en Aguas de Jumilla

La asociación Aspajunide ha firmado un acuerdo con la empresa Aguas de Jumilla para que sus usuarios hagan prácticas.

Varias personas de Aspajunide han aprendido un nuevo trabajo. La tarea es comprobar la cantidad de agua que gastan las casas de Jumilla.



## Assido crea un proyecto para poner sus obras de arte en objetos

La asociación Assido ha creado un proyecto que se llama Assido Design. Los dibujos y pinturas de los artistas del Centro de Día de la asociación se ponen en objetos como toallas, manteles o camisetas.

Los productos se pueden ver y comprar en la página web [assidodesign.es](http://assidodesign.es)



## Astrade participa en hacer vinos solidarios

Astrade ha colaborado en la fabricación de unos vinos solidarios. Estos vinos pueden comprarse para ayudar a la asociación. Los usuarios han trabajado junto a empleados de 3 bodegas:

- Barahonda.
- Viña Elena.
- Jorge Piernas.



## Astrapace recibe una ayuda para mejorar su Centro de Día

Caja Rural Central ha ayudado a la asociación Astrapace con 10.000 euros. Este dinero será para poner un ascensor en la parte nueva de su Centro de Día.

El ascensor hará más accesible el centro. Todos los miembros de Astrapace podrán ir a cualquier parte del edificio.



## Astus gana el concurso de trofeos de los Premios de la Discapacidad

La asociación Astus ha fabricado los trofeos de los Premios de la Discapacidad de la Región de Murcia. Astus ha ganado el concurso del IMAS para elegir el mejor trofeo.

La asociación Astus recibirá material informático adaptado.



## Autismo Somos Todos dará un curso adaptado de limpieza

La asociación Autismo Somos Todos va a dar un curso de limpieza para trabajar en oficinas y edificios. El curso empezará en enero y tiene parte teórica y parte práctica.

Este curso está adaptado y es para personas con discapacidad. La empresa La Huerta de San Isidro colabora con esta formación.



## Ceom hace más accesibles el teatro, la danza y otros espectáculos

La asociación Ceom participó en una reunión para hablar sobre accesibilidad en artes escénicas, como el teatro o los conciertos.

La asociación Ceom forma parte de la llamada Plataforma Acceso 44. Esta plataforma reúne a asociaciones que trabajan para que el arte sea accesible para todas las personas.



## Intedis pone ventanas nuevas para proteger mejor a las personas

La obra social de Fundación la Caixa ha donado 8.000 euros a Intedis. Intedis ha cambiado las ventanas en su Centro de Día de Mula. Intedis ha puesto otras ventanas más modernas con este dinero. Las nuevas ventanas protegen mejor del frío, del calor y del ruido. Así, Intedis ahorrará dinero de aire acondicionado y calefacción.



 Fundación "la Caixa"

## Prometeo hace terapia con animales

Prometeo ha realizado un proyecto de terapia con animales que se ha llamado 'Dejando Huella'. Fundación Cajamurcia - CaixaBank y Fundación Tiovivo ayudan en este proyecto.

Dos perros acompañaron a usuarios de diferentes edades y servicios de Prometeo.



 CaixaBank  FUNDACIÓN CAJAMURCIA

## Urci publica un calendario solidario con fotos de usuarios y usuarias

El Centro de Día Urci vende un calendario con fotos de sus usuarios y usuarias. El precio es de 5 euros y ya se puede comprar. El dinero que reúnan servirá para las actividades del Centro de Día. Las fotos las ha hecho el fotógrafo Carlos Norte.



## Aspadem recibe financiación para su programa de ocio inclusivo

La asociación Aspadem recibió una ayuda de 5.000 euros de Fundación la Caixa para sus actividades de ocio inclusivo. Se llama ocio inclusivo porque es en los mismos sitios que los demás vecinos y compartido con ellos. Ya han ido al teatro, al cine y a tomar tapas.



## Adica vuelve a poner en marcha el programa de ocio y tiempo libre

La asociación Adica vuelve a poner en marcha el programa de ocio y tiempo libre que se llama 'DIVIERT-T Conciliando II'.

Adica hará talleres y actividades los viernes por la tarde en Puerto Lumbreras. Los talleres son para niños y jóvenes y también para personas adultas.



## El programa 'Respi-Arte' de Padisito acerca la cultura a los jóvenes

La asociación Padisito organiza una actividad llamada 'Respi-Arte', para los jóvenes. La actividad mejora la forma de relacionarse con los demás.

Los participantes en la actividad hacen talleres de cerámica y pintura, visitan museos y van al cine.



## Llano del Barco explica a estudiantes de Archena el acoso escolar

La asociación Llano del Barco ha hablado a los estudiantes de institutos de Archena sobre el acoso escolar. Personas con discapacidad de la asociación explicaron sus propias experiencias personales de acoso en colegios e institutos. El acoso escolar es tratar mal a un compañero o una compañera.



## Voluntarios de la empresa Enagás ayudan en la asociación Asteamur

Un grupo de voluntarios de la empresa Enagás, ayudó a la asociación Asteamur.

Los voluntarios ayudaron a reformar las zonas exteriores de los edificios de Asteamur en Cartagena.





## Los autogestores hablan de relaciones

El tema del encuentro de Autogestores de Plena inclusión de este año fue 'Sueños, libertad y sexualidad'.

Los autogestores hablaron de relaciones de amistad y de pareja, y de la importancia de disfrutar de la sexualidad desde el respeto.

La sexóloga Nùria Cano ofreció una charla en la que habló de intimidad y privacidad.



## Jornadas para reunir a hermanos y abuelos

Las familias son lo más importante de Plena inclusión Región de Murcia. Este año hemos hecho encuentros para miembros de las familias: un encuentro de abuelas y abuelos y otro de hermanos y hermanas, primos y cuñados.

Este encuentro tuvo actividades para los hermanos menores de edad y para los hermanos que son adultos.





## Encuentro de deportistas Special Olympics en Reus

Más de treinta deportistas de Plena inclusión participaron en un encuentro de la organización Special Olympics. Fue en octubre en Reus. Reus es una ciudad de Cataluña.

Participaron deportistas de 9 países. Nuestros atletas compitieron en fútbol, natación, petanca y pádel.

Uno de los momentos más bonitos fue el recuerdo a Enric Blesa. Enric Blesa era el director de Special Olympics España y falleció en 2024.



## Nuestros tenistas triunfan en Manacor

Nuestros tenistas participaron en el Encuentro Más Que Tennis de Special Olympics y la Fundación Rafa Nadal. Todos consiguieron medallas. Fue en Manacor, que es la ciudad de Rafa Nadal y está en las Islas Baleares.





## Campeonato de Pruebas Motrices

Más de cien deportistas participaron en el Campeonato de Pruebas Motrices. El campeonato se celebró en el mes de noviembre en el Pabellón deportivo Federico de Arce de Murcia.

También participaron voluntarios y voluntarias del Centro Educativo Los Olivos de Molina de Segura y del Programa Inclu Sport del Servicio de Empleo del Ayuntamiento de Murcia.



### Evento de Fútbol inclusivo

Tres equipos de Plena inclusión compitieron en el Campeonato de Fútbol 7 Inclusivo. Fecam Castilla-La Mancha organizó el evento deportivo. Uno de los tres equipos murcianos quedó líder de su grupo.



### Encuentro de atletismo

Unos 30 deportistas participaron en un encuentro deportivo de la asociación Upapsa Alicante. El encuentro tuvo sobre todo pruebas de atletismo, aunque también hubo petanca, fútbol y baloncesto.