

Grupo Avanzamos agradece la asistencia a la XV Carrera por la Discapacidad

Cerca de 3.500 turolenses y 60 voluntarios participan en esta jornada solidaria

Redacción
Teruel

El centro de Teruel acogió una agradable jornada solidaria este domingo, 2 de diciembre, con la celebración de la XV Carrera Solidaria por la Discapacidad. Casi 3500 turolenses participaron en esta cita deportiva no competitiva, cuyo objetivo es visibilizar las distintas discapacidades existentes y fomentar la inclusión de las personas con discapacidad.

Desde Grupo Avanzamos, entidad organizadora de la carrera formada por ANUDI, ASAPME Teruel, ATADI, ATPANSOR y Fundación DFA, se mostraron muy agradecidos con la gran acogida que, un año más, ha tenido este evento. Sus representantes subrayaron la alta y activa participación en todas las actividades, ya que esta iniciativa no sería posible sin el respaldo de todos los asistentes.

Además, la organización recaló la gran importancia que tienen los patrocinadores y colaboradores en la realización de la Carrera Solidaria por la Discapacidad, cuyas aportaciones son clave. El Ayuntamiento de Teruel, la Comarca Comunidad de Teruel, Caja Rural de Teruel y Talleres



Participantes en la decimoquinta edición de la Carrera Solidaria por la Discapacidad, a su llegada a la plaza de San Juan

Martín Lizaga han patrocinado la decimoquinta edición de este evento. Y son numerosos los colaboradores que donan y facilitan el avituallamiento para los participantes, la animación, la infraestructura o los regalos para el sorteo.

Además, el Grupo Avanzamos extiende este agradecimiento a los voluntarios, alrededor de 60 personas, que colaboraron en distintas tareas organizativas para que la XV Carrera Solidaria por la Discapacidad fuera un éxito. Desde primera hora de la mañana, los voluntarios ocuparon la plaza de San Juan para llevar a cabo los últimos preparativos y acompañar a los participantes en las diferentes actividades.

La mesa de experiencias *Deporte y discapacidad* celebrada el 1 de diciembre en el claustro del Obispado de Teruel también fue un éxito y los asistentes pudieron conocer de primera mano las barreras con las que se encuentran los deportistas con discapacidad y lo que el deporte supone para ellos. La charla resultó muy emotiva e hizo comprender a los asistentes que cualquier persona puede tener una discapacidad a lo largo de su vida y que la inclusión es fundamental.

Asapme Bajo Aragón disfruta de un día en el balneario de Ariño

La entidad realiza actividades de integración en espacios de su entorno

Redacción
Teruel

Un grupo de 17 personas vinculadas a ASAPME Bajo Aragón, entre usuarios, familiares, profesionales y socios, se desplazaron el pasado 29 de noviembre hasta Ariño para disfrutar de un día diferente. La actividad organizada fue pasar una jornada en el Balneario de Ariño.

La mañana comenzó con la recogida de los participantes en Alcañiz y Calanda. Tras un rato en autobús, llegaron a su desti-

no. Durante 90 minutos pudieron disfrutar de las instalaciones del Centro Termal. Chorros de agua para las piernas con diferentes temperaturas, caídas de agua con diferentes presiones, jacuzzi, vapor terapia, etcétera. Aunque lo que más les gustó fue poder bañarse a la intemperie con temperaturas de 10 grados, algo muy curioso y difícil de llevar a cabo en la zona.

Después del tiempo de baño establecido, pudieron reponer fuerzas en el restaurante. Al acabar de comer, disfrutaron de un



Instalaciones del Balneario de Ariño, que el pasado jueves disfrutaron los usuarios de ASAPME Bajo Aragón

momento de descanso al sol mientras comentaban la jornada. Una vez llegada la hora de regreso, partieron hacia sus diferentes destinos.

Desde ASAPME Bajo Aragón se sigue apostando por organizar actividades de integración comu-

nitaria, algo muy importante. En esta ocasión, con la actividad del balneario, se han trabajado objetivos como mejorar la autoestima, pasar un rato agradable, propiciar el descanso del cuidador, mejorar algunas habilidades sociales, disminuir el sedentaris-

mo... Y por ello se volverá a organizar esta actividad el próximo año. Del mismo modo, desde la entidad siempre intentan apoyar los recursos comunitarios, de ocio y turísticos de la zona, "pues en el territorio hay muchas cosas para hacer", indicaron.

Espacio patrocinado por Caja Rural de Teruel



Exposiciones, viajes en tren y cine para fomentar la integración en ANUDI

La asociación agradece la colaboración de la Fundación Mapfre para desarrollar las múltiples actividades de ocio y tiempo libre

Redacción
Teruel

La asociación de personas con discapacidad Nuevo Día (ANUDI) está realizando varias actividades lúdicas en las que los más pequeños y jóvenes viven momentos muy divertidos. El pasado 17 de noviembre visitaron la exposición de juguetes en el Museo Provincial y la exposición de coches y motos antiguas de la Semana Modernista. También viajaron emocionados en el tren turístico entre los principales monumentos de la ciudad, con el apoyo de voluntariado de MAPFRE y monitoras.

Además, el 1 de diciembre compartieron una sesión de cine con más niños de la ciudad con gran participación. Desde ANUDI agradecen a Fundación CAI su colaboración cediendo sus instalaciones para la proyección del cortometraje infantil.

En las actividades, todos disfrutaron de una agradable convivencia descubriendo los muchos motivos que Teruel ofrece para no quedarse en casa, siempre con el apoyo de monitoras y voluntarias. "Porque llevar una vida activa es muy importante para cualquiera, también para las personas con discapacidad, y las actividades de ocio son fundamen-



Los usuarios de ANUDI, en las puertas del Museo de Teruel

tales para promover la integración y pueden influir positivamente en nuestro estado de ánimo", argumentaron desde la entidad.

La asociación ANUDI lleva a cabo su proyecto de ocio inclusivo durante todo el año gracias a la colaboración de la Fundación MAPFRE. Con este proyecto se gestionan apoyos para fomentar

la diversión, motivación e integración de las personas con discapacidad en la sociedad, creando ofertas para satisfacer las necesidades de su tiempo libre.

También se apoya a la familia en la atención a la persona con discapacidad ofreciendo la oportunidad de desarrollar una vida familiar y social satisfactoria.

La Jornada solidaria de la Co-

marca Comunidad de Teruel se celebró en Visiedo el 1 de diciembre y su recaudación se destinó a ANUDI. Desde la asociación agradecieron su solidaridad y entusiasmo en el buen desarrollo de dicha jornada a todos los participantes, monitores y voluntarios, al Ayuntamiento de Visiedo y a la Comarca Comunidad de Teruel.

Mujeres con discapacidad reivindican su derecho a ser madres

EFE
Madrid

Quieren ejercer su derecho a la maternidad con normalidad, sea de forma biológica, reproducción asistida o adopción, y sin que se cuestione su capacidad de cuidar a un menor. Las mujeres con discapacidad quieren, en definitiva, tener hijos como una persona cualquiera. Es por ello que la Fundación Cermi Mujeres ha escogido esta temática para la tercera edición de su concurso fotográfico Generosidad, organizado en colaboración con el Real Patronato sobre Discapacidad y cuya entrega de premios se celebró en la sede de la organización en Madrid, donde están expuestas las doce mejores instantáneas presentadas al certamen.

Son imágenes de escenas cotidianas, de madres que dan el pecho o leen un cuento a sus retoños, que pretenden concienciar de que la discapacidad y la maternidad no son realidades incompatibles.

Para la vicepresidenta ejecutiva de Cermi Mujeres, Ana Peláez, no hay "forma de violencia más terrible como que te arranquen directamente a tus hijos e hijas simplemente porque eres una mujer con discapacidad".

Las inscripciones para la Berrea Trail Race, hasta el 6 de diciembre

Este evento deportivo inclusivo se celebra el sábado en Orihuela del Tremedal

Redacción
Teruel

El Ayuntamiento de Orihuela del Tremedal, ATADI y Rock and Go Eventos organizan la Berrea Trail Race, una cita deportiva que recorre el entorno de esta bonita localidad de la Sierra de Albarracín. La prueba se celebra el sábado, 8 de diciembre, con salida a las 09:30 horas en la plaza municipal. Durante los días previos se ultiman los preparativos para que la prueba sea un éxito.

Aquellos que deseen participar pueden inscribirse online en toprun.es hasta el próximo jueves, 6 de diciembre, incluido. En caso de que queden plazas, también será posible inscribirse el mismo día de la marcha.

Existen tres opciones de participación en la Berrea Trail Race: carrera de montaña de 22 kilómetros, carrera de montaña de 12 kilómetros o marcha senderista de 6 kilómetros. Esta última es

una ruta circular de iniciación orientada a la participación de todo tipo de público gracias a su trazado, accesible para personas con discapacidad o con baja forma física. La Berrea Trail Race es, por tanto, un evento deportivo inclusivo.

La inscripción incluye avituallamiento cada cinco kilómetros aproximadamente, comida de hermandad en el pabellón polideportivo, sorteos después de la comida, asistencia sanitaria, recuerdo conmemorativo de la prueba, cronometraje, duchas, control y supervisión por los voluntarios del municipio.

Hay trofeos para los tres primeros clasificados masculinos y femeninos, veteranos (tener 40 años o más cumplidos en 2018) y sub-23 (tener 22 años cumplidos en 2018). Asimismo, también se premiará al primer corredor local de cada modalidad y al club que aporte mayor número de corredores a la prueba, que en este úl-



El director de la carrera, Tomás Almazán, junto a Mónica Sánchez, Rosa María Sánchez y José Herrero, presentan la prueba

timo caso recibirá un Jamón Denominación de Origen Teruel, siempre que cuente con un mínimo de diez participantes.

Senderismo inclusivo

Usuarios de la mayoría de los centros de ATADI participarán en la Berrea Trail Race. "Es importante que existan alternativas accesibles para las personas con discapacidad que no pueden ac-

ceder a ciertas actividades, posibilitando su inclusión, porque así se visibiliza a este colectivo y se muestra a la sociedad que estas personas quieren y deben disfrutar de las mismas oportunidades de ocio y tiempo libre que el resto", señalaron desde la organización.

Desde ATADI se fomenta el ejercicio físico con el objetivo de que sus usuarios, más de 280,

practiquen deporte de manera regular en función de sus capacidades y gustos.

"La práctica de deporte es beneficiosa para cualquier persona en términos de salud y bienestar, pero a las personas con discapacidad les aporta también otros beneficios como la socialización, el aumento de la autoestima y la ampliación de opciones de ocio", añadieron.