

Asapme Teruel imparte dos talleres sobre hábitos alimentarios saludables

Los usuarios aprenden a elaborar menús variados y con productos de temporada y cercanía

Redacción
Teruel

Los dos últimos talleres realizados en Asapme Teruel y dirigidos a sus usuarios han estado relacionados con la necesidad de mantener unos buenos hábitos alimentarios. “Cuando hablamos de cuidarnos, en muchas ocasiones lo primero que se nos viene a la cabeza es el ejercicio físico y, tal vez, dejar el tabaco, pero pasamos por alto la importancia de una buena alimentación, variada, equilibrada y acorde a nuestra actividad física”, argumentan desde la asociación.

Para comenzar, usuarios y trabajadoras hablaron sobre su manera de comer, sus hábitos y gustos. Esa conversación llevó a tratar la importancia que tiene el consumo diario de frutas y verduras para mantener una alimentación equilibrada y saludable con el aporte de micronutrientes necesario.

Pero no solo es importante comer este tipo de alimentos sino que también es imprescindible el hecho de saber seleccionarlos para elegir aquellos que están de temporada. Por eso, lo primero que hicieron fue hablar sobre los productos del invierno para poder ir al mercado y elegir aquellos propios de esta época. “Hablamos también sobre la importancia de consumir productos de cercanía o, al menos, nacionales. De esa manera nos aseguramos de que son



Los usuarios de Asapme Teruel comparten un almuerzo saludable

productos frescos, al tiempo que ayudamos a los productores de nuestro país y evitamos transportes innecesarios”, explican.

Tras la conversación y la reflexión, todos juntos se acercaron hasta el supermercado más cercano para comprar su almuer-

zo saludable en base a todo lo hablado.

El primer taller terminó con este almuerzo para, en el siguiente, ahondar en el tema de la confección de menús saludables.

Los usuarios revisaron unos menús y analizaron su idoneidad en base a la frecuencia de consu-

mo de cada tipo de alimento aconsejado por la Organización Mundial de la Salud. “Es imprescindible conocer los requisitos que debe cumplir nuestra dieta diaria para aportarnos todos los nutrientes que necesitamos. Es importante saber que no todo son las calorías y no todo es evi-

tar, por ejemplo, los dulces. Comer saludable va mucho más allá y, con estos talleres, hemos pretendido ofrecer a los usuarios todas las herramientas necesarias para poder alimentarse de manera saludable y equilibrada, conociendo lo que comen y de dónde procede”, concluyen.

Atpansor obtiene el sello EFQM compromiso de excelencia europea

La entidad realiza un análisis en profundidad de los servicios que presta

Redacción
Teruel

El Club Excelencia en Gestión ha otorgado el Sello EFQM +200 Compromiso de Excelencia Europea (European Foundation for Quality Management) a la Asociación Turolense de Padres y Amigos de Niños Sordos (Atpansor), que participa en la Acción de Implantación del Sistema de Gestión de la Calidad, que forma

parte del Programa de Fortalecimiento del Movimiento Asociativo FIAPAS.

Este sello es fruto del intenso trabajo llevado a cabo por las profesionales de la entidad junto a la junta directiva durante dos años, y demuestra el compromiso de Atpansor con la mejora continua en la gestión de los proyectos y en la calidad de los servicios que presta.

El proceso para la obtención

del sello ha permitido a la entidad realizar un análisis en profundidad de cada una de sus áreas de intervención: servicio de atención y apoyo a familias y el servicio de logopedia.

De esta forma, ha podido conocer las necesidades y expectativas de las personas destinatarias de sus acciones, así como la opinión por los servicios recibidos, lo que proporciona herramientas útiles para analizar los

puntos débiles que se pueden corregir o las fortalezas que se deben potenciar para que la entidad se consolide a largo plazo, y permitiendo una mejor respuesta adaptada a los constantes cambios del entorno.

“En Atpansor se apuesta por una metodología para la transformación de forma responsable y comprometida y alcanzar la excelencia, la innovación y la sostenibilidad”, afirman.



Sello de excelencia de Atpansor

Espacio patrocinado por Caja Rural de Teruel





Sesión online con participación de Atadi y el IES Segundo de Chomón de Cantavieja

Atadi participa en los diálogos para la Conferencia sobre el Futuro de Europa

La entidad plantea la necesidad de avanzar en materia de accesibilidad

Redacción
Teruel

Europe Direct Caire Maestrazgo organizó el pasado viernes 4 de febrero una actividad en torno a la diversidad funcional que contó con la participación de Atadi y alumnado de 3º y 4º de ESO del IES Segundo de Chomón de Cantavieja.

Esta actividad se enmarca en la fase local del proyecto *Europa unida en la diversidad: Diálogos Ciudadanos - Conferencia sobre el Futuro de Europa* y se desarrolla durante el mes de febrero en distintos puntos de España. La sesión se realizó *online* debido a la situación sanitaria existente.

La sesión comenzó con la intervención de dos profesionales de Atadi, que expusieron las necesidades de las personas con discapacidad y el estado actual de los servicios y apoyos que re-

ciben. Desde Atadi se hizo especial hincapié en la necesidad de avanzar en materia de accesibilidad, lo que redundaría en una mayor inclusión de las personas con discapacidad, personas mayores, con trastornos cognitivos o del desarrollo, entre otras.

Así mismo, las técnicas de Atadi pidieron a los alumnos y alumnas que reflexionaran acerca de las ventajas e inconvenientes que tiene vivir en el medio rural para las personas con discapacidad.

Tras la intervención de Atadi, el alumnado debatió y eligió varias propuestas para mejorar la vida de las personas con diversidad funcional en Europa, de las cuales deberán elegir tres, que se presentarán en la fase nacional de estos diálogos ciudadanos.

En dicha fase nacional, prevista para la última semana de febrero, los portavoces locales ex-

pondrán las propuestas alcanzadas en el escenario local, con la participación de un representante de las instituciones europeas. El resultado de este debate virtual se concretará en un manifiesto conjunto bajo el lema *Europa unida en la diversidad*.

Estos diálogos ciudadanos tienen dos objetivos. El primero, "conseguir la implicación de públicos de difícil acceso en la Conferencia sobre el Futuro de Europa", como es el caso de los colectivos de personas con discapacidad y menores de edad. En segundo lugar, "conocer la visión, necesidades y objetivos de Europa que se quieren en torno a diversas temáticas del área *Valores y Derechos* y otros temas de la Conferencia sobre el Futuro de Europa".

En el caso del centro Europe Direct Maestrazgo, la temática era "diversidad funcional",

mientras que otros centros de España han abordado la diversidad afectivo-sexual (Europe Direct Ciudad Real), la diversidad de orígenes en la Unión Europea (Europe Direct A Coruña), la diversidad de género (Europe Direct Donosti) y la diversidad cultural (Europe Direct Castellón).

La Conferencia sobre el Futuro de Europa consiste en "una serie de debates y discusiones protagonizados por los ciudadanos que permitirán a las personas de toda Europa compartir sus ideas y contribuir a configurar nuestro futuro común", en palabras de la Comisión Europea.

"El objetivo de la Conferencia es reflejar nuestra diversidad y llevar a Europa más allá de sus capitales, llegando a cada rincón de la Unión y reforzando el vínculo entre los europeos y las instituciones que les sirven", añaden.

Investigan el 'capacitismo' como estructura mental de exclusión

Redacción
Teruel

El Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI) llevará a cabo en 2022 el primer estudio amplio e integral sobre el *capacitismo*, la principal estructura mental de exclusión de las personas con discapacidad sobre la que apenas hay investigaciones solventes.

Así lo ha acordado el Consejo de Ética de la plataforma representativa de la discapacidad, que en su plan bienal de actuación para el periodo 2022-2023 ha incluido la realización de este estudio, que estará disponible a finales de este ejercicio y que será publicado en forma de libro en formato papel y electrónico.

El *capacitismo* consiste en el proceso mental, que llega a erigirse en estructura, que establece la capacidad, entendida como la funcionalidad máxima asociada a un individuo considerado como paradigma de la normalidad humana, como factor determinante del valor de la persona y de su apreciación y admisión sociales.

Entender y practicar la capacidad como métrica del valor las personas aboca a aquellas que están por debajo del patrón de normalidad imperante a ser discutidas y finalmente depreciadas, originándose en las mentalidades individuales y en el imaginario colectivo espirales de exclusión sistemática que se proyectan de forma muchas veces inconsciente en la vida de las personas con discapacidad.

En el estudio promovido por el CERMI, se tratará de documentar de forma rigurosa y sobre evidencias psicológicas y sociológicas cómo opera el capacitismo en la exclusión de las personas con discapacidad.

Redacción
Teruel

Estudios recientes indican que España es en la actualidad uno de los países europeos con mayor tasa de riesgo de pobreza infantil. Según el Alto Comisionado contra la Pobreza Infantil del Gobierno de España, y organizaciones como UNICEF o Save The Children, casi un tercio de los niños y niñas en nuestro país se encuentran en esta situación, mientras que la media en la Unión Europea se sitúa en torno al 25%.

La preocupación por la persistencia de esta situación ha llevado a la Unión Europea a incluirla como prioridad del Plan de Acción del Pilar Europeo de Derechos Sociales, lo que en España se ha traducido en el desarrollo de una estrategia contra la pobre-

Los menores con discapacidad, en mayor riesgo de pobreza

El Gobierno elabora una estrategia para su erradicación

za infantil que el Gobierno debe presentar a la Comisión Europea el próximo mes de marzo.

De acuerdo con la Base Estatal de datos de personas con valoración del grado de discapacidad, a 31 de diciembre de 2019 viven en España 3.257.058 personas con un grado de discapacidad reconocido igual o superior al 33 por ciento. De éstas, el 5% son personas menores de 17 años (162.699 personas). En este

tramo de edad los varones suponen el 66% de las personas con reconocimiento administrativo de discapacidad. El tipo de deficiencia que presenta mayor prevalencia en este tramo de edad son las demencias y trastornos mentales. Le sigue la discapacidad intelectual y del desarrollo y las deficiencias neuromusculares.

La Red Europea de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión

Social en el Estado Español (EAPN-ES) apunta que en 2020, el 9,6% de las personas con discapacidad vivían en situación de pobreza severa, esto es 1,1% más que las personas sin discapacidad en ese mismo grupo de edad.

También señala que desde el año 2017, justo en el período de recuperación económica, la tasa de pobreza severa ha pasado a ser claramente más elevada entre

las personas con discapacidad. Según esta misma Red, las personas con discapacidad soportan un riesgo de pobreza y/o exclusión significativamente más elevado que aquellas que no tienen discapacidad.

A pesar de que la discapacidad, y específicamente aquella relacionada con problemas de salud mental, es un factor reconocido de generación de pobreza y exclusión social, existen una enorme falta de información estadística sobre en qué medida los niños y niñas con discapacidad se ven afectados por este fenómeno, según los informes analizados.

Con datos referidos a 2017, el 28,1% de los menores de 16 años se encontraban en riesgo de pobreza. De estos menores, el 4% de tiene discapacidad.