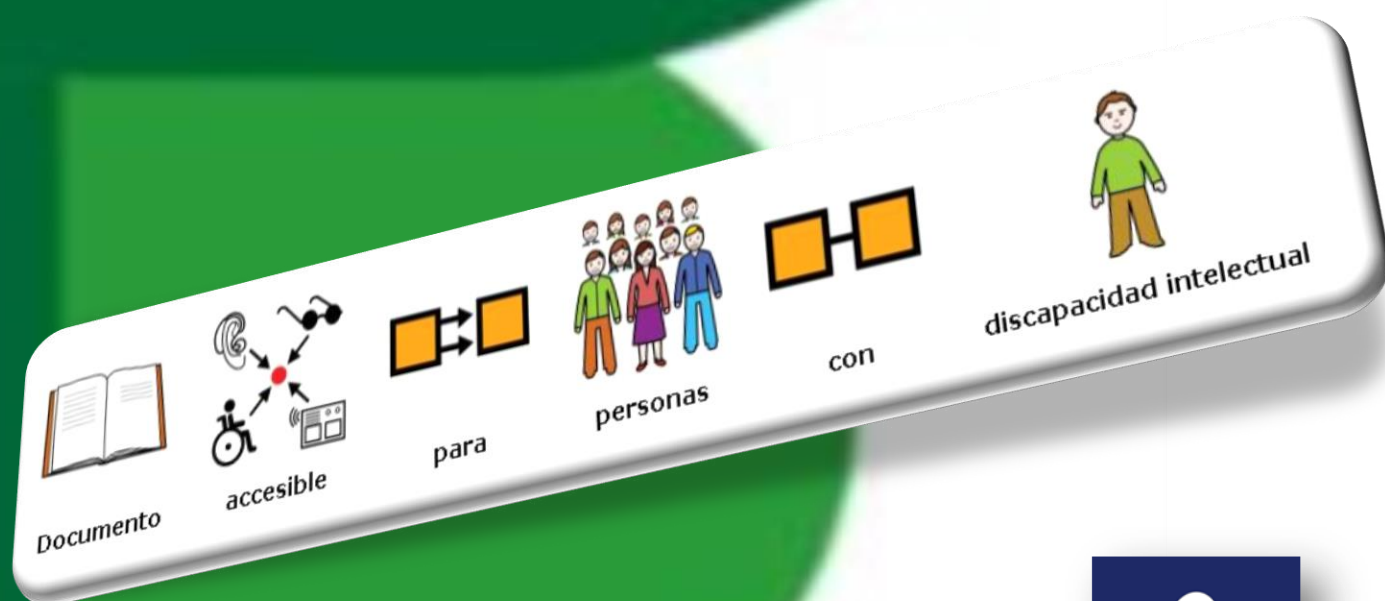
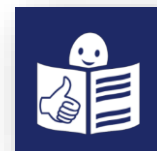


# PLENA INCLUSIÓN ARAGÓN

DOCUMENTO ACCESIBLE PARA PERSONAS CON  
DISCAPACIDAD INTELECTUAL



Escrito en  
lectura fácil



---

Autor:



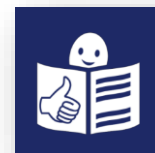
[info@plensinclusionaragon.com](mailto:info@plensinclusionaragon.com)

Diseño: PLENA Inclusión Aragón

Impresión: Stylo Digital ([stylo@stylodigital.com](mailto:stylo@stylodigital.com))

Los símbolos pictográficos utilizados de ARASAAC (<http://catedu.es/arasaac/>) son parte de una obra colectiva propiedad de la Diputación General de Aragón y han creados bajo licencia Creative Commons.

---



## Plena inclusión Aragón

Plena inclusión Aragón es una asociación que trabaja para ayudar a personas con **discapacidad intelectual y del desarrollo** y sus familias en Aragón.



Las personas que tienen **discapacidad intelectual y del desarrollo** suelen tener dificultades para aprender cosas, solucionar problemas y relacionarse con otras personas.

Somos una asociación que trabajamos junto con otras 36 entidades que quieren mejorar la vida de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo y sus familias como nosotros.



Ayudamos a casi 3.000 personas con discapacidad intelectual y del desarrollo y 8.000 familiares de personas con discapacidad.



Somos 900 profesionales y más de 400 personas voluntarias que nos esforzamos para ayudar.

Plena inclusión Aragón es una asociación incluida en el **movimiento asociativo de Plena inclusión**, extendido en 17 comunidades autónomas de España y en Ceuta y Melilla.

El **movimiento asociativo de Plena inclusión** es el trabajo compartido de varias entidades autonómicas con los mismos objetivos y valores. Todas las entidades con el nombre de Plena Inclusión comparten los mismos valores y objetivos.



Los **objetivos** y los **valores** de Plena inclusión Aragón se resumen en nuestra **misión** en la sociedad:

- Mejorar la vida de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo y sus familias.
- Trabajar con asociaciones que compartan nuestros valores y objetivos.
- Cambiar la sociedad para que no se trate de forma diferente a las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.

Las asociaciones de personas con discapacidad intelectual y del desarrollo que trabajan con nosotros tienen estos **servicios y centros**:

- **Centros de educación especial:** son colegios para enseñar a las personas con discapacidad. Su objetivo es dar una **educación adaptada** a las necesidades de las personas con discapacidad.



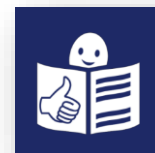
Educación

Una **educación adaptada** significa enseñar resolviendo las dificultades que tienen algunas personas para aprender. Por ejemplo usar la Lectura Fácil para enseñar a personas con problemas para entender lo que leen.

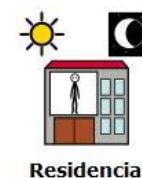
- **Centros ocupacionales:** son centros en los que se enseña a trabajar y se entrenan diferentes habilidades. Su objetivo es que las personas aprendan un oficio.



Trabajar



- **Centros especiales de empleo:** son empresas en las que hay más personas trabajando con discapacidad que sin discapacidad. Su objetivo es que las personas con discapacidad puedan trabajar en un puesto de trabajo adaptado a sus necesidades.
- **Centros de día:** son centros en los que se entrenan diferentes habilidades. Su objetivo es que las personas con discapacidad tengan un lugar en el que poder aprender cosas.
- **Servicios residenciales:** son centros en los que pueden vivir las personas con discapacidad. Pueden ser **residencias** o **viviendas tuteladas**. Su objetivo es que las personas con discapacidad sean más autónomas y tengan un sitio donde vivir.



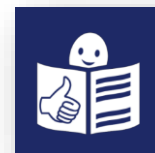
Una **residencia** es un centro en el que muchas personas comen, duermen y hacen actividades. Hay varias personas que ayudan a las personas que viven allí.

Una **vivienda tutelada** es un piso para una o más personas al que suele acudir una persona (monitor o monitora) para ayudar a las personas con discapacidad que viven en ese piso.

- **Servicios de atención temprana:** sirven para ayudar a niños y niñas menores de 6 años y sus familias. Su objetivo es **prevenir dificultades** cuando sean más mayores.



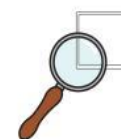
**Prevenir dificultades** significa adelantarse a problemas que pueden aparecer en el futuro.



- **Servicios de ocio, deporte y tiempo libre:** son actividades para divertirse, hacer ejercicio y disfrutar de un rato en compañía de otras personas. Su objetivo es hacer que las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo disfruten de su tiempo libre con actividades diferentes.
- **Servicios de empleo:** sirven para que las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo encuentren un trabajo en empresas de personas sin discapacidad. Su objetivo es que las personas con discapacidad encuentren un trabajo igual que cualquier otra persona.



Ocio

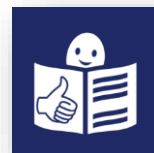


Buscar trabajo

Las **actividades** que hacemos desde Plena inclusión Aragón **para personas con discapacidad intelectual y del desarrollo** se hacen desde el **servicio de promoción de la autonomía personal**.

Este servicio estudia las necesidades que tiene cada persona con discapacidad que acude a nuestro centro y los apoyos que le podemos dar.

Cuando ya sabemos, junto con la persona, que cosas queremos trabajar, decidimos que actividades son las mejores para cada persona.



Las actividades que hacemos en Plena inclusión Aragón desde este servicio son las siguientes:

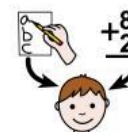
- **Actividades de vida en el hogar:** son actividades que te enseñan a hacer las tareas de la casa, como por ejemplo cocinar, limpiar y pagar facturas.
- **Actividades de vida en la comunidad:** son actividades que te ayudan a entender y utilizar tu entorno. Por ejemplo, enseñarte sitios importantes de tu ciudad, aprender a coger transporte público, sacar dinero del banco o hacer papeles en el ayuntamiento.
- **Actividades de aprendizaje a lo largo de la vida:** son actividades que te enseñaran habilidades necesarias para convivir con otras personas. Por ejemplo, aprender a comunicarte de forma correcta. También se dan clases y cursos de formación.
- **Actividades de empleo:** son actividades que te ayudarán a mejorar tu situación laboral. Por ejemplo aprender a hacer y revisar tu currículum o conocer bolsas de empleo y empresas donde trabajar.
- **Actividades de salud y seguridad:** son actividades que te enseñarán lo importante que es cuidarse. Por ejemplo hacer dietas saludables, la importancia del ejercicio físico.



Cocinar



Comunidad



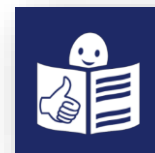
Aprender



Empleo



Seguridad



- **Actividades sociales:** son actividades que te enseñan a convivir con las demás personas. Por ejemplo comunicarte con el resto de forma correcta.



Sociedad

- **Actividades de protección y defensa:** son actividades que te enseñarán a conocer tus derechos y a asegurarte de que nadie puede hacerte daño o aprovecharse de ti. Por ejemplo tener precaución con las cosas que hacemos con las redes sociales.



Defensa

- **Actividades de apoyo conductual:** son actividades que ayudan a personas con problemas de comportamiento. Por ejemplo personas que no controlan su carácter.



Problemas de conducta

Las **actividades** que se hacen en Plena inclusión Aragón **para las familias** de personas con discapacidad intelectual y del desarrollo son las siguientes:

- **Información, orientación y asesoramiento:** desde nuestra asociación **informamos y orientamos** a las familias de personas con discapacidad intelectual y del desarrollo de los servicios que tienen en Aragón.

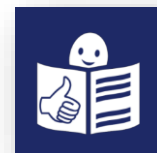


Información

**Informar** significa dar información sobre servicios y centros para personas con discapacidad.

**Orientar** significa aconsejar de que servicios pueden ser los mejores para cada familia y persona con discapacidad.

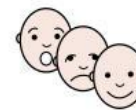




- **Ayuda mutua y apoyo emocional:** las familias de nuestra asociación se juntan para hablar sobre temas que les interesa y comparten sus opiniones y experiencia. Se ayudan y apoyan entre unas y otras.



apoyo



emocional

- **Dinamización y formación:** enseñamos a las familias a cuidar de las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo y hacemos que participen en actividades y eventos organizados por nuestra asociación.



Formación

- **Respiro para ayudar a conciliar la vida personal, familiar y laboral:** ayudamos a las familias para que puedan disfrutar de su vida en familia y en el trabajo. Tenemos varias personas que trabajan como monitores y monitoras y ayudan a las familias a cuidar de las personas con discapacidad.



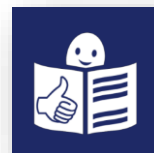
Vida

Plena inclusión Aragón trabaja para mejorar la situación de las 36 asociaciones con las que comparte valores y objetivos.

Por ejemplo se encarga de que todas estas asociaciones compartan una misma forma de trabajar y atender con calidad a las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo y sus familias.

Además, Plena inclusión Aragón atiende a cualquier persona que quiera colaborar con nuestra asociación de voluntario o voluntaria o participar en alguna **actividad formativa**.

Las **actividades formativas** son cursos sobre diferentes temas.



Para saber más sobre nuestra asociación, Plena Inclusión Aragón, puedes ponerte en contacto de las siguientes formas:

- Llámanos por teléfono, marcando: **976.73.85.81**
- Envíanos un Correo Electrónico a la siguiente dirección: [info@plenainclusionaragon.com](mailto:info@plenainclusionaragon.com)
- Visita nuestro centro en la **Calle Joaquina Zamora Número 4, Bajos. Código Postal: 50.018 (Barrio Actur).**
- Nuestra **página web** es [www.plenainclusionaragon.com](http://www.plenainclusionaragon.com)



TELEFONO



CORREO ELECTRONICO

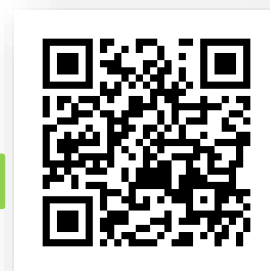


DIRECCION



WEB

Los **códigos QR** son unos cuadrados que te enseñan una página web, o un vídeo, o un documento que está en internet. Para poder ver lo que guardan es necesario descargarse a tu móvil o tablet una aplicación que "lea códigos QR". A la derecha te enseñamos uno de ellos que te llevará a nuestra página web.

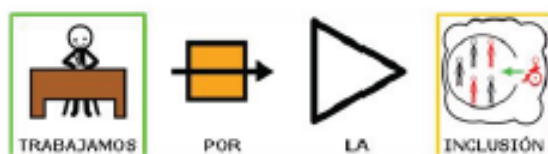


Código QR

Plena Inclusión Aragón



Gracias



# **Plena** inclusión Aragón

Asociación Aragonesa de Entidades de  
Personas con Discapacidad Intelectual

[www.plenainclusionaragon.com](http://www.plenainclusionaragon.com)

Telf. 976.73.85.81

Calle Joaquina Zamora, 4 bajos 50018 Zaragoza

## Financia:



 POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL