

# EL CAMINO DE LA INCLUSIÓN

**Asociaciones de discapacidad, administraciones y otras entidades colaboran para fomentar las actividades de ocio, cultura y deporte inclusivas en la provincia de Almería. Huertos urbanos, ligas de fútbol o jornadas de convivencia son algunas de las iniciativas que se están desarrollando con éxito.**

MIGUEL BLANCO  
FOTOS: VV.AA.

**J**ugar partidos de fútbol, disfrutar de excursiones en el campo, ir al cine o a un concierto, actuar en una obra de teatro, aprender en un taller. Son actividades de ocio y tiempo libre habituales entre la población. Lo que no es tan común es que estas actividades las lleven a cabo, juntas, personas con discapacidad y sin discapacidad.

Normalizar que esto se convierta en algo asiduo, que no llame la atención, es uno de los objetivos por los que trabajan desde hace años asociaciones de personas con discapacidad de todo tipo y entidades colaboradoras como las administraciones o la Universidad de Almería (UAL).

Fruto de esta colaboración y de la iniciativa de las asociaciones, a lo largo del año se organizan, entre otras actividades, una liga de fútbol, unas jornadas de deporte, jornadas de convivencia, viajes turísticos, todas ellas inclusivas, e incluso se ha puesto en marcha un huerto inclusivo para fomentar la salud mental e investigar el efecto de la actividad inclusiva en personas con discapacidad.

## EL DEPORTE COMO VÍA DE INCLUSIÓN

Una de las acciones más relevantes en nuestra provincia en este ámbito es la Jornada El Deporte como Vía para la Inclusión, de la que este año se ha celebrado la séptima edición con una espectacular participación de

más de 700 personas, entre usuarios de diez asociaciones de discapacidad, alumnos de once centros educativos, personal docente y voluntarios, que disfrutaron a lo largo de una mañana de 18 modalidades deportivas en las instalaciones de la UAL.

En esta edición, participaron las entidades Centro Ocupacional Murgi, Centro Ocupacional de Verdiblanca, Residencia Graveamente Afectados de FAAM, Anda, Asapros, Asalsido, A Toda Vela, CDD CERNEP UAL, La Clase Chica y FAISEM, junto a los centros educativos IES Azcona, CDP Portocarrero de Aguadulce, CEIP San Bernardo, CEIP Santa Isabel, CDP María Inmaculada, CEIP Virgen de Loreto, CEE Rosa Relaño, IES Francisco Montoya de Las Norias, IES Juan Goytisolo, IES Sol de Portocarrero e IES Retamar.

Con esta iniciativa, organizada por la Fundación FAAM para la Inclusión y el club Depoadap, con la colaboración del Ayuntamiento de Almería, la Diputación Provincial, la Junta de Andalucía y la UAL, se quiere impulsar y promocionar el deporte inclusivo y los beneficios que este aporta. Asimismo, es una forma de reivindicar, por parte de las asociaciones, que se fomente el deporte adaptado y que las personas con discapacidad tengan más opciones de participar en disciplinas deportivas de forma inclusiva.

Valentín Sola, presidente de FAAM, señalaba en la inauguración de la jornada que "para nosotros esta es la fiesta de la inclusión y el objetivo es lanzar un mensaje: el deporte no solo favorece la salud mental y física de

las personas con y sin discapacidad, sino que el deporte es una vía para la inclusión". En esta línea, añadía que "esto se tiene que trasladar a la rutina diaria de los centros educativos y de la sociedad, y ese es nuestro principal objetivo".

El objetivo final de estas jornadas en la universidad "es que las personas con y sin discapacidad interactúen, participen en un formato inclusivo, practicando un deporte que, sobre todo las personas con discapacidad, en la mayoría de ocasiones no tienen la posibilidad de practicar", cuenta a Foco Sur José Carlos Tejada, presidente de Depoadap. En esta misma línea, Valentín Sola destaca que "es un avance importante porque es inclusión, no ya integración". Antes, explica a Foco Sur, se organizaban actividades "donde estaban las personas con discapacidad por un lado y las personas sin discapacidad por otro, y ahora pretendemos que las personas con discapacidad y las personas sin discapacidad puedan convivir".

## LIGA DE FÚTBOL INCLUSIVA

Otra actividad deportiva enfocada a la inclusión es la Liga Almeriense de Fútbol Inclusiva, promovida por la asociación A Toda Vela, la Diputación de Almería y la Federación Andaluza de Fútbol, con la colaboración del Ayuntamiento de Almería. Es una actividad pionera en Andalucía, en la que equipos formados por jugadores con y sin discapacidad participan en este torneo, cuyo objetivo no es ganar, sino fomentar la tolerancia, el res-



De izquierda a derecha y de arriba a abajo: participantes en las Jornadas El Deporte como Vía de Inclusión de este año; II Encuentro Intergeneracional, organizado por Verdiblanca en junio; partido de la I Liga de Rugby Inclusivo, en Adra; equipo La Cañada Asalsido, en la Liga Almeriense de Fútbol Inclusivo.

En la página anterior, usuarios del huerto inclusivo puesto en marcha por el centro de investigación CIBIS en la Universidad de Almería.

peto a la diferencia, la empatía y el trabajo en equipo.

En su tercera edición, celebrada entre marzo y junio, han participado los equipos Atlético Benahadux, La Clase Chica, UCD La Cañada Asalsido, Sporting FS A Toda Vela, UAL Incluyete, CFF Murgi El Timón Ejido, Ejido FS Asprodresa, Maavi Fundación, Mayéutica Indakana, Poli Ejido Inclusivo, Apafa, CD Vera Asprodalba, CD Villa de Albox El Saliente, CD Comarca Níjar Activa y Almería Acoge Convive Fundación Cepaim. Ha sido un récord de participación, con 15 equipos frente a los siete que estuvieron en la primera edición, con 240 jugadores frente a 70 y 15 jornadas disputadas, cuando en la primera fueron tres.

“Estamos muy contentos con la evolución de este proyecto, porque vemos que cada edición tiene más impacto, más participación y despierta más interés”, asegura Rebeca Tur, directora general de A Toda Vela, que añade que “el propio proyecto nos está mostrando que es algo muy necesario y que despierta el interés”. Así, destaca que “en la primera edición, colaboramos con tres ayuntamientos y en esta, con diez”.

Tur cuenta que “es un proyecto que tiene mucho más potencial y que está generando un impacto muy positivo en personas con discapacidad y sin discapacidad, en personas en riesgo de exclusión, mujeres, hombres, mayores, jóvenes y niños”. Y señala cómo, frente al fútbol tradicional, que en ocasiones “saca lo peor de las personas, este

proyecto plantea una liga que se basa en valores, como fomentar las relaciones de convivencia, la ayuda mutua, cambiar la forma de entender la rivalidad para vivirla desde la deportividad y el compañerismo”. Por eso, asegura, “tiene un impacto mucho más profundo que estar jugando una liga de fútbol”.

#### REGLAS ADAPTADAS

Uno de los equipos que se ha sumado al proyecto en esta última edición es el UCD La Cañada Asalsido. La colaboración entre ambas entidades comenzó con un proyecto social anterior, gracias al cual los chicos y chicas de La Cañada y de Asalsido ya habían participado en actividades en común.

“En la Liga tenemos federados diez usuarios, chicas y chicos, y también cuatro voluntarios de la asociación que los conocen”, cuenta Ana Pérez, responsable de Deporte en Asalsido. “En cada encuentro se pueden meter 16 fichas, y metemos ocho de Asalsido y ocho de La Cañada, en categoría Infantil y Cadete, y se van turnando”, añade.

En la Liga, “aparte de la puntuación de los partidos, se puntuá la deportividad y el juego limpio y, en caso de empate, se miran las faltas cometidas”, revela Ana Pérez, que destaca una característica de la competición: las reglas también se adaptan, para compensar las desigualdades de nivel que pueda haber entre los equipos, porque lo importante aquí no es ganar, “no es una liga centrada en la competición”, sino fomentar los valores y la convivencia.

En este sentido, la responsable de Deportes de Asalsido señala que “los chicos de La Cañada, al principio, saben dónde van pero no saben cómo relacionarse con ellos, pero los nuestros son los más abiertos en ese aspecto, así que cambia mucho cómo entran la primera vez en el vestuario a recoger las equipaciones y cómo salen al terminar el partido”. Y añade: “Son valores que van a adquirir y a la larga se van a dar cuenta”.

#### URA CLAN, PIONEROS EN DEPORTE INCLUSIVO

Cuando se habla de deporte inclusivo en Almería, una referencia es la Fundación URA Clan, del Unión Rugby Almería. Su actividad desde hace años la hacía merecedora, a finales de 2024, del premio a la mejor entidad deportiva de Andalucía, otorgado por el Instituto Andaluz de la Juventud.

Es el décimo galardón que conceden a URA Clan desde que se fundó en 2018 para promover la práctica del rugby inclusivo. “Hoy día, en deporte, discapacidad, inclusión e integración social, posiblemente seamos un referente en este país”, señalaba Miguel Palanca, presidente del Unión Rugby Almería y URA Clan, al recoger el premio.

En el equipo, conviven jugadores de distintas capacidades y edades, con el caso paradigmático de Niel, jugador a sus 70 años y veterano del Mundial de Rugby Inclusivo celebrado en 2022 en Cork, Irlanda, donde participó con el URA Clan.

Este año, el equipo ha participado en la I Liga de Rugby Inclusivo, organizada por la Fe- ▶

# Un huerto inclusivo en la Universidad de Almería

Entre las iniciativas para fomentar las actividades inclusivas que se están desarrollando en la provincia de Almería, destaca el huerto que el Centro de Investigación del Bienestar y la Inclusión Social (CIBIS) de la Universidad de Almería (UAL) ha puesto en marcha este curso y que tiene una característica especial: está enfocado en promover la salud mental de quienes participan en él.

La directora del CIBIS, Inmaculada Cubero, explica que han puesto en marcha dos proyectos de investigación y formación con el huerto urbano. "Uno está destinado a usuarios que vienen de asociaciones de personas con discapacidad diversa o con necesidades especiales", cuenta. "En este proyecto se han inscrito, de forma gratuita, A Toda Vela, la Residencia de Mayores del Zapillo, La Clase Chica, el Centro de Día Universidad de Almería, que gestionamos nosotros, y la FAAM, con la Residencia de Gravemente Afectados", detalla. De cada asociación participan entre ocho y diez usuarios, todos los miércoles de 10:00 a 12:30. "Hay un plan de actividades que se van desarrollando y que es-

cido laboral", cuenta la directora del centro, que añade que "estamos intentando aprender del desarrollo de los proyectos para ir consolidando y formalizando cuáles son las acciones concretas que más benefician a ese objetivo transversal que tenemos en el centro de investigación de buscar la salud mental".

A lo largo del curso, los usuarios han cultivado habas, cebollas, ajos, ajotes, pimientos y tomates, además de hierbas culinarias como romero, tomillo y orégano. Asimismo, les enseñan cómo se recogen y se extraen las semillas de árboles para plantarlas en pequeños tiestos. Cuando crecen, se traspasan a macetas y, más adelante, cuando tienen el tamaño adecuado, se plantan los árboles. "Son árboles frutales y árboles autóctonos de Almería, y para esta actividad nos asesoran en el CECOUAL", apunta Cubero.

Como es una actividad de carácter inclusivo, a las sesiones asisten también alumnos de la UAL, y su participación cuenta para el prácticum de final de grado. "Por ejemplo, un psicólogo puede aprender todo lo que tiene que ver con el impacto que producen las llamadas terapias ecológicas, que son terapias dirigidas a personas en su rehabilitación o su mejora de la salud mental", cuenta Cubero, que asegura que "son acciones que, cuando las ves con los usuarios, es algo espectacular, porque son personas a las que, por ejemplo, les cuesta trabajo mantener un contacto visual o la actividad motriz fina y las ves con una sonrisa de oreja a oreja, mientras preguntan cuestiones, manejan semillas o riegan".

En este sentido, el centro va a crear un equipo de investigación para "obtener datos relevantes que comparan el antes y el después en la salud mental, e incluso en otro tipo de ámbito psicológico, de una persona después de estar acudiendo como usuario estable a un huerto inclusivo a hacer actividades de este tipo". La iniciativa ha llamado incluso la atención en el ámbito internacional y una universidad de Reino Unido y otra de Grecia ya buscan cómo colaborar con el CIBIS en este proyecto.



Inmaculada Cubero, directora del CIBIS, en el huerto inclusivo.

tán enfocadas al desarrollo cognitivo y motor y, sobre todo, a generar e incrementar la satisfacción vital, porque este centro persigue, a través de este proyecto, la mejora de la salud mental", señala Cubero.

El segundo proyecto está enfocado a personas de entre 18 y 30 años vinculadas a la unidad de salud mental del CIBIS, que trata con personas con trastorno mental grave. Los participantes reciben una formación específica. "El objetivo es, de nuevo, el equilibrio en la salud mental pero también la inclusión en el mer-

deración Andaluza de Rugby, cuya fase final se celebró en abril en Adra. Además del URA Clan, que resultó campeón, participaron los Marrajos Fenicios, de Adra, Keyrós, de La Línea de la Concepción, y El Puerto de Santa María. El rugby es, en la actualidad, el único deporte federado inclusivo en Almería.

## ENCUENTRO INTERGENERACIONAL

La inclusión no solo se consigue por la vía del deporte. Las actividades de ocio también son una manera de impulsar la inclusión de personas con discapacidad en distintos ámbitos. En esta línea, la asociación Verdiblanca celebraba en junio su II Encuentro Inter generacional. En él, 150 personas con y sin discapacidad participaron en distintas actividades en el Parque del Andarax.

Al Encuentro asistieron personas usuarias del Centro Ocupacional Juan Goytisolo de Verdiblanca, Ítaca, Altea, Aspapros, FAAM, La Clase Chica, A Toda Vela y El Timón. Para la organización, contaron con la colaboración financiera de Fundación Única, Indalim, Cítricos del Andarax, Pan Hidalgo y la Diputación Provincial, y la de un amplio equipo de voluntarios, personal técnico especializado, alumnos en prácticas, el Ayuntamiento de Almería y la brigada Rey Alfonso XIII de la Legión.

Talleres de zumba y yoga, un desayuno saludable, juegos tradicionales, un bingo musical, un 'pasapalabra' acuático y una visita al

Ecomuseo de la Vega formaron parte de la programación de la jornada.

Es una actividad que "queremos que se consolide en el calendario como una forma participativa e integradora de dar la bienvenida al verano y que cada vez sean más las personas que puedan sumarse a las actividades, compartiendo una jornada sin distinción alguna", aseguraba el presidente de Verdiblanca, Antonio Sánchez de Amo.

## SENDERISMO, VIAJES Y FESTIVALES

La asociación Verdiblanca lleva ya cuatro años organizando todo tipo de actividades que fomenten la inclusión, tanto para sus usuarios como para los de otras entidades del Tercer Sector. Una de las más recientes ha sido una ruta de senderismo adaptado celebrada en Lucainena de las Torres.

Asimismo, en A Toda Vela tienen claro que hay que impulsar la inclusión en el ocio. Así, mantienen un Club de Creación Literaria en la Biblioteca Villaespesa y, en verano, "hacemos un viaje con Pies Grandes al que van usuarios de A Toda Vela y personas sin discapacidad, que comparten espacios y tiempos de ocio", cuenta Rebeca Tur.

En mayo, un grupo de usuarios con gran discapacidad de la Residencia para Grandes Discapacitados de FAAM iniciaba el Camino de Santiago, en una ruta de más de 100 kilómetros, con el objetivo de obtener la Compostela. "Estas iniciativas son una forma de

reivindicar y comunicar a la sociedad la importancia de la inclusión de las personas con discapacidad", apunta Valentín Sola.

En la línea de facilitar la participación de todo tipo de personas en actividades culturales, más allá de sus capacidades físicas o psíquicas, es referente a nivel nacional la Fundación Music for All, vinculada a Crash Music, promotora del Cooltural Fest y otros festivales. Sus eventos son ejemplo de accesibilidad para todos y ya asesoran en esta línea a otros festivales del país.

En Asalsido van más allá y participan en actividades que no están planteadas de forma inclusiva, como excursiones organizadas por la Diputación o ir al cine. Lola Rodríguez, directora técnica de la asociación, señala que "tenemos que ser visibles en todos los ámbitos de la vida, el deportivo, el cultural, el pedagógico, el empleo, porque ellos tienen que desarrollarse y funcionar en todas las áreas". Y añade que "visibilizar en todos los ámbitos del día a día la discapacidad hace que no sea algo raro ver a una persona con discapacidad haciendo deporte o en el cine o en un taller de teatro".

En el camino hacia la inclusión, aun queda mucho por recorrer ya que, como recuerda José Carlos Tejada, "la integración real de personas con discapacidad, en demasiadas ocasiones, no se hace realidad". Aun así, gracias a iniciativas como estas, avanzamos, paso a paso, hacia ese objetivo. ■