Nº65 OCTUBRE 2026

COCEMFE
Castilla y León

BOLETIN INTERNO COCEMFECYL



ÍNDICE:

- PREMIO AL PROYECTO RUMBO
- ENCUENTRO MAKERS
- CONOCIENDO A NUESTRO EQUIPO: ESTER DIAZ ALVARADO
- VOLUNTARIADO LA CAIXA
- CARRERA DE LOS MIL PASOS
- CONGRESO DE CUIDADORES
- FORMACIÓN



PREMIO NORTE DE CASTILLA “CIUDANÍA DIGITAL” AL PROYECTO RUMBO

El Proyecto Rumbo ha sido reconocido con el galardón Innovación Digital de Impulso a la ciudadanía digital, que entrega el Norte de Castilla.

El Proyecto RUMBO: hacia un modelo de autonomía personal conectada e inclusiva se desarrolló entre 2022 y diciembre de 2024. Su ejecución comprendió tres etapas: pilotaje de iniciativas, entre enero de 2022 y junio de 2023; ampliación de las soluciones seleccionadas, entre julio de 2023 y junio de 2024; y transferencia de conocimientos y resultados, entre julio y diciembre de 2024.

Fue una iniciativa de innovación social impulsada por COCEMFE, ASPACE, IMPULSA IGUALDAD —anteriormente PREDIF—, Daño Cerebral Estatal —anteriormente FEDACE— y Autismo España, junto con su tejido asociativo. Se llevó a cabo en Andalucía, Aragón, Cataluña, Castilla y León y Galicia, con financiación del Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 mediante el Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia y los fondos europeos NextGenerationEU.

El proyecto consistió en diseñar, poner a prueba y evaluar nuevas formas de apoyo para que las personas con discapacidad pudieran desarrollar su proyecto de vida en la comunidad, prestando especial atención a quienes necesitaban apoyos más intensos. Para ello, combinó vivienda accesible, asistencia personal, tecnología, servicios de proximidad y participación social.

Su planteamiento situó en el centro las preferencias, decisiones y necesidades de cada persona. Desde esta perspectiva, la vida independiente se entiende como la posibilidad de dirigir la propia vida contando con los apoyos necesarios.

Los principales objetivos fueron:

- Facilitar la permanencia en el propio hogar, actuando sobre las barreras de la vivienda.
- Ofrecer alternativas de alojamiento accesible, incluidas viviendas de transición para preparar una vida independiente.
- Prevenir la institucionalización no deseada y facilitar otras opciones de vida.
- Transformar los centros residenciales, orientándolos hacia apoyos personalizados y vinculados a la comunidad.



- Acercar servicios a las personas con necesidades de apoyo prolongado, especialmente cuando los recursos existentes resultaban insuficientes.
- Favorecer la participación comunitaria y el ejercicio de una ciudadanía activa.
- Mejorar la capacitación profesional y la coordinación de recursos.
- Trasladar los aprendizajes a las administraciones públicas, para facilitar su incorporación a servicios y políticas.

Las actuaciones se organizaron en ocho líneas de trabajo complementarias, que combinaron intervención directa, investigación, formación y transferencia de conocimiento. Su aplicación se distribuyó entre las entidades y territorios participantes.

1. Adecuación y personalización de viviendas.
Se desarrollaron soluciones para mejorar la accesibilidad del hogar y ajustarlo a las necesidades de cada persona. Incluyeron tecnologías de apoyo, domótica y productos que facilitaran la realización de actividades cotidianas y la permanencia en la vivienda.

2. Viviendas de transición a la vida independiente.
Se ofrecieron espacios donde las personas participantes podían adquirir experiencia y habilidades para gestionar su vida cotidiana, con acompañamiento y apoyos personalizados. Estos alojamientos permitieron preparar el paso hacia una forma de vida elegida por la propia persona.

3. Promoción del alojamiento inclusivo.
Se impulsaron recursos para conectar la demanda y la oferta de vivienda accesible, junto con acciones de formación y asesoramiento dirigidas a agentes del sector inmobiliario, públicos y privados.



4. Transformación de centros residenciales.
Se realizaron diagnósticos y propuestas de cambio para avanzar hacia una atención centrada en la persona. Las actuaciones abordaron tanto la accesibilidad de los espacios como la organización de los apoyos, la capacidad de decisión y la relación con el entorno comunitario.

5. Servicios sociosanitarios de proximidad.
Se acercaron apoyos al entorno habitual de las personas, especialmente al medio rural. Entre las experiencias figuraron intervenciones sociosanitarias, recursos de fisioterapia y programas de empoderamiento para personas con discapacidad y sus familias.

6. Participación comunitaria y ciudadanía activa.
Se promovieron actividades de ocio inclusivo, encuentros y actuaciones para facilitar la participación social y asociativa. En Castilla y León, el resumen final recoge iniciativas de participación comunitaria con especial atención a menores con discapacidad.

7. Organización de un catálogo de apoyos a la autonomía personal.
Se trabajó en identificar y conectar servicios, asesorar sobre proyectos de vida independiente y formar a profesionales y asistentes personales. La finalidad fue facilitar respuestas coordinadas y adaptadas a cada persona.

8. Evaluación, sensibilización y transferencia.
Se analizaron necesidades y buenas prácticas, se evaluaron las experiencias y se elaboraron materiales para compartir los aprendizajes. También se desarrollaron acciones de comunicación y propuestas dirigidas a las administraciones para extender los modelos de apoyo ensayados.

Tras recoger el galardón en nombre de todas las entidades participantes en este proyecto, la presidenta de COCEMFECYL, Pilar Fernández destacoó "*recogemos este premio con alegría, con gratitud y con la responsabilidad de seguir avanzando.*
RUMBO nace de una convicción compartida: cada persona debe poder construir su proyecto de vida, elegir dónde y con quién vivir, participar en su comunidad y disponer de los apoyos necesarios para hacerlo.
Hablamos de decisiones tan cotidianas como salir de casa, hacer la compra, disfrutar de una actividad cultural, mantener nuestras relaciones o seguir viviendo en el pueblo al que sentimos que pertenecemos. Decisiones que expresan quiénes somos y cómo queremos vivir.
Para muchas personas con discapacidad, ejercer esa libertad exige superar barreras físicas, sociales y de acceso a los recursos. RUMBO nos ha permitido trabajar conjuntamente para ofrecer nuevas respuestas: viviendas más accesibles, asistencia personal, tecnologías de apoyo, servicios de proximidad y oportunidades de participación comunitaria".
Finalizó su intervención indicando que *este premio pertenece a todas las entidades que hemos participado en el proyecto. A nuestros equipos profesionales, por compartir conocimientos, sumar esfuerzos y buscar soluciones con compromiso y creatividad. A las familias y a quienes acompañamos cada día, por la confianza y colaboración demostrada.*
Y, especialmente, pertenece a las personas con discapacidad que han participado en RUMBO. Gracias por compartir vuestras experiencias, expresar vuestras preferencias y ayudarnos a comprender qué apoyos son verdaderamente importantes. Vuestra voz ha orientado este camino y debe seguir guiando las decisiones que afectan a vuestras vidas."

VI ENCUENTRO MAKERS: SOLUCIONES TECNOLÓGICAS APLICADAS A LA ALIMENTACIÓN

Coincidiendo con el Día Internacional de la Terapia Ocupacional, COCEMFE Castilla y León celebró el VI Encuentro Makers.
En esta ocasión el tema central ha sido las dificultades en la alimentación de niñas y niños y las soluciones tecnológicas aplicadas ante ello.
La jornada comenzó con las palabras de Montserrat Santamaría Vázquez, decana de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Burgos (UBU), institución que participa activamente en este encuentro desde sus inicios.
Terapeuta ocupacional, la decana destacó el reconocimiento de estos profesionales que contribuyen a la mejora de la autonomía de las personas con discapacidad. Afirmó además que "l*a labor que realizamos en la universidad no puede estar alejada de la sociedad. Es un compromiso ineludible trabajar por y para las personas y establecer colaboraciones, como esta con COCEMFE Castilla y León, para intercambiar aprendizajes y conocimientos con profesionales de diversos perfiles*".

Tras ella tomó la palabra Pilar Fernández, presidenta de COCOMFE Castilla y León que destacó que "l*a innovación cobra sentido cuando amplía las posibilidades de las personas para decidir, participar y desarrollar su propio proyecto de vida.A veces, ese cambio empieza con algo muy concreto: un utensilio que se adapta mejor a una mano, un soporte que facilita un movimiento o un producto de apoyo diseñado para una necesidad que hasta ahora no encontraba respuesta.Son soluciones que pueden parecer pequeñas, pero que tienen un enorme valor en la vida cotidiana. Porque detrás de cada una hay una persona que gana autonomía, una actividad que se vuelve posible y una oportunidad de participar con mayor libertad.*"
La siguiente experta en intervenir fue Patricia Domínguez Sánchez, pediatra y gastroenteróloga del Hospital Universitario de Burgos, que abordó los problemas digestivos de la infancia con disfagia y cómo condicionan en el acto de comer. "*Es necesario identificar la complicación, porque no siempre deglutir con seguridad significa alimentarse bien*".









Enumeró también las señales de alarma (vómitos, dolor al tragar, síntomas respiratorios, estreñimiento…). La Dra. Domínguez avanzó en un asunto que predominó a lo largo de toda la jornada: evaluar las circunstancias y características de cada menor: “No hay enfermedades, sino enfermos.”

Rebeca Álvarez Mielgo, logopeda de COCEMFE Castilla y León, puso sobre la mesa la necesaria coordinación de la familia y cuidadores y profesionales sanitarios y educativos. Para la experta, “comer es mucho más que alimentarse”. Cuando sobreviene un problema en la infancia, esta redunda en el bienestar de la familia. Por eso, insiste en mantener una alimentación segura, eficaz y adaptada a las necesidades de cada hogar. “Cada vez llegan más casos a la consulta con menores con problemas con la alimentación. Y para afrontarlo, se necesita un compromiso familiar”. La intervención varía según la etapa de vida: no es lo mismo un bebé que a partir de los 3 años, cuando ya ingiere alimentos sólidos. La logopeda habló de oralidad alimentaria, funciones relacionadas con el proceso de comer que evolucionan, y que en ocasiones, necesitan la guía de un profesional.

Para paliar la escasez de recursos y servicios, COCEMFE Castilla y León actúa en el medio rural a través del programa CONVIVE RURAL. “Incluye formación, consultas y terapias”, explicó Rebeca Álvarez, que interviene con otros logopedas y terapeutas ocupacionales de la entidad social en las provincias de Burgos y Palencia.

Intervino, a continuación, la terapeuta ocupacional de COCEMFE Castilla y León, Elvira Hernando Marcos que recordó que “comer es un acto social, por lo tanto, debe ser un disfrute. Y para que esto sea una realidad, hay que descubrir los alimentos a través de los sentidos”. Animó a derribar el mito de que con la comida no se juega: “Comer es una actividad de las más complejas que realizamos los humanos: incluye hasta 35 pasos, desde tolerar, mirar, interactuar, oler, tocar, para finalmente ser capaz de disfrutarlo. Hay que centrar el aprendizaje en la motivación y el interés”.

Desde el trabajo del terapeuta ocupacional, es importante prevenir riesgos en torno a la mesa, pero también favorecer la autonomía con una participación activa del niño. Cuando surgen dificultades en esta área, se introducen los productos de apoyo, desarrollados con tecnología 3D y que deben ser personalizados, asequibles y con capacidad para ser adaptados. Y en este proceso de búsqueda y fabricación, Elvira Hernando trabaja por “conocer las capacidades de la niña o el niño y no quedarse en sus limitaciones.

En este punto de la jornada, conocimos algunas soluciones técnicas, dirigidas a resolver los ‘retos makers’ de anteriores ediciones. Fue gracias a la colaboración de los estudiantes de los grados de Terapia Ocupacional y Organización Industrial de la Universidad de Burgos, que desarrolla el proyecto “Contigo soy capaz” para dotar de mayor funcionalidad e independencia a las personas con discapacidad.

Con su aportación, este grupo de alumnas y alumnos ha hecho posible que un niño de 11 años, con encefalopatía y gran dificultad para mantener el control y la estabilidad, pueda

.

montar en bicicleta. Su propuesta es un soporte desmontable que se puede adaptar al triciclo y permitir que participe en actividades recreativas junto a sus iguales. También hemos conocido otra aportación: el diseño de un dispositivo para la apertura de puerta para una adolescente con movilidad reducida. Un producto que va a ser patentado.

La siguiente intervención corrió a cargo de Alberto Martínez Márquez y Egoi Azkárraga Ortega, presidente y secretario de 3DLan, una asociación sin ánimo de lucro que desarrolla productos de apoyo con esta tecnología. Pudimos conocer su respuesta a diferentes situaciones de dependencia y discapacidad. Y todos sus retos, relacionados con la alimentación, tienen nombre propio: Sergio, Nati, Ander, Rubén, Ioana…, quienes ya disfrutan de un empujador de dos piezas adaptable a un botón gástrico; un transporte modular para el equipo de alimentación entera; un soporte de vaso y un elevador del plato… "Nadie se preocupa en diseñar productos que aporten dignidad. Al mercado no le interesa crear una solución única porque encarece. Por eso, buscamos financiación para lograrlo", explicaron.

Su repositorio de productos de apoyo para la discapacidad incluye ya el diseño de cada pieza para ser redimensionada, modificada o personalizada. Y apuestan porque los propios usuarios pueden diseñarse sus dispositivos. "Lo importante no es la tecnología, sino la ética de su uso", señalaron.

Por último, intervino Patxi Larumbe Beramendi, fundador de Cocuus, empresa que, a través de la tecnología del escáner 3D, "convierte alimentos en datos para devolver a la persona con disfagia o problemas de masticación la esperanza en la comida". De esta forma fabrica pures con apariencia de solomillo o merluza, y bacon vegetal sin colesterol. 'Formatos' más atractivos con todos los aportes nutricionales, gracias a esta tecnología de gran impacto social. En este proceso, interviene un equipo de 30 profesionales en ingeniería, robótica, mecánica, ciencia de datos, biotecnología, biomedicina, nutrición… Empezaron a experimentar en pandemia con carnes alternativas, bacon de pollo o productos vegetales. "Las grandes compañías alimentarias son las que mandan, y su apuesta en 15 años son productos saludables, con carga proteínica. Comiendo menos y alimentándonos más".





CONOCIENDO A NUESTRO EQUIPO :
ESTER DIAZ ALVARADO
ASISTENTE PERSONAL



La asistencia personal consiste en el apoyo que una persona ofrece a otra con discapacidad o en situación de dependencia para que pueda desarrollar su vida con autonomía y tomar sus propias decisiones. respetando siempre las preferencias, necesidades y decisiones de quien recibe el apoyo. Su finalidad es favorecer una vida independiente y la inclusión en la comunidad.

Esther, vamos a hablar de tu historia. Tú eres asistente personal en COCEMFECYL. ¿Cómo llegas a la entidad y cómo llegas a ser asistente personal?

Yo estaba en otro trabajo y siempre veía a una amiga que acompañaba a gente, les ayudaba a hacer cosas muy diferentes en su día a día. Y le pregunté ¿qué hay que estudiar para hacer eso que tú haces? Me dijo que su figura laboral se denominaba "asistente personal" y que había que pasar por un curso para poder realizarla. A los pocos días me dijo que en COCEMFECYL iban a hacer un curso para ser asistente personal. Fui para allá ,pregunté, me inscribí al curso y a los pocos días de terminar la formación comencé a trabajar.

¿Cómo fue ese curso? ¿Qué es lo que aprende un asistente personal?

El curso en sí tiene una amplia parte teórica muy interesante. Aunque luego realmente cuando afianzas esa información es en el día a día en la parte más práctica. Es entonces cuando debes enfrentarte a cuestiones como abrir o cerrar una silla de ruedas y otras muchas cuestiones. El curso lo imparten un buen número de profesionales diferentes que te enseñan muchas cosas y luego, como te digo, en la parte práctica completas todo esa formación.

Y luego empiezas a trabajar en COCEMFECYL, ¿desde cuándo?

Empecé en un proyecto desde enero a julio del 2025 y cuando ese proyecto finalizó yo

volví a mi casa pero a los pocos meses me volvieron a llamar y volví a la entidad y aquí estoy hasta ahora.

¿Qué hace exactamente un asistente personal? Para aquellas personas que estén leyendo esta entrevista y no sepan muy bien exactamente qué es la figura del asistente personal. ¿Qué haces tú en tu día a día?

Somos una prolongación de las personas usuarias, somos sus manos y sus pies. Ser asistente personal es realizar todo lo necesario para que la persona con la que estamos pueda desarrollar su proyecto de vida tal como ella decida . Tú no decides sino que acompañas y apoyas en todo lo necesario.

En todo este tiempo, aparte de todo lo que aprendiste en el curso, toda esa teoría que luego has tenido que poner en práctica, ¿qué estás aprendiendo de trabajar con personas con discapacidad física?

Pues a valorar el tiempo, sobre todo, que hay que valorarlo y disfrutarlo. Hay cosas que antes no me planteaba y que ahora valoro enormemente.

¿Tú crees que la discapacidad sigue siendo una gran desconocida de cara a la sociedad en general?

La verdad es que si. No podemos imaginar lo que es vivir el dia a dia utilizando , por ejemplo, una silla de ruedas. Pensamos en que



no pueden subir una escalera pero no es solo la escalera, son las baldosas que se mueven, los bordillos etc etc etc.
Falta mucha accesibilidad en las ciudades . Hasta que no te sientas en una silla no puedes ni imaginar como es la realidad de estas personas. Yo habia trabajado con personas con discapacidad auditiva pero la discapacidad fisica es otra realidad muy distinta.

¿Ves las ciudades de otra manera ahora?

Por supuesto. Y las ciudades para las personas con discapacidad son muy hostiles, muy difíciles de vivir. Y eso que en Palencia tenemos la suerte de que es muy llana y eso ayuda pero falta accesibilidad en muchos lugares y específicamente en algunos barrios como por ejemplo el del Cristo que tiene aceras muy estrechas y con muchos desniveles. Se van haciendo cosas poco a poco no solo en las aceras sino también en los edificios pero aún falta mucho. Y creo que en este sentido COCEMFECYL juega un papel muy importante.

Hablemos de lo que hacías antes de estar en esta entidad porque me contabas que estuviste trabajando con personas con discapacidad auditiva…

Yo empecé trabajando como intérprete de lengua de signos, pero bueno, eso hace ya unos cuantos años. Luego me dediqué a otras cosas sobre todo al trabajo de comercial. Y cuando descubrí la figura de la asistente personal dije “yo quiero cambiar”. Y lo hice. De alguna forma hay alguna similitud entre el trabajo de asistente personal y de intérprete de lengua de signos. Todo lo que haces es acompañar, facilitar…la persona decide y tú apoyas.

¿Cómo ha sido el aterrizaje en esta entidad?

Muy bueno. Yo estoy muy contenta con este trabajo. Me siento valorada tanto por parte de las personas usuarias como por parte de cada persona que forma parte de la entidad

Trabajas con personas y también para personas en este tiempo de la inteligencia artificial…

Yo creo que, aunque la tecnología es muy importante y se aplica a nuestro trabajo hay cosas que nunca va a poder hacer la inteligencia artificial. El factor humano es esencial. Las relaciones personales son fundamentales y enriquecedoras.

Si yo te pidiera que me definieras a COCEMECYL con una palabra, ¿qué palabra elegirías?

Puente. Esa es la palabra. Para mi esta entidad es un puente entre el usuario y la sociedad y las instituciones. Es un puente que hace posible la realización de su proyecto de vida.



CONGRESO DE CUIDADORES 2026: 10 EDICIONES PARA EL APRENDIZAJE COMPARTIDO

Anotad esta fecha en vuestra agenda: 20 de novimbre. Esa es la fecha en la que celebraremos el próximo “Encuentro Nacional de Personas Cuidadoras”.

El Congreso alcanza en 2026 su décima edición como espacio de encuentro y reflexión sobre la realidad de las personas cuidadoras. Aborda su realidad desde distintas perspectivas, a través de ponencias de terapeutas y especialistas y testimonios reales, y permite compartir experiencias y los retos que plantea el cuidado familiar.
El Congreso podrá ser seguido en directo a través del canal de YouTube y redes sociales de COCEMFE Castilla y León, y con interpretación en lengua de signos.
Durante los próximos días os contaremos todos los detalles y os recomendacmos que esteis especialmente atentos a nuestras redes sociales donde os compartiresmos cuestiones muy interesantes en relación con las personas cuidadoras.
COCEMFE Castilla y León realiza desde 2007 distintas actuaciones para cuidar de quienes cuidan, sobre todo, en el medio rural: atención integral a familias con discapacidad y apoyo psicosocial, a través del programa Cuidadores 5.0.



El programa está dirigido a familias y personas cuidadoras principales de personas con discapacidad que residen en el medio rural. Su objetivo es reforzar las habilidades y competencias necesarias para el cuidado, mejorar las condiciones psicosociales de las familias y favorecer la permanencia de las personas con discapacidad en su domicilio y entorno.

CARRERA DE LOS 1000 PASOS

Nos sumamos a un evento que , cada año, nos lleva hasta Salamanca y que es mucho más que una “carrera” , es una maravillosa marea roha que inunda las calles salmantina en un ambiente festivo, de convivencia activa y de solidatidad.
Personas voluntarias, corredores y participantes de cualquier edad y condición física se lanzaron a la calle para multiplicar por mil su compromiso con la inclusión, y no solo para hacer gala del nombre de la cita.
Ocurrió en la Carrera de los 1.000 pasos, que organiza AVIVA Salamanca y que en esta edición número 17 superó el éxito de convocatoria de las anteriores con más de 4.000 personas asistentes.

COCEMFE Castilla y León también estuvo allí, apoyando, participando y uniéndose a una de las concentraciones más destacadas del calendario deportivo, que visibiliza las capacidades de las personas con discapacidad.
Y salta a la vista que no fue la única entidad social, institución o persona asistente, que se implicó en esta convocatoria altruista, y que anduvo o corrió por el centro urbano de Salamanca.
Las aportaciones facilitan el desarrollo de distintas iniciativas y programas de AVIVA Salamanca, entidad adherida a COCEMFE Salamanca, federación a su vez incluida en @cocemfecyl.
Esta cita se confirma así como un ejemplo de cohesión, participación y compromiso de los que aspiramos a normalizar una sociedad abierta, accesible y más justa para tod@s.



VOLUNTARIADO FUNDACIÓN LA CAIXA

La implicación y entrega de las personas que forman parte del voluntariado de La Caixa hicieron posible una estupenda actividad que tuvo como escenario las instalaciones de LA ROCA de Palencia.
El objetivo era practicar la escalada deportiva en la gran mole artificial de cemento, que simula un entorno montañoso natural, en este espacio deportivo y de aventura situado al aire libre.
Y no hubo vía, presa ni dificultad que frenara las ganas de avanzar y disfrutar.
Una pared que se convirtió en estímulo y modo de ignorar la autolimitación.
Y es que la escalada adaptada tiene numerosos beneficios físicos, cognitivos, sociales y emocionales. Es la prueba del poder terapéutico de un ambiente cooperativo, de apoyo y dominio.
Una pared, una ruta y una meta que alcanzar, con la confianza única que genera el aliento y la solidaridad del voluntariado.
Nuestro agradecimiento infinito.









PRÓXIMAS FORMACIÓNES: ABIERTO EL PERIODO DE INSCRIPCIONES

Continuamos con nuestro programa de formación para este año 2026.
Las próximas citas serán con las formaciones de “Asistente Personal” y la de “Asistente personal para la práctica deportiva”. ,
Asistente Personal es una formación integrada en ‘Programa específico de itinerarios personalizados de inclusión sociolaboral para personas con discapacidad 2021-2027’, que cofinancian Fondo Social Europeo (FSE) y Junta de Castilla y León.

Más información e inscripciones en:
Sede de COCEMFE CASTILLA Y LEÓN:
c/Gaspar Arroyo, 6, 34.005 Palencia
Teléfono: 979745840
empleo@cocemfecyl.es



