

REVISTA 2025

2025 ALDIZKARIA



35. ANIVERSARIO


Bizkaia
foru aldundia
diputación foral


Fundación
Síndrome de
DOWN
y otras discapacidades intelectuales
País Vasco



Fundación
**Síndrome de
DOWN**

y otras discapacidades intelectuales
País Vasco

ÍNDICE

Artículos

<i>Método de lectura "Aprender a leer conmigo" - Equipo de Atención Individualizada.....</i>	5
<i>¿Y si compartir fuera parte de la respuesta? Grupo de Encuentro Familiar - Itsaso Larrieta Domingo, Responsable de adolescencia y seguimiento escolar y Carmen Álvarez González, Responsable de formación modular para personas adultas.....</i>	8
<i>Proyecto DEDICO: tecnología aplicada al aprendizaje de la autonomía personal - Maitane Diéguez López de Uralde, Responsable del programa Etxeratu.....</i>	11
<i>La igualdad en la Fundación Síndrome de Down del País Vasco - Comisión de Igualdad.....</i>	13

Acciones destacadas

<i>Unidos paso a paso: celebrando juntos la inclusión, la diversidad y el orgullo de formar parte.....</i>	21
<i>Fortaleciendo la Inclusión: Proyecto de Divulgación 2025.....</i>	22
<i>Participación en la campaña "Tan como tú" de Down España: visibilizar la igualdad desde la experiencia compartida.....</i>	23
<i>Guía Gastronómica de Bilbao "Bilbao Zaboretan": Un Proyecto Colectivo de las Personas Usuarías del Centro de Día.....</i>	24
<i>Presentación de la Coreografía 'HOGEITABIRA': Un Tributo a la Diversidad y la Inclusión.....</i>	25
<i>Conmemoración del 3 de diciembre: Día Internacional de las Personas con Discapacidad, promoviendo la Autonomía y la Inclusión Plena.....</i>	26

NUESTROS PROGRAMAS EN 2025.....	28
--	-----------

ÍNDICE



ARTÍCULOS

ARTÍCULOS

ARTÍCULOS

ARTÍCULOS

ARTÍCULOS

ARTÍCULOS

ARTÍCULOS

Método de lectura “Aprender a leer conmigo”

A lo largo de los años y sorteando los obstáculos en los modelos tradicionales de lectura que las personas con discapacidad intelectual (DI) encontraban y que limitaban la adquisición de esta competencia, se han ido elaborando y diseñando metodologías más adaptadas. Fue en los años 70 cuando se comenzaron a investigar y plantear alternativas para el aprendizaje de esta habilidad instrumental, y en los años 80 la Fundación síndrome de Down de Cantabria comenzó a diseñar un **método de lectoescritura especialmente planteado para personas con síndrome de Down (SD)**.

A finales de los años 80, la Fundación Síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales del País Vasco (FSDPV) comenzó a poner en práctica métodos avalados hasta el momento para que personas con SD, **adquirieran las competencias lectoras básicas**, adecuando el método a las características y al momento evolutivo personal. Hoy en día, y tras la puesta en práctica a lo largo de los años, se ha comprobado que este método no sólo es adecuado para personas con SD, sino con DI sin SD y con DD (Discapacidad del desarrollo).

En la sociedad en la que vivimos, una competencia que abre muchas oportunidades, no solo educativas sino sociales es la lectora. Es por ello que, desde la FSDPV, se apuesta por el método implantado por Down Cantabria, adaptándolo y ofreciendo una alternativa de calidad en el aprendizaje lector de las personas tanto con SD, con DI y/o DD.

Una de las principales características del método lectoescritura de la FSDPV, es que, dadas las características sociolingüísticas de la Comunidad Autónoma Vasca, **se elaboraron dos versiones en las dos lenguas cooficiales**. Ambas versiones, aunque parecidas, muestran diferencias teniendo en cuenta la estructuración morfosintáctica y las singularidades de cada una de las lenguas.

Actualmente, la elección de la lengua para la adquisición de la lectura ha de ser consensuado entre la familia, el centro escolar y la profesional de referencia, prevaleciendo la lengua materna y las posibilidades de éxito. Estas últimas, aumentan ya que el método se ajusta a las capacidades cognitivas de cada persona, siendo flexible y teniendo en cuenta los intereses personales y los ritmos de aprendizaje.

Las investigaciones realizadas por *Pueschel* demostraban que los niños y niñas con SD estimulados tienen una buena percepción y memoria visual, además de un buen lenguaje comprensivo. No se debe esperar a la edad cronológica normotípica para el inicio de la lectura ni esperar que el niño o niña sea verbal. Según este método, se ha de adelantar la adquisición de prerrequisitos para la lectoescritura a edades más tempranas, entre los 3 y los 4 años.

Con la implantación de este método se pretende **estimular el desarrollo cognitivo**, en el que no sólo se plantean objetivos de habilidades instrumentales como la lectura, sino también habilidades lingüísticas, enriqueciendo el vocabulario de las personas.

A pesar de ser un método diseñado para personas con DI y/o DD, y aunque los prerrequisitos previos difieren de los necesarios en los métodos tradicionales, para iniciar el proceso de lectura son necesarias unas condiciones mínimas relacionadas con diferentes aspectos cognitivos, comunicativos, perceptivos, atencionales, memorísticos, que conforman parte del proceso de adquisición de la lectura. Entre ellos se establece lo siguiente:

- Que la persona pueda nombrar objetos mediante la palabra o mediante el signo, señale, haga peticiones sencillas, así como que las comprenda.
- La capacidad atencional sostenida ha de mantenerse durante periodos cortos de tiempo.
- Tener una buena percepción, entendida como la capacidad de organizar los datos a través de los sentidos. Son fundamentales la discriminación visual y la auditiva.
- Tareas de discriminación visual en las que se emparejan objetos e imágenes iguales.
- Tareas de discriminación auditiva entre palabras similares.
- Tener una memoria, que le permita evocar lo aprendido. En niños con SD la memoria visual será mayor que la auditiva.

Asimismo, al igual que los modelos tradicionales, el método de lectura de la FSDPV, cuenta con varias etapas, que a continuación se describen:

1. Discriminación perceptiva: En esta etapa se trabajan las competencias básicas, en las que la persona comienza a discriminar de manera visual las formas, los colores, símbolos, imágenes sencillas y poco a poco más complejas. Estas habilidades son básicas para el posterior desarrollo de la lectura.



2. Lectura asociativa o de reconocimiento de palabras: En esta etapa se espera que la persona reconozca de manera visual de forma global un gran número de palabras escritas, comprendiendo su significado. Esta fase se suele iniciar entre los 3 años y medio y los 4. Dependiendo de cada persona.

Esta fase comienza con el reconocimiento de su nombre escrito, así como de personas de su familia y palabras motivadoras para él o ella.

3. Lectura analítica o silábica: Comprensión de que la palabra está formada por sílabas, siendo capaz de leer paulatinamente palabras compuestas por diferentes sílabas.

4. Lectura mecánica: El niño o niña será capaz de leer correctamente con el menor número de alteraciones posibles.

5. Lectura comprensiva: El niño o niña será capaz de leer de forma correcta el texto, haciendo las pausas precisas, entonando y acentuando correctamente, y además comprendiendo el significado de lo leído.

La metodología en la que la FSDPV se apoya, está basada en el conocimiento y el interés de cada niño y niña (conocer lo que le define, familia, personalidad, capacidades, puntos a apoyar, etc.) buscando que el aprendizaje sea motivador, mediante una pedagogía del éxito.

Una parte importante de nuestra labor, es dar a conocer este método en los centros escolares y formativos para divulgarlo, y de este modo, poder mejorar la capacidad lectora de las personas con SD, con DI y/ o con DD. Ayuntamientos como el de Barakaldo nos acompañan en esta labor, ayudándonos en la publicación del método y en su divulgación por los centros escolares de dicho municipio.

La FSDPV bajo el modelo de dimensión de calidad de vida de Shalock y Verdugo, sigue apostando por que las personas con SD, DI y/o DD tengan las mismas oportunidades que el resto de las personas.



¿Y si compartir fuera parte de la respuesta?

Grupo de Encuentro Familiar

En un año en el que la Fundación celebra su **35 aniversario**, es especialmente significativo echar la vista atrás y constatar que programas como el de los Grupos de Encuentro Familiar continúan en activo desde el año 1995. Este recorrido pone de manifiesto, por un lado, la apuesta firme de la entidad desde sus inicios por el acompañamiento y el encuentro entre familias; y, por otro, el valor y el sentido de un programa que ha sabido mantenerse vivo y adaptarse a lo largo del tiempo.

Desde la Fundación apostamos por un **acompañamiento integral** de la persona, entendiendo que este proceso implica también acompañar a su familia. Los grupos de encuentro familiar parten de un enfoque sistémico y de un modelo biopsicosocial, esto nos permite comprender la discapacidad como una realidad que repercute tanto en la persona como en su entorno familiar. Desde esta mirada, la intervención se dirige no solo a la persona, sino también a su familia, creando espacios específicos para escuchar, acompañar y dar respuesta a sus inquietudes.

En este marco, los grupos de encuentro familiar adquieren un papel fundamental, pero **¿qué son los grupos de encuentro familiar?** Se trata de espacios de participación voluntaria en los que las familias pueden compartir experiencias, inquietudes y emociones en un entorno seguro y de confianza. En ellos se favorece la creación de vínculos y apoyos naturales entre las personas participantes, contando siempre con la orientación y el acompañamiento de profesionales de la entidad.

Los grupos son estables y se convierten en un referente para las familias. Las reuniones se realizan con carácter mensual y tienen una duración de hora y media. En ellos se abordan temas relevantes en función del momento vital de su familiar: infancia, adolescencia, transición a la vida adulta, envejecimiento, entre otros. Al mismo tiempo, se reconoce que las familias también cambian en su composición, roles y necesidades. Por ello, los grupos de encuentro familiar no se dirigen únicamente a padres y madres, sino también a hermanos y hermanas, así como a abuelos y abuelas, poniendo en valor la diversidad de miradas y vivencias que conviven dentro de cada sistema familiar.

Actualmente, en la entidad están activos tres grupos de padres y madres y un grupo de hermanos y hermanas, todos ellos desarrollados en Bilbao:

- Un grupo de familias con hijos e hijas de entre 12 y 16 años.
- Un grupo de familias con hijos e hijas de entre 21 y 30 años.
- Un grupo de familias con hijos e hijas mayores de 30 años.
- Un grupo específico de hermanos y hermanas.



Esta estructura permite adaptar los contenidos, preocupaciones y apoyos a las distintas etapas del ciclo vital, manteniendo al mismo tiempo una coherencia metodológica basada en la **participación activa**, el respeto a los ritmos de cada familia y el apoyo mutuo.

Beneficios de los grupos de encuentro familiar: evidencia científica

La literatura científica respalda ampliamente los beneficios de los grupos de apoyo y encuentro para familias de personas con discapacidad intelectual. Diversos estudios señalan que la participación en este tipo de espacios se asocia con:

- Reducción del estrés y de la sobrecarga familiar, al disponer de un espacio seguro donde expresar emociones y normalizar vivencias compartidas.
- Incremento del apoyo social percibido, considerado uno de los principales factores protectores del bienestar psicológico en las familias.
- Mejora de las estrategias de afrontamiento, favoreciendo el paso de estilos más centrados en la evitación o el aislamiento a otros más activos, reflexivos y colaborativos.
- Empoderamiento familiar, entendido como una mayor sensación de competencia, control y participación informada en la toma de decisiones.



Las investigaciones en el ámbito del apoyo entre iguales destacan que el contacto con otras familias en situaciones similares facilita procesos de identificación, validación emocional y aprendizaje vicario. Asimismo, estudios específicos en discapacidad intelectual muestran que los grupos guiados por profesionales, pero centrados en la experiencia y el saber de las propias familias, favorecen un equilibrio adecuado entre el apoyo emocional y la orientación técnica.

Desde el enfoque sistémico, estos beneficios no se limitan a la persona que asiste al grupo, sino que tienden a extenderse al conjunto del sistema familiar, contribuyendo a mejorar la comunicación, la comprensión mutua y la adaptación a los distintos cambios vitales.

Conclusiones e invitación a la participación

Los grupos de encuentro familiar se consolidan como un recurso clave para las familias, su continuidad a lo largo de casi tres décadas en la entidad evidencia no solo su utilidad, sino también su capacidad de adaptación a las transformaciones sociales, familiares y vitales.

Estos espacios no solo ofrecen apoyo y orientación, sino que promueven la creación de comunidad, el sentido de pertenencia y el fortalecimiento de redes de apoyo natural que trascienden el propio grupo. Por todo ello, desde la entidad se anima a las familias que aún no participan a conocer y sumarse a los grupos de encuentro familiar, entendidos como un espacio compartido de crecimiento, acompañamiento y cuidado mutuo.



Proyecto DEDICO: Tecnología aplicada al aprendizaje de la autonomía personal

El aprendizaje de la autonomía personal es un proceso que se construye poco a poco, combinando práctica, acompañamiento y experiencias seguras. En este contexto surge **DEDICO**, un proyecto de la Fundación Síndrome de Down y otras Discapacidades Intelectuales del País Vasco, que utiliza la **realidad virtual y la realidad aumentada** para apoyar el aprendizaje de habilidades de la vida diaria. Gracias al apoyo técnico y tecnológico de **TECNALIA**, se han desarrollado experiencias que permiten practicar tareas cotidianas de forma segura y guiada, reforzando la confianza y la independencia de las personas participantes.

La **realidad virtual** permite recrear situaciones reales en un entorno digital. Con unas gafas especiales, la persona se sitúa dentro de una simulación y puede practicar, por ejemplo, un viaje en metro o el uso de un electrodoméstico, sin riesgos y en un entorno controlado. La realidad aumentada, en cambio, se utiliza a través de un móvil o una tablet y añade información visual sobre la realidad, facilitando indicaciones mientras se realiza una tarea en el entorno real, ayudando a recordar los pasos y a ganar seguridad. En DEDICO, ambas tecnologías se emplean como herramientas de apoyo para practicar tareas cotidianas, repetirlas tantas veces como sea necesario y ganar confianza antes de enfrentarlas en la vida real.

El proyecto se basa en el **aprendizaje experiencial**, que permite a las personas practicar situaciones cotidianas en entornos seguros antes de trasladarlas a la vida real. Gracias a la colaboración con TECNALIA, se han desarrollado varias experiencias principales:

- **Viajo en Metro (realidad virtual):** Simulación de un trayecto desde la sede de la Fundación en Bilbao hasta la estación de Moyua. Permite practicar pasos como subir al vagón, recargar la tarjeta Barik o mantener normas de seguridad durante el viaje. Esta herramienta ha sido desarrollada con la colaboración de Metro Bilbao.
- **Mi lavadora (realidad virtual):** Permite aprender el proceso completo de hacer la colada de manera guiada, incluyendo la preparación, el lavado y la resolución de posibles incidencias.
- **Mi lavadora (realidad aumentada):** Adaptación para móvil o tablet que permite reforzar la práctica de la tarea en el entorno real y generalizar el aprendizaje.



El uso de estas herramientas permite generar **espacios de aprendizaje estructurados**, donde las personas usuarias pueden practicar de forma repetida y progresiva. Entre los beneficios observados se encuentran una mejor comprensión de las tareas, mayor seguridad y confianza al realizarlas en la vida diaria, la posibilidad de ajustar el ritmo de aprendizaje a las necesidades individuales, mayor motivación e implicación y apoyo al trabajo de los profesionales mediante recursos innovadores y accesibles. Todo ello contribuye a favorecer un mayor grado de autonomía, siempre desde un enfoque realista y adaptado a cada persona.

DEDICO se concibe como una herramienta más dentro de los apoyos que la Fundación ofrece. Su valor principal es permitir **ensayar situaciones reales en un entorno controlado**, facilitando aprendizajes significativos y transferibles. De esta manera, la Fundación continúa explorando el potencial de la tecnología aplicada de forma responsable y centrada en las personas, reforzando su compromiso con la autonomía y la inclusión.



La igualdad en la Fundación Síndrome de Down del País Vasco

Un plan de igualdad es un documento marco que establece directrices y medidas concretas para lograr la **igualdad real y efectiva entre mujeres y hombres**, con el objetivo de orientar la actuación de los poderes públicos (Gobierno, Diputaciones y Ayuntamientos) y también empresas. Es decir, es un conjunto de acciones planificadas para eliminar la discriminación por razón de género, promoviendo la igualdad de trato y de oportunidades en todas las áreas laborales: la selección, promoción, formación y conciliación. Estas medidas se recogen de manera consensuada y negociada con los representantes legales de los trabajadores, buscando la igualdad en la gestión de recursos humanos.

En España actualmente existe la obligación legal de elaborar y aplicar planes de igualdad en determinados casos, especialmente en empresas privadas. A lo largo de los años ha ido evolucionando esta obligatoriedad, dependiendo del número de personas empleadas en las empresas. Y fue en marzo de 2022, cuando todas aquellas empresas con 50 o más trabajadores debían de tener un plan de igualdad aprobado, implementado y registrado.

Desde la Fundación síndrome de Down del País Vasco (FSDPV), siempre ha habido un gran compromiso con esta materia y fue en el año 2019 cuando se elaboró el primer plan para la igualdad.

En este año 2026, la Fundación se encuentra a las puertas de comenzar con su tercer plan y es por ello, que plantea una mirada hacia ambos lados, en la que se hace un balance y comparativa de la evolución de los planes y los retos futuros que se plantean.

I PLAN DE IGUALDAD 19-21

En el año 2019 se establece de manera oficial el I plan de igualdad de la FSDPV, en el que destacan cinco líneas de actuación, de la que se establecen diferentes acciones a llevar a cabo:

1. Conciliación y corresponsabilidad
2. Comunicación y toma de decisiones
3. Política de contratación
4. Programas o servicios
5. Riesgos psicosociales

Para poder planificar estas líneas, se hizo uso de la metodología LEAN de igualdad. Este método detecta ineficacias y desigualdades estructurales, mapeando los procesos de enfoque de género y desechando los “desperdicios de igualdad”; es decir, las barreras invisibles, como son techos de cristal, recursos destinados a políticas sin impacto real y procesos duplicados o no coordinados. Por otro lado, la metodología LEAN trata de implementar mejoras basadas en datos e indicadores e involucrar a toda la organización en la mejora continua.

Para la obtención de los resultados se tuvo que completar la siguiente tabla:

DEBILIDADES (1-1)	PROPUESTAS DE SOLUCIÓN (1-4)	BENEFICIOS (3)	MEDIDAS CLAVE (1-5)	PUBLICO OBJETIVO (1-3)
	RESPONSABLES (2-1)	COMUNICACIÓN (2-2)	MEDIDA VALIDACIÓN (4-1)	GRUPO VALIDACIÓN (4-2)
INDICADORES CLAVE (2-3)	RECURSOS CLAVE (2-4)		RECURSOS VALIDACIÓN (4-3)	

II PLAN DE IGUALDAD 22-26

En el II Plan de Igualdad 22-26, actualmente vigente, las líneas de actuación fueron las siguientes:

1. Selección de personal y acceso al empleo.
2. Retribuciones.
3. Formación de la Plantilla.
4. Promoción de la Plantilla.
5. Tiempo de trabajo: Conciliación y corresponsabilidad.
6. Acoso Sexual y Acoso por razón de Sexo.
7. Violencia de Género.
8. Comunicación y sensibilización.
9. Salud Laboral

Para establecer las líneas de actuación, así como las acciones a llevar a cabo en el periodo de los 4 años que se mantuviera vigente, se hizo uso de la Herramienta de valoración de puestos de trabajo, del Ministerio de Igualdad.

Esta herramienta, hace una evaluación de cada empleado que debe de ser útil para:

- Identificar las diferencias retributivas que pudieran existir en la empresa y corregir aquellas que, en su caso, resultaran discriminatorias. Es un procedimiento necesario con carácter previo a la confección de los registros retributivos de las empresas que realicen una auditoría retributiva, y un instrumento capital para visibilizar las posibles diferencias retributivas entre los trabajos de igual valor.
- Prevenir los sesgos de género que puede llevar consigo la utilización incorrecta del método de valoración. Un mayor porcentaje de puestos feminizados con escasa puntuación puede poner de manifiesto la aplicación incorrecta de la propia metodología, que no satisfaría, en este supuesto, los requisitos de objetividad, adecuación y totalidad.
- Corregir la política de personal y retributiva de la empresa. La persistencia, una vez constatado el uso adecuado del procedimiento de valoración, de ponderaciones segregadas por sexos ha de llevar a la empresa a plantearse otros aspectos relacionados con su política de personal como la selección y contratación, la promoción profesional, etc.
- Asimismo, puede servir como base a las comisiones negociadoras de los convenios colectivos.

COMPARATIVA Y EVOLUCIÓN DE LOS PLANES

Si se presta atención a la evolución entre planes, en el II plan se observa una ampliación con un enfoque más técnico y específico con líneas de actuación más concretas. Asimismo, en este último, se incorporan temas claves como la igualdad retributiva, promoción interna, acoso o violencia de género. Finalmente, el lenguaje evoluciona hacia una mayor especialización y precisión.

La comparativa anterior, se recoge en la siguiente tabla.

Categoría	I Plan	II Plan	Evolución
Conciliación y corresponsabilidad	Presente	Presente (más detallado bajo "Tiempo de trabajo")	Evolución positiva al especificar el enfoque de tiempo laboral
Comunicación	Comunicación y toma de decisiones	Comunicación y sensibilización	Cambio de enfoque: menos centrado en jerarquía, más en cultura organizacional
Contratación	Política de contratación	Selección de personal y acceso al empleo	Ampliación significativa
Formación y promoción	No explícito	Formación y promoción de la plantilla (2 líneas separadas)	Ampliación significativa
Retribuciones	No tratado explícitamente	Retribuciones	Nueva línea clave
Acoso y violencia de género	No tratado explícitamente	Acoso sexual / razón de sexo y Violencia de género	Inclusión muy relevante y necesaria
Riesgos psicosociales / Salud laboral	Riesgos psicosociales	Salud laboral (sin mención explícita a riesgos psicosociales)	Implica continuidad aunque no esté mencionado explícitamente
Programas o servicios	Presente	No aparece explícitamente	Posiblemente absorbido en otras líneas más específicas

III PLAN DE IGUALDAD 27-31

Teniendo en cuenta el desarrollo de los planes que hasta ahora ha habido en la FSDPV, y a la espera de llevar a cabo el diagnóstico de las posibles líneas de actuación durante los próximos 4 años, se establecen 8 posibles líneas teniendo en cuenta la evolución de los planes anteriores y la necesidad de un ajuste al sector en el que la FSDPV se encuentra.

Entendemos como entidad que las líneas de trabajo que deben tener un desarrollo mayor en el siguiente plan, sin descuidar todas las demás, son:

1. Digitalización y control de sesgos
2. Corresponsabilidad y flexibilidad
3. Prevención y actuación ante el acoso
4. Evaluación y mejora continua

CONCLUSIONES

A pesar de que las acciones de los diferentes planes se han ido completando, algunas líneas de actuación, como las relacionadas con la corresponsabilidad o la prevención y actuación frente al acoso, entre otras, han de seguir trabajándose de manera longitudinal, por lo que deben de estar presente en los planes futuros.

Asimismo, es imprescindible generar sistemas vivos de revisión, evaluación y ajuste, sin conformarse con el cumplimiento legal mínimo y de esa manera, poder estar en mejora continua.

Finalmente, las acciones generales han de evolucionar hacia compromisos concretos que tengan un impacto real.

CAMPAÑA DE CAPTACIÓN

La Fundación Síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales del País Vasco, es una entidad de interés social sin ánimo de lucro que apoya desde los primeros momentos de vida tanto a peques como adultos con discapacidad que potencia sus capacidades, dotándoles de herramientas y trabajando por la inclusión con sus iguales.

Por ello, la ayuda de todos los colaboradores que nos rodean es indispensable para llevar a cabo nuestra labor. Con la intención de buscar nuevos apoyos, lanzamos una campaña de fin de año en diciembre.

Todavía puedes apoyar a personas como Rubén, Enara, Amaia y Vera a través del código **bizum 03785** para que puedan desarrollar sus proyectos de vida.

¡Entre todos hacemos la diferencia!





UNIDOS PASO A PASO: CELEBRANDO JUNTOS LA INCLUSIÓN, LA DIVERSIDAD Y EL ORGULLO DE FORMAR PARTE

Cada **21 de marzo**, con motivo del **Día Internacional del Síndrome de Down**, la Fundación Síndrome de Down del País Vasco se llena de ilusión, color y significado. Es una fecha muy especial para todas las personas que forman parte de la fundación, ya que representa una oportunidad única para visibilizar, compartir y celebrar la diversidad, la inclusión y el valor de cada persona.

Uno de los momentos más esperados, sin duda, **el desfile**, una actividad simbólica y participativa en la que nos unen todas las personas que integran la fundación: personas usuarias, profesionales, familias y personas voluntarias. A través de este desfile mostramos que la inclusión se construye **caminando juntas y juntos**, avanzando en la misma dirección y dando espacio a todas las voces. No se trata solo de desfilar, sino de reivindicar con orgullo la identidad, las capacidades y los derechos de las personas con Síndrome de Down.

Durante el desfile, el ambiente se llena de alegría, compañerismo y emoción. La música, las sonrisas y el entusiasmo reflejan el sentimiento de pertenencia a una comunidad que apuesta por la igualdad de oportunidades y el respeto. Cada paso es una forma de decir que todas las personas tienen mucho que aportar y que la diversidad nos enriquece como sociedad.

En el año 2025, la Fundación Síndrome de Down del País Vasco ha vuelto a celebrar este desfile con la misma energía e ilusión, reafirmando su compromiso con la **inclusión social y la sensibilización**. Una vez más, esta actividad ha servido para fortalecer los lazos entre todas las personas que forman parte de la fundación y para dar visibilidad al trabajo diario que se realiza a favor de la autonomía, la participación y la calidad de vida de las personas con Síndrome de Down.

El desfile del 21 de marzo no es solo un acto simbólico, sino un mensaje claro a la sociedad: la inclusión es un camino que se recorre en conjunto, desde el respeto, la empatía y la participación activa. Desde la Fundación Síndrome de Down del País Vasco seguimos trabajando cada día para construir un futuro más justo, accesible e inclusivo, donde todas las personas puedan ser protagonistas de su propia vida.



FORTALECIENDO LA INCLUSIÓN: PROYECTO DE DIVULGACIÓN

En 2025, el proyecto de divulgación sigue desempeñando un papel fundamental en la sensibilización sobre la discapacidad y la inclusión. A lo largo de este año, hemos ampliado nuestras actividades en diversas áreas, alcanzando un mayor público y promoviendo un cambio de mentalidad en la sociedad.

Uno de los focos principales ha sido la continuación de las formaciones en centros escolares, incluyendo el Proyecto Barakaldo de Divulgación, que ha llevado talleres y charlas a distintas escuelas de la ciudad. Estas actividades han sensibilizado a los estudiantes sobre la importancia de la inclusión, ayudándoles a comprender y respetar la diversidad. Además, hemos colaborado con la Universidad de Deusto, realizando actividades con futuros profesionales para fomentar la inclusión en sus respectivas áreas.

El proyecto también ha estado presente en los medios de comunicación, dando visibilidad a las experiencias de las personas con discapacidad y promoviendo un mayor entendimiento y empatía en la sociedad. De este modo, seguimos impulsando el proyecto de divulgación, alcanzando más personas y reforzando nuestro compromiso con la inclusión social.



PARTICIPACIÓN EN LA CAMPAÑA “TAN COMO TÚ” DE DOWN ESPAÑA: VISIBILIZAR LA IGUALDAD DESDE LA EXPERIENCIA COMPARTIDA

El 21 de marzo, nos unimos a la campaña “*Tan como tú*” de Down España, una iniciativa cuyo objetivo es visibilizar que las personas con síndrome de Down son tan capaces como cualquier otra persona de realizar las mismas actividades cotidianas, de disfrutar de los mismos pasatiempos y de emprender proyectos que les permitan desarrollar su vida plena y participar activamente en la sociedad.

Esta campaña pone de manifiesto que las diferencias no nos separan, sino que nos enriquecen, y subraya la importancia de reconocer a cada persona por sus capacidades y derechos, más allá de cualquier condición. Todas las personas, tienen el derecho a ser tratadas con igualdad y respeto, y a ser valoradas por su potencial y contribución.

Con esta participación, reafirmamos nuestro compromiso con la visibilidad, el respeto y la igualdad de oportunidades, promoviendo una sociedad más justa, donde todas las voces son escuchadas y todas las personas, sin distinción, puedan desarrollar su pleno potencial.



GUÍA GASTRONÓMICA DE BILBAO “BILBAO ZABORETAN”: UN PROYECTO COLECTIVO DE LAS PERSONAS USUARIAS DEL CENTRO DE DÍA

Las personas usuarias de la Fundación Síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales del País Vasco del Centro de Día han creado en 2025 una **Guía Gastronómica de Bilbao “Bilbao Zaboretan”**, una recopilación de los sabores más representativos de la ciudad. Esta guía destaca platos típicos como el bacalao a la vizcaína, los pintxos y las merluzas en salsa verde, además de recomendar los mejores lugares para disfrutarlos.



El proyecto refleja la rica tradición culinaria de Bilbao y, al mismo tiempo, fomenta la participación activa de los usuarios en la conservación y difusión del patrimonio gastronómico local. A través de esta iniciativa, las personas usuarias no solo comparten su conocimiento, sino que también fortalecen su vínculo con la ciudad y su cultura.

PRESENTACIÓN DE LA COREOGRAFÍA 'HOGEITABIRA: UN TRIBUTO A LA DIVERSIDAD Y LA INCLUSIÓN

La destacada coreógrafa Izaskun Forcada, en colaboración con la asociación Bizipoza y otras entidades vinculadas, ha presentado en el año 2025 una serie de propuestas de baile en grupo que ponen de manifiesto el poder del movimiento como herramienta de inclusión y cohesión social. En este contexto, desde la Fundación Síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales de País Vasco nos unimos a esta iniciativa con la presentación de **HOGEITABIRA**, una canción y coreografía que rinde homenaje a la diversidad, la inclusión y la alegría de vivir.

Esta coreografía ha sido diseñada para ser accesible a todas las personas, permitiendo que cada persona participe a su manera. La esencia de la propuesta no radica en la perfección técnica de los movimientos, sino en la capacidad de mover el corazón y fomentar una conexión emocional a través del baile. HOGEITABIRA invita a la participación colectiva, celebrando la individualidad y la unión en un mismo espacio, y transmitiendo un mensaje de solidaridad y respeto mutuo.



CONMEMORACIÓN DEL 3 DE DICIEMBRE: DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD, PROMOVRIENDO LA AUTONOMÍA Y LA INCLUSIÓN PLENA



El 3 de diciembre, en el marco del Día Internacional de las Personas con Discapacidad, nos unimos para reflexionar sobre un principio esencial: la autonomía se construye a través del apoyo, el respeto y la creación de oportunidades reales. En este día, reafirmamos nuestro compromiso con una inclusión genuina, recordando que esta no es un gesto puntual, sino un proceso continuo que implica escuchar, acompañar y garantizar que cada persona tenga el derecho de tomar sus propias decisiones.

La inclusión verdadera comienza con el entendimiento de que la autonomía se fortalece cuando se proporcionan los apoyos adecuados.

Si necesito ayuda, apóyame.

Si puedo hacerlo yo, no lo hagas por mí

Nada sobre las personas, sin las personas.

Este principio refleja el respeto por la capacidad de cada persona y el valor de la autodeterminación.

Desde la Fundación Síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales del País Vasco trabajamos cada día para hacer de la participación plena una realidad, fomentando un entorno donde las personas con discapacidad puedan desarrollar su máximo potencial. Nada sobre las personas, sin las personas es el lema que nos guía, promoviendo una inclusión que se construye desde la escucha activa y el apoyo mutuo.

DESARROLLO INTEGRAL Y ATENCIÓN PERSONALIZADA CON EL PROGRAMA DE ATENCIÓN INDIVIDUALIZADA Y GRUPO DE JUEGO

En 2025, se ha seguido trabajando en la atención a las necesidades personales de cada persona, combinando estrategias especializadas con dinámicas grupales que favorecen la autonomía, la socialización y el desarrollo integral.

Los programas dentro de **atención individualizada** siguen incluyendo atención temprana para estimular el desarrollo global en etapas iniciales, fisioterapia adaptada para mejorar movilidad y coordinación, logopedia para potenciar la comunicación y el lenguaje, atención psicopedagógica según las necesidades cognitivas y emocionales, programa de lectura, escritura y cálculo (LEC), HAZI para el desarrollo emocional y social, tratamiento global que integra aspectos físicos, cognitivos y emocionales, y Neurobizi, un programa de estimulación sensocognitiva, en la sala multisensorial diseñado para potenciar capacidades cognitivas y sensoriales.



Paralelamente, el **Grupo de Juego** ha promovido la socialización, la autonomía y el aprendizaje de habilidades para la vida diaria. Durante 2025 se llevaron a cabo talleres sensoriales de Navidad y Halloween, así como actividades individuales en fechas significativas, integrando los diferentes programas y adaptándolos a los intereses y necesidades de cada participante.

Promoviendo el desarrollo integral y la autonomía de cada persona mediante la Atención Individualizada y el Grupo de Juego, en un entorno participativo, cercano y profesionalmente comprometido.

PREPARÁNDONOS PARA EL TRÁNSITO A LA VIDA ADULTA CON EL PROGRAMA DE AUTONOMÍA PERSONAL

Durante el año 2025, el Programa de Autonomía Personal ha continuado su labor de acompañamiento a adolescentes en su transición hacia la vida adulta, con el objetivo de favorecer su desarrollo integral y su inclusión social y escolar. A lo largo de este periodo, se han llevado a cabo diversas actividades complementarias que han enriquecido el proceso educativo, como la realización de murales con motivo del 8 de marzo, así como excursiones formativas orientadas a ampliar experiencias, fomentar la participación social y reforzar aprendizajes en diferentes contextos.

El programa se centra en dos objetivos generales: potenciar la adquisición de habilidades adaptativas que refuercen las competencias personales y sociales, y propiciar oportunidades de interacción social que contribuyan a una mejora en la calidad de vida de las personas participantes.

Este espacio ofrece **oportunidades de interacción e identificación** entre iguales adaptada a la edad, proporcionando referentes adecuados que facilitan el ajuste de expectativas y metas de vida. Las sesiones de trabajo son grupales, con una frecuencia semanal, y se adaptan al momento evolutivo y a las necesidades específicas de cada participante mediante dos ciclos diferenciados.

El primer ciclo está dirigido a adolescentes de entre 12 y 16 años. Las sesiones se centran en el desarrollo de la gestión emocional, la autonomía personal, la construcción de la identidad y el fortalecimiento de las relaciones con iguales. Este ciclo tiene como finalidad sentar las bases de habilidades adaptativas esenciales para la vida diaria y la convivencia social.

El segundo ciclo está orientado a jóvenes de entre 16 y 20/21 años. En esta etapa se profundiza en los contenidos trabajados previamente y se incorpora un enfoque más específico en aspectos como la identidad personal, las expectativas de futuro, la autodeterminación y el conocimiento de los derechos básicos, con el objetivo de preparar a los y las participantes para asumir de manera progresiva las responsabilidades propias de la vida adulta.



CAPACITACIÓN Y OPORTUNIDADES PARA EL FUTURO LABORAL Y PERSONAL CON EL PROGRAMA DE FORMACIÓN MODULAR PARA ADULTOS (FMA)

El Programa de Formación Modular para Adultos (FMA) continúa consolidándose como un recurso clave para el aprendizaje y el desarrollo integral de las personas con discapacidad. A lo largo de este año, el programa ha seguido ofreciendo oportunidades formativas que favorecen tanto el crecimiento personal como la preparación para la inclusión en el ámbito laboral. Su estructura se articula en dos grandes áreas complementarias que permiten dar respuesta a las necesidades de la vida cotidiana y a los retos del empleo.

Los **módulos generales** están orientados al desarrollo global de las personas participantes mediante actividades semanales de carácter formativo y experiencial. En estos talleres se trabajan contenidos como la lectura fácil, la cocina y distintas habilidades prácticas, contribuyendo a la adquisición de competencias útiles para la vida diaria y fomentando la autonomía personal.

Durante el año 2025, además de la formación habitual, se han desarrollado actividades que fomenten la participación activa, como: salidas, acciones de diseño-preparación y voluntariado en el mercadillo de la Fundación. La creación de FUNDAIRRATI, el podcast de la diversidad y la realización del proyecto de cultura accesible. Estas actividades tienen como objetivo favorecer el acceso a la cultura, la creatividad y la expresión a través de medios digitales, trabajando competencias relacionadas con la búsqueda, análisis y elaboración de contenidos. Estas iniciativas han permitido aprender desde la experiencia directa y han reforzado valores fundamentales como la empatía, la cooperación y la solidaridad, favoreciendo una participación más activa y comprometida en el entorno social.



Por otro lado, el programa incluye un itinerario específico de formación en **perfiles profesionales**, orientado a la capacitación laboral en entornos ordinarios. A lo largo de tres años, las personas participantes reciben una formación teórico-práctica con el objetivo de obtener un Certificado de Profesionalidad de Lanbide de Nivel 1. En el último año, esta formación se completa con prácticas en empresas, facilitando un primer contacto con el mundo laboral y favoreciendo una transición progresiva hacia el empleo.

En el marco de este apartado de perfiles profesionales, **durante el año 2025** se han realizado salidas a diferentes empresas con el fin de acercar a las personas participantes a la realidad del entorno laboral. Estas visitas han permitido conocer de primera mano distintos puestos de trabajo, dinámicas empresariales y contextos profesionales, reforzando la motivación, la orientación vocacional y la comprensión de las exigencias del mundo laboral. De este modo, el Programa de Formación Modular para Adultos continúa avanzando en su objetivo de ofrecer una formación completa e inclusiva, que impulse la autonomía, la confianza y las oportunidades reales de futuro para las personas con discapacidad.



AVANZANDO EN LA INCLUSIÓN LABORAL DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD CON EL PROGRAMA LAN

El Programa LAN continúa consolidándose como una iniciativa clave para la **inclusión laboral** de personas con discapacidad en entornos ordinarios. Gracias a la colaboración con empresas comprometidas, este año hemos logrado 8 nuevas incorporaciones laborales, demostrando que el talento no tiene barreras y que el empleo con apoyo genera beneficios tanto para las personas contratadas como para las propias empresas.

El programa se centra en ofrecer acompañamiento individualizado, asegurando que cada persona pueda adaptarse y crecer profesionalmente en su puesto de trabajo. Cada historia de éxito refleja cómo la inclusión laboral contribuye a construir entornos más diversos, colaborativos y equitativos.

En 2025, el Programa LAN también ha participado en eventos especiales, como BBK Live, el festival BIME y actividades en la Torre Iberdrola, donde personas de la Fundación Síndrome de Down y otras discapacidades intelectuales del País Vasco han trabajado, demostrando que la inclusión se crea, se vive y se celebra.

El Programa LAN sigue siendo un motor de cambio y diversidad, promoviendo el derecho a un trabajo digno y ofreciendo a las empresas la oportunidad de sumarse a una cultura inclusiva.



FOMENTO DE LA PARTICIPACIÓN Y LA INCLUSIÓN A TRAVÉS DEL PROGRAMA DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

El ocio y el tiempo libre son componentes fundamentales en el desarrollo de la autonomía y la integración social de las personas con discapacidad. En la Fundación, entendemos que el acceso a actividades recreativas, deportivas y culturales no solo fomenta la diversión, sino que también juega un papel crucial en el fortalecimiento de la capacidad de autogestión y en la promoción de la inclusión en la sociedad.

Uno de nuestros proyectos más significativos, el **Programa Lagunekin**, tiene como objetivo principal que las personas con discapacidad aprendan a organizar y gestionar sus propios planes de ocio. Apoyamos la creación de grupos de amigos que puedan planificar y disfrutar de sus actividades. Este enfoque les permite tomar decisiones de manera independiente, desde la elección de la actividad hasta los aspectos logísticos, como los horarios, impulsando así su autonomía y confianza.

A lo largo del año, hemos llevado a cabo una amplia variedad de actividades y eventos especiales en 2025, adaptadas a los intereses y capacidades de los participantes. Estas actividades incluyen encuentros semanales y quincenales, fiestas temáticas como Halloween y Navidad, y eventos especiales como las vacaciones de verano en Pamplona y León. Además, hemos organizado salidas de fin de semana a diferentes destinos como Gorliz y Santoña, brindando a los participantes la oportunidad de fortalecer sus relaciones interpersonales y poner en práctica sus habilidades de autogestión en un entorno real.



El **deporte** juega un papel fundamental en nuestro programa, ofreciendo a las personas con discapacidad la oportunidad de participar en actividades físicas dentro de equipos inclusivos. Con el crecimiento de los grupos deportivos en federaciones y centros ordinarios, cada vez más personas tienen acceso a competiciones y entrenamientos, lo que les permite disfrutar del deporte en su totalidad. Además de los beneficios físicos evidentes, la participación en el deporte fomenta la integración, el trabajo en equipo y el desarrollo de valores como la disciplina y el esfuerzo.

El deporte se ha consolidado como un ámbito de inclusión, donde la diferencia no es un obstáculo, sino una riqueza. Con la participación activa en eventos deportivos, las personas con discapacidad no solo demuestran su capacidad física, sino que también refuerzan su sentido de pertenencia y superan barreras sociales.

A través de estos programas, buscamos que el ocio y las actividades recreativas no sean solo un derecho, sino una vía para fortalecer la autonomía, la participación social y la inclusión de las personas con discapacidad. En la Fundación, cada paso que damos está orientado a garantizar que todos puedan disfrutar de una vida plena, participativa y llena de oportunidades.



ACOMPañAMIENTO HACIA UNA VIDA INDEPENDIENTE CON EL PROGRAMA ETXERATU

El programa Etxeratu se presenta como una propuesta integral orientada a acompañar a las personas con discapacidad en su proceso hacia una vida más autónoma e independiente. A través de recursos adaptados y de apoyos personalizados, el programa facilita la adquisición de habilidades prácticas, fomenta la toma de decisiones y refuerza la participación activa en la vida cotidiana, respetando siempre los ritmos y necesidades de cada persona.

Uno de los ejes del programa es la **Vivienda de Preparación para la Vida Autónoma**, un recurso de carácter temporal en el que las personas participantes residen durante un periodo aproximado de entre tres y seis meses. En este entorno se trabaja la convivencia, la organización del hogar y la gestión de la economía doméstica, con el acompañamiento de profesionales de la educación. El objetivo es ofrecer un aprendizaje práctico que permita afrontar con mayor seguridad una futura vida independiente o una implicación más activa en el hogar familiar.

Para aquellas personas que ya cuentan con un mayor nivel de autonomía, el programa ofrece la **Vivienda de Emancipación**, concebida como un recurso de larga estancia con apoyos puntuales. En este espacio se promueve la vida independiente mediante un acompañamiento flexible y ajustado a las necesidades individuales, abordando aspectos como la organización del hogar, la resolución de conflictos y la superación de dificultades concretas que puedan surgir en el día a día, siempre en un entorno seguro y estable.

De manera complementaria, el programa Etxeratu desarrolla una red de **apoyos personalizados** tanto en el hogar como en el entorno comunitario. Estos apoyos están orientados a reforzar las habilidades domésticas y la autonomía personal, independientemente del modelo de convivencia de cada persona. Así, se favorece la capacidad para afrontar los retos cotidianos y se impulsa una mayor participación en la vida diaria y social.

Durante el año 2025, el programa ha incorporado nuevas acciones destinadas a reforzar estos objetivos. Entre ellas destaca la implementación del programa DEDICO en las viviendas, apoyado en el uso de tablets y herramientas de realidad virtual para trabajar la autonomía de forma innovadora. Asimismo, las personas usuarias de las viviendas han participado activamente impartiendo una formación al grupo Entzun Gure Nahia Berria, perteneciente a FMA, compartiendo experiencias y dando respuesta a inquietudes relacionadas con la vida independiente, lo que ha contribuido al empoderamiento y al intercambio de conocimientos.



UN ESPACIO ACTIVO PARA EL DESARROLLO PERSONAL CON EL CENTRO DE ATENCIÓN DIURNA BEGOÑAKO AMA

Durante el año 2025, el Centro de Atención Diurna Begoñako Ama ha llevado a cabo una amplia variedad de actividades orientadas a fomentar la autonomía personal, la creatividad y la socialización de las personas usuarias, entre otros aspectos. A lo largo del año hemos elaborado una Guía gastronómica que nos ha permitido conocer en profundidad nuestra gastronomía y los espacios más emblemáticos de Bilbao, así como a profesionales que han compartido con nosotros su conocimiento sobre diferentes productos. Incluso hemos ido de pintxos con la mejor compañía! Hemos participado también talleres de arte y expresión creativa en nuestro Laboratorio del Arte de Sala Rekalde.

Nuestro centro se caracteriza por ofrecer un **entorno activo, cercano y acogedor**, en el que cada persona es el centro de la intervención. Apostamos por una atención integral y personalizada, adaptada a los intereses, ritmos y necesidades de cada usuario. Trabajamos de manera continuada áreas fundamentales como la estimulación cognitiva, el mantenimiento y desarrollo de habilidades de la vida diaria, el acercamiento a las nuevas tecnologías y el cuidado de la salud física a través de servicios como fisioterapia, pilates y zumba adaptados. Todo ello se desarrolla bajo el modelo de Planificación Centrada en la Persona, fomentando la participación activa y la toma de decisiones por parte de las personas usuarias.

Nuestro objetivo es proporcionar un espacio estimulante y de confianza que favorezca las relaciones, donde cada persona pueda crecer, desarrollarse y mantener una vida activa y significativa, favoreciendo su inclusión social y su calidad de vida.



PATROCINADORES

