



INFORMACIÓN
BBK SAIOA
GORABIDE
INFORMAZIOA

Prezio publikoa
zentroetan

Precio público
en centros

pg. 4 or.



Neguko
Programak

Programas
de Invierno

pg. 6 or.



Hoteletako
irisgarritasuna

Accesibilidad
en hoteles

pg. 7 or.

Celebramos el Día Gorabide (a pesar de todo)



#DíaGorabide2020

Gorabide eguna ospatu dugu (hala ta guztiz ere)

ngizate
Desarrollo y bienestar
Garapena eta ongizatea
 Deusto

Programa de bienestar
personal para familiares

pg. 5

Senideentzako ongizate
pertsonalerako programa

5. or.



El Día Gorabide 2020 se centra en el empoderamiento de las personas con discapacidad intelectual

La celebración coincide con el 20 aniversario de nuestros grupos de autogestión y con la campaña 'El poder de las personas' lanzada por Plena Inclusión

En un año tan aciago como el actual, en el que todo se ve condicionado por el Covid-19, hemos conseguido mantener la celebración del Día Gorabide, aunque con restricciones: el acto principal se realizó sin público, pero se emitió en directo a través de nuestro canal de Youtube; y la tradicional 'paraguada' se hizo a través de Twitter, Facebook e Instagram, con el hastag #DíaGorabide2020.

En esta ocasión, el tema fue el empoderamiento de las personas con discapacidad, dado que nuestro 58 cumpleaños coincide con el 20º aniversario de nuestros grupos de autogestoras y autogestores y la campaña 'El poder de las personas' de Plena Inclusión, para concienciar sobre el derecho que tiene este colectivo a participar en cualquier ámbito.

Las personas usuarias de nuestros grupos de autogestión llevan dos décadas decididas a participar en la sociedad. Una participación que "depende de dos cosas: de nuestro propio esfuerzo y de las oportunidades que nos dé nuestro entorno", explicó Federico Gil, uno de los fundadores. Por su parte, Amparo Cubilla, integrante de uno de los grupos de mujeres, desgranó qué le ha aportado la investigación de la Universidad de Deusto sobre mujer y discapacidad en la que participó: "Me ha ayudado a empoderarme más, para sentirme

más segura de mí misma. Para confiar más en mí, y poder enfrentarme a cosas que no me gustan o que a veces me hacen daño".

Jorge Llorente, otro de nuestros autogestores, expuso una de las claves de la formación que imparte a profesionales de atención al público sobre cómo ser personas accesibles: "Si me ves como una persona, con capacidades para unas cosas y con necesidades de apoyo para otras, te vas a relacionar conmigo de una manera más adecuada". Y Enara Martínez, otra autogestora, describió por qué da charlas sobre la discapacidad intelectual dentro del Programa Goratu: "Quiero pensar que ayudo a que las niñas y los niños con discapacidad estén en colegios donde les entiendan mejor, les ayuden y les enseñen bien".

Mensajes institucionales

Nuestra presidenta, Susana Gorbeña, recordó que "el empoderamiento de las personas con discapacidad intelectual se ha ido abriendo camino en nuestro movimiento asociativo, desde el protagonismo que ellas mismas han ido adquiriendo y perdiendo". La consejera de Igualdad, Justicia y Políticas Sociales, Beatriz Artolazabal, aludió a la "difícil pero necesaria misión de avanzar en la eliminación de barreras, para lograr una sociedad cada vez más justa,



equitativa y solidaria, sin dejar a nadie atrás".

El diputado foral de Acción Social, Sergio Murillo, lanzó "un mensaje especial a las personas con discapacidad intelectual: No entendemos Bizkaia sin vuestra aportación; y es motivo de felicitación este camino que habéis hecho de contribuir a una Bizkaia mejor". Y el alcalde de Bilbao, Juan Mari Aburto, destacó que "todas las personas necesitamos diferentes apoyos y, con apoyos, las personas con discapacidad intelectual podéis empoderados y gestionar vuestra vida".

2020ko Gorabide Eguna adimen desgaitasuna duten pertsonen ahalduntzean zentratu da

Elkarteko autogestore-taldeek 20. urteurrenarekin eta Plena Inclusión abiatutako 'Pertsonen ahalmena' kanpainarekin bat dator ospakizuna

federazioak abiatutako 'Pertsonen ahalmena' kanpainarekin. Azken horren asmoa da kolektibo honetako pertsonen edozein arlotan parte hartzeko daukaten eskubidea ikusaraztea.

Gure autogestore-taldeek erabiltzaileek duela bi hamarkada hartu zuten gizartean parte hartzeko erabakia. "Parte-hartzea bi faktoreren mende dago: Gure ahalegina bera, eta inguruan aurkitzen ditugun aukerak", azaldu zuen Federico Gilek sortzaileetako batek. Bestalde, Amparo Cubillak, emakume-talde bateko kidea, aletu zuen zer izan den berarentzat Deusto Unibertsitateko emakumeei eta desgaitasunari buruz ikerketan parte hartzea: "Ahalduntzen lagundu dit, segurtasun handiagoa izaten. Nire buruarengan konfiantza gehiago daukat, eta gustuko ez ditudan gauzei edo batzuetan min ematen didatenei aurre egiten lagundu dit".

Jorge Llorentek, beste autogestore batek, jendeari arreta ematen dioten profesionalen pertsona irrisgarriak izateko moduari buruz ematen dien prestakuntzaren gakoetako bat adierazi zuen: "Pertsona gisa ikusten barenazu, gauza batzuetarako gaitasunekin, eta laguntza beharrian bartzuekin, modu egokian erlazioatuko zara nirekin". Eta Enara Martínez, autogestorea, deskribatu zuen zergatik ematen diren adimen desgaita-

sunari buruzko hitzaldiak ikastetxeetan: "Pentsatu nahi dut lagungarria dela desgaitasuna duten haurrentzat, beren kide eta irakasleek hobeto ulertuko dutelako zer gertatzen zaien, eta jakingo dute nola lagundu eta nola irakatsi".

Erakundeek mezuak

Gure presidentea Susana Gorbeña gogorarazi zuen "adimen desgaitasuna duten pertsonen ahalduntzeak aurrera egin duela gure elkarte mugimenduan, pertsonen euren eskatu eta hartu duten protagonismoari esker". Berdintasun, Justizia eta Gizarte Politikako sailburu Beatriz Artolazabalek "oztopoak ezabatzeko lana zaila baina beharrezkoa dela, gizarte bidezkoago, parekideago eta solidarioago lortzeko, inor atzean utzi gabe" adierazi zuen.

Gizarte Ekintzako foru diputatu Sergio Murillok mezu berezi bat zuzendu nahi izan die adimen desgaitasuna duten pertsonen: "Ez dugu ulertzen Bizkaia zuen ekarpenik gabe; eta hartu duzuen bidea zoriontzekoa da; Bizkaia hobe bat egiten laguntzen duzue". Eta Bilboko alkate Juan Mari Aburtok adierazi duenez, "pertsona guztiok behar dugu laguntza, modu batera edo bestera; adimen desgaitasuna duzuen pertsonok ere ahaldundu behar duzue, zuen bizitza kudeatzeko gai zarete eta".

**información **bbk** SAIOA GORABIDE informazioa**

Precio público en centros para personas con discapacidad

Las personas usuarias de residencias, centros de día o viviendas con plaza adjudicada por la Diputación Foral de Bizkaia tienen que abonar un precio público por día, correspondiente a un porcentaje de los ingresos netos de la persona con discapacidad. Excepto cuando los ingresos netos de la persona usuaria sean mayores que los de la unidad de convivencia que no tendrán que abonar nada. Los porcentajes que deben abonar en 2020 son:

- Plazas de 24 horas en residencias de Bizkaia: 75% (con un máximo de 42,99 euros/día).
- Plazas de 24 horas en residencias fuera de Bizkaia: 65% (máximo de 42,99 euros/día).
- Plazas de 16 horas en viviendas o en residencias: 37,5% (máximo de 34,42 euros/día).
- Plazas en centro de día : 25% (con un precio máximo de 11,81 euros/día).

En todos los casos, se calcula que a la persona usuaria le quede siempre una cantidad mínima anual, que en 2020 ha sido de 1.631,36 euros.

En residencias y viviendas, si la persona no usa su plaza en vacaciones (30 días en verano, 15 días en semana santa y 15 días en navidad), tiene que abonar el 40% del precio público.

Si la persona usuaria de residencias, viviendas o centro de día ingresa en un centro sanitario, debe abonar el 20%.

Cuando la persona con discapacidad no conviva con su familia, se calcula el precio público dividiendo sus ingresos netos entre 1,5.

Las personas usuarias o, en su caso, la persona representante legal tienen la obligación de comunicar al Departamento de Acción Social de la Diputación cualquier modificación en relación a sus ingresos o a la unidad de convivencia, en el momento en que se produzca.

Desgaitasuna duten pertsonentzako zentroetako prezio publikoak

Aldundiaren aldetik egoitza, eguneko zentro edo etxebizitzetan leku bat esleituta duten erabiltzaileek eguneko prezio publiko bat ordaindu beharra dute, desgaitasuna duen pertsonaren diru-sarrera garbien portzentaje bati dagokiona. Erabiltzailearen diru-sarrera garbiak familia unitatearenak baino handiagoak direnean, ez dute ezer ordaindu beharko. 2020an ordaintzeko portzentajeak honakoak dira:

- 24 orduko lekuak Bizkaiko egoitzetan: %75 (gehienez ere 42,99 euro egunean).
- 24 orduko lekuak Bizkaitik kanpoko egoitzetan: %65 (gehienez ere 42,99 euro egunean).
- 16 orduko lekuak etxebizitza edo egoitzetan: %37,5 (gehienez ere 34,42 euro egunean).
- Eguneko zentroetako lekuak: %25 (gehienez ere 11,81 euro egunean).

Kasu guztietan, kalkulatu dugu erabiltzaileari urteko gutxieneko kopuru bat geratu behar zaiola. 2020an 1.631,36 eurokoa izan da.

Etxebizitza eta egoitzetan, oporraldietan lekua erabiltzen ez bada (30 egun udan, 15 egun aste santuan eta 15 egun gabonetan), prezio publikoaren %40a ordaindu behar du.

Egoitza, etxebizitza edo eguneko zentroko erabiltzailea ospitaleratu behar bada, %20a ordaindu behar du.

Desgaitasuna duen pertsona ez bada familiarekin bizi, eragiketa hau egingo da prezio publikoa kalkulatzeko: diru-sarrera garbiak zati 1,5.

Erabiltzaileek edo legezko ordezkariak Aldundiko Gizarte Ekintza Sailari eman behar diote beren diru-sarreretan edota elkarbizitza-unitatean egon daitekeen edozein aldaketaren berri, aldaketa hori gertatzen den unean.

**Servicio
BBK SAIOA GORABIDE
Zerbitzua
Tel. 94 453 90 86**

Programa de bienestar personal

Colaboramos con la Universidad de Deusto en un programa que proporcionará herramientas para autocuidarse a familiares de personas con discapacidad intelectual

Con el objetivo de ayudar a potenciar el bienestar personal aprendiendo técnicas de autocuidado, colaboramos con la Universidad de Deusto en el programa Ongizate. Está dirigido a familiares de personas usuarias de Gorabide y consta de ocho sesiones que tendrán lugar los martes, de 18:00 a 20:00, a partir del 27 de octubre. El grupo de participantes será reducido, acorde con las actuales medidas de seguridad y prevención. Y el espacio en el que se desarrollarán las sesiones permitirá respetar la distancia social adecuada.

A través de trabajo en grupo y diversas actividades, las personas participantes podrán reflexionar y mejorar su bienestar personal, focalizar su atención en experiencias positivas, apoyarse mutuamente y trabajar para mantener buenos niveles de salud y bienestar. Se trata de una oportunidad de aprender a sentirse y estar no sólo bien, sino lo mejor a lo que se pueda aspirar. Algo que, en estos tiempos tan exigentes de adaptación a circunstancias complejas, puede ser de gran interés y apoyo.

Las sesiones estarán dinamizadas por una psicóloga sanitaria e investigadora de la Universidad de Deusto, y tendrán lugar en las instalaciones de ese centro universitario.

Más información e inscripciones:
dianacabezas@gorabide.com
Teléfono: 94 443 12 10



Ongizate programa

Deustuko Unibertsitatearekin elkarlanean ari gara programa batean adimen desgaitasuna duten pertsonen senideei beren burua zaintzeko tresnak emateko

Norbere burua zaintzeko tekniken bidez ongizate pertsonala sustatzeko Deustuko Unibertsitatearekin elkarlanean ari gara Ongizate programan. Gorabideko erabiltzaile diren pertsonen senideei zuzendua dago, eta zortzi saio dira guztira. Astearteetan emango dira, 18:00-etatik 20:00etara, urriaren 27tik aurrera. Parte-hartzaile kopurua txikia izango da, egungo segurtasun eta prebentzio neurrien arabera. Eta saioak egiteko lekuak distantzia fisikoa errespetatzeko aukera emango du.

Talde-lanaren edo jardueren bidez, parte-hartzaileek aukera izango dute honen guztiaren gainean hausnartzeko eta beren ongizate pertsonala hobetzeko, esperientzia positiboetan zentratzen ikasteko, elkarri laguntzeko eta osasun eta ongizate maila

egokiak mantentzeko. Ahalik eta ondoen egon eta sentitzea da helburua. Garai zail hauetan, etengabegure egitekoak egokitzen egon behar dugula kontuan izanda, lagungarria eta interesgarria izan daiteke.

Deustuko Unibertsitateko osasun arloko psikologa eta ikertzaile bat izango dugu saioetan. Saioak unibertsitatean bertan izango dira.

Informazio eta izen-emateak:
dianacabezas@gorabide.com
Telefonoa: 94 443 12 10



Comenzamos los Programas de Invierno con las máximas medidas de prevención

Abrimos clubes diarios y centros de ocio de manera presencial y rotativa en grupos reducidos, y mantenemos las conexiones virtuales en los días no presenciales

Este mes de octubre, nuestro Servicio de Tiempo libre inicia los Programas de Invierno, adaptados a la situación epidemiológica, con funcionamiento mixto de actividades presenciales, que se realizarán de manera rotatoria, y conexiones telemáticas. Los grupos serán de 10 personas como máximo –incluyendo al voluntariado– y siempre las mismas, para mantener la estructura de ‘grupo burbuja’. Los locales cuentan con procedimientos de desinfección certificados, se toma la temperatura al inicio de la actividad y se establece el uso de mascarilla, distancia social y medidas higiénicas. Por su parte, las personas voluntarias reciben formación específica sobre Covid-19, se reali-



zan una prueba serológica antes de empezar, se les proporciona gel hidroalcohólico, mascarilla y pantalla, y sólo colaboran en un grupo.

Estas medidas se revisarán en diciembre, para valorar su continuidad o actualización en base a la situación epidemiológica y las recomendaciones sanitarias de ese momento.

Respuesta a 259 personas

Para favorecer el respiro y descanso familiar, este programa se ha destinado a personas que no estén utilizando otros servicios. Y hemos conseguido dar respuesta a las 259 personas que han mostrado interés en participar: 184 irán a clubes de fin de semana, 54 a clubes diarios y 21 a centros de ocio.

Astiaaldiko Neguko Programak hasi ditugu prebentzio-neurri handienekin

Eguneko klubak eta aisialdi zentroak ireki ditugu aurrez aurre, txandaka eta talde txikietan eta konexio birtualak mantentzen ditugu aurrez aurre ez diren egunetan

Urrian, gure Astialdi Zerbitzuak Neguko Programak hasi ditu, egoera epidemiologikoari egokituta. Funtzionamendua mistoa izango da: aurrez aurreko txandaka jarduera eta konexio telematikoekin. Taldeak 10 pertsonakoak izango dira, gehienez –boluntarioak barne–, eta beti berberak, ‘burbuila taldeak’ gisa. Lokalek desinfekzio-prozedura ziurtatuak dituzte, jardueraren hasieran tenperatura hartuko da eta musukoa erabiltzea, distantzia mantentzea eta hi-

giene neurriak betetzea ezartzen da. Bestalde, boluntarioek prestakuntza espezifikoak jaso dute Covid-19aren inguruan. Hasi aurretik proba serologikoa egiten zaie; gel hidroalkoholikoa, musukoa eta pantaila ematen zaie, eta talde bakar batekin kolaboratzen dute.

Neurri horiek guztiak abenduan errebisatuko dira, horiekin jarraitu behar dugun edota eguneratu behar diren ikusteko, une horretan dauden

egoera epidemiologikoa eta osasungomendioen arabera.

259 pertsonari erantzuna

Familiaren amasaldia eta atsedena bultzatzeko, programa hau beste zerbitzurik erabiltzen ez duten pertsonentzat izan da. Horietatik, 259 pertsonak adierazi dute parte hartze-ko interesa, eta horiei guztiei erantzuna eman diegu: 184 asteburuko klubetan egongo dira, 54 eguneroko klubetan eta 21 aisialdi zentroetan.



Evaluamos la accesibilidad en 15 hoteles de Bizkaia

Tres personas de nuestros grupos de autogestión están participando en un proyecto de evaluación de la accesibilidad de los hoteles de Bizkaia, puesto en marcha por la Diputación, la Universidad de Deusto y la consultora turística in2destination, en colaboración con Gorabide.

Un equipo formado por personal técnico de turismo y una persona con discapacidad intelectual recogerán datos sobre la accesibilidad cognitiva 15 hoteles. Para ello, ana-



La Diputación está haciendo un estudio sobre la accesibilidad de los hoteles de Bizkaia. Tres personas usuarias de Gorabide forman parte del equipo que evalúa la accesibilidad cognitiva. También participan la Universidad de Deusto y la empresa in2destination.

lizarán zonas comunes, habitaciones, aparcamientos y accesos, así como la información disponible para clientes.

Irisgarritasuna ebaluatu ditugu Bizkaiko 15 hoteletan

Gure autogestio taldeko hiru pertsona Bizkaiko hotelen irisgarritasuna ebaluatzeko proiektu batean parte hartzen ari dira. Aldundiak, Deustuko Unibertsitateak eta in2destination turismo-aholkularitzak martxan jarritako proiektua da, eta Gorabide elkarlanean ari da.

Turismo arloko teknikariz eta adimen desgaitasuna duen pertsona batez osatutako talde batek jasoko ditu 15 hoteletako irisgarritasun kognitiboari buruzko datuak. Horre-



Aldundia Bizkaiko hotelen irisgarritasunari buruzko ikerketa bat egiten ari da. Gorabideko hiru erabiltzaile irisgarritasun kognitiboa ebaluatzen duen taldeko kide dira. Deustuko Unibertsitateak eta in2destination enpresak ere parte hartzen dute.

tarako, ororen eremuak, gelak, sarbideak eta aparkalekuak aztertuko dira, baita informazioa ere.

LABURRAK BREVES

Batzarrak 2019ko eta 2020ko planak onartu ditu

Bazkideen Batzar Nagusiak honakoak berretsi zituen uztailean: 2019ko emaitzak eta kudeaketa, 2020rako aurrekontu eta planak eta 2021erako 77 euroko kuota. Halaber, ahalmena eman zion batzordeari Sestaon lokal bat saltzeko eta "Peña Genuine Athletic Club" Elkarteko kide egitea kudeatzeko, eta Estatu-tuen aldaketa onartu zuen batzarrak eta batzordearen funtzionamendua formatu telematiko-etara egokitzeko.

La Asamblea aprobó la gestión de 2019 y los planes de 2020

La Asamblea General de socias y socios aprobó en julio la gestión y resultados de 2019, los planes y el presupuesto para 2020, y una cuota de 77 euros en 2021. También facultó a la junta a vender un local en Sestaon y a gestionar la incorporación a la "Asociación Peña Genuine Athletic Club", y aprobó la modificación de los Estatutos para adaptar las asambleas y el funcionamiento de la junta a formatos telemáticos.

Prestakuntza eta partaidetza

Gure autogestore-taldeek eta familien-taldeek multzo txikietan ekin diote berriz ere aurrez aurreko jarduerari, ahal dela kanpoan edo espazio zabaletan.

Formación y participación

Nuestros grupos de autogestión y de familias han retomado su actividad presencial en pequeños grupos, preferentemente en el exterior o en espacios amplios.



Gorabide irabazi-asmorik gabeko elkarte da, Bizkaiko adimen desgaitasuna duten pertsonen eta haien familiei bizitzako asmoak garatzen laguntzen diena, horretarako laguntza eta berrikuntza eskaintzen die ikuspegi etikotik eta haien inklusioa sustatzen du gizarte bidezkoago eta solidarioago batean. Lantegi Batuen (1983) eta Futubideren (1991) erakunde sustatzailea.

Gorabide es una asociación sin ánimo de lucro orientada a contribuir a que las personas con discapacidad intelectual de Bizkaia y sus familias puedan desarrollar sus aspiraciones vitales, ofreciendo apoyos e innovación en las respuestas, desde una perspectiva ética y promoviendo su inclusión en una sociedad más justa y solidaria. Entidad promotora de Lantegi Batua (1983) y de Futubide (1991).



Oraingoan ere, pandemia egoeran egon arren, Bilboko Triatloian parte hartu dugu, horniketan laguntzen. Zortzi urtez jarraian, adimen desgaitasuna duten pertsonen erakutsi dute kirol ekitaldi honetan laguntza emateko gai direla.

Una vez más, y a pesar de la situación de pandemia, hemos colaborado en el avituallamiento del Bilbao Triathlon. Es el octavo año en el que las personas con discapacidad intelectual demuestran su valía en este evento deportivo.

AGENDA urria octubre

gorabide.com/agenda

AUTOGESTOREAK

Gazteak 1: asteartea 6, 17:30etan.

Gazteak 2: asteartea 6, 18:30etan.

Indarra 1: osteguna 8, 17:30etan.

Indarra 2: osteguna 8, 18:00etan.

Emakumeak: osteguna 15, 17:30etan.

► **Topagunea:** Bizkaia Plaza (Bilbo)

AUTOGESTORAS Y AUTOGESTORES

Jóvenes 1: martes 6, a las 17:30.

Jóvenes 2: martes 6, a las 18:30.

Indarra 1: jueves 8, a las 17:30.

Indarra 2: jueves 8, a las 18:30.

Mujeres: jueves 15, a las 17:30.

► **Punto de encuentro:** Plaza Bizkaia (Bilbao)

26 SEMANA EUROPEA

KUDEAKETA AURRERATUAREN BILTZARRA
CONGRESO GESTIÓN AVANZADA

Gestión Avanzada y ODS

Kudeaketa Aurreratua eta GIH

URRIAK 19-30 OCTUBRE 2020

KUDEAKETA AURRERATUA
GESTIÓN AVANZADA

URRIAK 21 octubre

GORABIDE Metropoli-30 izaitte Lantegi Batua

Semana Europea de Euskalit

Participamos en el Congreso de Gestión Avanzada que organiza Euskalit, donde explicaremos cómo hemos integrado los ODS en nuestro elemento "Sociedad" y cómo hemos incorporado esa perspectiva en nuestro próximo Plan Estratégico.

Euskalit Europar Astea

Euskalitek antolatzen duen Kudeaketa Aurreratua-ren Kongresuan parte hartuko dugu. Hor azalduko dugu nola integratu ditugun GHIak "Gizartea" elementuan, eta nola txertatu dugun ikuspegi hori gure hurrengo Plan Estrategikoan.