

# PLAN DE ACTIVIDADES ANUAL 2026 – *auxilia* VALENCIA

---

## 1. Sensibilización y Concienciación

Objetivo: Visibilizar la realidad de las personas con discapacidad y promover la inclusión social y el voluntariado, incorporando de forma transversal la perspectiva de género y la sostenibilidad social.

Actividades:

- Campañas de sensibilización en espacios comunitarios y entorno social.
- Participación en jornadas, encuentros y acciones de voluntariado.
- Difusión en redes sociales y página web con enfoque en mujeres con discapacidad, mujeres cuidadoras, igualdad, accesibilidad y sostenibilidad.
- Charla de sensibilización: “El papel de las mujeres cuidadoras en la discapacidad severa”.
- Acciones informativas sobre inclusión, accesibilidad universal y participación comunitaria responsable.

## 2. Formación

Objetivo: Capacitar al voluntariado, familias y equipo técnico para un acompañamiento eficaz, inclusivo, sostenible y con perspectiva de género.

Actividades:

- Curso básico de AUXILIA para nuevas incorporaciones.
- Formación en primeros auxilios.
- Formación en igualdad, diversidad y perspectiva de género.
- Formación online y continua del voluntariado.
- Talleres de autocuidado, gestión emocional y bienestar.
- Formación y sensibilización sobre sostenibilidad medioambiental aplicada al acompañamiento social, promoviendo hábitos responsables en el uso de materiales, recursos y espacios.

## 3. Estancias Vacacionales

Objetivo: Favorecer la convivencia, el ocio inclusivo y el respiro familiar, promoviendo la autonomía personal y el uso responsable de los recursos.

Actividades:

- Organización de estancias en diferentes periodos del año.
- Actividades de ocio, culturales y de convivencia.
- Dinámicas de participación y reflexión sobre igualdad y cuidados.
- Coordinación y acompañamiento por parte del voluntariado.
- Fomento de prácticas sostenibles durante las estancias: reducción de residuos, uso responsable del agua y la energía, reutilización de materiales y cuidado de los espacios comunes.

#### **4. Apoyo Individual y Familiar**

Objetivo: Proporcionar apoyo integral a personas con discapacidad y sus familias, mejorando su calidad de vida, autonomía y bienestar.

Actuaciones:

- Acompañamiento individual por parte del voluntariado.
- Asesoramiento a familias.
- Apoyo emocional y psicopedagógico.
- Intervención fisioterapéutica.
- Mediación socioeducativa.
- Grupos de apoyo entre mujeres .
- Talleres grupales de habilidades sociales, bienestar emocional y estimulación cognitiva.
- Promoción de hábitos saludables y responsables, favoreciendo el autocuidado, la participación social y la sostenibilidad en la vida cotidiana.

#### **5. Ocio Inclusivo**

Objetivo: Promover la participación social a través de actividades de ocio accesibles, inclusivas y sostenibles.

Actividades:

- Salidas culturales y recreativas.
- Actividades al aire libre.
- Sesiones de cine y música.
- Incorporación de pequeñas dinámicas de reflexión sobre igualdad, autocuidado y corresponsabilidad.
- Priorización, cuando sea posible, de actividades de proximidad, uso de transporte colectivo o compartido y reducción de materiales desechables.

#### **6. Enfoque Transversal de Igualdad**

El plan incorpora de forma transversal la perspectiva de género, priorizando la participación de mujeres con discapacidad y mujeres cuidadoras.

Se desarrollarán las siguientes actuaciones específicas:

- Espacios de apoyo entre mujeres
- Talleres de autocuidado y bienestar.
- Actividades de ocio con enfoque de género.
- Acciones de sensibilización y visibilización.
- Difusión en redes sociales, web y materiales informativos.

Este enfoque contribuye a reducir desigualdades de género, mejorar el bienestar emocional, favorecer la autonomía personal y promover la participación social.

## 7. Sostenibilidad Medioambiental

El plan incorpora la sostenibilidad medioambiental como eje transversal, entendida como una forma de responsabilidad social vinculada al cuidado de las personas, de la comunidad y del entorno.

AUXILIA Valencia promoverá prácticas sostenibles en el desarrollo de sus actividades, fomentando el uso responsable de materiales, la reducción de residuos, la reutilización de recursos, el ahorro energético y la elección de actividades de proximidad siempre que sea posible.

Asimismo, se sensibilizará al voluntariado, personas participantes, familias y equipo técnico sobre la relación entre sostenibilidad, inclusión y calidad de vida, especialmente teniendo en cuenta que las personas con discapacidad y en situación de dependencia pueden verse más afectadas por situaciones de vulnerabilidad social y ambiental.

Actuaciones previstas:

- Uso responsable de materiales fungibles y reducción de elementos desechables.
- Reutilización de materiales en talleres y actividades grupales.
- Promoción del reciclaje en espacios de actividad.
- Fomento del ahorro de agua y energía durante estancias, talleres y actividades.
- Priorización de actividades comunitarias de proximidad cuando sea viable.
- Sensibilización del voluntariado y participantes sobre prácticas sostenibles en el acompañamiento social.
- Incorporación de mensajes de sostenibilidad en acciones de difusión, web y redes sociales.

Este enfoque permite avanzar hacia una intervención social más responsable, inclusiva y sostenible, alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible y con el compromiso de la entidad con la mejora de la calidad de vida de las personas y su entorno.

## 8. Evaluación e Impacto

El plan contará con un sistema de evaluación continua basado en:

- Registros de seguimiento de actividades.
- Control de participación.
- Cuestionarios de satisfacción.
- Valoración técnica del equipo profesional.

Indicadores de realización:

- Número de personas participantes.
- Número de actividades desarrolladas.
- Número de acciones de sensibilización realizadas.
- Número de actividades en las que se incorporan medidas de sostenibilidad.

Indicadores de resultado:

- Mejora de la autonomía personal.
- Mejora del bienestar emocional.
- Incremento de la participación social.
- Reducción de la sobrecarga en mujeres cuidadoras.
- Mayor sensibilización sobre igualdad, inclusión y sostenibilidad medioambiental.

La evaluación permitirá introducir mejoras y medir el impacto social del programa.