

ecos!

ECOS Nº 145

DE LA ASOCIACIÓN A FAVOR DE
PERSONAS CON DISCAPACIDAD
INTELLECTUAL DE ÁLAVA
ADIMEN-EZINTASUNA DUTEN
PERTSONEN ALDEKO
ARABAKO ELKARTEA

Julio 2026



La voz de Apdema llega a la Liga Estatal de debate «Yo tengo opinión 2026».

03

La Diputación Foral de Álava inaugura dos viviendas con apoyo en Llodio.



04

Apdema refuerza la formación de las familias.



05

Ocio en Apdema: experiencias y momentos compartidos en primera persona.





La voz de Apdema llega a la Liga Estatal de debate «Yo tengo opinión 2026».

El pasado mes de junio, el equipo de debate de Apdema se quedó a las puertas de la final en la Liga Estatal “Yo tengo opinión 2026”, celebrada en Madrid. Este logro, unido al cuarto puesto de Irune en el ranking de mejores oradoras, habla de un resultado extraordinario. Pero, sobre todo, pone en valor un proceso compartido que ha situado la voz de las personas con discapacidad intelectual en el lugar que le corresponde: el de la participación real.

June, Ieri, Julene, Willy, Anne, Víctor, Irune e Itsaso llegaron a esta cita después de meses de formación, ensayos y trabajo en equipo. En ese camino aprendieron a construir argumentos, hablar en público, escuchar con atención y defender una idea desde el respeto. Les acompañaron profesionales de Apdema y dos formadores de referencia, Adrián Fernández y Brais Freire, cuya implicación ayudó a perfeccionar técnicas de debate y a fortalecer la confianza del grupo.

El proyecto nació como una iniciativa pionera: crear el primer equipo de debate de personas con discapacidad intelectual de Euskadi. Y para ello, fue especialmente decisivo el respaldo de Vital Fundazioa, cuyo apoyo firme y comprometido ha



hecho posible que esta experiencia se llevara a cabo y alcanzara el éxito logrado. Así mismo, antes de viajar a Madrid, el grupo recibió el ánimo y reconocimiento del Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz y del Departamento de Políticas Sociales de la Diputación Foral de Álava.

Más allá de la clasificación, este logro confirma una convicción profunda de las personas que formamos Apdema: debatir es también crecer, compartir ciudadanía y construir comunidad desde la palabra. Porque cuando se ofrecen apoyos, oportunidades y espacios accesibles, las personas con discapacidad intelectual son capaces de desarrollar su opinión, expresar lo que piensan y participar en la vida social con plenitud.

El equipo de debate de Apdema consiguió el tercer puesto en la Liga Estatal "Yo tengo opinión 2026". Las personas del equipo aprendieron a debatir, hablar en público, escuchar y defender sus ideas con respeto. Este proyecto fue posible gracias al apoyo de Vital Fundazioa y al trabajo de profesionales y formadores. Este logro demuestra que las personas con discapacidad intelectual pueden participar y dar su opinión.



La Diputación Foral de Álava inaugura dos viviendas con apoyo en Llodio.

El pasado 30 de junio, la Diputación Foral de Álava inauguró en Llodio dos nuevas viviendas con apoyo para personas con discapacidad intelectual que serán gestionadas por Apdema. Estos nuevos recursos suponen un avance significativo para la Cuadrilla de Aiaraldea y para las familias del entorno.

Las viviendas están situadas en la plaza Ostegieta y cuentan con 16 plazas, una de ellas destinada a cortas estancias. Su puesta en marcha permite acercar los apoyos a la vida cotidiana de las personas que desean desarrollar su proyecto personal en su propio entorno, sin alejarse de sus referencias, sus relaciones y su comunidad. Ambas viviendas son espacios accesibles, pensados para favorecer tanto la convivencia como la autonomía y privacidad.

Con esta apertura, el Valle de Ayala da un paso significativo en la consolidación de una red de recursos más cercana, equilibrada y comprometida con el derecho de las personas con discapacidad intelectual a vivir con dignidad, seguridad y oportunidades reales de inclusión. La ubicación céntrica de las viviendas facilita, además, la relación con el municipio, el acceso a servicios y la presencia activa en la vida social del entorno.

Para Apdema, asumir la gestión de estas viviendas significa continuar acompañando vidas desde la cercanía, el respeto y la personalización de los apoyos. También refuerza una idea esencial: la inclusión se construye cuando los recursos están cerca de las personas y responden a sus necesidades reales.



Apdema beneficiaria de iniciativas solidarias y de talento.

Apdema sigue despertando el interés de proyectos, colectivos e instituciones que encuentran en nuestra asociación un referente de compromiso, cercanía e inclusión. Así lo demuestran iniciativas como el 3x3 CaixaBank de Vitoria-Gasteiz, donde fuimos entidad beneficiaria del Triple

Solidario cuya recaudación irá destinada a ampliar el programa de Envejecimiento Activo los meses de julio, agosto y septiembre; y Machining Meets Talent, que, por segundo año, ha vinculado formación, solidaridad y talento para diseñar pedales adaptados para bicicletas infantiles, con el fin de dar el apoyo y la sujeción del pie en niños y niñas del Servicio de Atención Temprana con dificultades motoras.



Apdema gestionará dos nuevas viviendas con apoyo en Llodio para favorecer una vida más autónoma. Las viviendas acercan los apoyos a las personas y facilitan su participación en la comunidad. Además, varias iniciativas solidarias apoyan proyectos de Apdema para mejorar la calidad de vida. Estas colaboraciones impulsan la inclusión, la autonomía y nuevas oportunidades para muchas personas.



Apdema refuerza la formación de las familias.

Apdema ha impulsado dos nuevas acciones formativas dirigidas a familias, reafirmando su compromiso con la capacitación, la información clara y la construcción compartida de apoyos. La más destacada acercó a familiares del Servicio de Viviendas los cambios introducidos tras la Ley 8/2021, una norma que reconoce la capacidad jurídica de las personas con discapacidad y sustituye la mirada de la incapacitación por un modelo basado en apoyos para la toma de decisiones. Esta formación permitió resolver dudas y compartir claves prácticas para el día a día.

En esta misma línea, Apdema también ofreció una sesión sobre educación afectivo-sexual, orientada a acompañar este ámbito desde la escucha, el respeto y los derechos.

Formar a las familias es también cuidar mejor, comprender más y avanzar juntos.



Apdema impulsa la poesía como herramienta de inclusión y participación cultural.

El pasado 31 de mayo, Llodio acogió el II Certamen de Poesía Inclusiva de Apdema, una cita que volvió a convertir la palabra en espacio de encuentro, escucha y participación. Además, el taller de poesía abrió un escenario donde todas las voces pudieron expresarse y ser reconocidas. También en

Vitoria-Gasteiz, el Centro de Ocio acogió un recital poético inclusivo. Ambas experiencias, enmarcadas dentro del Festival Poetas en Mayo, nos recuerdan que la cultura accesible une, emociona y ayuda a construir comunidad.

Amurrio, punto de encuentro para Apdema.

Amurrio ha sido escenario de dos momentos importantes para Apdema durante el mes de junio. El primero fue la Fiesta Intercentros, una jornada de convivencia, alegría y participación que reunió a personas usuarias, profesionales y voluntariado en torno al ocio compartido. Días después, Apdema también participó en Araba Euskaraz 2026, sumándose a una celebración abierta a la comunidad y al euskera. Ambas experiencias muestran la importancia de estar presentes en el territorio, compartir espacios comunes y seguir construyendo inclusión desde la cercanía, la cultura y la vida comunitaria.



Apdema organizó formaciones para apoyar a las familias y resolver dudas sobre derechos y apoyos. También promovió el 2º certamen de poesía inclusiva para que todas las personas pudieran expresar sus ideas y emociones.

En Amurrio, participó en encuentros y celebraciones para compartir ocio, cultura y convivencia.

Estas acciones fortalecen la inclusión, la participación y la vida en comunidad de muchas personas.



Ocio en Apdema: experiencias y momentos compartidos en primera persona.

Apdema sigue reforzando una forma de entender el ocio que va mucho más allá de ocupar el tiempo libre. El Servicio de Ocio y Participación Social ha consolidado en los últimos años una programación diversa, accesible y abierta a nuevas experiencias, pensada para que las personas con discapacidad intelectual puedan elegir, descubrir, compartir y disfrutar como ciudadanas de pleno derecho.

En 2026, esa apuesta se ha reflejado en propuestas tan significativas como el viaje a Disneyland París, la salida al Circo del Sol, el programa de viajes de Pascua y San Prudencio, las vacaciones de verano con destinos de costa y actividades culturales o la experiencia de realidad virtual "Pisamos la luna". También han formado parte de este camino, espacios de participación como el Carnaval, la fiesta intercentros de Amurrio o la salida de Diskultura Jóvenes a Zarauz.

Estas actividades muestran una evolución importante del ocio en Apdema. Así, el disfrute del tiempo libre ya no se concibe solo como acompañamiento, sino como un espacio de autonomía, bienestar emocional, relaciones sociales y crecimiento personal. Cada viaje, concierto, espectáculo o experiencia compartida abre oportunidades a las personas con discapacidad intelectual para tomar decisiones, vencer miedos, fortalecer amistades y participar en la comunidad desde dentro. Experiencias de años anteriores, como Lisboa, París, el concierto de ETS o el Escape Room ayudan a entender esta evolución. Porque las personas usuarias de Apdema nos demuestran, una y otra vez, una actitud abierta, positiva y valiente ante lo nuevo: quieren participar, aprender, emocionarse y disfrutar de la vida con plenitud.



En Apdema disfrutamos del ocio con otras personas y elegimos actividades que nos gustan
Viajamos, conocemos lugares nuevos como Disney land paris, actividades divertidas y emocionantes.
Cada actividad nos ayuda a ganar autonomía, hacer amistades y sentirnos más seguros.
El ocio es un derecho que nos permite participar, disfrutar y formar parte de la comunidad.

ECOS del Txirripistina
Nº 145 – Julio de 2026

Edita: APDEMA, Asociación a favor de las personas con Discapacidad Intelectual de Álava – Adimen-ezintasuna duten pertsonen aldeko arabako elkarte.

La Paloma, 1 Bajo. 01002
Vitoria-Gasteiz
Tel. 945 258 966

www.apdema.org

www.instagram.com/apdema

www.facebook.com/apdema

ENTIDADES ADHERIDAS AL PROGRAMA DE RSE



AMURRIO
LOKAL
ARROKALDEBETU



Ludio
LUDIO



Elciego Zieko

Barrundiako Udala



Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz
Vitoria-Gasteizko Udala

EGUREN
UGARTE

TERMALDE
GROUP

DIAGONAL



SMC

Fournier



Loramendi

nuveen
A TIAA Company

COLABORAN:

araba álava
foru aldundia diputación foral

Fundación "la Caixa"

Vital FUNDACIÓN FUNDAZIOA

Fundación ONCE



RURAL KUTXA
GIZARTETIKITZA - ACCIÓN SOCIAL



Lanbide
Euskal Enplegu Zerbitzua
Servicio Vasco de Empleo

IN MEMORIAN

Durante los últimos meses debemos lamentar la pérdida de Venancio Díez Sánchez y Augusto Borderas Gaztambide, asesor médico de la Asociación. Desde ECOS queremos transmitir nuestro sentido recuerdo a sus familiares y allegados, en nombre de todas las personas que formamos la asociación.



31 personas voluntarias de APDEMA colaboran en la VI HALF.

APDEMA volvió a participar en la VI HALF de Vitoria. 31 personas voluntarias formaron parte del evento. Todas colaboraron en diferentes tareas de apoyo. Su trabajo ayudó al buen desarrollo de la prueba. Fue una jornada llena de deporte y compañerismo. Las personas voluntarias trabajaron con ilusión. También demostraron compromiso y responsabilidad. La organización recibió al grupo con mucho cariño. Desde el primer momento nos sentimos acogidos. También nos sentimos valorados y respetados. Este trato hizo que la experiencia fuera especial. La participación es una forma de hacer inclusión. Las personas con discapacidad tienen mucho que dar. Su trabajo beneficia a toda la comunidad. Cada persona aporta capacidades y experiencias. Juntas hacemos una sociedad más justa e igualitaria. La VI HALF también promueve estos valores. El deporte une a personas muy diferentes. Favorece el respeto y el trabajo en equipo. Cada voluntario y voluntaria fue importante. Su ayuda permitió atender mejor a participantes. También hizo posible disfrutar de la jornada. Para APDEMA el voluntariado es participación. Es una forma de ejercer una ciudadanía activa. Cada año renovamos este compromiso con ilusión. La VI HALF ya forma parte de nuestra historia. Es un espacio para compartir y aprender juntos. También para crear nuevas amistades. Seguiremos colaborando en futuras ediciones. Gracias por confiar un año más en APDEMA. Gracias por cuidar tan bien al voluntariado. Entre todas las personas hacemos inclusión. Cada pequeño gesto ayuda a cambiar la sociedad. Seguimos construyendo una comunidad para todos. Porque la inclusión se consigue participando.



Petra Enea: amistad, ocio y nuevos recuerdos.

El grupo Quedamos de APDEMA viajó a Petra Enea. Disfrutamos de un fin de semana con mucha alegría. Elegimos actividades y compartimos un ocio autónomo. Reímos, paseamos y vivimos momentos inolvidables. La amistad hizo que todo fuera aún más especial. Nos ayudamos, hablamos y compartimos experiencias. También despedimos con cariño a Pedro y a Julia. Los dos dejan el grupo Quedamos tras 5 años, Les agradecemos todo lo vivido durante estos años. Siempre recordaremos su alegría y su amistad. Les deseamos mucha suerte en esta nueva etapa. Nos llevamos recuerdos que nunca olvidaremos. Seguiremos disfrutando juntos de nuevas aventuras. La amistad hace que cada experiencia sea mejor.



Charla en Universidad de Deusto.

El 20 de abril, Carlos Rueda y Rodrigo González fueron a la Universidad de Deusto, en Bilbao. Explicaron los proyectos de APDEMA y el programa de autogestores al alumnado de Educación Social. Durante casi dos horas compartieron su experiencia. Hablaron del trabajo realizado por los autogestores. También explicaron la importancia de defender los derechos de las personas con discapacidad intelectual y de lograr una inclusión real. El alumnado escuchó con mucho interés. Valoró conocer la experiencia de Carlos en primera persona y todo lo conseguido. También conoció los retos que todavía existen para conseguir una sociedad más inclusiva.



Ángel guardián.

Un grupo de cazadores había entrado a una mazmorra con la intención de conseguir joyas para venderlas, entre los cazadores estaba Sung Jin-woo, un muchacho de rango E, el rango más bajo de los cazadores.

Todo estaba yendo bien, hasta que de pronto se le cayó encima un montón de sangre de jabalí, poniéndose perdido.

Al verle empapado de sangre, los cazadores se empezaron a reír de él, pues todo había sido una broma por parte de ellos.

Diciéndole perdedor y que era un payaso al luchar contra las criaturas de la mazmorra.

Jin-woo humillado y cubierto de sangre, se puso a llorar, pues esas burlas le estaban afectando mucho, todos se burlaron menos Cha Hae-in, una de las cazadoras, la cuál saltó en su defensa.

-oye dejadle en paz, Jin-woo no es ningún perdedor y al menos tiene el valor de ser él mismo- dijo Hae-in seria.

Aquellas palabras les cerró la boca al resto, pues la chica al ser de rango S (el rango más alto de los cazadores) no se atrevieron a decirle nada.

Al salir de ahí y volver al mundo humano, se encontraron con Choi Jong-in, un cazador de rango S pelirrojo, que es como uno de los jefes del gremio de cazadores.

Obvio que al verle, le contaron todo lo ocurrido y el señor Choi les echó la bronca por lo que habían hecho, pues las faltas de respeto es algo que no se debe tolerar.

Incluso en mitad de su regaño, dejó en claro lo siguiente:

-cazadores o no, todos somos iguales ante la ley y la sociedad y debemos ser aceptados al igual que el resto-.

