



Entitat declarada d'Utilitat Pública des de 2014

ACTIU EN SALUT

COMUNIDAD MESTRAL

LA FORTALEZA

DE LA UNIDAD



MEMORIA 2023

ÍNDICE

1. Federación MESTRAL. LA ENTIDAD

- Descripción
- Entidades miembro
- Objetivos
- Convenios y colaboraciones
- Sede social y espacios

2. Federación MESTRAL. RESUMEN DEL PROYECTO

- Introducción
- Objetivos
- Metodología de trabajo

3. PROGRAMAS Y ACTIVIDADES

- Centro de Atención a Entidades
- Aire Fresco
- El Efecto Mestral
- Programa de información/apoyo/colaboración/coordinación entidades
- Programa de derivación a servicios entidades miembro
- Programa internacional de formación de responsables de entidades nacionales e internacionales sobre accesibilidad universal en la cultura
- Programas en colaboración

4. IMPACTO SOCIAL

- Campañas
- Manifiestos y Comunicados

5. PUBLICITACIÓN DEL PROYECTO

- Web y Redes Sociales
- Galeria iconográfica y Videoteca

1. FEDERACIÓN MESTRAL. LA ENTIDAD

1.1. DESCRIPCIÓN

La Federación de Asociaciones de Discapacitados Físicos y Orgánicos MESTRAL-COCEMFE Tarragona es una entidad sin ánimo de lucro creada para colaborar en la consecución de la NORMALIZACIÓN SOCIAL del colectivo de personas con discapacidad en general y de las personas con discapacidad física y orgánica en particular mediante

- ✓ la información, formación y apoyo a **las asociaciones de personas con discapacidad física y orgánica** de las comarcas de Tarragona en base a la
 - unificación de criterios,
 - la racionalización de recursos y
 - el impulso y coordinación de todo tipo de acciones y actividades
- ✓ la formación
- ✓ la promoción y realización de estudios
- ✓ las campañas de información y concienciación social
- ✓ las relaciones institucionales

La FEDERACIÓN MESTRAL está inscrita en el Registro de Asociaciones de la Generalitat de Catalunya en la sección 2^a del Registro de Tarragona con el número 40; también está inscrita en el Registro Municipal de Entidades del Ayuntamiento de Tarragona con el número 741 y en el Registro Municipal de Entidades Ciudadanas del Ayuntamiento de Reus con el número 351.

Desde el 20 de noviembre de 2014 es ENTIDAD DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA.

La Federación Mestral forma parte de Cocemfe Catalunya y de COCEMFE Estatal.

1.2. ENTIDADES MIEMBRO

- ∞ ARAB: Associació Reusenca Antibarreres.
- ∞ Associació de Parkinson de les Comarques de Tarragona.

- ∞ La Lliga d'Afectats Reumatològics i Discapacitats de les Comarques de Tarragona.
- ∞ Club Esportiu Costa Daurada
- ∞ Xarxa Solidària per la Igualtat.
- ∞ Esclerosi Múltiple Associació de Tarragona.
- ∞ AACIC: Associació d'ajuda als afectats de cardiopaties infantils
- ∞ AFANOC: Associació de nens amb càncer de Catalunya
- ∞ ACCU: Associació Malats de Crohn
- ∞ ATHC: Associació de Transplantats Hepàtics Catalunya
- ∞ AFISAN: Associació de Fibromiàlgia de Sant Carles de la Ràpita.
- ∞ Associació d'Alzheimer de Reus i Baix Camp
- ∞ Associació de Fibromiàlgia de l'Hospitalet de l'Infant.
- ∞ Associació FRATER
- ∞ AFICAM: Associació de Fibromiàlgia de Cambrils
- ∞ CEPHADIS
- ∞ Fundació Rosa Maria Vivar

1.3. OBJETIVOS

El objetivo principal de la Federación Mestral es la PLENA NORMALIZACIÓN del colectivo que representa, con acciones y programas propios y el apoyo y colaboración con sus entidades miembro. Todo ello se concreta en

- Alcanzar la normalización de las personas con discapacidad y su integración en todos los ámbitos de su vida: familiar, laboral, social...
- Colaborar en mejorar las condiciones de vida del colectivo de personas con discapacidad.
- Colaborar en dotar a las asociaciones que lo necesiten de los recursos básicos para que puedan continuar su labor social.
- Elaboración y realización de campañas para eliminar las barreras arquitectónicas y sociales.
- La Educación poblacional.
- Fomentar la solidaridad y el respeto hacia las personas con discapacidad.
- Detectar necesidades reales del colectivo y de las asociaciones para realizar su labor social, mediante la elaboración y actualización anual de una base de datos con datos cuantificables del colectivo, con las correspondientes variaciones en función de

tipología de la afección, grado de discapacidad, entorno geográfico urbano-rural, edad, sexo, género... así como de los recursos y necesidades básicas.

- Elaborar y realizar campañas de concienciación y sensibilización conjuntas.
- Establecer relaciones entre la Federación y las diversas asociaciones, así como entre las asociaciones entre sí.
- Crear una estructura mínima para la dirección, coordinación, elaboración y realización de objetivos comunes.
- Fomentar la autoestima, la autonomía y la independencia de las personas con discapacidad, con lo que mejorar la calidad de vida.
- Potenciar las capacidades de la persona. Potenciar la participación en la sociedad a través del trabajo.
- Promover el deporte unificado.
- Practicar hábitos de vida saludable de forma lúdica tanto para enfermos como para familiares.
- Evitar y revertir el aislamiento social y la marginación de jóvenes y adultos con discapacidad, fomentando la solidaridad y el respeto de la sociedad hacia ellos.
- Reducir el impacto familiar y social de cuidar de una persona con enfermedad crónica y/o discapacidad y que tiene reducida su autonomía personal.
- Potenciar el lado humano de las personas, trabajando sentimientos de igualdad y no discriminación, y potenciando los valores democráticos en la sociedad.

1.4. CONVENIOS Y COLABORACIONES

MESTRAL tiene convenios de colaboración con instituciones, entidades que forman parte de la Federación, Agentes Sociales, Empresas, entidades de formación e inserción laboral, Universidades...

- | | |
|--|---|
| ▪ Lliga d'afectats reumatólegs i discapacitats | ▪ MEDIAMARK |
| ▪ Universitat Rovira i Virgili | ▪ DECATHLON Tarragona* Servicios Integrales de Limpieza NET |
| ▪ Fundació Pere Tarrés | ▪ Ocupa't |
| ▪ Grupo Aula | ▪ Planway Noroeste S.L. |
| ▪ Mundo Abuelo | ▪ AMIAB |
| ▪ Xarxa Solidària per la Igualtat | ▪ Studentjob |
| ▪ Cambra de Comerç de Valls | ▪ Bross Group |
| ▪ CARREFOUR | ▪ Fundación Intermedia |

- Trovit Search S.L.
- Integra
- Clece
- Endavant
- Grupo Sifu
- Bugaderia Industrial Mesnet

1.5. SEDE SOCIAL Y ESPACIOS

MESTRAL tiene varias sedes para facilitar la atención a las personas

La sede social de la entidad se encuentra en Reus en la calle Doctor Ferran 33-35 1º (Edificio Cruz Roja, cedida por el Ayuntamiento de Reus y Cruz Roja Reus).

Asimismo, la entidad cuenta con sede en la ciudad de Tarragona c/ Francesc Bastos, 19 (Casa del Mar, cedida por la Generalitat Catalunya)



Espacio virtual

Teniendo en cuenta que las personas con discapacidad física y/u orgánica tienen, a menudo, problemas de movilidad y la diversidad territorial de las entidades miembro de MESTRAL, la Federació ha trabajado mucho en la creación de una Red Virtual para facilitar la comunicación online, que ha podido ir incrementando con el extraordinario desarrollo y utilización de las TICs, sobre todo a raíz de la pandemia del Covid y el confinamiento.

Así, la potenciación de la Web, las redes sociales, las videoconferencias, la formación online... han sido una prioridad de MESTRAL como auténticas herramientas de trabajo y servicios a los usuarios.

2. FEDERACIÓN MESTRAL. RESUMEN DEL PROYECTO

INTRODUCCIÓN

A modo de premisa, este programa va dirigido, principalmente a personas con discapacidad física y orgánica y sus familiares y cuidadores, así como a Asociaciones federadas a MESTRAL-Cocemfe Tarragona, así como a otras asociaciones del Tercer Sector con objetivos comunes y en la Sociedad en general mediante campañas de información, sensibilización y concienciación.

La Federación Mestral mantiene la continuidad de su programa general en cuanto a las características generales (que se corresponden a los objetivos fundacionales y principales de la entidad), programa que va adaptando cada año en base a los inputs que busca periódicamente, a la evaluación continua de los programas y de los resultados en base a los grados de aceptación, concienciación, impacto, replicación... que obtienen y que son la base del diseño, elaboración y realización del programa anual, en este caso, del año 2023.

Como cada año, y en base a la evaluación continua mencionada anteriormente, el año 2023 MESTRAL ha incrementado y perfeccionado el apoyo y refuerzo a los servicios de Inserción laboral, Accesibilidad, Asesoramiento jurídico-legal y a los programas dirigidos a mejorar la calidad de vida. La atención y los programas no han sido individualizados ni han ido destinados exclusivamente a las personas con discapacidad, sino también y cada vez más, a sus familiares "cuidadores informales", creando además espacios de ocio, de cultura y de práctica de deportes, primando más las afinidades y aficiones que el origen de su problemática.

El Programa general de MESTRAL ha sido ambicioso en su planteamiento y en los diferentes programas monográficos y específicos que realiza, teniendo en cuenta que la PLENA NORMALIZACIÓN del colectivo de personas con discapacidad física y orgánica debe contemplar e incidir en su conjunto en la problemática personal, familiar, social y laboral individual y colectivo.

Para la realización de estos programas, se han creado diversas secciones que cuentan con direcciones técnicas formadas por profesionales de los diversos sectores y se han firmado convenios de colaboración con instituciones, entidades, asociaciones, Universidad Rovira i Virgili, empresas y profesionales.

El plan de la Federación Mestral es el de mantener los programas consolidados e ir abriendo y fortaleciendo los diversos servicios y programas de forma paulatina, de acuerdo a las necesidades detectadas mediante estudios previos y con la formación de los responsables.

OBJETIVOS

El **objetivo principal** del programa es la colaboración en la normalización del colectivo de personas con discapacidad física y orgánica en la sociedad y mejorar su calidad de vida.

Los objetivos específicos son:

- Dar apoyo a las asociaciones para armonizar y unificar criterios y optimizar recursos.
- Colaborar estrechamente con las asociaciones con información, formación, soporte, difusión...
- Crear foros de información e intercambio de conocimientos, experiencias, buenas prácticas a través del programa de comunicación de la entidad, tanto para particulares como para entidades e instituciones.
- Contribuir a la eliminación de barreras arquitectónicas y psicosociales
- Fomentar la solidaridad hacia las personas con discapacidad mediante el programa unitario de colaboración con entidades y establecimientos comerciales.
- Educación poblacional.
- Concienciar y sensibilizar a la Sociedad en general, mediante la potenciación del lado humano de las personas, trabajando sentimientos de igualdad y de no discriminación, y potenciando los valores democráticos en la sociedad.
- Fomentar la autoestima, la autonomía y la independencia de las personas con discapacidad, con lo que mejorar la calidad de vida. Potenciar las capacidades de la persona. Potenciar la participación en la sociedad a través del trabajo.
- Conseguir la integración de las personas con discapacidad en el ámbito laboral, mediante la coordinación, apoyo y seguimiento en los servicios de inserción laboral de las entidades miembro.

- Dotar de recursos de formación, información y consulta sobre el mercado laboral en el colectivo. Facilitar a las personas con discapacidad oportunidades de formación, empleo y trabajo.
- Concienciar y sensibilizar a las empresas sobre la Discapacidad. Promover la igualdad de oportunidades dentro del entorno laboral. Fomentar la creación de puestos de trabajo destinados a personas con discapacidad en las comarcas de Tarragona.
- Promocionar el deporte adaptado/unificado.
- Practicar hábitos de vida saludable de forma estable tanto para enfermos como para familiares.
- Evitar y revertir el aislamiento social y la marginación de jóvenes y adultos con discapacidad, fomentando la solidaridad y el respeto de la sociedad hacia ellos.
- Reducir el impacto familiar y social de cuidar a una persona con enfermedad crónica y/o discapacidad y que tiene mermada la autonomía personal.

METODOLOGÍA DE TRABAJO

La metodología de trabajo se ha basado en la participación dinámica e interactiva en todas las actividades que realiza la federación, teniendo en cuenta los resultados de la realización de los programas en ediciones anteriores (ya hemos especificado que muchas de las actividades son de continuidad anual) realizados en base a diversos parámetros, como la participación, las encuestas de satisfacción, los resultados objetivables, así como las expectativas puestas en ellas de trabajadores y voluntarios que colaboren con la entidad.

Una metodología de trabajo que ha ido cobrando entidad propia y ya insustituible han sido las TICs que nos han permitido tener una mayor visibilidad, una mejor interconexión, un incremento de la coordinación, la potenciación de programas en formato online y método asincrónico, una mayor y mejor difusión... y, sobre todo, una mayor información y relación con los usuarios, la elaboración de materiales formativos...

Todo esto en base a:

- ➔ El fomento de la cooperación en actividades y campañas comunes.
- ➔ La inducción de actitudes de sinergia en actividades comunes para conseguir objetivos comunes.
- ➔ La extrapolación de las problemáticas individuales de cada asociación al conjunto del colectivo de personas con discapacidad.

- ➔ La participación activa de las asociaciones.
- ➔ La personalización de las problemáticas del colectivo que representan.
- ➔ La información sobre datos de cada entidad para una perspectiva global (para la realización de un proyecto común).
- ➔ La educación mediante campañas de sensibilización con resultado de cambio en las actitudes a corto, medio y largo plazo.
- ➔ La participación activa de los usuarios en las actividades programadas.

Al ser los programas –mayoritariamente- de continuidad, al inicio de las actividades se realizó una evaluación continuada, con encuestas de satisfacción, gráficas de actividades y asistencia para controlar la evolución anual y la valoración del grado de cumplimiento de los objetivos propuestos. También la realización de entrevistas informales con usuarios y participantes, y entre trabajadores, monitores y personas de la junta directiva para valorar la necesidad de la realización de estas actividades o para la puesta en marcha de nuevas actividades que respondiesen de manera directa a las necesidades detectadas.

3. PROGRAMAS Y ACTIVIDADES

Todos los programas fueron elaborados y realizados en base a la experiencia previa y a las necesidades detectadas en los colectivos diana y en las entidades miembro de la Federación (a las que se les ha dado todo el apoyo, colaboración y/o coordinación en sus programas), así como de la sociedad en general respecto de las personas con discapacidad y sus casuísticas, problemáticas y carencias en cuanto a Información, sensibilización, concienciación, servicios... y en el ámbito de Derechos, Accesibilidad Universal e Inserción laboral. En cuanto a los programas, y respecto al ámbito laboral, también se tuvo muy en cuenta dirigir los programas a personas con discapacidad reconocida por el certificado de discapacidad mínimo del 33%. Un apartado muy especial fue el dedicado a la Mujer con discapacidad y sus problemáticas añadidas por razón de sexo, género y condición de discapacidad.

Además, aunque la entidad tiene como objetivo principal a las personas con discapacidad física y/u orgánica, no es excluyente respecto a otras personas con otros tipos de discapacidad que requieren sus servicios; sin olvidar que la mayoría de campañas de sensibilización y concienciación comunitarias defienden y reivindican los derechos de todas las personas con discapacidad.

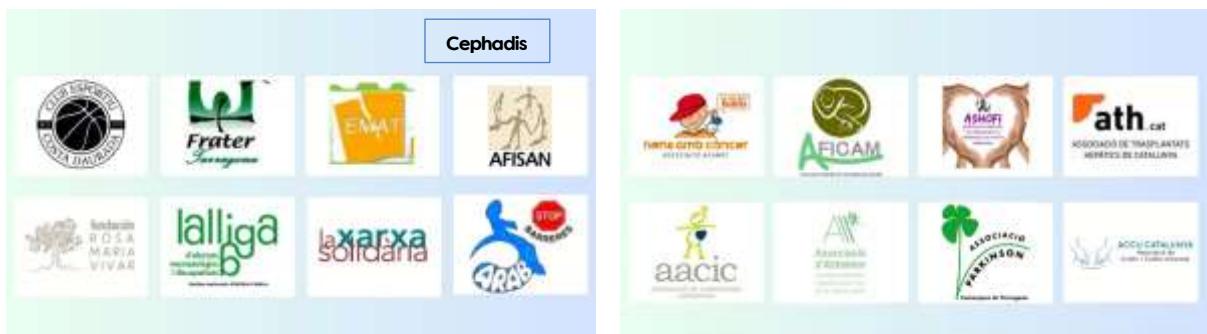
Más aún: aunque la Federación tiene unas obligaciones especiales hacia las entidades miembro que representa, las acciones se dirigen tanto a personas que provengan de alguna de las entidades pertenecientes a la Federación Mestral, como cualquier persona o entidad representante con discapacidad que se dirija a la entidad.

Y, naturalmente y como especificamos en los objetivos de la entidad y de su programa, muchas acciones se hacen extensivas a los familiares cuidadores de las personas con discapacidad y otros colectivos que se encuentran en situación de vulnerabilidad social

CENTRO DE ATENCIÓN A ENTIDADES

MESTRAL creó el Centro de Atención para centralizar todas las acciones dirigidas a las asociaciones en cuanto a

- ❖ Información
- ❖ Formación
- ❖ Apoyo
- ❖ Asesoramiento
- ❖ Colaboración
- ❖ Coordinación
- ❖ Comunicación y Difusión
- ❖ Representación institucional



El Centro también ha sido una buena herramienta para

- conocer y actualizar los programas y servicios de las entidades,
- crear unos protocolos y mecanismos de interconexión,
- realizar las derivaciones de forma ágil, cuidadosa, informada y coordinada de las consultas y peticiones que recibe Mestral por parte de personas con discapacidad, empresas, buscadores de trabajo, técnicos, y otras entidades representativas de otras tipologías de discapacidad, pero con problemáticas comunes.

A modo de ejemplo y sin querer ser exhaustivos:

✓ **INFORMACIÓN A LAS ENTIDADES MIEMBROS**

- de los cambios legislativos que se producen tanto a nivel estatal como de la comunidad autónoma
- de subvenciones y ayudas de diferentes instituciones y entidades destinadas a asociaciones de enfermos
- sobre las ofertas laborales semanales, dirigidas a personas con discapacidad física y/u orgánica
- sobre cursos, seminarios, jornadas.....
- sobre actos y actividades que desarrollan asociaciones de todo el ámbito estatal
- sobre novedades editoriales específicas

✓ **REPRESENTACIÓN EN ACTOS INSTITUCIONALES Y DIFUSIÓN DE LAS DECLARACIONES Y POSICIONAMIENTOS INSTITUCIONALES**

A nivel de las Comarcas Tarragona

- Día Mundial de las personas con discapacidad.
- Día internacional de la Mujer.
- Inauguraciones jornadas, congresos.
- Actos de otras entidades.
- Participación en mesas de discusión; Consejos municipales de Discapacidad; comisiones de trabajo relacionadas con temas de discapacidad.

Y, también de los representantes del colectivo a nivel de Catalunya y del Estado

- | | |
|------------|-------------|
| ▫ CERMI, | ▫ FEP |
| ▫ COCEMFE, | ▫ ...Altres |
| ▫ CEMUDIS, | |

AIRE FRESCO

El programa Aire fresco, ha continuado desarrollándose durante el año 2023 para dar apoyo a las entidades miembro de la Federación Mestral Cocemfe Tarragona, poniendo a disposición de asociaciones y entidades un servicio de transporte adaptado para las salidas programadas y facilitar así a sus socios la participación en todos los ámbitos de la vida social y comunitaria.

Durante el mes de marzo de 2023 se realizó una salida de la asociación AFANOC Tarragona, y durante los meses de junio y noviembre la Asociacion de Alzheimer realizó diversas salidas.



EL EFECTO MESTRAL

Con el programa Efecto Mestral, la Federación pretende ayudar, informar y/o concienciar sobre las personas con discapacidad y sus familiares a través de pequeños gestos solidarios. Con ello, la Federación ha establecido una serie de relaciones previas con diferentes establecimientos de la demarcación de Tarragona. En estas relaciones se ha buscado un nexo de solidaridad entre comercios y entidades persiguiendo como objetivo el bienestar de las personas con discapacidad. A través del programa, los Establecimientos Solidarios ofrecen ventajas especiales a los titulares del carné del Efecto Mestral.

El programa se dirige a todos los miembros de las asociaciones que se agrupan dentro de la Federación Mestral, y a personas con discapacidad



en general. Los socios pueden disfrutar de la promoción de forma totalmente gratuita, simplemente con un carnet acreditativo pueden dirigirse a los comercios y establecimientos y hacer uso de los descuentos y/u obsequios. Así mismo, se abre las puertas del programa a todos aquellos socios solidarios que quieran participar, para hacerlo se tienen que inscribir a través de la solicitud en la web de la entidad y llenar el formulario, en este caso se paga una cuota anual y con el carnet solidario se pueden beneficiar de estas ventajas.

La continuidad del desarrollo de este programa ha sido importante como difusión y concienciación en establecimientos comerciales y de servicios, por un lado, y como soporte a las personas con discapacidad en sus compras.

PROGRAMAS DE INFORMACIÓN / APOYO / COLABORACIÓN / COORDINACIÓN ENTIDADES

PROGRAMAS ENTIDADES

COMUNITAT MESTRAL



COMUNITAT MESTRAL



COMUNITAT MESTRAL



COMUNITAT MESTRAL



COMUNITAT MESTRAL



COMUNITAT MESTRAL



COMUNITAT MESTRAL



COMUNITAT MESTRAL



COMUNITAT MESTRAL



COMUNITAT MESTRAL



COMUNITAT MESTRAL



COMUNITAT MESTRAL

Cephadiss

PROGRAMAS DE DERIVACIÓN A ENTIDADES MIEMBRO

→ OFICINA TÉCNICA JURÍDICO-LABORAL.

La Federación MESTRAL ha continuado realizando el servicio de contacto, intermediación y derivación de las consultas, ofertas... que recibe hacia las entidades de la Federación que tienen servicio de Formación e Inserción Laboral.

También mantiene contactos constantes y directos con los Agentes Sociales, empresas de inserción, Cámaras de comercio... Y ha realizado y/o colaborado en jornadas, campañas, intervenciones.... de información y sensibilización, promoviendo también cursos de formación en colaboración con entidades miembro, para formar una red interactiva, coordinada y con unificación de objetivos y criterios.

→ CENTRO INFORMATIVO ACCESIBILIDAD MESTRAL

Las consultas sobre Accesibilidad y espacios reservados se han continuado derivando a la entidad correspondiente, en este caso la Oficina Técnica de Accesibilidad (OTA) de la Lliga, haciendo seguimiento, vehiculando consultas, colaborando en los cursos sobre Accesibilidad Universal y en las jornadas sobre Cultura Inclusiva y actividades de detección de barreras físicas, comunicativas y comprensión de equipamientos culturales.

→ FOMENTO Y APOYO AL DEPORTE ADAPTADO Y UNIFICADO

En 2023, la Federación Mestral ha continuado este programa de apoyo, formación, difusión y actos deportivos de práctica de deporte adaptado y/o unificado en general y de deportes adaptados de competición. En este último caso, el apoyo al Club de Baloncesto adaptado Costa Dorada, con la cesión de transporte del material, difusión de las actividades de entrenamiento y de competición, así como de difusión de la importancia de la práctica de deporte para las personas con discapacidad, y colaboración en actos y eventos deportivos.





Además, en el mes de diciembre de 2023 se colaboró con el Patronato de Deportes de Valls, la Liga de afectados reumatólogicos y discapacitados, el Consejo Deportivo del Alt Camp y otras entidades, en la Jornada Adapta't en el Deporte con motivo de la Semana de las Capacidades como conmemoración del

Día mundial de la Discapacidad, en esta jornada participaron aproximadamente 470 alumnos.



PROGRAMA INTERNACIONAL DE FORMACIÓN DE RESPONSABLES DE ENTIDADES NACIONALES E INTERNACIONALES SOBRE ACCESIBILIDAD UNIVERSAL EN LA CULTURA



Durante 2023, se centró mucho la tarea en LA CULTURA INCLUSIVA, considerando que el concepto CULTURA es mucho más amplio de lo que a menudo se hace una reducción.

Pero, además, se quiso ampliar más el espectro con la introducción al concepto de Accesibilidad no

sólo la movilidad, si no abriendo las puertas a nuevos conceptos sobre la accesibilidad inclusiva en los campos de

- la movilidad
- la comprensión
- la comunicación



También se elaboró una ficha de detección de barreras en equipamientos culturales con ejercicios prácticos monitorizados en la ciudad de Reus y, una vez hecha la experiencia, ejercicios libres de otras ciudades de las Comarcas de Tarragona.



The screenshots illustrate a digital application designed to help users identify barriers in cultural facilities. The interface includes sections for 'ACCESIBILITAT UNIVERSAL' (Universal Accessibility), 'LA MOBILITAT' (Mobility), 'LA COMPRENSIÓ' (Comprehension), and 'LA COMUNICACIÓ' (Communication). One section specifically addresses 'ACCESIBILITAT BASADA EN EL CONCEPTE MÍNIM DEL TERME: MOBILITAT -- COMUNICACIÓ -- COHESIÓ' (Accessibility based on the minimum concept of the term: Mobility -- Communication -- Cohesion). The application also highlights the importance of accessibility for culture, stating 'L'ACCESIBILITAT ÉS IMPORTANT PER A LA CULTURA INCLUSIVA -- CULTURAL' (Accessibility is important for inclusive culture).

PROGRAMA DE COLABORACIONES

Durante el año 2023 la Federación Mestral Cocemfe Tarragona ha continuado dando apoyo y colaborando en programas tanto de sus entidades miembro como de otras asociaciones, instituciones y organismos como, por ejemplo:

. - PROGRAMA APS-Aprendizaje y Servicio. UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

La Federación ha colaborado como entidad participante y también como coordinador de la participación del resto de entidades en el programa APS (Aprendizaje y servicio) de la

Universitat Rovira i Virgili. Colaboración con el Grado de Trabajo Social de la Universitat Rovira i Virgili para interconectar a los alumnos –futuros trabajadores del Tercer Sector- con entidades del colectivo. La Federación Mestral ha realizado el proceso de información y coordinación entre la URV y las entidades además de acoger un grupo de alumnos con los que se desarrolló el trabajo. También ha colaborado y participado en la organización del acto académico de presentación de los trabajos.

.- **Parque de Navidad de la ciudad de Reus** con "Reus Esport i Lleure", la Lliga i otras entidades de la ciudad.



.- **Programas de educación en valores, actitudes y hábitos:**

La tarea de la Federación ha sido la de dar soporte, difusión y coordinación a los diversos programas de sensibilización en el ámbito escolar que realizan algunas de sus asociaciones miembro como por ejemplo el programa "No pases de rueda a rueda" de la Lliga; los programas de concienciación de AFANOC; programas informativos en el ámbito educativo de la asociación de Alzheimer; todos los cursos que ofrece AACIC...

.- **Otras colaboraciones:** programa de concienciación sobre espacios reservados "No me lo pongas más difícil" de la Lliga; actividades de celebración del Día Mundial de la Discapacidad en colaboración con diversos Ayuntamientos de la provincia i consejos comarcals; y con muchos otros programas que ha llevado a cabo entidades pertenecientes a la Federación Mestral Cocemfe Tarragona y otras entidades con objetivos comunes.

4. IMPACTO SOCIAL

Consideramos que el impacto social que han tenido las acciones y actividades de la Federación MESTRAL ha sido importante y de acuerdo a los objetivos que se había planteado la entidad en general y -sobretodo- del programa en particular. Más teniendo en cuenta que la diferencia de perfil de los colectivos al que iban destinados los programas y actividades son distintos en cuanto a las características, casuísticas, problemáticas, intereses y necesidades (naturalmente, dentro del colectivo general de las personas con discapacidad física y orgánica, así como en entidades, instituciones y sociedad en general).

Las asociaciones que forman parte de la federación MESTRAL-Cocemfe Tarragona han sido representadas y visibilizada su labor, actividades y campañas a través de la Federación ante instituciones diversas y la sociedad en general.

Consideramos muy positiva la participación activa en las conmemoraciones institucionales relacionadas con el colectivo: día Mundial de las personas con discapacidad, Conmemoración de la Convención personas con discapacidad, Día internacional de la mujer (en este caso incidiendo en la mujer con discapacidad),...

Los responsables de la entidad en su asistencia y/o participación a actos institucionales, así como en consejos consultivos, procesos participativos o comisiones sobre discapacidad, además de representar a la Federación Mestral Cocemfe Tarragona, también representan a las asociaciones miembros de la Federación (siempre que éstas no puedan comparecer).

Ejemplos de esta representación:

- Participación en mesas de debate.
- Consejos municipales de la discapacidad de diferentes Ayuntamientos de las comarcas de Tarragona.
- Día Mundial de las personas con discapacidad.
- Inauguraciones jornadas, congresos...
- Actos de otras entidades

Tanto las campañas propias de la entidad como la participación, difusión... de las que realizan las entidades miembro se vieron recompensadas por el intercambio de reflexiones, el retorno

en forma de mayor información, sensibilización, concienciación a nivel social y a nivel de las entidades que han visto incrementadas la peticiones y colaboraciones.

CAMPAÑAS CIUDADANAS Y CAMPAÑAS DIRIGIDAS AL COLECTIVO DIANA

Participación en diversas campañas a nivel local, autonómico o estatal desde diversas organizaciones.



MANIFIESTOS Y COMUNICADOS

La Federación Mestral se adhirió al Manifiesto de Cemudis (Confederación Estatal de Mujeres con Discapacidad) por el Día Internacional de la Mujer 2023; al del Día Internacional de la Fibromialgia y el Síndrome fatiga crónica; al del Día Internacional de las personas con discapacidad de los diversos Ayuntamientos con los que colabora normalmente la entidad; al del Día contra la violencia de Género y a los manifiestos específicos de los Días internacionales de las enfermedades que representan a las entidades miembro de MESTRAL.



5. PUBLICITACIÓN DEL PROYECTO

WEB

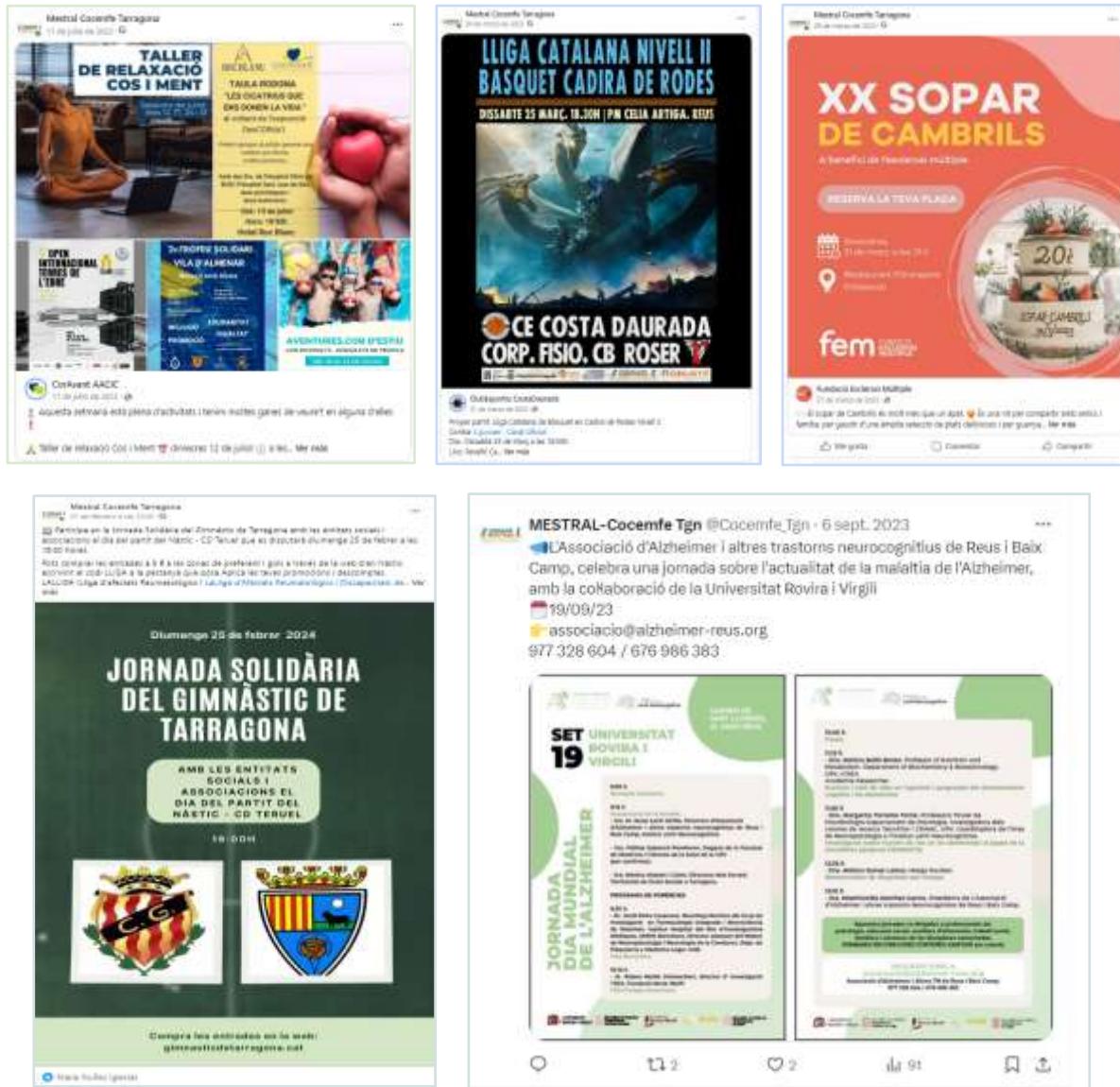
Durante el 2023 la Federación Mestral ha continuado trabajando y potenciando su programa de comunicación. Mediante las redes sociales y la web, se han ido difundiendo las acciones, así como las actividades, campañas y programas de las entidades federadas.



The screenshot shows the official website of Federació Mestral - COCEMFE Tarragona. At the top, there is a header with the logo, social media links (Facebook and Twitter), a search bar, and a login link. Below the header is a navigation menu with categories like INICI, LA FEDERACIÓ, INserció Laboral, ACCESSIBILITAT, PROGRAMES, ACTUALITAT, and INTERNACIONAL. The main content area features a section for COCEMFE Tarragona, which includes a brief description of the organization's mission to improve the quality of life for people with physical disabilities through volunteer work and advocacy. To the right of this text is a large, empty rectangular box containing a puzzle piece icon and the message "Adobe Flash Player ya no está disponible". At the bottom left, there is a sidebar titled "Redactor" with links to "El meu compte", "Newsletter Subscriptió", "Crea contingut", "Administrativa", and "Surf". A "Cocemfe Catalunya" button is also present in the sidebar.

REDES SOCIALES

Todas las noticias relacionadas con las entidades que forman parte de la Federación se publican en Facebook y Twitter.





▪ Coordinación campañas Día Internacional de la Mujer

Este 2023 la Federación Mestral realizó su propia campaña con motivo del Día Internacional de la Mujer. Una campaña que pretendía mostrar la situación de las mujeres con discapacidad en distintos ámbitos como el trabajo, la brecha salarial, la conciliación familiar...



▪ Coordinación campañas Día Internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer

Este 2023 la Federación Mestral se unió a la Conmemoración del Día Internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer, se realizaron y colgaron diversos carteles con datos sobre la situación de la Mujer con discapacidad y la violencia de género.



Campañas de Sensibilización

Este 2023 la Federación Mestral ha vuelto a unirse a la Campaña de la plataforma ONG Acción social la “X Solidaria”. Una campaña que tiene por objetivo ayudar a las personas más vulnerables. Marcando la “X Solidaria” en la casilla de la renta, contribuye a ayudar a miles de personas que lo necesitan. De esta forma, marcando la casilla 106, se consigue que se destine el 0,7% de los impuestos a programas que realizan las ONG.

Marcando la casilla 106 “Actividades de Interés Social” en la declaración de la renta, se consigue que se financien programas llevados a cabo por las ONG y que están dirigidos a gran parte de la sociedad.

A photograph showing the backs of several people of diverse ages and ethnicities standing in a circle, each with their arm around the shoulder of the person next to them. The scene is lit with a warm, golden-orange glow, suggesting a sense of warmth and community. The people are dressed in casual clothing like shirts, jackets, and a plaid shirt.

También se recuerda marcar la casilla 105 de la Iglesia Católica que junto con la 106 pueden ayudar el doble, ya que el dinero que se recauda no se divide, sino que se suma duplicando su asignación.



Difusión acciones y actividades entidades

Difusión y acciones de comunicación de los programas y actividades que llevan a cabo las entidades miembro de MESTRAL.

Se ha hecho difusión de las actividades llevadas a cabo por las entidades federadas a través de todos los canales oficiales de comunicación (redes sociales, web, mailing, prensa...)

Mestrat-Cocemfe Tarragona
Publicado por Mestrat-Cocemfe Tarragona • 20 de mayo de 2023

Una vida en comunitat Una vida amb més oportunitats

PROGRAMA
Sala de premsa de la Fundació Mestrat-Cocemfe Tarragona

17.00 h. - Recepció
Antonella Rivas, directora executiva de Mestrat
Introducció: Jordi Alfonso
17.10 h. - Presentació dels nous treballs de l'Institut de Recerca
17.40 h. - Círcols d'entrenament en CRM
Círcols d'entrenament en CRM per a professionals de serveis
Sessió d'ajuda i preguntes (introducció al CRM)
18.00 h. - Taula rodona: Què fan PTEA i Mestrat
Roser Miró, pedagoga i activista
Núria Pàmies, activista i escriptora
Cristina Martínez, voluntària d'entrenament
Inscripció gratuïta i limitada. Inscripció fins el 15 de maig

18.30 h. - Torn de preguntes
18.45 h. - Comiat

fem Fem Catalunya, Consell d'Entitats, Institut d'Assistència Social, Institut Mestrat Digital, Bigner, Novartis, Merck, sanofi, Penta

Amb la col·laboració de:

Fundació Existeix Multiple
20 de maig de 2023

Voleu conèixer els alumnes avançats en EMD? ■ Tots són a connectar-se aquella tarda a la verna informativa virtual en el marc del #ElMundoExisteixEMD. ■ Ver més

Mestrat-Cocemfe Tarragona
Publicado por Mestrat-Cocemfe Tarragona • 30 de mayo de 2023

Curability se sienten motivados
24 de mayo de 2023

We are very excited to meet for our 1st LTIA in Turin, Italy! 😊

Between 21st of May and 2nd of June partners' educators from Mestrat-Cocemfe Tarragona, Trimbol... Ver más

Ver traducciones

Mestrat-Cocemfe Tarragona
Publicado por Mestrat-Cocemfe Tarragona • 23 de juny de 2023

VACANCES terapéutiques

Més informació i inscripcions a: social@catparkinson.org o 932454396

DEL 05 AL 08 JUNY DE 2023 450€

Associació Catalana per al Parkinson:
4 de juny de 2023

Gaudiu de 4 dies de desconexió, comparteix experiències i gaudiu del relax. 🌴

Fe més de 25 anys que l'ACAP organitza les vacances terapèutiques. Són una oportunitat... Ver més.

Mestrat-Cocemfe Tarragona
Publicado por Mestrat-Cocemfe Tarragona • 24 de mayo de 2023

INVICTES

SERVEI D'INCLUSIÓ DE LES VÍCTIMES DE TRANSIT FERIDES GREUS EN EL SEU ENTORN SOCIAL

LaLiga d'Afectats Reumatolegs i Discapacitats de Tarragona

Bon dia! Aquí podeu veure el vídeo de presentació del Servei Invictes, editat pel Servei Català de Transit que s'ha incorporat al web del SCT, dins l'apartat de... Ver más

Mestrat-Cocemfe Tarragona
Publicado por Mestrat-Cocemfe Tarragona • 20 de mayo de 2023

LA TROBADA

dissabte 20 maig 2023

Alberg Can Roviralta Hostalets de Pierola

Inscripcions obertes fins al 19/05 a les 12 del migdia

Corrent AACIC està en Alberg Can Roviralta
15 moments. #

Comença el compte enrere: Ultimes dies per apuntar-te a La Trobada

Partarem del cor de les emocions, de l'afinitat, de l'activitat física, de les nostres... Ver més

Mestrat-Cocemfe Tarragona
Publicado por Mestrat-Cocemfe Tarragona • 17 de mayo de 2023

Las personas LGTBI que padecen dolor crónico, acumulan discriminación

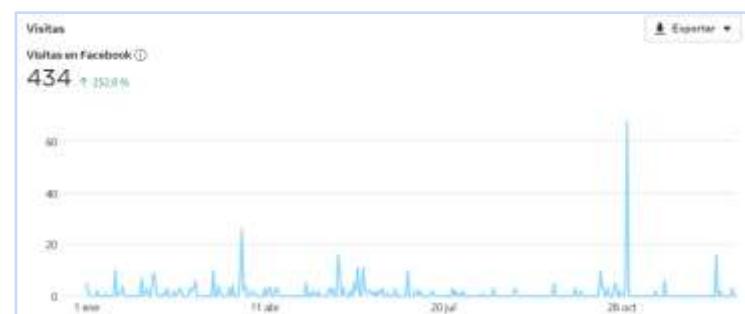
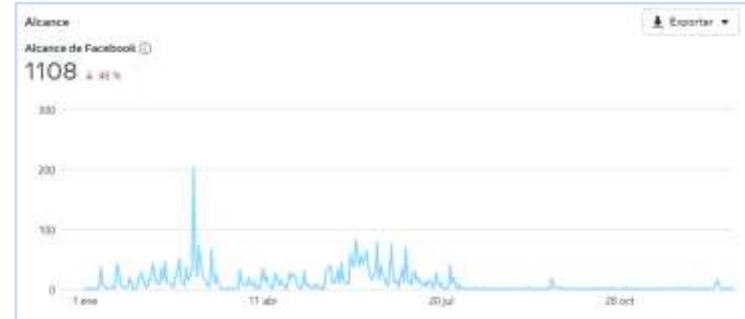
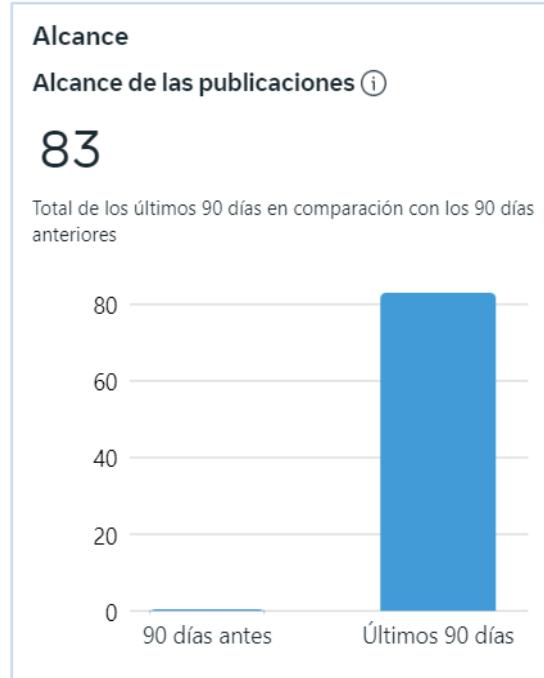
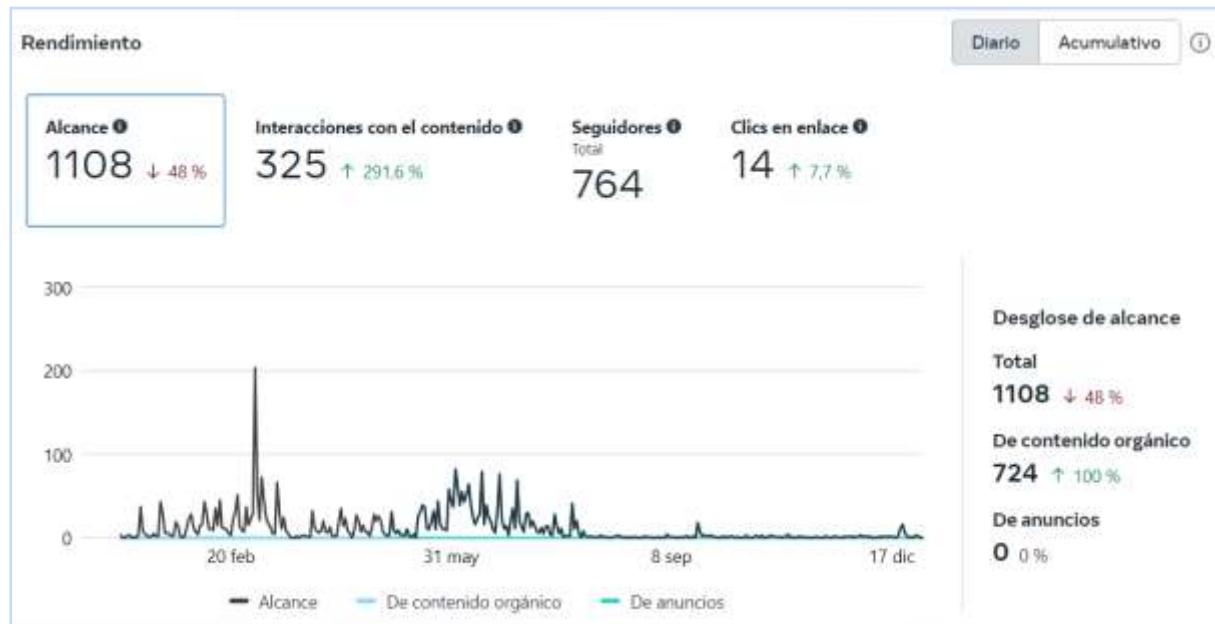
Los colores están en tus manos

Construyamos un mundo más empático y justo para todos

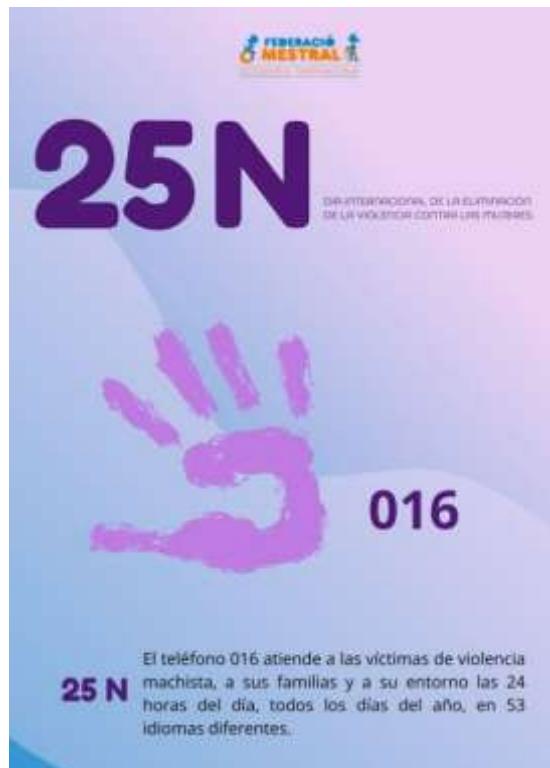
Fundació Laff
17 de mayo de 2023

Día Internacional contra la Homofobia, la Transfobia y la Bifobia #DíaInternacionalContraLaHomofobiaLaTransfobiaYLaBifobia #DíaInternacional #DíaInternacionalLGBTI

Las estadísticas muestran el buen resultado del programa con la ampliación del número de visitas a la web y el impacto de las redes sociales.



GALERÍA ICONOGRÁFICA



VIDEOTECA

▪ **Vídeo Programa y actividades de la Federación Mestral y entidades**

La Federación MESTRAL elaboró un vídeo con las principales actividades propias de la federación y de sus entidades miembro.



Memoria de



Con la colaboración de



Con el apoyo de



FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES DE DISCAPACITADOS FÍSICOS I ORGÁNICOS MESTRAL-COCEMFE TARRAGONA

C/ Doctor Ferran, 33-35, 1er piso, 43202, Reus

C/ Francesc Bastos, 19 (Edificio Casa del Mar) Tarragona

Tel.: 977 32 70 93

e-mail: secretaria@mestralonline.org

www.mestralonline.org